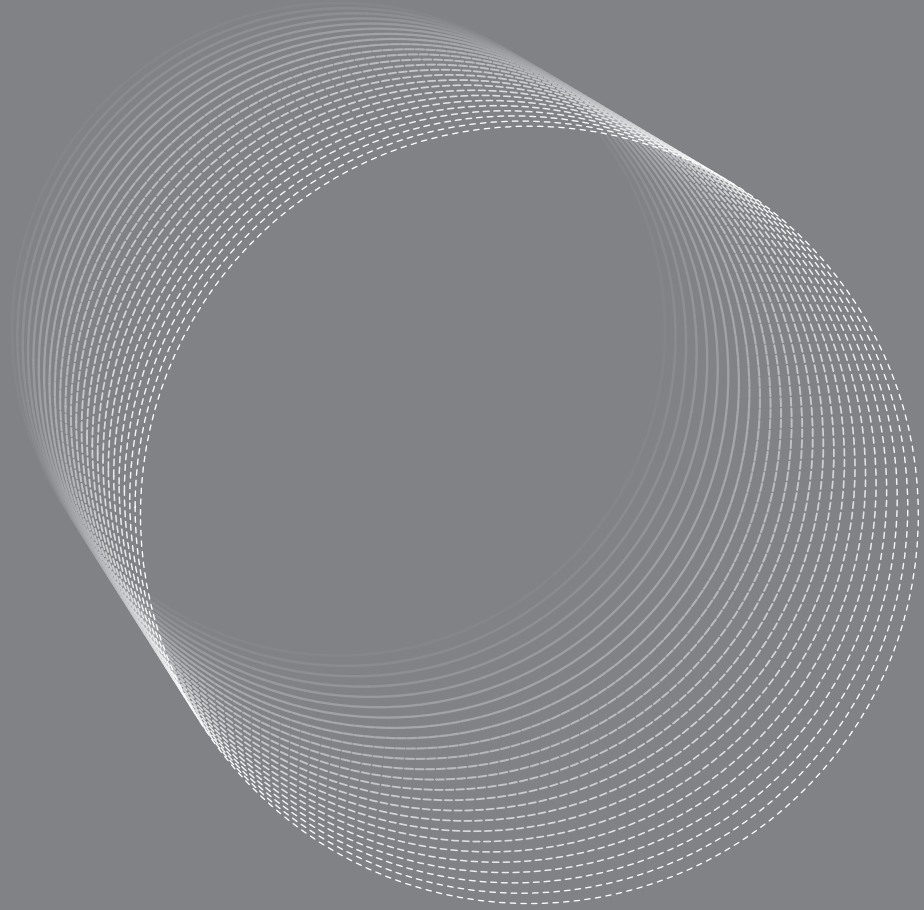


중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성 지원 방안

ISSUE PAPER

송지선 김정아



7

서울시50플러스재단은 50+세대가 연구주체가 되어
50+세대의 현장 중심의 구체적 이슈와 삶의 목소리가
담긴 대안을 제시하고 정책의 효율성을 높일 수 있는
50+당사자연구 공모사업을 진행하고 있습니다.

이 보고서는 2021년 50+당사자연구 공모사업의 성과를
엮은 것으로 참여한 연구진의 고민과 연구의 결과를
공유하기 위해 제작되었습니다.

중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성 지원 방안

송지선 경정아

목차

요 약	vi
제1장 서 론	1
제1절 연구의 필요성과 목적	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	6
제2절 연구의 내용 및 방법	6
1. 연구의 내용	6
2. 연구방법	7
제2장 이론적 배경	9
제1절 학습의 나비효과: 멘토링을 통한 학습 확장	9
1. 홀로 사는 남성: 1인가구의 개념 및 특성	9
2. 외로움보다 해로운 중장년의 사회적 고립	11
3. 너와 나의 연결고리 사회적 관계망	15
4. 마음의 진화: 동료지지 멘토링을 통한 학습의 경험	17
제2절 홀로 사는 중장년 남성의 성장일기	19
1. 나비남 프로젝트(난 혼자가 아니야)	19
2. 고시원 프로젝트	22
3. 송파구 합밥go	22
4. 마포구 ‘우리동네 따뜻한 고(考)시원’ 사업	23
5. 도봉구 ‘고(孤)-노크’ 사업	24
6. 영등포 고봉밥	25
제3장 결론 및 시사점	27
제1절 결론	27

제2절 시사점	29
참고문헌	31

그림 목차

[그림 1-1] 성별 1인가구 규모 변화	2
[그림 1-2] 사회적 관계망 수준 변화	3
[그림 1-3] 연령대별 사회적 관계망 수준	4
[그림 1-4] 2020년 서울시 무연고 사망자 주거지 현황	8
[그림 2-1] 나비남 영화제	20
[그림 2-2] 나비남 프로젝트 희망텃밭가꾸기	21
[그림 2-3] 함께 밥먹는 go시원	22
[그림 2-4] 우리 동네 따뜻한考시원	23
[그림 2-5] 고봉밥 텃밭가꾸기	26

요약

□ 연구의 필요성 및 목적

- 우리나라의 1인가구 비중은 지속적으로 증가하고 있으며, 그중 40~50대 남성의 증가가 확연히 나타남
 - 중장년 1인가구는 이혼, 별거, 사별, 기러기아빠 등 비자발적인 원인에 의한 경우가 많으며, 1인가구 탈피 가능성 역시 낮음
- 한국 중장년의 사회적 관계망 수준은 OECD 가입국 중 현저히 떨어지는 최하위를 기록할 정도로, 우리나라 중장년층과 고령층의 사회적 관계망이 무너져 있음을 확인할 수 있음
- 기존의 1인가구 관련 연구는 독거노인 연구에 편중되어 있으며, 다음은 청년 1인가구에 그 비중을 두어왔기에 본 연구에서는 중장년 남성 1인가구를 대상으로 사회망 확장 경험과 그 과정을 살펴 이에 대한 총체적인 이해와 그에 따른 정책 방향을 정하고자함
- 본 연구는 중장년 1인가구는 어떻게 사회적 관계망을 넓혀가는지, 그 과정에서 어떤 경험을 하며, 그 경험을 확장해가는지 자세히 살펴보고, 이를 지원하기 위하여 재단 혹은 정부는 어떠한 역할을 수행해야 하는지를 탐색하는 데에 목적이 있음

□ 연구의 내용 및 방법

- 본 연구는 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 확장에 요구되는 재단과 정부의 지원방안을 모색하기 위하여 현재 진행되고 있는 중장년 남성 1인 가구 지원 프로젝트 사례를 살펴보고, 분석을 통하여 요구를 충족시킬 수 있는 방안을 찾고자 함

- 1장에서는 연구의 필요성과 목적을 제시하고 본 연구의 내용과 방법을 서술함
 - 2장에서는 1인가구의 개념 및 특성, 실태에 대한 고찰, 중장년 세대의 특성, 사회적 고립, 사회적 관계망 형성과 확장에 대한 선행연구 고찰을 정리하고 '나비남 프로젝트', '고시원 프로젝트'와 같은 서울의 각 지자체에서 시행되고 있는 중장년 남성 1인가구 지원 프로젝트 사례를 분석함
 - 3장에서는 사례분석을 통해 얻어지는 결론과 현재 중장년 남성 1인가구 지원 상황, 정책 지원 방안에 대한 제언과 시사점을 제시
- 나비남 프로젝트는 양천구에서 진행되고 있는 중장년 남성 1인가구를 위한 사업으로 '나비남(나·非·男): 나는 혼자가 아니다'라는 의미를 가지고 중장년 1인가구 중 건강이 좋지 않거나 사회와 소통을 끊고 지내는 사람들이 재기하도록 도움
- 나비남 프로젝트에서 진행되고 있는 사업은 나비남 영화제, 희망텃밭가꾸기, 자신의 경험을 나누는 멘토단 활동 등이 있음
- 고시원 프로젝트는 한 지역에서 이루어지는 사업이라기보다는 중장년 1인가구의 사회적 증진 혹은 관계형성을 위한 사업으로 각 지자체별로 시행되는 사업임
- 송파구의 '함밥go', 마포구의 '우리 동네 따뜻한 考(고)시원', 도봉구의 '고-노크', 영등포구의 '고봉밥' 사업 사례를 소개함

□ 연구의 결과 및 시사점

- 사회관계의 빈도수와 삶의 만족도의 연관관계를 연구한 이정훈, 이희연 (2016)의 연구 결과에서 보듯이, '나비남' 또는 '고시원' 프로젝트와 같은 사회적 관계망 확장을 위한 지원만으로도 중장년 1인가구의 고독사 확률을 감소시킬 수 있을 것으로 보임
- 사회적 관계망 확장이 완벽한 해결책이라고 볼 수 없음에도 불구하고 사회적 관계망 확장에 초점을 두는 이유는 중장년 1인가구의 고독사로 연결되는 주된 요인인 '사회적 고립'을 우선적으로 해결해보고자 하는 것임
- 두 프로젝트를 통해 사회적 고립에서 벗어나는 것뿐만 아니라, 자신의 사

회적 경험이 또 다른 대상자들의 사회적 고립을 해결할 수 있는 나비효과를 일으키게 되고, 사회 일원으로서의 그들의 새로운 날갯짓에 더욱 힘을 실어줄 수 있음을 보여줌

- 1인가구는 독거노인, 고독사의 주된 요인이 될 수 있기에 중장년 남성 1인가구를 연구대상으로 하는 심층적인 연구가 필요함
- 각종 복지혜택의 사각지대에 처해있는 중장년 1인가구에 대한 정부 차원의 지원방안이 마련되고는 있으나 아직은 미비하다고 볼 수 있음. 본 연구와 같은 중장년 1인가구 사회적 관계망 확장을 위한 연구가 지속적으로 이루어지고, 국내외 관련 사례에 대한 연구 분석, 이를 반영한 정책적 지원이 이루어진다면 중장년 1인가구가 빈곤한 독거노인으로 발전하거나, 고독하게 세상을 등지는 안타까운 상황은 점차 감소할 것이라 기대함

제1장 서론

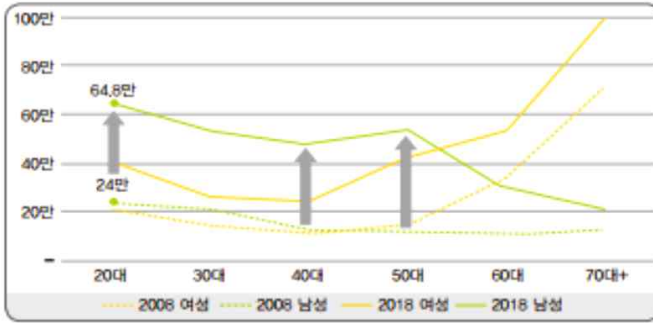
제1절 연구의 필요성과 목적

1. 연구의 필요성

- 2017년 11월 27일, 여배우 이○○ 씨가 갑작스럽게 사망 2주 만에 발견됨. 밝고 쾌활한 성격에 전날까지도 지인을 만나고, 많은 작품은 아니어도 작품 활동도 꾸준히 해왔던 그였기에, 2주 뒤에나 발견된 그의 죽음은 더욱 안타까움을 자아냄. 이처럼 혼자 지내던 집에서 사망한 뒤 발견되는 쓸쓸한 죽음을 ‘고독사’라고 함
- 고독사는 과거 혼자 사는 노년층에게 주로 일어나는 것으로 알고 있었지만, 최근에는 고독사 주위험군으로 중장년 남성이 이슈화되면서 새로이 사회적 취약계층으로 주목받고 있음
- 혼자, 다른 사람들과 다름, 두드러짐 등을 부정적으로 여겨왔던 한국 사회에서, 혼자 밥을 먹고, 영화를 보고, 술을 마시고, 여행을 즐기는 행위들을 줄여서 일컫는 ‘혼밥’, ‘혼영’과 ‘혼술’, ‘혼행’이라는 신조어들이 등장할 정도로 ‘혼자 사는 삶’이 다양한 형태로 유행하고 있음¹⁾
- 우리나라의 1인가구 비중은 지속적으로 증가하여 2017년에 28.5%였던 1인가구가 2047년에는 전체 가구의 약 37.3%를 차지해 주된 가구형태로 나타날 것으로 예측됨²⁾. 이들은 하나의 동질적 집단이 아니라 소득, 연령, 성별 등에 따라 다양성을 나타내며, 1인가구 증가 원인은 청년층, 중장년층, 노년층 등에서 상이하게 나타남. 연령대별로는 40~50대의 증가가 확연하고, 특히 남성에서 두드러지게 나타남[그림 1-1]

1) 김현화(2019). 1인가구 중장년 비혼여성의 관계적 경험에 대한 현상학 연구. 박사학위논문. 연세대학교 대학원.

2) 통계청 자료(2019).

