



ISSN 1229-8565 (print) ISSN 2287-5190 (on-line)  
한국지역사회생활과학회지 35(1): 131~147, 2024  
Korean J Community Living Sci 35(1): 131~147, 2024  
<http://doi.org/10.7856/kjcls.2024.35.1.131>

## 정년퇴직한 교장의 생활적응에 관한 질적 연구

심 푸 른 · 이 정 화<sup>†1)</sup>

전남대학교 대학원 생활환경복지학과 박사과정 · 전남대학교 생활복지학과 교수<sup>1)</sup>

### Qualitative Study on the Life Adaptation of Retired Principals

Pureun Sim · Jeonghwa Lee<sup>†1)</sup>

Ph.D Student, Dept. of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea  
Professor, Dept. of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea<sup>1)</sup>

#### ABSTRACT

This study examined the life adaptation of retired principals by focusing on their life changes after retirement using a phenomenological qualitative approach. Thirteen subjects among retired principals who had retired from work over the last six years were recruited through snowball sampling. One-on-one, in-depth interviews were conducted on the subjects. The gathered data were analyzed using Giorgi's phenomenological method involving a four-step procedure. As a result, the four main components were "flourishing in retirement," "Reaching out to society with my hands," and "facing the late adulthood life I would like to live." The essential theme that integrated these components was "taking a leap forward by engraving concentric circles like growth rings." Principals who retired at the retirement age showed various aspects of growth while adapting to changes in life after retirement. A system should be established to link with the social welfare practice field so that they can independently utilize their various resources.

Key words: retirement, principals, life adaptation, phenomenology

#### I. 서론

65세 이상 인구 비율에 따라 7% 이상은 고령화 사회, 14% 이상은 고령사회, 20% 이상은 초고령 사회로 구분한다면 현재 우리나라는 고령사회로서 초고령사회로의 진입이 얼마 남지 않은 상황이고

2070년이 되면 우리나라 65세 이상 고령인구가 전체 인구 중 46.4%를 차지할 것으로 예측된다(통계청 2023). 노후를 대비하는 것은 국가와 개인 모두에게 더욱더 중요한 일이 되고 있다. 초고령사회가 진행될수록 급증하는 노인인구로 인해 노인 부양 비용, 보건 의료복지 서비스, 사회복지정책

Received: 23 January, 2024 Revised: 13 February, 2024 Accepted: 26 February, 2024

<sup>†</sup>Corresponding Author: Jeonghwa Lee Tel: +82-62-530-1326 E-mail: jhlee2@jnu.ac.kr

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

등 사회의 다양한 문제들이 더욱 심화될 것으로 예측된다. 특히, 베이비부머의 퇴직과 노년기 진입은 이 같은 사회의 변화를 더 촉진하고 있다. 이에 증가하는 퇴직자들의 노년기 적응에 관심을 가질 필요가 있다.

고령화가 심해지고 은퇴가 이어지면서 우리 사회의 공직 은퇴자도 상대적으로 증가하였다. 공직 은퇴자의 직무 경험에 의한 사회적 자본은 퇴직 후에 과거와 현재, 미래의 삶을 연결하는 지역사회의 가교적 역할(Lee et al. 2013)에 대한 기대를 갖게 한다. 그러나 공직자 중 교원은 정년퇴직 후 새로운 일을 시작할 때 사회적 경험이 적어 적응이 어렵고, 다른 직업인들과 다른 양상으로 어려움을 겪을 수 있다는 연구들이 있다(Heo 1993; Ku & Yun 2014; Kim 2017). 교원은 평생 직업으로 삼고 있던 직장에서 인생의 중·후반기에 퇴직하게 되며 퇴직으로 인해 새로운 환경과 생활에 대한 적응과 성공적인 노후에 대한 문제 앞에 놓이게 된다(Ku & Yun 2014)는 것이다. 퇴직 이후 교육 현장과 단절되고 그들이 지닌 능력과 경험이 바로 사장되어 버리는 것이 현실이다(Kim 2017). 특히 교원보다 교장의 지위가 갖는 특성은 교장 퇴직자는 퇴직 후에도 교장으로 대우 받으려는 마음이 있어서 교사 퇴직자는 가능한 한 교장 퇴직자를 회피하고 동료 교사들과 활발히 교류하려고 한다.

본 연구는 일반교원으로 퇴직하는 것보다 직급으로 인해 퇴직 후 겪는 변화의 폭이 크고, 전문적인 인적자원의 활용 가치가 기대된다는 점에서 정년퇴직 교장을 연구대상자로 선정하였다. 초·중등 교육기관에서 30년 이상 근무하면서 교장의 직위에 오르고 정년퇴직한, 그리고 퇴직 후 6년 이내인 교장 퇴직자를 대상으로 하였다. 전체 교원 수의 2~3%만이 교장이 된다. 교장으로 정년퇴직하

는 것은 명예로운 것이 사실이나 퇴직 후에는 은퇴 전의 높은 지위와 사회적 대우라는 조건에서 벗어나지 못하고 사회적 체면을 생각하게 된다면 적응에 더 어려움을 겪을 수 있다는 점에서 이들을 대상으로 하였다.

지금까지 은퇴 관련 연구는 베이비붐세대 퇴직이 시작된 2010년을 기점으로 많이 다루어지기 시작하였고 주로 은퇴준비나 적응과정, 은퇴자 적응 관련 변인을 살펴보았다(Bael 2011; Jeong & Bak 2019; Lee & Lee 2020). 이러한 연구들은 공통적으로 연령, 교육 수준, 경제 상태, 건강 수준과 같은 사회인구학적 요인들이 은퇴 적응에 영향을 미치고 있음을 밝히고 있다(Baek 2009; Kwon & Lee 2011; Kim 2013). 그동안 이루어진 은퇴 관련 연구는 은퇴가 '주된 일자리에서 나온 후 비경제활동을 유지하는 상태'(Atchley, 1976; Lee, 2016)라는 점에서 은퇴 시점을 정확하게 특정하기 어렵고 또한 직종에 상관없이 연구가 진행되면서 특정 직업군의 특성을 파악하지 못했다는 제한점이 있다. 본 연구는 '주된 일자리에서 물러나는' 퇴직에 초점을 두고 퇴직자의 퇴직 후 생활 적응을 살펴보는 것에 초점을 두었다. 그러나 선행 연구를 살펴봄에 있어서 퇴직 연구는 상대적으로 적어 은퇴 관련 연구를 포함해서 살펴보고자 한다.

선행연구 결과, 퇴직 후 적응은 선행연구에서와 같이 퇴직자의 개인적 특성뿐 아니라 환경 요인 및 실제 생활(Choi 1986)의 결과이기 때문에 퇴직 이전 직업 세계의 경험과 현재의 생활상태, 그리고 노후생활까지도 포함하는 포괄적인 개념으로 이해할 필요가 있다(Kim & Song 2010; Kho 2012; Kim 2018). Wang et al.(2011)은 통합적 은퇴 적응모델에서 퇴직 전 개인이 가진 총체적인 자원이 퇴직 후 다양한 상황과 환경변화에 적응하는 데 영향을 미친다고 하였다. 본 연구에서는 이

를 생활적응이라는 개념으로 접근하고자 한다. 생활적응이란 반평생 이상을 몸담은 직장을 떠나 또 다른 활동공간으로의 이동을 전제로 은퇴 적응, 사회 적응, 노년기 적응 등을 포함하는 것(Hwang 2004; Kim et al. 2007; Gang 2008; Nam 2017)으로 그 영역은 신체적, 인지적, 사회적, 심리적, 가족적, 퇴직 전 직업적, 사회참여, 여가 활동 영역 등을 함께 고려할 수 있다.

본 연구에서는 교장 퇴직자에게 퇴직이 적응해야 할 사건이자 과정이라고 보고 퇴직 이후의 삶을 퇴직 이전 장기간에 걸친 경험의 결과물이라고 접근하였다. 본 연구에서는 이를 적용하여 퇴직 전에 개인이 가진 총체적인 자원이 퇴직 후 적응에 어떻게 활용되는지를 살펴보고자 한다. 이를 위해서 교장 퇴직자를 대상으로 질적 연구방법을 통하여 퇴직 후 생활에 적응해 가는 과정에 초점을 두고 그 과정의 본질과 의미를 파악하고자 한다. 또한 퇴직 후 그들이 가진 다양한 자원이 이들의 생활적응에 어떻게 도움이 되는지 살펴보고자 한다.

