



01. 가르치지 않는 선생님, 떠나지 않는 주민 : 연천 지역 공공문화예술 프로그램 참여 경험에 관한 현상학적 해석학 연구	04
김윤지 추계예술대학교 문화예술치유연구소 연구원	
02. 경기북부민의 퇴근길 '심리적 전환'과 야간 문화 연구 : 의정부 및 인근 도시를 중심으로	22
하늘 경희대학교	
03. 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 분석	36
안문경 스크라란, 대표	
04. 도서관 폐기도시의 미술치유 매체 가능성 탐색 : 시니어 대상 프로그램 중심으로	55
김하나 건국대학교 일반대학원, 박사과정	조관현 지역SW산업발전협의회, 팀장
05. 복지관은 어떻게 '내 자리'가 되는가 : 의정부 노인종합복지관 시각예술 참여의 정서·관계·장소감 변화과정	81
백인혜 패킨아트랩	
06. 수동적 향유자에서 주체적 생산자로 : 시니어 예술 지망생의 직업적 전환 방안	113
전성애 (주) 앤노엔, 대표	조경훈 광야의태양Company, 대표
정혜인 (주) 앤노엔, 팀원	전우덕 (주) 앤노엔, 팀원
07. 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능과 우울에 미치는 영향	128
김수미 차의과학대학교 일반대학원 박사	이혜정 차의과학대학교 스포츠의학대학원 석사
08. 의정부 선배시민의 기억 자산화와 세대연결 : 문화도시 실현을 위한 능동적 참여 모델 탐색	144
김인수 대원대학교, 조교수	김구정 한중출판콘텐츠클럽, 대표
나경희 시네마시민교육커뮤니티, 이사	조지현 지역사회통합간호연구소, 소장
09. 의정부 종량천 새(鳥)로 어울림	169
박희준 생태전문가, 이학박사	김선희 산림교육전문가, 산림치유지도사
박경자 의정부시지속가능발전협의회 위원, 초등교사	송정란 산림교육전문가, 유아숲지도사
전아영 의정부시지속가능발전협의회 간사	황정숙 유아숲지도사, 산림치유지도사
10. 촉각 중심 식물 기반 감각 체험이 스트레스와 생리적 이완 반응에 미치는 영향에 관한 실험 연구 : 뇌파, 스트레스 지수 및 자율신경 반응을 중심으로 한 탐색적 연구	187
권혜나 오마오, 이사	권지원 오마오, 대표
이수현 별에서온다육, 대표	

1

가르치지 않는 선생님, 떠나지 않는 주민

: 연천 지역 공공문화예술 프로그램
참여 경험에 관한 현상학적 해석학 연구

김윤지

추계예술대학교
문화예술치유연구소
연구원

가르치지 않는 선생님, 떠나지 않는 주민

: 연천 지역 공공문화예술 프로그램 참여 경험에
관한 현상학적 해석학 연구

김윤지

추계예술대학교
문화예술치유연구소
연구원

요약

본 연구는 경기도 연천군에서 운영된 공공문화예술 프로그램 참여 경험이 시민들의 지역 인식과 정주의식 관련 진술과 어떻게 연결되어 나타나는지를 현상학적 해석학의 관점에서 탐구하였다. 시민 참여자 10명, 예술가 5명, 행정가 1명 등 총 15명(시민, 예술가 중복 1명)을 대상으로 그룹인터뷰와 서면 기술자를 수집하였고, Lindseth와 Norberg(2004)의 3단계 분석 절차에 따라 자료를 해석하였다.

연구 결과, '가르치지 않는 선생님'과 '떠나지 않는 주민'이라는 두 상위주제가 도출되었다. 참여자들은 연천을 '결핍과 부정의 공간'으로 인식하던 상태에서 프로그램 참여를 통해 자기 발견, 정서적 환기, 관계 형성의 경험을 진술하였고, 이러한 경험은 지역을 '굶지 않은 복권'과 '제2의 고향'으로 재저작하게 하였다. 일부 참여자에게서는 이러한 변화가 지역에 계속 머물고자 하는 의지와, 미래의 삶을 지역 안에서 상상하는 정주의식으로 확장되었다. 예술가들은 기다림, 자유 부여, 비(非)지시적 태도를 통해 참여자가 안전하게 자신을 표현할 수 있는 환경을 마련했으며, 이러한 접근은 참여 경험의 의미를 형성하는 중요한 맥락으로 나타났다. 예술가 역시 시민과의 상호작용 속에서 자신의 태도와 방식을 재조명하는 변화를 보였다.

본 연구는 공공문화예술 참여 경험을 개인의 정서적 변화에 국한하지 않고, 지역인식 및 정주의식과 관련한 서사로 해석하였다. 이를 통해 인구감소지역의 문화정책 및 프로그램 운영이 주민의 지역 경험과 어떻게 맞닿을 수 있는지에 대한 단서를 제공한다.

주제어: 공공문화예술, 지역인식, 정주의식, 비(非)임상적 예술치유, 현상학적 해석학, 가르치지 않는 선생님, 연천군

지방자치단체는 시민의 삶의 질 향상과 문화적 욕구 충족을 위해 다양한 공공문화예술 프로그램을 제공하고 있다. 마을사업, 평생교육, 지역문화 공모사업 등은 단순한 여가 제공을 넘어 시민의 내적 성장, 공동체 의식 형성, 나아가 지역에 대한 애착과 정착 의지를 높이고자 하는 정책적 기대를 담고 있다.

이러한 기대에 부응하여 선행연구들은 문화예술 참여의 효과를 다양한 측면에서 보고해왔다. 생활예술 참여가 공동체적 관계 형성에 기여한다는 연구(강윤주, 지혜원, 2016), 문화예술 여가활동이 사회적 유대감과 삶의 만족에 영향을 미친다는 연구(김병용, 2022), 문화향유가 사회자본과 지역애착을 매개로 정주의식에 긍정적 영향을 미친다는 연구(김창진, 채경진, 2025) 등이 이에 해당한다. 이처럼 문화예술 참여가 개인의 정서적 변화에서 지역공동체 의식, 나아가 정주의식에까지 긍정적 영향을 미칠 수 있다는 점은 여러 연구를 통해 확인되어 왔다.

그러나 이러한 연구들은 대부분 ‘어떤 결과가 나타났는가’를 확인하는 데 초점을 맞추어 왔다. 문화예술 참여가 정주의식 형성에 기여한다는 결과는 보고되었으나, 참여 과정에서 시민들에게 구체적으로 어떤 경험이 발생하였고, 그 경험이 왜 지역인식 변화와 정착 의지로 연결되었는지에 대한 탐색은 충분히 이루어지지 않았다. 다시 말해, 결과의 존재는 확인되었으나 그 결과가 형성되는 과정은 여전히 관찰되지 않은 영역으로 남아 있다. 본 연구는 참여자들의 텍스트를 통해 바로 이 과정을 탐색하고자 한다.

이러한 탐색은 인구감소지역에서 특히 의미를 갖는다. 인구감소지역에서는 주민들이 지역을 떠나지 않고 삶의 터전으로 받아들이도록 하는 것이 핵심 과제이기 때문이다. 2021년 행정안전부는 전국 89개 시군을 인구감소지역으로 지정하였으며, 경기도 내에서는 연천군과 가평군이 포함되었다(이상대, 이정훈, 조성택, 조희은, 2022). 연천군은 경기도 최북단 접경지역으로 군사시설보호구역 비중이 높아 개발에 상당한 제약을 받는다. 지난 20년간 인구가 증가한 지역은 전국을 한 곳에 불과하며, 경기도 지역균형발전지수에서도 상대적으로 취약한 지역으로 분류되었다(이상대 외, 2022). 이러한 지역에서 경제적 지원이나 기반시설 확충은 필요조건이지만, 그것만으로 주민의 정착 의지가 형성되지는 않는다. 문화예술 참여 경험이 지역인식과 정착 의지에 어떻게 연결되는지를 이해하는 것이 필요한 이유이다.

특히 삶의 터전으로서 지역을 인식하기 위해서는 주민 개개인의 정서적 안정과 고립감 해소가 선행되어야 하며, 일상 속 문화예술 경험은 이를 촉진하는 중요한 매개체가 될 수 있다. 이와 관련하여 연구자는 연천 지역 공공문화예술 프로그램 현장에서 주목할 만한 현상을 관찰하였다. 치료를 목적으로 설계되지 않은 프로그램임에도 참여자들이 자유적 경험을 보고하는 것이었다. 이러한 프로그램은 의료적 진단이나 처방 없이 참여할 수 있고, 예술적 전문성을 요구하지 않으며, 지역사회 맥락에서 자연스러운 접근이 가능하다. 사회복지 분야에서는 쉬운 접근, 낮은 관료주의, 포용적 환경 등을 통해 서비스 참여의 장벽을 최소화하는 특성을 ‘낮은 문턱(low threshold)’이라 지칭하는데(Bulling, 2017), 본 연구는 이러한 ‘낮은 문턱’으로 제공되는 비(非)임상적 맥락의 문화예술 프로그램에서 발생하는 참여 경험에 주목한다. 아울러 기존 연구들은 예술가를 프로그램 운영의 배경 요인이나 기술 전달자로 전제하는 경향이 있었다. 예술가가 참여자에게 무엇을 가르치는가에는 관심을 기울였으나, 예술가의 접근 방식 자체가 참여자 경험에 어떠한 맥락을 제공하는지는 충분히 탐색되지 않았다. 따라서 본 연구는 단순한 기술 전달을 넘어선 예술가의 고유한 접근 방식과 태도가 참여자의 경험 형성에 어떠한 구조적 맥락을 제공하는지 주목하며, 이러한 상호작용이 궁극적으로 참여자 경험의 의미 형성에 어떤 역할을 하는지를 함께 살펴보고자 한다.

2. 연구 목적 및 질문

본 연구는 경기도 연천군의 공공문화예술 프로그램에 참여한 시민들의 경험을 현상학적 해석학의 관점에서 탐구한다. 구체적으로, 문화예술 활동 참여가 지역에 대한 인식과 정주의식 관련 서사와 어떻게 연결되어 나타나는지, 그리고 예술가의 접근 방식이 참여 경험의 의미를 구성하는 데 어떠한 맥락을 제공하는지를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 다음의 연구 질문을 설정하였다.

첫째, 공공문화예술 프로그램 참여 경험은 시민 참여자의 지역인식 변화와 정주의식 형성에 어떻게 연결되어 나타나는가? 둘째, 공공문화예술 프로그램에서 예술가의 접근 방식은 참여자의 경험 형성에 어떠한 맥락을 제공하며, 이는 지역인식 변화 및 정주의식과 어떻게 연결되는가? 연구 범위는 연천군에서 운영된 공예, 미술, 그림책 프로젝트, 해금, 성악 등의 공공문화예술 프로그램에 참여한 시민 10명, 예술가 5명, 행정가 1명(시민, 예술가 중복 1명)의 경험으로 한정하였다.

II 이론적 배경

1. 공공문화예술 참여 경험에 대한 질적 탐구

공공문화예술 프로그램은 국가나 지방자치단체가 시민의 문화향유권 신장을 위해 제공하는 문화예술 활동을 의미한다. 예술의 사회적 영향에 관한 연구는 1990년대 영국, 호주, 미국에서 시작되어, 예술이 사회적 배제를 극복하고 지역사회에 대한 결속력을 높이며 지역주민의 건강과 행복을 증진한다는 점에서 주목받아왔다(박신외, 2013).

국내 선행연구들은 공공문화예술 참여가 다양한 긍정적 결과로 이어진다고 보고해왔다. 개인 수준에서는 자기성찰과 심리적 회복(김미연, 김인설, 2024), 집단 참여를 통한 불안 감소(오수진, 2018) 등이 확인되었다. 사회적 수준에서는 참여활동이 관람활동보다 사회적 유대감 형성에 더 강한 영향을 미치며(김병용, 2022), 생활예술 참여자들이 음악적 기량보다 단체 내 화합과 사회적 연결고리 형성을 더 중요하게 여긴다는 점이 보고되었다(강운주, 지혜원, 2016). 지역 수준에서는 문화예술공간이 소멸위협 지역에서 공동체 형성의 전제조건으로 가능하고(고용수, 2025), 인구감소지역 문화예술교육이 지역주민 공동체 형성에 기여하며(최나영, 2025), 문화적 기회가 청년세대 지역 이동의 잠재적 동인으로 작용한다는 점이 밝혀졌다(김재원, 조서라, 2024). 김창진과 채경진(2025)은 춘천 문화도시 참여자를 대상으로 문화향유가 사회자본과 지역애착도를 매개로 정주인식에 긍정적 영향을 미친다는 경로를 실증하였다.

