

노인 내담자의 상담경험에 관한 해석학적 현상학 연구*

정 윤 희[†]

한국교원대학교 교육학과 / 강사

김 희 정

한국교원대학교 교육학과 / 교수

본 연구는 노년기 삶을 살아가는 노인들에게 심리치료로서의 상담이 어떤 의미였는지를 이해하고자 노인 내담자의 상담경험을 해석학적 현상학 방법으로 탐구하였다. 이를 위하여 최근 1년 사이에 전문상담자와 최소 5회기의 상담경험이 있는 65세 이상 참여자를 편의 표집하였다. 연구 참여에 동의한 8명의 참여자들과 1~5회의 면담을 실시한 후 녹음한 자료를 전사하여 귀납적이고 순환적인 방법으로 분석 및 해석하였다. 면담자료 이외에도 연구주제와 관련된 문헌 자료 및 노인상담 현장 그리고 내담자들의 상담과 관련된 다양한 자료들을 수집하여 분석 및 해석시 활용하였다. 자료의 분석 및 해석 결과, 노인 내담자의 상담경험은 “가릴 것 없이 드러내고 받아들여짐으로써 있는 존재로 나아가기”라는 핵심 주제 아래 “없는 채로 존재하다”, “버림받았던 내가 관심의 대상이 되다”, “나와 너의 경계를 무너뜨리다”, “수십 년을 돌아 나를 마주하다”, “죽음에 가려져 있던 미래를 되찾다”의 다섯 가지 본질적 주제와 13개의 하위주제로 도출되었다. 이와 같은 결과를 토대로 노인 내담자 이해와 노인상담에 시사하는 바를 논의하고 후속연구를 제안하였다.

주요어 : 노인상담, 상담경험, 해석학적 현상학

* 본 연구는 정윤희(2019)의 한국교원대학교 박사학위논문을 일부 발췌 수정한 내용임.

† 교신저자 : 정윤희, 한국교원대학교 교육학과 강사, 충북 청주시 흥덕구 강내면 산 250

Tel : 043-230-3410, E-mail : stepby24@gmail.com

노인에게도 노년기는 인생에서 처음 맞이하는 시기이기에 이 시기를 잘 보내기 위한 다양한 방법과 심리·정서적 지원이 필요하다. 그 방법 중의 하나가 바로 심리치료로서의 노인상담이다. 노인상담이란 노인과 노년기에 대해 전문적인 교육과 상담 훈련을 받은 자가 노인 내담자의 욕구를 이해하고 현재 상황의 적응과 성공적인 발달과업을 돕는 과정(정미경, 2017)으로 노년기 적응을 도와주는 심리·사회적 지원체제이며 우울과 분노, 자살 생각 등의 심리적 어려움을 완화시킨다(정관용, 2016; Hyer, 2014). 노인상담이 심리·사회적 지원체제로서 지닌 이러한 장점에도 불구하고 나이가 들어감에 따라 변화가 일어나지 않는다는 노인에 대한 부정확한 일반화와 사회적 고정관념으로 인해 노인상담에 대한 접근과 치료의 기회는 가로막혀 있으며, 실제로도 젊은 성인 상담에 비해 노인상담은 중요하게 여겨지지 않고 있다(Freud, 1905; Knight & Satre, 1999; Goudie, 2010; Woods, 2003).

국내의 노인상담 역시 다른 연령대 내담자들보다 뒤늦은 1994년에 ‘한국노인의전화’를 기점으로 본격적으로 시작됐다(서혜경, 정순돌, 최광현, 2013). 현재는 각 지역의 노인전문상담센터(경기도노인종합상담센터, 부산시어르신상담센터 등)와 노인복지관에서 노인상담이 이루어지고 있으나 활발하지는 않은 편이다(고정은, 2016; 김계현, 정종진, 권희영, 이윤주, 김춘경, 2011; Rizopoulos, 2015). 노인상담이 활발하지 않은 까닭으로는 내담자들의 상담에 대한 낮은 기대(주은선, 신철애, 2013; Kessler, Agines, & Bowen, 2015; Rizopoulos, 2015), 나이 어린 상담자와의 상담작업에 대한 부담스러움(권중돈, 2010; 남기민, 1998; 이호선, 2013; 최순자, 2014; 홍주연, 김경은, 2013; Laganà &

Shanks, 2002), 상담에서 느끼는 치부를 드러내는 듯한 불편감(김단비, 2018; 최순자, 2014; Rizopoulos, 2015), 노인상담 전문기관을 주변에서 찾기 어려움(박영란, 손덕순, 박경순, 2017; 최순자, 2014), 상담에 대한 부족한 정보(Hunter, 2011; Koder & Helmes, 2008; Qualls, Segal, Norman, Niederehe, & Gallagher-Thompson, 2002) 등을 들 수 있다. 하지만 상담이 필수적으로 포함된 노인관련정책(노인복지법, 2018; 치매관리법, 2015)들이 시행되고 노인전문상담기관 역시 늘어나는 등(보건복지부, 2016; 정순돌, 임정숙, 박나리, 2015) 최근 노인상담의 저변은 조금씩 넓어지고 있는 것으로 보인다. 이는 심리내적인 상담 작업에 대한 노인들의 높아지는 욕구(관계부처합동, 2016; 김단비, 2018; 김은주, 2010)를 바탕으로 노인상담의 필요성에 대한 사회적 공감대 역시 넓어지고 있음을 의미한다.

상담에서 내담자의 특성을 이해하는 것은 목표 설정과 계획 수립의 바탕이 되기에 노인상담 역시 내담자로서의 노인을 이해하는 것이 중요하다. 특히 노인은 65년 이상의 긴 생애사를 지니고 있어 삶의 궤적을 살피는 것이 다른 연령대의 내담자에 비해 더 중요하다고 할 수 있다. 예를 들면 노인들은 삶에서 획득한 자신만의 지혜를 지니고 있으며 상실, 실패, 사고 등의 인생 사건에서 보이는 정서적인 동요가 다른 연령대의 내담자들에 비해 크지 않다. 또한 이들은 지나온 인생에 대한 회고를 중심으로 상담에 임하기도 하며 앞으로 맞이해야 하는 죽음 역시 상담에서 다루어야 하는 주요 주제(유경, 강연옥, 2009; McIntosh, 2013; Scogin, 2008)가 된다. 노인상담의 특성에 대한 선행연구와 문헌(서혜경 외, 2013; 신명희 외, 2013; 이장호, 김영경, 2014; 이호선,

2013; 정미경, 2017; 정옥분, 2015; 최명균, 2012; Hyer, 2014; Scogin, 2008; Woodhead, Ivan, & Emery, 2013)들을 요약하면 다음과 같다. 첫째, 노인상담에서는 내담자와 상담자의 연령 및 경험의 차이가 크고 가족과 관련된 상담주제가 많아 투사, 전이 혹은 역전이 등의 관계 역동이 다른 내담자와의 상담에 비해 더 많이 나타난다. 둘째, 노인 내담자는 자신만의 경험 체계와 가치관에 의존하는 경향이 높고 전두엽의 기능 저하와 새로운 상황에 대한 두려움 등으로 인해 상담에서 내·외적으로 변화하는데 젊은 내담자들 보다 긴 시간이 필요하다. 셋째, 노인 내담자는 상담에 대해 조심스러운 태도를 보이지만 상담이 진행됨에 따라 상담자에게 의존하게 되어 상담 종결 시 다른 내담자들에 비해 더 큰 상실감을 느껴 추수 회기가 강조된다. 넷째, 노인 내담자는 사고 및 감정의 탐색과 변화를 추구하기보다는 현재의 생활 향상과 지지를 더 중요하게 여기기 때문에 그의 심리적 어려움과 관련되어 있는 신체 능력, 주변 자원, 대인관계, 경제적인 상황에 대한 정보를 함께 제공할 수 있어야 한다. 다섯째, 자신의 질병이나 신체적인 상황 그리고 가족 안의 다양한 사건으로 인해 내담자가 다음 회기에 빠지는 경우가 많다. 따라서 노인 상담의 첫 회기는 치료적 관계를 형성하고 상담을 유지하는데 매우 중요하다.

상담을 받고자 하는 노인들의 심리적인 욕구가 높아지고, 노년기 준비와 적응의 대안으로 상담이 제시되면서 노인상담은 앞으로 더욱 활발하게 이루어질 것으로 예상된다. 이에 상담자 및 연구자들은 노인상담에 대한 전문적인 견문을 넓힐 필요가 있다. 이는 문헌 연구나 상담에 영향을 미치는 변인들을 발견하는 것 뿐 아니라 노인상담 현장을 파악함으로

써 시작될 수 있다. 노인상담 현장은 실제로 내담자와 상담자가 대면하는 상담의 즉시성이 살아있는 시간과 공간을 의미하며, 이는 내담자의 상담경험을 통해 가장 잘 이해할 수 있다. 왜냐하면 내담자의 시선으로 보고된 상담 경험은 노인상담 현장을 가장 생생하게 전달할 뿐 아니라 상담의 전 기간 동안 자신과 상담자, 상담자와의 관계, 상담 내용 등과 관련하여 생각하고 느낀 바를 있는 그대로 담고 있고, 이를 바탕으로 노인 내담자에게 맞춤형 상담이론 및 기법을 개발할 수 있기 때문이다.

그렇다면 내담자 이해와 상담이론 및 상담 기법 개발 등의 출발점이 되는 내담자의 상담 경험이란 무엇인가? 내담자의 상담 경험은 ‘상담’과 ‘경험’, 이 두 개념을 탐구함으로써 이해할 수 있다. 먼저 ‘상담’은 내담자가 상담의 한 주체임을 염두에 두고 전문적 훈련을 받은 상담자와의 대면관계에서 생활과정의 해결과 사고, 행동 및 감정 측면의 인간적 성장을 위해 노력하는 학습과정(이장호, 2005)으로 설명할 수 있다. 즉, 상담자와의 관계 안에서 자신의 어려움을 해결하여 성장하는 과정인 것이다. ‘경험’은 본질이 주어지고 현존하는 장(Husserl, 2010)으로 감각과 지각에 의해 직접적으로 주어지는 것(철학사전편찬위원회, 2012)이라는 철학적인 의미를 지니고 있다. 사전적 의미로는 세상과 부딪쳐 감각적으로 지식을 얻거나 보고 듣고 행동하고 변화로 나타나는 것(이희승, 2013)이라는 뜻을 지니고 있다. 이를 정리하면 ‘경험’은 주체가 현존하는 장으로서 듣고, 보고, 느끼고, 변화를 체험하는 것을 의미하는 것이다. 이에 내담자의 ‘상담경험’이란 상담자와의 관계 안에서 객체로서가 아닌 배려받고 존중받는 주체(김진택, 2008)로서 상

담자와 함께 자신의 어려움을 해결하기 위한 과정에서 느끼고, 생각하고, 달라진 것이라고 설명할 수 있다. 즉 내담자가 상담에서 느꼈던 감정, 상담 과정에서 생각했던 것들과 그 변화, 상담에 가져왔던 어려움의 변화, 상담자와의 관계에서의 경험 등을 포함하는 개념인 것이다.

노인상담 및 내담자의 상담경험에 관한 연구는 국외에서 보다 활발하게 연구되어 왔다. 국외에서는 노인에게 특화된 심리치료모델이나 노인 내담자들만의 상담경험을 질적으로 연구(Hyer, 2014; Knight & Pachana, 2015; Knight & Laidlaw, 2009; Knight & Lee, 2008; McDonald & Haney, 2003; Scogin, 2008)하는 등 독자적인 학문 영역이 구축되고 있다. 이에 반해 국내에서는 노인에게 맞춤형 된 상담이론에 대한 연구 없이 일반상담이론을 바탕으로 대부분의 노인상담이 진행되고 있는 실정이다(이장호, 김영경, 2014; 이호선, 2013; 정미경, 2017). 또한 관련 문헌 연구, 개인상담 혹은 집단상담의 효과 측정, 상담 요구 및 변인의 조사 연구 등 양적연구를 중심으로 이루어지고 있어 노인들의 목소리를 바탕으로 한 내담자의 상담경험에 관한 연구들은 찾아보기 힘들다. 실제로 상담자들은 노인 내담자를 만날 때 도움이 될 만한 제안이나 지식이 부족하다고 하였으며 이로 인해 노인상담을 부정적으로 여기고 있었다(김경은, 2011; Rizopoulos, 2015). 상담경험 연구에서는 상담에 대한 내담자의 불만(문보경, 장성숙, 2001)과 같은 특정한 정서 경험을 살피기도 하는데, 그중 노인 내담자의 상담경험에 관한 연구(고정은, 2016; 송인주, 2013; Hunter, 2011; Mathews, 2016; McIntosh, 2013; Rizopoulos, 2015; Woodhead et al., 2013)들을 살펴보면 내담자의 정체성, 자

아, 상담자와의 관계, 인식변화, 도움 받은 점들에 대해 고찰하고 있음을 알 수 있다. 연구가 부족한 노인상담 분야에서 이들 연구는 노인 내담자들의 상담경험에 질적으로 접근하여 실질적인 이해의 폭을 넓히는데 공헌하고 있다. 하지만 상담자가 관찰한 노인 내담자의 경험 연구이거나(송인주, 2013) 단일 집단상담 사례에서 개인의 정체성의 변화만을 살피고 있어(고정은, 2016) 내담자가 상담에서 느꼈던 감정, 상담 과정에서 생각했던 것들과 그 변화, 상담에 가져왔던 어려움의 변화, 상담자와의 관계에서의 경험과 같은 다양한 측면에서의 상담경험의 생생함과 경험이 지닌 전체성을 이해하기에는 한계가 있다. 또한 다문화상담 모델(MCC, Multicultural Competence Model)과 Erikson의 심리성적 발달단계, CCMS Model(The Contextual, Cohort-based, Maturity, Specific Challenge Model)등 특정 이론의 시각을 바탕으로 상담경험에 관한 질문을 구성하고 분석(Hunter, 2011; Rizopoulos, 2015)하여 경험이 지닌 다른 의미의 다양성을 찾기에는 다소 아쉬움이 있었다. 또한 연구 참여자들의 상담경험을 일반적인 귀납적 분석으로 범주화(Mathews, 2016; Woodhead et al., 2013)하고 노년기의 발달적 특성을 상담 경험으로 도출(McIntosh, 2013)하는 등 진술 내용이나 노년기의 일반적인 심리발달 특성(예를 들면, 상담을 통해 감정 조절과 정서적 지원 등의 도움을 받음, 늙어가는 자신에 대한 내·외적인 불편감 등을 범주로 도출함) 등을 재진술 하는데 그쳐 노인 내담자로서의 상담에 대한 경험이 지닌 본질을 탐구하고 의미를 구성해 내는데 한계를 보이기도 하였다.