이러한 연구 목적을 수행하기 위하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다. 첫째, 교직 경험과 교장으로 퇴직한 것은 자신이 살아온 삶과 노후에 어떠한 의미가 있는가? 둘째, 정년퇴직한 교장은 퇴직 이후 생활에 어떻게 적응하는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구참여자

본 연구에서 연구참여자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 연구참여자와의 면담에서 연령, 성별, 퇴직 연도와 기간, 초·중등 교장 구분, 교직 전체 경력(교장 경력), 전공과목, 사회참여 유무, 동거 형태, 건강 상태, 종교 등 일반적 특성에 대해 먼저 질문하면서 반구조화된 질문지를 중심으로 심층 면담을 하였다. 반구조화된 질문지

는 Erikson의 심리사회발달 단계론을 참고하여 연구참여자 생활적응의 의미에 관한 내용으로 구성하였다. Erikson은 영아기부터 노년기까지 8단계로 나눈 생애 발달 단계를 제시했으며, 그에 따르면 발달이란 전 생애에 걸친 적응과정이라고 하였다. 본 연구에서는 Erikson의 심리사회발달 단계론을 통해서 생애주기 중에 임용 초기인 성인 초기부터 현재 노년기에 이르기까지, 노년의 관점에서 지나온 과거를 되돌아보면서 지금까지의 생애가 노년기 심리사회 발달적으로 어떤 의미를 지니고 있으며, 앞으로 어떤 변화를 경험하게 되는지 그 의미를 이해하고자 하였다.

본 연구에서 연구대상자는 초·중등 교육기관에서 30년 이상 근무하면서 교장의 직위에 오르고 중도 퇴직하지 않고 정년퇴직한, 그리고 퇴직 후 6년 이내인 사람으로 눈덩이 표집 방식을 활용하여 13명을 최종 선정하였다. 퇴직 기간을 6년 이하로 제한한 것은 은퇴 후 3~5년 사이에 적응변화 정도가 다른 시기에 비해 가장 크다는 연구 결과(Han & Kang 2001)에 근거하였다. 시간이 경과되면서 퇴직 생활이 고착화될 것으로 보고 퇴직 후 초기 적응과정을 구체적으로 살펴보고자 했다. 연령대는 모두 60대로 63~68세에 해당한다. 면담 시점에 연구참여자들은 퇴직한 지 3개월에서 5년 9개월 사이였다. 교직 전체경력은 34년에서 42년으로 다양하게 나타났으며 전체경력 중 교장 경력은 짧게는 3년에서 길게는 8년이였다. 연구참여자 모두 결혼 경험이 있었고, 배우자와 사별, 이혼한 연구참여자가 각각 1명, 배우자가 투병 중인 연구참여자가 1명, 나머지 10명의 가구형태는 모두 부부가구 및 자녀 동거 가구로 나타났다. 1명을 제외하고 모두 종교를 가지고 있었다.

**Table 1.** General characteristics of the participants

Sort	Age	Sex	The year of retirement	The period after retirement	Teaching career (Principal term)	Major subject	Social participation activities	Cohabitation type	Religion
A	67	Male	2018	4.9	40.6(4.0)	English	Social & leisure activities	Living alone	Christianity
B	65	Male	2020	2.9	34.0(6.6)	History	Operation of care facilities	Living with spouse & adult children	Christianity
C	68	Male	2017	5.9	41.0(3.6)	Fishery	Care worker	Living with spouse & adult child	Buddhism
D	68	Male	2018	5.3	37.0(8.0)	Korean language	Writing activities	Living with spouse	Buddhism
E	64	Male	2021	1.9	40.6(5.0)	Mathematics or math	Computer instructor	Living with spouse	Christianity
F	63	Male	2023	0.3	34.0(5.6)	Commerce	Returning to farming	Living with spouse	Catholicism
G	66	Male	2019	3.9	38.0(4.6)	Moral education	Social & leisure activities	Living alone & adult child	Catholicism
H	64	Male	2022	1.3	40.1(4.6)	History	Social & leisure activities	Living with spouse	Atheism
I	63	Female	2022	0.9	40.6(7.0)	Fine arts	Volunteer activities	Living with spouse & adult children	Christianity
J	63	Male	2022	0.9	42.0(4.6)	Social studies	Social & leisure activities	Living with spouse & adult children	Catholicism
K	68	Female	2018	5.4	39.0(8.0)	Home economics	Volunteer activities	Living with spouse & adult children	Catholicism
L	64	Male	2022	1.4	39.0(6.6)	Military training	Social & health promotion	Living with spouse	Catholicism
M	65	Female	2020	3.3	40.0(3.0)	Geography	Volunteer activities	Living with spouse	Catholicism

## 2. 자료 수집과 분석

Giorgi(2003)에 따르면, 현상학 연구에서는 연구자의 선입견과 기존 경험에서 벗어나 연구참여자가 경험한 현상을 있는 그대로 파악하고 연구하는 것이다. 즉 연구참여자의 경험 세계를 충실하게 기술하는 것이다. 이에 본 연구는 질적 연구의 특성 상 자료 수집과 분석이 동시에 수행되었으며,

면담할 때 작성한 기록과 녹취된 자료를 근거로 Giorgi(2003)의 기술적·현상학적 방법 4단계에 따라 분석하였다. 즉, 연구참여자가 기술한 내용을 여러 번 읽고, 기술 내용을 의미단위로 나눈 후, 가장 적합한 학문적 표현으로 구성요소를 선정한 다음, 연구참여자의 경험 본질을 구조적으로 통합하였다. 자료 수집 과정에서 연구자는 연구참여자가 자신의 삶에 대해 솔직하고 깊은 묘사가 가능

한 분위기를 만들기 위해 노력했다. 동질적인 배경을 가진 퇴직 교장이 퇴직 후 개별적 삶에서 보여주는 총체적인 생활적응에 대하여 영역별로 면밀히 살펴보고 적응과정에서 사회적인 인식과 편견 등의 다양한 시각을 어떻게 의식하고 있는지 등을 포함하는 질문으로 연구를 진행하였다. 본격적으로 인터뷰를 진행하기 전에 반구조화된 질문지를 작성하고 퇴직교장 3명의 참여자에게 예비조사를 한 후 질문을 수정 보완한 후 면담을 진행하였다. 자료수집은 2023년 5월부터 2023년 7월까지 진행하였는데 이 때 연구자가 직접 연구참여자들을 면담하고 관찰하면서 그 내용을 녹취하고 기록하였다. 또한 연구참여자가 자신이 경험한 퇴직 후 생활에 대하여 충분히 이야기할 수 있도록 시간의 제약을 두지 않고 면담을 진행하였고, 면담 시간은 연구참여자에게 차이가 있었으나 보통 120~180분 정도 소요되었다.

정년퇴직한 교장들과의 면담은 쉽지 않았다. 참여자 중에서는 연구 참여를 결정하기까지 고민했던 자신의 심정을 솔직하게 이야기한 참여자가 있었다. 또한 참여자 중에서는 가정사를 구태여 밝히지 않은 참여자도 있었다. 연구자는 참여자가 말하고 싶지 않은 부분은 그 마음을 존중하고 예민하게 생각하는 부분은 묻지 않았다. 연구자는 참여자에게 연구자가 설정한 범주 안으로 몰입해 들어와 달라고 강요할 수 없기 때문이다.