■ <표 II-1> 공공문화예술 참여 경험 관련 국내 선행연구

연구자(연도)	연구 맥락	주요 발견
강운주, 지혜원 (2016)	생활예술 오케스트라	음악적 기량보다 단체 내 화합, 사회적 연결고리 형성 중시
오수진 (2018)	치유적 스토리텔링	집단 참여 시 상호 공감을 통해 불안 감소
김병용 (2022)	문화예술 여가활동	참여활동이 관람활동보다 사회적 유대감 형성에 강한 영향
송경재 (2023)	지방소멸과 사회적 자본	지역 네트워크와 신뢰 기반 공동체 활성화
김재원, 조서라 (2024)	청년세대 지역 이동	문화적 기회가 지역 이동의 잠재적 동인
김미연, 김인설 (2024)	예술치유폰텐츠	자기성찰 과정이 심리적 회복에 기여
고용수 (2025)	소멸위협지역 문화예술공간	문화예술공간이 지역공동체 형성의 전제조건
최나영 (2025)	인구감소지역 문화예술교육	문화예술교육이 지역주민 공동체 형성에 기여
김창진, 채경진 (2025)	춘천 문화도시	문화향유→사회자본 →지역애착→정주인식 경로 실증

이러한 선행연구들은 공공문화예술 참여가 개인의 정서적 변화에서 사회적 유대, 지역공동체 의식, 나아가 정주 의식에까지 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 그러나 대부분의 연구는 참여의 ‘결과’를 보고하는 데 초점을 맞추고 있으며, 그러한 결과가 ‘왜’, ‘어떻게’ 도출되었는지에 대한 과정적 탐색은 충분히 이루어지지 않았다. 예컨대 김창진과 채경진(2025)의 연구는 문화향유에서 정주인식에 이르는 경로를 양적으로 실증하였으나, 이 경로의 각 단계에서 참여자들이 실제로 어떤 경험을 하는지는 포착되지 않는다. 또한 기존 연구들은 예술가를 프로그램 운영의 배경 요인으로 다루거나 기술 전달자로 전제하는 경향이 있었으며, 예술가의 접근 방식 자체가 참여자 경험에 어떠한 맥락을 제공하는지에 대해서는 탐색이 부족하였다.

이러한 선행연구의 성과를 계승하면서 참여 경험의 ‘과정’을 질적으로 탐색하기 위해서는, 참여자들의 텍스트에서 드러나는 경험의 의미를 해석할 수 있는 이론적 렌즈가 필요하다.

2. 공공문화예술 참여 경험의 해석적 렌즈

참여자 경험을 해석하기 위한 이론적 렌즈는 두 가지 축으로 구분할 수 있다. 하나는 공공문화예술 프로그램이 갖는 구조적 특성으로서 시민이 참여하게 되는 보편적 조건에 관한 것이고, 다른 하나는 예술가가 참여자의 경험을 촉진하는 방식으로 내러티브 실천에 관한 것이다.

1) 시민 참여의 보편적 특성

공공문화예술 프로그램은 임상적 치료와 달리 진단이나 처방 없이 누구나 참여할 수 있다는 점에서 비임상적 특성을 갖는다. Fairbrass 등(2022)은 이러한 비임상적 예술 개입이 지역사회 기반 조직을 통해 이루어지며, 상태 악화를 방지하고 의료 의존을 줄이는 예방적 효과가 있다고 보고하였다. 이러한 접근의 핵심은 참여의 문턱을 낮추는 데 있다.

‘낮은 문턱(low threshold)’은 본래 사회복지 분야에서 서비스 접근의 장벽을 최소화하는 원칙을 지칭하는 개념이다. Bulling(2017)은 노르웨이 가족센터에 대한 질적 연구를 통해 낮은 문턱 서비스의 특성을 쉬운 접근(easy access), 낮은 관료주의(low level of bureaucracy), 협력적 역량(collaborative competences), 포용적 환경(inclusive arena)의 네 범주로 제시하였다. 이는 사전 등록이나 의뢰 절차 없이 누구나 참여할 수 있고, 전문가의 비(非)판단적 태도와 상호존중이 보장되는 환경을 의미한다.

표현예술치료 분야에서 Knill, Levine과 Levine(2005)은 이와 유사한 맥락에서 ‘낮은 기술, 높은 감수성(low skill/high sensitivity)’ 개념을 제시한다. 이는 기술적 완성도보다 감각적 경험과 표현 자체를 중시하는 접근으로, 참여자의 전문적 예술 기술 유무와 관계없이 누구나 참여할 수 있음을 의미한다. 본 연구에서 ‘낮은 문턱’은 이 두 분야의 개념을 종합하여, 접근 용이성(절차적 장벽의 최소화)과 표현 용이성(기술적 장벽의 최소화)을 모두 아우르는 공공문화예술 프로그램의 구조적 특성으로 정의한다. 공공문화예술 프로그램이 치료를 목적으로 설계되지 않았음에도 참여자들에게 치유적 경험을 제공할 수 있는 것은 이러한 낮은 문턱의 구조적 조건에 기인한다. 참여자들은 예술 활동에 몰입하는 동안 일상적 역할과 걱정에서 벗어나는 경험을 하게 된다. Knill 등(2005)이 참조한 Turner의 리미널(liminal) 개념은 일상과 비일상의 경계에 위치한 상태를 의미하며, 기존 구조에서 벗어나 새로운 의미가 창발하는 상태를 말한다. 공공문화예술 프로그램이 제공하는 평가 없는 ‘안전한 공간’은 이러한 리미널리티(liminality)를 촉진하며, 이러한 탈중심화 과정에서 참여자들은 자신과 주변 환경을 새로운 관점에서 바라보게 되고, 기존의 지역 인식에서 벗어나 새로운 관점을 형성할 수 있다.

공공문화예술 프로그램은 개인 활동이 아닌 집단 참여의 형태로 운영되는 경우가 많다. 오수진(2018)에 따르면, 집단으로 함께 참여할 때 참여자들은 상호 공감과 비교를 통해 자신의 문제를 객관적으로 이해하게 되면서 불안을 감소시킬 수 있다. 이 과정에서 참여자들은 관계를 형성하고 공동체 의식을 발전시킬 수 있다.

2) 예술가의 내러티브 실천 역량

공공문화예술 프로그램에서 예술가는 단순한 기술 전달자가 아니라 참여자의 경험을 촉진하는 역할을 수행한다. 이러한 역할은 창작 과정의 설계와 서사 재구성의 촉진이라는 두 가지 측면에서 이해할 수 있다.

McNiff(2004)는 창작 행위 자체가 치유력을 갖는다는 점을 강조한다. 조형예술활동이든 소리, 연극, 문학, 무용이든, 하나의 창조 행위에서 다른 창조 행위로 이어지는 형상화 과정에서 참여자는 자신의 새로운 면을 발견하며 변화해갈 수 있다. 예술가는 이러한 창작 과정을 설계하고 안내함으로써 참여자들이 창작 행위에 내재한 치유력을 경험할 수 있도록 한다. 특히 평가나 지시 대신 ‘기다림’과 ‘환대’의 태도로 창작 환경을 조성하는 예술가의 개입은 참여자의 자발적 표현을 이끌어내는 중요한 촉진제가 된다.

Michael White의 내러티브 치료는 문학 텍스트의 구조와 치료적 활동의 구조 사이의 유사성에 기반한다(이민용, 2024). 그의 핵심 개념인 재저작(re-authoring)은 내담자가 자기 내러티브의 작가가 되어 지배적 이야기를 대안적 이야기로 새롭게 쓰도록 하는 것을 말한다(White, 2007). 그림책 제작, 자기 이야기 쓰기 등의 문화예술 활동은 참여자들이 자신의 삶을 새로운 서사로 재구성하는 기회를 제공하며, 예술가는 이 과정에서 참여자가 자신의 이야기를 새롭게 쓸 수 있도록 촉진하는 역할을 수행한다. 예술가의 내러티브 실천 역량은 예술 자체에 내재한 창작의 치유력이 발현되도록 전문적으로 접근하되, 교육자가 아닌 공동 창작자로서 참여자의 서사에 파트너가 되는 것이다.

■ <표 II-2> 참여 경험 해석을 위한 이론적 렌즈

분류	이론적 개념	핵심 내용	주요 참조
시민 참여의 보편적 특성	낮은 문턱	접근 용이성(절차적 장벽의 최소화)과 표현 용이성(기술적 장벽의 최소화)을 통해 누구나 참여할 수 있는 구조적 특성	Bulling (2017); Knill 등 (2005); Fairbrass 등 (2022)
	탈중심화	평가 없는 안전한 공간에서 일상을 벗어나 새로운 의미가 창발하는 리미널리티 경험	Turner; Knill 등 (2005)
	집단 참여	함께 참여함으로써 상호 공감하고 관계를 형성하는 과정	오수진 (2018)
예술가의 내러티브 실천	창작의 자유력	창작 행위 자체에 내재한 치유적 기능; 기다림과 환대의 태도로 자발적 표현 촉진	McNiff (2004)
	서사 재구성	자기 내러티브의 작가가 되어 대안적 이야기를 새롭게 쓰는 재저작	White (2007); 이민용 (2024)

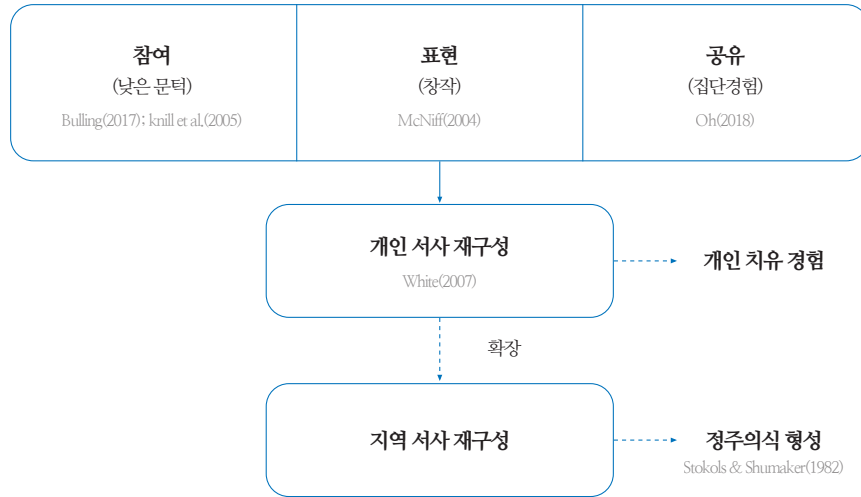
3. 참여 경험에서 정주의식으로: 해석적 관계의 범위

정주의식은 현재 거주 지역에 계속 살고자 하는 의향과 그 지역 안에서 미래 삶을 상상하는 태도로 이해할 수 있다. 구체적으로는 타지역 이동보다 현재 지역에 머물고자 하는 의지, 지역 내 삶의 지속가능성을 긍정적으로 진술하는 표현, 지역을 떠나지 않겠다는 명시적 혹은 암묵적 서사가 정주의식과 관련된 지표가 된다. 이는 장소에 대한 정서적 유대인 지역애착이나 장소와 자아의 동일시를 뜻하는 장소정체성과는 구별되지만, 실제 경험에서는 이들 요소와 중첩되어 나타날 수 있다.

앞서 살펴본 이론적 렌즈들은 공공문화예술 참여 경험이 어떻게 정주의식 관련 서사로 연결될 수 있는지를 해석하는 데 유용한 자원이 된다. 낮은 문턱을 통해 진입한 참여자들은 탈중심화를 경험하며 일상과 지역을 새로운 관점에서 바라보게 되고, 집단 참여를 통해 관계를 형성한다. 예술가의 내러티브 실천은 참여자들이 창작 과정에서 자기를 발견하고 자신의 서사를 재구성하도록 촉진한다. 이러한 경험들이 중첩되면서 참여자들은 지역에 대한 인식을 변화시키고, 나아가 현재 거주지를 미래 삶의 가능성과 함께 상상하는 정주의식 관련 서사를 형성해갈 수 있다.

그림 II-1은 이러한 해석적 관계의 범위를 도식화한 것이다. 이는 분석 결과를 예단하는 설명모형이 아니라, 선행 연구에서 논의되어 온 개념들 간의 연결 가능성을 정리한 것으로, 연구가 주목하는 해석의 범위를 보여준다.

■ <그림 II-1> 공공문화예술 참여 경험과 정주의식 관련 의미의 해석적 관계 범위



III 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 Lindseth와 Norberg(2004)의 현상학적 해석학(phenomenological hermeneutics)을 적용하여 공공문화예술 프로그램 참여자의 살아있는 경험(lived experience)에 내재된 본질적 의미를 탐구하였다. 이 방법은 텍스트에 대한 반복적 해석의 순환을 통해 경험의 심층적 의미를 드러내며, 전체-부분-전체의 해석학적 순환을 특징으로 한다.

