JESK J Ergon Soc Korea 2024; 43(6): 535-547
https://dx.doi.org/10.5143/JESK.2024.43.6.535
https://jesk.or.kr eISSN:2093-8462

Strategic Suggestions for Developing Well-dying Content and Programs based on the Analysis of Middle-aged and Elderly's Perceptions and Evaluation of Well-dying

Hyunji Youk, Jinho Yim

Kookmin University, Graduate School of Technology Design, Department of Smart Experience Design, Seoul, 02707

중년 및 노년층의 웰다잉 인식과 평가 분석을 통한 웰다잉 콘텐츠 및 프로그램 개발 전략 제안

육현지, 임진호

국민대학교 테크노디자인전문대학원 스마트경험디자인학과

Corresponding Author
Jinho Yim
Kookmin University, Graduate School of Technology Design, Department of Smart Experience Design, Seoul, 02707
Email : hci.yim@kookmin.ac.kr

Received : October 30, 2024
Accepted : November 29, 2024

Copyright@2024 by Ergonomics Society of Korea. All right reserved.

Objective: This study aims to analyze the relationship between perceptions of a good death and readiness for well-dying among middle-aged and elderly populations. By doing so, it seeks to provide foundational data for designing content and programs that support effective well-dying experiences for these age groups, ultimately proposing design solutions to improve the quality of well-dying experiences.

Background: As South Korea enters a super-aged society, there is an increasing need for awareness and preparation regarding well-dying. However, compared to other advanced countries, Korea's support systems for improving the quality of life for the elderly remain insufficient. In light of the growing elderly population, it is crucial to develop diverse well-dying programs to promote and support well-dying experiences.

Method: This study used a questionnaire to analyze good death type and readiness for well-dying of 50 middle-aged (ages 40~64) and elderly (ages 65+). The questionnaire was conducted based on previously studied definitions of good death type and well-dying assessment tools. After collecting responses to the questionnaire, an analysis was conducted to determine the differences type. Then, according to the types, in-depth interviews were conducted to identify the participants' needs and expectations for well-dying. Based on these findings, we proposed a service strategy to promote well-dying in middle-aged and elderly people.

Results: As a result of the analysis, the degree of well-dying preparation and attitude differed according to age and good death type. In particular, unlike previous studies, the new types of good death was derived and defined in the middle-aged and the elderly, and based on this, the well-dying values and preparations of the age group were analyzed in more detail. The study proposed a strategy for each type by visualizing the difference between the well-dying values and the degree of preparation according to each type based on the average score of each age group. In addition, we designed a customized well-being strategy flowchart that local communities and related organizations can practically use to support the systematic and effective operation of content provision.

Conclusion: This study proposes a strategy based on visual assessment that accurately informs areas where users may lack well-being preparation. By emphasizing these areas, we can develop a well-dying program tailored to the characteristics of each user's type, thereby contributing to the improvement of individual well-dying awareness and the creation of an environment to prepare for well-dying. This will improve the quality of life for middle-aged and elderly people in an aging society.

Application: The findings are expected to contribute to the development of well-dying programs and content that enhance the quality of life for middle-aged and elderly.

Keywords: Well-dying, Death, Aging society, Elderly, Quality of life

1. Introduction

과학 기술과 의료 기술의 발전으로 인간 수명이 연장됨에 따라 노인 인구가 지속해서 증가하고 있는 추세이다. 우리나라의 경우 다른 선진국에 비해 급속도로 고령화가 진행되고 있으며, 2024년 기준 65세 이상 노인 인구는 우리나라 전체 인구의 19.2%인 993만 8천명으로 집계되었다. 25년에는 노인 인구가 20%를 넘어서면서 초고령 사회로 진입을 하게 되고, 2036년엔 30%, 2050년엔 40%를 넘어설 것으로 예상된다(Statistics Korea, 2024).

이처럼 현대 노인의 수명이 늘어나는 상황에서 사회적 및 복지적 지원은 필수적이다. 이 가운데 지역사회를 중심으로 죽음까지 관리하는 웰다잉의 개념이 대두되고 있다(Kim, 2016). 웰다잉은 아름답고 품위 있게 인생을 마무리하고 죽음을 맞이하는 것을 뜻한다. 어떤 사람의 마지막 모습이 결코 행복하지 못하다면, 그는 행복한 삶을 살았다고 할 수 없다(Cho, 2016). 웰다잉의 개념은 노후에 대한 계획과 사전 준비의 중요성을 생각하게 되며 초고령화 사회에 그 의미가 더 커지고 있다. 노인은 생의 마지막 순간까지 인격적으로 대접받고 싶어 하는 욕구가 존재하며, 이는 인지적 차원에서 죽음을 어떻게 인식하는지에 따라 삶의 태도에 영향을 미치게 되기 때문에 죽음 수용 방법과 죽음의 의미 부여에 따라 인간의 삶의 방식과 태도는 달라질 수 있다(Kim and Oh, 2020). 또한, 죽음에 대한 긍정적 인식은 죽음을 삶의 과정으로 받아들이게 하며, 죽음에 대해 준비할 수 있도록 도와주므로 웰다잉에 대한 인식을 가지는 것은 중요하다(Jung, 2021). Jeong (2021)의 연구에 따르면, 웰다잉 프로그램을 통해 죽음 준비 과정을 겪게 되면서 좋은 죽음에 수용하고 웰다잉 인식이 향상되는 것으로 확인되었다(Jeong, 2021).

미국, 독일, 일본에서는 이미 웰다잉 교육이 제도화되어 국가별로 학교 교육의 정규 과정 안에 포함되어 있으며, 웰다잉 프로그램은 죽음, 장례, 자살, 유가족 등 다양한 구성요소를 다루는 특징이 있다(Jeong, 2013). 최근 우리나라도 고령사회에 진입하면서 죽음에 대해 인식하려는 노력이 늘어나고 있다(Lee et al., 2005). 그럼에도 불구하고, 노인 삶의 질 향상을 위한 사회적 준비는 타 선진국에 미흡한 실정으로 급격한 인구 고령화에 대한 대비가 부족하다(Shim, 2015).

