

농촌지역 노-노돌봄 활성화를 위한 핸드북 개발

Development of the Handbook for Revitalization of Elderly-elderly Care in the Rural Area

채혜선* · 윤순덕** · 박공주***

Hye Seon Chae · Soon Duck Yoon · Gong Ju Park

Abstract

This study was designed to figure out the results of proceeding research, to establish the recipients and service contents, and to develop handbook for elderly-elderly care in the rural area. The results of the study were as follows: The recipients of services were contained to healthy elderly from troubles elderly, solitude elderly, and old couple in the community. The range of the services by elderly-elderly carer were moral support, everyday life support and outside activity support.

The handbook listed four areas of services including first meeting and observing, mind care, everyday life care, and outside activity care, and then described contents of 47 situations. The handbook will be great help to the rural elderly if it is given to participants of elderly-elderly care program along with the hall for the aged. Further efforts should be made to reflect feedbacks from rural area, and to make series to bring elderly carer up to date consistently.

* 농촌진흥청 농촌자원개발연구소 연구사. e-mail: seon70@rda.go.kr

** 농촌진흥청 농촌자원개발연구소 연구사. e-mail: ysd@rda.go.kr

*** 농촌진흥청 농촌자원개발연구소 연구관. e-mail: parkgj@rda.go.kr

주요어(Key words): 자원봉사(volunteer), 노-노돌봄(elderly-elderly care), 농촌노인(rural elderly), 핸드북(handbook)

1. 서 론

2000년 65세 이상 노인의 28.7%가 1세대가구(부부로 구성된 가구)이며, 노인의 16.2%가 혼자 살고 있다. 1990년에 비하여 1세대 가구는 증가(11.8%p)한 반면, 3세대 이상 가구는 크게 감소(-18.8%p)하였다(통계청, 2005). 이처럼 노인단독세대의 증가, 고도성장애 따른 급격한 산업화, 도시화, 핵가족화에 따른 가족 구조와 기능의 변화, 여성의 경제 활동 참여 증대 등으로 인하여 더 이상 가족이 전적으로 노인의 일상생활 지원이나 수발을 감당할 수 없게 되었다. 사회적 상황과 가족부양체계가 변화했지만, 노인들은 보수적인 성향이 강하고 가족지향적인 태도를 가지고 있어 가족이나 지역사회로부터 격리되지 않기를 원하며, 이제까지의 생활터전이었던 곳에서 여생을 보내기를 원하고 있다(이정애, 2005). 이러한 가족기능의 약화를 방지하기 위해서는 재가보호와 지역사회보호를 강화하는 것이 현실적이며 서비스체계는 다양한 일상서비스를 포괄하는 사회적 보호모형(social care model)이 가족을 대신할 새로운 노인부양모델이 될 수 있을 것이며(임춘식, 1998), 가족기능을 대체할 수 있고, 시설보호보다 비용 면에서 효율적이며 친숙한 환경을 유지함으로써 노인들의 정서적 안정을 도모하는 이점이 있다(김수춘 등, 1995).

그러나 2004년 기준 도시지역 노인인구비율(6.7%)에 비해 농촌지역 노인인구비율(15.6%)이 2.3배 높음에도 불구하고, 재가노인복지서비스

를 위한 가정봉사원 파견시설은 도시(76.7%)에 비해 농촌(23.3%)에서 부족한 실정이며(농촌진흥청, 2005), 농촌은 지리적 조건, 인구밀도에 의한 접근성, 효율성의 문제로 재가복지서비스가 발달하기 어려운 상황에 있다.

농촌재가노인복지서비스에 관한 선행연구들을 살펴보면, 농촌의 재가노인 특성을 고려한 농촌 재가노인복지서비스에 관한 연구(류종권, 2002; 문명희, 2002; 박현정, 2002; 오성숙, 2000; 안금순, 2002; 천양례, 2003)들에서 농촌노인들은 경제적 어려움, 주택의 불편함, 의료기관의 부족, 소극적인 여가활동, 고독과 소외감을 겪고 있는 것으로 나타났다. 농촌노인의 삶의 질을 향상시키기 위한 농촌재가노인복지서비스 활성화 방안을 위해, 황순애(2005)는 농촌재가노인에 대한 국가적 지원, 재가노인복지서비스에 대한 홍보, 농촌재가노인 개인의 욕구에 맞는 서비스의 다양화, 재가노인복지시설의 확충과 전문인력의 보충을 제안했다. 특히 김두수(2000)는 농촌형 재가노인 복지서비스의 발전을 위해 독거노인결연 프로그램(봉사활동) 개발을 제시하였다.

따라서 고령화된 농촌지역의 현실에 적합한 농촌형 재가복지서비스의 일환으로 농촌의 노인들끼리 서로 안부를 확인하고, 위급한 상황을 가족이나 다른 이웃에게 알려주고, 일시적 또는 장기적 일상생활 장애노인에게 일상생활 지원 서비스를 제공하여, 노인이 살아온 지역사회에서 편안한 일상생활을 영위할 수 있도록 도움을 제공하는 노-노돌봄의 활성화가 필요하다. 농촌마을내 노-노돌봄 활성화는 도움을 받는 노인에게는 자신이 살던 곳에서의 일상생활 유지와 정서적 안정을 주고, 도움을 주는 노인에게는 자신이 사회에 유용한 존재라는 인식을 갖게 하여 농촌노인의 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것이다.