2. 연구 참여자

연구 참여자는 경기도 연천군에서 공공문화예술 프로그램에 참여하거나 운영에 관련한 총 15명(참여자 10명과 예술가 5명)으로 구성되었다. 구체적으로 시민 참여자 10명, 예술가 5명, 행정가 1명이며, 이들은 공예(뜨개), 미술(드로잉), 그림책 프로젝트, 해금, 성악 등 다양한 프로그램에 참여하거나 이를 기획·운영하였다. 시민 참여자는 연천군 내 공공문화예술 프로그램 참여 경험이 있는 주민을 중심으로 구성하였고, 예술가는 해당 프로그램 운영 경험이 있는 참여자를 포함하였다. 행정가는 프로그램 기획 및 운영 과정에 관련한 인물로 선정하였다. 참여자 중 일부는 이중 포지셔널리티를 보유하고 있다. 시민 참여자 7은 해금 강사로 활동하면서 동시에 그림책 프로젝트의 참여자이기도 하였다. 동일인이 서로 다른 위치에서 발화한 경우, 발화가 이루어진 맥락과 역할 정체성을 기준으로 구분하여 읽었으며, 분석 과정에서 역할 간 의미 차이가 혼동되지 않도록 주의하였다. 연구 참여자의 일반적 특성은 아래 <표 III-1>과 같다.

■ <표 III-1> 연구 참여자의 일반적 특성

구분	참여자	참여자	특성 및 참여 프로그램	비고
시민 참여자	시민 참여자1	시민 참여자	공예(뜨개), 그림책	군인 가족; 비자발적 이주 → ‘제2의 고향’으로 정착
	시민 참여자2	시민 참여자	미술(드로잉), 도슨트	“잘한다” 한마디로 자존감 회복; 우울감 해소 경험
	시민 참여자3	시민 참여자	미술(드로잉)	문화 인프라 부재 인식; 참여 후 지역 가능성 발견
	시민 참여자4	시민 참여자	미술(드로잉), 피아노, 도슨트	현수막 보고 신청; 그림에 대한 내적 열망으로 진입
	시민 참여자5	시민 참여자	미술(드로잉), 공예	“굶지 않은 복권”; 지역 이야기 기록책 제작 참여
	시민 참여자6	시민 참여자	그림책 프로젝트	학부모로 참여; 그림책을 통한 자기 표현과 지역 서사화
	시민 참여자7	시민 참여자	공예(뜨개) 그림책 프로젝트	이중 포지셔널리티: 해금 강사이자 그림책 프로젝트 참여자; 시민 경험을 통한 예술가 역할 재정립
	시민 참여자8	시민 참여자	그림책, 미술	“안전한 공간” 경험 서술; 전사를 통한 자기 확장
	시민 참여자9	시민 참여자	미술 (드로잉)	-
	시민 참여자10	시민 참여자	미술 (드로잉)	정신적 위로와 자기치유 경험; 몰입을 통한 일상 회복
예술가	예술가1	예술가	드로잉 강사 / 시각예술	발달장애 예술교육-공간 운영; “기다림의 환대” 철학 실천
	예술가2	예술가	전통공예	생활문화 강사; 중장년, 노인 대상; 기술 전달 vs. 흥미 촉진 사이의 실천적 탐색
	예술가3	예술가	청년 시각예술	“청년 연천에 살다” 참여; 지역 밀착형 예술활동
	예술가4	예술가	해금 강사	이중 포지셔널리티: 해금 강사이자 그림책 프로젝트 참여자; 시민 경험을 통한 예술가 역할 재정립
	예술가5	예술가 (코디네이터)	프로그램 기획-매개	예술가 겸 코디네이터; 공공문화예술 프로그램 설계 및 현장 매개
행정가	행정가1	행정/관리자	마을공동체지원센터	주무관; 공공성 확보 및 지속적 행정 지원 담당

주: * 1차 인터뷰(2026.1.27): 시민 참여자 2, 4, 5, 8, 9, 10 참여

* 2차 인터뷰(2026.2.5): 시민 참여자 1, 5, 6, 7, 8 및 예술가 1~4, 행정가 1 참여

* 텍스트 기술지는 전체 참여자에게 배포하여 서면 응답 수집

* 예술가 4(해금 강사)는 시민 참여자 7과 동일인물로, 이중 포지셔널리티 보유

* 예술가 5는 예술가 겸 코디네이터로 프로그램 기획-매개를 담당하였으며, 발화 데이터는 분석에 포함되나 본문 발화 인용에서는 역할 맥락으로 제시함

3. 자료 수집

자료는 두 가지 방식으로 수집되었다. 첫째, 2026년 1월 27일과 2월 5일, 두 차례의 반구조화된 그룹 인터뷰를 통해 수집되었다. 본 연구는 개별 내면만이 아니라 지역 기반 프로그램에 대한 공유된 경험과 상호 인식 형성 과정을 함께 살피고자 하였기 때문에 그룹 인터뷰를 선택하였다. 그룹 역학이 발화에 미칠 수 있는 영향을 고려하여, 시민 참여자와 예술가/행정가를 분리하여 인터뷰를 진행하였다. 둘째, 참여자들에게 문장완성형 텍스트 기술지를 배포하여 서면 응답을 수집하였다. 텍스트 기술지는 참여자 유형에 따라 시민 참여자용, 예술가용, 행정/운영 관리자용의 세 가지 양식으로 구성되었으며, 주요 질문 영역은 지역인식, 참여 계기, 활동 경험, 정착 인식, 예술가의 접근방법으로 구성되었다. 집단 상황에서 표현하기 어려운 개인적 경험이 누락되지 않도록 서면 기술지를 병행 수집하였다. 수집된 자료는 참여자별 익명 코드를 부여하여 관리하였다.

4. 자료 분석

자료 분석은 Lindseth와 Norberg(2004)의 3단계 절차에 따라 수행되었다.

첫째, 나이브 읽기(naïve reading)에서는 전사된 텍스트 전체를 반복적으로 읽으며 전체적 의미를 파악하였다.

둘째, 구조 분석(structural analysis)에서는 텍스트를 의미 단위로 분할하고 응축하여 하위주제, 주제, 상위주제를 도출하였다. 예를 들어, 참여자 1의 “연천만 아니면 돼”라는 발화는 ‘지역에 대한 부정적 인식’으로 응축되었고, 이후 “굶지 않은 복권”이라는 발화는 ‘지역에 대한 재인식’으로 응축되어 대비적 의미단위로 분류되었다. 2단계 구조 분석에서는 II 장의 이론적 렌즈를 의식적으로 유보하고 참여자의 살아있는 언어 자체에 먼저 집중하였다. 이는 선이해를 부정하는 것이 아니라, 텍스트가 스스로 말하도록 열린 태도를 유지하기 위함이다. Lindseth와 Norberg(2004)가 기반한 Gadamer의 해석학적 전통에서 선이해(pre-understanding)는 제자 대상이 아니라 해석의 출발점이자 자원이다. 따라서 연구자는 이론적 배경을 완전히 ‘괄호 치는’ 것이 아니라, 텍스트와의 대화 과정에서 선이해가 수정되고 확장되는 해석학적 순환을 의식적으로 수행하였다.

셋째, 포괄적 이해(comprehensive understanding)에서는 도출된 주제들을 관련 문헌과 연결하여 해석하였다. 이 단계에서 연구자의 선이해이자 해석적 자원인 II 장의 이론적 렌즈와 텍스트를 대화시켜 심층 의미를 확장하였다. 구술 자료와 서면 자료를 통합하여 분석하였으며, 동일 참여자의 구술 발화와 서면 기술이 서로를 어떻게 보완하거나 차이를 드러내는지 함께 검토하였다. 시민 참여자의 발화를 연구 현상의 중심 자료로 삼고, 예술가와 행정가의 발화는 참여 경험의 맥락과 운영 조건을 보완하는 자료로 활용하였다.

IV 연구 결과

분석 결과, 두 가지 핵심 주제가 도출되었다. 첫째는 시민 참여자들이 문화예술 활동을 통해 지역에 대한 인식을 새롭게 해석하고 정주의식 관련 서사를 구성해 가는 경험으로 나타난 ‘떠나지 않는 주민’의 서사이며, 둘째는 이러한 참여 경험의 의미를 형성하는 중요한 맥락으로 드러난 예술가의 접근 방식과 역할, 곧 ‘가르치지 않는 선생님’의 서사이다. 아래 <표 IV-1>은 두 연구문제에 대한 발화 범주화 결과를 요약한 것이다.

■ <표 IV-1> 주제별 발화 범주화 결과

상위주제	중범주	소범주/키워드	대표 발화
1. 개인의 내적 자유와 자기 발견	진입의 두려움	장벽 인식, 자기 비하	"난 못해, 못해하면서 자존감이 낮았었는데"
	낮은 문턱	비강제, 자유 부여	"안 하셔도 돼요 하시니까"
	몰입과 자기 발견	흥미, 자기 확장	"나는 이게 재밌네? 이걸 좋아하네?"
	정서적 치유	위로, 자존감 회복	"정신적인 면에서 위로를 받으려고"
2. 공동체 관계의 형성과 확장	표현 확장	언어화, 감정 표현	"58년 동안 쓴 적이 없었는데"
	집단 참여	공동 작업, 소속감	"같은 사람들이랑 같이 모여서"
	인정과 자부심	전시, 가족 인정	"전시회에 내 게 걸려 있다는 자체가"
3. 지역인식 변화와 정주의식	결핍의 공간 (이전)	시설 부재, 거부감	"연천만 아니면 돼"
	지역 재인식	복권 은유, 특별한 공간	"굶지 않은 복권", "제2의 고향"
	사람 중심 연결	관계, 공동체	"결국은 사람"
	정착 의지	공간남겠다는 선언	"갔다 와. 내가 여기 있을게"
4. 비지시적 접근과 상호변화	비지시적 접근	환대, 기다림	"환대하는 방식이 기다려주는 것"
	상호변화	예술가 변화	"강습하는 방법도 다시 다 재 정비"

주: * 현상학적 해석학 3단계를 거쳐 범주화

1. 개인의 내적 자유와 자기 발견: '평가받지 않는 공간'에서의 자유

시민 참여자들의 경험을 분석한 결과, 문화예술 프로그램 참여를 통해 개인의 내적 자유와 자기 발견이 이루어지는 과정이 나타났다. 이 과정은 처음에는 두려움과 막막함을 느꼈으나, 예술가가 제공하는 '가르치지 않는' 자유롭고 안전한 공간에서 우울감을 해소하고 내적 위로와 자존감을 회복해가는 양상으로 전개되었다.

1) 진입의 두려움과 장벽 인식

참여자들의 상당수는 처음에 문화예술 활동에 대한 막연한 두려움이나 부담감을 가지고 있었다. 문화예술을 '무용(無用)'한 것으로 인식하거나, 과거 교육 경험에서 비롯된 자기 비하적 태도가 참여의 장벽으로 작용하고 있었다.

"저는 이 미술이라는 게 어렸을 때는 좋아했는데 굉장히 저한테는 무용(無用)한 거였어요... 왜냐하면 시간을 많이 투자해야 하는 거기 때문에... 제3의 시간을 이렇게 뭔가 미술로 쓴다는 거를 생각을 못 해봤어요." (참여자 8)

"예전에는 우리는 항상 평가받고, 그리고 그러니까 소극적으로 난 못해, 못해하면서 자존감이 낮았었는데..." (참여자 2)

이러한 발화들은 참여자들이 문화예술 활동을 '나와는 거리가 먼 것', '잘하는 사람들의 영역'으로 인식하고 있었음을 보여준다. 특히 과거의 평가 중심 교육 경험은 '못한다'는 자기 인식을 내면화하게 만들었다.

2) 낮은 문턱을 통한 진입

그러나 예술가들이 제공하는 '평가받지 않는 공간'은 이러한 장벽을 낮추는 역할을 하였다. 예술가의 '안 하셔도 돼요'라는 비강제적 태도가 오히려 참여자들의 자발적 참여를 이끌어냈다.

"어르신들이 그림을 굉장히 꺼려하세요. '난 이런 거 못해. 평생 크레파스 잡아본 적 없어. 나는 공부(한글)가 최고 좋아' 이런 분들인데... 선생님이 '안 하셔도 돼요' 하시니까... 두 번째 시간에 그냥 바로 선생님 매력에 빠져서 그림을 직접 그리시는 거예요." (예술가 2)

"부담이 없으니까 안전한 공간에서 쉽게 접근을 할 수 있는 수업을 쌤이 하시는 것 같아요... 안전한 공간에서 쉽게 접근하게 되면 나중에는 거기에 이제 편안함을 느끼니까 물입을 하잖아요." (참여자 8)

참여자들은 '해보라'고 하고 '조금씩 코칭'해 주는 방식에서 자유로움을 느꼈다고 보고하였다.

"(선생님이) 해보라고 그러니까 우리가 또 그러면 잠깐씩 조금씩 조금씩 코칭을 해주면 알잖아요, 그러니까 하는 거예요. 그냥 우리는 그냥 자유로운 영혼이야. 그냥 막 하고 싶은 대로 하니까." (참여자 5)

3) 몰입과 자기 발견

활동을 시작하면서 참여자들은 예상치 못한 '자기 발견'을 경험하게 된다. 이것은 새로운 기술의 습득이 아니라, 자신 안에 잠재되어 있던 관심과 즐거움을 발견하는 것이었다.