따라서 본 연구는 “노인 내담자에게 상담경험의 의미와 본질은 무엇인가?” 라는 질문을

바탕으로 노인 내담자가 상담을 통해 어떤 영향을 받았는지, 상담 과정에서 상담자와의 관계는 어떠하였으며 어떻게 변화하였는지 등의 상담경험을 해석학적 현상학 방법으로 탐구하고자 한다. 해석학적 현상학은 현상학에 내재된 해석학적인 특성이 강조된 방법으로 노인 내담자들의 상담경험의 의미와 본질을 탐구하는데 있어 연구 현장에 대한 이해를 갖춘 연구자의 해석이 현상에 대해 새로운 통찰을 제공하여 생활세계에 대한 이해의 폭을 넓혀준다(van Manen, 2000). 이를 통해 노인 내담자들을 더 깊게 이해함은 물론 노인상담 이론 개발과 상담 개입 전략 등에 대한 기초 지식과 시사점을 도출하고 더 나아가 ‘노인상담’과 ‘노인 내담자’에 대한 통념과 담론들을 적극적으로 해석할 수 있기를 기대한다.

방 법

해석학적 현상학

본 연구는 해석학적 현상학 방법을 통해 노인 내담자의 상담경험에 담긴 본질과 의미를 발견하고자 하였다. 해석학적 현상학 연구는 참여자가 의미를 부여한 경험으로서의 체험(Lived Experience)에 주목하는데, 이때 체험에 부여된 의미는 참여자 개인 혹은 사회의 가치에서 비롯된 것일 수 있다. 특히 노인 내담자와 노인 상담은 사회 및 학문에서 소외된 영역으로 해석학적 현상학 연구 방법을 통해 보다 심층적으로 접근할 수 있다. 해석학적 현상학 연구에서는 개인의 경험 자체만을 분석하기 보다는 연구 주제를 이해하고 주제 현상을 탐구하기 위해 주제 탐구(예를 들어, 생활

세계에서 체험한 개인의 경험, 관련 단어와 관용어, 타인의 경험 공유, 관찰, 문학 및 예술 작품, 면담, 현상학적 문헌 탐구 등)를 진행하기 때문이다(van Manen, 2000). 이러한 반성적이고 다각적인 사유는 본질에 근접한 현상학적 기술을 불러 모아 체험을 되살릴 수 있게 한다. 왜냐하면 우리는 이러한 사유를 통해 인간 사회의 일면과 구조, 노화에 대한 인식 및 인식의 역사 등을 함께 탐구하고 분석하며 심도 깊게 해석하여 노인 내담자들의 상담경험의 본질과 의미에 더 가깝게 다가가기 때문이다. 이러한 과정으로 탐구된 본질과 의미는 마지막으로 ‘보는 능력의 단련’이자 연구 방법으로써 중요한 글쓰기 단계를 통해 독자의 고개를 끄덕이게 하는 현상학적 인식에 대한 공명을 일으킨다(van Manen, 2000, p.59).

연구 참여자

현상학적 연구에서는 연구 주제에 가장 적합한 정보를 제공할 수 있는 연구 참여자를 선정해야 하며 이들을 통해 자료의 적절성과 충분함을 충족해야 한다. 이와 관련하여 3~6명(Smith, Flowers, & Larkin, 2015) 혹은 3~10명(Dukes, 1984)의 참여자가 권장되기도 한다. 하지만 연구 참여자는 현상에 대한 심도깊은 경험 유무와 진술 여부를 기준으로 선정(유기웅, 정종원, 김영석, 김한별, 2018)하기 때문에 참여자의 수는 연구마다 상이할 수밖에 없다. 이에 본 연구자는 노인상담을 3~10년 이상 진행한 상담 전문가에게 단순한 정보제공이나 물리적 지원이 아닌 노년기의 생애와 관련된 5회기 이상 심리 상담을 받고 종결한 노인 내담자를 추천해 달라고 요청하였다. 이에 추천

받은 내담자 가운데 연구에 동의한 8명을 최종 참여자로 선정하였다. 참여자들은 진술의 명확성과 생생함을 위해 최근 1년 사이에 (Olivera, Braun, Gómez Penedo, & Roussos, 2013) 전문상담가(상담관련 자격 소지자 혹은 석사 이상의 전공자)와 최소 5회기의 상담경험이 있는 65세 이상의 노인이며 의뢰 상담이 많은 노인상담의 특성을 포함하고자 자발성 여부는 제한하지 않았다.

모집된 참여자(남성 2명, 여성 6명)들은 60대 2명, 70대 4명, 80대 2명으로 8~22회기의 상담을 받았다. 이들은 대부분 중소도시에 거주(농촌 거주 1명)하고 가정 형태와 학력 수준, 직업은 다양하였다. 참여자들은 가족 및 대인갈등, 빈곤, 우울, 죽음 등 노년기 대표적

인 어려움과 관련된 문제를 지니고 있었고, 2명의 참여자는 지리적 여건으로 인해 자신의 집에서 상담을 받았다. 참여자 가운데는 같은 상담자에게 상담을 받은 이들이 있으며, 편견을 최소화하기 위해 연구에 쓰일 가명을 참여자가 직접 선택하였다. 면담은 1명(건강악화)을 제외하고 3~5회를 실시하였으며 참여자들의 정보를 표 1에 제시하였다.

연구 절차 및 자료 수집

질적 연구에서 자료는 이미 “스스로 말하고 있는 무엇(Data speak for themselves)”(Wolcott, 1994)으로 다양한 종류와 형태의 자료를 수집하는 것을 권장한다. 따라서 본 연구자는 수

표 1. 참여자들의 상담 정보 및 면담 횟수와 시간

참여자 (성별, 연령*)	학력	가족 관계/ 자녀 유무	거주 상태	상담 기간 (총 회기)	호소 문제	상담자 (방문여부)	면담 실시 횟수 및 시간
옥화 (여, 85세)	무학	7남매 중 셋째/유	부부	2017년 4~6월 (8회기)	가족 갈등	상담자1 (방문)	3회 (면대면 2회, 전화 1회) 약 210분
서원 (여, 73세)	고3 중퇴	9남매 중 셋째/무	자녀	2017년 5~11월 (12회기)	빈곤 우울	상담자2	3회 (면대면 2회, 전화 1회) 약 250분
연숙 (여, 73세)	대졸	7남매 중 다섯째/유	부부	2017년 8월~2018년 1월 (12회기)	가족 갈등	상담자2	3회 (면대면 2회, 전화 1회) 약 250분
연희 (여, 71세)	초졸	5남매 중 셋째/유	독거	2017년 8~11월 (10회기)	우울	상담자3	4회 (면대면 3회, 전화 1회) 약 260분
아랑 (여, 66세)	고졸	4남매 중 둘째/유	부부 및 자녀	2017년 6~9월 (9회기)	우울	상담자3	4회 (면대면 2회, 전화 2회) 약 210분
송일 (남, 72세)	고3 중퇴	8남매 중 셋째/유	독거	2017년 6~7월 (8회기)	자살 시도	상담자4 (방문)	4회 (면대면 2회, 전화 2회) 약 280분
현정 (여, 88세)	중학 중퇴	-/유	독거	2016년 12월~2018년 1월 (22회기)	대인 갈등	상담자5	1회(면대면) 약 100분
영민 (남, 69세)	중졸	6남매 중 셋째/유	부부	2016년 4월~2018년 3월 (8회기)	가족 갈등	상담자6	5회(면대면 5회) 약 190분

주. *상담 당시 연령

집된 자료들을 올바르게 분석하고 해석하기 위해 본격적인 연구에 앞서 노인복지기관의 상담사로서 현장 경험을 쌓았다. 연구자료는 관찰(현장 관찰일지, 참여자와 상담자의 비공식 대화기록), 경험(연구일지, 참여자와 연구자의 비공식 대화기록, 참여자의 상담자와 연구자의 비공식 대화기록), 면담(면대면, 전화, 서면) 세 가지 방법으로 수집하였다. 면담은 참여자뿐 아니라 참여자들의 상담자 4인과 보조 면담을 진행하여 노인 내담자들의 상담경험을 다각적으로 이해하고자 하였다. 그 외에 참여자가 제공하고 연구자가 취합한 자료(면담 당시 고른 사진, 상담 및 면담 결과물, 인생노트, 노인집단상담프로그램 매뉴얼, 상담기관 구조도, 주제와 관련된 문학과 예술작품 및 연구자료)를 수집하였다. 수집된 자료는 필요에 따라 연구 결과에서 면담 자료와 함께 인용되었다.

면담은 본 연구의 가장 주된 자료를 수집하는 과정으로써 2017년 11월부터 2018년 7월까지 모집된 참여자들과 2018년 5월부터 9월까지 면담을 실시하였다. 면담에 활용한 반구조화된 질문지는 선행연구와 관련 문헌들을 통해 도출되었으며, 개발 과정에서 파일럿 인터뷰를 실시하였다. 면담은 내담자의 상담경험에 관한 것으로 면담 질문은 내담자의 상담경험은 상담자와의 관계에 영향을 받는데(장재홍, 권희경, 2002; Howard, Orlinsky, & Trattner, 1970; Hunter, 2011), 상담이 시작되기 전이나 종결 이후에는 상담자와 관련된 상담경험의 관계성 측면을 살펴보는데 한계가 있어 상담자와의 면대면 상담이 이루어진 기간에 한정하여 질문을 구성하였다. 면담질문은 선행연구(Hunter, 2011; McIntosh, 2013; Rizooulous, 2015)들을 참고하여 체험의 공간성, 신체성,

시간성, 관계성으로 구체화하였다. 질문의 예를 들면, 어르신이 상담실에서 말씀하시는 것과 집에서 말씀하시는 데는 어떤 차이가 있나요?(공간성), 나의 몸이나 건강상태로 인해 상담에서 불편한 적이 있으셨나요?(신체성), 상담실에서 보내는 시간과 상담실 밖에서 보내는 시간은 어떻게 다른가요?(시간성), 상담자와 있었던 일 중 가장 기억에 남는 일을 말씀해 주세요.(관계성)등이 있다. 실제 면담은 “어르신이 경험한 상담에 대해서 편하게 이야기해 주세요.”라는 개방형 질문으로 시작하였으며, 면담의 마지막에는 연구자가 개발한 “어르신에게 상담을 받는다는 것은 어떤 것이었나요?”라는 핵심질문을 통해 참여자의 상담경험에 대한 느낌과 생각을 직관적으로 물어 그들의 경험을 이해할 수 있는 개념을 탐색하였다. 면담 후 참여자들의 비언어적인 특징과 표현, 의미있는 표현들을 연구일지에 기록하고, 필요에 따라 추가 면담을 실시하였다. 녹음에 동의하지 않아 대화를 요약본으로 작성한 1명을 제외하고 7명의 참여자의 면담 내용은 당일 전사본을 작성하였다.

자료 분석 및 해석

정보 수집과 분석 및 해석 그리고 글쓰기는 2018년 5월부터 2019년 1월까지 순환적으로 이루어졌다. 수집된 자료의 분석은 연구자의 의식이 편향되지는 않았는지 끊임없이 점검하면서 도출된 개념과 주제에서 생성된 범주들의 의미를 적극적으로 주체적으로 탐색(신경림, 조명옥, 양진향, 2010)하고자 하였다. 이에 참여자들의 상담경험에서 뚜렷하게 나타났던 체험의 정서성을 추가하여 공간성·신체성·시간성·관계성의 실존적 구조에 유의해 수집

된 자료들을 반복적으로 읽고 살펴보는 것을 시작으로 귀납적·순환적인 방법으로 자료를 분석하고 해석하였다. 두 방법은 질적 연구에서 가장 전통적이고 일반적으로 실시되는 분석 방법(Smith et al., 2015)으로 귀납적인 분석이란, 경험 자체로 돌아가서 체험의 의미를 찾는 것을 말한다. 이를 위해 면담 전사본을 포함한 모든 자료들을 숙지하여 자료의 인상 파악, 면담 자료의 줄단위 요약 및 분석, 경험의 실존체별 구분, 하위 범주 도출, 상위 범주 생성과정을 거쳤다. 순환적인 분석이란 새로운 주제와 범주가 개선되거나 혹은 변화되는 질적 연구의 특징에 따라 자료와 범주를 반복하여 살펴보는 방법(Smith et al., 2015)이다. 이를 통해 면담 자료가 어떤 본질적 주제를 담고 있으며, 체험의 본질적 주제들이 면담을 포함한 모든 자료에서 어떻게 드러나는지를 확인하였다. 이러한 과정을 통해 전체와 부분을 균형적으로 바라보고 부분들의 관계를 구조화시켜 전체 경험을 설명하는 범주를 도출할 수 있었으며, 같은 상위범주 내 모순되어 보이는 하위범주들은 상위범주의 의미를 더욱 뚜렷하게 드러내기도 하였다.