원만하고 질적으로 수준 높은 노-노돌봄 서비스를 제공하기 위해서는 서비스의 내용이 아무리 훌륭하다고 하더라도 결국 서비스 수혜자들을

직접 대면하는 인력은 노인도우미이다. 때문에 이들에 대한 자원봉사자로서의 소양과 책임감을 갖추게 하고, 노인의 과거 경력이나 신체적 상황에 맞는 돌봄능력을 갖추기 위한 교육이 필요하다. 이러한 노인자원봉사 교육프로그램 뿐만 아니라 노인에게 적합한 인쇄활자의 크기, 삽화, 색상 등을 고려한 노인용 자원봉사 전문교재를 만들어 사용하는 것도 필요하다(고양곤, 2001). 그러나 노-노돌봄의 역할과 그에 따른 교재의 개발이 매우 중요함에도 불구하고, 노인돌봄을 위한 많은 교재들 중에 제공자가 노인이거나 농촌노인인 교재나 선행연구들은 전무한 실정이다.

이에 본 연구에서는 노인자원봉사, 노-노돌봄에 관한 선행연구와 케어관련 교재의 내용을 살펴보고, 관련 선행연구결과들을 토대로 농촌지역 노-노돌봄 수혜자의 범위와 서비스활동 범위를 설정한 후, 노-노돌봄 자원봉사자가 직면하게 될 상황에 대처할 수 있는 방법들을 설명하는 핸드북을 개발하여 고령화된 농촌지역 노인의 사회안전망 구축을 위한 새로운 노인돌봄 문화가 활성화되는데 기여하고자 하였다.

2. 노-노돌봄과 노인케어 교재

2.1. 노인의 자원봉사활동

자원봉사란 봉사자가 지역사회와 이웃에 대한 책임과 공동체 의식을 가지고, 자발적으로 아무런 물질적 보상을 기대하지 않고, 자신이 가지고 있는 시간, 재능, 기술, 물질 등을 제공하여 자아를 실현하고 복지사회를 건설하는 시민참여활동을 말한다(허정무, 2002). 지금까지 자원봉사활동은 주부나 청소년층처럼 신체적으로 건강한 사람들의 몫이었으며, 노인은 일반적으로 장애인 및 아동과 함께 사회봉사의 서비스를 주는 자보다는

서비스를 받거나 도움을 받는 주된 대상으로 인식되어 왔다. 하지만 오늘날 비교적 건강하게 활동할 수 있는 노인들이 많아지고 다양한 노후생활여가 활동 중의 하나로 자원봉사활동이 부각되면서, 자원봉사활동의 주체로서의 노인에 대한 인식이 변화되고 있다. 이에 따라 노인자원봉사활동의 필요성과 활성화 방안 제시에 관한 많은 연구(고양곤, 1999; 신섭중 등, 2000; 이근홍, 2001; 이금룡, 2003; 정순돌·이은주, 2005; 정옥희: 1996; 조추용, 2001; 홍명환, 2002)들이 진행되어 왔다.

노인자원봉사활동은 노인의 자아실현 욕구 충족, 정신적 육체적 건강 유지, 사회참여의 계기가 되며, 노인복지발전, 복지공동체 문화 창출에 기여할 수 있다(김영호, 1999). 노인의 자원봉사 활동은 의사가 진단할 수 있는 건강 상태에 효과가 나타나지는 않지만 노인 스스로 진단하는 건강 저하나 기능 저하를 늦추는 효과가 있으며 우울증 증가율을 낮추는 효과가 있다(Lum, T. & Light, E., 2005). 또한 노인의 삶의 만족도가 증가하고(김민정, 1998; 김필레, 2000; 최지원, 2001; Warburton et al., 2001; Willigen, V. M., 2000), 자신의 건강에 대한 인식에 더 긍정적인 변화를 유발한다(Warburton et al., 2001; Willigen, V. M., 2000).

이러한 자원봉사활동의 이점에도 불구하고 자원봉사를 하지 않는 이유로 건강문제와 관심부족을 들고 있으며, 자원봉사 활동 시 어려운 점으로 자신의 지식과 능력부족, 자신의 시간부족, 활동에 소요되는 경비를 들고 있다(홍명환, 2002). 이금룡(2003)의 연구에서 봉사활동에 관한 정보습득정도가 높고, 봉사활동에 대한 태도가 긍정적일수록 봉사활동 참여 의지가 높은 것으로 나타났다. 이는 노인에 대한 자원봉사활동에 대한 홍보와 참여프로그램 제공이 필요함을 시사한다.

노인이 할 수 있는 자원봉사활동의 영역, 자원봉사 제공 대상, 자원봉사 활동 내용은 매우 다양하다. 노인여가활동으로 인식되는 자원봉사활동을 분류하면 다음과 같다. 개인과 가정을 중심으로 한 자원봉사 중 가

사보조나 재활서비스는 60대 초반 노인들이 80대 고령노인을 대상으로 할 수 있는 자원봉사 활동이다. 지역사회에서의 노인 자원봉사로써는 노인 입소시설에서의 노인을 위한 예능지도, 스포츠, 레크리에이션지도, 취미·기술지도, 놀이친구, 신앙상담, 생활상담, 외출동행, 식사보조, 옷갈아 입기보조, 목욕보조, 산책안내, 말벗, 청소가 있으며, 가정봉사원으로서의 활동, 청소, 취사보조, 세탁, 기계 수리, 또한 임종간호나 환자위문공연 등의 활동이 있다(이인수, 2001). 고양곤(2001)의 연구결과에 의하면 노인자원봉사자들은 ‘노인들을 위한 봉사’(17.3%)에 가장 관심이 높은 것으로 나타났으며 대다수의 노인자원봉사자들은 대인봉사활동을 원하는 것으로 나타났다.