"결국은 아이들 때문에 (나오게 됐고)... 어떤 지인한테 우연히 뜨개를 한두 시간 배웠어요. 근데 이게 너무 재미있는 거예요. 너무너무. 근데 그게 재미있는 이유가 제 생각에는 그때 제가 되게 힘들었지 않았나 싶어요. 뭔가에 이렇게 좀 빠지고 싶은(몰입)... " (참여자 1)

"그림을 그리게 되고 이야기를 만들어야 되니까 막 자꾸 생각을 하게 되고 글을 쓰게 되고... '나는 이거 재밌네? 이걸 좋아하네?'... 저를 확장시켜준 계기가 됐다고 저는 생각하거든요." (참여자 1)

"뭔가 발견이 된 거지 뭐. 그냥 몰랐던 거를 발견을 한 거지." (참여자 5)

이러한 자기 발견은 참여자들의 일상에 새로운 차원을 열어주었다. '시간도 없고', '할 수 없다'고 생각했던 문화예술 활동이 삶의 일부가 되기 시작한 것이다.

4) 정서적 자유와 자존감 회복

문화예술 활동은 참여자들에게 정서적 위로와 자유의 경험을 제공하였다. 주목할 점은 이것이 치료를 목적으로 설계된 프로그램이 아님에도 불구하고 참여자들이 자발적으로 치유적 효과를 경험했다는 것이다

"을 겨울에는 이렇게 좀 속상한 일이나 뭐 좀 신경 쓰이는 일이 있으면 거기에 벗어나려고 이 그림에 몰두를 하는 거예요. 그래 가지고 올 겨울에 엄청 많이 그랬어... 정신적인 면에서 되게 좀 위로를 받으려고 한 것이지만 내 나름대로 만족해요." (참여자 10)

"제가 좀 우울한 사람이거든요. 우울증 있는 사람이거든요. 그래서 사람 많은 데서 나를 내세우는 거는 못하는 사람인데 또 여기 가면 그냥 집안 얘기도 다 하고, 그리고 또 전시회도 한 번 해 보니까 별거 아니네." (참여자 2)

예술가의 긍정적 피드백은 참여자들의 자존감 회복에 기여하였다.

"처음에 '근데 우리로 봐도 이거는 아닌 거(같은데)' (하면 선생님) '잘한다는 거야.' 그 말을 듣는 순간 맞아 내가 잘하고 있는 것 같아. 그래 내가 잘하고 있는 것 같아. 그래서 더 가고 자존감을 얻는다고 그럴까." (참여자 2)

2. 공동체 관계의 형성과 확장: '환대'를 통한 새로운 서사의 공유

개인의 내적 경험은 공동체 관계의 형성으로 확장되었다. 참여자들은 개인의 활동을 넘어 이웃과 호기심을 나누고, 가족들로부터 인정을 받으며, 전시라는 공동의 목표를 통해 소속감과 자부심을 경험하였다.

1) 표현의 확장과 언어화

참여자들은 도슨트 활동이나 그림책 작업을 통해 자신의 감정과 경험을 언어로 표현하는 새로운 능력을 발견하였다. 이것은 단순한 기술 습득이 아니라 자신의 경험에 대해 새로운 방식으로 말할 수 있게 되는 변화였다.

"말 있잖아요, 말, 단어... 친구나, 직장 동료랑 만나서는 그 쓰는 단어가 이렇게 한정돼 있어서 말 돌려막기... 근데 이제 도슨트 그런 거 하면서 우리가 생각을 하고 말을 한다고나 할까? 말을 할 때, 내 감정과 얘기, 단어를 생각하고 말을 하고... 58년 동안 쓴 적이 없었는데 생각도 못했고, 이 선생님 만나면서 새로운 단어들을 썼잖아요." (참여자 2)

"나는 지난번에 그 도슨트 작업하면서 너무 좋았어. 왜냐하면 이거를 하다 보니까 그냥 나는 그냥 그냥 그랬어. 내가 그 나무를 그냥 그랬는데 내가 딱 칠을 하고 난 다음에 내가 그 감정을 내가 느꼈거든. 그러니까 전과 후를 내가 정확하게 느꼈는데 그것도 말로 글로 표현을 하라고 했을 때 처음에는 이거 어떻게 표현하지 했는데 그게 되더라고." (참여자 4)

2) 집단 참여와 관계 형성

참여자들은 같은 관심사를 가진 사람들과 함께 활동하는 것 자체에서 즐거움을 경험하였다. 이러한 집단 참여는 고립되어 있던 개인들 사이에 관계망을 형성하는 계기가 되었다.

"어르신들이 '같은 거에 호기심을 느끼고 흥미를 느끼고 있는 같은 사람들'랑 같이 모여서 하는 것 자체가 너무 즐겁고... 자기가 갖고있던 거를 보여줄 수 있는 그 기회가 있다는 게 너무 행복하다고 하시더라고요." (참여자 7/예술가 4)

3) 인정과 자부심의 공유

전시회 참여 경험은 참여자들의 자존감을 높이고 가족 관계에도 긍정적인 영향을 미쳤다. 자신의 작품이 전시되는 경험, 가족들로부터 인정받는 경험은 참여자들에게 새로운 정체성을 부여하였다.

"어쨌든 그 전시회에 내 게 걸려 있다는 자체가 자부심이 생기고 좋았어요." (참여자 10)

"(가족들이) '이렇게까지 할 수 있어?' 그러더라고. 그러니까 잘 그린 것도 감동적인..." (참여자 10)

3. 지역 인식 변화와 정주 의식: '타자'의 공간에서 '제2의 고향'으로

개인의 치유 경험과 공동체 관계 형성은 궁극적으로 지역에 대한 인식 변화와 정주의식 형성으로 연결되었다. 참여자들은 초기에 비자발적 이주나 결핍의 인식을 가지고 있었으나, 사람과의 만남과 예술 활동을 통해 연천을 '제2의 고향'으로 새롭게 인식하며 정착 의지를 표현하게 되었다.

1) 결핍과 부정의 공간: 프로그램 참여 이전의 지역인식

참여자들은 연천을 '결핍의 공간'으로 인식하고 있었다. 문화시설의 부재, 지리적 고립감, 인구 감소 등 객관적 조건들이 지역에 대한 부정적 인식을 형성하고 있었으며, 이는 '어디든 연천만 아니면 된다'는 태도로 나타났다.

"연천이 되게 시골이잖아요, 그리고 문화 같은 거는 문화 극장도 없고 무슨 뭐 기본적인 것도 거의 없는데..." (참여자 2)

"문화생활이 없다. 거의가 문화생활도 없고 우리가 시간도 없고... 영화를 해도 보러 가는 사람이 없어." (참여자 5)
특히 비자발적으로 연천에 정착하게 된 참여자들의 경우, 지역에 대한 거부감이 더욱 두드러졌다.

"처음에 올 때만 해도... '연천만 아니면 돼.' 내가 철원에서 벗어나는데 좀 도시로 나가고 싶다... 그래서 연천에 처음 올 때는 입이 이만큼 나와 갖고 왔거든요." (참여자 1)

2) 지역에 대한 재인식

문화예술 활동 경험은 참여자들의 지역에 대한 인식을 근본적으로 변화시켰다. '연천만 아니면 된다'던 부정적 인식이 '굶지 않은 복권', '제2의 고향'이라는 긍정적 인식으로 전환되었다.

"나에게 연천은 '굶지 않은 복권'이라고 썼거든요. 그리고 결국 나에게 기억에 남는 것은 사람이다." (참여자 1)

"근데 연천에 오면서... 제가 좋아하는 걸 찾을 수 있게 됐고 그것 때문에 활동을 하게 되고... 그러면서 연천이 저는 되게 특별한, 저한테는 약간 제2의 고향같이 그렇게 느껴지는 곳이기도 하거든요." (참여자 1)

3) '사람'을 통한 연결

주목할 점은 이러한 인식 변화가 지역의 객관적 조건 개선이 아니라 '사람'과의 관계, 그리고 자기 자신의 변화를 통해 이루어졌다는 것이다. 참여자들은 '결국은 사람'이라는 인식에 도달하였다.

"결국은 사람인 것 같아요. 제가 생각하기에 내가 어떤 사람을 만나고 어떤 사람한테 어떤 이야기를 듣느냐에 따라 내 인생이 진짜 확 변화될 수도 있는 것처럼... 결국은 사람이 좋아서 연천에 남게 된 것도 맞는 것 같아요." (참여자 1)

4) 정주의식의 표현

정주의식은 단순히 '떠나지 않겠다'는 소극적 결심이 아니라, 적극적으로 지역에 남아 활동을 이어가겠다는 의지로 표현되었다. 군인 가족으로서 남편의 전출 가능성에도 불구하고 연천에 남겠다는 결심을 표현한 참여자의 발화는 이를 잘 보여준다.

"남편이 군인인데 남편이 그럼 내가 혹시 다른 데로 가게 되면 (나는) '갔다 와' 제가 그랬거든요. 내가 여기 있을게." (참여자 1)

또한 참여자들은 자신의 경험이 지속되고 확장되기를 바라는 열망을 표현하였다. 이것은 개인적 만족을 넘어 지역 문화의 축적과 계승에 대한 관심으로 나타났다.

"계속 발굴되지 않은 그런 연천만의 이야기들이 그렇게 책으로 엮어져서 쪽 이렇게 어떤 전시가 된다는 상상을 하면 되게 기본이 좋거든요. 그런 일들이 계속 꾸준히 이어져 나갔으면... 여기서 멈추지 말고." (참여자 5)

4. 비(非)지시적 접근과 상호변화의 발견

분석 과정에서 선행연구의 이론적 틀로는 충분히 예측되지 않았던 현상이 발견되었다. 그것은 예술가의 독특한 비(非)지시적 접근 방식과 예술가-참여자 간 상호변화의 역동이다.

1) '가르치지 않는 선생님: 비(非)지시적 접근

예술가들은 기술 전달 중심의 전통적인 교육 방식과 구별되는 접근방법을 취하고 있었다. 이들은 '가르치지 않음'을 의도적으로 선택하며, 이것을 참여자에 대한 '환대'의 방식으로 이해하고 있었다.

"가장 중요하게 생각한 건 창작 환경 조성이다. '이제부터 그림을 뽑아내' 이런 것들이 굉장히 폭력적일 수 있다... 환대하는 방식이 기다려주는 것이다." (예술가 1)

"하지 않아도 되는 자유를 주려고 했던 것 같아요. '이렇게 그려라고 스킴을 가르치면 결국 내 그림을 따라서 그리는데 밖에 안 되고...' (예술가 1)

한 예술가는 자신의 교육 철학을 '안 가르쳐주는 선생님'으로 규정하며, 기술보다 감각의 발달을 우선시하는 태도를 보여주었다.

"제가 안 가르쳐주는 선생님이거든요... 기술은 사실은 좋아하지 자기 감각이 먼저 키워진 다음에 기술을 배우면 기술이 훨씬 더 발하거든요." (예술가 5)

예술가들은 기술을 가르치는 교수자가 아니라 참여자들의 표현을 지지하고 의미를 부여하는 촉진자로서 기능하였다.

"비언어적인 자기 표현이다라고 지지하면서..." (예술가 1)

"당산들의 과거를 회상하면서 추억하면서..." (예술가 2)

2) 상호변화의 역동: 예술가와 참여자의 쌍방향적 성장

본 연구에서 발견된 또 하나의 현상은 예술가와 참여자 간의 '상호변화'이다. 기존의 교육 패러다임에서 교수자는 학습자에게 일방적으로 영향을 미치는 존재로 상정되지만, 본 연구의 결과는 예술가 역시 참여자들로부터 영향을 받아 변화하는 상호작용적 관계를 보여준다.

예술가들은 참여자들의 열정과 헌신에 깊은 인상을 받았다. 특히 신체적 어려움에도 불구하고 프로그램에 참여하는 어르신들의 모습은 예술가들에게 강한 자극이 되었다.

"어르신들은 잘 못하세요, 근데도 막 눈이 막 와가지고 막 빙판인데도 허리에 복대를 차고 막 나오세요... 다리를 막 다쳐서 깁스를 하고 나오는 거예요." (참여자 7/예술가 4)

참여자들의 열정은 예술가의 교육 방식을 재정비하게 만드는 계기가 되었다. 처음에는 '형식적으로' 가르쳤던 강사가 참여자들의 열정에 자극받아 자신의 교육 태도를 근본적으로 변화시킨 사례는 이러한 상호 변화의 역동을 잘 보여준다.