연구의 윤리적 고려와 타당성

본 연구는 참여자의 의사와 심리적·신체적 건강을 우선순위에 두고 이루어졌다. 연구에 앞서 참여자에게 연구 목적, 참여 방법, 연구 참여로 인한 이로운 점과 해로울 수 있는 부분, 참여에 대한 대가 등을 구두 및 설문지로 자세히 설명하고 동의 받았다. 연구 참여자들의 이름은 가명으로 표기하였으며 기록을 원치 않은 내용은 전사과정에서 삭제하였다(생명윤리위원회 연구승인, KNUE-2018-H-00190-1).

질적 연구자는 현상을 바라보는 자신만의 관점을 지니고 있는데, 본 연구자는 구성주의와 비판이론적 관점에서 참여자의 경험에 내재된 본질과 의미를 찾고 전문가들과의 논의를 통해 타당성을 유지하고자 하였다.

이를 구체적으로 살펴보면 첫째, 상담심리 전공 교수 1인, 질적연구 전문가이자 평생교육전공 교수 1인, 노인상담 연구를 주로 하는 상담심리 박사 1인을 포함한 상담심리전공 박사 2인과 상담심리전공 박사과정 1인으로 이루어진 전문가 집단과 상담을 받은 적이 있는 경험자 집단(개인 및 집단상담 경험자 4인)과의 논의를 거쳐 경험의 본질을 분석하고 의미를 해석하고자 하였다. 질문지는 전문가 집단의 교수 2인과의 4차례 논의를 거쳐 중립성, 내용을 보완하고 경험자 집단과의 2차례 논의를 거쳐 질문지의 이해 정도, 진술가능 여부를 점검받았다. 둘째, 충분한 정보를 확보하고자 관찰, 경험, 면담을 통해 자료를 수집하고 관련 문헌 및 타학문의 자료를 수집하여 그 안에 내재된 의미들을 분석하였다. 특히 관찰과 경험을 통한 자료들은 면담을 통해 수집한 참여자들의 경험 이해와 그 의미에 대한 심층적인 탐구의 보조자료가 되었으며, 결과 기술 자료로 활용하기도 하였다. 셋째, 원경험이 훼손되지 않고 결과에 충분히 담겨 있는지를 살피기 위해 전문가 집단과 함께 불일치적 증거나 진술(예를 들어 상담자로 인해 불쾌한 상황에서도 상담자에게 무한한 호감과 무조건적인 신뢰를 강조하거나 대부분의 참여자들이 내적인 상담 작업에 대한 경험을 이야기하는 반면 생활환경 개선 등의 복지 서비스 연계 경험만을 이야기하는 참여자의 경험 등)을 찾아 주제를 확인하고 분류하는 과정을 반복하였다. 넷째, 참여자의 경험을 ‘말’로 전달받아

이해하여 ‘글’로 기술하는 과정에서 의미가 희미해지거나 왜곡되지 않도록 참여자의 언어를 활용하였다. 이 과정에서 모든 경험을 포괄할 수 있는 표현을 찾고자 하였으며 이를 전문가 집단의 피드백을 받아 검토하였다. 또한 연구자는 연구의 전 과정에서 연구자의 의식이 편향되지 않도록 상담심리 및 질적연구 전문가의 자문을 받았다.

결 과

노인 내담자의 상담경험의 본질과 의미를 해석한 결과, 상담초기의 노인 내담자는 ‘나’를 인식하고 이에 집중하기 보다는 상담자나 외부 시선을 좇는 모습으로 상담에 참여하는 것을 발견할 수 있었다. 하지만 상담이 진행될수록 바닥까지 나를 드러내면서 ‘나’의 생각과 행동, 그리고 그렇게 생각하고 행동했던 것에 대한 이해와 통찰을 통해 변화하고자 노력하였다. 이러한 모습은 봉사활동 참여나 새로운 직장을 갖거나 노력하는 등 미래의 시간을 채워나가는 모습으로 나타났다. 이와 같은 일련의 경험을 본 논문에서는 “가릴 것 없이 드러내고 받아들여짐으로써 있는 존재로 나아가기”라는 핵심 주제로 명명하였다. 이러한 핵심 주제 아래 “없는 채로 존재하다”, “버림받았던 내가 관심의 대상이 되다”, “나와 너의 경계를 무너뜨리다”, “수십 년을 돌아 나를 마주하다”, “죽음에 가려져 있던 미래를 되찾다”의 다섯 가지 본질적 주제가 도출되었다. 이에 본질적 주제와 그에 따른 하위 주제들을 면담자료 및 관련된 문학작품 등 수집된 자료와 함께 제시하였다.

없는 채로 존재하다

이름 없이 부르는 대로 임하다

참여자들은 상담에서 이름이 아닌 ‘어르신’이라는 호칭으로 존재하고 있었다. 상담자들은 ‘어떻게 불러드릴까요?’ 라고 묻지 않았으며, 참여자들 역시 ‘이렇게’ 불러달라고 요청하지 않은 채 ‘어르신’으로 불리고 있었다. 상담에서의 호칭은 상담자로부터 주어지는 것으로 당연히 받아들여지면 되는 것이었기에 노인 내담자들은 상담에서 자신이 이름 없이 존재한다는 것을 알아채지 못했다. 따라서 ‘상담에서 어떻게 불렀느냐’는 연구자의 질문은 참여자들을 순간 당황하게 하였으며, 질문을 받은 그들은 잠시 멈칫하였다.

그게 왜 궁금할까? 어떻게 해도 상담자가 편하신 대로. 부르는 대로 내 입장에서는 그냥 부르는대로 불리는 게 맞지. 개의치 않아요. 내 이름을 어떻게 부르냐는 내가 어떻게 할 수 있는 부분이 아니에요. ... 그냥 “어르신~” 이렇게 불러요. (웃음) [서원]

(어리둥절한 듯) 뭐라고 부르냐니? 예이구, 어르신이라고 해도 좋고 옥화라고 해도 좋고 난 암거래도 좋은 디 (멈칫) 글썸 그런 생각이 드네... 그냥 옥화 할머니라고 부르면 더 좋았을 것 같네. 옥화는 옥화고 늙었으니 할머니가 맞잖여. 근디 이름 안하고 어르신, 어르신 하더라고. ...(한숨) [옥화]

참여자는 상담에서 상담자에게 불리는 대로 머물러야 한다고 생각하였다. 하지만 모든 인

간은 있는 그대로의 나로서 존재하고, 그런 본연의 나를 바라봐주는 누군가를 만날 때 보다 의미있는 존재로 삶을 영위할 수 있다. 본연의 나를 그대로 바라봐준다는 것은 나의 존재가 받아들여진다는 것이며 그로 인해 나다운 나로, 더 나은 내가 될 수 있는 것이다. 이는 나와 너 상호간에 이루어지는 일로서 상담에서 이름 없이 존재하는 참여자들의 체험은 김춘수(1984)의 「꽃」에서 회자되는 존재와 존재와의 만남을 되새기게 한다. 「꽃」에서 시인은 ‘우리들은 나는 너에게, 너는 나에게, 모두 잊혀지지 않는 무엇이 되고 싶다’고 말한다. 시인 뿐 아니라 우리 그리고 참여자 역시 서로에게 각자의 빛깔과 향기에 맞는 이름을 불러주어 서로에게 잊혀지지 않는 의미가 되기를 바란다. 하지만 참여자들은 상담에서 나만의 향기를 지닌 꽃이 아닌 수많은 꽃 중 ‘하나’로써 여기 있었던 것으로 보인다.

이끄는 대로 따라가다

참여자들에게 상담자는 그들의 상담에서 매우 의미있는 사람이다. 이들은 ‘내가 뭐가 중요해~. 상담자가 중요해지.’ 라며 자신이 아닌 상담자를 향하고 있었다. 이들은 상담에서 적극적으로 ‘말’하고 있었음에도(이장호, 2005) 주체적이지는 않았다. 즉 이들은 그들이 하고 싶은 ‘말’을 하기 보다는 상담자의 질문에 ‘대답’하고 있었으며 상담자가 정답을 알려주기를 기대했다. 참여자들은 자신이 상담자와 동등하다고 여기지 않은 채 권위자인 상담자를 따르는 낮은 자리에서 낭랑하게 목소리를 내고 있었다.

상담자의 말을 잘 듣는 게 나한테는 더 나은데, 상담에서 ‘왜 내가 상담자 말

에 귀를 기울이지 않았을까?’ 하는 그 후회감이 남더라구요. 왜 그걸 놓쳤지? 내가 그 순간 말을 하지 말 것을... 하지 말았어야 하는데... 그런 생각이 들어요. ... 내가 듣는 쪽으로 하면 조금 더 많은 걸 얻었을 텐데. [아랑]

만 말은 안 해 줘, 그저 내려놓으랴 자꾸! (목소리 높아지며) 진짜 답답했어. (연구자: 답답하던 말씀을 상담자에게 왜 안 하셨어요?) 그게, (멈칫) 선생님... 선생님이니까. 아무치키 나는 무식하니께, 아무것도 모르잖아. 거기는 선생님이고 나는 학생이께. 나이가 60살만 되도 ‘아니라고’ 대거리를 했을 거인디. ... 묻는 말에 대답하는 수밖에 없었지. [옥화]

참여자들에게 상담자란 ‘내가 모르는 것보다 알고 있는 선생님’이었다. 그들은 스스로를 힘겨움의 막다른 골목에서 상담이라는 마지막 대안을 찾아 온 학생으로 여기고 상담자가 자신이 해결하지 못한 문제의 정답을 알려주면 성실히 잘 배워가고자 하였다. De Beauvoir (1970) 역시 「노년」에서 셰익스피어의 시를 인용하며 노년기를 신체, 지위, 생각이 없어진 채 모든 것을 새로 배우고 의지해야 하는 유아기와 같은 시기로 소개하고 있다.

굵고 남성적이던 그의 음성은
어린이의 가성처럼 변하여, 목구멍
속에서 식식대며 췌소리를 내네.

이도, 눈도, 취향도, 아무것도 없는
기이하고도 파란만장한 이야기의 최후
판도는 제 2의 유아기, 완전한 망각.

[셰익스피어(De Beauvoir, 1994에서 재

인용)

나약해진 노년기의 몸과 낮아진 사회적 지위는 노인들에게 무능함을 느끼게 한다. 노인 내담자가 일상에서 느끼는 위축되고 자신없는 마음들이 상담에서는 상담자만을 좇고, 상담자가 이끄는 대로 따르는 모습으로 나타나는 것은 아닐까?

달게 말하고 쓴 것은 삼키다

‘귀머거리 삼 년, 병어리 삼 년, 봉사 삼 년’이라는 말이 참여자들이 살아온 시대의 관용어였듯이 참여자들은 인고의 체험이 당연하던 세대이다. 이는 상담에서도 마찬가지였다. 이들은 상담자에게 느끼는 답답함, 서운함, 무시당한 느낌은 참고 삭히는 반면 고맙고 친밀한 마음들은 아끼지 않고 표현하였다. 즉, 긍정적인 정서표현을 중심으로 상담자와의 관계를 유지했는데 이는 그들 평생의 상호작용 방식이기도 하였다. 참여자 송일은 ‘바쁘면 그만 와도 된다.’라는 자신의 말에 상담자가 ‘그럴까요?’하자 그만 서운해지고 말았다. 오지 말라고 해도 기어코 찾아오기에 마음의 문을 열어줬더니만 오지 말라 한다고 대변에 그만 온다니 별걱 서운함이 일지 않을 수가 없다. 하지만 그는 힘들면 전화하겠다고 오히려 상담자를 안심시켰다. 낮아지는 말소리와 느려지는 말투, 착잡한 표정에서 당시의 아쉬움과 서운함이 그대로 전해졌다.

바쁘면 그만 와도 된다고 했더니, 그럼 그만 와도 되겠어요? 그러드라니까. 서운하드라고. 아주 그만 오는 건 아니고 나중에 제가 외로움을 느끼면 전화할게... 그랬지. 그러세요. 그러더라고... 그러더니

이제 가끔 전화가 와. 허물없이 속말 다한 사람인데... 친구처럼 지낸 사람인데...

[송일]

또 다른 참여자 서원은 상담을 요청하는 자신에게 상담자가 ‘예약하고 오세요.’라고 하자 순간 못 살아서 무시당했다는 생각이 들었다. 하지만 이런 생각은 ‘내가 갑자기 상담을 해 달라고 하니 그렇지.’라는 자기 설득의 말과 그렇잖아도 바쁜 상담자에게 상담해달라고 한 것에 대해 미안한 마음으로 이내 묻히고 말았다.

‘예약을 하고 오세요.’라는 말이 순간적으로는... 옛날의 내 모습이라면 이런 상황을 겪었을까? 하는 생각이 드는 거예요. 그런 걸 순간적으로 무시당하는 그런 느낌이 순간에 스쳐가는 바람같이 느껴지는 거예요. 그런데 그냥 스쳐가는 바람같이 느끼는 거지 크게 느끼는 건 아니예요. 생각해보면, 아, 이해를 하게 되는 거죠. 오히려 미안한 감이 드는 거지.

[서원]

옥화는 면담을 마치고 연구자를 배웅하던 길에 마주한 나팔꽃을 보며 상담 받을 때의 기분이 ‘딱, 저 꽃 같았어!’라며 참 좋았다고 말했다. 그녀 집 앞의 나팔꽃은 꽃을 발견한 그녀의 환한 얼굴처럼 활짝 피어 있었다. 하지만 사실 옥화는 상담을 받아도 화병까지 일으킨 자신의 어려움이 해결되지 않자 상담자에게 엄청난 답답함과 회를 느끼던 내담자였다. 면담 당시, 상담에서의 마음을 뽕뽕 동여매진 실패로 설명하던 그녀는 실제 상담에서는 실처럼 움매인 자신의 마음에 대해 단 한

마디도 하지 않고 상담자를 귀인(貴人)이라 부르며 칭찬을 아끼지 않았다.

