

남성 독거노인의 배우자 사별 경험

황영란¹ · 홍(손)귀령²

한양대학교 간호학부 대학원생¹, 한양대학교 간호학부 교수²

Experiences of Spousal Bereavement in Aged Men Living Alone

Hwang, Young-Ran¹ · Hong, Gwi-Ryung Son²

¹Graduate Student, College of Nursing, Hanyang University, Seoul

²Professor, College of Nursing, Hanyang University, Seoul, Korea

Purpose: This phenomenological study was conducted to understand the meaning and essence of the bereavement experience in older men living alone. **Methods:** The data were collected from November 2020 to February 2021 through face-to-face in-depth interviews with nine older men who experienced spousal bereavement. Data were analyzed using Colaizzi's phenomenological 7-step method. **Results:** Results of this study comprised three categories with eight theme clusters. The three categories were "Facing unprepared death", "Taking on multiple roles", and "Surviving as a being". Participants experienced a negative impact on their daily lives and physical and psychological health since their spousal loss. Participants' long-lasting health issues included troubles in family relationships, loneliness, controlling sexual desires and preparing meals, but they tended not to seek help due to cultural characteristics because they were reluctant to reveal their feelings and difficulties to others, which can lead to secondary problems. **Conclusion:** Social and spiritual support from healthcare professionals is essential for promoting a positive coping and adaptation process after spousal loss. To provide effective nursing interventions, nurses must consider the spouse's culture when caring for dying people and develop holistic nursing intervention strategies, including communication skills and comprehensive assessment, to explore their unexpressed health problems. Further investigation regarding bereavement experiences in different population groups and building a support system is necessary for the bereaved in the healthcare system.

Key Words: Spouse; Bereavement; Aged; Men; Living arrangement

서 론

1. 연구의 필요성

노년기 배우자의 사망은 남겨진 배우자에게 일생일대의 사건이자 가장 큰 스트레스원이며[1] 대부분 전문적인 중재 없이 적응하지만, 애도 과정에서 상실 초기의 사망 위험률이 높

아지거나, 일부에서 정신 질환이나 부정적인 반응이 뒤따르기도 한다[2]. 예를 들면, 불안, 그리움, 절망, 외로움, 삶의 만족도 감소, 우울, 인지기능 변화 등 정신적 영향과 함께 일상생활의 변화, 사회네트워크의 변화 및 영양 불량, 체중 감소, 수면의 질 저하, 알코올 소비 증가, 이동성 저하와 같은 건강 행동과 건강 결과에 부정적인 영향을 미친다[3-8]. 사별로 인한 건강과 안녕의 부정적인 영향 정도는 각 개인의 심리적 적응양

주요어: 배우자, 사별, 남성, 노인, 거주형태

Corresponding author: Hong, Gwi-Ryung Son <https://orcid.org/0000-0001-7470-4972>

College of Nursing, Hanyang University, 222 Wangsimni-ro, Seongdong-gu, Seoul 04763, Korea.

Tel: +82-2-2220-0701, Fax: +82-2-2295-2074, E-mail: gson@hanyang.ac.kr

Received: Mar 29, 2021 / Revised: May 4, 2021 / Accepted: May 20, 2021

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

식과 대인관계 자원, 개인의 자원 및 심리적 회복력과 성격 특성에 따라 차이가 있으며[1,4], 남겨진 배우자는 독립성과 새로운 정체성이 요구되기 때문에 가족과 친지들의 사회적 지지가 매우 중요하다[7].

최근 우리나라는 1인 고령 가구가 급격히 늘어나고 있는데, 여성 독거노인에 비해 남성 독거노인의 비율이 훨씬 빠르게 증가하고 있다[9]. 남성 독거노인은 외부와의 교류가 적고 사회참여 활동이 적으며[9], 배우자를 사별한 남성 독거노인은 우울의 정도가 더 높고[5,10,11], 자살 충동이 높은 것으로 나타나[10], 사별 남성 독거노인에 대한 사회적 관심과 지지가 요구된다. 일반적으로 남성 사별 노인이 여성노인보다 사별 적응에 어려움이 더 큰 것으로 알려졌는데[2,11,12], 그 이유는 남성은 여성보다 배우자를 상실하는 경우가 적기 때문에 여성노인보다 혼자 살아갈 준비를 하지 않고[12], 사별 전 배우자에 대한 일상생활 의존도가 높아 가사 수행 참여가 낮으며[5,11], 남성은 자신의 감정을 표현하는 것을 꺼리기 때문에 사회적 친분이 많을지라도 자신의 깊은 생각이나 감정을 나눌 수 있는 친구는 적기 때문이다[12].

노년기 배우자 사별에 관한 선행연구는 크게 사별로 인한 남은 배우자에 대한 영향과 대처 기전[1-8,10,11] 및 사별 중재 전략에 관한 연구[13]와 질적연구를 통해 인구 집단별 특성에 따라 심층적으로 탐색하여 남겨진 배우자의 사별 경험을 규명한 연구로 나뉜다[1,14-20]. 하지만 대부분 남녀를 함께 연구하거나[2-8,10-14,16], 여성노인을 중심으로 이루어져[15-17], 남성노인의 사별 경험에 관한 질적연구는 상대적으로 부족하였다. Kim [19]은 내러티브 연구를 통해 남성 독거노인의 사별 경험을 심층적으로 탐구하였으나 특정 단체 소속 3명의 참여자에 대한 사별 경험을 제시하여 사회 경제적 특성과 연령에 따른 다양한 사별 경험을 담아내기에는 부족하였다. 우리나라의 남성 사별 경험에 대한 연구가 부족한 것은 현대 우리나라 남성노인들은 전통적 남성성의 특징인 강인함, 의연함, 절제 등[20] 강요된 남자다움으로 자신의 감정 표현을 억제하고[12,21] 자신의 삶을 타인에게 노출하지 않으려는 문화적 영향 때문이라 생각된다.

최근의 사별 연구는 인간은 전 생애에 지속적인 성장과 발달을 통해 삶의 의미를 찾고 노년기의 발달과제인 자아통합을 넘어 인간 초월로의 발달이 가능하다는[22] 관점에서 노년기 사별 후 사별 적응 과정을 슬픔 극복과 더불어 사별 전 상태로의 회복 차원을 넘어 개인의 내적 성장 즉 개인적 성장을 포함하는 긍정적인 변화에 관심을 가지며 개인 성장을 사별 적응 과정의 일부로 보고 있다[12,16]. 노년기의 배우자 사별 경험

은 역동적인 과정으로 각 개인의 죽음에 대한 인식, 개인의 성격과 생애사, 배우자와의 관계 등 문화, 사회적 맥락에 영향을 받는 독특하고 개인적인 현상이므로[17], 남성 독거노인의 사별 경험을 이해하기 위해서는 각 개인의 특성뿐만 아니라 인간의 발달과정 및 인간의 존재에 대한 철학적 인식과 배우자 사별 이후 사별 적응과 관련된 건강 영향, 거주 형태의 변화로 인한 가족 내 역할 변화, 가족의 역동성 및 다른 문화의 사별 경험과는 어떤 점이 다른지 등에 대한 총체적인 이해가 필요하다.

따라서 본 연구에서는 한국의 사회문화적 맥락에 따른 남성 독거노인의 배우자 사별이라는 특별한 경험의 의미와 본질 구조를 심층적으로 규명하기 위해 질적연구방법을 선택했으며, 그 중에서 일상적 경험의 현상에 관해 기술하고 분석함으로써 관심 현상에 대한 본질적인 구조 또는 본질(essence)을 이해하고 궁극적인 진실에 근접하려는 현상학 방법[23]을 선택하였다. 이 연구를 통해 남성 독거노인이 발달상 위기를 극복하고 발달과업인 자아통합 및 초월을 통한 성장을 할 수 있도록 돕기 위한 지지체계 구축과 간호중재 개발에 근거를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 의미와 본질을 심층적으로 이해하고 기술하는 것이며, 연구 질문은 ‘남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 의미와 본질은 무엇인가?’이다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 남성 독거노인의 사별 경험의 의미와 본질을 파악하고자 Colaizzi [23,24]의 현상학적 연구방법을 적용한 질적연구이다.