따라서 고령 인구 증가 상황 속 웰다잉 증진을 위해서는 웰다잉 서비스의 접근성을 높이는 것이 중요한 해결책이 될 수 있다. 특히 웰다잉에 대한 인식을 개선하고, 이를 실천할 수 있는 기회를 제공하는 콘텐츠와 프로그램을 통해 보다 많은 사용자들이 웰다잉을 준비할 수 있도록 해야 한다. 이에 본 연구는 중년층과 노년층의 좋은 죽음 인식 유형과 웰다잉 준비 정도의 관계를 살펴보고 현 상태를 반영하여 중년층과 노년층이 더욱 주체적으로 웰다잉을 준비할 수 있도록 맞춤형 웰다잉 콘텐츠 및 프로그램 전략을 제안하고자 한다.

2. Literature Review

2.1 Understanding well-dying

웰다잉은 편안한 죽음, 좋은 죽음, 행복한 죽음, 품격 높은 죽음과 같은 의미를 지닌다(Jung, 2015). 두려움과 고통 없이 편안히 죽음을 맞이하기 위해서는 죽음 준비에 대한 계획이 있어야 하므로 웰다잉에 관심을 가져야 한다(Song, 2011). Kim (2023)의 연구에 따르면,

해외 주요국들은 웰다잉을 지원하기 위해 지역포괄시스템 구축 및 재택 케어 중심의 서비스를 실현을 위한 다각적인 정책을 추진하고 있다. 또한, 웰다잉 지원 관련 시설 간 연계와 호스피스·완화의료 서비스의 상호 연결 네트워크를 확장하는 노력 등을 기울이고 있다. 반면, 국내는 죽음을 삶의 연속선상에서 파악하기보다는 죽음을 하나의 이벤트로 간주하여 직전과 직후에 필요한 법적 및 제도적 기반을 구축하는 수준에 머무르고 있음에 따라, 좋은 죽음의 준비가 구현될 수 있도록 우리 역시 법적 및 제도적 기반을 점진적으로 확대해 나갈 필요성이 있다. 더불어, 보건·복지 인력 부족, 특히 비수도권의 인력 부족 심화의 문제와 기관 내 의료인력 및 경영진의 웰다잉 지원 서비스에 대한 인식 부족으로 인한 낮은 우선순위 적용 등은 현재 우리 의료계와 돌봄 서비스 분야가 직면하고 있는 가장한 취약한 부분이라고 정리하였다(Kim, 2023).

고령 인구가 증가하고 있는 상황 속에서 웰다잉 증진을 위해서는 웰다잉 서비스의 접근성을 높이는 것이 중요한 해결책이 될 수 있다. 특히 웰다잉에 대한 인식을 개선하고, 이를 실천할 수 있는 기회를 제공하는 콘텐츠와 프로그램을 통해 보다 많은 사용자들이 웰다잉을 준비할 수 있도록 해야 한다. 따라서, 웰다잉 서비스의 접근성을 향상하고, 죽음을 단순한 사건이 아닌 삶의 중요한 부분으로 인식할 수 있도록 제도와 인식의 변화가 이루어져야 한다.

웰다잉에 대한 의식, 무의식적인 인식 및 태도는 각 개인의 일생을 통하여 경험하게 되는 지극히 개인적이고 주관적인 영역에 해당한다(Oh, 2016). 다양한 요인들에 의하여 죽음을 대하는 구체적 방식에는 차이가 크기 때문에 웰다잉이라는 것은 다양한 측면들과 맞물려서 종합적으로 고찰되어야 할 방법론이다(Cho, 2016). 이에 본 연구는, 사용자가 생각하는 좋은 죽음 유형에 따라 웰다잉 준비에 대한 가치관이 상이할 것으로 예측하고 각 유형을 분석하여 보다 많은 사람들이 주체적으로 웰다잉을 준비할 수 있는 환경을 조성하고자 한다. 본 연구가 제시한 시사점은 앞으로의 웰다잉 서비스 확장과 제도 개선을 위한 중요한 기초 자료가 될 수 있을 것이다.

2.2 Survey tool for good death types

Jeong et al. (2018)은 중년(40~64세)과 노년(65세 이상)을 대상으로 좋은 죽음의 유형을 연령층에 따라 34~36개 문항의 설문지를 7점 Likert 척도로 측정하였다. 설문조사 결과, 좋은 죽음의 유형을 중장년층 3가지 유형, 노년층 3가지 유형으로 정의하였고 그 외는 무유형으로 분류하였다. 해당 유형은 (Table 1)과 같다(Jeong et al., 2018). 본 연구는 좋은 죽음의 유형을 분류하기 위해 Jeong et al. (2018)의 연구에서 사용된 설문 문항을 활용하였고, 40~64세를 중년층, 65세 이상을 노년층으로 구분하여 연구를 진행하였다. 또한, 유형의 명칭에 혼선을 예방하기 위해 본 연구에서는 중년-1유형, 중년-2유형, 중년-3유형, 노년-1유형, 노년-2유형, 노년-3유형으로 표기하였다.

Table 1. Definitions of good death types for middle-aged and elderly in existing research

	Middle-aged (ages 40~64)	Elderly (ages 65+)
Type 1	A good death is accepting death calmly.	A good death is facing death without fear.
Type 2	A good death is being remembered as a good person.	A good death is departing before becoming a burden.
Type 3	A good death is a death that I decide on.	No matter how harsh, living in this world is better than death.

2.3 Survey tool for well-dying

본 연구에서는 웰다잉의 준비 정도를 측정하기 위해 Kim (2023)이 개발한 웰다잉 측정 도구를 사용하였다. 해당 도구는 19개의 질문으로 구성되어 있으며 6점 척도로 5가지 핵심 요소를 측정한다. 5가지 핵심 요소는 인지 측면의 죽음 성찰, 죽음 수용, 의미 찾기와 행동 측면의 사전 의사 결정, 가족 간 가치 공유로 구성되어 있다(Table 2). 사전에 정의된 임계값은 없으나, 각 요소의 점수가 높을수록 의미 있는 웰다잉을 경험을 할 가능성이 높다고 정의되었다(Kim, 2023). 본 연구에서는 해당 측정 도구를 활용하여 참여자들의 연령대와 웰다잉 인식이 담긴 좋은 죽음의 유형에 따른 웰다잉 상태를 비교 분석하였다. 각 유형의 특성과 다섯 가지 핵심 요소별 점수의 차이를 살펴보고 이러한 분석을 통해 사용자의 웰다잉에 대한 인식과 행동을 심층적으로 이해하고자 하였다.