버림받았던 내가 관심의 대상이 되다

들어주는 것, 그저 그것만으로도

상담자를 만나는 날의 아침은 평소와 다르다. 흥이 사라진 지 오래된 일상이지만 그날은 콧노래가 나오고 두 팔이 절로 들릴 만큼 참여자들의 마음은 설레고 신이 난다. 상담실을 가는 한 시간의 길도 전혀 길지도, 힘들지도 않다. 무엇이 이들을 이렇게 만들었을까? 참여자들은 상담자가 말을 할 틈이 없다고 느낄 만큼 많은 이야기들을 쏟아낸다. 그들의 이야기는 65년 이상의 역사 속에서 켜켜이 응축되었다가 터져 나온 것으로 참여자들에게 ‘나의 이야기를 들어준다는 것’은 나의 존재를 받아들여주는 것과 다름없었다.

이렇게 나이가 많으면 절대 자식한테 못하는 거 많아요. 자식은 부모가 하는 이야기를 듣기 싫어해요. 우리가 얼마나 불쌍하냐... (이렇게) 이야기하면 들어줘야 하지... 그런 취급당하기 전에 얼른 가야지(죽어야지)... 하는 생각이 들어. 그런데 상담자는 들어주니까... [현정]

이야기를 하다 보면 길어지는데 다 받아주더라구요. 중간에 끊으시지 않으시고 물 마셔가면서 하라고. 이야기가 길어지면 다음에 하라고 하실 텐데 그게 아니라 ... 잘 들어주니 얼마나 고마워요. ... 들어주는 것만으로도 나는 감동을 받은 거예요. [연희]

노인 내담자를 만나는 상담자들 역시 ‘이야기를 들어주는 것’을 의미있게 인식하고 있었는데 상담자 3은 ‘듣는 것’은 이후의 상담 개입을 위해서 반드시 필요한 부분이라고 하였다. 그가 만난 노인 내담자들은 과거의 이야기가 매우 많고 상담에서 주로 과거에 머무르는 내담자였다. 과거에서 빼내려고 할수록 내담자들은 과거 이야기를 더욱더 반복할 따름이었다. 하지만 이를 수용하고 충분히 인정해줬을 때 노인 내담자들은 과거에서 벗어나 현재와 미래에 대해서 이야기하기 시작했다. 들어주는 이가 부재한 참여자들에게 ‘나의 이야기를 잘 들어주는 것’은 물질적인 돌봄은 물론 정서적인 측면까지 포함한 밀도 높은 돌봄의 경험으로서, 나의 삶을 인정해 주는 보다 근원적인 체험과 가까웠다. 즉, 노인 내담자에게 ‘들어줌’이란 상담자에게 당연하게 기대하는 태도이자 내담자가 변화하기 위해 반드시 충족되어야 할 핵심적인 관문으로 보인다. 나의 이야기에 귀를 기울여주는 상담자는 ‘없는 채로 존재하는’ 노인 내담자들에게 자신의 존재를 확인해주는 통로일지도 모른다.

궁금해하며 자상하게 물어봐주는

노인들에게는 노년기를 동행하거나 삶을 공유하는 친밀한 사람이 필요하지만 은퇴나 죽음 등으로 인해 주변에 그런 이들이 흔치 않다. 사람이 귀한 참여자들에게 상담자는 너무도 반가운 사람이며 상담시간 역시 하루 종일 있어도 말 한마디 걸어주는 사람 없고, 나이 들었다고 사람취급 하지 않는 사회에서 홀로 이겨내야 하는 시간과는 전혀 다른 시간이었다. 상담자들은 상담할 때마다 항상 잘 지냈냐고, 아프진 않냐고 물었다. 내가 어떻게 살아왔는지, 어떤 일을 하는 사람이었는지를 알

고 싶어 했다. 상담을 하면서는 어떤 마음이 드는지, 어떤 생각을 하는지도 집요하리만큼 물어댔다. 이야기를 하면서 짜증이 나기도 했지만 참여자들이 상담을 후회하지 않았던 까닭은 자신의 이야기를 다 들은 상담자의 ‘고생 많이 하셨네요.’라는 말 한마디와 눈물을 닦아주던 그의 마음 덕분이었다.

요양보호사가 일주일에 세 번 오거든요. 자기 돈 벌기 위해 왔다 가는 거지 대화 상대는 되지 않잖아요. 식구도 없지, 대화 상대도 없지... 그러니까 상담자가 자세히 물어봐 주고, 대화해주니까 속이 후련해지고 가슴이 뻥 뚫리는 거야. 지나온 일들, 내가 해 왔던 일들, 지난 과거 일들 다 자세하게 물어보니까. 집에 오면 내 이야기부터 묻거든요. [송일]

상담실에서 자꾸 자상하게 물어 봐싸. 자상하게 자꾸 물어보니까 내가 하지. (연구자: 다른 곳에서는 어떤가요?) 다른 곳에서는 뭐, 자세하게 물어봐주는 사람이 있나... 물어보지도 않지. [옥화]

Yalom(2006) 역시 소설 「니체가 눈물 흘릴 때」에서 물어보는 것의 의미를 언급하고 있다. 소설 속의 상담자인 브로이어는 우울과 절망에 빠진 채로 상담자가 개입할 할 틈을 주지 않던 니체에게 질문으로 다가간다. 브로이어가 니체에게 그의 일상과 증세와 관련된 정보들을 구체적으로 물으며 관심을 표현하자 니체는 긴장을 풀고 조금씩 자신의 이야기를 드러내기 시작했다.

니체(내담자)는 주의 깊게 경청했다. 사

실상 그는 브로이어(상담자)의 질문에 인정한다는 표시로 고개를 끄덕이기도 했다. 브로이어에게 이것은 전혀 놀라운 일이 아니었다. 자기 삶에 대해 상세히 물어보는 것을 은밀하게 즐기지 않는 환자를 본 적이 없기 때문이다. 세밀하게 들여다볼수록 환자는 그것을 점점 더 즐기게 된다. 타인의 관심을 누리고 싶은 마음이 누구에게나 있었다. [Yalom, 2006]

상담실은 내담자들에게 소외당하고, 외면당하는 바깥세상과는 다르게 나를 궁금해 하는 이가 있는 내가 주인공인 세상이었다. 이들에게 ‘상담자가 물어본다는 것’은 ‘들어주는 것’과 마찬가지로 자신에 대한 관심이자 자기 존재에 대한 인정받는 것과 다름없었다.

나와 너의 경계를 무너뜨리다

팔이 상담자 쪽으로 굽는다

참여자들이 무너뜨리는 ‘나와 너의 경계’는 나의 아픔을 아는 한 사람을 향한 기약 없는 이끌림과 따뜻한 돌봄과 소통이 가능한 관계에 대한 강력한 지향에서 비롯된 것으로 보인다. 상담자의 웃음어린 눈빛과 편안한 얼굴, 일어나 맞아주는 모습, 날이 서 있지 않은 말투는 참여자들의 긴장감과 주저함을 없애주고 상담자에게 기약 없이 이끌리게 하였다. 참여자들은 상담자를 마음 한 켠에 두어 의지하고 있었으며, 팔이 안으로 굽듯이 일관되게 긍정적으로 회상하였다.

... 친절하게 해주시고. 전문가구나, 딱 마음이 오더라구. 인품이 풍겨 나오는 것도 있고. 나를 대하는 태도가 다 맘에 들

있어요. 말 한마디 한마디가 진심으로 말하는 거 같고. 애써주는구나. ... 회사 경리 아줌마는 나를 무시하는데 선생님은 진심으로 나를 위해서 도움이 되고자 하는 그런 거였어요. [아랑]

참여자들은 면담 도중, 상담자를 대변하기도 하였다. 참여자 연희는 상담 외 시간에 상담자와 통화가 어려웠던 경험을 이야기하면서 상담자가 일부러 안 받는 게 아님을 여러 차례 강조하였다. 상담자가 오해받지 않도록 미리 나서서 두둔하는 모습은 자신도 모르게 상담자를 향해 있는 그들의 모습을 보여준다.

목소리가 듣고 싶어서 전화를 했어요. 근데 안 받으시더라고. 내가 전화를 하면 너무 잘 받아주시는데... 내가 전화를 했다고 해서 안 받아 주시는 분이 아니거든요. 상담하고 있을 수도 있고 자기 불일 볼 수도 있는 거니까. ... 전화를 받기 싫어서 안 받는 그런 분이 아니셔. [연희]

참여자들은 상담자와의 나이 차이와는 상관없이 상담자가 인간으로서 그리고 상담자로서 참 좋은 사람이었음을 강조하였다. 상담자와 30년의 나이 차이가 나던 옥화는 상담자가 너무 젊어 자신을 이해하지 못할 것을 걱정하였다. 하지만 이내 상담자는 비밀을 지켜주는 신부님같은 사람이기에 믿을 수 있다고 했다. 이들은 상담자와 동년배라서 좋은 점을, 10여년 차이가 나서 좋은 점을, 30여년 차이가 있음에도 상담자로서 충분했던 점을 찾아 이야기하면서 자신의 상담자에 대해 무조건적인 긍정의 태도를 취했다.

처음에 딱 문을 열고 들어가는 디, 선생님께 내게 대면 어린애 아닌가? 내 몸은 아주 그냥 철창맹기로 촘촘하고 썩어빠진 아가씨 같은 선생님이(허허) 내 뜻을 알아 줄려나? ... 자상하고 푹푹해 보이고 첫인상이 딱 눈에 들어. 말도 이쁘게 하고, 친절하게 할라고 하더라고. 상담소를 하니 오죽 푹푹하겠어? 푹푹하니까 선생을 하지, 괜찮은 사람이여. [옥화]

참여자들의 상담자를 향한 긍정의 태도는 래포 형성과 상담목표에 이르는 디딤돌이 되어주고 있었다. 하지만 이러한 태도는 상실이나 관계 단절로 인한 노년기의 관계 부재를 상담자를 통해 채우고자 하는 내담자의 욕구를 보여주는 것이기도 하다. 또한 이를 통해 상담자와의 관계를 귀하게 여기는 만큼 상담자와 함께 하는 상담 역시 긍정적으로 인식하고자 하는 참여자들의 심리적인 태도를 이해할 수 있다.

허물없는 친구가 되길 바라다

참여자들이 경험하는 내담자-상담자 관계를 상담학 서적에서 설명하는 치료적 관계로 설명하기엔 다소 미흡한 부분이 있다. 이들은 상담자와 개인적인 관계로 발전되길 바라며 실제로 상담자를 친구, 연인, 배우자, 가족으로 여기고 있었다. 언제든지 상담자와 ‘상담같은 대화’를 하는 사이이길 바랐으며, 선물을 주고 함께 식사하는 것이 가능하다고 생각했다. 집에서 상담했던 참여자 역시 상담자가 ‘자청해서’ 더 자주 와 오기를 바랐고, 지나가는 길에 갑자기 들르더라도 언제라도 두 팔 벌려 환영하였다.

내담자, 상담자 이런 거 구분짓기 보다는, (복지관)식당에서 밥 먹으면서, 차 마시면서 자연스럽게 이야기하고. 때와 장소가 없었던 거 같아요.. 너무 친숙해진... 섞여 있는 그런 인간관계가 된 거예요. 아는 언니 동생, 선배 후배 이런 식으로 다가왔기 때문에 상담? 이진 아니었어요. [연숙]

상담자는 친구, 연인, 남편, 선생님 다 돼요. 친구 같은 상담이죠. 지금도 슬퍼도, 기뻐도, 물건을 보면 상담자 생각이 나요. 선생님을 제가 알잖아요. 어떤 스타일인지 뭐가 필요한지... 좋은 게 있으면 같이 하고 싶고 ... [서원]

상담자와의 관계를 개인적인 관계로 인식하고 있는 참여자들에게 상담실 밖의 제한된 만남과 만족스럽지 않은 친밀감은 상담에 대해 체념하거나 종결을 앞당기게 하였다. 이들이 원했던 것은 상담과 상관없이 앞으로의 삶에서도 상담자와 교류하며 지낼 수 있는 인연이었기 때문이다.

허심탄회하게 내 속을 다 이야기하고 다 들어주니까 친해진 것 같애. 그런데 기분 나쁜 거는 오늘 뭐가 먹고 싶은데 같이 가서 먹자 했더니 절대 안 가려고 그래. 가줘도 되겠더라... 자식 같으니까 밥이라도 먹고 사주고 싶고... 밥이라도 같이 먹었으면 내가 (상담)오지 말란 소리를 안 했을 건데. [송일]

이와 같이 노인 내담자들이 지닌 상담자와 개인적인 친밀한 관계가 되고자 하는 바람은

상담자에게도 전해졌다. 상담자들은 내담자들의 기대를 알고 있었으며, 그들 역시 내담자에게 내담자 이상의 깊은 친밀함을 느끼고 있었다. 하지만 자신의 태도를 상담자 스스로 점검하고 있었으며 이로 인해 상담관계를 해치지 않도록 각별히 신경쓰고 있었다. 상담자들이 바라보기에 노인들은 매인 직장이 없고 크게 바쁘지 않은 일상으로 인해 아무 때나 상담실에 찾아와 이야기를 하고 싶어 하는 특성을 가지고 있는 내담자였다. 상담자 2는 “구조화가 잘 안 되죠. 그런 부분이 정말로 힘들더라구요. 저도 저만의 영역이 있고 할 일들이 있잖아요. 그걸 침범당하는 거잖아요.” 라고 말하며, 노인 내담자에게 적절한 치료적 관계는 무엇일지에 대해 고민하고 있었다.