2. 연구참여자 선정과 윤리적 고려

본 연구참여자는 배우자를 사별한 남성 독거노인이다. 배우자를 사별한 남성 독거노인들은 쉽게 접근하기 어렵고 자료 수집기간이 COVID-19 대유행 기간 중이었기 때문에 자료수집을 허가한 서울시와 수도권의 사회복지관 부설 무료급식소와 경로당에 연구목적과 참여자 선정기준을 포함한 모집공고

문을 부착 및 배부하여 참여자 선정기준에 부합하고 연구참여에 자발적으로 동의한 남성 독거노인을 목적적 표본 추출하였다. 대상자 선정기준은 일반 가정에 거주하는 65세 이상의 남성 독거노인 중 배우자를 사별한 지 1년 이상 경과하고, 인지 기능이 성별, 연령별, 교육 수준별 규준에 정상 범위이며[25], 자신의 경험을 진솔하게 이야기할 수 있는 참여자이다.

노인의 건강 관련 삶의 질 관련 요인은 연령계층별로 다르므로[26], 노년의 시기별 사별 경험이 고루 반영될 수 있도록 전기(65~74세), 중기(75~84세), 후기(85세 이상)별로 각각 3명씩 포함하였다. 사회 경제 수준과 사별 시기, 재혼 여부는 배우자 사별 이후의 삶과 사별 적응에 영향을 미칠 수 있으므로 [12,18], 특정 계층만이 아닌 다양한 사회 경제 수준과 중년기에 배우자를 사별한 참여자와 사별 후 이성교제 또는 재혼 경험이 있는 참여자도 포함함으로써 사회 경제수준 및 가족의 발달 과정과 가족 역학에 따라 다양하고 심층적인 사별 경험들을 규명하고자 하였다.

연구의 윤리적 엄격성을 위해 취약한 연구대상 보호 지침을 준수하고, OO대학교 연구윤리심의위원회(IRB)의 승인을 받은(HYUIRB-202011-009) 후 연구를 수행하였다. 면담 시작 전 연구참여자에게 A3용지 크기의 연구 설명서와 동의서를 제공하고 연구자가 자료 녹음, 연구자료의 익명성과 비밀 보장, 개인 정보 유지 방법 및 참여 중단 가능성 등에 대해 자세히 설명한 후 참여자가 내용에 대해 이해하고 자발적으로 참여에 동의한 경우에만 서면 동의를 작성한 후 면담을 진행하였다. 수집된 컴퓨터 파일 자료는 비밀 번호를 사용하여 보관하고 현장 노트, 동의서, 인지 기능 평가 결과 등 기록물은 잠금 장치가 있는 곳에 보관하는 등 자료의 보관과 관리를 철저히 함으로써 참여자의 개인 정보를 보장하였다. 연구자료는 연구 관련자 외에는 공유하지 않았으며, 모든 참여자에게 연구참여답례로 소정의 사례비를 제공하였다.

3. 자료수집

자료수집기간은 COVID-19 대유행 중인 2020년 11월 5일부터 2021년 2월 6일까지였으며, 자료수집 전 과정에서 단계별 감염병 예방수칙을 준수하였다. 자료수집은 개별 심층 면담을 통해 이루어졌으며, 연구참여자가 노인이므로 면담 일정과 장소는 최대한 참여자의 의사를 반영하고 면담 장소는 연구자가 대역한 독립된 공간이나 참여자의 자택 또는 지하철 인근 카페에서 이루어졌다. 면담은 본 연구자가 직접 참여자의 동의하에 휴대전화기 두 대를 이용해 녹음하였고, 면담 시

간은 50분에서 1시간 50분이었으며 면담 횟수는 1회에서 2회였다.

면담 질문은 참여자의 일반적 특성과 하루의 일과에 관한 질문과 함께 “부인의 죽음을 마주했을 때 가장 처음 든 생각은 어떤 것이었습니까?”와 “부인과 사별하셨을 때 당시의 경험을 떠올려보고, 그 느낌에 대해 말씀해 주시겠습니까?” 외에 사별 전과 후의 일상생활의 변화와 사별 후 적응상의 어려움 등에 관한 반구조적 개방형 질문들로 구성되었다. 면담 진행 중 참여자의 표정, 몸짓, 태도 등 비언어적인 표현들은 관찰을 통해 현장 노트에 기록하였다. 녹음된 자료는 연구자가 직접 참여자의 언어 그대로 필사하였으며 녹음된 내용을 반복적으로 청취하고 필사된 자료를 검토하면서 추가 자료가 필요한 경우 2차 면담 또는 전화 면담을 통해 자료수집을 하였다.

여섯 번째 참여자부터 새로운 내용이 나타나지 않아 자료의 포화를 확인할 수 있었으나 다양한 연령, 사회 경제 수준, 개인사에 따른 경험을 반영하기 위해 아홉 번째 참여자까지 면담을 지속하였다. 면담 시 남성 독거노인의 사별 경험이라는 현상에 충실하기 위해 연구자의 선입견을 배제하고 괄호 치기 하면서 판단중지를 통해 참여자의 진솔에서 맥락적 숨은 의미를 도출하고자 하였다.

4. 자료분석

본 연구의 자료분석은 Colaizzi [23,24]의 현상학적 자료분석방법을 사용하였으며, 첫 단계는 자료 전체 검토로, 자료에 익숙해지기 위해 모든 참여자의 필사 자료와 녹음자료를 반복적으로 읽거나 들으면서 면담 당시를 회상하며 연구자의 느낌을 구현하고자 하였다. 2단계는 각 연구참여자의 진솔에서 배우자 사별 경험과 직접 관련 있는 중요한 진솔과 구절을 추출하였다. 3단계는 파악된 중요 진솔에서 남성 독거노인의 사별 경험과 관련된 추상적인 의미를 형성하였다. 다양한 지평과 맥락 속의 숨은 의미를 규명하기 위해 연구자의 추정을 ‘괄호 치기’하고, 참여자의 진솔을 왜곡하지 않기 위해 가능한 참여자의 표현을 그대로 사용하기도 하였다. 4단계에서는 규명된 의미들을 공통된 주제와 주제 모음으로 정리한 후 범주화 하였다. 5단계는 남성 독거노인의 배우자 사별 경험이 총체적으로 잘 드러날 수 있도록 주제 모음들을 포괄적으로 기술하였다. 6단계는 남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 본질적 근본 구조 진솔로 압축하였다. 마지막으로 주요 참여자 경험과 일치하는지 확인하여 근본 구조의 타당성을 검증하였다.

5. 연구의 민감성과 타당성 확보

현상학적 연구는 연구자가 연구도구이므로 본 연구의 제1 저자는 연구 수행 4개월 전부터 남성 독거노인들과 친밀한 관계를 형성하고 그들의 생활을 이해하기 위해 남성 독거노인들이 많이 이용하는 지역사회 복지관 부설 무료급식소에서 자원 봉사를 하면서 연구수행 준비를 하였다. 본 연구의 제1 저자는 현재 대학원에서 노인 간호학 분야를 전공하고 있으며, 교과과정에서 질적연구방법론을 이수하였고 대한 질적 간호 학회 회원으로 활동하며 대한 질적 간호 학회와 한국간호과학회에서 주최하는 학회, 세미나와 워크숍에 참석하여 현상학연구방법과 자료분석 및 질적연구에 대한 이해를 높였다. 하지만 선입견이나 사전 판단을 배제하기 위해 의도적으로 독거노인의 삶과 관련된 질적연구 문헌들은 심층적으로 고찰하지 않았다.

Lincoln과 Guba는 질적연구의 평가 준거로 진실성, 적용 가능성, 일관성, 중립성을 제시하였으며, 신뢰성, 전이 가능성, 감사 가능성, 확인 가능성으로 대치될 수 있다[27]. 현상학 연구는 체험의 내적 의미의 구조를 그려내는 목적을 잘 달성하기 위해 연구의 진실성과 엄밀성 확보가 중요하므로[23,24,27], 대상자 선정이 매우 중요하다. 본 연구에서는 남성 독거노인의 배우자 사별 경험 과정을 타인에게 잘 전달할 수 있는 대상자 선정을 위해 인지 기능이 정상이며[25], 의사소통이 원활하고, 사별 직후의 급격한 감정 분출 시기가 지난 사별 후 1년 이상인 참여자를 선정하였으며[15], 다양한 사회경제학적 배경과 사별 경험을 가진 참여자를 포함하고자 노력하였다.