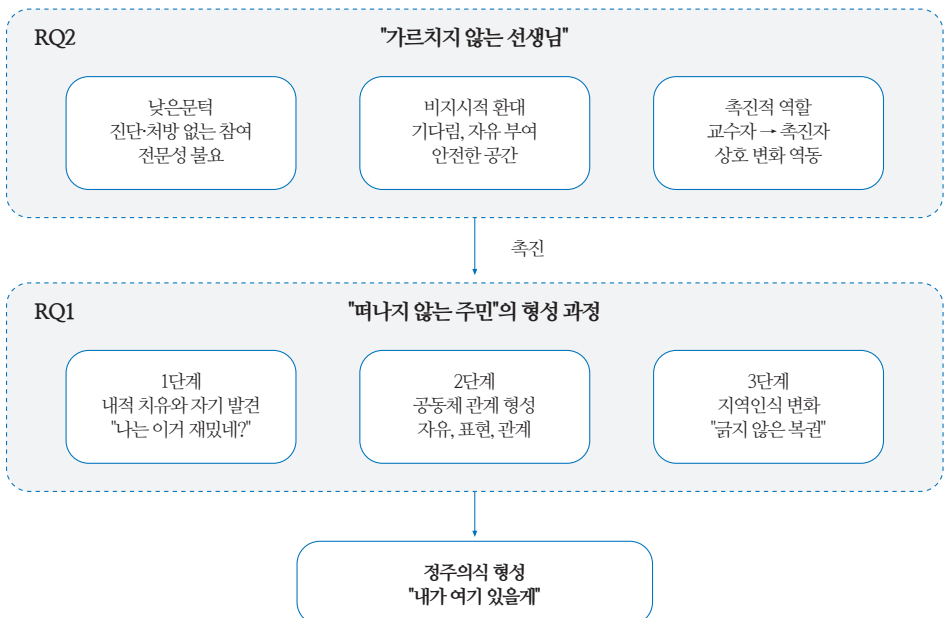
"저는 처음에는 그냥 이제 좀 약간 형식적으로 가르쳤었어요... 근데 그렇게 어르신들이나 이렇게 열정을 가지고 하시는 거 보니까 제가 이렇게 하면 안 되겠더라고요, 그래서 거의 있는 기회 없는 기회 다 끌어다가 다시 해야겠다 해서 제가 강습하는 방법도 다시 다 재정비하고 더 좀 열정을 가지게 된 것 같아요." (참여자 7/예술가 4)

"이제는 그 사람들 하나하나를 좀 들여다보게 된 것 같아요, 당신이 지금 취미생으로서 원하는 게 어디까지고 가장 부족한 것이 무엇인지를 대화를 하면서..." (참여자 7/예술가 4)

이러한 상호 변화의 양상은 예술가와 참여자의 관계가 일방적 전달이 아닌 쌍방향적 영향 관계임을 보여준다.

5. 종합: 참여 경험에서 나타난 의미 연결 구조

■ <그림 IV-1> 연구 결과 종합



본 연구의 분석 결과를 종합하면, 공공문화예술 프로그램 참여 경험은 개인의 내적 치유, 공동체 관계 형성, 지역 인식 변화와 정주의식이 서로 연결되어 나타나는 양상으로 해석되었다. 예술가의 '가르치지 않는' 비지시적 접근은 참여자들이 비교적 안전하게 프로그램에 진입하고 자신을 표현할 수 있었다고 진술하는 맥락과 함께 나타났으며, 이 과정에서 참여자들은 자기 발견, 정서적 환기, 관계 형성의 경험을 서술하였다. 이러한 경험은 연천을 '결핍의 공간'에서 '가능성의 공간'으로 다시 보게 되는 서사와 맞닿아 있었고, 일부 참여자에게서는 '내가 여기 있을게'와 같은 정주의식 관련 표현으로 확장되는 양상이 확인되었다. 또한 자료에서는 참여자뿐 아니라 예술가 역시 시민과의 상호작용 속에서 자신의 태도와 방식을 다시 조정하는 변화가 함께 나타났다. 이러한 결과의 이론적 의미와 시사점은 다음 장에서 논의한다.

V 논의 및 결론

본 연구는 경기도 연천군의 공공문화예술 프로그램에 참여한 시민들의 경험을 현상학적 해석학의 관점에서 탐구하여, 문화예술 활동 참여가 지역 인식 변화와 정주의식 형성에 어떻게 연결되어 나타나는지, 그리고 예술가의 접근 방식이 이 과정에 어떠한 맥락을 제공하는지를 밝히고자 하였다. 본 장에서는 앞서 도출된 범주화 결과를 이론적 렌즈와 연결하여 그 의미를 해석하고, 이를 바탕으로 본 연구의 결론과 정책적 시사점을 도출한다.

1. 공공문화예술의 비(非)임상적 치유

1) 낮은 문턱을 통한 진입

참여자들은 진입 초기 문화예술 활동에 대한 두려움과 자기 비하적 태도를 보고하였으나, 예술가의 비강제적 접근이 이러한 장벽을 낮추는 맥락으로 나타났다. 예술적 전문성이 아닌 감각적 경험 자체를 중시하는 접근은 참여자들이 비교적 안전하게 프로그램에 진입할 수 있는 환경을 조성하였다. Fairbrass 등(2022)이 제안한 비(非)임상적 예술 개입의 특성-진단이나 처방 없이 참여할 수 있고, 지역사회 맥락에서 자연스러운 접근이 가능한-이 본 연구의 현 장에서도 확인되었다.

2) 탈중심화와 몰입

참여자들은 일상의 문제에서 벗어나 창작 활동에 몰입하는 경험을 보고하였다. 이는 Turner(1969)의 리미널리티, Knill 등(2005)의 탈중심화(decentering) 개념으로 해석할 수 있다. 정서적 어려움이 있을 때 창작 활동에 집중함으로써 심리적 거리두기를 경험하는 양상은, 예술 활동이 일상의 막다른 상황에 과밀화된 주의를 분산시키고 상상적 현실로의 진입을 가능하게 한다는 Knill 등(2005)의 논의와 일치한다.

3) 집단 참여와 관계 형성

참여자들은 유사한 관심사를 가진 사람들과 함께 활동하는 것에서 즐거움을 경험하였다고 보고하였다. 이는 오수진(2018)이 강조한 집단 참여의 사회적 효과와 연결된다. 김병용(2022)은 문화예술 여가활동이 사회적 유대감 형성에 기여하고 이것이 삶의 만족으로 이어진다고 밝힌 바 있다. 본 연구의 결과는 이러한 선행연구를 확장하여, 문화예술 활동을 통한 사회적 유대감이 지역에 대한 귀속감과 정주의식으로 확장될 가능성을 보여준다.

4) 정주의식으로의 연결

이러한 경험들이 중첩되면서 참여자들은 지역에 대한 인식을 변화시키고, 관계를 통해 정주의식을 형성해가는 양상을 보였다. 참여자들은 프로그램 참여 이전에 인프라 부족 등을 이유로 연천을 결핍의 공간으로 경험하는 경향을 보였으나, 관계망 형성을 통해 가능성의 공간으로 재인식하는 양상이 관찰되었다. 김창진과 채경진(2025)은 문화도시 사업 참여가 주민의 정주인식에 긍정적 영향을 미친다고 밝혔으며, 장소 애착과 정주의식의 관계를 논의한 바 있다. 고용수(2025)가 강조한 문화예술공간의 '공동체 의식 형성' 기능, 최나영(2025)이 밝힌 인구감소지역 문화예술교육의 '지역주민 공동체 형성' 기여가 본 연구에서도 확인되었다.

2. 예술가의 내러티브 실천과 서사 재구성

1) 창작의 내재적 치유력

치료 목적 없이 운영된 프로그램에서 참여자들이 정서적 위로와 자기 치유를 경험한 것은 McNiff(2004)가 강조한 ‘예술의 내재적 치유력’으로 해석된다. 본 연구의 예술가들이 취한 비(非)평가적 태도는 이러한 ‘열린 환경’을 조성한 것으로 해석된다. 김미연과 김인설(2024)이 정의한 비(非)임상적 예술치유 개념-‘진단이나 처방 없이 참여할 수 있고, 예술적 전문성을 요구하지 않으며, 지역사회 맥락에서 자연스러운 접근이 가능한’-이 본 연구의 현장에서 확인되었다. 연천의 공공문화예술 프로그램은 치료를 목적으로 설계되지 않았음에도, 그 구조적 특성으로 인해 ‘의도하지 않은 치유’를 가능케 하였다.

2) 서사 재구성과 재지작

참여자들이 도슨트 활동이나 그림책 작업을 통해 자신의 감정과 경험을 언어로 표현하는 새로운 능력을 발견한 것은 White(2007)의 재지작(re-authoring) 개념과 연결된다. 주목할 점은 이러한 서사의 재구성이 개인의 심리적 차원에 머무르지 않고 지역에 대한 인식 변화로 확장되는 양상을 보였다는 것이다. 프로그램 참여 이전의 부정적 지역 인식이 긍정적 인식으로 전환되는 양상은, 이민용(2024)의 관점에서 지역에 대한 ‘지배적 이야기’를 ‘대안적 이야기’로 재지작한 것으로 해석할 수 있다.

3. 비(非)지시적 환대와 상호변화

예술가의 독특한 접근 방식과 예술가-참여자 간 상호변화는 선행연구에서 충분히 탐색되지 않았던 현상이다. 본 연구에서는 이러한 접근을 ‘비(非)지시적 환대’로 명명하고자 한다. 비(非)지시적 환대란 기술을 가르치지 않음(비(非)지시적 태도), 하지 않아도 되는 자유를 보장함(비(非)강제적 태도), 그리고 기다려줌(환대)이 통합된 접근 방식을 의미한다.

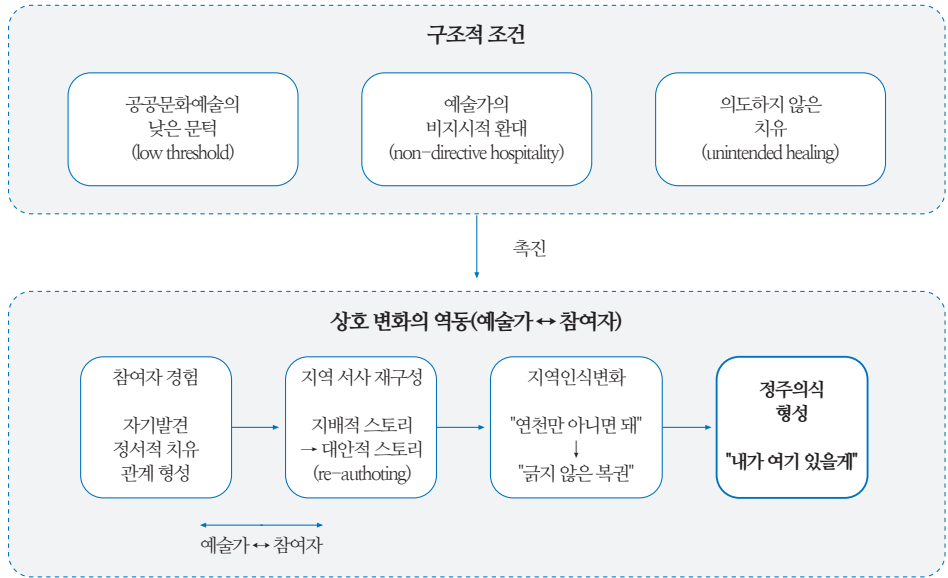
1) ‘가르치지 않는 선생님’의 의미

기존 예술교육이나 예술치료 모델에서 예술가는 지식과 기술을 전달하는 교수자의 역할을 해왔다. 그러나 본 연구에서 예술가들은 ‘가르치지 않음’을 의도적으로 선택하며, 이것을 참여자에 대한 환대의 방식으로 이해하고 있었다. 비(非)지시적 환대는 기술 전달이 아닌 참여자의 자발적 표현 촉진에 초점을 맞춘 접근이다. 특히 ‘참여하지 않을 자유’의 보장이 주목할 만하다. 강제성이 없는 환경에서 참여자들은 오히려 더 적극적으로 활동에 참여하였고, 이러한 자발성은 활동 경험의 의미를 더욱 깊게 만들었다.

2) 상호변화의 역동

본 연구의 또 다른 발견은 예술가-참여자 관계를 일방적인 전달구조가 아닌 쌍방향적 영향 관계로 나타난다는 점이다. 김미연과 김인설(2024)은 예술치유를 ‘예술가 또는 예술치료사와의 창의적 협업을 통하여 참여자가 치유적 경험을 스스로 성취하는 활동’으로 정의하였다. 본 연구의 발견은 이러한 ‘창의적 협업’이 참여자의 치유에 그치지 않고 예술가의 변화까지 포함하는 쌍방향적 과정임을 보여준다. 예술가와 참여자가 서로에게 긍정적 영향을 미치는 선순환 구조가 형성될 때, 공공문화예술 프로그램은 일회성 이벤트가 아닌 지속가능한 공동체적 활동으로 발전할 수 있다.