수십 년을 돌아 나를 마주하다

처음으로 내 인생의 바닥까지 이야기 함

참여자들의 상담은 그들 평생의 첫 상담이었다. 무엇을 어떻게 말해야 할 지, 상담자는 어떤 사람인지도 모른 채 마주한 ‘상담’은 그들의 이야기를 하는 자리였다. 참여자들이 상담에서 꺼내 놓은 이야기들은 들어줄 이 없고, 말해도 되는지도 몰라서 평생 동안 한 번도 입 밖으로 꺼내지 못한 일들이었다. 가리고 싶은 치부이기도 했으며, 인생 중 가장 절망스러웠던 순간이기도 하였다. 참여자 연희는 딸만 셋을 낳아 구박받고, 남편이 죽은 뒤 남편 잡아먹은 년으로 살아온 지난 30여 년 동안 까칠하고 도도하고 냉랭하다는 뜻의 ‘까도냉’이라 불렸다. 세상에서 받은 상처로 인해 나의 기쁨과 아픔을 나누지도, 주변의 기쁨과 아픔을 들여다보지도 못했던 그녀는 상담에서 자신의 70년 인생 전체를 되짚어 보며 처음으

로 상처를 치유하고 있었다.

처음으로 내가 불행했던 거, 행복했던 거를 이야기했던 것 같아요... 이야기하기 멋쩍잖아요. 그런데 어떻게 하다보니까 말이 길어졌더라고... 시댁 이야기, 어떻게 애들 키우며 살았는지, 남편이 어떤 병으로 갔는지도 ... 생각해보면 이야기를 안 했으면 지금도 병이 안 나왔을 것 같아요. [연희]

참여자들에게 나의 이야기를 한다는 것은 아무리 상담이라 해도 창피하고 자존심이 상해서 주저되는 일이었다. 인내가 미덕이었던 이들에게 수치스러운 일이기도 하였다. 적당히 가려서 이야기를 해보려 했지만 상담자는 제대로 이해하지 못했고, 참여자들 역시 이해받는다는 느낌을 받지 못했다. 이들의 마음속에는 ‘내 이야기’를 함으로써 나를 제대로 바라보고 싶은 마음이 자리 잡고 있었다.

집안 이야기가 처음엔 너무 창피했어요. 생각도 못한 아픈 거는 안 나오더라고요. 상담자이지만 내 이야기라... 정말 기가 맥히는...그 깊은 뿌리까지 이야기는 못하니까. 그러니(이야기를 안 하니) 상담자가 탄 소리를 하는 거예요. 그래서 다 이야기를 했지. 아주 속에 있는 이야기, 뿌리까지... [현정]

사실상 자존심... 다 보여주는 거니까. 처음엔 가려가면서 했는데, 나중에는 꺼내지더라고. 끄집어내서 이야기를 한다는 것만으로도. ... 상담에서는 가린 거 하나 없이 그대로 드러내고 싶은 마음이었던

것 같아요. [서원]

이들이 ‘처음으로 인생의 바닥까지 이야기’한 경험은 지금보다 나아지기 위해 내딛은 첫 걸음이자 자신과의 만남이라고 설명할 수 있다. 몽테뉴(Michel Eyquem De Montaigne, 2016)는 노년기에 대해 “다른 사람에게 쓸모없고 불쾌하고 귀찮은 존재가 되는 이 쇠퇴기에는 자기 자신에게마저 쓸모없고 불쾌하고 귀찮은 존재가 되지 않도록 해야 한다. 자기가 한 일을 스스로 자랑하고 스스로 어루만져라.”고 하였다. 이처럼 참여자들에게 상담이란 ‘스스로 자랑하고 스스로 어루만져’ 소외된 자신을 회복시키려는 노력이었던 것이다.

새 돋보기로 나를 바라봄

상담에서는 분리된 자아들이 만나 자아가 확장되거나 통합되기도 한다. 통합된 자아는 자신으로부터 ‘소외’되지 않은 상태를 의미하며 이는 새로운 삶의 시작점이 된다. 참여자들은 ‘처음으로 내 인생의 바닥까지 이야기’한 경험을 통해 그동안 소외시켰던 내면을 정면으로 마주하였다. 즉, 상담은 자신을 보여주는 거울이자, 새로운 삶의 방법을 찾게 하는 돋보기와 같았다. 참여자들은 상담을 통해 바깥 세상을 향한 문을 스스로 닫았음을 깨닫고, 항상 누군가와 지냈던 평생의 세월이 독거노인으로서의 삶을 더 괴롭게 만든다는 것을 깨닫기도 하였다. 이러한 발견은 자신의 삶을 새롭게 바라볼 수 있게 하였다.

마누라 죽고, 사랑하는 여자 떠나보내고, 애들도 분가하고... 복합적으로 ‘에이씨 죽고 싶다!’ 이렇게 생각한 것 같애. 근데 죽은 사람은 죽은 사람이고 헤어졌

으면 끝내야지, 왜 내가 미련 갖고 목숨 걸고 죽으려고 하는가. [송일]

내가 집에서 다르게 하니, 아내와 편해지고 애들까지도 나를 대하는 게 달라지더라구... 타고난 성격은 못 버려요! 지금도 애들이나 집 식구가 짜증나는 이야기를 하면 짜증이 나지. 그러면서도 아차! 하는 생각을 해. 내가 이래서는 안 되겠구나. 고집대로 살아오던 내가 고집을 내려놓은 거지. [영민]

참여자들의 이러한 모습은 Rogers의 노년의 삶에서도 발견할 수 있었다(1980). Rogers는 아내 Helen이 몹시 아파 24시간 유사시(有事時)를 대기해야 하는 간병인으로, 가정부로, 작가로 그리고 많은 곳에서 찾는 전문가로서 살아야 했다. 그가 거의 지쳐 나가떨어질 지경에 이르렀을 때, 심리치료자인 친구에게 도움을 받아 Rogers는 자신의 욕구를 찾고 그것을 충족시키고자 했으며, 결혼생활에서의 심리적인 부담도 알아보았다. 그는 자신이 살기 위해서는 자신만의 삶을 살 필요가 있음을 깨닫고, 아내가 많이 아프지만, 자신의 삶을 사는 것이 우선해야 함을 깨달았다. 책에서 그는 여전히 자신이 다른 이에게 의지하지 못하지만, 자신이 혼자 모든 것을 다 처리할 수 없음을 훨씬 잘 알고 있으며 다양한 방식으로 자신을 소중히 여기고 돌보아 주는 일을 잘 할 수 있게 되었다고 적고 있다. 이와 같은 Rogers의 기록은 그 역시 본 연구의 참여자들과 마찬가지로 상담을 통해 노년기 삶을 들여다보고, 그 후 재통합된 자신이 이끄는 새로운 삶 속으로 들어가고 있음을 보여준다.

여전히, 마주되지 않는 나

나를 발견하고 나의 삶을 이해하는 것은 ‘나’에게 집중하는 시간을 필요로 한다. 하지만 참여자들은 ‘나’ 뿐만 아니라 ‘상담자’ 그리고 상담실 밖의 ‘또 다른 내담자’, ‘상담하는 나를 바라보는 타인’들을 신경 쓰고 있었다. 그들은 상담 내내 상담자의 기분이 어떨지를 가늠하였으며, 그가 나를 어떻게 바라볼지, 상담 받는 나를 친구들은 뭐라고 말할지를 걱정하였다. 그들의 이야기는 타인의 시선으로 만들어진 울타리 안에서 펼쳐지는 이야기였던 것이다.

상담자한테는 내 과거 이야기를 다 했으니까 나를 다 알잖아. 그래서 좋은 일은 괜찮지만 다른 일은 아니니까 나를 어떻게 바라볼까? 바라보는 속마음이 날 안 좋게 바라봐 줄 건가? 좋게 봐 줄 건가? 불쌍하게 봐 줄 건가? (허허 웃음) [송일]

(목소리가 커지며) 미안해요. 나를 만나서 이야기하다보면 마음이 진짜 우울해질 거 아니에요. ... 듣기 지겨워도 상담자가 참고 있는 것일 수도 있으니까 내가 조절하는 거예요. 그리고 밖에 기다리는 사람도 있고 선생님이 인제 저 사람들 이야기도 들어줘야 하니까 엉덩이가 들썩들썩하죠. 거기 앉아서 기다리는 게 얼마나 지루하겠어요. [연희]

참여자들이 자신의 감정에 집중하기보다 마주하고 있는 상담자의 감정에 더 신경 쓰는 특성은 본 연구자가 진행한 노인상담사례에서도 직접 확인할 수 있었다. 래포 형성이 길어

져 조바심 났던 한 내담자와의 상담 중반 무렵, 약 2회기 동안 내담자의 원 가족 경험과 현재 자녀와의 어려운 상황에 대해 탐색하였다. 상담자였던 본 연구자는 해당 회기를 내담자가 원 가족의 탐색을 통해 자신을 바라볼 수 있었던 성찰이 이루어진 의미있는 회기로 판단하였다. 하지만 내담자의 시선은 밖에 머물러 있었다.

눈시울이 젖은 민영어르신(가명)과 눈이 마주쳤다. 부모님을 향한 그리움과 죄책감, 자신에 대한 연민이 함께 느껴졌다. ... 나는 그녀가 지금 이 순간을 통해 자신을 더 이해하기를 바랐다. 상담을 마치고 일어서면서 민영어르신이 나를 보며 '상담선생님까지 울려 버렸네... 나 때문에 미안해서 어쩌나...'하였다. 그는 나를 보고 있었던가... 갑자기 기운이 빠졌다. [연구자 연구일지-2018년 8월]

이와 같이 수십 년을 돌아 나를 마주하여 얻은 스스로에 대한 이해와 수용은 '나'의 밖에 있는 상담자, 다른 내담자, 그 밖의 사람들의 반응을 살피는 상황에서 이루어졌다. 그들에게 상담은 개인적인 경험임과 동시에 다른 이와 함께 하는 사회적인 경험이기도 하였다. 따라서 노인 내담자들은 상담에서 나의 이야기가 어떻게 받아들여질지 타인의 시선으로 스스로를 점검하고 반복하여 검열하고 있었다. 이는 다른 이들과 공동체를 이루어 살아왔던 참여자들의 삶의 환경에서 비롯된 것이기도 하다. 하지만 공동체의 잣대에 자신을 맞추느라 스스로의 내면에 귀를 기울이는 경험이 상대적으로 적었던 소외된 자아의 단면이기도 할 것이다.

죽음에 가려져 있던 미래를 되찾다

죽는 일만 남은 것 같은 나의 미래

참여자들은 상담으로 상황이 달라지기를 기대하였으나 그들의 시간은 과거와 현재에 멈춰진 듯 보였다. 그들에게는 미래가 없었으며 현재의 절망을 이기지 못해 끝내 달리는 자동차의 핸들을 다리 밑으로 툽기도 하였고, 투신하기 위해 아파트 옥상에 서기도 하였다. 나아지고자 상담실을 찾았음에도 그들의 무거운 과거와 절망스러운 현재에 압도되어 더 이상의 기대를 품는 것은 쉽지 않은 일이었다. 그런 이유로 참여자들이 처한 어려움에 대한 그들의 서사(narrative)는 풍부했으나 힘듦의 서사를 지나기 위한 방법과 도달 목표에 대해서는 말을 쉽게 잊지 못하였다. 이들은 주변 환경이 변화되기를 바랐으나 상담은 내담자의 내적인 힘을 기르고자 하기에 참여자들은 상담 안에서 또다시 절망했다.

내가 숨 안 쉴 날이 얼마 안 남았잖아. 그래서 더 미칠 것 같아서 ... 상담 받으면서 내려가지는 않고 도무지가 그대로 더라고. 딱 변화 없고. 안 내려와 죽어도 ... 방법을 찾을 수가 있어야제. [옥화]

참여자들은 상담에서 크게 달라질 게 없다는 생각을 굳히면서, 자신의 욕구와 배치되는 환경에서 자신이 필요한 것을 얻기 위해 상담에 임하는 태도를 바꾸거나 상담의 주제를 제한시켜 참여하였다. 참여자 옥화는 상담자가 알아주지 않는 내용은 더 이상 말하지 않았으며, 아랑은 변화될 것은 없더라도 마음이라도 편하고자 고민을 일방적으로 쏟아내었다.

나는 사업을 하는 사람이고 안 하셨던 분들은 그거를 조금 이해를, 조금 (멈칫) 나만큼은 이해를 못 할거다(멈칫)... 상담 기간 내내 그런 생각이 있었죠. 그래서 그냥 거기서 이야기가 끝났어요. (상담자가)경험도 없는 걸 이야기해서 내가 나아질 것도 아니고. 뭐 더 이상 이야기할 필요가 없는 거죠. 그래도 맨날 그 걱정이니까. (상담에서) 그냥 푸념하는 거지. [아랑]

상담자 역시 내담자의 내적 변화에 대해 어려움을 느끼고 함께 절망하기도 하였다. 일부 상담자는 남은 생을 잘 살아가는 방법 찾는 것을 우선순위에 두고 통찰을 통한 내적 작업은 제외하기도 하였다. 자신의 말만 반복하는 내담자들의 특성은 상담자로서 자괴감에 빠지게 하기도 하였다. 상담에 대한 체계적인 접근이 어렵고, 질문에 적절한 대답을 하지 못하는 노인 내담자들을 접하며 상담자 1은 스스로에게 ‘내가 상담을 했나?’라는 자조 섞인 질문을 던지기도 하였다. 이렇듯 변화를 위한 실행단계에 들어서는데 시간이 걸리는 노인 내담자들의 모습은 긴 시간동안 문제 상황에 머무른 탓에 호소 문제의 지속시간이 길고, 변화를 시도하고 받아들이는 것을 주저하는 노년기 특성에서 기인한 것으로 보인다.