중립성을 확보하기 위해 연구 과정에서 연구자의 편견과 고정관념을 배제하고자 노력하였고, 감사 가능성을 높이기 위해 현장 노트와 면담 일지를 작성하고, 자료분석 과정에서 메모 노트와 자료분석 과정을 기록하였으며, 분석 단계에서 Colaizzi의 7단계를 엄격히 준수하였다[23,24]. 참여자가 자신의 경험을 자유롭고 편안하게 표현하기 위해 면담 시간과 장소는 참여자의 희망대로 정했으며, 참여자의 경험을 그대로 구현하기 위해 면담자가 직접 참여자의 언어대로 전사하였고 현장 노트에 기록한 참여자의 비언어적 표현과 현장의 분위기도 자료에 포함하였다.

Colaizzi의 분석 과정을 준수하고 분석과 해석의 진실성과 엄밀성 확보를 위해 질적연구 경험이 많은 간호학 교수 2명의 피드백을 받았으며, 신뢰성 확보를 위해 연구참여자 2명과 독거노인 사례관리자 1명에게 연구자가 기술한 분석 결과를 보여주고 그들의 경험과의 유사성을 확인하였다. 전이 가능성을 높이기 위해 다른 인구 집단의 사별 경험과 남성 독거노인의

사별 경험의 맥락의 유사성과 차이점을 규명하기 위해 사별 경험 관련 선행연구를 검토하였다.

연구 결과

본 연구의 참여자는 경기도 과천시, 성남시와 서울시에 거주하는 배우자를 사별한 9명의 남성 독거노인이다. 참여자의 교육수준은 대졸 2명, 고졸 2명, 중졸 4명, 초졸 1명이었고, 종교는 기독교 4명, 천주교 2명, 불교 2명, 무교 1명이었으며 주관적 경제수준은 상 2명, 중 2명, 하 5명이었다.

결혼 기간은 평균 40.4년(범위: 20~57년)이었고, 사별 기간은 평균 12.9년(범위: 3~37년)이었다. 배우자의 사망 원인은 악성종양 3명, 뇌출혈 2명, 사고 2명, 원인 미상 1명, 알코올 중독 1명이었다(Table 1). 본 연구결과인 남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 범주, 주제 모음과 주제는 다음과 같다(Table 2). 남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 3가지 범주는 ‘준비 없이 맞은 죽음’, ‘다중 역할 하기’, ‘혼자 살아내기’이었다.

범주 1. 준비 없이 맞은 죽음

배우자를 사별한 남성 독거노인들은 자신보다 어린 부인의 사고나 질병으로 인한 갑작스러운 죽음은 충격적인 사건이며, 배우자 사망일을 생애 최악의 날 또는 자신의 인생도 같이 끝난 날로 기억하였다. 참여자들은 한동안 정상적인 생활을 할 수 없을 정도로 신체적 정신적 건강에 부정적인 영향을 받았으며, 현재까지도 임종의 순간은 결코 잊히지 않는다고 하였다. 집안의 대소사를 책임지고 가족 내 조정자의 역할을 하던 부인의 부재는 가족들의 일상생활과 가족 관계에 커다란 변화를 가져왔으며, 참여자들은 믿고 의지할 상대를 잃은 슬픔, 무력감, 허전함과 혼자 살아갈 미래에 대한 막막함으로 삶의 지를 잃었다고 하였다. 준비 없이 맞은 죽음의 관련 주제 모음은 극한 감정들에 휩싸임과 아내의 빈자리를 느끼이었다.

주제 모음 1. 극한 감정들에 휩싸임

참여자들은 죽어가는 배우자를 무력하게 바라보는 고통으로 극한 감정의 소용돌이를 경험했으며 임종 순간을 회상할 때는 실제로 급성 스트레스 반응이나 눈물을 보이기도 하였다. 참여자들은 애도 기간 동안 술과 담배 등 약물의존, 불면증, 식욕부진, 체중 감소 등 부정적인 신체 결과가 나타났으며, 배우자에 대한 의존도가 높았던 참여자의 일부는 우울증과 자살 생각, 자살 시도로 치료를 받았다고 하였다. 배우자가 암과

Table 1. General Characteristics of the Participants and Deceased Spouses

(N=9)

Participants	Age (year)	Level of education	Religion	Subjective economic status	Period of marriage (year)	Period of spousal loss (year)	Deceased spouses	
							Cause of death	Period of suffering (month)
1	86	Middle school	Buddhism	Lower	57	3	Colon cancer	1
2	80	University	Christianity	Upper	40	3	Leukemia	20
3	90	Middle school	Christianity	Lower	48	22	Traffic accident	0.03
4	85	High school	Buddhism	Upper	57	5	Accident	0.03
5	74	High school	None	Lower	29	13	Unknown	18
6	72	Middle school	Christianity	Lower	20	22	Stomach cancer	12
7	84	Primary school	Catholicism	Lower	20	37	Stroke	0.5
8	70	University	Catholicism	Middle	37	4	Alcoholism	approx. 400
9	80	Middle school	Christianity	Middle	52	6	Stroke	0.5

approx.=approximately.

Table 2. Experiences of Spousal Bereavement in Aged Men Living Alone; Categories and Clusters of Themes

Categories	Cluster of themes
Facing unprepared death	<ul style="list-style-type: none"> · Overwhelming emotions · Sensing emptiness from wife's absence
Taking on multiple roles	<ul style="list-style-type: none"> · Remorse for ignorance · Feeling overwhelmed from taking sole responsibility
Surviving as a being	<ul style="list-style-type: none"> · Getting over the shock · Maintaining marital bonds · Enduring in silence · Making a new start

뇌졸중으로 사별한 참여자는 배우자와 가족들의 고통받은 시간이 짧았던 것에 대해 다행감을 표현하여 긍정적인 감정도 함께 존재함을 확인할 수 있었다. 참여자 대부분의 애도기는 대략 3년 정도였으며, 일부는 10년 이상 지났음에도 부적응 상태라고 보고하였다. 극한 감정들에 휩싸임과 관련된 주제는 죽어가는 아내를 지켜보는 고통, 형언할 수 없는 감정들, 망가진 몸과 마음이었다.

오로지 그때 딱 드는 생각은 내가 남은 인생을 어떻게 이제 혼자 살아가야 하는지. 믿고 의지하고 살다가 없어지니까 마치 무인도에 혼자 떨어진 것처럼 그래서.(참여자 2)

교통사고로 잦아요. 사고로. 당일(눈이 커지고 얼굴이 굳어지며 목소리도 커짐). 그러다 차에서 치이 가지고 바

로 병원에 가서 종일 호흡을 해도 안 되어서 그때 바로 갔어요... 그 당시에는 눈이 아찔해요... 내 운명의 최악이지. 인생이 최악으로 바뀐 날.(참여자 3)

뇌출혈이 되면서... 심장소생을 시키봐도 안 되고(목소리가 떨림)... 일주일간 기다렸는데... 산소호흡기 꽂아 놓고 있는데 젤 힘들었던 것은 인자 참 마음의 고생이지. 우선. 마음으로 받아들이기가 힘들었고. 눈뜬 모습도 못하고 보내버렸지(눈물을 보임)... 모든 사회가 무너진 것처럼 무너져 버려서 아무것도 생각할 것 없이 내 자신도 빨리 들어가 버려. 포기가 되는 거여(목소리가 커지며 떨림)... 자꾸 나가고 싶고. 죽고 싶고. 그 뭐냐 내가 살아서 뭐 하거나 그거지... 인자 전체를 다 잃었다. 이제 세상 전체를 다 잃었다(한동안 말을 잊지 못함).(참여자 9)

주제 모음 2. 아내의 빈자리를 느낌

참여자들은 부인의 죽음으로 단란했던 가정이 깨져 집이라는 공간이 텅 빈 공허한 공간이 되었다고 하였다. 참여자들은 가족 내 의사소통을 담당하던 배우자의 부재로 가족들 특히 여성 가족 구성원들과의 관계에서 어려움을 경험했고 가족 간에 왕래가 끊겨 단절되었다고 하였다. 중년기에 사별했던 참여자들은 사춘기 자녀들의 정서적 영향과 관계의 어려움을 경험하면서 아내의 빈자리를 더 크게 느꼈다고 하였다. 노년기에는 독거라는 거주 형태의 변화와 함께 외로움, 그리움과 가족관계의 어려움을 주로 호소하였다. 아내의 빈자리는 물리적 부재와 심리적인 공허감, 외로움을 동시에 의미하고 있었다.

아내의 빈자리를 느낌과 관련된 주제는 단란한 가정이 깨짐, 그리움과 외로움, 가족관계의 어려움이었다.