[그림 1-1] 성별 1인가구 규모 변화³⁾

- 다양한 형태의 1인가구 중 특별히 40~50대 이상의 중장년 1인가구는 젊은 연령대 대비 가구의 구성 사유가 자발적이라기보다는 기러기아빠, 이혼, 사별 등 비자발적 이유로 형성되는 경우가 많음. 그 밖에 경제적인 이유로 인한 결혼 기피 및 지연 등의 사유로 '혼자 사는 삶'이 형성되는 경향도 나타남
- 중장년 1인가구는 연령적 특성상 결혼이나 재결합 등으로 1인가구를 탈피 가능성이 낮고, 부모의 부재 등 제한적인 가족 지지망, 곧 다가올 노후생활에 대한 불안으로 사회·경제적 측면에서 취약해질 수 있으며, 향후 독거노인 형태로 이어질 가능성이 상당히 높다는 점에서 관심을 가질 필요가 있음
- 중장년 1인가구, 즉 지금의 40~50대는 1963년부터 시행된 산아제한 정책 시기 혹은 그 이후에 출생한 세대로, 형제가 없거나 둘 이하인 경우가 많음. 따라서 현재 40~50대 중장년 1인가구가 자신의 가족을 형성하지 않는다면, 부모 사망 이후 혼자 남게 될 가능성이 크기에 이들이 경험하는 관계성의 문제는 매우 중요하다 할 수 있음
- 중장년 1인가구 중에서도 여성에 비해 남성의 경우 사회적으로 활동하는 영역이 넓어 사회적 관계망이 높다고 할 수 있지만, 도움을 요청하고 받을 수 있는 사회적 관계망은 여성에 비해 취약함⁴⁾. 또한 학술 연구나 사

3) 박미선·조윤지(2020). 국토정책 Brief, 세종: 국토연구원

4) 한경혜·김주현·김경민(2003). 중장년기 남녀의 사회적 관계망과 정신건강. 한국노년학회, 23(2), pp.15-170.

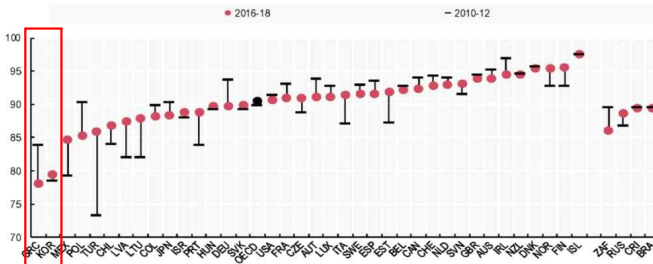
회적인 관심도 미혼모나 이혼여성, 혹은 비혼여성 등 ‘여성’에 치우쳐 있어, 중장년 남성 1인가구와 같은 상대적으로 취약한 대상을 위한 연구와 사회적 개입은 매우 미흡한 실정임. 1인가구 지원을 위한 지원체계가 취약한 현 상황에서의 중장년기 남성에 대한 관심이 요구됨⁵⁾

- 최근 발표된 OECD 보고서 <2020년의 삶은 어떨까?(How’s Life? 2020)>에서 한국의 사회적 관계와 신뢰는 2012년 대비 소폭 상승했으나 여전히 OECD 최저수준으로 그리스에 이어 두 번째로 낮게 나타남[그림 1-2]
- 의지할 수 있는 친척이나 친구가 없고, 기부와 자선 등 관대함이 적고, 아직도 부정부패가 적지 않다고 인식하는 등 사회적 지지와 연대감, 공적 신뢰의 부족이 한국인의 행복지수를 크게 낮추고 있음. 한국 내 지역별 주민 행복도의 결정요인을 분석한 결과에서도 지역의 물적 인프라와 관련된 변수들보다 사회적 신뢰가 행복도에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타남⁶⁾

[그림 1-2] 사회적 관계망 수준 변화⁷⁾

Figure 11.2. 90% of people in OECD countries, on average, have someone they can count on

Share of people reporting that they have relatives or friends they can count on to help them in times of need, percentage



Source: Gallup World Poll (database), <https://gallup.com/analytics/232838/world-poll.aspx>.

- 한국의 사회적 관계 단절과 신뢰 부족 문제는 상당히 심각함. 필요할 때 의지할 가족이나 친구가 있다고 답한 사람이 응답자의 63%로, 50대 이

5) 장운정(2016). 중장년 남성 1인가구주의 사회자본 형성과정 경험에 관한 연구. 가족과 문화, 27(3), pp.67-100.

6) 김희삼(2017). 사회적 자본에 대한 교육의 역할과 정책방향. 세종: 한국개발연구원.

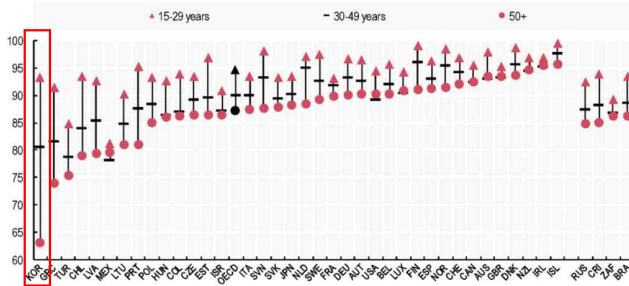
7) How’s Life? 2020(OECD, 2020)

상의 사회적 관계망 수준은 OECD 가입국 중 현저하게 떨어지는 최하위를 기록함[그림 1-3]

[그림 1-3] 연령대별 사회적 관계망 수준⁸⁾

Figure 11.7. Older people have less social support

Share of people reporting that they have relatives or friends they can count on to help them in times of need, by age, percentage, 2010-18 pooled data



Note: Countries are ranked in ascending order of social support among those aged 50 and above.
Source: Gallup World Poll (database), <https://gallup.com/analytics/232838/world-poll.aspx>.

- 자료에 의하면 50대 이상의 사회적 관계망 수준은 젊은 세대와의 갭도 가장 큰 것으로 나타나, 우리나라 중장년층 이상 고령층에서 정서적인 교류를 위한 사회적 관계망이 무너져 있음을 확인할 수 있음
- 인간의 가장 기본적인 욕구인 생리적 욕구와 위협으로부터 자신을 안전하게 돌보고자 하는 안전의 욕구가 충족되면 타인과 유대감을 형성하고 친밀감을 느끼고자 하는 욕구들에 관심을 갖고 중요하게 여기게 되지만 자신이 소중하다고 생각하는 타인으로부터의 분리 혹은 배제는 개인에게 심리적으로 큰 고통을 안겨줄 수 있음. 타인과의 관계로부터 오는 단절감 혹은 고립감 같은 감정은 건강과 관련이 깊으며, 면역력의 감소, 우울감, 더 나아가서 자살과도 깊은 관련이 있음⁹⁾
- 사회적 고립은 소득의 상실로 인한 빈곤으로 이어질 가능성이 높고, 열악한 주거 환경, 영양 섭취의 불균형으로 인해 건강이 악화될 수도 있음. 이와 같은 사회·경제적, 환경적 요인으로 인한 심리적 위축과 외부로부터

8) How's Life? 2020(OECD, 2020)

9) Presman, S. D., & Cohen, S. (205). Does positive affect influence health? psychological bulletin, 131(6), pp.925-971.

- 의지, 결핍 등은 사회적 고립의 결과¹⁰⁾를 가져올 수 있음이 나타남
- 1인가구의 사회적 관계망 부족은 ‘고독사’ 또는 ‘자살’ 등 부정적이고 극단적인 형태의 문제로 악화될 수 있음. 우울은 인간이 갖는 다양한 감정의 일부이지만, 노인의 경우 단일요인으로 자살을 이끄는 가장 위험한 요인으로 알려져 있음¹¹⁾. 또한 혼자 살아온 기간이 길거나, 배우자가 없는 경우, 자녀와의 접촉 횟수가 적을수록, 수입이 적을수록 죽음에 대한 불안 정도가 높은 것으로 나타남
 - 사회적 관계망은 다양한 방법으로 축적시킬 수 있으나 본 연구에서는 같은 경험을 가진 동료지지 멘토링을 통해 공감대와 신뢰감을 형성하고 이를 통해 또 다른 제3의 멘토를 성장시킬 수 있는 경험과 그 확장과정을 살펴보고자 함
 - 통계청 보도자료(2018)에 의하면 2000년 이후 1인가구가 지속적으로 증가하며 특히 남성, 그중에서도 45세 이상 남성 1인가구는 연령이 올라갈수록 증가하는 것으로 나타남
 - 앞서 OECD 보고서 <2020년의 삶은 어떨까?(How's Life? 2020)>에 나타난 바와 같이 우리나라 중장년층과 고령층에서 정서적 교류를 위한 사회적 관계망은 무너져 있으며, 지금까지의 사회적 관계망 관련 연구는 사회적 관계망의 폭이 줄어들어 새로이 사회적 관계망을 형성할 기회가 부족할 수밖에 없는, 노인들 대상의 연구가 대부분이었음. 중장년기의 사회적 경험이 노년기에도 영향을 미치고 있음은 여러 선행연구를 통해 드러났으며, 중장년층 1인가구를 중심으로 이루어진 사회적 관계망 연구는 상대적으로 부족한 실정임
 - 특히, 1인가구가 지니는 다양성과 이질성, 그리고 역동성이 드러나는 질적 연구, 그 가운데에서도 중장년을 대상으로 한 연구는 매우 부족한 상황임. 기존의 1인가구 연구는 노인 1인가구, 즉 독거노인으로 편중되어 있고, 그 뒤를 이어 청년 1인가구에 큰 비중을 두어왔음
 - 따라서 본 연구는 개인 자원이 취약한 혼자 사는 중장년 남성 1인가구를 대상으로 한 자료를 토대로 이들의 현황과 특성, 사회적 관계망 확장 경

10) 박선희·최영화(2020). 중장년 남성 고독사 고위험군의 사회적 고립에 대한 탐색적 사례연구: 긴급복지지원 대상자들을 중심으로. 비판사회정책, 68, pp.45-78.

11) 김형수(2002). 한국노인의 자살생각과 관련요인 연구, 한국노년학, 22(1), pp.159-172.

험의 맥락과 과정을 먼저 파악하고, 그 과정에서 자신의 새로운 역할을 만들고, 역할을 수행하면서 일어나는 경험에 대한 총체적인 이해와 그에 따른 정책 방안을 제안하고자 함

2. 연구의 목적

- 앞서 살펴본 연구의 필요성에 따라서 본 연구자는 혼자 사는 중장년 남성이 어떻게 사회적 관계망을 넓혀가는지, 그 과정에서 어떤 경험을 하고 그 경험을 확장해가는지 자세하게 살펴보고, 또 이를 지원하기 위한 정책적 방안을 찾는데 그 목적이 있음. 이를 위해 본 연구는 다음과 같은 구체적인 목표를 설정함
 - 첫째, 선행연구를 통해 중장년 남성 1인가구의 특성을 살펴봄
 - 둘째, 기존의 사회적 관계망 형성과정에 관한 연구, 멘토링을 통해 성장해 가는 과정, 멘토링 과정에서 사회적 관계망이 어떻게 확장되어 가는지에 대해 이해함
 - 셋째, 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성과 확장되어가는 과정을 고찰하고 그 과정에 이르기까지의 경험을 탐색함
 - 넷째, 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성을 지원하기 위해서 재단 혹은 정부는 어떠한 역할을 수행해야 하는지에 대해 탐색함

제2절 연구의 내용 및 방법

1. 연구의 내용

- 본 연구는 중장년 남성 1인가구의 확장적 학습을 통한 사회적 관계망 형성에 요구되는 재단과 정부의 지원방안을 모색하기 위하여 중장년 남성 1인가구 지원 프로젝트 사례를 살펴보고 분석을 통하여 요구를 충족시킬 수 있는 방안을 찾고자 함
- 본 연구는 모두 3장으로 구성되어 있으며 각 장의 내용은 다음과 같음
 - 1장은 연구의 필요성과 목적을 제시하고, 본 연구의 내용과 방법을 서술

합

- 2장에서는 1인가구의 개념 및 특성, 유형, 형성 원인, 1인가구의 실태 등을 고찰하고 중장년 세대의 특성을 살펴봄. 또한 사회적 고립의 원인과 과정, 사회적 관계망 형성, 확장학습에 대한 선행연구를 고찰, 정리하고, 멘토링의 유형, 동료지지 멘토링의 개념, 멘토링을 통한 경험의 확장 등에 관한 선행연구와 각종 자료들을 고찰하여, 내용을 정리함
- 또한 양천구의 '나비남 프로젝트', '고시원 프로젝트'와 같은 지자체에서 시행되고 있는 중장년 남성 1인가구 지원 프로젝트 사례들을 살펴봄
- 3장에서는 사례분석을 통해 얻어지는 결론과 현재 중장년 남성 1인가구 지원 정책이 안고 있는 과제를 바탕으로 지원방안에 대한 제언과 시사점을 서술함

2. 연구방법

- 이러한 연구 목적을 달성하기 위해 본 연구의 연구방법은 질적 사례연구 방법을 사용하고자 함
- 사례연구는 사회과학 관련 분야에서 이루어지는 질적 연구방법의 하나로, 개인이나 집단, 기관 등 연구 대상을 상세히 조사하고, 하나 또는 몇 개의 사례를 중심으로 분석하는 연구 방법임.¹²⁾ 사례연구의 대상이 되는 사례는 특정한 인물, 집단일 수도 있고, 조직이나 기관일 수 있으며, 어떠한 프로그램이나 사회적 현상일 수도 있음¹³⁾
- 사례연구의 대상이 되는 사례가 갖는 특성은 연구방법으로서의 사례연구가 갖는 특성에 영향을 줌. 일반적으로 사례연구는 각각의 사례에서 나타난 복잡한 현상을 심층적으로 이해하기 위하여 혹은 특정 사례에 대한 구체적 맥락에 대해 심도 있는 의미를 얻고자 할 때, 시간의 변화에 따른 양상 즉 어떠한 현상의 변화과정을 살펴보고자 할 때 적절한 연구 형태임¹⁴⁾(Merriam, 1998, 유기웅 외 2018 재인용)
- 이에 본 연구는 사례연구의 대상으로 양천구의 나비남 프로젝트의 수혜

12) 초의수(2019). 사회복지조사론. 파주: 정민사.