세월과 싸우고자 마음먹다

그래, 내가 이겨내고야 만다. 내가 여든 다섯이지만 세월이랑 싸울라고 결심을 했어. 나이 지까짓 게... 그래도 내가 해보면 된다고... [옥화]

참여자들은 상담을 받는다는 사실로 인해 뭔가 문제가 있는 사람으로 비쳐지고 있었다. 그럼에도 불구하고 참여자들은 상담을 받기 시작한 이상 무엇이라도 이전과는 다른 것을 시도하고, 이번에는 세월에 넘어지지 않으리라 마음먹었다. 참여자들의 주변에는 그들이 맞이한 삶의 어려움에 함께 맞서며 이야기할 만한 사람이 없었다. 그들보다 앞서 노년기를 보낸 이들은 죽거나 연로하여 도움받기 어렵고, 비슷한 시기의 사람들은 허물없이 이야기를 나눌 상대가 되어주지는 못했다. 따라서 이들은 자신에게 도움을 주고자 하는 상담자의 말에 더욱 귀를 기울이고, 변화에 대한 두려움을 넘어서서 실천하고자 하였다.

여기서 치유 못하면 앞으로 10년이 똑 같잖아요. 상담자 말씀을 듣고 보니 내가 나 아픈데도 아들 도시락 싸 가지고 다니면서 먹이고 있더라고요. ‘아, 아들은 내가 이렇게 안 해도 잘 살 수 있구나...’ 그러면서부터는 나는 나 너는 너. 그리고 남편한테도 나를 위해 살겠다! 라고 말했죠. [아랑]

지병의 고통으로 매일 밤 자는 숨에 죽기를 기도하던 송일은 그럼에도 불구하고 봉사할 수 있는 일을 찾고 있었다. 이는 그가 자신이 마주하고 있는 상황과 정면 승부하는 모습이기도 하다. Cicero(2010)의 저서 「노년에 대하여 와 TV 드라마 「디어 마이 프렌즈 에서도 이러한 모습의 노인들을 찾아볼 수 있다.

노년은 게으르거나 활기가 없는 것이 아닐 뿐만 아니라, 활동적이고 늘 무언가를 하면서 노력한다는 것은 자네들도 보

는 바와 같네. ... 나 또한 그렇다네. 노인이 되고 나서 그리스 문학을 공부했으니까. ... 나는 적어도 문학 방면에서 만큼은 열심히 노력했다네. [Cicero, 2010]

왜 나는 지금껏 그들이 끝없이 죽음을 향해 발걸음을 내딛는다고 생각했을까. 그들은 다만 자신들이 지난날 자신들의 삶을 열심히 살아온 것처럼, 어차피 처음에 왔던 그곳으로 돌아갈 수밖에 없는 거라면 그 길도 초라하지 않게 가기 위해 지금 이 순간을 너무도 치열하고 당당하게 살아내고 있는데. [tvn 드라마 '디어마이프렌즈' 16회 중]

하고 싶은 일이 생기다

홍영철(1999)의 시 「그 많던 내일은 다 어디 갔을까 예는 내일이 없다. 오늘과 조금도 다르지 않은 내일이 다가와 오늘이 되고 어제와 별반 다를 것 없는 하루는 또 다시 내일을 기다려야 하는 끔찍이도 허전한 시간의 반복이다. 오늘이 연장된 내일은 내일이 아니며 내일은 어디에도 없었다. 참여자들 역시 비슷한 마음이었을까? 그들에게 미래는 그다지 기대되지 않는 없는 시간처럼 보인다.

“미래는 뭐, 내가 미래가 뭐가 있겠어? 이야기 할게 없지...”

이들은 상담에 오기 전까지 사업 실패의 좌절, 혼자 남은 외로움, 살고 싶지 않은 마음들을 오롯이 혼자 감당하며 지냈다. 참는데도 한계에 다다라 그네들의 몸은 그네에서 미끄러지는 듯 철렁 내려앉기 일쑤였고, 가슴엔 한이 들어차 숨도 쉬기 힘들었으며, 끊임없이 죽고자 하였다. 절망했던 참여자들은 상담을 받으면서도 ‘달라지겠어?’라고 생각하였지만,

그 틈새에서 ‘미래’가 새어 올라오기까지는 그다지 긴 시간이 걸리지 않았다. 상담 회기가 쌓이고 이야기를 풀어내면서 마음이 가벼워지기 시작한 이들은 ‘이렇게 하면 되지 않을까?’, ‘이전과는 다른 생각이 들더라구요.’, ‘달라지고 싶었어.’라며 자신도 모르게 미래를 들고 있었다. 손에 잡히는 변화만을 찾던 이들에게 가능성으로 비치기 시작한 ‘그것’은 상담에서 발견한 그들 앞에 펼쳐진 새로운 미래임에 틀림없었다.

여자 친구와 캠핑가고 맛있는 거 먹으면서 그렇게 살고 싶어... 과감해졌달까? 전에는 그런 부분(발기불능)을 숨겼었는데 지금은 터놓고. 그것(성관계)만 안 원하면 된다고 말했지. 저녁마다 스킨십 하다 보면 정상으로 회복할 수 있지 않을까? 하는 생각이... 용기가 생겼다고 해야 하나? [송일]

잠깐 울먹였지만, 그것만으로 끝나지는 않을 거예요. 용기도 생기고. 뭔가를 다시 해볼 수 있는 디딤돌이 된 거예요. ... 그렇게 하면 옛날의 내 모습이 나오는 거 같애. 그렇게 (생각에 잠기며, 멍뭇)어, 노력을 하고 있어요. 방법을 알아보고 있거든요. [서원]

내일을 ‘부르지 않아도 이미 와 있는 너’라고 노래한 이해인 수녀(2014)의 시구처럼 참여자들의 미래는 상담 도중에 이미 그들에게 와 있었다. 영어를 배우고, 제 2의 직업을 선택해 자격증을 따고, 친구들과 다시 가깝게 지내고자 하였으며, 상담자처럼 깔끔하고 멋진 여성이 되고자 하는 등 참여자들은 존재하

리라 생각하지 않았던 미래를 구체적으로 그리기 시작했다. 이와 동시에 참여자들은 힘들에서 빠져나와 조금씩 회복되고 있었다. 이러한 모습은 발달적 관점에서 노년기 자기통합(신명희 외, 2013)의 모습으로 설명할 수 있는데, 통합을 향해가는 노인 내담자들은 자신이 미래를 꿈꾸고 있다는 것을 깨달으며 조심스럽게 웃음지었다.

논 의

본 연구는 해석학적 현상학 방법으로 노인 내담자의 상담경험의 의미와 본질을 탐구하여 노인상담이론 개발 및 상담개입을 위한 기초적인 지식과 시사점을 얻고자 하였다. 연구 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 노인 내담자들은 상담 안에서 “없는 채로 존재”하고 있었다. 본 연구의 모든 참여자는 자신의 바람이나 욕구를 표현하기보다는 상담자에게 맞추거나 자신에게 주어진 대로 상담에 참여하였는데, 이는 내담자로서 상담자가 상담을 위해 노력하기를 요구하고 상담자와 치료적 관계를 맺고 협력하던 국외 연구(Mathews, 2016; McIntosh, 2013)의 노인 내담자들과는 사뭇 다른 모습이다. 노인 내담자들은 상담자와 상담에 대해 소통하는 상위 의사소통(Meta communication)이 가능한 치료적 관계(김영근, 2016)에 있는 것이 아니라 상담자를 자신보다 똑똑하고 나은 사람으로 여겨 그의 말을 수용하는 위치에서 관계를 맺고 있었다. 이러한 관계 특성은 이들의 존재 방식에서 기인했다고 볼 수 있다. 내담자는 자기만의 세계를 지닌 절대적인 존재이기에 상담은 이에 대한 존중을 바탕으로 이루어지는 것이 너무

나도 당연함에도 불구하고 노인 내담자는 상담에서도 사회에서 규정한 수많은 어르신 중의 한 명으로 머무르고 있었다. 상담에서 이름이 아닌 어르신으로 불리고, 나보다는 상담자의 의견을 좇아가며 “내가 없는 모습으로 존재”하는 것이다.

Tournier(2015)는 노인에 대한 사회적인 시선을 ‘새로운 프롤레타리아’라는 말로 일축하였으며, De Beauvoir(1994) 역시 “어느 시대에나 노년은 애정 어린 시각으로 다루어지고 있지 않다. 중세에는 노년을 인간 누더기로 경멸하고, 나이든 사람들의 노쇠 현상을 특히 혐오스러운 것으로 여겼다”고 하였다. 사회가 요구하는 아름다움과 생산력을 잃어버린 노인의 삶은 존중과 멀어졌다. 이러한 측면에서 노인은 사회적 차원에서 보호해야 하는 대상에 불과해지고 노인들은 나와 너의 관계를 전제로 하여 존재하는 것이 아니라(Buber, 1977), 그저 일방적인 수혜자로만 존재한다. 「퇴직공간(오근재, 2014)」에서도 노령연금, 일자리 창출 프로그램, 노년층과 분리된 승차 공간 등이 노인들을 돌보고 보살핀다는 가치를 곁에 입고 실제로는 노인을 쓸모없는 사람으로 분리함으로써 자존심을 짓밟고 소외시킨 채 소리없이 버리고 있음을 지적하고 있다. 노인들이 고독, 외로움, 불안 등의 정서적 어려움(김태원, 2010; 정영미, 박정숙, 김명애, 2010)들을 상담 주제로 꼽는 이유도 이러한 사회적인 분위기와 무관치 않을 것이다.

이러한 사회의 시선과 다를 바 없이 연구 참여자 역시 자신을 ‘자신 없고, 별 볼 것 없는 사람’, ‘대화 상대도 없어 빌빌 거리던 나’로 정의하였다. 이는 실존하는 주체가 아닌 스스로 도구에 머무르는 존재자(박찬국, 2013; Heidegger, 1998)의 모습으로 내담자가 자신을

바라보고 있음을 알려준다. De Beauvoir(1994) 역시 “늙기 시작하자마자 우리는 우리 안에서 비밀스레 생겨나는 자기혐오로 자기 자신을 싫어하기 시작한다. 스스로에 대한 사랑이 사라져버린 영혼 속에는 쉽게 타인에 대한 사랑이 자리 잡는다.”라며 스스로 안아주지 않고 타인을 향하는 모습에 대해 날카롭게 비판한다. 이렇듯 노인을 무가치한 하위계급으로 치부하는 사회적 분위기와 노인 스스로 주체가 아닌 객체로 머무르는 모습은 상담 관계에서도 그대로 재현되었다. 사람은 ‘너’에게 접함으로써 ‘나’가 되며 나는 너와의 관계 안에서 나타나기 때문이다(Buber, 1977).

노인 내담자들이 상담 안에서 자신을 객체화시키고 ‘자기’가 아닌 어르신이라는 ‘타자’로 존재하는 것은 어떤 의미일까? 철학자들은 ‘자기’와 ‘타자’를 함께 하지는 않지만 결국 함께일 수밖에 없는 관계(Buber, 1997; Ricœur, 2006)로 설명한다. ‘자기’와 대척점에 있는 듯한 ‘타자’ 역시도 ‘자기’의 한 부분이 투영한 또 하나의 ‘자기’이기 때문에 인간은 ‘타자’로서의 자신을 이해하고 받아들이는 순간 ‘자기’의 모습에 보다 충실히 살아갈 수 있기 때문이다. 노인 내담자들이 그저 어르신으로 “이름 없는 채로 존재”했던 것은 있는 존재이고자 하는 강렬한 욕구이자 ‘있는 채로 존재’할 수 있는 유일한 방법이었기 때문은 아니었을까?

둘째, 사회에서 소외받고 버림받았다고 여겼던 노인들은 상담 안에서는 주인공으로서 “상담자의 관심을 오롯이 한 몸에” 받고 있었다. 상담에서 받았던 보살핌과 돌봄의 경험은 참여자들이 상담을 끝까지 할 수 있었던 원동력이 되고 있었다. 노인 내담자들은 “들어주고 물어봐주는 것만으로” 상담에 대해 만족하고 상담자에게 감사해하였다. 이는 혼자 거주하

는 노인들이 많아지면서(노년층의 26.5%, 통계청, 2017) 주위의 돌봄 경험에 큰 의미를 부여하는 내담자의 내적인 특성으로 설명할 수도 있지만 이뿐 아니라 노인들을 바라보는 애정 어린 시선이 절대적으로 부족한 노년기 삶이 처한 사회적 특성으로도 설명할 수 있을 것이다. 이러한 까닭에서인지 노인 내담자들은 자신의 이야기를 들어주고 나를 궁금해 하는 상담자의 태도에서 나의 인생이 위로받는 것과 같은 깊은 감동을 받고 문제가 해결되지 않아도 그저 들어준 것만으로도 치유 받은 것 같은 강렬함을 느끼고 있었다. 상담은 곧 노인 내담자들의 마음을 보살피고 있었으며 이는 노인 내담자들의 존재에 대한 받아들여짐으로 이어져 심리적인 치유를 일으키는 것이다.

그렇다면 노인 내담자들에게 보살핌과 돌봄은 어떤 의미인가? ‘보살피다’는 ‘보다’와 ‘살피다’의 합성어로 사람 혹은 물건을 보고 ‘살피다’, 정성을 기울여 보호하며 ‘돕다’, ‘이리저리 보아서 살피다’, ‘일 따위에 관심을 가지고 관리하거나 맡아서 하다’라는 뜻을 지닌다(국립국어원, 2018; 이희승, 2013; 조영언, 2004). 놓치는 부분 없이 마음을 다해 책임감을 지니고 면밀히 돕는다는 의미를 지니고 있는 것이다. ‘돌보다’ 역시 ‘돌다’와 ‘보다’의 합성어로 한쪽 면이 아닌 사방으로 돌아보고 둘러보는 것으로, 관심을 가지고 도와주며 보살피는 것을 의미(국립국어원, 2018; 이희승, 2013; 조영언, 2004)하고 있다. 두 단어의 핵심은 마음을 다해 상대를 사려깊게 바라보고 돕는 데에 있다.