2.2. 노-노돌봄

최근 보건복지부의 노인일자리 사업 중 복지유형으로 ‘노-노케어 사업’이 활성화되면서 ‘노-노돌봄(케어)’이라는 용어가 사용되고 있다. 노-노돌봄(케어)이란 케어가 필요한 노인을 자녀로 대표되는 젊은 세대가 돌보는 것이 아니라 비교적 건강한 나이든 사람이 보호를 필요로 하는 노인을 돌보는 것으로, 노-노케어를 통해 케어인력 부족의 문제를 해결하고, 노인의 유희인력을 활용한다는 차원에서 바람직한 방향이다(김혜경, 2007). 미국의 노인말벗(동료) 프로그램(Senior Companion Program: SCP)은 이러한 노-노돌봄의 예이다. 약 1만 명의 55세 이상 노인회원이 가정에 거주하는 허약하고 거동 불편한 노인들, 특히 독거노인을 방문하여 말벗, 가사지원 등의 다양한 도우미 역할을 하고 있다(허준수, 2006). 노-노돌봄은 같은 시대를 살아왔고, 정서적으로 유사한 동년배로서 말벗과 같은 정서적 지원 서비스에서는 다른 연령대보다 훌륭한 역할을 수행할 수 있다고 생각된다.

노-노돌봄을 통한 노인의 자원봉사활동은 노후에 포기해야 하는 기존의 사회적 역할에 대한 고독감과 소외감을 극복할 수 있도록 하며, 노인들 스스로의 생활태도에 용기와 활력을 되찾게 한다. 또한 노인들은 봉사활동을 통하여 자신이 아직도 사회에 필요한 존재임을 인식하게 된다(최용 등, 2003).

특히 지리적 접근성과 효율성의 문제로 재가복지서비스가 낙후된 농촌지역에서의 근거리 케어를 이용한 노-노돌봄은 커뮤니티 차원의 자발적인 노인보호체계 구축뿐만 아니라 노인부양에 대한 경제적 효율성에도 기여할 수 있을 것이다. 또한 공동체적 유대관계가 강하게 남아있는 농촌지역의 특성으로 인해 지역사회내의 자원봉사자에 의한 일상생활 지원과 정서적 지지는 농촌노인의 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것이다.

2.3. 노인케어 교재

지금까지 우리나라에서는 보건복지부(2007) 노인일자리사업의 일환인 노-노돌봄 사업에서 활동노인에게 대상자에 대한 이해, 관계 형성법, 돌발상황 대처법, 응급처치요령, 도우미역할 교육, 의무와 책임 한계 등의 교육을 실시하고 있을 뿐, 노-노돌봄을 위한 교재도 없으며 노-노돌봄 관련 책자 개발에 대한 선행연구도 전무한 실정이다.

이에 본 연구에서는 현재 국내에 출판된 노인케어 관련 교재의 내용을 파악하였다. 이를 위하여 인터넷서점 검색창에서 '케어'라는 키워드로 도서검색하여, 그 결과 내에서 특정질병에 관한 케어가 아닌 케어복지 현장에서 활동하는 이들을 위해 발간된 책자 6종을 구입하여 그 내용구성을 살펴보았다. 내용에 대한 분류는 보건복지사업 안내(2007)의 가정봉사원 활동서비스 내용을 참고로 신체적 수발, 상담 및 교육, 노화·질병 및 장애관리 서비스, 일상생활 지원, 지역사회 복지자원 발굴 및 네트워크

크 구축에 관한 내용으로 분류하였으며, 그 구성내용은 다음과 같다.

식사도움, 신체청결, 배설, 이동 도움 등의 신체적 수발에 대한 내용(강미숙, 2004; 남상요, 2005; 상야전자 등, 2004; 오토히토시, 2005; 임병우 등, 2002; 한국케어복지협회, 2006)이 주를 이루며, 상담 및 교육에 관한 내용으로는 노인의 심리적 특성(남상요, 2005; 류종훈 등, 2004; 오토히토시, 2005; 임병우 등, 2002)과 노인과의 의사소통 방법(강미숙, 2004; 남상요, 2005; 상야전자 등, 2004; 오토히토시, 김영주, 2005; 한국케어복지협회, 2006)으로 구성되어 있었다. 노화·질병 및 장애 관리 서비스에 관한 내용(류종훈 등, 2004; 오토히토시, 2005)에서는 노인의 질환별 특성과 케어방법에 대하여 기술하고 있었다. 일상생활 지원(가사지원, 개인활동 지원, 우애서비스)에 관한 내용 중 청소, 생필품 구매, 주변 정돈 등의 가사서비스를 지원하기 위한 내용은 전혀 포함되어 있지 않았으며, 개인활동 지원을 위한 내용(임병우 등, 2002)이 일부 포함되어 있었다. 지역사회 복지자원 발굴 및 네트워크 구축에 관한 내용으로는 일부 복지관련 정책이나 복지시설 안내에 대한 정보(류종훈 등, 2004; 오토히토시, 2005; 임병우 등, 2002)가 간략하게 요약되어 있었다.