13) 유기웅·정종원·김영석·김한별(2018). 질적 연구방법의 이해(개정판). 서울: 박영스토리.

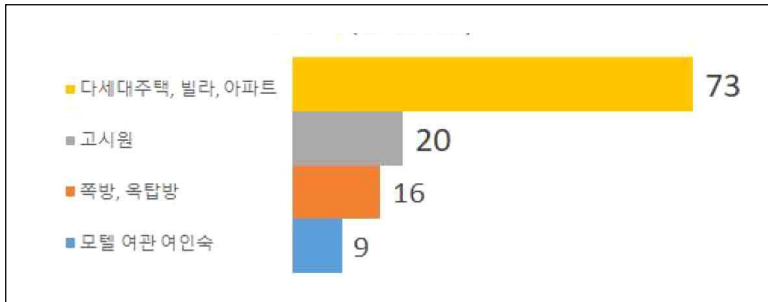
14) 위의 책

대상자였던 중장년 남성 1인가구가 수혜자에서 또 다른 나비남에게 자신이 누린 혜택을 돌려주는 멘토로서의 역할을 수행하면서 주어진 사회적 관계망을 확장해 나가는 나비남의 선한 나비효과에 대해 풀어냄

- 또 다른 사례로 서울시 각 지자체에서 운영되고 있는 중장년 1인가구 대상 프로젝트 중 꽤 높은 비중을 차지하고 있는 고시원 거주 중장년 1인가구 지원 프로젝트를 살펴봄
- 많은 중장년 1인가구가 가장 취약한 상태가 되기 직전에 머무는 곳, 즉 삶의 경계선에 있는 공간이 고시원이라는 기사와 함께, 2020년 8월 기준 서울시의 고독사 사망자의 주거지별 현황 자료에서 다세대 주택 등이 73명, 고시원이 20명, 쪽방, 옥탑방이 16명, 모텔 등이 9명이라는 연구 결과¹⁵⁾에 따른 접근임
- 고시원 거주 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성을 통한 변화과정에서, 각각의 고시원 프로젝트가 단순한 자조모임이 아닌 한 사람이 지역사회의 일원으로서의 사회적 회복과 더 나아가 고독사 예방 가능성까지 살펴봄

[그림 1-4] 2020년 서울시 무연고 사망자 주거지 현황¹⁶⁾

(단위: 곳)



15) 차현숙·강현철·장원규·류지성·오주현·임주왕(2020). 고독사 예방 및 관리에 관한 법률 하위법령 수립지원 연구. 보건복지부.

16) 위의 책

제2장 이론적 배경

제1절 학습의 나비효과: 멘토링을 통한 학습 확장

1. 홀로 사는 남성: 1인가구의 개념 및 특성

- 「건강가정기본법」 제3조 2항 2에 따르면 '1인가구'란 혼자서 취침, 취사 등의 생계를 유지하고 있는 생활단위를 의미함. 법률에 정의되기 이전 1인가구를 지칭하는 용어들은 연구보고서와 논문 등에서 단독가구, 독신가구 등으로 쓰이기도 하였음
- 우리나라 1인가구 유형은 결혼 여부 및 배우자의 유무에서 비롯한 자발적-비자발적 독신 또는 영구적-잠정적 독신으로 구분 짓던 형태에서 벗어나 이혼, 별거 등 다양한 요인으로 발생하는 자발적인 형태로 전환되고 있음¹⁷⁾
- 이러한 자발적 1인가구의 증가추세는 더이상 1인가구가 예외적이거나 병리적인 가구형태가 아닌, 사회를 구성하는 보편적인 가구형태인 동시에 다른 가구와 구별된 가구형태를 형성할 것으로 예측됨¹⁸⁾
- 1인가구 형성 및 증가는 연령대의 변화에 따라, 또 가족을 기준으로 한 생활 단위의 변화에 따라 그 양상이 다르게 나타남. 연령대에 따른 형성 원인을 살펴보면, 일반적으로 청년은 비혼·만혼, 중장년은 이혼 및 기러기 가족, 노년은 사별 등을 직접적인 원인으로 하여 1인가구가 형성됨. 또한 가족을 기준으로 1인가구 형성 원인을 살펴보면 청년 1인가구는 가족관계가 미형성됨으로써 발생하고, 혼자 사는 중장년 남성은 가족 해체

17) 이성림·김기옥(2009). 우리나라 독신가구의 여가활동 소비지출패턴에 관한 연구. 소비문화연구, 12(3), pp.105-123.

18) 심영(2002). 독신가구의 경제생활에 대한 탐색적 연구. 한국가정관리학회지, 20(6), pp.197-208.

- 에 따라, 노년 1인가구는 가족구성원의 탈락으로 인해 형성됨¹⁹⁾
- 중장년의 1인가구는 2000년대 이후 이혼율의 증가와 자녀 교육문제 등으로 인한 기러기아빠의 등장, 중장년 미혼 인구의 증가 등으로 인해 그 증가세가 높아짐²⁰⁾
 - 혼인상태별 중장년 1인가구의 특성을 살펴보면, 우선 기혼이면서 가족과 분거하는 경우는 주로 자녀에 대한 교육열에서 비롯되는 경향을 살펴볼 수 있음. 오늘날 중장년층은 이전 세대에 비해 교육수준이 높지만 자녀의 고등교육에 대한 수요 역시 높은 편으로, 한국의 교육 자원은 서울을 비롯한 대도시에서 집중되어 있어 가족과 별거하는 1인가구가 증가하고 있음²¹⁾
 - 이에 따라 자녀 양육기에 남편은 홀로 근무지에서 지내는 경향이 증가하게 되었고, 1900년대 후반 이후, 조기유학 열풍으로 나타난 속칭 ‘기러기아빠’는 기혼 1인가구 증가에 기여했음. 이러한 현실에서 중장년 1인가구에 대한 연구는 결혼 후 홀로 사는 남성의 삶을 중심으로 논의되었음²²⁾
 - 또한 청년세대의 만혼화가 지속되면서 중장년에 이르기까지 결혼을 하지 않는 경우가 증가하고 있음. 미디어에서는 경제력을 바탕으로 자유롭게 살아가는 이들을 골드족으로 정의하며 이들의 화려한 삶을 조명하지만, 사실상 중장년 1인가구는 재정적으로 어려움을 겪거나 안정적인 직장을 갖추지 못한 경우가 더 많은 것으로 확인됨²³⁾
 - 1인가구를 바라보는 관점은 다양하며 지금까지의 연구와는 달리 새로운 관점에서 중장년 1인가구의 증가를 보는 연구도 있음. 우리나라 1인가구의 증가 원인이 서구와 같은 개인주의의 확산 때문이 아닌, 위협에서 벗어나기 위한 또 다른 가족 형태와 관련이 있음. 자녀 양육과 노인 부양과 같은 경제적 책임이 남성 가장의 부담으로 나타나고 있는데, 이는 복지국가의 사회보장제도가 제 기능을 하지 못하는 상황에서 가족의 돌봄과 부양이 부담으로 다가오고, 이에 대한 회피방편으로 또 다른 개인주의가 탄

19) 박미선·이재춘(2018). 1인가구 증가에 따른 주택정책 대응 방안. 국토정책Brief, p.665.

20) 송민혜·한준섭·경정아(2020). 서울시 중장년 1인가구 실태 및 지원정책. 서울: 서울시50플러스재단.

21) 최정민·박영미(2012). 미혼 직장여성의 네트워크거주 실태분석. 국토연구, 73, pp.63-82.

22) 김주현·송민경·이현주(2010). 기러기아빠의 분거가족 결정과 유지경험에 관한 연구. 사회복지연구, 41(4), pp.107-133.

23) 고아라·정규형·신보경(2018). 중장년 1인가구의 사회·경제적 박탈이 우울에 미치는 영향에 관한 중단 연구: 다인 가구와의 비교를 중심으로. 한국가족복지학, 59, pp.55-79.

생한 것으로 보임

- 변미리 외(2009)의 연구²⁴⁾에서는 개인주의적 가치관과 여성의 경제활동의 증가에 따른 경제 및 사회문화적 현상을 바탕으로 1인가구를 ‘골드세대’, 고용불안의 영향을 받는 ‘산업예비군’과 ‘불안한 독신자’, 낮은 경제력과 고령화 사회의 중심세력인 ‘실버세대’ 등으로 분류하면서 1인가구에서 나타나는 독특하면서 병리적인 특성을 이야기함
- 본 연구의 대상이 되는 중장년 남성 1인가구의 특징 중 하나는 보편적 도시 빈민의 특징으로 여겨져 온 저학력의 단순노동자이거나 빈곤계층 출신이 아닌, 고학력의, 정규직으로 종사했거나 다수의 종업원을 둔 사업체를 꽤 오랜 기간 운영했던 경력을 가진 경우도 있음
- 중산층에 속했던 사람들은 실직 후 혹은 노후에 어느 정도 안정된 생활을 할 수 있을 것이라 기대하지만 실제로는 실직, 퇴직, 이혼 등 특정 사건을 계기로 가난의 극한점까지 떨어지는 추락 빈곤의 사례들도 나오고 있음
- 이러한 현실에서 혼자 사는 중장년 남성 역시 삶의 불안이 높은 편이지만 벌써 자신이 사회적으로 복지대상이 된다는 사실에 도움을 외면하는 경향이 높아 이들은 더욱 복지 사각지대로 내몰리고 있음. 나비남프로젝트가 처음에 고전을 면치 못했던 것도 이러한 이유에서임. 더욱이 한국사회는 중장년에 대한 사회적 관심이 청년이나 노인에 비해 부족한 실정이라는 점을 고려하여 중장년 세대의 특성을 고려한 중장년 1인가구에 대한 연구가 요구됨
- 본 연구에서는 지금까지 연구의 대상조차 되지 못했던 혼자 사는 중장년 남성 중 힘든 인생 역정을 극복하고 나비남 멘토로 참여하며, 사회적 관계의 지경을 넓혀 학습을 확장시킨 나비남 참여자를 대상으로 연구를 진행하고자 함

2. 외로움보다 해로운 중장년의 사회적 고립

- 중장년 남성 1인가구에 대한 연구를 위해 중장년의 특성을 알아보면, 우선 연령이나 생애 단계의 차원에서 볼 때 중장년기는 40~60세의 성인들

24) 변미리·신상영·조권중(2008). 서울의 1인가구 증가와 도시정책 수요연구. 서울: 서울시정개발연구원.

지칭하며 청년과 노인의 중간세대에 위치하는 세대를 의미함. 다음으로 가족관계의 측면에서 중장년 세대는 아직 독립하지 않은 자녀 세대와 의존성이 증가하는 노부모에 대한 자녀로서의 두 가지 임무를 한 번에 수행하는 집단임²⁵⁾

- 이는 한국사회 내 중장년 세대의 현실을 설명하는 데 있어 매우 핵심적인 요소가 될 수 있음. 두 측면을 조합해 보면 중장년 세대는 유년 시절 대 가족 제도 안에서 사회화 과정을 겪으며 자라났고, 핵가족 제도의 시작점에서 청장년 시절을 맞은 까닭에 전통과 혁신이라는 양면적 가치관을 동시에 소유하고 있는 세대임²⁶⁾
- 현대적 생활양식을 영위하고 있음에도 전통적 가치로부터 온전히 벗어나지 못한 중장년 세대는, 고령화의 과정 속에서 자신의 부모를 장기간 봉양해야 한다는 부담을 항시적으로 지니면서 살아가게 됨. 뿐만아니라, 자녀 세대를 부양하는데 있어서도 그 어느 때보다 경제적, 심리적 부담을 많이 지고 있어 자신의 노후를 대비하고 현재의 여가를 즐길 여유를 가질 수 없는 현실임
- 우리나라는 IMF 이후 지속되온 기업 구조조정 과정에서 명예퇴직, 정리해고 등 중장년층의 고용불안이 심화되었음.²⁷⁾ 실제 우리나라의 중장년층은 50대 중반부터 상당한 고용불안을 겪고 있으며, 고용상태라 하더라도 비정규직 고용 비중이 늘어나는 추세임. 최근 연구²⁸⁾에 따르면 남성의 경우 퇴직 평균 연령이 50.1세이고 중장년기 이후에는 신체기능의 감소와 체력 수준의 저하로 만성질환 유병률 증가의 특징을 보임.²⁹⁾ 또한 중장년 1인가구는 식생활 및 일상에 있어 불규칙하다는 특징이 있음
- 이러한 소득과 고용의 불안정성, 건강 문제, 열악한 주거 환경 등의 취약점이 개선되지 않는다면, 사회적 부담은 가중될 가능성이 농후함. 특히 고독사 위험성이 높은 중장년 1인가구의 경우, 잦은 이직률과 실업률 등

25) 한경혜·이정화·옥선화·Ryff, C. M.(2002). 중장년기 남녀의 사회적 역할과 정신건강. 한국노년학, 22(2), pp.209-225.