이에 대해 노인상담을 연구하는 연구자들 또한 노인들의 감정, 소망, 생각과 권리를 존중해야 하고, 노인 내담자에게 집중하는 상담자의 모습과 내담자의 역사를 존중하는 상담

자의 태도를 강조하고 있음을 발견할 수 있다 (Hunter, 2011; Knight & Pachana, 2015; Knight & Laidlaw, 2009; Kübler-Ross, 2018). 「Counseling the older adult」의 책 서문에서도 노인상담의 가장 핵심 기술을 정서적인 보살핌과 돌봄을 제공할 수 있는 공감, 존중, 진실성이라고 언급하였다(McDonald & Haney, 2003). 다른 연령대의 내담자와 다르게 노인 내담자에게 자신의 이야기를 ‘할 수 있었던 경험’이 존재에 대한 보살핌과 돌봄이라는 큰 의미로 다가가는 까닭은 이들이 자신의 삶에 관심을 보이는 진실된 관계에 갈급했다는 것을 짐작케 한다. 노인상담에서는 내담자를 바라보는 상담자의 태도적인 측면이 보다 강조되는 것이다.

셋째, 노인 내담자는 상담자를 긍정적인 모습으로만 바라보고 있었으며, “나와 너의 경계를 무너뜨려” 개인적인 관계로 발전하기를 기대하고, 기대가 충족되지 않아 실망하기도 하였다. 참여자들의 상담경험을 줄 단위로 개방코딩한 총 3032개의 의미단위 중 1451개가 관계성에 관한 것일 정도로 노인 내담자는 상담자와의 관계에 큰 의미를 부여하고 있었다. 이는 노인 내담자가 체험한 상담의 본질이 관계성에 보다 근접해 있으며, 노인상담에서는 상담자와 내담자의 관계를 활용한 상담개입이 효과적일 수 있다는 것을 의미한다.

이에 노인상담에서 적극적으로 적용할 수 있는 상담전략에는 ‘정보제공, 조언, 과제제시’, ‘비언어적인 소통’, ‘상담자의 자기개방’ 등이 있다. 각각에 대해 구체적으로 살펴보면 본 연구의 참여자들의 진술 안에서도 정보제공, 조언, 과제제시가 노인상담에 효과적일 수 있다는 것을 확인할 수 있었다. 결과에서 살펴본 듯이 노인 내담자들은 상담 과제를 그 날 밤에 작성할 정도로 성실했으며 자신에게

도움이 될 만한 조언을 흔쾌히 받아들이고 실천하였다. 실제로 우리나라에서는 상담자의 조언, 지시적 개입이 서구에 비해 더 큰 상담 효과(김창대, 권경희, 한영주, 손난희, 2008; 장성숙, 2010)를 내고 있었다. 이는 노인상담에서 상담자의 직접적인 개입이 호소문제의 해결 및 새로운 생활전략 학습의 계기가 될 수 있음을 시사한다. ‘비언어적인 소통’은 내담자의 말 뿐 아니라 비언어적인 행동을 경청(Hill, 2012)하는 상담전략으로 상담자의 관계에 민감한 노인 내담자들에게 좀 더 효과적일 수 있다(Scogin, 2008). 노년기에는 언어표현 및 이해능력은 낮아지지만(Mogle & Sliwinski, 2013; Whitbourne, 1996) 비언어적 관계방식의 이해와 활용 정도는 높아진다. 이에 상담자는 얼굴 표정, 문 열어주기, 악수 권하기 등의 방법을 통해 친밀감을 표현하여 노인 내담자와의 심리적 거리를 좁힐 수 있다(이장호, 김영경, 2014; 서혜경 외, 2013에서 재인용). 마지막으로 제시된 전략은 ‘상담자의 자기개방’이 있다. 노인 내담자는 자기개방을 꺼리지만(이호선, 2013; 정미경, 2017), 신뢰관계가 형성된 이후에는 자신의 수십 년 된 비밀과 치부를 내보일 뿐 아니라 상담자의 개인적인 삶의 스토리도 함께 공유하기를 바란다. 이는 노인상담에서 상담자의 자기개방은 역전이로만 해석될 것이 아니라 지금-여기에서 이루어지는 존재와 존재와의 또 다른 형태의 만남으로 이해할 수 있다. 김영근(2016) 또한 자기개방을 즉시성(immediacy, Hill, 2012)과 유사하다고 설명하며 내담자의 억압된 정서, 생각, 욕구를 통합하는데 상담자의 자기개방이 유용하다고 하였다. Yalom(2008)의 「보다 냉정하게 보다 용기있게 속 60세 내담자 수전 역시 자신의 변화가 상담자의 치료적 개입 보다는 자신의

이야기를 듣고 상담자가 허심탄회하게 들려준 상담자의 이야기로 인한 것이었다고 말하는 등 상담자의 자기개방의 치료적인 측면은 다양하게 언급되고 있다.

넷째, 노인 내담자들은 “수십 년을 돌아 나를 마주하여” 그동안 감추어두었던 자신의 인생 속 기쁨과 아픔을 들여다보고 이를 바탕으로 내 안의 세상을 벗어나 바깥 세상으로 나아가고 있었다. 이는 노인 내담자들이 기투한 존재로서 세상과의 관계를 재정립해 나가는 모습으로 설명할 수 있다. 기투(企投, project)는 현재를 초월하여 미래로 자기를 내던지는 실존의 존재 방식(박찬국, 2013; Heidegger, 1998)으로, 모든 인간은 소멸하는 세계 한 가운데에 던져져 자신의 존재와 어떻게 살아야 할지를 고민하며, 중국에는 세계 안으로 기투하는 존재로서 살아간다(박찬국, 2013). 노인 내담자 역시 기투한 존재로서 자신에게는 없는 시간이라고 여겼던 미래를 상담 안에서 조금씩 찾아가고 있었다.

절망과 우울의 끝에서 상담을 찾았던 이들이 “죽음에 가려진 미래를 되찾는” 과정은 상담자와의 관계에서 외부 세상으로 확장되는 일련의 흐름을 가지고 있으며 그림 1과 같이

표현할 수 있다. 자신만의 방식으로 삶 속에서 마주한 어려움들을 감당해오던 노인 내담자들은 자발적으로 혹은 가족, 기관, 사회 복지사들의 권유로 상담을 시작하였다. 이들은 상담의 전 과정에서 이름없이 존재하거나 상담자에게 일방적으로 이끌리는 모습으로 참여하고 있었다. 하지만 이내 ‘내가 받아들여지는’ 강렬한 관계적·정서적 체험이 가능한 상담자와의 관계에 적극적으로 뛰어들었다. 이러한 과정 속에서 참여자들은 점차 나를 마주하고 이해하였으며, 미래를 되찾아 가기 시작했다. 즉 ‘존재 없음’에서 ‘있는 존재’로서의 나로 변화하고 있었는데 이는 본 연구 결과의 핵심 주제와 맞닿는다. 이와 같은 자신에 대한 무의식적인 인식 변화는 세상과의 관계를 재정립하는 토양이 되었으며 상담자가 건넨 관심과 돌봄은 세상 속에 들어갈 수 있는 자신감의 씨앗이 되었다. 내담자들은 상담에서 스스로의 삶과 인생의 뿌리에 닿는 이야기를 용기 내어 들춰보고, 묻어두었던 어려움을 마주하여 이제는 세상을 향해 시선을 돌렸다. 그림 1이 말하는 바와 같이 상담자와의 작은 세계가 상담을 통해 점차 외부로 확장되는 것은 상담에서 노인 내담자들이 ‘나아질 것이라

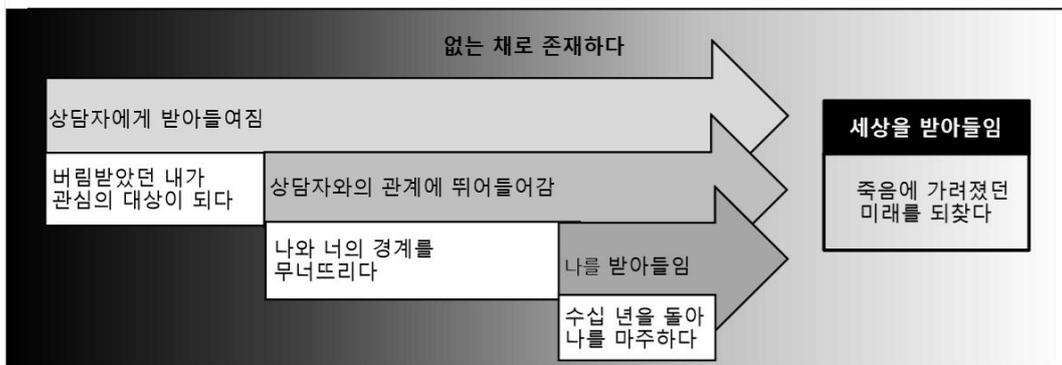


그림 1. 상담경험의 구조 및 과정

는 희망'을 경험하고 최종적으로 자신의 전체성을 연결하고 새로운 시각을 확보한다는 연구들(McIntosh, 2013; Woodhead et al., 2013)과 맥락을 같이 한다.

상담경험 안에 내재된 상담의 구조와 과정은 상담자와 연구자들이 노인상담을 전체적인 시각에서 바라보는 기준이 되기도 하는데, 먼저 과정별로 노인 내담자의 상담경험의 수준을 알려주어 다음 수준의 경험이 이루어지도록 개입하는 지점을 가늠할 수 있게 한다. 또한 노인 내담자가 상담자와의 관계에서 겪는 심리 정서적인 욕구를 짐작하고 상담 안에서 어떻게 드러나는지를 살필 수 있게 도와주어 상담자가 적절하게 대처하고 치료적으로 활용할 수 있도록 한다. 그리고 내담자들이 자신의 내·외적인 삶에 대해 보이는 태도를 관찰하여 내담자의 변화를 확인하는 등 상담을 전체적인 시각으로 바라볼 수 있게 한다.

위와 같은 논의를 지닌 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 노인 내담자들의 상담경험을 있는 그대로 드러내어 이들의 상담 안팎에서의 특성과 상담 안에서의 태도 등을 상담자들이 보다 심층적으로 이해하는데 도움을 줄 수 있도록 하였다. 둘째, 본 연구는 노인 내담자의 상담경험을 통해 이들이 상담 안에서 받았던 관심과 돌봄이 삶으로 들어가는 자신감의 씨앗이 됨을 밝혀 노인상담에서는 특히 상담자들의 태도적인 측면이 더 중요하고 강조됨을 확인하였다. 셋째, 노인 내담자들이 상담에서 보이는 특성을 살펴 상담자의 조언과 정보제공, 비언어적인 의사소통, 자기개방이 노인상담에서 중요한 상담 기술이 될 수 있음을 발견하였다. 넷째, 노인 상담의 구조와 과정에 대해 밝혀 노인상담자들이 상담을 점검하고 반성할 수 있는 기준을

제시하였다는 의의가 있다.

이상의 논의와 의의를 지닌 본 연구의 제한점은 첫째, 본 연구의 참여자들은 그들의 상담자의 추천으로 연구를 접하게 되었기에 상담경험이 전체적으로 긍정적일 수 있다. 둘째, 참여자들의 상담은 모두 무료로 이루어졌으며 이는 유료 상담환경에서의 경험과 다를 수 있다. 셋째, 본 연구 참여자들은 역연령을 기준으로 선정하였는데, 이는 70세가 넘어야 노인이라고 여기는 노인들의 인식(보건복지부, 한국보건사회연구원, 2014)과는 다른 부분으로 스스로 노인이라고 여기는 참여자들의 상담경험과는 차이가 있을 수 있음을 이해하고 결과를 살펴야 한다. 넷째, 연구자의 성찰 수준이 연구 과정에서 변화하고 연구자가 미처 인식하지 못하는 편견과 선입견이 존재하기에 연구 결과 및 논의에 대한 독자와의 공명이 제한될 수 있다.

이에 관련하여 후속연구에서는 첫째, 상담자와 노인 내담자의 상담경험에 대한 짝 연구를 통해 노인상담에서 상담자와 내담자 관계에서 알려지지 않았던 질적인 측면의 상호작용을 이해할 수 있을 것이다. 둘째, 노인 내담자와 가족 간의 심리적인 상호작용을 연구하여 가족관계 개선을 위한 시사점을 얻을 수 있을 것으로 보인다. 셋째, 자아 통합과 수용이 보다 강조되는 노년기의 발달적 측면을 염두에 두고 상담이 노년기 삶에 미치는 영향을 연구할 수 있을 것으로 보인다. 넷째, 노인 내담자의 상담경험에 대한 연구를 통해 노인 내담자들의 특성과 상담경험의 특성들을 변인으로 추출하여 상담과정, 상담의 효과, 상담자와의 관계 측정 도구들을 개발할 수 있을 것으로 보인다. 이에 연구자들은 내담자들의 상담경험을 다양한 각도에서 살펴보고 이해할 수

있도록 질적인 연구 능력은 물론 양적인 연구 능력도 함께 개발하는 것이 필요하다.

본 연구를 통해 노인 내담자의 상담경험의 본질과 의미에 공감하고, 노인상담 현장과 노인들의 삶이 개선될 수 있는 인식 변화가 시작되는 ‘탐구의 정당한 순환(van Manen, 2000)’이 이루어지길 기대한다.