아들하고 며느리하고 대화하는 법을 나는 몰라요. 아들 오면 “왔냐?”, 며느리 보고 “별일 없었냐?”, 뭐 말을 못 하니까. 며느리들이 있으면 어떻게 분위기가... 며느리들 상대했을 때 처신하기가 무척 어려워요. 며느리들하고 관계가. 며느리들이 이제 무슨 날인가 이럴 때 집사람이 있을 때는 집사람이 다 알아서 하는데 집사람이 없으니까 (자식들을) 오질 못하게 했어요... 집은 있는데 가정이 없어진 거지. 불쌍하지. 죽음을 앞두고 어떤 공허한 삶을 살고 있는 거죠.(참여자 2)

(노모가) 화장실에 갔다 오다 넘어져 가지고 7년을 내가 대소변을 받아냈어요. 뭐 어떡할 도리가 없어. 큰 며느리가 없으면 옛날에 작은며느리가 지금 그렇잖아요. 큰아들이 부모 책임지고 나는 이 나이에 혼자 이렇게 살고 있는데 너희끼리 편안하게 살면서 한번 들여다보지도 않느냐? 그런 생각에 가슴이 터져요. 내가 왔다 가면 오히려 안 온 것만 못해요. 인차(이제의 의미) 연락도 안 하고 살아요.(참여자 3)

마누라가 죽었으니까 가정이 작살이 난 거지 뭐... 애들 생각하면 애들 어떡해. 엄마 사랑 없이 어떻게 살아. 엄마 사랑으로 먹고사는 건데 애들이. 힘들었죠. 친구들 하고 학교도 안 가고. 아이들이 방황하고. 선생님이 부르면 내가 찾아가고. 사춘기 때.(참여자 6)

범주 2. 다중 역할 하기

참여자들은 사별 후 아내는 자신의 모든 삶과 생활을 가능하게 해주었던 소중한 존재였음을 깨닫게 되었다고 하였다. 그동안 자신이 집안의 주인공이라 생각해왔으나 돌이켜보니 부인이 주인공이었으며, 가족과 가정을 위해 희생했던 부인에게 잘 해주지 못했던 것에 대한 미안함과 후회의 감정을 토로 하였다. 참여자들은 자녀들에게 아내를 대신해 어머니와 아버지의 역할 뿐 아니라 가장으로서 집안의 모든 일을 혼자 감당해야 한다는 책임감과 부담감이 두렵고 힘겨웠다고 하였다. 하지만 남들에게 자신의 약한 모습을 보이는 것이 두려워 자신의 아픔을 감추고 혼자 삭였다고 진술하였다. 다중 역할 하기에 해당하는 주제 모음은 무지에 대한 회한과 혼자 감당함에 대한 버거움이었다.

주제 모음 1. 무지에 대한 회한

가정 내 여성의 역할은 가사 노동제공 이외에도 가정의 모든 대소사를 관장하며 가정 경제의 주체로서 재산을 관리하고, 가족에게 돌봄을 제공하며, 자녀와 친척들 간의 중재자로서 집안 전체를 담당하는 막중한 것이었지만 참여자들은 부인이 어떤 존재인지 알지 못했다고 하였다. 참여자들은 그동안 부인을 무시하고 자신의 일과마저 부인에게 의지하면서 집안의 모든 일을 부인에게 미뤄두고 밖으로만 떠돌던 지난날을 후회한다고 하였다. 관련 주제는 일상생활의 어려움, 부인에게 전적으로 의존하고 부인을 홀대한 것에 대한 회한이었다.

일상생활이 하기가 힘들지. 그래서 지금은 큰며느리한테나 큰아들한테나 7시 되면 항시 깨워라...내 성격이 어떤 때 잘 안 맞을 때는 막 머라 해서 이리 머가 어설프고 그라마느 내가 막 해 뿌고..해서 내 성질이 우에 틀리마 그마 칼날이라. 그래서 좀 그한 점이 있지... 일찍이 더 잘 해줬으면 좋을텐데. 이제 후회가 들지. 돌아가고 난 뒤에는 그런 생각이 듭니다. 더 아이고. 그때 좀 내가 더 해줬으마 참 좋을텐데. 후회가 되요.(눈가가 축축해짐).(참여자 1)

“아버지 제사다 예배 준비해라.” 하면 예배 준비하고 사회활동하는데 다 해주고 했는데. 월급 타다 던져 주면은 집사람이 알아서 다 하고. 결혼하기 전에는 어머니한테 갖다 주고 결혼하고 나서는 집사람한테 주면 집사람이 알아서 다 하고. 내가 맡이기 때문에 시동생, 시누이 다 알아서 하고 집사람이 하고 그랬어요. 나는 아침 먹고 나가면 저녁때는 뭐 술도 먹고 다니고 집에 가서 뭐 자는 게 일이었지요. 나는 몰라요. 반성을 했죠. 많이 반성하고 있죠. 반성.(참여자 2)

살아있을 때는 책임감이 없잖아. 책임감이 없어서 모든 걸 다 안식구한테 다 미웠거든. 돈 같은 것도 내한테 묻지도 않고 자기가 다 알아서 처리하고 하니 안식구가 참 훌륭했어.(참여자 3)

주제 모음 2. 혼자 감당함에 대한 버거움

참여자들은 가족중심의 유교 문화 영향으로 집안의 가장으로서 가족의 생계를 책임지고 노부모 봉양, 일가친척 지원과 가문의 유적 유지, 선대 조상의 제사, 묘지관리 등의 역할을 수행해왔었다. 배우자 사별 후 자신의 역할과 아내의 몫까지 감당하느라 힘겨워하였으며, 사별 당시 가족의 발달과제와 가족의 상황별로 경험하는 어려움에 차이가 있었다. 중년기에 사별한 경우 청소년기 자녀들의 교육, 부양 및 결혼 등 중대사를

혼자 수행할 때의 어려움을 호소하였고, 노년기에 독거 상태가 된 경우 가사수행의 미숙함과 역할 과중의 부담감에 대해 진술하였다. 특히 배우자의 손자녀 양육, 노부모 봉양 등 가족 돌봄 역할을 이어받은 참여자는 업무 수행의 미숙함과 고단함에 대해 언급하였다.

참여자들은 자신을 돌볼 겨를조차 없었으며 참여자 대부분은 자신의 어려움이나 부정적인 감정을 말하기 꺼려 관련 질문에 세세히 언급하기를 피하였고 일부 참여자들은 심층 면담 전 힘든 개인사나 자신의 아픔과 관련된 내용은 녹음되지 않기를 희망해 관련 진술은 현장 노트에만 기록하였다. 혼자 감당함에 대한 버거움과 관련된 주제는 가족 부양의 책임을 짐, 아내의 몫을 떠맡음과 감정표현을 안 함이었다.

그냥 무서웠어요. 모든 걸 혼자 감당할라니까 무섭고 두려웠어요. 내가 지금 독립돼있지만 늘 아버지 역할을 해야 한다고. 엄마 없으니까 더 인제. 우리 집안이 5대째 내려오는 기독교 감리교 집안이에요. 그 맥을 그 유전을 이어가야 한다는 책임감. 동생들한테도. 남자들은 만나면 당구를 친다든가 운동이나 하고 술이나 먹고 농담이나 하고 얘기나 하고 그런 얘기 잘 안 해요. 딱 얘기나 하고. 겉으로는 강한 척하지만 속으로는 굉장하.(참여자 2)

옷 같은 거 조금 입다 보면 특히 속옷 같은 거는 버렸어요. 세탁하는 것도 귀찮고 막 버렸는데. 여자가 할 일을 내가 할라니까 힘들잖아요. 빨래서부터 뭐 집 안 청소부터 막상 이제 혼자 되니까 여자가 집에서 해야 될 일을 이거 까지 내가 떠안다 보니까는 그게 이제 힘이 들었죠.(참여자 5)

살아가는 기본. 애들 생활비 같은 게 걱정이지. 말도 못하지. 막막하지. 어떻게 학비 낼 능력도 안 돼. 돈도 없어. 애들도 학비를 못 내서 지금같이 왕따가 되지 않나. 참 그렇게 살았지. 아유. 지금은 옛날 생각하면 한은 없고. 애들이 우선 공부 끝나고 결혼해야 되는데 결혼을 이것저것. 다. 지들이 밥 먹고 살아야 되는데 제일.(참여자 7)

범주 3. 혼자 살아 내기

참여자들은 배우자 사별이라는 위기를 가족들과 함께 있었기에 극복할 수 있었다고 하였다. 노년기에 자식들과 떨어져 혼자 사는 삶은 외롭고 쓸쓸하기만 하다. 하지만 힘든 시절 가족을 위해 고생만 하다 간 조강지처와의 의리를 지키고, 끝까지 아버지로서 자식들에게 부담 주지 않고 혼자 살아내는 것

을 가장의 몫이라고 하였다. 참여자들은 배우자 사별을 통해 인간은 결국 혼자 살아가는 존재라는 사실과 죽음은 자신에게도 언제든지 닥칠 수 있는 일임을 깨닫게 되었으며, 삶과 죽음이 별개가 아닌 하나의 과정이기에 자신의 죽음을 준비하고 남은 삶을 하루하루 의미 있게 살아가기 위해 노력한다고 하였다. 혼자 살아내기와 관련된 주제 모음은 마음을 추스르기, 부부의 연을 계속 유지하기, 감내하며 견디기, 새로운 출발하기로 구성되었다.