26) 정성호(2006). 중장년의 사회학. 파주: 살림.

27) 한국노총중앙연구원(2002). 중장년층 실업자의 재취업촉진방안. 세종: 고용노동부.

28) 강소랑·조규형·이서연·김민주·강시온(2019). 서울시 50+세대 실태조사: 직업이력 및 경제활동. 서울: 서울시50플러스재단. p.57.

29) 최명화·최수일(2012). 근로자의 개인적·직업적 특성과 노후준비와의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 12(6), pp.249-264.

고용상태의 불안정을 나타내고 있으며, 이혼, 건강 악화, 사업실패 등과 같은 정서적 어려움이 누적되어있는³⁰⁾ 등 다양한 취약점이 혼자 사는 중장년 남성에게 압축적으로 집약되어 나타나고 있음을 알 수 있음

- 중장년 남성 1인가구의 또 다른 문제는 고립임. 현대사회에서 외로움은 가장 절망적이고 고통스러운 감정 중 하나로, 상호작용이 없는 외롭고 쓸쓸한 상황은 신체적·정신적 건강을 위협함과 동시에 부정적 사고와 정신병리를 일으킬 수 있음.³¹⁾ 외로움은 사회적 관계망이 약화되었음을 경고하는 것으로³²⁾, 이는 또한 고독사로 이어져 사회문제를 야기하기도 함
- 서울시에서 2020년 8월 코로나19로 달라진 시민일상을 조사하였는데, '사회적 거리두기로 고립감을 느꼈는가?'라는 질문에 '고립감을 느낀다'고 대답한 응답자가 총 조사대상의 30%였음³³⁾
- 최근 우리나라를 포함해 전 세계적으로 영향을 주고 있는 코로나19로 사회적 거리두기가 시행되고 있는데, 이는 혼자 사는 사람들뿐만 아니라 일반적인 사람들까지 일상적인 관계망으로부터의 분리를 야기시켰음. 집단 감염 가능성으로 전염병 확산 예방을 위한 방안이었으나, 이로 인해 고립감과 외로움을 호소하는 경우가 많이 생겼으며, 특정 집단만의 문제가 아닌 누구나 사회적 고립을 경험할 수 있는 계기가 되었음
- 사회적 고립은 개인이 일상생활 유지를 위해 필요한 사회적 지지로부터의 배제라는 점에서 출발함. 사회적 지지의 차원에서 사회적 고립에 접근한 연구들을 살펴보면, 의미 있는 타인과의 사회적 관계 맺음은 소속감을 느끼게 해줌과 동시에 소외감을 낮추어 신체적·정신적 건강 및 삶의 만족도에도 긍정적인 영향을 미침³⁴⁾

30) 송인주·고선규·박선영(2018). 고독사 위험 고립가구 특성과 지원모형 연구. 서울: 서울시복지재단.

31) 여종일(2019) 유아기 자녀 어머니의 우울증상, 가족관계, 사회적 지지 및 양육행동의 관계. 한국영유아보육학, 116, pp.65-90.

최현영, 이동혁(2016). '홀로 있음'에서 고독과 외로움간의 차이탐색. 청소년학연구, 23(12), pp.77-103.

32) 김혜원(2011). 집단따돌림과 집단괴롭힘에 따른 남녀 청소년들의 심리적 건강, 학교인식 및 학교적응에 대한 구조분석. 청소년복지연구, 13(2), pp.173-198.

33) 강영웅(2020). 사회적 관계 요인이 주민 삶의 만족도에 미치는 영향: 세대별 비교를 중심으로. 사회적경제와 정책연구, 10권 제4호, pp. 65-100.

34) 염유식·성기호(2016). Self-rated Health and Global Network Position: Results From the Older Adult Population of a Korean Rural Village. Annals of geriatric medicine and research, 20(3), pp.149-159.

- 사회적 고립의 정의에 대해서는 다양한 의견이 존재하나 일반적으로 다른 사람과의 사회적 연결점이 없거나 어려움에 처한 상황에서 도움을 구할 대상이 없음을 의미함
- 기존의 사회적 고립 관련 연구들은 사회적 고립은 객관적 사회적 고립과 주관적 사회적 고립으로 구성되며, 객관적 사회적 고립은 사회적 관계망의 현황과 같이 고립으로 인해 야기되는 외로움이나 고립감과 같은 객관적 측면에 주목함. 사회적 고립을 '사회적 연결망 내에 소속되어 있는 구성원들과의 관계 단절 및 사회활동 참여에 있어서의 고립 또는 결핍 현상'³⁵⁾으로 개념화함
- 주관적 사회적 고립은 개인이 가족이나 친구, 주변에 얼마나 자주 자신의 속마음을 털어놓거나 혹은 소속감을 느끼는지 등의 관계에 대한 주관적 지각 차원에서 고립의 수준을 측정한 연구들이 있음.³⁶⁾ 앞에 언급된 연구들은 사회적 고립에 대해 '사회적 관계의 결함으로 인해 나타나는, 우울·불안 등을 수반하는 주관적 외로움'으로 정의하거나 '사회적 관계 내에서의 친밀감에 부족함을 느끼거나 자신이 소속된 집단이나 사회로부터 소외당하고 있다고 느끼고, 외로움과 우울 등의 부정적 정서에 대한 경험을 가지고 있는 상태'³⁷⁾로 봄
- 즉, 객관적 차원에서의 사회적 고립은 사회적 연결망의 규모 또는 타인과의 접촉 빈도 등 타인으로부터의 분리와 고립 정도 등으로 측정될 수 있으며, 주관적 차원에서의 사회적 고립은 사회적 관계 속에서 체감하는 질적 수준의 외로움과 같은 감정으로 측정될 수 있음³⁸⁾
- 한편 사회적 고립의 발생에는 사회·경제적 지위가 많은 영향을 미침. 조예지(2015)³⁹⁾는 KGS 데이터(한국종합사회조사) 분석 결과, 교육수준,

35) 이상철(2017). 농촌 노인의 사회적 고립이 치매에 미치는 영향: 전기노인과 후기노인 비교 분석. *사회복지연구*, 48(2), pp.143-171.

36) 여종일(2019) 유아기 자녀 어머니의 우울증상, 가족관계, 사회적 지지 및 양육행동의 관계. *한국영유아보육학*, 116, pp.65-90.

이모숙(2012). 노인의 사회참여활동은 사회적 고립과 자살 생각 간의 관계를 매개하는가?. *정신건강과 사회복지*, 40(3), 231-259.

37) 박진영(2016). 사회적 고립이 자살생각에 미치는 영향에서 자살하지 않는 이유의 조절효과 : 고등학교를 대상으로. *학교사회복지*, 36, pp.1-22.

38) 이상철·조준영(2017) 다차원적 사회적 고립이 신체적·정신적 건강에 미치는 효과: 연령집단의 상호작용효과 분석. *한국사회정책*, 24(2), pp.61-86.

39) 조예지(2015). 사회·경제적 지위가 사회적 관계 및 고립에 미치는 영향. 석사학위논문, 고려대학교.

고용형태, 수입 등의 사회·경제적 지위가 개인의 일상적 사회관계와 사회 참여도에 영향을 미친다고 보고하였음. 강신욱과 김안나(2005)⁴⁰⁾는 사회적 고립이 사회보장, 경제적 복지, 인간으로서의 존엄을 누릴 권리 등 시민으로서 당연히 누릴 수 있는 권리를 누리지 못하는 사회적 소외의 문제를 야기할 수도 있다고 보았음

- 이상과 같은 연구 결과로 소득과 고용의 불안정으로 인한 빈곤, 교육, 건강 상태, 결혼 여부 등의 다양한 요인이 사회적 고립과 높은 관련성을 나타내고 있으며, 이러한 요인들은 사회적 참여에 제약이 되기도 함. 또한 사회적 고립감에 긍정적인 영향을 미친 음악치료, 신체활동 등과 같은 사회적 고립감 완화, 혹은 해소 방안에 대한 많은 논의와 연구가 필요할 것으로 사료됨

3. 너와 나의 연결고리 사회적 관계망

- ‘인간은 사회적 동물’이라고 한 아리스토텔레스의 말처럼 세상을 살아가다 보면 사람은 누구나 본인의 의사와 관계없이 다양한 사람과 관계를 맺게 되며 적극적인 성격을 가진 사람인 경우 더 많은 관계를 맺을 수 있음. 즉, 인간은 사회적인 동물로서 주변 사람들과 사회적 관계를 맺으며 사회적 차원에서의 삶을 영위하고 적응하는 사회적 관계를 축적하는데, 이 사회적 관계가 개개인의 삶의 질과 만족도에 영향을 미친다는 것임
- 박현춘 외(2014)의 연구⁴¹⁾에서는 중년·노년기에 은퇴를 경험한 사람들의 은퇴 후 사회적 관계망의 변화와, 변화에 영향을 주는 요인을 검증하였는데, 친하게 지내던 사람들과의 접촉 빈도가 은퇴 후에 낮아지는 경향을 보였으며, 사회활동 참여 정도도 줄어드는 것을 확인함. 이 연구에서는 은퇴 후 건강관리와 재무적 측면이 은퇴 만족도에 미치는 영향을 부각시킨 연구들⁴²⁾과 달리 사회활동에의 참여가 매우 큰 의미를 부여한다는 것을 보여주었음

40) 강신욱·김안나(2005). 사회적 배제의 지표개발 및 적용방안 연구, 세종: 한국보건사회연구원, p.48.

41) 박현춘·홍진혁·최민재·권영대·김진석·노진원(2014). 중·노년기 은퇴자의 은퇴 전후의 사회적 관계망 변화. 한국콘텐츠학회논문지, 14(12), pp.753-763.

42) 김현정·고수연·정희원·이지선·임지영(2009). 고령은퇴남성의 삶의 만족도 영향요인에 관한 연구. 한국사회복지조사연구, 21, pp.253-280.
손신영(2009). 여성노인의 건강관련 삶의 질에 미치는 영향요인. 여성건강간호학회지, (15)2, pp.99-107.

- 중장년기에는 은퇴와 같은 사회적 역할 상실과 더불어 가까운 사람들의 죽음 등을 겪을 가능성이 높아지기 때문에, 이러한 요인들로 인해 사회적 관계망에 더욱 부정적인 영향을 미치게 됨⁴³⁾
- 관계망 연구에서 눈에 띄는 연구는 최선미(2017)의 연구⁴⁴⁾로 고령자들의 지역사회 네트워크 형성에 영향을 끼치는 요인으로 소득수준을 주목하였는데, 부유한 고령자일수록 사적 친목 모임에 활발히 참여하는 반면, 복지관이나 경로당 등에서 제공되는 복지프로그램에 대한 관심도는 낮아 공적 네트워크 참여율은 떨어진다고 보았음. 반면에 경제적으로 어려운 고령자일수록 복지관 등에서 제공되고 있는 복지프로그램을 통한 사회적 연결망 형성률이 높기 때문에, 저소득 고령자의 참여율이 높은 공적 네트워크의 활성화를 통한 심리적 지지기반 조성의 필요성을 강조하고 있음
- 조혜민, 이수기(2017)⁴⁵⁾는 지역 공간의 물리적 환경, 즉 보행 활동, 대중교통 접근성, 공원·하천 접근성이 사회적 자본과 유의미한 영향 관계에 대해 실증하였음. 이 연구에서는 대중교통 접근성 외에도 복지관이나 문화시설 등공공시설 접근성 또한 사회적 관계망 형성에 영향을 준다고 보고하고 있음. 고은정(2018)⁴⁶⁾ 역시 지역사회 내 시설 접근성을 포함한 거주환경에 대한 만족도가 사회적 관계망 형성에 긍정적인 영향을 미친다고 하였음
- 이런 의미에서 나비남 프로젝트의 나비남을 위한 공간 마련(양천구50스타트센터)은 혼자 사는 중장년 남성의 사회적 관계망 형성에 유의미한 영향을 미칠 것으로 사료됨
- 사회적 관계망에 관한 선행연구들을 고찰한 결과, 사회적 관계망은 사회 참여도 및 종합적인 신뢰도의 영향력이 가장 큰 것으로 나타남. 즉 사회적 참여 수준과 사회 일반에 대한 종합적인 신뢰도가 높을수록 사회적 관계망 형성에 효과적이라는 것을 알 수 있음. 이는 사회적 참여를 촉진하

43) 김아란·강은지·김보은·이성은·최승원(2020). 노인의 사회연결망 크기와 고독감 간의 사회적 상호작용의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 25(2), pp.379-392.