이상의 결과로 노인케어 교재의 내용구성은 신체적 수발, 노화의 이해, 노인의 질병관리에 관한 내용이 주를 이루고 있음을 알 수 있었다. 신체적 수발에 대한 내용은 노인돌봄에 있어서 반드시 필요한 요소임에는 분명하나, 노-노돌봄 자원봉사자들에게는 심리적·신체적 부담을 줄 수 있어 오히려 지속적인 자원봉사를 어렵게 할 수 있다. 따라서 유사한 정서를 지닌 동년배로서 말벗, 상담 등의 정서적 지지에 관한 내용과 여가를 함께 즐길 수 있는 내용의 추가가 필요하며, 농촌노인의 학력과 특성을 반영하여 흥미도를 높일 수 있는 내용구성이 필요함을 시사하였다.

3. 핸드북 개발 과정

농촌지역 노-노돌봄 활성화를 위한 핸드북의 내용을 어떻게 구성할 것인가를 접근하는 데 있어 노-노돌봄 서비스 수혜자에 대한 재가복지 서비스 요구도 조사를 실시하는 것이 바람직 하지만, 본 연구에서는 선행 연구조사결과를 바탕으로 서비스 수혜대상, 활용내용 등을 설정하였다. 이는 농촌노인의 복지실태에 대해서는 유사한 많은 선행연구 결과들이 있고, 중복된 실태조사를 생략함으로써 연구수행의 효율성 측면에서 바람직하리라고 본다. 서비스 수혜대상 및 활동 내용과 핸드북 내용 설정 과정을 살펴보면 다음과 같다.

3.1. 서비스 수혜대상 및 활동내용 설정

보건복지부(2007) 노인보건복지사업 안내에서의 노-노돌봄(케어) 서비스의 이용대상자는 방문서비스가 필요하다고 인정되는 거동불편노인으로 제한하고 있지만 이혜원(1998)은 재가복지서비스의 대상노인을 요보호 노인뿐만 아니라 장애노인, 허약노인, 건강노인 등 모든 재가노인을 포괄하는 의미로 사용하였다. 따라서 본 연구에서의 노인을 위한 재가복지서비스는 노인의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 예방을 위한 돌봄의 활동까지 포함하며, 서비스를 제공하는 노인은 신체적·정신적으로 서비스를 받는 대상보다 좀 더 건강한 노인이며, 서비스를 받는 대상은 신체적·정신적인 노화와 장애로 인해 장기적 또는 일시적으로 어려움을 겪고 있는 지역사회에 장애노인, 독거노인, 노인부부가구 뿐만 아니라, 건강·활동노인까지 모두 포함한다는 것을 밝혀 두고자 한다.

농촌지역 노-노돌봄 자원봉사자의 활동 내용을 구성하기에 앞서 노-노케어 사업과 재가노인복지서비스를 제공하는 가정봉사원의 활동내용을 살펴

볼 필요가 있다. 먼저 보건복지부의 노-노케어 사업을 살펴보면 특별히 규정한 서비스의 내용은 없지만, 말벗 등의 정서적 지원, 일상생활 지원, 마사지 등의 다양한 노-노돌봄 서비스를 사업수행기관의 특성에 맞게 적용하고 있다. 가정봉사원의 서비스 활동내용은 정서적 지원, 일상생활 지원, 대외활동 지원, 신체적 수발까지의 서비스를 제공한다. 그러나 본 연구에서의 노-노돌봄 서비스활동 범위는 육체적 부담이 큰 신체적 수발을 제외하고 유사한 정서를 지닌 정서적 지원(말벗, 상담, 안부확인, 등), 일상생활 지원(간단한 식사수발, 청소, 안전점검 등), 대외활동 지원(외출이나 병원동행, 레크리에이션 활동 등)에 대한 서비스를 제공하도록 설정하였다. 이는 일반적으로 연령이 증가함에 따라 신체 각 기관의 조정능력이 쇠퇴하고 신체가 외적 자극에 민첩하게 대처하지 못하는 생물학적 노화의 과정을 겪게 되는 노인의 자원봉사라는 특성을 고려하였다. 따라서 농촌지역 노-노돌봄 자원봉사자는 신체적 수발보다는 유사한 정서를 지닌 동세대로서 노인의 정신적 지지자가 되고, 노인이 살던 곳에서 계속해서 건강한 일상생활을 유지하도록 지원하는 조력자로서 활동하는 것이 바람직하다.

3.2. 핸드북의 내용설정

핸드북이란 여러 가지 내용을 간략하게 추려 엮은 작은 책자를 말하는데(표준국어대사전, 1999), 본 연구에서는 농촌지역의 노-노돌봄 활동을 하는 노인자원봉사자가 겪게 될 여러 상황에 대한 대응방법의 중요사항과 행동요령을 요약한 핸드북을 개발하고자 하였다. 본 핸드북의 내용 구성을 위해, 농촌노인을 위한 봉사원 교육프로그램 개발을 위한 요구도 조사(농촌자원개발연구소, 2006)와 농촌지역 노인복지 실태에 관한 조사(농림부, 2002)를 바탕으로 농촌노인에게 필요한 재가복지서비스를 파악하고, 노인자원봉사자가 제공할 수 있는 4개의 활동영역을 설정하였

다. 그 활동영역별 일어날 수 있는 상황을 설정하여 상황에 대응하기 위한 중요사항과 행동요령을 농촌노인이 이해하기 쉬운 내용으로 구성하였다. 요구도 조사에 의한 분석 결과를 통해 농촌노인의 재가복지서비스에 대한 인식, 일상생활 문제, 정서적 문제, 여가문제를 살펴본 결과는 다음과 같다.