주제 모음 1. 마음을 추스르기

혼란의 시기가 지나고 참여자들이 마주한 일상생활은 막막하기만 하였다. 하지만 자신의 눈앞에 있는 가족들은 자신의 처지를 일깨워 주었으며 가족들은 자신에게 짐인 동시에 위로와 다시 일어설 힘을 주었고, 친구나 지인, 교회나 성당의 물질적 지지와 영적 지지는 참여자들에게 커다란 위안을 주었다. 참여자들은 배우자 사별이라는 사건을 자신의 운명 또는 자연의 순리로 받아들이면서 마음을 추스르며 심리적 안정을 찾아 일상생활로 돌아갈 수 있었다. 이와 관련된 주제는 자신의 처지를 깨달음, 위로와 지지로 힘을 얻음, 운명으로 받아들임이었다.

사고를 당하니까 그냥 그 정신적인 충격이 안식구 돌아간 것 보담도 내 저 식구를 어떡하나? 어린 거하고 어머니하고를 어떡하나 그런 생각이 들더라고. 제일 먼저.....3층에서 이리 내려다보면 신발주머니 흔들면서 유치원에 가는데 그것만치 기쁜 것이 없었어요.(목소리가 커지고 미소가 가득함). 저게 그리 컸다 싶어서. 극복하게 해준 것은 우리 손녀. 참 그 녀석이 날 위로했지. 내 생명에 지킴이야.(본인 가슴을 두드림).(참여자 3)

애들도 아버지가 혼자되니까 서로 위로하면서 살았지.(중교, 천주교가) 도움이라는 게 마음의 도움이고 물질적으로는 없지만은 정신적으로 해서 예를 들어서 우리가 어려울 때 의지가 되지.(천주교에서 장례 치를 때)차 대절하고 음료수 뭐. 팔자라고 그래야지. 내가 부인복이 없어서 이렇게 가는구나.(참여자 7)

주제 모음 2. 부부의 연을 계속 유지함

참여자들은 배우자의 기일(忌日)에 제사 또는 추도식을 지내면서 자녀들과 사별한 배우자와의 추억을 나누거나 옛일을 회상하였고, 자손들이 배우자의 성품이나 종교를 이어가기 기대하는 등 배우자를 존중하고 부부의 연을 유지하고 있었다. 거의 모든 참여자는 배우자 사별 후 가장 큰 어려움은 성적 욕

구 조절이라 하였으며, 일부 참여자는 성적 갈등으로 재혼이나 이성 교제를 고려하였지만, 경제적인 이유 또는 자녀들과의 관계, 부인과의 의리 등의 이유로 포기했다고 하였다. 특히 중년기에 배우자를 사별한 경우 사춘기 자녀들에게 미칠 영향을 고려하여 이성 교제나 재혼을 하지 않았고, 자녀들의 권유로 사실혼을 했던 참여자 역시 자녀들의 어머니인 조강지처(糟糠之妻)에 대해 애뜻함과 특별한 의미에 대해 진술하였다. 이 주제 모음과 관련된 주제는 아내를 추모함, 억누른 성적 욕구, 의리를 지켜 복을 받음으로 구성되었다.

지금도 주일날은 내 꼭 나가요. 여기 온 지 내가 2002년도에 여기 왔는데 주일날에 한 번도 빠진 적이 없어요. 안식구 생각해서 그런 주일날은 꼭 가지. 가서 보면 거 큰 것은 없어도.(참여자 3)

성관계라든가 이런 것이 참기가 어렵더라고. 그거 참으면 되지... 3년차에 혼인을 할라고까지 했어. 할라고 했다가 쫓. 안 했어. 엄마도 안 잊고 아버지가 독신생활을 하니까 틀리게 봐. 자식들도 아버지 불쌍하다 그런 걸 알아 가지고 자식들도 다 잘 하. 마누라가 다 염려해줘서 돈이 그렇게 굴러 들어온다고 생각하. 마누라 덕이여. 그제 내가 정절을 지키고 살고 한눈 안 팔고.(참여자 4)

애들이 있는데. 그런 거는 생각할 여유도 없고 생각도 못하지 안 그래요? 젊었을 때는 뭐 그런 생각 하면. 내가 애들하고 사는 길은 모든 걸 떠나야 된다. 내가 무슨 흑심을 먹는다면 애들도 거리가 멀어지고 자기 엄마 있는데.... 본부인이 애들 낳고. 생각이 드는 거는 본처. 조강지처야. 참 얼마 가지도 못하고 좋은 세월 못 보고. 내가 혼자 있으니까 그 생각이 많이 들죠.(참여자 7)

주제 모음 3. 감내하며 견디기

모든 참여자에게 식사 준비는 가장 큰 도전이었으며, 남성의 부엌 출입을 금기시하던 가부장제 문화의 영향으로 식사 준비나 요리에 익숙하지 않기 때문에 매 끼니를 준비하는 일은 고되고, 자신의 생존을 위해 하지 못해서 하는 일로 받아들여졌으며, 일부는 자녀들이 준비해준 음식이 입맛에 맞지 않아 버린다고 하였고, 현재도 식사가 부실하여 체중이 감소하거나 식이 요법을 지키지 못해 건강 유지에 어려움을 겪는다고 하였다.

COVID-19 대유행 이전에는 경로당이나 복지관에서 음식을 제공해 식사 준비에 대한 부담을 덜어주었으나, 거리두기

정책으로 복지관과 경로당이 폐쇄되어 남성 독거노인들에게 끼니 해결하기는 커다란 과제가 되었다. 그런데도 최대한 자식들에게 부담을 주지 않고 자신의 식사를 혼자 해결하기 위해 직접 요리를 배우거나 즉석식품 또는 간편식으로 대체하고, 식당 또는 독거노인과 노숙자를 위해 운영하는 무료급식소를 전전하며 식사를 해결하고 있었다. 감내하며 견디기와 관련된 주제는 자식에게 부담 주지 않기와 끼니 해결하기였다.

(아들 집에) 내가 잘 안 갈라카지. 선차 묵는 음식이 안 맞아 즈그 묵는 거하고 내묵는 거 하고 안 맞아. 그래서 식당에서 내 혼자 사 묵어요. 점심. 저녁은 할 수 없이. (인스턴트 쌀국수가) 값도 싸고 바쁠 때 아침에는 뭐 물만 끼리 갖고(끓여서의 의미) 뚜껑 딱 따가지고 물 부었다가 한 5분 있다 먹으면 돼. 그래가지고 일하러 나가고. 먹는 기 쥘로 불편하지. 진짜 묵는 기 시연찮지. (사별) 전에 한 55키로 54키로 하다가 지금 44키로.(참여자 1)

밥도 제 손으로 직접 못해요. 밥도 못 하고 라면 정도는 그거도 이제 요 근래 와서 끓이는 법을 좀 배웠지. 안 그러면 이제 빵이나 떡이나 뭐 군것질 뭐 이제 때우고. 어디(무료급식소를 칭함)에 가면 밥을 준다. 여기는 저녁을 준다. 여기는 점심을 준다... 심장도 안 좋아졌다 콩팥도 안 좋아졌다. 혈압도 높아졌다. 술, 담배 많이 하니깐 손 떨리는 병까지 얻었어요.(참여자 5)

주제 모음 4. 새로운 출발하기

참여자 대부분은 배우자 사별을 통해 인생의 의미와 가치에 대해 새롭게 인식하게 되었고 경제활동, 봉사활동, 자선활동, 신앙생활, 건강관리, 새로운 이성과 만남 등 삶에서 의미 있는 활동을 하면서, 자신의 죽음을 준비하고 새로운 자신의 인생을 출발하게 되었다고 하였다. 참여자들의 죽음에 대한 인식과 수용 정도는 나이와 상관없이 각 개인의 경험과 철학, 주관적 건강 인식에 따라 차이가 있었으며, 영정 사진, 수의 준비, 장지 마련, 재산정리, 시신기증서 작성, 사전 의료의향서 등의 의사 등 각자의 방식으로 자신의 죽음에 대해 준비를 하고 있었다. 새로운 출발하기와 관련된 주제는 의미 있게 살아가기와 죽음 준비하기였다.