### 3. 연구참여자에 대한 윤리적 고려

현상학적 연구에서는 연구참여자들의 체험적 진술을 통해 일상생활이 매우 총체적이고 자세하게 기술되기 때문에 연구참여자에 대한 섬세한 윤리적 고려가 더욱 중요하다(Chae 2007). 본 연구자는 연구에 참여한 공직자들의 오랜 경험과 특성을 존중하면서 자료의 보관 방법과 정보 공개 수

준과 같은 중요한 사항을 신중하게 고려했다. 따라서, 본 연구의 윤리성을 확보하기 위하여 J 대학 IRB(No. 1040198-230420-HR-047-02) 심의과정을 거쳤고 IRB 법규 및 연구 관련 규정과 지침을 준수하였다. 자료수집 전에 연구 목적과 내용, 비밀보장, 연구 참여 이익과 부작용 등을 참여자에게 설명하는 사전 동의 절차를 거쳤다. 또한 수집된 자료는 익명 처리를 하였다. 본 연구자는 심층면담 이전에 연구 진행과 관련하여 연구참여자에게 <연구 참여 동의서>를 받고 동의를 얻는 과정에서 연구에 대한 취지와 목적을 상세하게 설명하였다. 심층면담에 참여할 때 받게 된 질문, 녹취록은 비밀보장을 위하여 연구 이외에는 타 용도로 사용하지 않는 점 등을 충분히 설명하며 권리를 보호하고자 최선을 다했다.

## III. 결과 및 고찰

본 연구에서는 참여자들이 퇴직 과정에서 경험한 생활적응을 진술한 내용으로부터 핵심적인 요소를 추출하고 구성요소로 통합한 결과 64개의 의미단위에서 19개의 하위구성요소와 4개의 구성요소를 도출하였다(Table 2). 4개의 구성요소는 “정년의 꽃을 피우기까지”, “삶의 구석구석을 둘러보며”, “사회에 손발을 내밀며”, “살아보고 싶은 노년 마주하기”로 분류되었다.

### 1. 정년의 꽃을 피우기까지

구성요소 영역 첫 번째는 “정년의 꽃을 피우기까지”로 생애 과정적 관점에서 교직 경험 외길 인생을 끝까지 달려가다가 교장으로 정년퇴직한 사람들의 삶의 여정이 드러났다. 참여자들은 다양한 경로로 교직을 선택하기까지 사연이 많았지만 다행히 적성과 취향에 잘 맞았다.

**Table 2.** Components of the life adaptation of retired principals

Components	Sub-components
1. Flourishing in retirement	1) Doing the best like a racehorse 2) Time spent with students 3) Experience of accomplishment as a teacher 4) Challenge and success as a principal 5) Emotions toward upcoming retirement
2. Looking around every aspect of my life	1) Facing life changes 2) Two different states of mind being aware of the path of life 3) Challenges encountered in life 4) Meaning of health in post-retirement life 5) Newly adapting to new ways of building relationships 6) Time spent at home 7) Empowering with positive emotions
3. Reaching out to society with my hands	1) Living with activities 2) Taking a step back and looking at 3) Finding ways to use work experience 4) Adapting to and being prepared for changes
4. Facing late adulthood life I would like to live	1) Embracing possibilities and limits 2) Searching for meaningful work 3) A path of ceaseless learning

**1) 최선을 다하는 경주마처럼**

참여자 I는 사범대학을 선택하고 당연히 교직에 들어서면서 한 번도 사표를 생각하지 않았고, 참여자 M은 외길을 걷는 동안 아이들에 대한 사랑과 교직에 대한 자부심으로 오로지 앞만 보고 내달리는 경주마처럼 목표를 향해서 달려왔다.

적성에 아주 잘 맞았어요. 한 번도 사표 낼 생각은 안 하고 아주 잘 맞아서. 시골 학교가 완전히 플라타너스길(중략). 그 학교가 너무 아름다운 거야. 그날 내 꿈이 바뀌었잖아. 나한테는 천직이고, 사표를 내야 되겠다는 생각 한 번도 안 해봤으니까요. (참여자 I)

애들에 대한 사랑이고 교직에 대한 자부심이 있었던 것 같아요. 제 자신이 이 교직에 대해서 굉장히 많은 자부심과 그 시간을 투자를 해서 잘해야 되겠다. 오로지 앞만 보고 가는 경주마처럼(중략). 그런 것들이 성취 욕구가 높았다고 할까요? (참여자 M)

**2) 학생들과 함께 한 시간**

참여자 C는 교직의 보람을 퇴직 이후에도 종종 찾아오는 제자들이 자신을 기억해 주는 것이 가장 뿌듯했다. 재직 시절에 시대적 상황으로 가정형편이 매우 어려운 제자들을 남몰래 돕다 보니 퇴직 이후에도 제자들이 기억하고 찾아왔다.

교직에서 남는 것은 실업계 고등학교는 사실은 애들하고의 관계가 참 돈독해야만이 또 뭔가 좀 이루어낼 수 있단 말이에요. 그 애들을 취업하는 과정이라든가 여러 과정 속에서 어려움이 있을 때마다 생각 없이 많이 도와주었던 것 같아요. 그것이 지금 와서도 애들이 찾아와요. (참여자 C)

### 3) 교사로서 성취의 경험

참여자들은 교직 생활을 하는 동안 교내외 각종 연구 활동과 사업, 교지 편찬, 개교학교 운영 등으로 다재다능한 재주를 발휘하여 뜻밖의 호응을 얻었고 성과에 대한 자부심이 남달랐다. 참여자 D는 역사가 깊으나 교지가 없는 섬 지역 학교에서 전공을 살려서 문집 편찬을 도왔다. 참여자들은 담임 활동을 할 때 함께 운동을 하면서 사제 간의 관계가 끈끈해졌다.

A 중학교 육십 년사라는 책을 한번 지역민들과 동문들과 함께 냈어요. 지역민들이 다 그 학교 출신들이라고. 서울에 가서 이런 재경 동문회도 있고 했는데 그 사람들도 다 글 받고 그 사람들에게 사진도 받고. 그게 학창 시절 사진 수집해서(중략) (참여자 D)

### 4) 교장으로 도전과 성공

교장 직위에 오르기까지 승진을 앞두고 순탄하기도 하고 험난하기도 한 두 갈림길에서 복합적인 감정을 경험하였으며 목표를 향한 굳건한 의지와 열심을 끝까지 놓지 않았다. 참여자들은 처음부터 교장이 되기 위해서 승진과정에 집중한 것은 아니었다. 승진에 별로 관심이 없다가 자연스럽게 길이 열려서 탄탄대로를 걸으며 노력하고 최선을 다했다. 참여자 중에서는 근평 등 보장이 없는 상황에

서 교장으로 가는 여정이 결코 쉽지 않았고 기간이 길어진 예도 있었다. 참여자 M은 전공 특성상 승진점수 따기가 어렵고 승진에 대한 욕구도 없었으나 교사의 본분에 충실하고 열심히 하니 길이 열렸다고 하였다.

왜냐하면 전문직이 아니기 때문에 그리고 저같은 경우는 늦게 시작했기 때문에 또 처음에는 여자라는 것 때문에 초반부에는 승진에 대한 욕구도 없고 애들 잘 가르쳐줘서 훌륭한 선생님이 돼야 되겠다는 생각을 항상 하고 있었어요(중략) (참여자 M)

### 5) 정년을 기다리던 심정

이와 같은 활동을 마무리하는 단계에서 정년을 기다리는 참여자들의 심정은 현직에서 누릴 만큼 누렸다고 생각하면서도 아쉬움이 남는 것이었다. 또한 참여자들은 각자가 가진 환경을 생각하면서 퇴직 후의 삶의 변화를 기대하고 기다리는 중에 예기치 않은 가정사와 학교에서 벌어지는 크고 작은 사건들로 마음을 졸여야 했다. 참여자 A와 C는 예상치 않은 가정사와 개인사로 인해 계획이 유보되기도 하였고, 참여자 E는 퇴직 6개월~1년을 앞두고 들이닥친 대표적인 학폭 사건은 교장에게 타격이 큰 엄청난 사건으로 퇴직 직전에 이를 수습하느라 거의 쉬지 못했다.