참고문헌

- 고정은 (2016). 우울감을 경험하고 있는 노인들의 이야기치료 집단 상담. 한국가족치료학회, 24(1), 27-46.
- 관계부처합동 (2016). 정신건강종합대책. 국가정책조정회의.
- 국립국어원, 국립국어원 표준어국어대사전 [데이터파일]. 2018. 12.11
<http://stdweb2.korean.go.kr/>
- 권중돈 (2010). 노인복지론. 서울: 학지사.
- 김경은 (2011). 상담전공대학원생의 노인에 대한 태도와 노인상담의사. 석사학위논문, 한국상담대학원대학교.
- 김계현, 정종진, 권희영, 이윤주, 김춘경 (2011). 상담심리학의 최근 연구동향-상담 및 심리치료학회지 게재논문 분석(2000-2009). 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 521-542.
- 김단비 (2018). 상담에 대한 노인들의 자각과 장벽에 관한 연구-노인들의 보고를 중심으로. 석사학위논문. 덕성여자대학교.
- 김영근 (2016). 치료적 관계 안에서의 내담자의 변화와 성장. 인간·환경·미래, 17, 111-142.
- 김은주 (2010). 국내 노인상담의 현황과 활성화 방안 논의. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2010(1), 506-507.
- 김진택 (2008). 시선의 현상학적 경험과 봄의 나르시시즘. 프랑스문화연구, 16, 227-260.
- 김창대, 권경희, 한영주, 손난희 (2008). 상담 성과를 가져오는 한국적 상담자 요인. 상담학연구, 9(3), 961-986.
- 김춘수 (1984). 그는 나에게로 와서 꽃이 되었다. 부산: 열음사.
- 김태원 (2010). 노인상담욕구에 관한 연구. 석사학위논문. 한서대학교.
- 남기민 (1998). 노인상담에 관한 연구. 사회과학연구, 18, 141-157.
- 노인복지법 (2018). 노인복지법, 2018 [데이터파일] 국가법령정보센터, www.law.go.kr
- 문보경, 장성숙 (2001). 상담에 대한 내담자의 불만 경험; 질적분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 33-49.
- 박영란, 손덕순, 박경순 (2017). 노인정신건강 정책 및 서비스 전달체계 현황과 과제. 입법과 정책, 19(2) 275-298.
- 박찬국 (2013). 하이데거의 존재와 시간 읽기. 서울: 세창미디어.
- 보건복지부 (2016). 제 3차 치매관리종합계획 (2016-2020).
- 보건복지부, 한국보건사회연구원. (2014). 2014 노인실태조사.
- 서혜경, 정순돌, 최광현 (2013). 노인상담 기본 기술과 과정. 서울: 학지사.
- 송인주 (2013). 노인상담에서 이야기된 개인으로서 노인에 대한 이해: 누적적으로 형성되고 있는 자아. 생명윤리, 27, 157-201.
- 신경림, 조명옥, 양진향 (2010). 질적연구 방법론. 서울: 이화여자대학교출판부.
- 신명희, 서은희, 송수지, 김은경, 원영실, 노원

- 경, 김정민, 강소연, 임호용 (2013). 발달심리학. 서울: 학지사.
- 오근재 (2014). 퇴적공간. 서울: 민음인.
- 유경, 강연옥 (2009). 노년기 정서 경험과 대처양식의 특성: 우울집단과 정상 집단 비교. 한국심리학회지: 임상, 28(3), 893-910.
- 유기웅, 정종원, 김영석, 김한별. (2018). 질적 연구방법의 이해. 서울: 박영사.
- 이장호 (2005). 상담심리학. 서울: 박영사.
- 이장호, 김영경 (2014). 노인상담: 경험적 접근. 서울: 시그마프레스.
- 이해인 (2014). 이해인 시전집 1. 서울: 문학사상.
- 이호선 (2013). 노인상담. 서울: 학지사.
- 이희승 (2013). 국어대사전. 경기: 민중서림.
- 장성숙 (2010). 상담자의 어른역할이 상담성과에 미치는 영향 '이야기 방식'에 기초한 보고 형태. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 16(3), 311-329.
- 장재홍, 권희경 (2002). 상담자 개입의 적절성과 상담자 태도가 상담과정 및 상담성과에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(3), 487-509.
- 정관용 (2016). 고령사회의 노인상담이 우울 감소와 자살예방에 미치는 효과예측에 관한 연구. 박사학위논문. 서울벤처대학원대학교.
- 정미경 (2017). 행복한 노년의 삶을 위한 노인상담. 서울: 시그마프레스.
- 정순돌, 임정숙, 박나리 (2015). 노인의 상담경험과 상담욕구가 상담기대감에 미치는 영향: 노인복지관 이용자를 중심으로. 한국노년학, 35(3), 609-625.
- 정영미, 박정숙, 김명애 (2010). 노인과 노인 관련 실무자의 상담요구 비교. 노인간호학회지, 12(3), 256-264.
- 정옥분 (2015). 인간발달II - 청년기, 성인기, 노년기-. 서울: 교육과학사.
- 조영언 (2004). 한국어 어원사전. 부산: 다솜출판사.
- 주은선, 신설애 (2013). 노인의 꿈 경험에 관한 탐색적 연구 -상담 장면에서의 꿈 활용 가능성을 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 32(3), 549-570.
- 철학사전편찬위원회 (2012). 철학사전. 서울: 도서출판 중원문화
- 최명균 (2012). 노인상담에서 상담자의 역전이 경험. 박사학위논문. 백석대학교.
- 최순자 (2014). 인구학적 변인에 따른 노인의 생활 만족도와 상담욕구. 석사학위논문. 전주대학교.
- 치매관리법 (2015). 치매관리법, 2015 [데이터 파일] 국가법령정보센터, www.law.go.kr
- 통계청 (2017). 2017 고령자 통계.
- 홍영철 (1999). 여는시-그 많던 내일은 다 어디 갔을까?, 갈라진 시대의 기쁜 소식, 396, 1.
- 홍주연, 김경은 (2013). 상담대학원생의 노인상담의지에 미치는 영향. 상담학연구, 14(2), 1247-1264.
- Buber, M. (1977). 나와 너 [*Ich und Du*]. (표재명 역). 서울: 문예출판사.(원전은 1923에 출판)
- Cicero, M. T. (2010). 노년에 관하여 [*Cato maior de senectute*]. (김성숙 역). 서울: 동서문화사. (원전은 1839에 출판)
- De Beauvoir, S. (1994). 노년: 나이들의 의미와 그 위대함 [*La vieillesse*]. (홍상희, 박혜영 역). 서울: 책세상.(원전은 1970에 출판)
- Dukes, S. (1984). Phenomenological methodology in the human sciences. *Journal of Religion and*

- Health*, 23(3), 197-203.
- Freud, S. (1905). *On psychotherapy* (J. Strachey, trans.). In *The complete psychological works of Sigmund Freud*, vol. 6. London: Hogarth Press.
- Goudie, F. (2010). Psychological therapy with older adults. In R. Woolfe, S. Strawbridge, B. Douglas & W. Dryden (Eds.). *Handbook of counseling psychology(3rd ed.)*, 373-390. London: SAGE.
- Heidegger, M. (1998). 존재와 시간 17판. [Sein und Zeit]. (이기상 역). 서울: 까치글방.(원전은 1926에 출판)
- Hill, C. E. (2012). 상담의 기술 [Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action]. (주은선 역). 서울: 학지사.(원전은 2009에 출판)
- Howard, K. I., Orlinsky, D. E., & Trattner, J. H. (1970). Therapist orientation and patient experience in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 17(3), 263-270.
- Hunter, W. M. (2011). *A Qualitative study of older adults' experiences with psychological counseling*. Unpublished doctoral dissertation McGill University.
- Husserl, E. (2010). 경험과 판단 [Erfahrung und urteil: Untersuchungen zur genealogie der logik](이중훈 역). 서울: (주)민음사.(원전은 1939에 출판)
- Hyer, L. (2014). *Psychological treatment of older adults.: A holistic model*. New York: Springer Publishing Company.
- Kessler, E. M., Agines, S., & Bowen, C. E. (2015). Attitudes towards seeking mental health services among older adults: personal and contextual correlates. *Aging & Mental Health*, 19(2), 182-191.
- Knight, B. G., & Pachana, N. A. (2015). *Psychological assessment & Therapy with older adults*. UK: Oxford University Press.
- Knight, B. G., & Laidlaw, K. (2009). Handbook of theories of aging. In L. V. Bengtso. (Eds.). *Wise-based model for psychological interventions to enhance well-being in later life*. 693-706. New York : Springer Publishing Company.
- Knight, B. G., & Lee, L. O. (2008). Contextual adult life span theory for adapting psychotherapy. *Handbook of emotional disorders in late life: Assessment and treatment*, 59-88. UK: Oxford university Press.
- Knight, B. G., & Satre, D. D. (1999). Cognitive behavioral psychotherapy with older adults. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6(2), 188-203.
- Koder, D., & Helmes, E. (2008). Predictors of working with older adults in an Australian psychologist sample: Revisiting the influence of contact. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39(3), 276-282.
- Kübler-Ross, E. (2018). 죽음과 죽어감 [On death and dying] (이진 역). 서울: 청미.(원전은 1969에 출판)
- Laganà, L., & Shanks, S. (2002). Mutual biases underlying the problematic relationship between older adults and mental health providers: Any solution in sight?. *The International Journal of Aging and Human Development*, 55(3), 271-295.
- Mathews, M. (2016). The experience of counseling

- among a singaporean elderly population: A qualitative account of what clients report as beneficial. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 31(3), 277-291.
- McDonald, P. A., & Haney, M. (2003). 노인상담 연습 [*Counseling the older adult*]. (현외송, 하정미 역). 서울: 양서원.(원전은 1988에 출판)
- McIntosh, M. (2013). *A Older adults's experience of psychological therapy*. Unpublished Doctoral Dissertation City University London.
- Michel Eyquem De Montaigne, M. E. (2016). 나 이들과 죽음에 대하여: 몽테뉴 수상록 선집 [*Les Essais*](고봉만 역). 서울: 책세상.(원전은 1580에 출판)
- Mogle, J., & Sliwinski, M. (2013). Perspective on cognitive aging. In J. M. Wilmoth & K. F. Ferraro (Eds.), *Gerontology: Perspectives and issues(4th ed.)*, 49-66. New York: Springer Publishing Company.
- Olivera, J., Braun, M., Gómez Penedo, J. M., & Roussos, A. (2013). A qualitative investigation of former clients' perception of change, reasons for consultation, therapeutic relationship, and termination. *Psychotherapy*, 50(4), 505-516.
- Qualls, S., Segal, D., Norman, S., Niederehe, G., & Gallagher-Thompson, D. (2002). Psychologists in practice with older adults: Current patterns, sources of training, and need for continuing education. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33(5), 435-442.
- Ricœur, P. (2006). 타자로서의 자기 자신 [*Soi-même comme un autre*] (김응권 역). 서울: 東文選.(원전은 1990에 출판)
- Rizopoulos, L. (2015). *Older adults' experiences of psychotherapy*. Doctoral dissertation, City University London.
- Rogers, C. R. (1980). Growing old-or older and growing. *Journal of Humanistic Psychology*, 20(4), 5-16.
- Scogin, F. (2008). 노인상담의 첫 걸음 [*The first session with seniors: A step-by-step guide*] (김영경 역). 서울: 시그마프레스.(원전은 2000에 출판)
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2015). 해석 현상학적 분석 *Interpretative phenomenological analysis-Theory, method and research*. (김미경, 이광석 역). 서울: 향누리.(원전은 2009에 출판)
- Tournier, P. (2015). 노년의 의미 [*Apprendre a vieillir*] (강주현 역). 서울: 포이에마.(원전은 1973에 출판)
- van Manen, M. (2000). 체험연구 [*Researching lived experience human science for an action sensitive pedagogy*] (신경림 역). 서울: 현문사.(원전은 1990에 출판)
- Whitbourne, S. K. (1996). Psychosocial perspectives on emotions: The role of identity in the aging process. In K. W. Schaie, S. L. Willis (Ed.), *Handbook of Emotion, Adult Development, and Aging*, 83-98. London: Academic Press.
- Wolcott, H.(1994). *Transforming qualitative data: Description, analysis and interpretation*. London: Sage.
- Woodhead, E. L., Ivan, I. I., & Emery, E. E. (2013). Impact of older adults' experience with psychotherapy on treatment engagement. *Clinical Gerontologist*, 36(3), 260-273.
- Woods, B. T. (2003). What's so different about older people?. *Clinical Psychology &*

- Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 10(3), 129-132.
- Yalom, I. D. (2006). 니체가 눈물 흘릴 때 [*When Nietzsche wept*] (임옥희 역). 서울: 리디스북. (원전은 1992에 출판)
- Yalom, I. D. (2008). 보다 냉정하게 보다 용기 있게 [*Starting at the sun*] (이혜성 역). 서울: 시그마프레스.(원전은 2008에 출판)
- 원 고 접 수 일 : 2019. 09. 24
수정원고접수일 : 2019. 12. 06
게 재 결 정 일 : 2020. 01. 28

A Hermeneutic Phenomenological Study of Older Adults' Experiences with Psychological Counseling

Jung, Yunhee

Korea National University of Education
lecturer

Kim, Heejoung

Korea National University of Education
Professor

This study explored the psychological counseling experience of older adults using a hermeneutic phenomenological approach in order to understand the meaning and essence of their counseling experiences. To this end, the author recruited older adults age, 65 or over, who had experienced over five sessions of counseling from a professional counselor. Data were generated from between one and five interviews with eight participants. Analyses revealed the core theme of 'Moving forward as being by revealed and accepted'. Additionally, five essential themes emerged, including (1) 'To exist as you don't exist,' and (2) 'Who was abandoned, becoming the center of attention,' (3) 'Breaking down the boundaries between me and you,' (4) 'Facing themselves after decades,' and (5) 'Recovering the future that had been overshadowed by death.' Thirteen sub-themes were derived as well. The implications of this study for the understanding of older adults' counseling experiences, and recommendations for future research are discussed.

Key words : older adults counseling, experience with psychological counseling, hermeneutic phenomenology