Table 2. Five key elements of well-dying

Cognitive aspect			Behavioral aspect	
Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values

3. Method

3.1 Participants

본 연구는 서울과 대전에 거주하는 중년층 28명(평균 연령 53.5세, 여성 24명, 남성 4명)과 서울과 대전 지역의 노인 복지관 프로그램에 참여하는 노년층 22명(평균 연령 72.0세, 여성 18명, 남성 4명), 총 50명의 참여자를 대상으로 하였다. 실험 전 연구 대상자들이 연구에 대해 이해하고 해당 실험에 참여할 수 있도록 연구의 목적과 방법에 대하여 충분한 설명을 진행하였으며, 자발적 동의를 받아 연구를 진행하였다. 본 연구에서는 연령층 간 참여자 수의 차이는 연구 분석에 본질적 영향을 미치지 않아 고려하지 않았다. 이는 본 연구의 주된 목적이 각 연령층 내 유형의 차이를 심층적으로 탐색하고 비교하는 데 있으며, 웰다잉에 대한 인식을 기반으로 연령층 내에서 유형이 정의되기 때문이다.

3.2 Experimental procedure

본 연구에서는 연령별 좋은 죽음 유형에 따른 웰다잉 차이를 분석하고, 이를 바탕으로 사용자의 인식과 요구를 반영한 맞춤형 웰다잉 서비스 및 프로그램 전략 설계를 목표로 아래의 흐름과 같이 진행되었다(Figure 1).

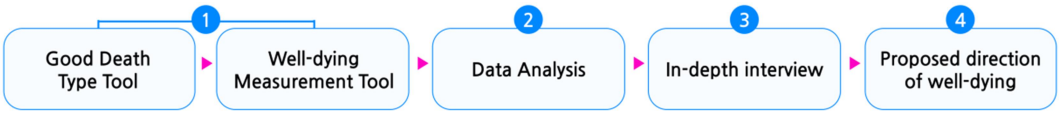

Figure 1. Experimental procedure

먼저, 총 50명의 참여자를 대상으로 참여자들의 좋은 죽음에 대한 유형과 웰다잉 준비 정도를 측정하였다. 이 과정은 설문조사를 통해 이루어졌으며 데이터 분석을 통해 연령대별로 세부 유형을 구분하였다. 이후, 도출된 데이터 결과를 바탕으로 9가지 유형별 대표성을 갖는 참여자 1명씩으로 총 9명을 선정하였다. 이들을 대상으로 심층 인터뷰를 진행하여 참여자들의 좋은 죽음에 대한 구체적인 생각과 경험을 듣고 개인의 요구와 기대를 더욱 명확하게 파악하였다. 인터뷰의 질문은 도출된 결과에 대한 신뢰성 확인과 1차 설문조사 결과와의 연계성을 유지하면서 심층적인 인사이트를 얻기 위한 문항으로 구성되었다.

4. Results

본 연구의 결과는 설문조사와 심층 인터뷰의 과정을 연결하여 정리하였다. 먼저, 유형 구분에 있어 응답 결과에 따라 타 유형과 5% 이상 격차가 날 시 기존에 명시된 유형 중 하나로 구분하였으며, 5% 미만으로 격차 시 한 가지 유형으로 명확한 구분이 불가하다 판단된 경우 중년-4유형과 노년-4유형으로 구분하였다. 또한, 모든 유형에서 50% 이상의 수치가 나타나지 않은 경우에는 기존의 유형으로 구분 짓기 어렵다고 판단해 중년-5유형과 노년-5유형으로 구분하였다. 이러한 구분된 유형과 설문 결과를 바탕으로 선정된 9명의 참여자의 심층 인터뷰를 통해 각 유형별로 나타나는 웰다잉의 구체적인 요구와 개인적 경험을 확인하였다. 심층 인터뷰 결과는 설문조사 데이터와 상호보완적으로 사용되었으며 이를 통해 연령별 및 유형별 웰다잉 프로그램 설계에 대한 구체적인 방향을 도출하였다.

4.1 Middle-aged group results

4.1.1 Middle-aged group's good death types results

중년층 대상의 좋은 죽음 유형 검사 결과를 기존 연구와 비교했을 때, (Figure 2)와 같이 중년-1유형은 32.1%로 기존 테스트의 56.8%에 비해 약 24.6% 낮게 나타났으며, 중년-2유형은 14.3%로 기존 테스트의 13.8%와 거의 유사한 0.5% 차이를 보였다. 중년-3유형은 21.4%로 기존 테스트의 27.6%에 비해 6.2%의 차이를 보였다. 중년-1유형과 중년-3유형이 혼재된 것으로 나타난 중년-4유형에서는 17.9%, 어느 유형에도 속하지 않는 중년-5유형이 14.3%로 나타났다.

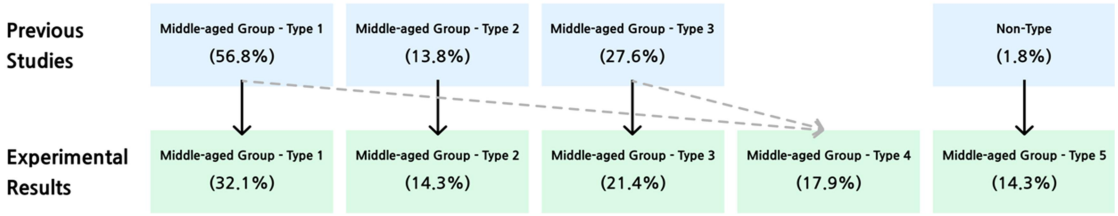

Figure 2. Results of good death types in middle-aged group

4.1.2 Middle-aged group's well-dying measurement results

총 5가지 유형으로 분류한 좋은 죽음 유형별 웰다잉 측정 검사 결과는 (Table 3)와 같다. 웰다잉 측정 도구의 총점과 요소별 점수 모두 100점을 기준으로 환산하여 계산하였으며, 중년층의 유형별 웰다잉 점수는 중년-2유형 > 중년-4유형 > 중년-3유형 > 중년-5유형 > 중년-1유형 순으로 높게 나타났다. 중년-2유형이 웰다잉에 대해 능동적·적극적인 준비를 했다고 볼 수 있으며, 중년-4유형도 복합적인 성향을 통해 긍정적인 결과를 보였다. 반면, 중년-1유형과 중년-5유형은 상대적으로 준비가 부족한 경향을 보여 웰다잉 준비에 있어 추가적인 노력이 필요함을 시사한다. 중년층의 전체 평균 점수는 74.3점으로 나타났으며, 세부 항목별로는 죽음 수용이 79.5점으로 가장 높은 평균 점수를 기록하고, 죽음 성찰이 63.5점으로 가장 낮은 평균 점수를 기록했다. 이를 통해, 중년층은 웰다잉 준비 과정에서 죽음을 수용하는 태도는 비교적 잘 이루어지고 있으나, 죽음 성찰 면에서 다소 부족함을 알 수 있다.