그게 이제 학폭 사건 그거 말고는 없어요. 그게 거의 퇴직 직전이였어요. 제가 20××년도 8월에 퇴직했는데 3월부터 시작해가지고 쪽 끝어오다가 터진 것이 이제 6월 말쯤 터졌으니까. 풀아 터져버렸죠. 여름방학 내내 아주 거의 쉬도 못하고 계속 수습하느라고 고생했죠. (참여자 E)

이와 같이, 교장 퇴직자는 다음 세대 주역인 초·중·고 학생들을 가르치고 성인으로 배출하는 일을 하는 교사를 거치고 그 교사를 관리하는 교장 직위에 올랐다. 교장이 되기까지 삶의 여정에서 때로는 지치기도 했으나 결국에 결승선을 넘었다. 교장 퇴직자의 이러한 풍부한 경험을 사회에 환원하는 방안이 구체적으로 마련된다면 개인적, 사회적 측면에서 많은 긍정적인 결과를 가져올 것으로 생각된다.

## 2. 삶의 구석구석을 둘러보며

구성요소 영역 두 번째는 정년퇴직한 교장이 “삶의 구석구석을 둘러보며” 경험하는 과정으로 학교를 떠나 독립한 후 퇴직 생활에 적응하는 과정을 드러냈다. 참여자들은 퇴직 후 달라진 삶의 변화를 마주하며 생활에 적응하는 과정에서 그동안 자세히 살피지 못한 다양한 상황과 문제에 직면하였다.

### 1) 생활의 변화를 마주하며

참여자들 중에서 퇴직 준비가 철저히 이루어지거나 뚜렷한 특기가 있는 사람은 준비되지 않은 참여자보다 무리 없이 은퇴 생활에 적응하였다. 그러나 퇴직 준비를 한 사람 중에서도 참여자 A는 갑자기 들이닥친 예기치 않은 가정적인 상황으로 계획을 미루는 일이 생겼다.

계획을 세웠는데 아내 병간호로 여행과 악기연주는 미뤄지게 되고 또 사별 후에는 코로나가 왔잖아요. 코로나로 3년간은 못했잖아요. 그러니까는 그동안은 이렇게 활동하고 싶어도 제약이 있었잖아요. 코로나로 모임 활동하는 것이 위축이 되었죠. (참여자 A)

참여자들은 대부분 퇴직 후 생활적응을 위해서는 퇴직 준비 교육이 변화된 삶을 준비하는데 필요하다고 생각했다. 참여자들은 퇴직을 앞두고 은퇴 준비 교육이 필요한 시점은 대개 3년 전후라고 말했으며 이론보다는 본인이 경험한 퇴직 후 현실적인 이야기가 필요하다고 하였다. 예를 들면 세법, 연금 관리, 관심 분야를 영역별로 세부적으로 구성하기 등이다. 참여자 E는 은퇴 준비 교육이 필요하다고 인식하였기 때문에 누구에게든지 권하고 싶다고 말했다. 반면에 참여자 K는 교육의 필요성은 느끼지만 은퇴 준비 교육의 도움을 크게 받았다고는 생각하지 않는다고 진술하고 있어서 교육이 미치는 영향에 대해서는 개인차가 있었다.

기본과정 교육은 받았어도 그때 연금 관리에 대한 이야기도 해주시고, 그다음에 이제 건강 관리, 그다음에 은퇴 설계도 이제 여러 가지 다 방면에 있어서 약간 이렇게 방향성이라든가 이런 거는 쪽 한번 잡아주셨거든요. 그 교육이 굉장히 도움이 많이 돼요. 그 교육은 누구한테든 제가 권하고 싶어요. (참여자 E)

근데 그것이 내가 나중에 정년하고 난 다음에 그 도움을 굉장히 크게 받았어라는 라는 사실은 그렇게 없는 것 같아요. 그러나 정년을 앞둔 관리자는 필요해요. 필요하죠. 어떤 분들은 3년 전 혹은 2년 전에 막 받고 4년 전에 받는다는데 뭔지도 모르고 학교생활을 충실하게 하다가(중략) (참여자 K)

### 2) 살아온 길을 의식하는 두 마음

참여자들은 교장 퇴직자에 대한 주변의 시선을 의식하였고, 교육적이거나 행정적인 일을 처리할 때는 교장 출신이라는 신분으로 오히려 인정받았



다. 참여자들은 활동하는 기관에서 지도자로서 처신하게 되고 지위를 적절하게 활용하면 좋다고 하였다. 이처럼 교장의 성취가 퇴직 후 생활적응에 미치는 영향은 겉으로 표시를 내지 않더라도 마음속에서는 대부분 자부심을 느끼게 해주었다. 참여자 J는 교장 퇴직자라는 신분에 대하여 타인과 자신을 의식하며 사는 것은 오히려 자연스럽다고 생각했으며 그런 자각을 하며 사는 것이 필요하다고 하였다. 참여자 F는 퇴직 후 사회에서 직위가 부질없고 차이점을 느끼지 못하지만, 평교사 퇴직자들의 마음속에 승진 좌절에 대한 자각지심이 있는 것 같다고 하였다.

교장 했는데 활동하면서 함부로 행동을 하거나 뭐 하거나 하는 데는 좀 신경을 쓰죠. 타인을 의식하기도 하고 스스로도 의식하기도 하고요. 자연스러운 어떤 현상이라고 봐야죠. 교장이라도 한 사람이라는 것을 일주일에 한 번 정도는 자각을 해야한다고 봐요. (참여자 J)

물론 다 지나갔기 때문에 부질없는 일이지만 아쉬움이 남지 않을까 하는 그런 생각이 들더라고요. 준비한 사람들이 모두 다 되면 좋겠지만 그중에는 준비하다가 또 건강으로 또는 다른 사연으로 인해서 포기한 사람들이 또 꽤 있거든요. (참여자 F)

### 3) 삶으로 다가오는 문제들

참여자들은 퇴직 후 가장 부담스럽고 심각한 문제와 부딪치며 새로운 생활에 적응해 나갔다. 참여자들은 경제적인 어려움은 크게 없었으나 심리적 소외감, 건강 문제, 가족관계의 갈등, 사회적 역할 상실, 여가 활용, 재취업 문제, 교우관계 등의 문제를 안고 있었다. 참여자 C는 배우자가 병고에

시달리는 상황에서 요양원과 가정을 오가며 그동안 계획했던 퇴직 후 모습과는 거리가 먼 삶을 살고 있었다.

집안에서 환자가 하나 나오게 되는데 전체가 다 흔들릴 정도 되는데 그거를 한 2년간 집사람이 저렇게 병고에 있을 때 굉장히 어려웠어요. 온갖 약을 다 쓰면서도 찾아내고 그랬을 때가 굉장히 좀 어려웠고. (참여자 C)

### 4) 퇴직 후 삶에서 건강의 의미

참여자 K는 퇴직 후 역할 상실을 실감하며 삶의 낙을 잃은 채 심리상담소를 찾아 치유하려고 노력했지만 쉽지 않았다. 퇴직 후 신체적, 심리적 어려움을 겪게 되고 극복하는 과정이 있었기 때문에 면담에서 솔직하게 진술할 수 있었다고 했다. 퇴직 후 생활을 혼드는 건강의 적신호는 삶의 중요한 의미가 되었다. 참여자 L은 퇴직 후 뇌졸중 증상이 있었고 이를 극복하기 위한 재활치료에 집중하고 있기 때문에 의욕이 넘친다고 하더라도 건강을 잃으면 소용없다는 것을 삶에서 직접적으로 경험했다.

근데 그때 정말 바닥에 떨어졌을 때 그때 비해서는 지금은(중략) 만약에 그때 바닥으로 떨어졌을 때 만약 이런 인터뷰 요청이 왔다면 안 했을 거예요. 그때는 기쁨이 뭐지 행복이 뭐지 다 잊어버렸어. 혼자서 어디 저기 심리상담연구소 이런 데를 이런 데를 가보기도 했죠. 도움이 안 됐어요. (참여자 K)

지금은 생활을 넘어서 생존이기 때문에. 뇌졸중 극복하려고 하는 것에 집중하고 있죠. 저는 건강을 거기서 순간적으로 잃었잖아요. 이제 그런데 그것만 아니었더라면 무난한 생활을 했

을 것 같아요. 그리고 이제 건강하지 안 해보니  
까 다 필요 없더라고요. 퇴직 이후에 6개월까지는  
괜찮았는데(중략) (참여자 L)

### 5) 관계맺기에 새롭게 적응하기

참여자들은 재직기간에 수많은 사람과 인간관  
계를 맺어왔다. 그러나 퇴직으로 사람들과의 단절  
을 경험하면서 퇴직을 실감하게 되었다. 참여자 G  
는 퇴직 이후의 전화번호에 저장된 사람들에게서  
연락이 오는 경우가 많지 않았다. 퇴직 후 현직의  
사람들과 교류할 일이 거의 없었으며 동료 직종에  
서 비슷한 시기에 퇴직한 동료들 위주로 모임을  
하는 등 인간관계망이 축소되었다. 퇴직과 무관하  
게 성격적으로 관계성 맺기의 어려움을 겪는 참여  
자도 있었다. 참여자 K는 퇴직과 무관하게 성격적  
으로 관계성 맺기의 어려움을 겪기도 하였다.