노인을 위한 재가복지서비스인 가정봉사원 파견제도에 대한 농촌노인의 인식을 살펴보면, 농촌노인의 23.7%만이 이 서비스를 알고 있었고 실제로 이용한 경험이 있는 노인은 2.8%에 불과했지만, 이러한 제도를 이용하기 원한다는 비율은 30.4%로 상대적으로 이용욕구가 높았다(농림부, 2002). 이와 같이 재가복지서비스에 대한 이용 경험 부족한 서비스를 제공하기 위해 방문하는 노인자원봉사자를 대하는 태도에 어려움이 있을 수 있으며, 노인자원봉사자의 경험부족은 서비스 이용자와 제공자간의 관계형성에 문제가 있을 수 있다. 따라서 노-노돌봄 자원봉사자에 대한 첫 방문시의 관계형성 방법과 문제가 있는 노인에 대한 대응방법을 습득하도록 할 필요가 있다.

농촌노인의 일상생활 문제를 살펴보면, 조사대상자의 36.9%는 자신의 건강상태를 '약간 나쁘다'라고 인식하고 있었으며, 현재 앓고 있는 질병으로 인한 어려운 점은 '일상생활 수행 제한'(48.7%)이며, 이를 치료하기 위해 읍내병원(49.7%)을 가장 많이 이용하는 것으로 나타났다(농촌자원개발연구소, 2006). 이러한 연구 결과는 일상생활 수행능력에 장애가 있는 농촌노인들이 잔존기능을 유지하면서 자신이 거주하던 곳에서 사회적 구성원으로서 노후를 보낼 수 있도록 지원하는 서비스가 필요함을 시사하고 있다.

농촌노인의 정서적지지 상태를 살펴보면, 자녀들과 '일주일에 1~2번' 정도 자녀들과의 전화연락이 어느 정도 이루어지고 있지만, 자녀들의 방문 횟수는 '일년에 3~4회' 정도로, 자녀에 의한 직접적인 서비스 제공은

원활하지 않음을 알 수 있었다. 그러나 이웃과 친구와의 관계에 대한 만족도가 아주 높은 것으로 나타나 자녀로부터 제공받는 정서적 서비스 제공과는 별도로 이웃간의 상호도움이 농촌노인의 삶에 많은 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다(농촌자원개발연구소, 2006). 따라서 동시대를 살아오고 같은 지역에서 유사한 정서를 지닌 지역내 동년배 노인의 정서적 지지가 무엇보다 중요할 것이다. 이를 위해 노-노돌봄 자원봉사자에게 자원봉사자로서의 마음가짐을 이해하고, 노인의 특성에 따른 친밀한 관계형성 방법을 습득하도록 할 필요가 있다.

농촌노인의 여가문제를 살펴보면, 농촌노인은 주로 '노인회관'(47.7%), '경로당(노인정)'(22.6%)에서, 'TV 시청'(38.5%), '이야기를 나눈다'(35.9%) 순으로 여가를 보내고 있어, 농촌지역의 노인을 위한 여가프로그램이 부족한 것을 알 수 있다. 또한 앞으로 하고 싶은 여가생활은 '특별히 없다'거나 '잘 모르겠다'는 응답의 비율이 많은 것으로 보아(농촌자원개발연구소, 2006) 농촌노인의 여가에 대한 인식 전환 교육과 가정 내에서 생활하는 시간이 많은 노인과 함께 하는 여가프로그램 활동이 필요함을 시사한다.

이상의 연구결과들을 종합해 볼 때 농촌지역 노-노돌봄 핸드북에는 대상노인과의 첫만남에서의 대처방법, 노인의 일상생활을 지원하는 방법, 노인의 고독감과 소외감을 달래 줄 수 있는 정서적 지원 방법, 활력 있는 노후생활을 위한 여가 지원 방법 등에 대한 내용구성이 필요하다. 이에 본 핸드북에서는 첫만남과 관찰하기, 일상생활 돌보기, 마음 돌보기, 대외활동 돌보기의 4영역으로 분류하여 그에 따른 47개의 상황을 설정하였다.

4. 노-노돌봄 핸드북 개발

4.1. 목표

본 핸드북은 농촌재가노인에게 근거리 케어를 통한 일상생활을 지원하기 위한 노-노돌봄 자원봉사자들이 활용할 수 있는 책자이며, 본 핸드북의 구체적 목표는 다음과 같다. 첫째, 첫만남에서 대상노인을 관찰하고 상황에 따른 행동방법을 습득한다. 둘째, 자원봉사로서의 자세를 이해하고 대상노인을 위한 정서적 지원 능력을 함양한다. 셋째, 대상노인의 일상생활을 지원하는 방법들을 습득하게 한다. 넷째, 활력있는 노후생활을 지원할 수 있는 레크리에이션 기법을 배운다.

4.2. 핸드북의 실제

본 연구에서는 선행연구 결과를 토대로 농촌지역 노-노돌봄을 위한 핸드북의 내용을 첫만남과 관찰하기, 마음돌보기, 일상생활 돌보기, 대외활동 돌보기의 4영역으로 분류하고, 각 영역별 47개의 활동상황을 설정한 후, 중요사항과 대처방법 등에 대한 내용을 다양한 케어관련 교재들과 연구자의 경험을 활용하여 구성하였다. 본 핸드북의 구성내용은 <표 1>과 같다.