Table 3. Well-Dying measurement results for the middle-aged group

Results for the middle-aged group						
		Cognitive aspect			Behavioral aspect	
Type	Total score	Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values
Middle-aged type 1	68.1	71.1	76.9	55.6	67.9	65.3
Middle-aged type 2	82.0	80.0	86.5	80.6	84.7	79.2
Middle-aged type 3	76.8	78.3	77.1	64.8	81.5	79.9
Middle-aged type 4	79.6	78.0	85.8	64.4	88.9	80.0

Table 3. Well-Dying measurement results for the middle-aged group (Continued)

Results for the middle-aged group						
		Cognitive aspect			Behavioral aspect	
Type	Total score	Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values
Middle-aged type 5	70.4	79.2	74.0	61.1	68.1	64.6
Middle-aged group	74.3	76.3	79.5	63.5	77.0	72.9

4.1.3 Middle-aged group's detailed analysis results

Middle-aged type 1

중년-1유형은 '좋은 죽음이란 두려움 없이 담담히 맞이하는 것이다'라고 기존 연구에 정의되어 있다. 중년-1유형은 총점 68.1점으로 모든 유형 중에서 가장 낮은 평균 점수를 기록했으며, 모든 요소에서 평균보다 낮은 점수를 보였다. 죽음 수용 > 의미 찾기 > 사전 의사 결정 > 가족 간 가치 공유 > 죽음 성찰 순으로 평균 점수가 나타났다.

심층 인터뷰 결과, 해당 유형은 죽음에 대한 두려움이 크며 그저 자연스럽게 받아들이는 것을 중시하는 것으로 나타났다. 스스로 본인이 죽음에 대해 의식적으로 회피하는 것을 인지하고 있었으며 준비한 것은 없으나 추후 인지 측면의 준비가 가장 본인에게 중요하다 생각하고 있었다. 또한, 죽음 전까지의 과정은 중요하지만 죽음 이후의 과정은 중요하지 않다며 그런 이유로 사전 의사 결정과 가족 간 가치 공유에서 상대적으로 낮은 점수를 체크했다고 응답하였다.

Middle-aged type 2

중년-2유형은 '좋은 죽음이란 기본적으로 사망 후 편안해 보이는 모습이어야 하며, 가족과 좋은 관계를 유지하고 존중받는 느낌이 들면서 죽음을 맞이할 때 그리고 주변 사람들에게 오래 기억되고 싶어 한다'고 기존 연구에 정의되어 있다. 중년-2유형은 총점 82.0점으로 모든 유형 중 가장 높은 총점을 띄며, 모든 요소에서 평균보다 높은 점수를 띄었다. 죽음 수용 > 사전 의사 결정 > 죽음 성찰 > 의미 찾기 > 가족 간 가치 공유 순으로 평균 점수가 나타났다.

심층 인터뷰 결과, 그들은 유형의 성질처럼 가족과의 관계를 중요하게 생각한다. "내가 아픔으로써 가족한테 떠넘기는 것은 용납이 잘 안된다. 그래서 변치 않고 자신의 죽음에 대해 가족을 중심으로 생각하게 된다"고 밝혔다. 평균 점수 순위에서는 가족 간 가치 공유가 후 순위이지만, 이들의 총점이 높은 이유는 가족에게 짐이 되고 싶지 않아 스스로 능동적으로 웰다잉을 준비했기 때문으로 밝혀졌다. 웰다잉 프로그램과 관련해서는 행동 측면의 지원이 본인에게 가장 필요하다고 응답했다.

Middle-aged type 3

중년-3유형은 '스스로 결정하여 자신의 존엄성을 지키며 죽음을 맞이하는 것이 좋은 죽음이라고 생각한다'고 기존 연구에 정의되어 있다. 중년-3유형은 총점 76.8점으로 사전 의사 결정 > 가족 간 가치 공유 > 의미 찾기 > 죽음 수용 > 죽음 성찰 순으로 평균 점수가 나타났다.

심층 인터뷰 결과, 스스로 결정하는 죽음이 좋은 죽음이라고 여겨지는 이유는 가족 때문이다. 이는 중년-2유형과 같이 가족을 중심으로 웰다잉을 고려한다는 점에서 유사하지만, 중년-3유형은 심리적 측면보다는 재정적·실질적 준비에 더 큰 비중을 두어, 원인은 같지

만 행동 양상은 다른 것으로 나타났다. 심리적인 준비는 변할 수 있으나 실질적인 준비는 변하지 않고 눈으로 보이기 때문에 행동 측면의 준비를 우선순위로 하고 그 후 인지 측면의 준비를 챙길 의사가 있다고 밝혔다.

Middle-aged type 4

중년-4유형은 중년-1유형과 중년-3유형의 성향이 혼재된 유형으로 유형의 특성이 정의할 수 없으나 웰다잉 측정 도구를 통해 새롭게 정의하거나 기존 유형 구분의 새로운 시사점 제안을 위해 분류되었다. 이 유형은 총점 79.6점으로 2유형에 이어 웰다잉 준비에 적극적인 모습을 보인다. 사전 의사 결정 > 죽음 수용 > 가족 간 가치 공유 > 의미 찾기 > 죽음 성찰 순으로 점수가 나타났으며, 특히 사전 의사 결정과 가족 간 가치 공유, 죽음 수용과 같은 행동적인 측면에서 높은 점수를 기록했다. 이는 중년-2유형과 중년-3유형과 유사한 경향을 보이는 부분이다. 반면, 죽음 성찰 점수는 낮게 나타나 중년-1유형과 중년-3유형과 유사한 경향을 보였다. 중년-4유형은 기존 유형과 다른 웰다잉 접근 방식을 취할 가능성이 크며, 이들의 성향을 더욱 구체적으로 파악하기 위해 심층 인터뷰를 진행했다.