퇴직하고 나니까 물론 코로나도 왔어요. 후배  
들하고도 단절이 되고 현직하고도 단절이 되고  
유리되고 이제 쉽게 말하면 단절되면 소외감도  
있잖아. 막 엄청나게 내가 전화에 천오백 명 정  
도 연락처가 있었고 근데 전화가 안 와. 이제  
뭐만 오냐면 애경사만 오고 전화는 안 와. 이제  
단절된 느낌은 들더라고요. (참여자 G)

성격으로 인한 어려움이 많이 있죠. 많이 있어  
요. 교직에서 그러기 때문에 내가 공적인 생활  
을 한다는 게(중략) 나는 자연인을 너무 열심히  
보고 있으면 처음에는 남편이 너무 싫어하더라  
고요. 꼭 내가 거기 들어가서 혼자서 살아볼 것  
같은가 봐. (참여자 K)

### 6) 가정에서 보내는 시간

함께 사는 가족 외에도 곁에 있는 사람들이 있

으면 마음을 나누고 얘기할 수도 있고 어려움을  
나누면서 위로를 받을 수 있었다. 참여자들은 가족  
외에 찾아오는 제자들이 있었고, 대부분 친한 친구  
와 교제하고 있었다. 참여자 H는 가정에서 가족과  
함께 보내는 시간이 늘면서 서로의 요구사항이 많  
아지고 잔소리가 늘기도 하였다. 참여자 G는 자녀  
가 장애 판정을 받게 되면서 출퇴근 운전을 하는  
등 뒷바라지를 하고 있었다. 이같이 가족에 의미를  
두고 배우자와도 적응의 문제를 겪거나 가정에서  
의 역할이 바뀌면서 가족과 함께 무엇을 하며 어  
떻게 보낼지는 혼자 풀어야 하는 문제가 아니라  
가족이 함께 풀어야 할 영역이었다.

집 안 청소 등은 하기는 하는데 아직도 많이 부  
족해서요. 퇴직 전에는 시간이 없어서 못 했는데  
지금 더 많이 하죠. 로봇청소기로 하면 여  
기저기 부딪치고 그런다고 오히려 얻어들어  
요.(히히히) 여전히 집사람과 잘 지내는데 잔소  
리가 좀 심해져서 멀어졌는데 뭐 그렇죠. (참여  
자 H)

전에는 없었는데 늦게 발견했고 점점 심해지고  
있고 검사를 해가지고 지금 장애가 된 거예요.  
성인인 돼서 발견했는데 유전자병이라 어떻게  
할 수가 없어. 예방이 아니라 이제 더더지만  
을 바라지(중략) 그래서 내가 운전을 해줘야  
돼. (참여자 G)

### 7) 힘이 되는 긍정 정서

참여자들은 퇴직 후 긍정적인 사고방식이 어려  
운 일을 당할 때 힘이 되었다. 참여자들은 긍정적  
인 생각과 다양한 방법으로 불필요한 스트레스를  
해소하고 삶의 활기를 찾았다. 또한 참여자들 대부  
분은 신앙이 있었다. 참여자들은 어려움을 당할 때

상황을 긍정적인 마인드로 전환하여 극복하였다. 참여자 I는 관행적으로 운영되어온 시스템 앞에서 지식과 이론만으로는 당면한 문제를 해결할 수 없어서 감정이 상하고 분노가 일어났으나 인생 공부를 시킨다고 생각하고 물러날 뿐이었다.

엄마가 편찮으셔서 장기 요양 등급을 받게 하려고 병원 다니지. 치매 안심. 이런 일들이 힘들더라고요. 우리가 학교에서 일하는 것처럼 정확하게 하지 않아. 그야말로 황당한 경우도 보고 열받는 경우도 보면서 아 하나님이나 나를 또 인생 공부시키시는구나 생각하죠. (참여자 I)

이처럼 퇴직 후 생활의 적응은 획일적이지 않고 퇴직자별로 처한 환경과 상황, 개인의 특성에 따라서 적응 수준과 양상이 달랐다. 특히 생활의 변화는 신체적, 정서적, 관계적, 가족적 측면에서 적응하기 위해 환경과 상호작용하는 모습을 보였다. 참여자들은 퇴직 후 배우자의 병환이나 사별, 자녀의 특수상황, 자신의 개인적 성격, 개인의 질병 등으로 적응상 다양한 모습을 보였다.

### 3. 사회에 손발을 내밀며

구성요소 영역 세 번째는 “사회에 손발을 내밀며”로 서서히 마음을 추스르기 위하여 물러서서 차분히 자신이 나아갈 방향을 탐색하는 과정이었다. 교장 퇴직자는 그동안의 경험을 살리는 활동에 참여하는 것은 당연하다고 생각하였고, 자기의 삶을 주체적으로 살아가기 위하여 준비하는 마음으로 적응하고 있는 모습을 보였다.

#### 1) 활동하며 살아가기

참여자들은 현재 자신이 그 분야에서 활동하게 된 특별한 동기가 있었다. 특히 참여자 B는 퇴직

전부터 관련 정보를 모으고 준비하여 퇴직과 동시에 요양시설 창업을 하였고, 참여자 C는 재직시에 사회복지사 공부를 했었는데 아내의 병환으로 우연히 요양보호사로 취업하였다.

그것이 나는 그래서 보면 사람들이 대개 창업을 한다는 것이 혼자서는 힘들어. 그 정보가 있어야 될 거 아닌가. 그러니까 정보가 있어야. 그래서 나는 이제 우리 집사람이 이 계통에서 그걸 하고 있으니까. (참여자 B)

퇴직 이후 3년 후부터, 재직 시에 교장 재직 시에 사회복지 공부를 했어요. 취득을 하고 정년하고 나서 작년에 노인복지 관련해서 프로그램 운영을 좀 해달라고 해서 가서 일 년간 했어요. 사회복지사로 일을 하다가 요양보호사 자격증을 작년 12월에 취득을 해서 프로그램을 운영하죠. (참여자 C)

#### 2) 물러서서 바라보기

참여자 일부는 마음을 추스른 후 자신이 지향하는 삶을 살기 위하여 계획 중이거나 자발적인 봉사활동을 하고 있었다. 그들은 자신이 하고 싶은 일을 주도적으로 하면서 구속되지 않은 삶을 살고 싶어 했고, 유의미한 사회활동을 하기 위하여 그동안 지친 몸을 먼저 추스르고 싶어 했다. 특히, 참여자 A는 교육과 동떨어진 일은 할 줄도 모르고 터는 하고 싶지 않기 때문에 차분히 물러서서 현직에서 못했던 자신의 개인 생활을 하고 싶다고 하였다. 참여자들이 현재 활동을 하는 가장 큰 이유는 건강과 자아실현으로 나타났다. 참여자 M은 사회참여가 하고 싶은 일이나 봉사활동 등으로 사회에 아직은 쓸모 있는 사람이라는 느낌이 들게 만드는 길이라고 하였다. 참여자 H는 활동을 할

의지는 있으나 희망하는 것을 찾지 못하고 있는 것은 관심 분야를 구체적으로 생각하지는 않았고 그다지 절박하지 않기 때문인 것 같다고 하였다.