인생을 알게 됐습니다. 나도 가야겠구나. 빨리 가야겠구나. 정리는 다 했고. 아 가기만 하면 된다. 하느님이 좀 데려가시면 좋은데. 기다리는 거지요. 장지야 있으니까. **에 있으니까 걱정할 것 없고. 나는 아주 시체를 기증한

다고 시체 기증한다고 여기 있어요. 장기 기증 하는 거. 아예 시체 기증해 버릴려고. 재산정리도 다 했고.(참여자 2).

일찍 돌아가고 나서. 야. 사는 동안 건강이 첫째고 물론 금전도 있어야 하지만 첫째 사람이 건강이 있어야 움직인다. 돈도 번다. 예를 들어서 금전이 여유가 있는 사람 목숨이 귀해서 호스를 끼고 그런다지만 내가 갈 바에 애들 고통을 주지 말자. 빼. 얼마 못 있어. 그래서 내 생각에 현재로 얘기하면 빼. 얼마든지 너희들이 그렇게 해라. 애들한테도 그런 준비를 가지고 있죠.(참여자 7)

본 연구에서 나타난 남성 독거노인의 배우자 사별 경험은 사별자만이 아닌 가족 전체의 위기였으며, 중심 의미는 배우자를 사별한 남성이 사별 초기 위기 상황에서 위기에 대처하고 극복하기 위해 노력하는 다양한 경험들과 사별한 배우자와의 지속적인 유대와 가족과 친지, 종교의 사회적, 영적 지지를 통해 가족 관계와 자신의 역할을 재정립하고, 인간으로서 성장과 발달을 이뤄가는 과정을 거치면서 살아내고자 하는 것이었다. 우리나라의 가족 중심의 문화와 남성의 성 역할규범에 대한 이해를 토대로 사별자와 가족의 발달단계에 따른 간호요구 확인과 가족관계의 재정립 및 지지체계 마련을 통해 사별의 위기를 극복하는 긍정적인 대처 기전을 얻을 수 있을 것으로 본다.

논 의

본 연구는 남성 독거노인의 배우자 사별 경험의 본질적 의미를 규명하고자 9명의 참여자의 심층 면담에서 얻은 자료분석을 통해 3개의 범주와 8개의 주제 모음을 도출하였다. 남성 독거노인의 배우자 사별 경험은 ‘준비 없이 맞은 죽음’, ‘다중역할 하기’와 ‘혼자 살아내기’로 범주화 하였으며 범주별로 나타난 주된 현상과 사별 시기에 따른 사별 적응과 성별, 문화적 차이에 대해 선행연구결과와 함께 논의하고자 한다.

본 연구의 참여자들은 일제강점기와 한국전쟁, 산업화 시대를 살아온 가장들로서 묵묵하게 가족을 위해 희생하고 ‘먹고 사는 것이 각박하여 감정표현은 사치’라는 통념을 가진 세대들로 산업화시대 가족의 생계부양자와 유사하였다[21]. 한국 남성의 성 역할에 대한 인식과 남자다움에 대한 규범 및 가족중심문화는 남성 독거노인의 배우자 사별 경험에서 일관되게 투영되었고, 참여자들의 인식과 사별 적응을 결정하는 주요 요소가 되었다.

본 연구에서 첫 번째 범주로 참여자들은 배우자의 연령이

자신보다 낮아 배우자의 죽음을 순리에 어긋난 일로 인식하고, 사별 전 배우자에 대한 의존도가 높았기 때문에 준비 없이 죽음을 맞이하였다. 참여자들은 사별 초기 알코올과 담배의 과다사용, 우울, 자살 생각, 자살 시도, 불면증, 식욕부진과 체중감소 등 부정적인 정신적, 신체적 영향을 경험하였으며, 이러한 결과는 노년기의 배우자 사별 후 영양상 위험, 무의식적인 체중감소 및 수면의 질 저하, 술 소비의 증가 등에도 과정의 부정적 건강 결과들과 밀접한 관련이 있다는 선행연구결과와 유사하였다[2,8,15,16,18,28]. Son [12]은 배우자 사별 노인의 사별 적응과정에서 죽음 준비, 수발 부담, 임종 시기의 적절성 등 인지하는 배우자 죽음의 질이 높을 때 사별 노인의 사별 적응 수준도 높아진다고 하였는데[12], 본 연구의 참여자들이 애도 과정에서 부정적인 건강 결과들이 나타난 것은 배우자의 죽음의 질이 낮아 사별 적응 수준이 낮았기 때문으로 볼 수 있다.

사별 전 배우자에 대한 일상생활 의존도가 가장 높았던 참여자 2명은 우울증으로 치료를 받았으며 이 결과는 사별 전 직접 간호에 참여하는 비율이 높은 여성노인이 포함된 연구들의 경우 사별 후 우울 정도가 낮아짐에 반해[5], 사별 남성노인은 사별 여성노인보다 우울 정도가 더 높고[5,10,11], 사별 전 배우자에 대한 의존도가 높은 경우 사별 후 남은 배우자의 불안이 증가하며[3], 남성에게 사별의 영향이 더 큰 것은 가사노동에 대한 강한 혐오 또는 수발 부담 때문이라는 결과와 유사하였다[11,12]. 배우자를 사별한 여성노인들은 수발부담과 구속적인 결혼생활이 종료되어 홀가분함 또는 배우자의 고통이 끝남에 대한 안도, 배우자 돌봄 동안의 자신들의 헌신, 돌봄 중 유대의 강화 등을 표현하였으나[14,16], 본 연구참여자들은 배우자의 돌봄에 많이 참여하지 않았기 때문에 돌봄의 어려움보다는 배우자의 죽음으로 배우자의 고통이 종료되고 지켜보는 자신과 가족들의 심적 고통이 함께 종료됨에 대한 다행감을 표현함으로써 남성노인과 여성노인의 사별 경험 간 성역할 규범의 차이를 확인할 수 있었다.

본 연구참여자들의 가장 큰 정서적 문제는 외로움이라 하였고 외로움은 시간이 흐를수록 더 커졌다고 하였다. 외로움은 배우자를 사별한 남성노인들에게 공통으로 나타난 정서 문제이며[1,7,10,14,16], 사별 전부터 사별 후까지 지속한다는 결과와 유사하였다[1,14]. 참여자들은 외로움에 대해 사별 시기, 거주 형태의 변화, 가족관계의 어려움에 대해 상호 연관 지어 진술하였다. 중년기에 사별한 참여자는 자녀의 교육, 부양과 정서적 관계의 어려움으로 외로움과 배우자의 빈자리를 느낀다고 하였고, 이는 Park [18]의 중년남성의 배우자 사별 경험

에서 공허함(빈자리를 느낌), 자녀 문제, 자녀의 자립, 자녀의 결혼 등 부정적인 정서와 유사하게 나타났다[18]. 노년기에 사별한 참여자들은 가족 구성원들과의 관계의 어려움과 독거로 거주 형태가 변화해 혼자 거주하면서 외로움을 경험한다고 하였다. 그 이유는 대부분 여성이 가정 내 의사소통을 담당하기 때문에 배우자 사별 후 남성노인들은 의사소통 미숙과 가족과의 정서적 유대 부족으로 가족과의 관계가 단절되면서 외로움을 더 크게 느끼는 것으로 생각된다.

두 번째 범주인 다중 역할 하기에 참여자들은 사별 후 배우자의 역할과 자신의 역할을 혼자서 감당하면서 힘겨워하였지만 남자다움을 유지하기 위해 어려움이나 감정 표현을 억제하고 도움을 구하지 않기 때문에[12,21] 부정적인 대처가 발생할 수 있다. 흑인 여성노인의 경우 스토리텔링을 통해 사별 전 자신의 배우자 돌봄 과정을 회고하면서 과제 중심의 돌봄, 문제 해결, 학습, 의사결정, 극복 등 돌봄과 사별 경험에 대해 매우 생생하게 표현하고, 가족, 친구들과의 상호작용을 통해 가족과 교회의 지지를 받는 것으로 보고되었다[17]. 이 결과를 통해 사별 경험에 문화적 차이와 성별의 차이가 존재함을 확인할 수 있었다.