44) 최선미(2017). 노인의 네트워크 형성에 영향을 주는 요인 분석: 소득수준과 접근성을 중심으로. 정부학연구, 23(3), pp.259-294.

45) 조혜민·이수기(2016). 근린환경특성과 주민의 보행활동이 사회적 자본의 형성에 미치는 영향 분석: 서울시 4개 자치구를 중심으로. 국토계획, 51(6), pp.59-77.

46) 고은정(2018). 근린의 물리적 환경과 사회적 다양성, 사회자본의 상관관계 분석. 서울도시연구, 19(2), pp.73-86.

는 정책이나 지원이 사회적 관계망 형성에 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 시사함

4. 마음의 진화: 동료지지 멘토링을 통한 학습의 경험

- ‘마음의 진화’는 학문 세계와의 접촉 없이도 얼마든지 일어날 수 있고, 또 실제로 일어나고 있음. 이것은 인간의 사회적 경험이 직접적으로 마음의 진화를 촉발시키는 것, 즉 경험학습(Experiential Learning)의 한 부분으로 일어나는 과정인데, 시민의 일상생활 속에서의 경험이 확장되면서 그것이 인식과 의미체계의 변화를 촉발시키고, 그 결과 다시 경험이 새로운 경로를 찾게 되는 체험중심의 과정임⁴⁷⁾
- 멘토링은 오디세우스가 트로이 전쟁을 위해 떠나면서 친구인 멘토에게 자신의 아들을 부탁한 내용에서 유래되었음. 일반적으로 멘토링은 지식과 기술, 경험을 가지고 있는 사람이 새로운 구성원의 역량과 잠재력 개발을 위해 전담하여 지도하는 것을 말함. 즉, 경험과 지식이 풍부한 사람이 그렇지 못한 사람을 대상으로 지도·조언을 통해 그 대상자의 역량과 잠재력 향상을 도모하는 활동임⁴⁸⁾
- 대상자를 조언·지도하는 역할을 맡은 사람을 ‘멘토(mentor)’라고 하고, 멘토로부터 조언·지도를 받는 사람은 ‘멘티(mentee)’라고 부름. 멘토링은 멘토와 멘티를 ‘협력적 학습 파트너’라고도 하는데, 도움을 받는 멘티뿐만 아니라 멘토 역시 본인의 지식과 기술에 대한 점검과 축적되어 온 경험을 멘티에게 전수함으로써 동기부여를 확인할 수 있기 때문임⁴⁹⁾
- 뉴욕의과대학 배포 자료에 의하면, 멘토링의 유형은 크게 4가지로 구분할 수 있음. 첫째, ‘director mentor’ 유형은 전문가의 멘토링으로 전문성 개발과 지식의 전달, 역할모델 제공, 격려와 지지 등의 장점이 있으며, 둘째, ‘per mentor’ 유형은 동료의 멘토링으로 수평적 관계로 정서적인 공감대 형성과 신뢰 형성은 가능하나, 경험이나 전문성 개발 등에는 한계가 나타날 수 있음 셋째, ‘multiple mentors’ 유형은 다수의 멘토의 멘

47) 한승희(2006). 포스트모던 시대의 평생교육학. 파주: 집문당.

48) 채수진·송효석(2019). 암 생존자의 동료 멘토링 활성화를 위한 탐색적 연구. 비판사회정책, 65, pp.121-168.

49) 임재문·김성섭(2009). 멘토링 운영 유형에 따른 호텔직원의 멘토링 기능에 대한 인식 비교. 호텔관광연구, 32(1), pp.291-303.

토링을 받는 것으로, 멘티의 다양한 욕구를 충족시킬 수 있고 마지막 'external mentor' 유형은 멘토를 외부에서 찾아 멘토의 요구에 맞춘 맞춤형 멘토를 제공하는 것으로 멘토와 멘티의 이해관계에 있어서 갈등이 일어날 확률이 적다는 장점이 있음⁵⁰⁾

- 네 가지 멘토링 중 동료지지 멘토링 프로그램인 'per mentor' 유형의 멘토와 멘티에 나타난 긍정적 영향에 대해서 논의하고자 함
- 최권호 외(2016)의 연구에서 상대적으로 생존 가능성이 높고 지속적인 관리가 요구되는 위암 분야에서 'per mentor' 유형의 동료 멘토링을 제공하고 있는 위암 환자들의 경험을 탐색했는데, 동료 멘토링을 제공하는 연구 참여자들은 멘토로서 위암 환자들에게 의료진을 포함한 서비스 제공자나 가족들이 제공하는 지지와는 구별된, 주로 정서적인 어려움을 공감하였고, 실제적인 정보를 제공하였음.
- 같은 암 투병 경험 당사자들로부터 자신의 시행착오를 바탕으로 한, 의료진이 제공할 수 없는 구체적이고 실질적인 정보를 얻을 수 있기 때문에 환자들은 더 깊은 연대 의식과 공감을 느낄 수 있었다고 보고함. 또 동료 멘토링을 제공한 위암 생존자들 역시 긍정적 삶의 의미를 얻고, 자기 관리를 위한 행동력이 증진되었으며, 친밀한 유대관계 형성을 통해 자신감 회복과 삶의 활력을 찾게 되는 변화를 경험했다고 밝힘
- 나비남 참여자의 멘토링 활동은 앞의 연구들에서 밝혔듯, 자신의 멘토링을 통해 자신의 외로움 혹은 우울 등의 경험과, 과거의 실패, 혹은 오류와 관련된 내용을 공유하고 이를 통해 멘토인 자신도 정서적 회복을 경험할 수 있었음. 이는 멘티-멘토 관계에서 자신의 상황이 안전하고 비심판적으로 수용될 수 있다는 경험을 하고, 각자 처한 상황은 다르더라도 비슷한 경험을 함께 이야기 나눌 수 있는 것만으로도 나비남 내면의 부정적인 감정을 털어내는 데 도움을 줌.⁵¹⁾ 또한 실질적 정보를 제공하는 경험을 통해 자신의 역량과 자원으로 활용할 수 있는 새로운 직업으로의 가능성까지도 살피볼 수 있기에, 도움을 주고받는 상호 호혜적 관계뿐만 아니라 마음의 진화로 인한 사회 관계성의 향상, 그 과정에서 일어나는 학습

50) 허예라·김 선·이금호(2013). 우리에게서 어떠한 멘토링이 필요한가? 의과대학생을 위한 멘토링 프로그램의 연구동향 고찰. Korean Journal of Medical Education, 25(1), pp.5-13.

51) 채수진·송효석(2019). 암 생존자의 동료 멘토링 활성화를 위한 탐색적 연구. 비판사회정책, 65, pp.121-168.

효과, 나아가 경제활동을 통한 새로운 사회복귀의 경로를 열 수 있는 기회를 충분히 경험할 수 있을 것임

제2절 홀로 사는 중장년 남성의 성장일기

1. 나비남 프로젝트(난 혼자가 아니야)

“오로지 술만이 나에게 벗이었지. 건강도 가정도 멀어졌어. 떠돌이 인생의 결말은 초라했어. 모든 걸 포기하고 싶었었지……. 난 이제 나비남 혼자 가 아닌 거야. 나비처럼 활활 날을 거야. 조금씩 앞으로 달려가 내일 향해. 달라질 내 모습 상상하며” _ ‘나비남 영화제’ 중에서

- ‘나는 혼자가 아니다’란 의미를 담은 ‘나비남(나·非·男)’은 양천구가 2017년부터 만 50~64세 1인가구를 대상으로 진행 중인 사업 이름으로 중장년 1인가구 중 건강이 좋지 않거나 사회와의 소통을 끊고 지내는 사람들이 재기하도록 돕는 프로그램임
- 양천구가 중장년 1인가구만 별도로 관리하는 이유는 여성이나 다른 연령층에 비해 주변에 도움도 요청하지 않고 외톨이로 지내는 사례가 많아 그만큼 고독사 같은 위험이 닥칠 가능성이 크고 도움이 절실한 사람일수록 고집스레 도움을 거부하는 것도 문제임. 올해 나비남 영화제에 참가한 손형래 씨(62)는 “어려서부터 남자라면 가족의 생계를 책임져야 하고 자기 밥벌이는 자기가 해야 한다는 강박에 살았던 것 같다”고 말함. 그 역시 1998년 사업실패와 이혼 이후 홀로 어머니를 모시고 두 자녀를 양육하면서 주변에 도와달라고 말한 적이 없고 동주민센터를 찾아 이용할 수 있는 복지제도가 있는지 묻지도 않았음

[그림 2-1] 나비남 영화제⁵²⁾



- 나비남 프로젝트는 4단계로 진행됨. 1단계에서는 전수조사를 통해 발굴된 50대 1인가구들이 세상 밖으로 나올 수 있도록 유도하는데, 특히 조사를 거부한 혼자 사는 50대 남성들에게 복지, 일자리, 주거 등에 대한 정보를 지속적으로 제공해 세상과의 연결고리를 만들어 감
- 이후 멘토단을 구성해 2단계 '관계맺기'를 진행함. 멘토단이 친구이자 이웃, 또는 조연가로서의 역할을 수행할 수 있도록 하여, 이를 통해 50대 1인가구의 욕구를 심층적으로 분석함. 양천구는 3단계로 50대 1인가구 복합 전용 공간 '양천구50스타트센터' 설립을 통해 지원하는 한편, 민관 기관으로 구성된 양천 50대 1인가구 지원협의체 32개를 통해 지역사회 자원을 활용하기도 함. 프로젝트의 마지막 단계에서는 이들의 사회공동체 복귀를 목표로 그동안 받았던 도움을 사회에 환원할 수 있도록 멘토단 활동을 독려함
- 나비남 프로젝트로 진행되는 사업은 여러 가지가 있으나 가장 대표적인 사업은 영상교육을 실시하여 수료생들에게 영화감독이라는 호칭을 붙여 영화제를 상영하는 것으로 코로나 이전까지 3번의 영화제를 진행함

52) 명랑کم페인 블로그(2019.9.9). [나비남 영화제] 3번째, 감동과 기쁨
<https://m.blog.naver.com/merrycamp/221643464982> 참조.

[그림 2-2] 나비남 프로젝트 희망텃밭가꾸기⁵³⁾



- 또 다른 대표적인 사업은 ‘희망텃밭가꾸기’ 사업임. 나비남들의 먹거리를 제공하기 위해 시작된 희망텃밭가꾸기에서는 비닐하우스를 세우고, 무, 배추, 파의 씨를 뿌리고 가꾸는데, 수확한 농작물은 관내 거동이 불편한 이웃에게 전달하고 텃밭가꾸기 사업에 참여한 나비남들 간에 공동배분함. 희망텃밭가꾸기 사업은 나비남프로젝트 우수사업 공유회에서 최우수상을 수상하기도 했음
- 활동을 잘 못하는 독거남들에게 한 나비남은 “혼자 외롭게 계시지 말고 여기 나와서 활동에 동참해 근력과 활력을 찾으시기 바란다. 이 사업에 참여함으로써 독거남들의 마음이 안정된다. 또한 자신들이 키운 곡식들이 자라는 것을 보면 너무 신기하고 남을 도와주기도 해 삶의 보람을 느낀다”며 독거남들의 적극적인 참여를 독려함⁵⁴⁾
- 또 각종 동아리를 결성하고 공연을 하거나 봉사활동에 참여하도록 하여 새로이 사회적 관계망을 형성할 수 있도록 지원하며, 찾아가는 주거복지 상담을 실시하여 주거비를 지원하거나 주거환경을 개선하도록 도움을 주고, 공공임대주택 입주 관련 상담, 절차를 지원함
- 그 밖에 요리교실, 정리수납전문가 과정, 바리스타 과정 등 자격증 과정과 이력서, 자기소개서 작성요령 등 취업 지원을 비롯하여, 총 52개 개별

53) 조선일보(2018.4.19.). [C컷] 중장년 남자의 외로움을 아는가? - 외로우 독거남 돕는 양천구 ‘나비남’ 프로젝트.

54) 강서양천신문(2018.11.27.). [인터뷰]나비남 프로젝트에 참여하고 있는 이범석씨, 우수사업 공유회서 희망텃밭사업 최우수상 수상.

