

새로운 전망

천주교 마산교구 가정사목부 연수

우리나라 65세 이상 인구

년도	전체 인구(명)	65세 이상(명)	비율(%)
2022	51,672,569	8,981,133	17.4
2020	51,836,239	8,151,867	15.7
2018	51,585,058	7,366,085	14.3

마산 교구의 65세 이상 교우

년도	전체 교우(명)	65세 이상(명)	비율(%)
2022	182,358	49,563	27.2
2020	181,943	39,640	21.8
2018	180,933	33,733	18.6

명칭

- 노인
- 시니어(senior)
- 실버
- 어르신
- 노년

언제부터 노인인가?

- 일반적으로 기초노령연금을 수령하는 연령인 65세부터라고...
- 하지만 여러 가지 조건, 신체적, 정신적 조건에 따라 다양하다.
- 결론 : 스스로 노인이라고 생각하면서부터 노인이다.(노년학회)

언제부터 노인이 문제가 되었는가?

- 기초노령연금을 지급하게 되면서부터
- 생산인구(15~64세)의 부담이 증가
- 예전보다 적은 생산인구가 예전보다 많은 기초연금을 제공해야 하는 부담

노년 부양비

2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
17.5	18.0	18.8	19.6	20.4	21.8	23.1	24.4	25.8	27.4

노년기 성격 특성의 변화

- 노년기의 양면성

- 상실과 획득 : 신체적 기능의 약화 vs 삶의 경험에 의한 지혜와 결정성 지능은 증가
- 시각 보다 청각에 의한 교육이 효과적
- 쇠퇴와 성장
- 부정과 긍정

- 우울증 경향 : 노년기 전반에 걸쳐 증가한다.
- 원인 : 신체적 질병, 배우자의 죽음, 경제 사정의 악화, 사회와 가족들로부터 소외 및 고립, 일상 생활에 대한 자기 통제의 불가능, 지나온 세월에 대한 회한
- 증상 : 불면증, 체중감소, 감정적 무감각, 강박관념, 증오심

- 내향성 및 수동성의 증가

- 외부 사물이나 행동보다는 내적인 측면에 관심과 주의를 기울이며, 능동성은 줄고, 타인에 대한 의존도가 증가. 누군가의 도움을 받아 수동적으로 해결하거나 우연히 잘 되도록 내맡기는 경향

- 경직성의 증가 : 융통성의 반대 개념

- 자신에게 익숙한 습관적 태도와 방법을 고수하며, 이로 인해 대체로 학습능력과 문제 해결 능력이 저하된다.

- 성 역할의 양성화 경향

- 남성은 친밀성, 의존성, 관계지향성이 증가하는 반면, 여성은 공격성, 자기주장, 자기중심성, 권위주의 성향이 상대적으로 높아짐.

- 친근한 사물에 관한 애착심 증가

- 사용해 온 물건에 대한 애착이 증가하며, 이를 통해 과거 인생을 회상하고 마음의 평온을 유지.

- 조심성

- 정확성을 중시하며, 감각 능력이 감퇴하고 결정에 대한 자신감의 결여로 확실한 것을 추구하는 경향이 증가. 보수성. 여론 조사-무응답

- 과거에 대한 회상

- 과거의 일을 미화 시키는 경향, 과오에 대해서는 자기 변명, 과장하는 경향

- 유산을 남기려는 경향

- 부모로서의 정체성을 잃지 않으려는 심리.

- 의존성

- 신체·경제적 능력의 저하로 발생, 생활에 있어 의미 있는 중요한 사람의 상실로 인한 사회적 의존성 증가. 건강이 좋지 않을수록 심리적·정서적 의존성이 증가. 어린이 처럼.