인터뷰 결과, 이들은 죽음을 받아들이고 싶지만 죽음에 대한 생각이 떠오르면 두려움을 느끼며 마음이 갈팡질팡한다고 답했다. 죽음을 직면할 때 두려움이 커져 행동 측면보다는 죽음을 수용하고 미래를 정하는 데 더 중점을 두고 있음을 확인했다.

Middle-aged type 5

중년-5유형은 모든 유형 적합도에서 50% 미만의 점수를 기록하여 기존 유형으로 정의할 수 없으나 웰다잉 측정 도구를 통해 새롭게 정의할 수 있을 것으로 보고 분류된 유형으로, 총점 70.4점으로 중년-1유형에 이어 웰다잉 준비에 비교적 소극적인 모습을 보인다. 의미 찾기 > 죽음 수용 > 사전 의사 결정 > 가족 간 가치 공유 > 죽음 성찰 순으로 점수가 나타났으며, 대부분의 요소에서 낮은 점수를 기록해 중년-1유형과 유사한 경향을 보였다. 그러나 의미 찾기 요소에서는 평균보다 높은 점수를 기록해, 이 부분에서 중년-1유형과 차이를 보인다. 이 외에 해당 유형의 웰다잉 가치관을 파악하기 위해 심층 인터뷰를 진행하였다.

그 결과, 해당 유형은 웰다잉에 대해 고민해 보지 않았으며 오히려 해당 실험을 통해 생각이 바뀌어 웰다잉의 중요성을 깨달았다고 답했다. 이들은 남은 삶을 더 중시하고 있어 죽음에 대해 고민해 보지 않는다며 이는 의미 찾기와 죽음 성찰의 점수의 결과를 뒷받침해 주었다. 또한, 인지 측면의 지원보다는 행동 측면의 지원을 바라는 것으로 대답하였다.

4.2 Elderly group results

4.2.1 Elderly group's good death types results

노년층 대상의 좋은 죽음 유형 검사 결과를 기존 연구와 비교했을 때(Figure 3), 노년-1유형은 50%로 기존 테스트의 43.3%에 비해 6.7% 높게 나타났으며, 노년-2유형은 9%로 기존 테스트의 26.7%에 비해 17.7% 낮게 나타났다. 노년-3유형은 0%로 기존 테스트의 16.7%에 비해 수치가 나오지 않았다. 노년-1유형+노년-3유형과 노년-1유형+노년-2유형이 혼재된 노년-4유형은 36%를 차지했으며, 어느 유형에도 속하지 않는 노년-5유형이 5%로 나타났다.

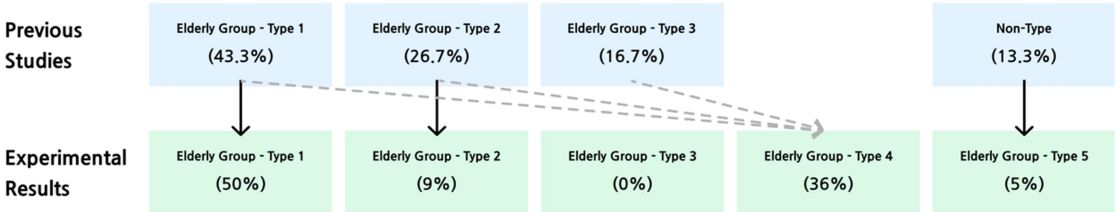

Figure 3. Results of good death types in elderly group

4.2.2 Elderly group's well-dying measurement results

앞서 언급한 것처럼, 명확히 구분되지 않는 유형들이 있어 총 4가지 유형으로 분류한 후(노년-3유형은 없으므로 제외) 유형에 맞추어 웰다잉 측정 검사 결과를 정리하여 평균값을 내었다(Table 4). 웰다잉 측정 도구의 총점과 요소별 점수 모두 100점을 기준으로 환산하여 계산하였으며, 노년층의 유형별 웰다잉 점수는 노년-5유형 > 노년-1유형 > 노년-4유형 > 노년-2유형 순으로 높게 나타났다. 노년-4유형과 노년-5유형은 기존 연구에서 정의 되지 않았지만, 새로운 유형으로 정의할 수 있는 가능성을 토대로 심층 인터뷰를 통해 알아보고자 했다. 노년층의 전체 평균 점수는 75.4점으로 나타났으며, 세부 항목별로는 죽음 수용이 81.5점으로 가장 높은 평균을 기록하고, 가족 간 가치 공유가 66.9점으로 가장 낮은 평균 점수를 기록했다. 이를 통해, 노년층의 웰다잉 준비 과정에서 죽음을 수용하는 태도는 비교적 잘 이루어지고 있으나, 가족 간 가치 공유는 적극적이지 않은 것으로 나타났다.

Table 4. Well-Dying measurement results for the elderly group

Results for the elderly group						
		Cognitive aspect			Behavioral aspect	
Type	Total score	Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values
Elderly type 1	77.3	82.4	86.0	73.2	67.2	72.7
Elderly type 2	71.1	83.3	79.2	75.0	77.8	39.6
Elderly type 4	72.9	79.2	84.4	68.1	63.2	64.6
Elderly type 5	83.3	86.7	87.5	88.9	77.8	75.0
Elderly group	75.4	81.5	84.8	72.2	67.2	66.9

4.2.3 Elderly group's detailed analysis results

Elderly type 1

노년-1유형은 총점 77.3점으로 죽음 수용 > 의미 찾기 > 죽음 성찰 > 가족 간 가치 공유 > 사전 의사 결정 순으로 평균 점수가 나타났다. 노년-1유형은 죽음을 삶의 필연적 종결로 인식하고 이를 부정하지 않지만 죽음을 주의 깊게 의식하며 살아가지는 않는 특징이 있으며, 기존 연구에서는 이들이 집중하는 것은 죽음이 아닌 삶으로 얼마나 오래 사느냐 보다 어떻게 살 것인가에 더 가치를 두는 경향이 있음을 확인하였다.