프로그램을 성격에 따라 먹거리지원, 생활교육지원, 치료지원, 주거환경 개선 자원봉사 참여, 사회적 공헌에 대한 독려 등 8개 부문으로 분류하여 지원하고 있음

2. 고시원 프로젝트

- ‘고시원 프로젝트’는 한 지역에서 이루어지는 사업이라기 보다는 중장년 1인가구의 사회적 증진 또는 관계형성을 위한 사업으로 각 지자체별로 시행되는 사업들을 조사하여 검색하였음

3. 송파구 함밥go⁵⁵⁾

- 송파구 ‘함밥go’는 ‘함께 밥먹는 고시원’의 줄임말로 고시원에서 홀로 외롭게 거주 중인 저소득 중장년층을 직접 찾아가 다양한 요리법을 알려주고 함께 밥을 먹는 프로그램임
- 송파구에 위치한 잠실종합사회복지관에서는 지역사회 내 고시원에 거주하는 관계 단절 중장년층을 대상으로 지역사회 내 긍정적 사회관계 형성과 고립주거 거주자의 요리역량 강화 및 관계 형성을 위하여 월 1회 요리 활동을 진행하고 있으며, 지역사회 주민 참여자(활동가) 모임을 통해 공동체를 형성해나가고 있음

[그림 2-3] 함께 밥먹는 go시원⁵⁶⁾



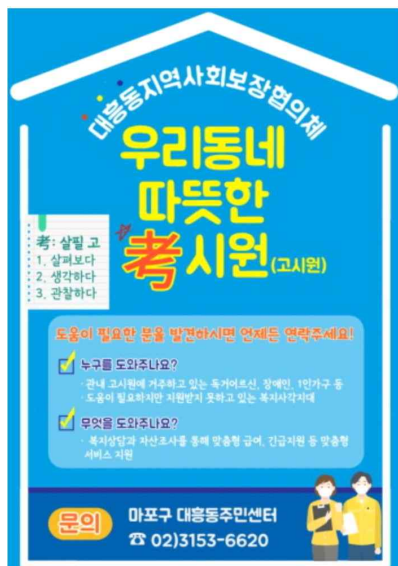
55) 잠실종합사회복지관 홈페이지 참조.

56) 잠실종합사회복지관 페이스북(2019.6.26.) 참조.

4. 마포구 '우리동네 따뜻한 고(考)시원' 사업⁵⁷⁾

- 마포구에서 진행되고 있는 '우리 동네 따뜻한 고(考)시원' 사업은 지역 내 고시원과 긴밀히 협력해 숨어있는 '위기가구'를 선제적으로 발굴하여 지원하는 사업임. 이는 16개 동 지역사회보장협의체를 대상으로 지역단위 복지 문제를 효과적으로 해결하기 위해 구에서 추진하는 '2021 온(溫) 동네를 부탁해' 공모사업의 하나로 대흥동지역사회보장협의체에서 2021년 처음으로 추진한 사업임.
- 우리 동네 파스한 고시원 사업은 고시원장 또는 고시원 총무가 고시원 입실자 중 사회적으로 고립됐거나 위기에 처한 가구를 선제적으로 발굴하는 것이 핵심임. 각 업소에서 이러한 위기가구를 발견해 동주민센터에 의뢰하면, 협의체 위원과 복지플래너의 신속한 방문 상담을 거쳐 주거복지 등을 포함한 맞춤형 복지서비스를 받을 수 있도록 도움. 또한 해당 가구의 주거환경개선을 위해 이불·베개 등의 침구류도 지원하기도 함

[그림 2-4] 우리 동네 따뜻한 고시원⁵⁸⁾



57) 연합뉴스(2021.08.10.). 마포구, 위기가구 찾아내는 '우리 동네 따뜻한 고시원' 시작 참조.

58) 위의 기사 참조.

- 지역 내 고시원의 적극적인 참여가 중요한 만큼, 대흥동지역사회보장협의체 위원들이 고시원을 방문해, 사업 내용을 안내하고 복지 사각지대 발굴을 위한 협조를 부탁함. 구는 추후 워크숍 및 간담회 등을 통해, 고시원장과 고시원 총무가 위기가구를 능동적으로 발굴하고 지원하는 명예 사회복지공무원으로 양성될 수 있도록 한다는 계획임

5. 도봉구 ‘고(孤)-노크’ 사업⁵⁹⁾

- 중장년 1인가구가 가장 취약한 상태가 되기 직전에 머무는 곳, 즉, 삶의 경계선에 있는 공간이 바로 고시원이라는 생각에서 도봉구의 ‘고-노크’사업이 시작됨. 중장년 1인 남성 가구들은 조기 발굴해 관리하지 않으면 정신적으로 피폐해져 개선하기 어려운 상태에서 발견되는 경우가 많기 때문에 이 사업의 목표는 조기에 위기 1인가구를 찾아내 자립할 수 있는 힘을 길러주는 데 있음
- 이 사업의 관계자는 정신건강 문제로 정부 지원을 받고있는 대상자 대부분이 중장년 1인가구로, 이들은 기초생활수급자로 지정되거나 임대주택에 거주하기 직전 3개월 이상을 쪽방이나 고시원, 여인숙, 비닐하우스 등에서 거주한다고 하였음.

“건강이 안좋으니 일을 할 수 없고, 혼자 방 안에서 부정적인 감정을 키워나가죠”

- ‘창동고시원 프로젝트’는 이런 현장의 목소리를 반영한 사업임.
- 처음에는 참여하고자 하는 의지가 없었으나 끈질긴 설득 끝에 동참한 대상자들에게 개인별 욕구조사, 정신건강 실태파악, 대상자별 복지서비스 연계 등을 진행하고 있음. 자살 위험군이었던가 도봉구의 지원을 받아 자립하게 된 주민 2명이 직접 만든 도시락을 2주에 한 번씩 제공하는데, 처음에는 자신의 이야기를 꺼내기 어려워하던 사람들이 점차 주무관들을 반기고 1~2시간씩 이야기를 터놓기 시작했고, 자립 의지를 보이는 사람들도 생겨남

59) 경향신문(2021.09.16.). 위기의 중장년 1인가구를 찾아 ‘뚝뚝’...창동고시원 프로젝트'는 순항할까 참조.

6. 영등포 고봉밥⁶⁰⁾

- ‘고봉밥’은 영등포본동에서 운영하는 사업으로 ‘고시원 남자들이 봉사하는 밥상’의 줄임말임. 고시원에 고립된 중장년 남성들이 집 밖으로 나와 지역사회에 봉사하면서 이웃과 함께 세상을 정답고 활기차게 살아가는 자조모임이며, 영등포구가 고시원에 혼자 사는 중장년 남성의 사회적 관계망 형성과 고독사 예방을 위해 ‘고-봉-밥’ 자조모임 사업을 운영함
- 영등포본동은 지역 특성상 고시원, 다세대 등 거주 취약계층 밀집 지역으로, 소외계층과 1인가구 비율이 높은 지역임. 고시원에 거주하는 1인가구는 대부분이 중장년 남성으로, 이들은 사업 실패와 이혼 등 가족과의 단절로 상처받아 사회적으로 고립되는 경우가 많아 영등포본동은 증가하는 중장년 남성 1인가구의 고독사를 막기 위해 ‘고봉밥’ 자조모임을 결성하게 됨. 이를 통해 사회적 관계를 형성하고 지역사회 구성원으로서 자존감을 회복할 수 있도록 돕고 있음
- ‘고봉밥’의 주요 활동은 함께 텃밭 가꾸기, 직접 수확한 농산물로 밥상을 차리는 ‘함께 나눔 밥상’, 밑반찬 ‘함께 나눔 봉사’, 저소득층 대상 ‘김장 나누기’, 함께 생일잔치, 영화관람 ‘함께 문화 활동’ 등임.
- ‘고봉밥’은 사회적으로 고립된 고시원 거주 남성들이 자조모임 활동을 통해 사회적 관계망을 구축하고 함께 봉사활동을 하는 것 자체로 큰 의미가 있으며, 봉사활동을 통해 소외되고 어려운 이웃을 돕는다는 자긍심을 갖게 하는 계기가 됨.
- 결과적으로는 ‘고봉밥’은 단순한 자조모임이 아닌 한 사람이 지역사회의 일원으로 다시 설 수 있도록 지원하며, 사회적으로 고립된 1인가구 발굴을 통해 복지사각지대를 없애고 나아가서 고독사를 예방하는 효과를 기대할 수 있음

60) 영등포구청 페이스북(2019.07.21.) 참조.

[그림 2-5] 고봉밥 텃밭가꾸기⁶¹⁾



61) 영등포구청 페이스북(2019.07.21.) 참조

제3장 결론 및 시사점

제1절 결론

- 중장년 1인가구가 증가하고 그로 인한 중장년의 고독사 위험이 극대화되고 있는 현시점에서 사회적 관계망마저 OECD국가 중 최하위에 처해있는 우리나라에서 중장년이 혼자 살아간다는 것은 다른 선택을 할 수도, 또 벗어날 방법을 쉽게 구할 수도 없는 상황에서 어렵게 내리는 결정일 것이라 생각됨
- 나이 먹고, 의지할 수 있는 친척이나 친구가 없고, 낱알이 몸은 쇠약해지고, 미래에 대한 희망도 없이 하루하루 버텨가던 외로운 한 사람에게, 친구가 되어주고, 공감해주고, 함께 먹고, 조언을 해주는 누군가가 생긴다면 그것만큼 삶의 활력소가 되는 것은 없을 것임. 그렇게 사회적 관계망을 형성해 나가고 그것을 통해 세상으로 나올 힘을 얻어 또다시 누군가의 멘토가 되어준다면 더할 나위 없는 보람 있는 인생이 될 수 있을 것임
- 연구를 위해서 1인가구, 고독사, 중장년, 사회적 고립, 사회적 관계망 형성, 멘토링 등에 관한 선행 연구들을 고찰, 중장년 남성 1인가구가 느끼는 사회적 고립감을 살펴보고, 자의로든 타인에 의해서든 이를 극복하고 사회적 관계망을 넓혀가면서 또 다른 외로운 중장년 남성의 사회적 고립에서 벗어나도록 지원할 수 있도록 성장해가는 과정을 파악해보았음
- 중장년 1인가구는 구성사유가 자발적이라기보다는 이혼, 별거, 사별, 기러기아빠, 그 밖의 경제적인 이유로 인한 결혼 지연 등 복합적인 삶에 의해 이루어지며, 연령 특성상 1인가구를 탈피할 가능성이 낮아 독거노인 가구로 이어질 확률도 높음
- 빠르게 증가하는 계층임에도 불구하고 각종 세제, 사회보장 등 사회지원 서비스로부터 소외될 가능성이 높아, 비 1인가구에 비해 삶의 질이 떨어질 확률도 높음

- 사회관계의 빈도수와 삶의 만족도의 연관관계를 연구한 이정훈, 이희연(2016)의 연구⁶²⁾ 결과에서 보듯이, ‘나비남’ 또는 ‘고시원’ 프로젝트와 같은 사회적 관계망 확장을 위한 지원만으로도 중장년 1인가구의 고독사 확률은 감소할 수 있을 것으로 보임
- 사회적 관계망 확장이 중장년 1인가구 고독사의 해결책이라고 볼 수는 없음. 최근 고독사 관련 연구에서 고독사로 보이는 사례를 살펴보니 남성이 85%, 연령대는 40~64세 중장년층이 69.1%, 대부분이 사회·경제적으로 매우 취약한 1인가구인 것으로 나타남.⁶³⁾ 이 연구에 나타난 바와 같이 경제적 문제도 무시할 수 없는 문제임. 명예퇴직, 정리해고 등 중장년의 고용불안, 일을 하더라도 정규직의 비율이 낮은 연령대로 추후 빈곤에 빠질 확률이 낮은 것도 고독사의 중대한 원인으로 나타남
- 뿐만아니라 불규칙적 식습관으로 인한 건강 악화와 체력 저하, 열악한 주거환경, 그로 인한 정서적 불안정 등 다양한 원인으로 인해 중장년 1인가구의 고독사 확률은 높을 수밖에 없어 보임
- 그럼에도 불구하고 사회적 관계망 확장에 초점을 두는 이유는 사회적 고립과 빈곤이 고독사의 핵심 요인이라고 한 변미리(2016)의 연구에 근거함. 고독사 사례에서 많이 나타나는 질병, 열악한 주거 환경, 빈곤, 외부와의 단절과 같은 특성들은 고독사로 드러나기 전에 이들이 얼마나 외롭고 열악한 여건 속에서 살아왔는지 보여주고 있음
- 물고기를 주기보다 낚시하는 법을 가르치는 유대교의 가르침처럼 고독사로 연결되는 주된 요인인 ‘사회적 고립’을 우선적으로 해결해 사회적 관계를 형성하고 새로운 자신을 개척해가는 모습을 보고자 함임
- 앞에서 언급한 각 지자체에서 진행한 두 프로젝트를 통해 사회적 고립에서 벗어나는 것뿐만 아니라 자신의 경험을 공유하고 지지해줄 수 있는 멘토로서의 역할까지 수행하면서, 혹은 더 어려운 이웃에 대한 봉사활동을 통해 획득할 수 있는 자긍심으로 인해, 이러한 사회적 경험이 또 다른 대상자들의 사회적 고립을 해결할 수 있는 나비효과를 일으키게 되고, 사회의 일원으로서의 또 다른 새로운 날갯짓에 더욱 힘을 실어줄 수 있음이

62) 이정훈·이희연(2016). 도시·농촌 노인의 주관적 건강수준에 영향을 미치는 요인에 대한 비교 한국지역지리학회지, 2(3), pp.53-565.