<표 1> 노-노돌봄 핸드북의 구성 내용

영역	내용
1장 첫만남과 관찰하기	혼자 사는 노인을 대할 때 부부만 사는 노인을 대할 때 자녀와 함께 사는 노인을 대할 때 시력이 저하된 노인을 대할 때 청력이 저하된 노인을 대할 때 방문을 거부하는 노인을 대할 때 치매노인을 대할 때 건강 관찰하기

영역	내용
2장 마음 돌보기	보람 있는 도우미 되기 나의 마음가짐 따뜻한 마음 전하기 좋은 말벗되기 전화 말벗되기 상담 도우미 되기 자아존중감이 낮은 노인 돌보기
3장 일상생활 돌보기	안전한 환경 점검하기 깨끗한 환경 점검하기 난방보일러 점검하기 뒷정리와 설거지하기 방청소 하기 수납계획 세우기 효율적인 수납하기 깨끗한 옷 입기를 위한 돌보기 손·발톱 관리를 위한 돌보기
4장 대외활동 돌보기	함께 노래하기 가벼운 운동 함께하기 치매 예방운동 함께하기 웃음운동 함께하기 건강박수 즐기기

4.2.1. 첫만남과 관찰하기

혼자 사는 노인, 부부만 사는 노인, 자녀와 함께 사는 노인, 시력이 저하된 노인, 청력이 저하된 노인, 방문을 거부하는 노인, 치매노인을 처음 만났을 때 노인의 신체적·심리적 상태를 관찰하여, 어색하고 익숙지 않은 분위기를 극복하여 서비스를 제공하는 노인과 서비스를 받는 노인간의 친숙한 관계를 유도할 수 있는 방법을 습득하도록 하였다.

4.2.2. 마음 돌보기

마음돌보기 영역은 4개의 부분으로 나누어진다. 첫째, 자원봉사자로서의 마음가짐과 책임감을 향상시킬 수 있는 내용, 둘째, 돌봄 제공노인과 수혜노인의 효율적인 감정교류와 의사소통을 위한 말벗·상담 서비스 기

술에 대한 내용, 셋째, 실제 상황별 행동요령에 대한 내용, 넷째, 도우미의 스트레스 관리에 대한 내용으로 나누어진다.

첫째, 자원봉사 의식은 보람 있는 도우미 되기에서 도우미의 자세와 역할, 나의 마음가짐에서 자원봉사 도우미로서의 마음가짐에 대한 내용이다. 둘째, 말벗·상담 서비스 기술은 좋은 말벗되기, 전화 말벗되기, 상담 도우미 되기를 위한 중요사항과 방법에 대한 내용이다. 셋째, 상황별 행동요령은 자아존중감이 낮은 노인, 가족갈등이 있는 노인, 임종이 가까운 노인, 치매노인, 청력이 저하된 노인, 시력이 저하된 노인과의 실제 만남에서, 이들의 감정을 지지하면서 주변사람과의 갈등을 극복하도록 하는 행동요령을 알려준다. 넷째, 도우미의 스트레스 관리는 도우미 활동을 하면서 겪게 되는 스트레스를 인지하고, 스트레스를 극복할 수 있는 방법에 대해 알려주고 있다. 마음 돌보기 영역은 은빛친구도우미 역할에서 가장 중요한 말벗서비스 등의 정서적 지원 기술을 익힐 수 있게 하는 부분이다.

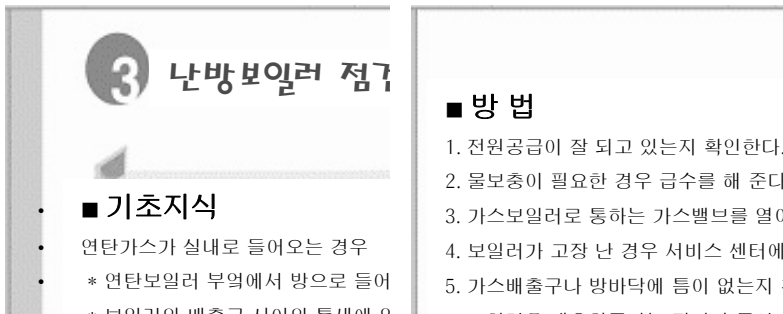
4.2.3. 일상생활 돌보기

일상생활 돌보기 영역은 환경 점검, 정리 수납, 신체청결 수발, 식사수발, 약복용과 응급상황 돌보기 부분으로 나누어진다. 환경 점검은 노인을 위해 쾌적하고 깨끗한 환경의 점검과 농촌의 보일러시설 등에 관한 안전한 환경을 점검하는 내용으로 구성되어 있다. 정리 수납은 식사 후의 뒷정리와 설거지, 방청소, 효율적인 수납계획의 원칙과 수납방법에 대한 요령을 알려준다. 노인의 신체청결 수발은 깨끗한 옷입기를 위한 낡은 옷의 처분 요령, 손·발톱 관리 요령, 피부관리 방법, 구강관리를 위한 양치질 방법, 틀니 관리법 등에 대한 내용이다. 식사수발은 노인이 식사를 즐길 수 있는 환경 구성 방법, 증상별 식생활 돌보는 방법, 식욕을 증진시키기 위한 방법들이 전문적이지는 않지만 노인이 이해하기 쉬운 간단한 내용들로 구성하였다. 약복용과 응급상황 돌보기는 약의 종류와 약복용 방법,

응급상황시 당황하지 않고 대처하는 방법에 대해 알려준다.