여성 독거노인들은 배우자 사별 후 경제적 어려움[10,15,16]에 대해 언급하였지만 본 참여자들은 주관적 경제 수준이 낮은 참여자 중 소수만이 경제적 어려움을 언급하였다. 이 결과는 남성 독거노인은 여성 독거노인에 비해 경제 수준이 높고[10,11], 본 연구에는 경제 수준이 중·상층인 참여자들이 포함되었고 주관적 경제 수준이 낮은 참여자들은 현재 임대주택, 주거지원, 기초노령연금, 국민연금 등 복지혜택을 받고 있으며, 일부는 경제 활동을 하고 있기 때문이라 생각된다. 또 다른 이유로는 남성다움을 유지하기 위해 자신의 어려움에 대해 표현하지 않았을 가능성이 있다. 본 연구에서 참여자들은 일상 생활 수행의 어려움, 배우자에 대한 회한, 역할 과중으로 인해 버거움을 호소하였는데, 이 결과는 사별 여성노인과 사별 중년남성 연구에서 배우자에 대한 회한의 감정과 역할 수행의 어려움[14,16,18] 및 모든 것을 홀로 감당해 나감[15]과 유사하여 배우자 사별 후 공통적으로 가족 구조변화에 따른 역할 재정립과 변화된 역할에 대한 적응이 필요함을 알 수 있었다.

세 번째 범주인 혼자 살아내기는 참여자들이 사별 후 아픔을 딛고 아버지이자 가장의 책임을 다하기 위해 안간힘을 쓰며 살아가는 적극적인 삶의 과정을 나타내고 있었다. 이는 Kim [19]의 남성 독거노인 사별 경험인 ‘한쪽 날개가 꺾였지만, 다시 비상하기 위해 살아내려는 몸부림’과 유사하며 ‘자녀가 있어 생을 놓지 못하고 버팀’이라는 주제는 마음을 추스르

기, 감내하며 견디기와 유사하였다[19]. 참여자들에게 가족은 모든 삶의 중심이었으며 가족, 친구, 종교기관 등 비공식적인 사회적 지지체제와 배우자와 지속적인 유대를 통해 참여자들은 살아갈 힘을 얻었다고 하였다. 배우자와의 지속적인 유대[1,7,14,17]와 사회적 지지[12,14-18]는 사별 후 적응에 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구들과 유사하였다.

여러 선행연구에서 배우자 사별 후 적응에서 가장 중요한 요인으로 대인관계 자원과 가족과 종교 및 전문 의료인에 의한 사회적 지지의 필요성을 강조하였으나[2,4,7,17], 본 연구의 참여자들은 전문 의료인이나 공적 지지체제보다는 주로 비공식적 지지자원에 의존하였다. 이는 우리나라 의료기관이나 지역사회에 사별자를 위한 공적 지지체제가 부족하기 때문으로 생각되며, 사별자의 긍정적인 대처를 강화하기 위한 의료기관과 지역사회 내 공적 지지체제 마련과 간호중재 프로그램이 필요하다.

혼자 살아내기의 가장 큰 장애물은 성적 욕구를 참아내는 일과 끼니 해결이었으며 전기 노인 참여자뿐 아니라 후기 노인 참여자들도 성적 욕구가 존재하고 80대 중반까지 성관계할 수 있다고 해 우리나라 남성노인의 성인식은 자연스럽고 본능적이며, 여전히 존재하나 제약이 있어 지원이 필요하다는 결과와 유사하였고[29], 중년남성은 배우자 사별 후 성적 갈등으로 재혼을 고려하나 자녀들을 위해 보류하고 실제 재혼은 드물어[18] 본 연구결과와 같이 사별 남성들은 가족들과의 관계를 위해 자신의 욕구를 억제함을 알 수 있었다. 참여자 대부분은 끼니 해결의 어려움을 호소하였고, 전국단위 조사연구에서 남성 독거노인의 영양장애 위험군은 78.9%로 높게 나타나[28] 남성 독거노인의 식사 문제의 심각성과 인간의 기본적인 욕구 미충족을 확인할 수 있었다. 하지만 참여자들이 자신들의 민감한 욕구나 어려움을 외부에 드러내기 꺼려 자신의 어려움과 욕구를 억제하고 도움을 구하지 않아 이에 대한 대책이 필요하다.

참여자들은 배우자 사별이라는 커다란 인생의 위기에서 자신의 삶과 죽음에 관한 성찰과 재평가를 통해 개인의 실존적 의미를 찾고 자신의 죽음 준비라는 긍정적인 적응과정을 거쳐 인간으로서 성장을 경험하였으며, 독거노인의 사별경험에서 동일한 결과가 나타났다[16,19,20]. 참여자들은 배우자 사별 경험에서 배우자와 자기 삶의 가치와 긍정적인 의미를 찾음으로써, 갈등과 긴장을 이겨내고 노년기 발달과업인 자아통합과 노년 초월을 이룬다고 볼 수 있다[22].

본 연구결과 남성 독거노인의 사별 경험은 사별 가족의 발달단계와 사별적응 수준에 따라 다르므로 남성 사별노인의 간

호 요구에 따라 학제적 통합적으로 접근해야 하며, 의료기관과 지역사회별로 교육적(인지적 자원), 신체적(기능적 자원), 경제적 자원, 사회적(대인적) 자원, 심리적(정서적) 자원[12]을 포함한 사별 중재 프로그램 및 지지체계와 인력체계 구축이 필요하다. 간호사들은 임종이 가까운 대상자를 간호할 때 죽음의 질을 높이기 위해 임종 간호와 함께 남겨진 배우자를 간호대상에 포함하고 포괄적인 사정을 통해 사별가족에 대한 간호계획을 수립하여 죽음을 미리 준비하고 임종과정이 잘 진행되도록 지원함으로써 사별적응을 도와야 할 것이다[12]. 학제적 팀을 활용해 지역사회 가용자원을 확인하고, 부가적 도움에 대한 요구를 확인한 후 필요 시 전문기관에 의뢰하거나 사회 복지기관과 연계하는 등의 구체적인 방안을 제시해야 할 것이다[30].

배우자를 사별한 남성독거노인의 주요 간호 요구는 가족관계의 어려움, 가사수행의 어려움과 외로움 그리고 성적 욕구 조절과 식사 준비의 어려움인 것으로 나타났으나, 우리나라 남성노인은 남에게 자신의 감정과 문제를 잘 드러내지 않는 특성이 있으므로 신뢰관계 유지와 지속적인 건강관리가 가능한 지역사회 내의 1차 의료 간호사와 노인전문간호사들의 통합적인 지지 프로그램과 전문적인 간호 서비스가 요구된다.

간호사들은 남성 독거노인의 간호 사정과 중재 시 효과적인 의사소통 기술을 활용하여 신체적, 정신적, 사회적 영역에 대한 포괄적인 사정을 통해 대상자의 잠재적인 간호 문제를 조기에 발견하고 간호 요구에 따른 간호중재 프로그램 제공과 지역사회 자원을 활용할 수 있도록 지원함으로써 사별자의 부정적인 대처를 예방하고 성장과 적응을 통한 회복을 도울 수 있을 것이다[30]. 사별 간호중재 시 남성노인의 정상적인 성적 욕구에 대한 이해를 바탕으로 성교육 프로그램과 노인의 특성에 맞는 정서적 지지 프로그램, 자조 모임, 심신 유형의 중재(mind-body type intervention)와 상담을 결합한 통합 프로그램[13]과 식사 지원, 가사수행능력 증진 프로그램 등 간호 요구에 따른 학제적 중재 프로그램이 필요함을 알 수 있었다.

본 연구의 제한점은 서울과 수도권에 거주하는 소수의 남성 독거노인의 사별 경험을 포함하였으며, 사별 배우자의 투병 기간이 대부분 길지 않았고, 우리나라 문화적 특성상 남성은 가족 환자의 직접적인 병간호에 많이 개입하지 않기 때문에 배우자 사별 전 남성노인의 병간호와 돌봄에 관한 경험들은 일부만 포함되었다. 하지만 다양한 사회적 경제적 배경과 노년기의 전 연령대를 포함한 남성 독거노인의 사별 경험의 본질적인 의미와 주요 간호 요구를 규명하고 간호중재 계획

시 고려할 내용에 관한 이해를 높였다는 점에서 학문적 의의가 있다고 생각한다.