■ <그림 V-1> 연구 결과 종합



이상의 논의를 종합하면, 공공문화예술 참여를 통한 정주의식 형성은 구조적 조건과 상호변화의 역동이라는 두 층위로 해석된다. 구조적 조건 층위에서, 공공문화예술의 낮은 문턱과 예술가의 비(非)지시적 환대는 의도하지 않은 치유의 맥락을 형성하였다. 이러한 조건은 예술가와 참여자 간 상호 변화의 역동을 촉진하였다. 참여자들은 자기발견, 정서적 치유, 관계 형성을 경험하였고, 지배적 스토리는 대안적 스토리로 재저작 되었다. 이 과정에서 연천에 대한 인식은 '연천만 아니면 돼'에서 '굶지 않은 복권'으로 전환되었으며, 궁극적으로 '내가 여기 있을게'라는 정주의식 관련 서사가 형성되는 양상이 나타났다.

4. 결론 및 시사점

본 연구의 결과를 종합한 결론은 다음과 같다. 공공문화예술 프로그램 참여 경험은 개인의 내적 치유, 공동체 관계 형성, 지역 인식 변화와 정주의식이 서로 연결되어 나타나는 확장적 양상으로 확인되었다.

1) 학술적 의의

본 연구의 학술적 의의는 다음과 같다. 첫째, 인구감소지역에서의 공공문화예술 참여 경험을 개인의 정서적 변화에 국한하지 않고, 지역 인식과 정주의식 관련 서사와의 연관 속에서 해석하였다. 선행연구들이 보고한 다양한 내적 결과들-자존감 회복, 정서적 치유, 사회적 유대감-이 '왜', '어떻게' 도출되었는지에 대한 과정을 텍스트 분석을 통해 탐색하였다. 둘째, 시민 참여자의 경험과 더불어 예술가의 비(非)지시적 환대가 참여 의미의 형성에 어떤 맥락을 제공하는지를 함께 살피으로써, 공공문화예술 프로그램의 관계적·상호작용적 특성을 드러냈다. 셋째, 비(非)임상적 맥락에서의 예술치유 경험을 현상학적 해석학으로 접근함으로써, 치료를 목적으로 설계되지 않은 프로그램에서 나타나는 '의도하지 않은 치유'의 과정을 규명하였다.

2) 실천적 시사점

실천적 시사점은 다음과 같다. 첫째, 공공문화예술 프로그램 설계 시 '낮은 문턱' 원칙의 중요성이다. 예술적 전문성을 요구하지 않고, 평가하지 않으며, 참여하지 않을 자유를 보장하는 비(非)지시적 환대가 오히려 참여자들의 자발적이고 적극적인 참여를 이끌어냈다. 둘째, 예술가의 역할에 대한 재고가 필요하다. 예술가가 기술 전달자가 아닌 내러티브 실천 역량을 갖춘 촉진자로 기능할 때, 참여자들은 자기 발견과 서사 재구성의 경험을 더 깊이 할 수 있었다. 셋째, 지역 정주의식 형성에 문화예술 참여가 기여할 수 있다는 가능성이다. 인구감소지역의 공공문화예술 프로

그럼은 주민의 지역 경험을 새롭게 해석하고 관계를 형성하는 장으로 기능할 수 있다는 것이 다시 한번 입증 되었다.

3) 정책적 함의

본 연구는 인구감소지역 문화정책에 두가지 시사점을 제안한다. 첫째, 결과물 중심에서 과정 중심으로의 평가 체계 전환이다. 현행 보조금 사업은 그림책 출판 부수, 전시회 관람객 수 등 가시적 성과에 초점을 맞추지만, 본 연구 결과가 보여주듯 참여자들의 치유 경험과 정주의식 형성에 기여한 것은 결과물 자체가 아니라 그것을 만들어가는 과정에서의 관계와 경험이었다. 참여자의 지속 참여율, 관계망 형성 여부, 자발적 확장 활동 참여, 지역 인식 변화 등을 평가 지표로 포함하는 방안을 고려할 수 있다.

둘째, 비(非)지시적 환대를 지속하기 위한 구조적 지원이다. 원자료 분석 결과, 현장 예술가들은 불안정한 저우와 전용 공간 부재라는 현실적 어려움을 토로하였고, 동시에 행정/관리자 측면에서는 참여자 간 강한 결속이 자칫 새로운 주민의 진입을 막는 '닫힌 동아리'로 고착화될 수 있다는 우려도 확인되었다. 따라서 예술가의 안정적 활동 기반을 마련하는 한편, 커뮤니티의 개방성과 지역사회 연결성을 담보할 수 있는 균형 잡힌 정책 설계가 요청된다.

5. 연구의 한계와 후속 연구 제언

1) 연구의 한계

본 연구는 다음과 같은 한계를 갖는다. 첫째, 연구 참여자가 연천군의 특정 프로그램에 참여하거나 운영에 관여한 15명으로 제한되어 있어 일반화에 한계가 있다. 연천군은 접경지역이라는 특수한 지리적·사회적 조건을 가지고 있으며, 이러한 맥락이 참여자들의 경험에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 둘째, 연구 참여자 대부분이 지속적으로 참여하는 적극적 참여자들로, 중도 이탈자의 경험은 포착하지 못하였다. 이는 '생존자 편향(survivorship bias)'을 초래할 수 있다. 셋째, 참여자들의 회고적 서술에 기반하여 실시간 변화를 추적하지 못하였으며, 그룹인터뷰 상황에서 사회적 바람직성 편향이 작용했을 가능성도 있다. 넷째, 정주의식과 실제 정주 행동(이주 의향, 거주 기간 등) 간의 관계를 실증적으로 검증하지 못하였다. 다섯째, 본 연구는 참여자의 긍정적인 내적 변화와 상호작용이라는 핵심서사에 집중하여, 원자료에 나타난 일부 부정적 사례나 구조적 한계를 본문에서 심층적으로 다루지 않았다. 이는 현상의 이면을 보여주는 데이터로써, 후속 연구를 위해 남겨두었다.

2) 후속 연구 제언

첫째, 다양한 인구감소지역 및 도시 지역을 대상으로 한 비교 연구가 필요하다. 연천군의 접경지역이라는 특수성이 결과에 미친 영향을 확인하고, 다른 맥락에서의 적용 가능성을 탐색할 수 있을 것이다. 둘째, 프로그램 이탈자나 비참여자를 포함한 연구를 통해 프로그램의 한계와 개선 방향을 도출할 수 있을 것이다. 셋째, 예술가의 비(非)지시적 환대가 어떻게 형성되고 실천되는지, 그리고 이러한 접근을 지원하기 위한 예술가 역량 개발 방안은 무엇인지를 탐구할 필요가 있다. 넷째, 과정 중심 평가 체계의 구체적 지표 개발과 행정적 적용 가능성에 관한 후속 연구가 요청된다.

VI 맺음말

본 연구는 인구감소지역인 연천군의 공공문화예술 프로그램 참여 경험이 지역 인식 변화와 정주의식 관련 서사에 어떻게 연결되어 나타나는지를 현상학적 해석학의 관점에서 탐구하였다. 분석 결과, 참여자들은 '가르치지 않는 선생'의 비(非)지시적 환대 속에서 자기를 발견하고 관계를 형성하며, 연천을 '결핍의 공간'에서 '굶지 않는 복권'으로 다시 이해하는 서사적 전환을 경험하였다. 일부 참여자에게서 이러한 변화는 '내가 여기 있을게'라는 정주의식 관련 표현으로 확장되었다. '떠나지 않는 주민'은 물리적 조건의 개선만으로 만들어지지 않는다. 그것은 지역 안에서 자신을 발견하고, 관계를 맺고, 삶의 이야기를 새롭게 쓸 수 있을 때 형성된다. 본 연구는 공공문화예술 프로그램이 바로 그러한 경험의 장이 될 수 있음을 보여준다. 이 발견이 인구감소지역의 문화정책과 프로그램 운영에 해석적 시사점을 제공하기를 기대한다.

■ 참고 문헌

〈국내 문헌〉

- 고용수. (2025). 문화예술공간을 통한 지역공동체 만들기: 소멸위험 지역 사례와 활성화 방안을 중심으로. *한국예술연구*, 47, 53-78.
- 강윤주, 지혜원. (2016). '생활예술 오케스트라'를 통해 보는 예술의 사회적 가치. *문화와 사회*, 22, 187-225.
- 김미연, 김인설. (2024). 트라우마 이론에 기반한 예술치유콘텐츠 구독자의 치유 과정에 관한 질적연구. *문화경제연구*, 27(1), 143-179.
- 김병용. (2022). 문화예술 여가활동에 대한 결과기대와 문화예술 여가활동이 사회적 유대감과 삶의 만족에 미치는 영향. *International Journal of Tourism and Hospitality Research*, 36(9), 49-63.
- 김재원, 조서라. (2024). 청년세대는 무엇을 쫓아 이동하는가: 지방소멸시대의 청년과 문화예술. *문화와 사회*, 32(3), 7-52.
- 김창진, 채경진. (2025). 문화도시 사업이 주민의 정주인식에 미치는 영향: 춘천 문화도시 사업 참여자를 대상으로. *문화정책논총*, 39(1), 95-124. <https://doi.org/10.16937/jcp.2025.39.1.95>
- 박신의. (2013). '예술의 사회적 영향' 연구 분석과 정책적 함의. *문화정책논총*, 27(1), 57-75. <https://doi.org/10.16937/jcp.27.1.201301.57>
- 송경재. (2023). 지방소멸 시대, 사회적 자본과 지역공동체: 전라남북도를 중심으로. *한국과 세계*, 5(2), 65-96. <https://doi.org/10.22743/kwr.2023.5.2.65>
- 오수진. (2018). 치유적 스토리텔링을 활용한 예술치료교육: 위기청소년 사례를 중심으로. *한국연극예술치료학회 학술대회지*, 14, 1-15.
- 이민용. (2024). 서사학의 관점에서 연구한 마이클 화이트의 내러티브 치료. *인문과학연구*, 80, 153-178.
- 이상대, 이정훈, 조성택, 조희은. (2022). 인구소멸위험 대응 연천군 발전전략 연구(정책연구 2022-15). 경기연구원.
- 최나영. (2025). 인구감소지역 기초문화재단의 문화예술교육 사례 연구. *한국예술연구*, 47, 5-30.
- 한경은, 신승녀. (2017). 예술의 치유적 기능: 참여를 넘어 관여하는 예술로. 2017 문화예술교육 컨퍼런스, 165-180.
- 행정안전부. (2024). 인구감소지역 지정 변경 고시 (행정안전부고시 제2024-15호, 2024.2.27.)

〈해외 문헌〉

- Bulling, I. S. (2017). Stepping through the door: Exploring low-threshold services in Norwegian family centres. *Child & Family Social Work*, 22(3), 1264-1273. <https://doi.org/10.1111/cfs.12343>
- Fairbrass, A. J., Chatterjee, H., Jones, K. E., & Maynou, L. (2022). Human responses to nature- and culture-based non-clinical interventions: A systematised review. *Perspectives in Public Health*, 142(3), 149-157.
- Knill, P. J., Levine, E. G., & Levine, S. K. (2005). Principles and practice of expressive arts therapy: Toward a therapeutic aesthetics. Jessica Kingsley Publishers.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). Naturalistic inquiry. SAGE.
- Lindseth, A., & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 18(2), 145-153.
- McNiff, S. (2004). Art heals: How creativity cures the soul. Shambhala.
- White, M. (2007). Maps of narrative practice. W. W. Norton.

2

경기북부민의 퇴근길 '심리적 전환'과 야간 문화 연구

의정부 및 인근 도시를 중심으로

하 늘

경희대학교

경기북부민의 퇴근길

'심리적 전환'과

야간 문화 연구

의정부 및 인근 도시를 중심으로

하 늘
경희대학교

요약

본 연구는 경기북부 지역의 고질적인 문제인 '장거리 통근'으로 인한 주민들의 시간 빈곤과 사회적 고립 문제를 해결하기 위해, 퇴근길 거점역을 중심으로 한 야간 문화 공간 전환 모델을 제안한다. 경기북부에서 서울로의 통근 시간은 평균 87분으로 전국 최고 수준이며, 이로 인해 주민들은 퇴근 후 지역 사회와 단절된 채 소극적 휴식에 머무는 '시간 빈곤' 상태에 놓여 있다. 본 연구는 293명의 설문조사와 7명의 심층 면접(FGI), 그리고 6개 거점역(의정부, 회룡, 다산, 평내호평, 구리, 별내) 인근 24개 공간에 대한 실태 조사를 수행하였다. 연구 결과, 통근자들은 집으로 들어가기 전 '노동자'에서 '개인'으로 자아를 전환할 수 있는 '심리적 환승' 공간에 대한 갈망이 높음을 확인하였다. 이에 따라 영화관, 박물관, 도서관 등 기존 공간의 기능을 밤 시간대에 반전시키는 공간 반전 시나리오를 설계하였으며, 이를 통해 지역 정부 의식을 높이고 느슨한 사회적 관계망을 형성할 수 있는 공간 반전 경험 가이드라인을 제시하고자 한다.