4.2.4. 대외활동 돌보기

대외활동 돌보기 영역은 레크리에이션 부분으로 구성되어 있다. 외부 활동 지원으로 병원 동행, 장보기 등의 심부름, 산책 함께하기 등이 있으며, 함께 하는 레크리에이션으로 노래, 치매 예방 운동, 웃음 운동, 건강 박수, 게임을 즐기는 요령과 방법에 대해 그림으로 그 방법과 순서를 제시하였다. 대외활동 돌보기 영역은 앞으로 이어질 보수교육에서 새로운 내용을 추가해 나갈 예정이다.



〈그림 1〉 핸드북 예시(3장 일상생활 돌보기의 일부)

5. 요약 및 제언

고령화된 농촌지역의 현실에 적합한 농촌형 재가복지서비스의 일환으로 농촌의 노인들끼리 서로 안부를 확인하고, 위급한 상황을 가족이나 다른 이웃에게 알려주고, 노인이 살아온 지역사회에서 편안한 일상생활을 영위할 수 있도록 일상적 보호 서비스를 제공하는 노-노 돌봄의 활

성화가 필요하다. 이에 본 연구에서는 농촌지역 노-노돌봄 자원봉사자들이 이웃노인을 돌보면서 겪게 될 상황에 대한 대응요령을 요약한 핸드북을 개발하여, 농촌형 재가노인복지서비스의 새로운 형태인 노-노돌봄 활성화에 기여하고자 하였다.

이를 위해 관련 선행 연구결과들과 기존의 교재에 대한 내용을 탐색하고 연구자의 개인적 경험을 기초로 한 연구방법을 활용하였으므로 핸드북 개발에 대한 과학적 연구방법론 측면에서는 한계를 가지고 있다. 그럼에도 불구하고 농촌의 특성을 반영한 새로운 돌봄문화인 노-노돌봄 활성화를 위해 실천현장에서의 활용성과 적용성의 효과에 대한 기대로 그 한계를 대신하고자 한다.

개발된 핸드북은 첫만남과 관찰하기, 마음 돌보기, 일상생활 돌보기, 대외활동 돌보기의 4영역으로 구성되어 있으며, 각 영역별 47개의 상황으로 설정된 내용 구성은 다음과 같다. 첫만남과 관찰하기에서는 문제가 있는 노인을 처음 대할 때 노인의 상태를 관찰하여 친숙한 관계를 유도할 수 있는 방법을 습득하도록 혼자 사는 노인을 대할 때, 청력이 저하된 노인을 대할 때 등의 8개 상황으로 설정되어 있다. 마음돌보기 영역에서는 자원봉사자로서의 마음가짐과 책임감을 향상시킬 수 있는 내용, 말벗·상담 서비스 기술에 대한 내용, 자원봉사자의 스트레스 관리에 대한 내용으로 13개의 상황으로 구성하였다. 일상생활돌보기 영역은 환경 점검, 정리수납, 신체청결, 식사수발, 약복용과 응급상황의 부분으로 17개의 상황을 구성되었다. 마지막으로 대외활동 돌보기 영역은 레크리에이션 부분으로 치매예방 운동 등의 9개 상황으로 구성되어 있다.

본 핸드북은 농촌지역노인의 일상적 보호를 위해 활동하는 농촌노인 대상으로 개발된 책자라는 점에 의의가 있으며, 앞으로의 활용방안을 다음과 같이 제안하고자 한다.

첫째, 노-노돌봄 교육과정 참가자들에게 핸드북을 제공함으로써, 돌

봄기술 능력의 향상과 유지에 활용할 수 있도록 한다.

둘째, 이제까지 봉사활동 경험이 없는 노인들의 향후 봉사활동 의지에 대한 영향은 자원봉사 활동에 대한 정보습득 정도와 봉사활동에 대한 태도인데, 봉사활동에 대한 정보습득정도가 높을수록 봉사활동에 대한 태도가 긍정적일수록 봉사참여 의지가 높게 나타난다(이금룡, 2003). 따라서 농촌지역 소재 노인복지관이나 경로당에 핸드북을 배포하여, 노-노돌봄에 대한 정보가 없는 농촌노인들에게 자원봉사에 대한 긍정적 태도변화를 기대할 수 있다.

셋째, 본 핸드북 이용에 대한 흥미도, 효과성 정도, 활용상의 문제점, 향후 보완할 점 등에 대한 평가와 피드백과정을 거쳐 보완할 필요가 있다.

넷째, 노인돌봄에 대한 지속적인 정보제공을 위해, 향후 노인복지 정책의 이슈, 새로운 돌봄기법 등에 관한 내용으로 구성된 책자를 시리즈로 개발하여, 좀 더 많은 농촌노인에게 배포한다면 농촌노인의 일상적 노인보호체계 구축을 위한 농촌형 노-노돌봄 활성화에 기여할 수 있을 것이다.