돈에 얽매이고 싶지 않아서요. 그냥 교육사업 같으면 봉사라도 하겠는데 내 자원을 사용하면 좋겠는데 그게 아니라 교육과 동떨어진 일은 안 하고 싶죠. 또 할 줄도 모르고요. 애들을 가르치기만 했기 때문에(중략). (참여자 A)

항상 저는 뭔가 도전하고 성취하고 싶은데 그리고 내가 아직 쓸모가 있다라는 그런 어떤 생각 그렇지 이제 이제 여기서마저도 안 되면 이제 결국은 이제 이 세상에 쓸모없는 사람으로 전락하지 않을까. 저는 세상에 필요한 사람으로 살다가 갈 수 있게 해달라고 기도해요. (참여자 M)

귀천을 떠나서 공공일자리 같은 거 못할 거 같아요. 다칠 거 같은 생각이 들고 힘들잖아요. 절박하면 할 수도 있겠죠(중략) 관심이 있긴 하는데 나에게 맞는 희망하는 것을 못 찾고 있고. 나름대로 자존감이라고 했지만 보조만 하고 싶어. 그런데 그런 일이 없잖아. 절실하지 않아서 그래요. (참여자 H)

### 3) 경험을 살리는 길 찾기

퇴직은 은퇴자들이 또 다른 미래를 꿈꾸며 준비하는 전환점이다. 참여자들은 사회참여 활동을 통하여 정년퇴직 후의 자신의 잠재된 인적자원을 활용하고 싶어 했다. 참여자들은 다방면에 재능과 재주가 많은 참여자는 경력과 무관한 일이라도 평소에 해보고 싶었던 분야를 개발해서 능력을 발휘하고 싶어 했다. 그러나 이미 현직에서 물러났기

때문에 생각에 그치고 있었다. 참여자 F는 사회참여를 통한 봉사활동을 하는 것은 그동안 혜택받은 사람으로서 당연하고 적극적으로 참여하도록 해야 하지만, 개인이 자발적으로 나서는 것은 한계가 있다고 하였다.

당연히 이제 그동안의 혜택을 받았기 때문에 사회참여하는 것은 어찌 보면 당연하죠. 그러나 개인이 자발적으로 나서는 것은 한계가 있지 않을까라는 생각이 우선 들고 그러한 부분들이 많다고 하면 당연히 퇴직자들도 사회참여를 하지 않을까. (참여자 F)

### 4) 준비하며 적응하기

현실적으로, 하고 싶은 일을 할 수 있도록 일자리가 마련되어 있지 않았다. 참여자들은 건강만 허락한다면 가슴 뛰는 일들을 찾아 그동안의 교직 경험을 살려서 사회로 되돌려주고 싶었다. 퇴직 후 사회참여 활동을 할 때 주변 사람들의 반응이나 자기 행동은 퇴직 전의 직업과 무관하지 않았다. 참여자 I는 교장에 대한 사회적 예우는 퇴직 이후에도 그 지위와 역할에 긍정적인 의미 부여를 하였다. 이처럼 교장 경력이 적응하는 데 도움이 되고 있으며 교장 퇴직자에 대한 사회의 긍정적인 시각을 의식하며 사회참여의 적응이 수월하다는 것을 알 수 있다.

교장 티를 안 내지만 우리를 또 바라보는 사람들은 그렇게 안 보더라도. 더 좋게 생각하더라고. 우리 교회의 공동체만 봐도 뭐 설거지 누구나 할 수 있는 일이잖아요. 근데 교장이었기 때문에 교장 선생님을 했는데도 불구하고 티도 안 내고 겸손하게 하신다고 해서 더 높이 그렇게 생각을 해 주는 것 같더라고요. (참여자 I)

또한 건강이 먼저 준비되었을 때 하고 싶은 일을 자유롭게 계획하며 타인이 아닌 자신의 삶을 주체적으로 살아갈 수 있었다. 참여자 대부분은 퇴직 후 자발적으로 사회 속에 들어가 손을 내밀고 동참하는 생활은 적응에 유리하다고 하였다. 참여자 D는 자기 경험을 살려서 잘할 수 있는 일을 계속하면 보람이 있으므로 면밀하게 계획하고 활용할 수 있도록 구체화해야 한다고 하였다. 이처럼 퇴직 이후에도 할 일이 있다는 것은 생활적응에도 여러모로 큰 강점이 될 뿐 아니라 자신의 삶을 주체적으로 이끌어가는 발판이 되었다.

내 경우에 비춰서 교직에 있으면서 못했던 것이 뭔가를 체크해가지고 퇴직 후에는 이제 자유로운 몸이 됐으니까 어떤 직책으로서의 이제 벗어났기 때문에 자기가 하고 싶었던 걸 주체적으로 해보라고 말하고 싶어요. 내가 그렇게 하고 있기 때문에. (참여자 D)

참여자들이 사회에 손발을 내밀고 싶어 하는 이유는 사회에 몸을 숨기는 것이 아니라 건강한 생활을 이어가면서 교직 생활의 경험을 살리는 자아 실현의 삶을 살기 위해서였다. 참여자들은 나이에 연연하지 않고 세상에 손을 내밀며 소통하고 싶어 했다. 이처럼 참여자들이 활동하고 싶어 한다는 분석 결과를 통해서 이들의 준비와 적응을 도와서 사회 곳곳에서 활동할 수 있도록 다양한 프로그램이 개발된다면 교장 퇴직자에 대한 실질적인 기초 자료가 될 수 있을 것이다.

#### 4. 살아보고 싶은 노년 마주하기

구성요소 영역 네 번째는 “살아보고 싶은 노년 마주하기”로 아직 살아보지 않은 노년기를 맞이하는 참여자들은 풍요로운 노년을 위해서 가장 의미 있는 활동은 봉사하는 삶이라고 생각하고 이를 실

천하기 위해서 끝없이 배우는 자세가 필요하다고 생각하고 있었다.

##### 1) 가능성과 한계를 끌어안음

참여자 J는 적응이 노년기 건강에 중요하고 지금 살아가는 모습이 곧 나이 들었을 때 자기 모습이므로 미리 준비하는 습관이 필요하다고 하였다. 특히 참여자 B는 사회활동을 함으로써 노년의 외로움을 달래고 치매 예방에도 도움이 되기 때문에 노후의 활동은 매우 중요하다고 하였다.

관리를 잘해야 하지 않나. 지금의 생활이 곧 나이 들었을 때 생활이니까. 글썄요. 그러려면 그걸 이렇게 해놓고 활동들을 또 그에 맞춰 가야 하지 않을까 그게 드러나면 가족들이 볼 때 저런 생각을 갖고 살구나 이렇게 알 수 있도록(중략). (참여자 J)

이제 혼자 아무리 똑똑한 사람도 혼자 있으면 치매 오게 돼 있어. 외롭고 외로우면 이게 두뇌가 헛생각해요. 그러면 그건 결국 섬망 망상으로 이어지잖아. 나이가 들어도 뭔가를 하고 있다는 것은 대단히 중요해요. (참여자 B)

##### 2) 의미 있는 일을 찾음

참여자들의 직업 세계는 최선으로 시작해서 최선으로 충실하게 마쳤으며 자신을 지켜보는 후배들에게 조언한다면 퇴직 후 가장 의미 있는 일은 봉사하면서 사는 삶이라는 것으로 작용하고 있었다. 무료하게 시간을 보내는 것보다 배운 것을 활용하며 활동하는 것이 건강에도 도움이 된다고 생각했다. 참여자 M은 지금이 가장 젊은 날이므로 철저하게 준비하면 건강한 노년기를 맞을 기회가 찾아올 것이라고 하였다.

저는 이제 그러면 우리가 흔히 하는 말로 지금 이 가장 젊은 날이잖아요. 아직 오지 않는 날 앞으로 가야 할 날이 조금 남아있다면 그날들을 위해서 저는 철저히 준비하고 싶어요. 준비하면서 가야 한다는 생각이 들어요. (참여자 M)

### 3) 끝없는 배움의 길

다가오는 초고령사회에서 본질적인 삶의 의미를 추구하는 데 필요한 자세 몇 가지가 있었다. 살아보고 싶은 노년을 위해서 가장 요구되는 자세는 다시 배우는 자세로 살아야 한다는 것이다. 이를 위해서는 솔직한 자세로 살아가기, 욕심을 버리고 능력을 펼치기, 겸손한 자세로 배우고 참여하기, 더불어 살며 나누는 삶 등이다.