결론 및 제언

본 연구결과 남성 독거노인은 배우자 사별 후 신체적·정신적 부정적인 영향과 역할부담, 가족 관계의 어려움 및 외로움을 경험하였으며, 남성성을 유지하기 위해 혼자 감내하고 도움을 구하지 않아 이차적인 문제 발생 요인이 존재하였다. 사별 후 배우자와의 지속적인 유대와 가족 중심의 사회적·영적 지지는 긍정적인 대처 요인이며, 사별 적응 과정을 통해 자아통합과 초월로의 성장과 발달이 이루어지고, 남성 독거노인의 사별 경험에는 부정적 경험과 긍정적 경험이 공존하였다.

본 연구결과를 토대로 남성 독거노인의 배우자 사별 경험에 관한 간호 연구와 임상간호 실무 및 간호 교육과 정책에 대해 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 간호사를 위한 노인과의 의사소통능력과 포괄적 건강 사정 능력 증진을 위한 간호 중재 프로그램 개발 및 중재 효과 검증을 위한 후속연구를 제언한다. 둘째, 다양한 사회문화적 배경과 집단 특성을 가진 남성 배우자의 돌봄 및 사별 경험에 관한 후속 연구를 제언한다. 셋째, 남성 독거노인의 간호 요구에 따른 통합적 사별 중재 개발 및 효과 검증을 위한 후속 연구를 제언한다. 넷째, 의료기관과 지역사회 내에 임종 간호와 사별 중재를 위한 간호 실무 지침 제정 및 간호 인력과 지지체계 마련을 위한 정책 제정을 제언한다. 마지막으로 임종 간호와 사별 중재 프로그램을 간호대학 교과과정에 포함하고 임상 실무에서 적극적으로 활용할 것을 제언한다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflict of interest.

AUTHORSHIP

Study conception and design - HY-R; Supervision - HG-RS; Data collection and processing - HY-R; Analysis and interpretation of the data - HY-R and HG-RS; Literature search - HY-R; Writing - HY-R; Critical review of the manuscript - HY-R and HG-RS; Final Approval - HG-RS.

REFERENCES

1. Folkman S. Positive psychological state and coping with severe stress. *Social Science & Medicine*. 1997;45(8):1207-21. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(97\)00040-3](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(97)00040-3)

2. Stroebe M, Schut H, Stroebe W. Health outcomes of bereavement. *The Lancet*. 2007;370:1960-73.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
3. Carr D, House JS, Nesse R, Wortman C, Kessler RC. Psychological adjustment to sudden and anticipated spousal loss among older widowed persons. *Journals of Gerontology: Series B*. 2001;56(4):237-48.
<https://doi.org/10.1093/geronb/56.4.S237>
4. Spahni S, Morselli D, Perrig-Chiello P, Bennett KM. Patterns of psychological adaptation to spousal bereavement in Old Age. *Gerontology*. 2015;61(5):456-68.
<https://doi.org/10.1159/000371444>
5. Won H, Song S. Effect of spousal bereavement on depression of the elderly: analysis of the impact of traditional gender norms through gender comparison. *Health and Social Welfare Review*. 2019;9(4):145-72.
<https://doi.org/10.15709/hswr.2019.39.4.145>
6. Vable AM, Subramanian SV, Rist PM, Glymour MM. Does the "widowhood effect" precede spousal bereavement? results from a nationally representative sample of older adults. *American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2015;23(3):283-92.
<https://doi.org/10.1016/j.jagp.2014.05.004>
7. Naef R, Ward R, Mahrer-Imhof R, Grande G. Characteristics of the bereavement experience of older persons after spousal loss: an integrative review. *International Journal of Nursing Study*. 2013;50(8):1108-21.
<https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.11.026>
8. Stahl ST, Schulz R. Changes in routine health behaviors following late-life bereavement: a systematic review. *Journal of Behavior Medicine*. 2014;37(4):736-55.
<https://doi.org/10.1007/s10865-013-9524-7>
9. Park JS, Lee SS, Yoo SH, Jun KH, Yeom JH, Sung MJ, et al. The socioeconomic impact of low fertility and population aging on family structure. Population policy report. Sejong: Korea Institute for Health & Social Affairs; 2017 Dec. Report No. 2017-15.
10. Ko H, Park YH, Cho B, Lim KC, Chang SJ, Yi YM, et al. Gender differences in health status, quality of life, and community service needs of older adults living alone. *Archives of Gerontology and Geriatric*. 2019;83:239-45.
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.05.009>
11. Lee GR, DeMaris A, Bavin S, Sullivan R. Gender differences in the depressive effect of widowhood in later life. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*. 2001;56(1):56-61.
<https://doi.org/10.1093/geronb/56.1.S56>
12. Sohn ES. A study on adjustment to widowhood among older adults -on the focus of gender differences. *Korean Journal of Family Social Work*. 2007;21:289-322.
<https://doi.org/10.16975/kjfsw.2007.21.010>
13. Nseir S, Larkey LK. Interventions for spousal bereavement in the older adult: an evidence review. *Death Studies*. 2013;37(6):495-512. <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.649941>
14. Van Hout E, Peters S, Jansen L, Rober P, van den Akker M. An exploration of spousal caregivers' well-being after the death of their partners who were older cancer patients - a phenomenological approach. *European Journal of Oncology Nursing*. 2020;47:1-6.
<https://doi.org/10.1016/j.ejon.2020.101779>
15. Jang HS, Kim YJ. Elderly women's adaptation process on separation by death in rural areas. *Korea Gerontological Society*. 2011;31(4):939-67.
16. Chang SJ. Personal growth through spousal bereavement in later life. *Korean Journal of Social Welfare*. 2013;65(4):165-93.
<https://doi.org/10.20970/kasw.2013.65.4.007>
17. Rodgers LS. Meaning of bereavement among older African American widows. *Geriatric Nursing*. 2004;25(1):10-6.
<https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2003.11.012>
18. Park KB, Kim BH. Experiences of spousal bereavement in middle aged men. *Asian Oncology Nursing*. 2004;4(2):143-53.
19. Kim SH. A narrative inquiry on the experience of bereavement to an elderly male. *Journal of the Korean Gerontological Society*. 2018;38(1):103-23.
20. Seok HJ. The study on the living-alone experience of elderly men. *Korean Academy of Social Welfare*. 2014;66(3):29-53.
<https://doi.org/10.20970/kasw.2014.66.3.002>
21. Woo SB. What is the masculinity of Korean men?: concept mapping of masculinity. 2019;25(3):203-29.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2019.8.25.3.203>
22. Erikson EH, Erikson JM. *The life cycle completed: a review-extended version*. New York (NY): Norton & company; 1998. 134 p.
23. Sanders C. Application of Colaizzi's method: interpretation of an auditable decision trail by a novice researcher. *Contemporary Nurse*. 2003;14(3):292-302.
<https://doi.org/10.5172/conu.14.3.292>
24. Morrow R, Rodriguez A, King N. Colaizzi's descriptive phenomenological method. *The Psychologist*. 2015;28(8):643-7.
25. Han JW, Kim TH, Jhoo JH, Park JH, Kim JL, Ryu SH, et al. A normative study of the mini-mental state examination for Dementia screening (MMSE-DS) and its short form (SMMSE-DS) in the Korean elderly. *Journal of Korean Geriatric Psychiatry*. 2010;14:27-37.
26. Kim EK. Quality of life related to health by age group of elderly. *Journal of The Korean Data Analysis Society*. 2017;19(5):2807-23. <https://doi.org/10.37727/jkdas.2017.19.5.2807>
27. Cypress BS. Rigor or reliability and validity in qualitative research: perspectives, strategies, reconceptualization, and recommendations. *Dimensions of Critical Care Nursing*. 2017;36:253-63. <https://doi.org/10.1097/dcc.0000000000000253>

28. Jang HY, Kim JH. Factors influencing malnutrition in elderly men living alone. *Journal of The Korean Data Analysis Society*. 2020;22(3):1159-72.
<https://doi.org/10.37727/jkdas.2020.22.3.1159>
29. Lee MR. Study on the sex recognition of male elderly. *Journal of Digital Convergence*. 2016;14(5):433-43.
<https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.5.433>
30. Korean Gerontological Nursing Society. *Gerontological Nursing*. 1st. ed. Seoul: Hyunmoon; 2020. 540 p.