63) 최현수·송인주·이재정·천미경·전지수(2019). 고독사 위험집단 데이터 분석 기반 예방 및 발굴 지원방안 연구. 세종: 한국보건사회연구원.

나타남

- 참여 의사가 없는 1인가구를 꾸준한 설득과 지원으로 사회로 나올 수 있도록 한 지자체의 노력은 그들의 변화와 그 경험의 확장을, 더 나아가 고독사 예방 효과를 볼 수 있음
- 궁극적인 고독사 문제의 해결을 위해서는 앞에서 언급한 사례들이 단순 성공사례가 아닌 더 많은 지자체, 혹은 전 국가적으로 확대되어야 하는 사업의 일종임
- 기본적으로 필요한 부분이라고는 하지만 요리, 함께 밥먹기, 텃밭 가꾸기 등이 대부분의 중장년 1인가구 대상 사업에서 중복적으로 시행되고 있어 양천구의 나비남 영화제와 같은 각 지자체 혹은 단체별 특색있는 사업의 개발이 요구됨
- 새롭고 더 다양한 사업이, 더 많은 지역에서 시행되고, 더 많은 중장년 1인가구가 고립의 상태에서 벗어나기 위해서는 중장년 1인가구에 대한 꾸준한 관심과 연구가 수행되어야 할 것임
- 이를 위해서는 재단, 지자체, 기관의 역할과 지원도 중요하지만, 정부차원에서의 종합적 대책 마련과, 민간기업, 자원봉사 단체 등 사회의 참여, 주변 지역의 개개인의 관심과 협력 등 우리 사회 전반에 걸친 과제라 할 수 있음

제2절 시사점

- 중장년 1인가구에 대한 연구가 미흡하기에 우선은 ‘혼자 사는 삶’에 대한 이해가 우선이 되어야 할 것임. 1인가구는 독거노인, 고독사에 주된 요인이 될 수 있기에 중장년 남성 1인가구를 대상으로 하는 깊이 있는 연구가 필요함
- 본 연구는 중장년 남성 1인가구의 생활 방식 및 행동특성, 사회적 관계망 등을 심층적으로 분석해 향후 1인가구, 독거노인, 고독사 예방을 위한 정책 마련과 과제해결을 위한 기초자료로 활용할 수 있을 것임
- 또한 혼자 사는 중장년 남성의 사회적 고립과 관계망 형성 등을 선행연구를 활용해 분석하였고, 그 내용을 토대로 중장년 남성 1인가구의 ‘사회적 고립 극복과 관계망 확장’의 맥락을 살펴보았음

- 연구 과정에서 일어나는 멘토링을 통한 학습경험, 그 경험의 확장, 궁극적으로 그 확장성을 통한 고독사 예방으로 연결될 수 있는 가능성에 대한 총체적 이해에 도움을 줄 수 있을 것임
- 중장년기 1인가구는 독거노인으로 발전될 가능성이 높기에, 이 시기에 활용될 수 있는 인적 자원을 탐색, 활용함으로써 사전에 독거노인과 관련된 심각한 문제들을 차단할 수 있는 사회적 기반을 제공할 것으로 기대함
- 중장년 1인가구는 각종 복지혜택의 사각지대에 있어 사회·경제적으로 빈곤할 수밖에 없는 상황에 놓여있는 경우가 많이 나타남. 정부 차원의 중장년 1인가구 지원방안이 마련되고는 있으나 아직은 미비하다고 볼 수 있음
- 본 연구와 같은 중장년 1인가구 사회적 관계망 확장을 위한 연구가 지속적으로 이루어지고, 국내외 관련 사례에 대한 연구 분석, 이를 반영한 정책적 지원이 이루어진다면 중장년 1인가구가 빈곤한 독거노인으로 발전하거나, 고독하게 세상을 등지는 안타까운 상황은 점차 감소할 것이라 기대함

참고문헌

■ 단행본

- 강소량·조규형·이서연·김민주·강시은. (2019). 서울시 50+세대 실태조사: 직업이력 및 경제활동. 서울: 서울시50플러스재단.
- 강신욱·김안나. (2005). 사회적 배제의 지표개발 및 적용방안 연구. 세종: 한국보건사회연구원.
- 김희삼. (2017). 사회적 자본에 대한 교육의 역할과 정책방향. 세종: 한국개발연구원.
- 남경아. (2017). 50플러스세대. 서울: 서울연구원.
- 박미선·이재춘. (2018). 1인가구 증가에 따른 주택정책 대응 방안. 국토정책Brief.
- 박미선·조윤자. (2020). 연령대별·성별 1인가구 증가 양상과 주거특성에 따른 정책 대응방향. 국토정책Brief.
- 박재윤·이정미. (2010). 미래 교육비전 연구. 서울: 한국교육개발원.
- 변미리·신상영·조권중. (2008). 서울의 1인가구 증가와 도시정책 수요연구. 서울: 서울시정개발연구원.
- 송민혜·한준섭·경정아. (2020). 서울시 중장년 1인가구 실태 및 지원정책. 서울: 서울시50플러스재단.
- 송인주·고선규·박선영. (2018). 고독사 위험 고립가구 특성과 지원모형 연구. 서울: 서울시복지재단.
- 유기웅·정종원·김영석·김한별. (2018). 질적 연구방법의 이해(개정판). 서울: 박영스토리.
- 이민홍·전용호·김영선·강은나. (2015). 1인가구 증가에 따른 신사회적 위험 대응전략. 세종: 보건복지부.
- 전가일. (2021). 질적연구, 계획에서 글쓰기까지. 질적연구자를 위한 58문 58답. 서울: 학이시습.
- 정민승. (2010). 성인학습의 이해. 서울: (사)한국방송통신대학교출판부.
- 정성호. (2006). 중장년의 사회학. 파주: 살림.
- 진미정·이순형·김창대. (2009). 탈북인의 사회적 관계망과 사회적 자본. 서울: 학지사.

- 차현숙·강현철·장원규·류지성·오주현·임주왕. (2020). 고독사 예방 및 관리에 관한 법률 하위법령 수립지원 연구. 보건복지부.
- 최의수. (2019). 사회복지조사론. 파주: 정민사.
- 최현수·송인주·이재정·천미경·전지수. (2019). 고독사 위험집단 데이터 분석 기반 예방 및 발굴 지원방안 연구. 세종: 한국보건사회연구원.
- 통계청. (2019). 2019년 인구주택총조사 결과
한국노총중앙연구원. (2002). 중장년층 실업자의 재취업촉진방안. 세종: 고용노동부.
- 한승희. (2006). 포스트모던 시대의 평생교육학. 파주: 집문당.
- Engeström, Y. (2009). Expansive learning: Toward an activity- theoretical reconceptualization. In K, Illeris(ed.), Contemporary theories of learning. Routledge, Taylor & Francis Group.
- John H., Richard L., Jeffrey D. Sachs, Jan E. De Neve, Lara A., Haifang H. Shun W. & Sharon P. (2020). World Happiness Report. Sustainable Development Solutions Network, UN.
- Klinenberg, E. (2013). 고잉 솔로: 싱글턴이 온다. 안진이 역. 서울: 더퀘스트.
- OECD. (2020). How's Life? 2020, Measuring Well-being.
- Sawchuk, P. H. (2003). Adult learning and technology in working -class life. New York, NY: Cambridge University Press.
- Taylor, R. J., Taylor, H. O., Nguyen, A. W. & Chaters, L. M.(2020). Social Isolation from Family and Friends and Mental Health among African Americans and Black Caribbeans. American Journal of Orthopsychiatry, Advance Online Publication, <https://doi.org/10.1037/ort0048>.

■ 논문

- 강영웅. (2020). 사회적 관계 요인이 주민 삶의 만족도에 미치는 영향: 세대별 비교를 중심으로. 사회적경제와 정책연구, 10권 제4호, pp.65-100.
- 고아라·정규형·신보경. (2018). 중장년 1인가구의 사회·경제적 박탈이 우울에 미치는 영향에 관한 중단 연구: 다인 가구와의 비교를 중심으로. 한국가족복지학, 59, pp.55-79.

- 고은정. (2018). 근린의 물리적 환경과 사회적 다양성, 사회자본의 상관관계 분석. 서울도시연구, 19(2), pp.73-86.
- 권인탁. (2008). 문화역사적 활동이론(Cultural-Historical Activity Theory)을 활용한 평생학습도시의 발전전략. 평생교육학연구, 14(2), pp.1-29.
- 권중선. (2019). 중노년 1인가구의 건강관련 삶의 질 영향요인. 국제문화기술진흥원, 5(1), pp.153-167.
- 권혁철·김형용. (2017). 홀로 살아야 행복한, 중장년 남성의 삶-4050세대 1인 남성 가구의 사회적 관계와 주관적 행복감을 중심으로. 사회과학연구, 24(3), pp.267-290.
- 금재호. (2011). 중장년층의 고용불안과 정년연장. 노동리뷰, 1, pp.61-75.
- 김경년. (2020). 복지국가 제도의 해석과 성인의 학습 참여. 교육학연구, 58(3), pp.1-25.
- 김경미. (2012). 여성결혼이민자의 사회연결망과 한국생활 만족도: 중국, 베트남, 일본 출신을 중심으로. 한국인구학, 35(2), pp.185-208.
- 김경희. (2011). 지식사회에서의 평생학습이론의 지향점: 엥게스트롬의 확장학습이론 (Expansive Learning Theory)을 중심으로. 평생교육학연구, 17(4), pp.293-321.
- 김나미·김효원·박완성. (2014). 학사경고 대학생을 위한 회복탄력성 프로그램과 동료 멘토링의 효과. 열린교육연구, 2(1), pp.391-412.
- 김두섭·박경숙·이세용. (2000). 중장년층과 부모의 세대관계와 중장년층의 노후부양관. 한국인구학, 23(1), pp.55-89.
- 김미숙·김안나. (2020). 1인가구의 세대별 삶의 만족도 영향요인 비교 연구. 한국학교·지역보건교육학회지, 21(1), pp.15-21.
- 김미호·문재우. (2013). 노인의 가족관계와 사회적 관계가 우울과 자살생각에 미치는 영향. 한국케어매니지먼트연구, 10, pp.1-26.
- 김보은. (2017). 노인의 사회적 연결망, 죽음불안, 주관적 건강상태 간의 관계. Health & Nursing, 29(2), pp.73-80
- 김아란·강은지·김보은·이성은·최승원. (2020). 노인의 사회연결망 크기와 고독감 간의 사회적 상호작용의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 25(2), pp.379-392.
- 김연옥. (2016). 1인가구 시대의 도래: 특성과 생활실태. 한국가족복지학, 52(0),

pp.139-166.

- 김영석. (2017). 확장학습을 통한 노인 자원봉사의 활동체제 이해. 평생교육·HRD연구, 13(1), pp.23-53.
- 김은경·김경희. (2018). 앱 세대의 사회적 관계와 행복: 사회적 연결망의 규모와 유형 효과. 한국청소년연구, 29(3), pp.275-301.
- 김주현·송민경·이현주. (2010). 기러기아빠의 분지가족 결정과 유지경험에 관한 연구. 사회복지연구, 41(4), pp.107-133.
- 김지연·정소연. (2013). 멘티와 멘토가 지각하는 교차연령 또래멘토링 효과성 및 관련 요인. 청소년학연구, 20(2), pp.23-24.
- 김태종. (2019). 군 장병의 학습 멘토링 경험에 관한 탐색적 연구: 공군 학습봉사 동아리 '다문화 멘토링' 사례를 중심으로. 안보군사학연구, 16, pp.27-60
- 김현성·이기영·김강민·이교창·안중형·황재진. (2019). 중장년층 1인가구의 사회적 관계망 및 여가생활이 주관적 건강상태에 미치는 영향. 여가학연구, 17(1), pp. 73-94.
- 김현정·고수연·정희원·이지선·임지영. (2009). 고령은퇴남성의 삶의 만족도 영향요인에 관한 연구. 한국사회복지조사연구, 21, pp.253-280.
- 김현화. (2019). 1인가구 중장년 비혼여성의 관계적 경험에 대한 현상학 연구. 박사학위논문. 연세대학교 대학원.
- 김형수. (2002). 한국노인의 자살생각과 관련요인 연구, 한국노년학, 22(1), pp.159-172.
- 김혜원. (2011). 집단따돌림과 집단괴롭힘에 따른 남녀 청소년들의 심리적 건강, 학교 인식 및학교적응에 대한 구조분석. 청소년복지연구, 13(2), pp.173-198.
- 김희경·이현주·박순미. (2010). 여성독거노인의 삶의 질 영향요인. 한국노년학, 30(2), pp.279-292.
- 박선희·박병현. (2012). 근린지역 특성이 사회적 자본에 미치는 영향. 사회복지정책, 39(2), pp.85-123.
- 박선희·최영화. (2020). 중장년 남성 고독사 고위험군의 사회적 고립에 대한 탐색적 사례연구: 긴급복지지원 대상자들을 중심으로. 비판사회정책, 68, pp.45-78.
- 박지영·장원섭. (2011). 일터에서의 지식창출활동에 관한 질적 사례 연구: 활동이론을 통한 P사 S팀의 사례 분석. Andragogy Today, 14(4), pp.119-150.