참여자 D는 본질적인 삶의 지침과 솔직한 마음을 조명하는 삶의 연구는 퇴직예정자에게 지침이 되고 퇴직자에게는 궤도수정의 발판이 될 것이라고 하였다. 참여자 F는 퇴직자는 욕심을 내려놓는 자세가 요구되며 국가적으로는 참여를 돕는 제도적 뒷받침이 필요하다고 하였다.

아까도 얘기 나왔던 것처럼 퇴직을 앞둔 사람한테는 하나의 지침이 될 것이고 퇴직을 한 사람들도 참고가 돼서 내가 이렇게 하고 있는데 이런 사람도 있네! 궤도수정이 가능할 것 같아요. (참여자 D)

퇴직 교장들에게까지 국가가 뭘 해달라고 하기는 좀 어렵고요. 그런 욕심을 내려놓고 퇴직 교장들의 인적자원을 활용하기 위하여(중략) 접근성있게 지역에서 필요한 일손을 군, 면별로 뒷받침되는 제도가 있으면 좋겠지요. (참여자 F)

누구에게나 삶을 살아가는 동안 배움은 끝이 없다. 사회적 지위를 갖춘 교장 퇴직자일지라도 다시

낮은 자리에서 겸손한 자세로 배우기를 멈추지 않았다. 참여자 J가 진솔한 것처럼 봉사 정신을 통해서 역할을 나누고 서로 협력체계를 구축하는 일은 또 다른 기회를 제공받는 길이라고 본다. 참여자 H는 교육은 봉사이기 때문에 퇴직 이후에도 소속감을 가지고 사회에 참여할 수 있도록 연결시스템을 구축할 필요가 있다고 하였다.

국가, 지원청, 학교로 체계화할 할 필요가 있다. 이것은 교육과 따로 지원청 따로 국가 따로가 아니라 쪽 일률적으로 체계화해서 이 역할을 그렇게 좀 더 그것을 구체화하고 역할을 나눠. 그러면 지자체도 이거 학교 일인데 교육청이 왜 관여하냐가 아니라 서로 연결이 되어야죠. (참여자 J)

교육은 어쨌든 봉사잖아요. 사회봉사를 통해서 국가 혜택을 받은 거니까 개인적으로 시간을 의미 있게 보낸다면 좋은데 봉사한다고 해도 시간이 지나면서 잊히고, 소속감을 느끼고 끈을 연결하는 조직이랄까 그런 것이 있으면 좋겠어요. 사람이 개인적으로 움직이기 쉽지 않거든요. (참여자 H)

이처럼, 살아보고 싶은 노년과 마주하는 것은 노년의 자원과 삶이 참여자들의 자세로부터 시작되어 사회로 확장되어 가는 것을 의미한다. 또한 퇴직 후 생활상의 유연한 적응은 건강한 노후 적응을 위한 사회참여로 연결되고 있었다. 다가오는 초고령사회에 대응하는 방안으로 의미 있는 삶을 추구하는 노년의 삶을 위해서 봉사할 수 있는 길을 열어준다면, 퇴직자뿐 아니라 노인과 더불어 살며 나누는 노인복지정책의 지원 폭을 확대하는 길이 될 것이다.

#### IV. 요약 및 결론

본 연구는 정년퇴직한 교장을 대상으로 퇴직 후 생활적응에 관한 본질과 의미를 현상학적으로 밝히고자 하였다. 이를 위해서 심층면담을 실시하여 수집된 자료를 Giorgi의 4단계 분석 방법으로 파악하였고 면담자료를 분석한 결과 4개의 구성요소가 도출되었다. 이상의 결과를 중심으로 결론을 요약하고자 한다.

첫째, 참여자들은 교직과 교장 생활 전반에 걸쳐 교직 생활이 적성에 맞았고 직업적으로 교직을 당연하게 생각하며 오로지 앞만 보고 달렸다. 그들은 확고한 신념과 솔선수범의 정신으로 자신이 하고 싶은 일을 성취하고, 그 과정과 결과에 대해서 스스로 만족하고 보람을 느끼는 것을 성공의 의미로 생각했다. 이렇게 직업생활에서 얻은 자긍심이 삶에 긍정적인 변화를 가져오고 퇴직 후 새로운 삶을 마주하는 출발점이 되었다. 둘째, 참여자들은 30년 이상을 보낸 학교를 떠난 후 신체적, 정서적, 관계적, 가족적 적응 등 다양하게 생활의 변화와 마주하였고 생활적응에 개인차가 있었다. 또한 참여자들은 은퇴 준비 교육의 영향에 대해서는 각자 체감한 결과가 다르게 나타났으나 구체적으로 퇴직 준비를 할 필요성을 느꼈다. 셋째, 본 연구에서 활동을 희망하는 참여자들은 퇴직 이후에도 직업에 대한 의미와 중요성을 드러냈고 이는 사회참여 활동으로 이어졌으며 생활적응에도 도움이 되었다. 참여자들이 30년 이상 근무했던 조직을 떠나 퇴직을 한 후 사회로의 적응이 필요했다. 넷째, 참여자들에게 교장 퇴직자라는 신분이 심리적, 사회적, 가정적, 신체적으로 퇴직 후 생활에 영향을 미쳤고 그 정도는 개인차가 있었다. 이들은 노년의 역할이 살아있는 삶을 원했지만, 아직 살아보지 않은 노년을 마주하는 상황에서는 각자의 경험과 상

황에 따라 반응이 다르게 나타났다.

본 연구에서 참여자들은 퇴직 전 직업 세계의 경험으로 성취에 대한 긍정적인 자신감을 느끼고 있어서 사회적 자원이 풍부하다고 볼 수 있다. 정년퇴직한 교장으로서는 인지적 자원은 풍부하나, 가정 환경 등 동기적 자원이 뒷받침되지 않는 상황에서는 퇴직 후 생활적응이 위축되는 것으로 나타났다. 참여자들의 삶은 상황적 맥락에서 복합적으로 연결되는 일련의 과정이며 퇴직 후 삶의 적응 또한 동일한 모습이 아니라 개인차가 존재하는 것을 알 수 있었다. 본 연구에서 참여자들은 사회 구석구석을 돌아보고 손을 내밀며 학교 밖 환경에 적응하면서 사람들과 함께 가고 싶어 했다. 이러한 분석을 통하여 본 연구의 본질적 주제는 “나이테처럼 동심원을 새기며 돌음 하기”라고 할 수 있다. 정년퇴직한 교장들이 그동안 반듯한 학교 계단을 밟아왔다면, 이제는 동그랗게 열린 원형 계단을 밟고 돌고 도는 인생 학교라는 구조 안에 들어와서 사람들과 손을 맞잡고 있는 모습을 연상할 수 있다.

위와 같은 결과를 토대로, 퇴직자가 사회에 도움을 줄 수 있는 실질적이고 효율적인 지원 서비스나 제도, 그리고 사회가 퇴직자를 대상으로 사회 참여 활동을 개발하기 위한 구체적인 실천 방안 및 정책을 제안하고자 한다. 첫째, 퇴직자에게 적합한 일자리 매칭 서비스 시스템을 구축하게 되면 실천 현장에서 직접 서비스를 제공할 수 있을 것이다. 예를 들면, 도서관 공간을 활용한 퇴직자와 학생 일대일 매칭 서비스, 교육기관 학교폭력전담반 구성, 특기별 방과 후 학습·생활·상담 활동 보조, 전공별 신규교사 인턴 활동 지원, 퇴직예정자 대상 퇴직 준비 프로그램 연수 강사 등을 들 수 있다. 둘째, 고령화와 인구감소로 인해 농산어촌 지역에서는 교통, 의료, 교육 등 인프라가 부족한 상황에서 지역경제 및 지속적인 발전에 어려움이