심층 인터뷰 결과, "스스로 멋지게 살았고 후회가 없기 때문에 조용히 죽음을 맞이할 준비가 되었고 그것이 바라는바"라고 밝혔다. 이러한 경향이 죽음 수용과 의미 찾기에서 높은 점수로 나타났으며, 반대로 죽음에 대해 의식적으로 성찰하지 않는 점이 죽음 성찰에서 낮은 점수로 반영된 것으로 보인다. 또한, 기존 연구에서는 생명 연장을 위한 의료 행위를 인정하며 삶에 대한 애착을 드러낸다고 유형을 정의하였지만, 웰다잉 측정 검사에서는 이러한 태도가 잘 나타나지 않았다. 따라서, 이들이 생명 연장의 필요성을 느끼면서도 실제로 준비하지 않았던 것인지, 혹은 준비할 필요성을 느끼지 못했는지에 대한 추가적인 질문을 진행하였다. 그 결과, 앞서 언급한 것처럼 후회가 없기 때문에 연명치료 거부 계획이 있으며 행동 측면이 인지 측면보다 더 중요하다고 생각하고 있어 앞으로 차차 계획하고자 한다고 응답했다.

Elderly type 2

노년-2유형은 총점 71.1점으로 의미 찾기 > 죽음 수용 > 사전 의사 결정 > 죽음 성찰 > 가족 간 가치 공유 순으로 평균 점수가 나타

났다. 노년-2유형은 죽음에 대해 비교적 수용적이며, 이를 자연스러운 과정으로 받아들이지만, 그 과정에서 자신보다 가족의 편안함과 이익을 우선하는 경향이 뚜렷하며 특히, 신체적·인지적으로 건강한 상태에서 죽음을 맞이하는 것을 이상적으로 여기며 죽음 자체보다 삶의 질을 중요시하는 성향을 보인다고 기존 연구에서 정의되었다.

심층 인터뷰 결과, 해당 유형 정의에 깊게 동의하며 짐이 되지 않기 위해 스스로 죽음에 대해 미리 고민해 보았고 웰다잉 프로그램에 참여 경험이 있으며 앞으로도 참여 의사가 있다고 밝혔다. 이는 의미 찾기와 죽음 수용에서 높은 점수로 나타났다. 또한, 죽음에 대해 평소에 고민해보고 있어 행동 측면의 지원이 필요하다고 응답했다.

Elderly type 4

노년-4유형은 총점 72.9점으로 죽음 수용 > 의미 찾기 > 죽음 성찰 > 가족 간 가치 공유 > 사전 의사 결정 순으로 평균 점수가 나타났다. 노년-4유형은 노년-1유형에 파생되어 다른 유형과 혼재된 것으로 나타났는데, 노년-1유형과 우선순위는 동일하나 전반적으로 모든 요소에서 노년-1유형에 비해 점수가 낮다는 것을 확인할 수 있다. 특히 죽음 성찰과 가족 간 가치 공유에서 노년-1유형과 노년-4유형 간의 점수 차이가 크다. 노년-4유형은 다른 유형과 비교했을 때 죽음 수용과 의미 찾기에서 높은 비율을 보이지만, 사전 의사 결정과 가족 간 가치 공유에서 비교적 낮은 비율을 보인다. 이는 노년-4유형이 웰다잉에 대해 인지 측면으로는 준비하지만, 구체적인 행동으로 이어지지 않는 경향을 나타낸다.

심층 인터뷰 결과, 노년-4유형이 생각하는 좋은 죽음은 스스로 선택하여 준비하는 것이며, 이를 위해 재정적 지원이 필수적이라고 인식하고 있음을 확인할 수 있었다. 또한, "자녀들이 내 삶을 대신 살 수는 없기 때문에, 스스로 결정하는 것이 자녀들에게 부담을 덜어줄 것"이라고 언급하며, 인지적인 측면보다는 행동적인 준비를 더 중시하는 경향을 드러냈다. 이는 중년-3유형과 일치하는 좋은 죽음에 대한 생각과 그에 대한 경향을 보였다. 다른 점이 있다면, 행동 측면에서 점수가 미비한 것인데 이는 의사가 있으나 아직 준비하지 못한 것으로 응답했다.

Elderly type 5

노년-5유형은 모든 유형 적합도에서 50% 미만의 점수를 기록하여 기존 유형으로 정의할 수 없으나 웰다잉 측정 도구를 통해 새롭게 정의할 수 있을 것으로 보고 분류된 유형으로, 총점 83.3점으로 웰다잉에 가장 적극적인 모습을 보인다. 죽음 성찰 > 죽음 수용 > 의미 찾기 > 사전 의사 결정 > 가족 간 가치 공유 순으로 점수가 나타났으며, 모든 요소에서 높은 점수를 기록하였다. 해당 유형은 기존 연구에서 정의 되지 않았지만, 높은 웰다잉 점수를 기록하였기에 좋은 죽음에 대한 가치관을 심층 인터뷰를 통해 알아보고자 하였다.

인터뷰 결과, 해당 유형은 스스로 남은 삶과 죽음에 대해 철저히 준비한 상태의 죽음을 좋은 죽음으로 인식하고 있음을 밝혔다. 또한, 주변 사람들과 웰다잉에 대한 대화를 자주 나누며 스스로 죽음에 대해 성찰하는 과정이 있었음을 언급하며 삶과 죽음에 대한 모든 준비를 마치고, 죽음을 수용하는 과정에서 인지 측면의 준비를 통해 심리적으로 평온해지고자 하는 바람을 드러냈다.

5. Discussion

5.1 Definition of new types

본 연구에서는 기존 연구와 달리 중년층과 노년층에서 새로운 좋은 죽음 유형을 확인할 수 있었다.

Middle-aged group

기존 연구에서는 중년-1, 2, 3유형에 속하지 않는 무유형의 비율이 1.8%로 나타났으나, 본 연구에서는 중년-4유형이 17.9%, 중년-5유형이 14.3%로 나타났다. 심층 인터뷰 결과, 중년-4유형은 죽음에 대한 두려움이 커 웰다잉 가치관을 확립하지 못하고 혼재된 생각을 가지고 있었다. 반면, 중년-5유형은 여전히 자신을 젊다고 생각하며 죽음에 대해 고민하지 않았다고 응답했다. 이는 기존 연구에서는

무유형으로 분류된 좋은 죽음에 대한 명확한 가치관이 없는 경우에도 사유가 다양할 수 있음을 시사하며, 이를 고려한 추가적인 유형 분류의 필요성을 제기한다.