- 박진영. (2016). 사회적 고립이 자살생각에 미치는 영향에서 자살하지 않는 이유의 조절효과 : 고등학생을 대상으로. *학교사회복지*, 36, pp.1-22.
- 박현춘·홍진혁·최민재·권영대·김진석·노진원. (2014). 중·노년기 은퇴자의 은퇴 전후의 사회적 관계망 변화. *한국콘텐츠학회논문지*, 14(12), pp.753-763.
- 손신영. (2009). 여성노인의 건강관련 삶의 질에 미치는 영향요인. *여성건강간호학회지*, (15)2, pp.99-107.
- 송미희·전현중. (2015). 집단음악치료 프로그램이 시설 거주 노인의 사회적 고립감 감소에 미치는 효과. *통합심신치유연구*, 2(1), pp.90-10.
- 심영. (2002). 독신가구의 경제생활에 대한 탐색적 연구. *한국가정관리학회지*, 20(6), pp.197-208.
- 엄태완. (2007). “노인 자살생각에 대한 무망감과 우울증 관련요인 연구”, *한국사회복지학회 학술대회 자료집*, pp.623-329.
- 여종일. (2019) 유아기 자녀 어머니의 우울증상, 가족관계, 사회적 지지 및 양육행동의 관계. *한국영유아보육학*, 116, pp.65-90.
- 염유식·성기호. (2016). Self-rated Health and Global Network Position: Results From the Older Adult Population of a Korean Rural Village. *Annals of geriatric medicine and research*, 20(3), pp.149-159.
- 오윤주. (2019). 엥게스트롬의 확장학습 개념을 바탕으로 한 국어 수업 연구—고등학교 <고전 읽기> 교과에서 ‘유토피아 프로젝트’ 수업 사례를 중심으로. *국어교육학연구*, 54(4), pp.137-170.
- 오현옥. (2020). 필라테스 참여노인의 사회적 연결망과 사회적 고립감 및 삶의 질의 관계. *한국사회체육학회지*, 82, pp.387-396.
- 유은주·김미영·이진경. (2013). 농촌 공동생활가정 거주 노인의 공동생활체 경험 연구. *노인복지연구*, 62, pp.151-172.
- 윤종찬·한상훈·박명신. (2016). 성인의 평생학습 참여동기와 만족도 및 학습성과가 사회적 자본 형성에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 17(2), pp.579-589.
- 윤창국·박상욱. (2012). 문화역사적 활동이론의 이론적 발전과 평생교육연구에 주는 시사점. *평생교육학연구*, 18(3). pp.113-139.
- 이려정·정병웅. (2020). 지각된 외로움과 일상적 SNS활동, 사회적 고립감 간 관계

- 연구. 관광연구논총, 32(1), pp.3-24.
- 이명진·최유성·이상수. (2014). 1인가구의 현황과 사회적 함의에 관한 탐색적 연구. 사회과학연구. 사회과학연구, 27(1), pp.29-253.
- 이묘숙. (2012). 노인의 사회참여활동은 사회적 고립과 자살 생각 간의 관계를 매개하는가?. 정신건강과 사회복지, 40(3), pp. 231-259.
- 이병호. (2014). 중장년층 1인가구의 사회활동 참여: 다인가구와의 비교. 보건사회연구, 34(3), pp.348-373.
- 이상명. (2016). 고독사에 대한 법적 고찰-노인 고독사에 대한 법사회학적 논의를 중심으로. 법과정책연구, 16(4), pp. 59-88 .
- 이상수. (2017). 교사실천공동체 성장 과정에 나타난 확장학습 경험에 관한 사례연구. 평생학습사회, 13(1), pp.25-48.
- 이상철. (2017). 농촌 노인의 사회적 고립이 치매에 미치는 영향: 전기노인과 후기노인 비교 분석. 사회복지연구, 48(2), pp.143-171.
- 이상철. (2018). 노년기 연령집단별 객관적·주관적 사회적 고립과 대인관계갈등 유형이 인지기능에 미치는 영향. 한국노년학, 38(4), pp.811-835.
- 이상철·조준영. (2017) 다차원적 사회적 고립이 신체적·정신적 건강에 미치는 효과: 연령집단의 상호작용효과 분석. 한국사회정책, 24(2), pp.61-86.
- 이성림·김기욱. (2009). 우리나라 독신가구의 여가활동 소비지출패턴에 관한 연구. 소비문화연구, 12(3), pp.105-123.
- 이여봉. (2017). 1인가구의 현황과 정책과제. 보건복지포럼, 252, 한국보건사회연구원, pp.64-77.
- 이정훈·이희연. (2016). 도시-농촌 노인의 주관적 건강수준에 영향을 미치는 요인에 대한 비교. 한국지역지리학회지, 2(3), pp.53-565.
- 임재문·김성섭. (2009). 멘토링 운영 유형에 따른 호텔직원의 멘토링 기능에 대한 인식 비교. 호텔관광연구, 32(1), pp.291-303.
- 장은정. (2016). 중장년남성 1인가구주의 사회자본 형성과정 경험에 관한 연구. 가족과 문화, 27(3), pp.67-100.
- 정진성·김영식. (2014). 신체활동에 참여하는 노인들의 사회지원이 사회적 고립감과 행복감에 미치는 영향. 한국체육학회지, 53(3), pp.525-533.
- 조예지. (2015). 사회·경제적 지위가 사회적 관계 및 고립에 미치는 영향. 석사학위논문, 고려대학교.

- 조혜민·이수기. (2016). 근린환경특성과 주민의 보행활동이 사회적 자본의 형성에 미치는 영향 분석: 서울시 4개 자치구를 중심으로. 국토계획, 51(6), pp.59-77.
- 차혜경·기영화. (2019). 고령자의 온라인공동체 활동에 나타난 확장학습 경험에 관한 연구. 교육문화연구, 25(1), pp.291-315.
- 채수진·송효석. (2019). 암 생존자의 동료 멘토링 활성화를 위한 탐색적 연구. 비판사회정책, 65, pp.121-168.
- 최권호·김민하·송효석. (2016). 동료 멘토링을 제공한 위암 생존자의 경험. 사회복지연구, 47(2), pp.89-114.
- 최근정. (2019). 성인들의 '대학 밖 대학' 배움 활동 해석 : 들뢰즈의 '노마드'와 '배치' 개념 중심으로. 박사학위논문, 아주대학교 대학원.
- 최명화·최수일. (2012). 근로자의 개인적·직업적 특성과 노후준비와의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 12(6), pp.249-264.
- 최선미. (2017). 노인의 네트워크 형성에 영향을 주는 요인 분석: 소득수준과 접근성을 중심으로. 정부학연구, 23(3), pp.259-294.
- 최성수·이가람·이성민. (2008). 사회적 연결망과 은퇴 경험이 한국 중고령자의 건강에 미치는 영향. 한국노년학, 28(2), pp.291-307.
- 최송식·박현숙. (2009). 노인의 고독감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 한국노년학회, 29(4), pp.127-1293.
- 최정민·박영미. (2012). 미혼 직장여성의 네트워크거주 실태분석. 국토연구, 73, pp.63-82.
- 최현영·이동혁. (2016). '홀로 있음'에서 고독과 외로움간의 차이탐색. 청소년학연구, 23(12), pp.77-103.
- 한경혜·김주현·김경민. (2003). 중장년기 남녀의 사회적 관계망과 정신건강. 한국노년학회, 23(2), pp.15-170.
- 한경혜·이정화·옥선화·Ryff, C. M. (2002). 중장년기 남녀의 사회적 역할과 정신건강. 한국노년학, 22(2), pp.209-225.
- 허예라·김 선·이금호. (2013). 우리에게는 어떠한 멘토링이 필요한가? 의과대학생을 위한 멘토링 프로그램의 연구동향 고찰. Korean Journal of Medical Education, 25(1), pp.5-13.
- Engeström, Y. (2001). Expansive learning at work: Toward an activity

theoretical reconceptualization. *Journal of Education and Work*, 14(1), pp.133-156.

Johnson, S. K., Geroy, G. D., Griego, O. V.(1999). The mentoring model theory: dimension in mentoring protocols. *Career Development International*, 4(7), pp.384-391.

Johnston, M. W., Eklund, S. J.(1984). Life-Adjustment of the Never - Married :Review with Implications for Counseling. *Journal of Counseling & Development*. 63(4).

Kram, K. E.(1983). Phase of the mentoring relationship. *Academy of Management Review*, 26, pp.608-625.

Presman, S. D., & Cohen, S. (205). Does positve afect influence health? *psychological buletin*, 131(6), pp.925-971.

■ 기타

강서양천신문(2018.11.27). [인터뷰]나비남 프로젝트에 참여하고 있는 이범석씨, 우수사업 공유회사 희망잇발사업 최우수상 수상. http://gynews.net/index.do?menu_id=00000293&menu_link=/front/news/icmsNews/view.do&articleId=25628

경향신문(2021.9.16). 위기의 중장년 1인가구를 찾아 '똑똑'...'창동고시원 프로젝트'는 순항할까 <https://m.khan.co.kr/national/national-general/article/202109161607001#c2b>

연합뉴스(2021.8.10). 마포구, 위기가구 찾아내는 '우리 동네 따뜻한 고시원' 시작 <https://www.yna.co.kr/view/RPR20210810001100353>

조선일보(2018.4.19). [C컷] 중장년 남자의 외로움을 아는가? - 외로우 독거남 돕는 양천구 '나비남' 프로젝트. https://www.chosun.com/site/data/html_dir/2018/04/19/2018041902027.html

통계청 보도자료(2018.09.28). 인구주택총조사에 나타난 1인가구의 현황 및 특성. 조사관리국 인구총조사과.

참고사이트

명랑캠페인 블로그. (2019.9.9). [나비남 영화제] 3번째, 감동과 기쁨! <https://m.blog.naver.com/merrycamp/221643464982>.

영등포구청 페이스북. (2019.7.21.). 우리마을을 소개합니다._영등포본동. <https://www.facebook.com/HappyYDP/posts/2725081380838487>

잠실종합사회복지관. <http://www.jamsilswc.or.kr/sub-service/single.php>

잠실종합사회복지관 페이스북. (2019.6.26.). https://www.facebook.com/jamsilswc/posts/2253654141-350926/?_rdr.

서울시50플러스재단 당사자연구 이슈페이퍼 보고서 50+세대와 1인가구 ①

발행일	2021년 11월
발행인	문혜정
편집인	황윤주
책임자	권현진
연구자	송지선 · 김정아
발행처	서울시50플러스재단 서울시 마포구 백범로31길 21, 서울복지타운 3층 02)460-5050(대)

이 책의 저작권은 서울시50플러스재단에 있습니다.
무단 전재와 무단 복제를 금합니다.

* 이 연구는 서울시50플러스재단의 '2021년 50+당사자연구 공모사업'을 통해 지원받아 수행되었으며, 보고서의 내용을 대외적으로 발표하거나 인용할 시에는 서울시50플러스재단에서 시행한 '2021년 50+당사자연구 공모사업'의 결과임을 밝혀야 합니다.

** 이 보고서의 내용은 연구진의 견해로 서울시50플러스재단의 의견과 다를 수도 있습니다.

- 1 서울시 50+보람일자리사업의 경제적 가치 평가모형 개발
- 2 50+세대의 부모 돌봄 경험 연구
- 3 중장년 퇴사 후 노동시장 재진입 Soft Landing 사례연구
- 동일기업 사무직 군 중장년 퇴직자 대상
- 4 창업시장에서 50+세대의 멘토와 밀레니얼 세대 멘티와의
갈등해소방안 연구
- 5 희망돌보미 사업 참여자가 느낀 일의 가치와 일상생활의 변화
- 6 50+세대의 가구형태 변화가 삶의 만족도에 미치는 영향:
다인가구에서 1인가구로의 변화를 중심으로
- 7 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성 지원 방안
- 8 중고령자 1인가구 삶의 만족도 변화 및 영향요인 분석
중고령자 다인가구와 비교 분석
- 9 1인가구 특성 분석에 따른 중장년 고독사 해법방안
- 10 중장년의 일의 의미 유형과 삶의 질의 관계
- 11 포스트 코로나, New normal을 준비하다
50+패널데이터 구축 제안
- 12 포스트 코로나 시대 중장년의 비대면 교육 경험을 통한
변화와 사회참여 역할의 실천과제