주제어 : 퇴근길, 장거리 통근, 야간문화, 반전경험, 장소애착

가. 경기북부 이주 청년 증가와 장거리 통근 실태

최근 경기북부 지역은 저렴한 주거 비용과 대규모 신도시 및 청년주택 공급에 힘입어 청년 인구의 유입이 가파르게 증가하고 있다. 2023년 통계청 자료에 따르면, 경기북부는 학업 및 직장을 이유로 한 이주 청년 증가율에서 전국 1위를 기록하였다. 특히 의정부시를 비롯한 거점 도시는 서울 접근성이 용이한 주거지로 각광받으며 사회 초년생들의 주요 정착지가 되고 있다.

그러나 이러한 인구 유입에도 불구하고, 경기북부의 정주 여건은 여전히 '잠만 자는 도시(Bed-town)'의 한계를 벗어나지 못하고 있다. 지역 내 양질의 일자리 부족으로 인해 이주 청년의 대다수는 서울 도심으로 장거리 통근을 선택하게 되며, 이는 지역에 대한 소속감 결여와 정서적 유대감 약화로 이어진다. 청년들이 지역에 머무는 시간은 오직 야간과 주말에 한정되어 있으며, 지역 사회의 구성원이 아닌 '일시적 거주자'로서의 정체성이 강화되고 있는 실정이다.

나. 통근자의 시간 빈곤과 사회적 고립 위험성

경기북부 주민들의 삶의 질을 저해하는 가장 큰 요인은 압도적인 통근 시간이다. 2024년 국토교통부의 평균 출퇴근 이동 시간 조사 결과에 따르면, 경기북부에서 서울로 향하는 통근 시간은 평균 87분으로 전국 1위를 기록하였다. 이는 왕복 3시간에 가까운 시간을 매일 도로 위에서 소모하고 있음을 의미한다.

이러한 장거리 통근은 단순히 물리적 피로를 넘어 통근자에게 심각한 '시간 빈곤'을 야기한다(Vickery, 1977). 시간 빈곤이란 노동과 필수적인 생존 시간을 제외하고 개인이 자유롭게 선택할 수 있는 가용 시간이 절대적으로 부족한 상태를 뜻한다. 장거리 통근자는 퇴근 후 지역 사회에 참여하거나 취미 활동을 영위할 에너지가 고갈되며, 이는 곧 사회적 관계망의 축소와 고립으로 이어진다.

스투처와 프레이(Stutzer & Frey, 2008)는 이를 '통근의 역설(The Commuting Paradox)'이라 명명하며, 높은 임금이나 낮은 주거비를 위해 선택한 장거리 통근이 실제로는 개인의 주관적 행복감을 현저히 낮추고 스트레스를 가중시킨다고 분석한 바 있다.

다. 퇴근길 심리적 회복과 야간 문화 향유의 단절

통근자가 퇴근 후 거주지에 도착하는 시간은 평균적으로 오후 8시 30분 이후이다. 그러나 현재 경기북부 내 대부분의 공공 및 여가 시설(도서관, 박물관, 주민센터 등)은 2025 국민여가향유 실태조사 기준에 따르면 오후 8시부터 8시 30분 사이에 운영을 마감한다. 이는 직장인들이 거주지 인근에서 문화적 혜택을 누리고자 해도 물리적 공간이 부재함을 시사한다.

업무 공간(제1의 장소)과 가정(제2의 장소) 사이에서 개인의 정서적 회복을 돕는 '제3의 장소'가 야간 시간대에 작동하지 않음으로써, 주민들은 퇴근 후 곧바로 가사 노동이나 수면으로 이어지는 단조로운 일상을 반복하게 된다.

따라서 장거리 통근자들이 '노동자'에서 '지역 주민'이자 '개인'으로 자아를 전환할 수 있는 심리적 전환 공간의 확보가 절실하다. 특히 거점역을 중심으로 한 야간 문화 공간의 개발은 퇴근길의 스트레스를 완화하고, 지역에 대한 애착심을 고취하며, 사회적 고립을 예방할 수 있는 핵심적인 기제로 작용할 것이다.

2. 연구의 목적

본 연구는 경기북부 지역 장거리 통근자들이 겪는 '시간 빈곤'과 그로 인한 '사회적 고립' 문제를 완화하기 위해, 퇴근길 거점역을 중심으로 한 야간 문화 공간의 가치를 재발견하고 지속 가능한 운영 모델을 제안하는 데 목적이 있다. 구체적인 연구 목적은 다음과 같다.

첫째, 퇴근길 거점역 인근 공간이 통근자의 심리적 상태를 '직장인(ON)'에서 '지역 주민(OFF)'으로 전환하는 심리적 환승의 장소로서 갖는 잠재력을 규명하고자 한다. 업무의 긴장을 해소하고 정서적 이행을 돕는 문화적 도구로서의 공간 가치를 탐색한다.

둘째, 경기북부 주요 거점역의 야간 환경 및 유희 공간 실태를 조사하여, 실제 퇴근 시간에 이용 가능한 야간 문화 자원을 아카이빙하고 유형화한다.

셋째, 통근자들의 실제 수요와 심층적인 욕구를 분석하여, 단순한 시설 개방을 넘어 공간의 기능이 낮과 밤에 따라 유연하게 변화하는 공간 발전 기반의 야간 문화 프로그램을 설계한다.

넷째, 이를 바탕으로 지자체 및 민간에서 활용할 수 있는 야간 문화 공간 운영 가이드라인과 정책적 제언을 도출함으로써 정주 의식 고취와 사회적 관계망 형성에 기여하고자 한다.

3. 연구 범위 및 방법

가. 연구의 범위

본 연구는 시간적, 공간적, 내용적 범위를 다음과 같이 설정하였다.

1) 공간적 범위: 경기 동북부의 주요 교통 요충지이자 통근자 유입이 많은 의정부역, 화릉역, 다산역, 평내호평역, 구리역, 별내역 등 6개 거점역 반경 500m 이내 구역을 중심으로 한다.

2) 시간적 범위: 통근자들의 평균 귀가 시간 및 심리적 전환이 일어나는 집중 시간대인 20:00 ~ 23:00 사이의 야간 시간대를 주요 분석 대상으로 한다.

3) 내용적 범위: 거점별 야간 문화 자원(민간 및 공공) 실태 조사, 통근자 대상 정량·정성 분석을 통한 공간 전환 모델 기획 및 정책 가이드라인 도출을 포함한다.

나. 연구의 방법 및 절차

본 연구의 목적을 달성하기 위해 문헌 연구, 현장 실사, 설문조사, 심층 면접(FGI)을 병행하는 복합 연구 방법을 채택하였다.

1) 문헌 연구 및 사례 조사: 국내외 야간 문화 정책, 제3의 장소, 심리적 환승 관련 학술 자료 및 선행 연구를 분석하여 연구의 이론적 토대를 마련하였다.

2) 현장 실태 조사 및 자원 발굴: 2025년 12월 28일부터 30일까지 6개 거점역 인근의 민간 및 공공 공간 24개소를 직접 방문하여 운영 시간, 문화 프로그램 유무, 야간 전환 가능성에 대한 인터뷰를 수행하고 현장 아카이빙을 완료하였다.

3) 설문조사: 2025년 12월 29일부터 2026년 1월 15일까지 경기북부 거주 서울 통근자 293명을 대상으로 온라인 설문(당근마켓, 지역 커뮤니티 활용)을 실시하여 퇴근길 문화 향유 실태 및 공간 수요를 파악하였다.

4) 심층 면접(FGI): 설문 응답자 중 왕복 통근 3시간 이상의 고관여군 7명을 선정하여 2026년 1월 31일과 2월 1일 양일간 심층 인터뷰를 실시, 정성적인 문화 경험 욕구와 심리적 장벽을 분석하였다.

5) 모델 설계 및 정책 제언: 수집된 데이터를 바탕으로 거점별 '공간 발전' 시나리오를 작성하고, 최종적인 야간 문화 향유권 확대를 위한 정책적 대안을 도출한다.

II

이론적 고찰 및 선행연구 검토

1. 핵심 개념 정의 및 이론적 기초

1. 핵심 개념 정의 및 이론적 기초

가. 심리적 환승: 직장인에서 주민으로의 이행

본 연구에서 핵심적으로 다루는 '심리적 환승'은 개인이 특정 사회적 역할에서 벗어나 다른 역할로 전이되는 과정에서의 정서적·인지적 이행을 의미한다(Ashforth et al. 2000). 특히 장거리 통근자들에게 퇴근길은 단순한 물리적 이동 경로를 넘어, 직장에서의 노동자라는 긴장된 역할(ON)을 해제하고 지역 사회의 주민이자 개인으로서의 자아(OFF)를 회복하는 결정적인 구간이다.

일반적으로 통근 시간이 짧은 경우 이러한 전환이 자연스럽게 이루어지나, 경기북부와 같이 왕복 3시간에 달하는 초장거리 통근의 경우 이동 과정 자체가 극도의 스트레스로 작용하여 심리적 전환이 차단되는 현상이 발생한다. 본 연구는 이러한 전환의 실패가 번아웃과 지역 소외로 이어진다고 보고, 이를 돕는 문화적 도구로서의 공간 전환 모델을 제안하고자 한다.

나. 제3의 장소: 가정과 일터 사이의 중립적 공간

사회학자 레이 올덴버그(Ray Oldenburg)는 저서 『The Great Good Place』를 통해 가정(제1의 장소)과 일터(제2의 장소)가 아닌, 개인이 자유롭게 드나들며 타인과 교류하고 정서적 위안을 얻는 비공식적 공공장소를 '제3의 장소'로 정의하였다.

올덴버그에 따르면 제3의 장소는 다음과 같은 특성을 갖는다. 첫째, 중립적인 지대여야 하며, 둘째, 계급이나 지위에 상관없이 평등한 관계가 형성되어야 한다. 셋째, 대화가 주요 활동이 되며, 마지막으로 이용자에게 심리적 재생과 즐거움을 제공해야 한다. 경기북부 통근자들에게는 밤 9시 이후에도 이러한 기능을 수행할 수 있는 공간이 절대적으로 부족하며, 이는 베드타운 거주자들의 정신 건강 악화와 직결된다는 점이 선행연구(건축공간연구원, 2021)를 통해 입증된 바 있다.

2. 장거리 통근과 사회적 고립의 관계

가. 통근의 역설

스투처와 프레이(Stutzer & Frey, 2008)는 장거리 통근이 개인의 행복에 미치는 부정적 영향을 '통근의 역설'로 설명한다. 많은 사람들이 더 나은 주거 환경이나 높은 연봉을 위해 장거리 통근을 감수하지만, 실제로는 이동 과정에서 소모되는 시간과 에너지가 그로 얻는 경제적 이득보다 훨씬 큰 심리적 비용을 발생시킨다는 것이다.

이들은 독일 사회의 데이터를 분석하여 통근 시간이 길어질수록 주관적 안녕감이 급격히 하락하며, 이는 어떠한 경제적 보상으로도 완전히 상쇄되지 않는다고 주장하였다. 경기북부 주민들이 전국 1위의 통근 시간을 기록하고 있다는 사실은, 이 지역 주민들이 잠재적으로 가장 높은 행복 결핍 상태에 놓여 있음을 시사하며 본 연구가 제안하는 야간 문화적 개입의 필요성을 뒷받침한다.

나. 시간 빈곤과 사회적 자본의 악화

통근 시간의 증가는 필연적으로 지역 사회 내에서의 활동 시간 감소, 즉 '시간 빈곤'을 초래한다. 로버트 퍼트넘(Robert Putnam)은 그의 저서 『나 홀로 볼링(Bowling Alone)』에서 통근 시간이 10분 늘어날 때마다 지역 공동체 활동 참여도는 10%씩 감소한다고 지적하였다.

장거리 통근자는 퇴근 후 물리적·정신적 에너지가 고갈되어 이웃과의 '느슨한 연대'를 형성할 기회를 박탈당하며, 이는 청년 1인 가구의 사회적 고립 실태(한국보건사회연구원, 2022)에서도 주요한 원인으로 지목된다. 따라서 밤 시간대 거점역 인근에 형성되는 문화 공간은 단순히 취미 활동을 넘어, 무너진 지역 사회의 사회적 자본을 복원하는 최소한의 인프라로서 기능해야 한다.

3. 공간의 인지적 회복과 야간 문화 전략

가. 인지적 회복환경 이론

환경심리학자 스티븐 카플란(Stephen Kaplan)의 주의 회복 이론에 따르면, 업무와 같이 집중력을 요하는 활동은 인지적 피로를 유발하며 이를 회복하기 위해서는 '일상으로부터의 탈출'과 '매력적인 자극'이 있는 환경이 필요하다. 김진명(2021)은 도시의 유희 공간이 이러한 인지적 환기를 돕는 회복환경으로서 기능할 수 있음을 입증하였다. 본 연구에서 제안하는 '공간의 반전(Space Switching)'에겐 낮의 엄숙한 박물관이 밤의 캠핑장이 되거나 정숙한 도서관이 낙서의 공간이 되는 모델은 통근자들에게 강력한 '일상 탈출'의 경험을 제공하여 단시간 내에 심리적 회복을 극대화하는 전략적 접근이다.