Elderly group

기존 연구에서는 노년-1, 2, 3유형에 속하지 않는 무유형의 비율이 13.3%였으나, 본 연구에서는 노년-4유형이 36%, 노년-5유형이 5%로 나타났다. 심층 인터뷰 결과, 노년-4유형은 중년-3유형과 일치하는 스스로 결정하는 죽음이 좋은 죽음이라는 생각을 밝혔다. 이는, 연령대와 무관하게 스스로 죽음에 대한 의사 결정을 하고 싶은 유형이 나타날 수 있음을 시사한다. 한편, 노년-5유형은 기존 연구에서 언급되지 않은 고유한 특성을 지니고 있었다. 이 유형은 좋은 죽음은 사전에 모든 웰다잉 준비가 완료되는 것이라고 응답하며, 지속해서 죽음에 대해 성찰하고 계획하며 남은 삶을 잘 살아가고자 하는 경향을 보였다. 비록 해당 유형은 본 연구에서 상대적으로 적은 비율을 차지했으나, 향후 연구에서 새로운 유형을 제안하는 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

또한, 본 연구에서는 기존 연구에서 제시된 노년-3유형이 관찰되지 않았다. 이는 본 연구에 참여한 노년층 참여자들이 대부분 복지관에서 웰다잉 관련 프로그램에 참여한 경험이 있어, 노년-3유형의 특징인 죽음을 부인하고 삶에 집중하려는 경향이 낮아졌기 때문으로 보인다. 따라서, 웰다잉 프로그램에 대한 경험 여부가 웰다잉 인식 유형에 영향을 미칠 가능성을 시사한다.

이러한 연구 결과를 바탕으로, 본 연구는 기존 연구에서 정의되지 않았던 새로운 유형들을 다음과 같이 정의했다(Table 5). 이는 중년층과 노년층의 다차원적인 가치관을 보다 정교하게 이해하는 데에 기초를 제공할 것이다.

Table 5. Definition of new types for middle-aged and elderly

	Middle-aged (ages 40~64)	Elderly (ages 65+)
Type 1	A good death is accepting death calmly.	A good death is facing death without fear.
Type 2	A good death is being remembered as a good person.	A good death is departing before becoming a burden.
Type 3	A good death is a death that I decide on.	No matter how harsh, living in this world is better than death.
Type 4	A great fear of death makes it difficult to consider a good death.	A good death is a death that I decide on.
Type 5	I am still young, so I do not wish to think about death yet.	A good death requires all preparations to be completed in advance.

5.2 Proposed well-dying service strategy

본 연구의 결과는 연령대와 좋은 죽음에 대한 유형에 따라 웰다잉에 대한 가치관과 준비 정도에 차이가 존재함을 시사하며, 이러한 차이를 고려한 웰다잉 콘텐츠 및 프로그램 제공이 필요함을 보여준다. 때문에, 연구 결과를 기반하여 각 연령층의 평균 점수를 기준으로 각 유형별 부족한 부분을 표시하였고, 심층 인터뷰를 통해 알아본 사용자가 향상하고 싶어하는 측면을 반영하여 유형별 전략을 아래와 같이 정리하였다(Figure 4, Figure 5).

이를 통해 지역사회나 기관 등 정보 제공을 담당하는 기관이 각 웰다잉 유형에 맞춘 전략을 실용적으로 적용할 수 있도록 흐름도를 설계하였다(Figure 6). 이 흐름도는 프로그램과 콘텐츠 제공 시 체계적인 전략 수립과 구체적 실행에 유용하게 기여할 것이다. 또한, 사용자는 각자의 웰다잉 유형을 바탕으로 부족한 영역을 보완하며 체계적이고 개인 맞춤형 웰다잉 과정을 경험할 수 있다. 이를 통해 사용자 인식 제고와 지속적인 참여를 유도하며, 장기적으로 지속 가능한 웰다잉 준비가 가능하도록 돕는 역할을 할 것이라고 사료된다.

Results for the middle-aged group							
	Cognitive aspect			Behavioral aspect		Strategy	
Type	Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values	Needs	Program Proposal to Well-dying
Middle-aged Type 1	71.1	76.9	55.6	67.9	65.3	Cognitive aspect	Everything is lacking, so they need a program to enhance all elements.
Middle-aged Type 2	80.0	86.5	80.6	84.7	79.2	Behavioral aspect	While there are no specific deficiencies, they need a program focused on strengthening everything for overall advancement.
Middle-aged Type 3	78.3	77.1	64.8	81.5	79.9	Behavioral aspect	They need a program that strengthens the elements of 'Acceptance of Death' and 'Reflection on Death.'.
Middle-aged Type 4	78.0	85.8	64.4	88.9	80.0	Cognitive aspect	They need a program that strengthens the element of 'Reflection on Death.'
Middle-aged Type 5	79.2	74.0	61.1	68.1	64.6	Behavioral aspect	They need a program to strengthen all elements except for 'Finding Meaning'.
Middle-aged Group	76.3	79.5	63.5	77.0	72.9		

Figure 4. Well-dying strategies for the middle-aged

Results for the elderly group							
	Cognitive aspect			Behavioral aspect		Strategy	
Type	Finding meaning	Acceptance of death	Reflection on death	Advance directives	Sharing family values	Needs	Program Proposal to Well-dying
Elderly Type 1	82.4	86.0	73.2	67.2	72.7	Behavioral aspect	They need a program to strengthen all elements except for 'Acceptance of death' and 'Sharing family values' .
Elderly Type 2	83.3	79.2	75.0	77.8	39.6	Cognitive aspect	They need a program to strengthen all elements except for 'Finding meaning' and 'Advance directives'.
Elderly Type 4	79.2	84.4	68.1	63.2	64.6	Behavioral aspect	They need a program to strengthen all elements except for 'Acceptance of death' and 'Sharing family values' .
Elderly Type 5	86.7	87.5	88.9	77.8	75.0	Cognitive aspect	While there are no specific deficiencies, they need a program focused on strengthening everything for overall advancement.
Elderly Group	81.5	84.8	72.2	67.2	66.9		