많다. 이에 교장 퇴직자의 지역 근무 경험과 노후 우를 바탕으로 지역사회와 연계된 교육 프로그램을 개발하고 보급할 수 있게 할 필요가 있다. 셋째, 교장 퇴직자가 지역사회 서비스를 지원할 수 있도록 종교기관과 공공기관 및 민간기관인 개별 사회 복지 실천 현장과 연계하는 시스템이 필요하다. 본 연구에서 참여자 1명을 제외하고 모두 종교를 가지고 있었고 종교기관에서 비공식적으로 자원봉사활동을 하며 지역사회에 필요한 서비스를 제공하고 있었다. 따라서, 이와 같은 시스템이 구축된다면 생활시설, 이용시설 등 자발적 자원봉사 활동이 활성화되는데 이바지할 수 있을 것이다. 넷째, 퇴직 후 심신의 안정과 건강한 노후 준비를 위한 퇴직자 심리상담센터 운영으로 노후 정신건강 증진 및 치매 예방 교육, 웰에이징 교육 등 노후 대비 프로그램 개발과 보급이 필요하다. 참여자 중에서는 가족이나 자신의 정신적, 신체적 건강 문제로 어려움을 겪고 있었고 건강증진 서비스에 큰 관심을 보였다. 일부 참여자들은 치매 전문 교육 연수를 받은 후 치매 예방 교육의 중요성을 몸소 깨달았으며 퇴직 전부터 개인적으로도 이에 대한 준비가 필요하다고 하였다. 다섯째, 퇴직 전 퇴직 준비 프로그램을 설계할 때 교장 퇴직자만을 위한 자원봉사 조직이 아니라 기존의 프로그램을 활용할 수 있는 방안을 제시하고 홍보한다면 사회통합적인 측면에서 매우 유익할 것이라고 생각된다. 예를 들어, 퇴직 준비 프로그램에서 지역아동센터나 사회 복지 관련 기관 등 다양한 곳을 순회하고 실제로 체험하게 하여 퇴직 후 활동을 연계할 수 있다. 퇴직자 중심으로 퇴직자 간의 네트워크를 구성하여 교육 프로그램을 개발하게 하고 이를 통해 다양한 경험과 전문성을 활용할 수 있다. 이러한 교육 프로그램은 퇴직한 교육전문가들에게 의미 있는 활동의 기회를 제공할 수 있다. 이는 유익한

사회적 인적자원을 최대한 활용하는 방안이 되어 교육의 질을 한 단계 더 높일 수 있을 것이다. 또한 교직 퇴직자를 보는 사회적 인식을 보다 더 긍정적으로 바꿀 수 있는데 기여할 것이다.

이 연구의 제한점이자 후속연구에 대한 제언은 첫째, 참여자들은 사회참여 활동의 일환으로 봉사 활동에 대해 긍정적인 반응을 보였으며, 퇴직 후 6년이 지난 퇴직자들도 다양한 사회참여를 경험하고 있을 것으로 추정된다. 이러한 퇴직 후 초기 경험 자료를 토대로 장기적인 관점에서 70대 이상 노인들의 사회참여 활동에 대한 추적조사가 필요하다. 둘째, 본 연구는 1회 심층면담을 진행하였으나 후속 연구에서는 Giorgi(2003)의 기술적·현상학적 방법을 효과적으로 적용하기 위해 3~5회로 면담 횟수를 결정하는 것이 필요하다. 셋째, 참여자들은 퇴직 후 생활영역이 직장에서 가정으로 전환되었기 때문에 가정이 일상생활에서 더 중요한 적응 장소로 부각되었다. 이에 재구성된 부부관계를 새롭게 평가하고 점검할 필요가 있다.

본 연구는 정년퇴직한 교장들이 경험한 퇴직 후 생활적응의 본질에 관한 정보를 제공하였고 교장 퇴직자의 인적자원 활용의 가치를 이해하고 동료 직종에 종사했던 공직 경력퇴직자의 전문 인적자원을 효율적으로 활용하기 위한 구체적인 방안을 제시하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다.

## References

- Atchley, R. C(1976) *The sociology of retirement*. Cambridge, Schenkman, MA: Schenkman Pub
- Baek EY(2009) Determinants of retirement satisfaction of retirees. *Korean Soc Gerontol Soc Welfare* 44, 345-371. doi:10.21194/kjgsw..44.200906.345
- Bael EY(2011) Determinants of retirement preparation and the types of preparation of the baby boomers. *Soc Security Res J* 27(2), 357-383



- Chae IS(2007) Phenomenological study on the care-giving experience of the family who are caring for mature-aged children with the mental disability: focused on psychological well-being. Dissertation, Pusan National University, pp1-202
- Choi SJ(1986) A study on the development of measuring scale of the concept of life satisfaction. Korean Cult Res Inst Ewha Womans Univ 49, 233-256
- Erikson EH, Erikson JM(1998) The life cycle completed(extended version). W. W. Norton & Company
- Giorgi A(2003) Qualitative research. Methodology, Thousands Oak, CA: Sage
- Han HJ, Kang ES(2001) Changes of life condition after retirement. J Korean Acad Psychiatr Ment Health Nurs 10(2), 203-219
- Heo JM(1993) A study on the aged schoolteachers' preparation for the retirement and retired schoolteachers' social adaptation. Dissertation, Korea National University, pp1-272
- Hwang SD(2004) Qualitative study on Korean middle-aged man's process of adaptation to life after early retirement. Master's thesis, Gangnam University, pp1-94
- Jeong JS, Bak HS(2019) The influence of baby boomers' retirement anxiety and retirement attitude on senior life plans. J Human Soc Sci 10(1), 689-702
- Kang GS(2008) Grounded theory approach on the adaptation process related to retirement for elderly. J Korean Gerontol Soc 28(3), 477-496
- Kho HJ(2012) (A) study on the typology of Korean retirees: using the Mixture Model. Dissertation, Ewha Womans University, pp1-121
- Kim BT(2018) A study on retirement adaptation type and retirement asset withdrawal strategy of baby boomer. Dissertation, Seoul National University, pp1-256
- Kim NY, Kim SH, Jeong EH(2007) The study of the experience and life process of retired elderly men: used the grounded theory method. Korean J Family Soc Work 21, 1-35. doi: 10.16975/kjfs.2007..21.009
- Kim GY(2017) A study on the talent donation experiences of retired teachers in lifelong education. Master's thesis, Dongui University, pp1-127
- Kim JK, Song HJ(2010) The factors affecting retirement adjustment by elapsed time from middle-aged & advanced-aged retiree's retirement. J Korean Home Econom Assoc 48(6), 83-101. doi:10.6115/khea.2010.48.6.083
- Kim MR(2013) The effect of pre-older adults' successful ageing and the mediating effect of preparation for older life on the life satisfaction. Korean Soc Gerontol Soc Welfare 62, 257-287. doi:10.21194/kjgsw.62.201312.257
- Korean National Statistical Office(2023) The statistics on the elderly. Available from <http://kostat.go.kr> [cited 2023 June 16]
- Ku KH, Yun MH(2014) A program design through needs assessment about teachers' pre-retirement education. J Lifelong Learning Soc 10(3), 119-144. doi:10.26857/JLLS.2014.08.10.3.119
- Kwon EB, Lee JH(2011) The determinants of life satisfaction in male retirees: focus on retirement-related variables and marital quality. J Family Relat 15(4), 73-92
- Lee EJ, Lee JY(2020) A study of the retirement anxiety adaptation process for middle-aged men in their 50s. Global Creative Leader: Educ Learn 10(4), 371-403
- Lee HS(2016) An analysis of research trend in women's retirement: based on the publications in academic Journals and Theses. Issues Feminism 16(2), 177-214. doi:10.21287/iif.2016.10.16.2.177
- Lee YJ, Kim NS, Kee YH, Hong SH(2013) Meaning of retired elderly people's work-experience through social employment: modified grounded theory. J Vocational Educ Res 32(6), 133-156
- Nam SH(2017) Glaser's grounded theory approach on adaptation of the life for elderly retirees. Korean J Qualitative Res Soc Welfare 11(1), 5-29. doi:10.22867/kaqsw.2017.11.1.5
- Wang Mo, Kène Henkens, Hanna van Solinge (2011) Retirement adjustment: a review of theoretical and empirical advancements. Am Psychologist 66(3), 204-213. doi:10.1037/a0022414