■ 참고 문헌 ■

- 강미숙. (2004). *케어복지사를 위한 노인중심 케어기술*. 서울: 교육과학사.
- 고양근. (1999). 노인자원봉사활동의 활성화 방안. *노인복지연구*, 6, 133-176.
- 고양근, 김동배, 임춘식, 모선희, 원영희, 이금룡, et al. (2001). 노인자원봉사활동 활성화 방안. *한국노년학*, 21(1), 147-166.
- 김두수. (2000). *농촌 독거노인을 위한 재가복지 서비스에 대한 연구*. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민정. (1998). *노인 자원봉사활동과 삶의 만족도에 관한 연구*. 한성대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수춘. (1995). *노인의 현황과 정책과제*. 한국보건사회연구원.
- 김영호. (1999). *노인과 자원봉사활동, 미래사회와 노후생활, 노인복지 정책연구총서* 15, 238-240. 서울: 한국노인문제연구소.
- 김필레. (2000). *노인의 자원봉사활동이 삶의 만족도에 미치는 영향*. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혜경. (2007). *제가 요보호노인 가족케어자의 부양부담에 관한 연구 - 노노케어자와 일반케어자의 비교를 중심으로 -*. *노인복지연구*, 2007(37호), 49-66.
- 남상요 역. (2005). *고령자를 위한 케어 매뉴얼*. 서울: 보문각.
- 농림부. (2002). *농촌지역 노인복지 실태와 개선방안 연구*. 농림부.
- 농촌자원개발연구소. (2007). *농촌노인을 위한 봉사원 교육프로그램 개발을 위한 연구 조사*. 수원: 농촌자원개발연구소.
- 농촌진흥청 농촌자원개발연구소. (2005). *농촌·도시 노인의 삶의 질 비교분석*. 농촌진흥청 농촌자원개발연구소.
- 류종권. (2002). *농촌지역 노인의 생활실태 및 복지대책에 관한 연구*. 청주대학교 대학원 석사학위논문.
- 류종훈, 박지현, & 이용주. (2004). *노인 건강생활과 호스피스케어*. 서울: 학문사.
- 문명희. (2002). *농촌재가노인복지 발전방향에 관한 연구*. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현정. (2002). *농촌거주 노인의 생활실태 및 복지욕구에 관한 연구*. 경기대학교

대학원 석사학위논문.

- 보건복지부. (2007). 노인보건복지사업 안내. 보건복지부.
- 상야전자. (2004). 배우기 쉬운 개호기술 (장세철). 서울: 대학출판사.
- 신섭중, 류기형, & 박병현. (2000). 노인에 대한 복지자원봉사활동의 한일비교. *사회복지정책* 10, 156-180.
- 안금순. (2002). 농촌지역 재가노인의 생활실태와 복지서비스 활성화 방안연구. 한남대학교 대학원 석사학위논문.
- 오성숙. (2000). 농촌지역 재가노인복지서비스 활성화 방안연구. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 오타히토시. (2005). 새로운 케어 기술(김영주). 서울: 그린홈.
- 이용환, & 광기상. (2005). 교육방법과 교육공학. 서울: 형설출판사
- 이인수. (2001). 한국 노인자원봉사의 의미와 실태. *한국노인복지학회 춘계학술대회 자료집*, 20-38.
- 이정애. (2005). 노인가정봉사원교육훈련원 운용 및 교육과정의 문제점과 개선방안. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이혜원. (1999). 우리나라 재가노인복지사업의 현황과 과제. *노인복지정책연구총서*, 10, 7-59.
- 이근홍. (2001). 노인의 사회참여와 자원봉사. *한국노인복지학회 춘계학술대회자료집*, 4-19.
- 이금룡. (2003). 노인자원봉사 활성화를 위한 모집전략 방안: 자원봉사경험이 없는 노인들에 대한 분석을 바탕으로. *한국노년학*, 23(3), 79-94.
- 임병우, 조기동, & 조유향. (2002). 가족수발자의 핸드북. 한국재가노인복지협회.
- 임춘식. (1998). 재가노인복지서비스의 현황과 과제. *노인복지연구*, 1(1), 9-36.
- 조추용. (2001). 선진국 노인의 자원봉사활동 실태-일본의 실태 중심으로-. *한국노인복지학회 춘계학술대회자료집*, 39-59.
- 정옥희. (1996). 노인자원봉사의 실태와 활성화 방안에 관한 연구. *사회복지연구*, 2, 161-194.
- 정순돌, & 이은주. (2005). 자원봉사활동 특성이 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향-대면 접촉과 비대면 접촉-. *한국노년학*, 25(4), 219-233.

- 최용, 진화미, 김향선, 강정원, & 김승의. (2003). *자원봉사의 이해*. 서울: 형설출판사.
- 최지원. (2001). *노인의 자원봉사활동의 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 연구*. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 표준국어대사전 편집부. (1999). *표준국어대사전*. 서울: 두산동아.
- 한국케어복지협회. (2006). *케어기술론*. 서울: 나눔의 집.
- 허정무. (2002). *노인교육이론과 실천방법론*. 서울: 양서원.
- 허준수, 이금룡, & 원영희. (2006). 노인 인적자원 활용의 현황 및 개선방향. *한국노년학회춘계학술대회 자료집*, 256-297.
- 홍명환. (2002). *노인자원봉사활성화방안에 관한 연구*. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
- 황순애. (2005). *농촌 재가노인복지서비스 이용실태 및 서비스 활성화 방안에 관한 연구*. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- Lum, T. & Light, E. (2005). The effect of volunteering on physical and mental health of older people, *Research on Aging*, 27(1), 31-55.
- Willigen, V. M. (2000). Differential Benefits of Volunteering Across the Life Course. the journals of gerontology series B: *Psychological Sciences and Social Sciences*, 55, 308-318.
- Warburton, J., Terry, D. J., Rosenman, L. S. & Shapiro, M. (2001). Differences between Older Volunteers and Nonvolunteers. *Research on Aging*, 23(5), 586-605.