성공적인 노화

- 의미 :

- 삶의 의미와 목적감을 잃지 않으면서 과거와 현재를 수용, 정신적으로 성공해 가는 **심리적인 발달과정**
- 정신적으로나 신체상의 질병 없이 가족관계 유지 및 원만한 **사회적인 관계를** 유지하면서 살아가는 것

- 성공적 노화의 구성요소

- 자기 수용, 타인과의 긍정적 관계, 자율성, 주변의 기회를 효율적으로 이용하는 능력, 인생의 목표, 개인 성장
- 개인의 특성(성별, 연령, 학력, 소득, 경제 수준, 거주 지역, 배우자 유무 등), 개인의 경험과 가치관, 동서양 문화권에 따라 다름.

• 생물학적 영역

- 질병이나 장애가 없거나 있어도 **생활을 최소한으로 방해**하고,
- 일상적 활동을 자립적으로 할 수 있는 신체적 기능 수준 유지.
- 신체적 활력을 보유하는 상태로 노화하는 것.
- Healthy Aging(건강한 노화)
- 가장 흔한 지표

•심리적 영역

- 삶의 목표 의식이 뚜렷하고 건강한 인지 기능을 유지하며
- 자신을 수용하고 통제하며 자신의 능력에 대해 신뢰하고
- 자신의 성장을 도모하면서 환경적 요구에 잘 대처하고 적응하며
- 주관적으로 만족스러운 삶을 영위하는 상태
- Adaptive Aging(적응적 노화)

• 사회적 영역

- 가족, 친구, 이웃과 사회적 접촉을 통하여 사회적 관계망을 유지 강화 하는 것
- 경제적으로 안정된 생활을 할 수 있을 정도의 노후 소득 준비
- 은퇴 이후에도 경제활동 또는 사회발전에 기여할 수 있는 생산적 활동에 참여
- Active Aging(활기찬 노화)+Productive Aging(생산적 노화)

노인사목 목표 설정, 평가 및 수정

목적과 목표

- 목적 : 어떤 지향에 있어서 이르게 되는 마지막 단계.
- 목표 : 목적에 이르기 위한 중간 단계.

예) 삶의 목적 : 자기 완성(구원)



삶의 목표 : 학교, 직업, 취미, 봉사, 신앙, etc.

목표 설정 단계

- ① 현실 분석 : 문제점 또는 요구 사항
- ② 목표 설정 : 단기 - 중기 - 장기
- ③ 실행
- ④ 목표에 대한 완성도 평가 : 목표에 얼마나 도달했는지를 평가
- ⑤ 실행 방향의 수정 : 목표에 대한 수정이 없다면 방법적으로 수정
- ⑥ 목표에 대한 재평가

대구대학교구 노인사목 프로그램

(예 시)

가톨릭 금빛신문

例 65 虛(1)實(虛)

A photograph of a white wooden cabinet with four drawers, each with a black handle. On top of the cabinet sits a round analog clock with a white face and black numbers. Above the clock, a small wooden crucifix is mounted on the wall. The background is a plain, light-colored wall.

“2분째에는 모든 것을 제때에 아홉답도록 반드셨다.” (전학 3.11.7)

[illegible]

백성들 사도요한 신부
본지 주간

“주님께 노래하여라, 새로운 노래를”(시편 98,1)

제 8 회 시 니 어 성가합창 경연대회

■ 일시: 2023. 10. 21(토) 11:00~16:00

■ 장소: 성 김대건 기념관

■ 주최: 천주교대구교구 가정복음화국

大連紀念館



노년을 위한 토빛피정

하늘의 이글거리는
찬양할수 있다면
나 얼마나 행복하리오?
토빛 12.16

제언

- 사고의 전환 – 어르신들이 많아서 위기가 아니라 찬스.
- 어르신들이 하실 수 있는 것은 스스로 하시도록.
- 애써 다른 세대와 분리하지 말고 함께 하실 기회 제공.
- 교회 안에서 자리를 내어드리도록.
- 교회에서 존경 받는 어른으로 양성.

고맙습니다!! ^^