Figure 5. Well-dying strategies for the elderly

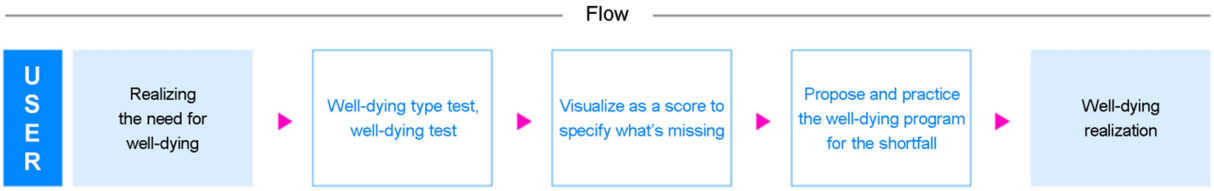

Figure 6. Propose well-dying content and program strategy

6. Conclusion

본 연구는 중년층과 노년층이 웰다잉 콘텐츠와 프로그램에 더욱 효과적으로 참여할 수 있도록 지원하기 위한 전략을 제안하는 데에 목적이 있다. 이를 위해 중년층과 노년층의 좋은 죽음 유형과 웰다잉 준비 정도를 분석하여 웰다잉 프로그램 설계에 대한 기초 자료를 제공하고자 하였다. 연구 결과, 기존 연구에서 제시된 유형 외에 새로운 유형을 정의하였으며, 설문조사와 심층 인터뷰를 통해 각 유형의 보완할 점과 심층적인 니즈를 확인하였다. 이러한 분석 결과를 바탕으로, 각 유형에 맞추어 중년층과 노년층의 웰다잉 준비를 지원할 수 있는 구체적인 흐름과 전략을 제시하였다.

본 연구의 기대 효과는 웰다잉 프로그램을 제공하는 기관과 기업에서 본 연구의 결과를 활용하여 유형별 특성에 맞춘 웰다잉 프로그램을 개발하고, 이를 통해 개인의 웰다잉 인식 향상과 웰다잉을 준비할 수 있는 환경 조성에 기여할 수 있다는 점에 있다.

그러나 본 연구는 표본 크기가 제한적이며, 소득과 같은 환경적 변수를 충분히 반영하지 못한 한계점을 지니고 있다. 따라서 향후 연구에서는 더 다양한 인구 집단을 대상으로 사회적, 경제적 배경을 고려한 연구가 필요하다. 또한, 부족한 부분을 무조건 채워주는 것이 사용자의 입장에서 원하는 바인지와 이들의 유형에 맞춘 웰다잉 프로그램이 실제로 어떠한 효과를 제공하는지에 대한 검토가 요구된다. 궁극적으로 고령화 사회 속 사용자들이 사전에 웰다잉을 준비할 수 있도록 다양한 맞춤형 콘텐츠 및 프로그램 설계를 위한 지속적인 노력이 필요하다.

Acknowledgement

This paper supported by the Korea Institute for Advancement of Technology (KIAT) grant funded by the Ministry of Trade, Industry and Energy (MOTIE) (P0012725).

References

Cho, Y.K., "The true meaning of Well-being and Well-dying for modern people", *Review of Korea Entertainment Industrial Association*, 8(1), 32-59, 2016.

Jeong, D.W., "The Effect of Well-dying Program on the Awareness of Well-dying and the Preparation of Death in the Elderly", *[Master's Thesis, Daegu Hanny University]*, 2021. http://www.riss.kr/link?id=T15829779

Jeong, K.H., Kim, K.R., Seo, J.H., Yoo, J.E. and Lee, S.H., "Ensuring Dignity in Old Age with Improved Quality of Death", *Research@KIHASA*, 2018. https://repository.kihasa.re.kr/handle/201002/31089

Jeong, U.J., "The Effect of a Well-dying Program on Death Anxiety and Successful Aging of Elderly" *[Doctoral Dissertation, Hoseo University]*, 2013. http://www.riss.kr/link?id=T13125325

Jung, W.K., "The Relationship Between Well-dying Programs, Life Quality, Death Anxiety, and Ego Integrity in the Elderly", *Graduate School of Seoul Venture University*, 2015. http://www.riss.kr/link?id=T13658728

Jung, Y.J., "Development of Well-dying Awareness Scale: For the Middle-Aged", *[Doctoral Dissertation, Kosin University]*, 2021. http://www.riss.kr/link?id=T16056855

Kim, G.H., "Development of Well-dying Scale" *[Doctoral Dissertation, Seoul National University]*, 2023. https://www.riss.kr/link?id=T16752342 (retrieved August 12, 2024).

Kim, J.H. and Oh, H.I., "An Exploratory Study on the Death Attitude of the Oldest Old: A Case Study on Seoul Citizens Aged 80 and Older", *Journal of the Korea Gerontological Society*, 40(6), 1475-1495, 2020.

Kim, K.A., "A Review on the Well-dying Support Policies in Korea and Major Countries and Implications", *Journal of the Korea Gerontological Society*, 43(3), 303-329, 2023.

Kim, S.J., "Development of Nursing Practice Guidelines for Well-Dying of Elderly Residents in Nursing Homes", *Graduate School of Korea University*, 2016.

Lee, H.J., Lee, Y.J. and Jo, K.H., "A Need Assessment And Content Analysis of Textbooks Regarding Death Education in Human Service Areas", *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, 30, 263-286, 2005.

Oh, S.Y., "Well-being, Well-dying, and Welfare", *Review of Korea Entertainment Industrial Association*, 8(1), 11-31, 2016.

Shim, J.J., "Development of a Meaning Therapy Program to Enhance the Ego Integrity of the Elderly", *Graduate School of Seoul Buddhist University*, 2015.

Song, S.H., "Preparation for Death and Perception of Well-Dying among Won Buddhists", *Graduate School of Hanyang University*, 2011.

Statistics Korea, "2024 Statistics for the Elderly", *Statistics Korea*, https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301060500&bid=10820&act=view&list_no=432917 (retrieved October 3, 2024).

Author listings

Hyunji Youk: 6266hyunjae@gmail.com
Highest degree: Student, Department of Smart Experience Design, Graduate School of Technology Design, Kookmin University
Position title: Student, Department of Smart Experience Design, Graduate School of Technology Design, Kookmin University
Areas of interest: Interaction Design, UX Design

Jinho Yim: hci.yim@kookmin.ac.kr
Highest degree: Ph.D. in Industrial Systems and Information Engineering (Korea University, Korea), Major in Product and Systems Development
Position title: Professor, Department of Smart Experience Design, Graduate School of Technology Design, Kookmin University
Areas of interest: Aging Design, Inclusive Design, Leisure UX Design, Medical & Healthcare UX Design, Safety Design