나. 야간 생활문화 활성화 전략과 정책적 흐름

최근 국내외 대도시를 중심으로 ‘야간 경제(Night-time Economy)’와 ‘야간 문화 향유권’에 대한 논의가 활발하다. 경기연구원(2023)의 연구에 따르면, 경기북부와 같은 베드타운의 한계를 극복하기 위해서는 밤 9시 이후 공공시설의 복합 용도화와 민간 자원과의 연계가 필수적이다. 이는 단순히 상업적인 야간 문화를 조성하는 것을 넘어, 주민들이 안전하고 쾌적하게 머물 수 있는 ‘밤의 공공성’을 확보하는 방향으로 나아가야 함을 의미한다.

III

경기북부 거점역 야간 환경 및 유희 공간 실태 조사

1. 조사 개요 및 거점별 현황

가. 조사 개요

본 장에서는 경기북부 지역 통근자들의 주요 이동 경로인 6개 거점 역세권의 야간 환경을 분석하고, 실제 퇴근 시간대에 이용 가능한 문화 자원의 현황을 진단한다. 현장 조사는 통근자들의 귀가 및 심리적 전환이 집중적으로 일어나는 시간대인 20:00~23:00 사이에 수행되었으며, 이를 통해 공간의 물리적 접근성뿐만 아니라 야간 운영의 지속 가능성을 확인하였다.

- 조사 대상: 의정부역, 화릉역, 다산역, 평내호평역, 구리역, 별내역 인근 (반경 500m 내)

- 조사 기간: 2025년 12월 28일 ~ 12월 30일

- 조사 내용: 운영 시간, 야간 문화 프로그램 유무, 공간 운영자 인터뷰

나. 거점별 야간 환경 특성

조사 대상인 6개 거점은 공통적으로 서울로의 접근성이 뛰어난 역세권이지만, 야간 시간대의 보행 환경과 문화 자원의 분포에서는 뚜렷한 차이를 보였다. 의정부역과 구리역은 기존의 상업 지구가 발달하여 야간 유동 인구가 많으나 주로 요식업과 주점 중심의 소비 문화가 지배적이었으며, 다산역과 별내역 같은 신도시 거점은 쾌적한 가로 환경을 갖추었음에도 불구하고 야간 공공 서비스의 단절이 두드러지게 나타났다.

2. 야간 문화 자원 발굴 및 아카이빙 결과

직접 방문 및 실태 조사를 통해 총 24개소의 야간 문화공간 후보지를 발굴하였다. 이를 공간의 성격과 야간 전환 가능성에 따라 유형화한 결과는 다음과 같다.

가. 민간 공간 운영 실태 및 인터뷰 분석

경기북부 거점역 인근의 민간 문화 자원은 주로 카페, 독립서점, LP 바 등 소규모 형태로 분포되어 있다. 이들 공간은 프랜차이즈 시설에 비해 운영자의 개성이 뚜렷하고 지역 밀착형 콘텐츠를 보유하고 있으나, 장거리 통근자의 귀가 시간대와 운영 시간의 불일치로 인해 잠재 고객을 수용하지 못하는 한계를 보였다.

1) 운영 시간의 미스매치와 경제적 현실

조사 결과, 구리역의 허니플로(LP 카페)나 화릉역의 호원문고 등은 지역 내 핵심 문화 거점으로 작동하고 있으나 대부분 오후 7시에서 9시 사이에 마감하고 있다. 운영자 인터뷰에 따르면, “저녁 7시 이후에는 손님이 급격히 줄어 운영 효율성이 떨어진다”는 점이 조기 폐점의 주된 이유였다. 그러나 이는 역설적으로 통근자들이 역에 도착하는 황금 시간대(20:30~21:30)에 공간이 문을 닫음으로써 수요 자체가 차단된 결과이기도 하다.

2) 공간 전환에 대한 운영자 인식

민간 운영자들은 단순히 영업시간을 늘리는 것에는 인건비 부담을 느끼고 있었으나, 밤 시간대 공간의 성격을 바꾸는 공간 반전 모델에는 높은 관심을 보였다. LP 카페 운영자는 “밤에는 조도를 낮추고 소셜 펌(Pub) 형태나 음악 감상회 전용 공간으로 전환한다면, 장거리 통근 시달린 사람들에게 특별한 휴식을 줄 수 있을 것”이라는 의견을 제시하였다.

공간 명칭	현재 운영 실태 및 한계	심층 인터뷰 주요 내용(공간 전환 잠재력)
구리역 하니플로 (LP 카페)	19:00 마감. 낮 시간대 노트북 작업 자 중심의 정적인 분위기 유지	“17시 이후 매출 급감을 해결하기 위해 밤 시간대 전용 ‘음악 감상 팝’으로의 변모를 고민 중이나, 모 객에 대한 확신이 부족함.”
화룡역 호원문고 (로컬 서점)	21:00 마감. 지역 내 대표적 서점이나 야간에는 판매 위주의 단순 기능 수행	“단순 서점 기능을 넘어 21시 이후 ‘침낭낭독회’나 ‘혼술 독서’ 공간으로 전환한다면 퇴근길 주민들에 게 매력적인 제3의 장소가 될 것.”
별내역 개인 카페 (A 소셜공간)	20:00 마감. 신도시 특성상 야간 유동인구가 적어 일찍 폐점함	“역에서 집으로 가는 길목에 있어 위치는 좋음. 밤 시간대에만 조명을 바꿔 ‘암흑 명상’ 등 힐링 프로그램을 운영한다면 참여 의사 있음.”

나. 공공 시설의 야간 운영 한계점 및 잠재력

주민센터, 도서관, 박물관 등 공공시설은 접근성이 우수하고 공간 규모가 크다는 장점이 있으나, 행정 중심의 운영 체계로 인해 야간 시간대 활용도가 매우 낮게 나타났다.

1) 제도적·물리적 한계점

현재 경기도 대부분 공공시설은 오후 6시(주민센터) 혹은 오후 8시~10시(도서관)에 운영을 종료한다. 야간 개방을 가로막는 가장 큰 장벽은 인력 관리와 보안 문제였다. 공공기관 관리자들은 야간 연장 운영 시 필요한 추가 인건비 예산의 부재와 야간 사고 발생 시의 책임 소재 문제를 주요 기피 원인으로 꼽았다. 또한, 공공시설 특유의 고조도 주광색 조명과 딱딱한 가구 배치는 퇴근길 통근자들이 원하는 감성적 회복과는 거리가 먼 사무적인 환경을 조성하고 있었다.

2) 야간 전환의 잠재력: 유희 로비와 옥상 공간

그럼에도 불구하고 공공시설은 거점역세권 내에 위치하여 통근 동선상 최적의 입지를 점하고 있다. 별내주민센터의 넓은 로비나 의정부역 인근 공공 전시실 등은 밤 시간대 비어있는 고정 자산이다. 이러한 공간들에 스마트 도어락, 무인 관리 시스템을 도입하거나 조명 연출만 변경해도 훌륭한 심리적 환승 공간으로 탈바꿈할 수 있다. 특히 박물관이나 전시실은 밤 시간대의 적막함이 오히려 신비로운 체험으로 전환될 수 있는 강력한 콘텐츠 잠재력을 보유하고 있다.

3. 현장 인터뷰 및 공간 운영자 대상 분석 소결

가. 운영 시간과 인력의 미스매치

대부분의 공공시설 및 민간 소형 문화공간은 오후 8시에서 9시 사이에 운영을 마감하고 있다. 이는 통근자들이 역에 도착하는 평균 시간대(20:30~21:00)와 정확히 엇갈리는 ‘문화적 시간 불일치’를 야기한다. 특히 공공기관 관리자들은 야간 운영에 따른 추가 인건비와 시설 관리의 안전 문제를 가장 큰 장애 요인으로 꼽았다.

나. 민간 공간의 ‘전환’에 대한 욕구와 제약

LP 카페나 로컬 서점과 같은 민간 자원 운영자들은 저녁 시간대 매출 하락에 대한 대안으로 야간 공간 활용에 대해 긍정적인 입장을 보였다. 구리역 사례에서 확인되듯 단순 카페에서 소셜 펍으로의 변화나, 화룡역 사례의 독서 모임 연장 운영 등이 그 예이다. 그러나 개별 운영자가 독자적으로 야간 프로그램을 기획하고 모객하기에는 마케팅 역량과 초기 비용의 부담이 큰 것으로 나타났다.

다. 공간 반전의 잠재력

실사 과정에서 확인된 가장 큰 가능성은 낮 동안 정적으로 사용되던 공간이 야간의 조명과 연출을 통해 전혀 다른 회복의 공간으로 변모할 수 있다는 점이다. 공공 도서관의 열람실이나 주민센터의 로비 등은 물리적 환경이 잘 갖춰져 있어, 적절한 소프트웨어가 결합될 경우 통근자들의 심리적 이행을 돕는 강력한 제3의 장소로 기능할 수 있음이 확인되었다.

IV

경기북부 통근자 야간 문화 향유 실태 및 수요 분석

1. 설문조사 결과 분석

가. 통근자의 라이프사이클과 야간 도착 실태

경기북부에 거주하며 서울로 출퇴근하는 근로자 293명을 대상으로 조사한 결과, 응답자의 대다수가 심각한 시간적 빈곤 상태에 놓여 있음이 확인되었다. 평일 평균 귀가 시각을 묻는 질문에 20:30~21:00라고 답한 응답자가 52%로 가장 많았으며, 21:00 이후라고 답한 비율도 28%에 달해 전체의 80%가 야간 시간대에 지역 사회에 복귀하는 것으로 나타났다.

이러한 귀가 패턴은 경기북부에서 서울까지의 평균 통근 시간이 87분으로 전국 1위를 기록하고 있다는 국토교통부의 데이터와 궤를 같이한다. 긴 이동 시간은 퇴근 후 가용 시간을 잠식하며, 이는 지역 내 시설 이용률 저하로 이어진다. 실제로 퇴근길 동네 시설을 이용하지 않는다는 응답은 78%에 달했으며, 이용하는 경우에도 편의점(15%) 등 생존을 위한 최소한의 소비 시설에 머물고 있었다.

나. 지역 시설 이용 저해 요인: 운영 시간과 체력 소진

지역 시설을 이용하지 못하는 가장 큰 이유로는 '운영 시간 종료(62%)'가 압도적이었으며, '체력 소진(24%)'이 그 뒤를 이었다. 현재 경기북부의 공공 및 여가 시설의 마감 시간은 평균 20:00~20:30 사이로, 통근자들이 동네에 도착하는 시점에는 이미 대부분의 문화적 기회가 차단된 상태임을 알 수 있다.

이러한 '시간적 미스매치'는 주민들로 하여금 퇴근 후 주된 활동을 '유튜브/OTT 시청(64%)'이나 '단순 취침(21%)'과 같은 소극적 휴식에 한정하게 만든다. 이러한 보상적 소비는 일시적인 피로 회복에는 도움이 될 수 있으나, 지역 정주 의식이나 고차원적인 정서적 회복으로 이어지지 못한다는 한계가 있다.

■ <표 IV-1> 경기북부 통근자 293인 대상 퇴근길 문화 향유 실태 조사

번호	질문 내용	응답 결과
Q1	평균 귀가 시각	20:30~21:00 (52%) / 21:00 이후 (28%)
Q2	귀가 후 주된 활동	유튜브/OTT 시청 (64%) / 단순 취침 (21%)
Q3	퇴근길 동네 시설 이용 여부	이용 안 함 (78%) / 편의점 이용 (15%)
Q4	이용하지 않는 가장 큰 이유	운영 시간 종료 (62%) / 체력 소진 (24%)
Q5	동네에 대한 소속감 정도	낮음 (72%) / 보통 (22%) / 높음 (6%)
Q6	야간 문화 공간 필요성	매우 필요 (82%) / 필요 (12%)
Q7	희망하는 야간 운영 공간	문화/예술(서점 등) (42%) / 휴식(카페 등) (38%)
Q8	공간 이용 시 중요 요소	공간의 분위기/무드 (54%) / 거리 (32%)
Q7	익명성 기반 소통 선호도	선호 (54%) / 비선호 (46%)
Q8	문화공간 발전 선호	매우 긍정 (88%)

2. 심층 면접(FGD)을 통한 정성적 분석

설문 응답자 중 왕복 통근 3시간 이상의 고관여군 7명을 대상으로 실시한 심층 면접을 통해, 수치로 다 표현되지 못한 통근자들의 내밀한 욕구와 심리적 장벽을 도출하였다.

가. 일과 휴식의 경계 상실과 정서적 결핍

참여자들은 퇴근길 물리적 이동 과정에서 업무의 긴장을 해소하지 못하고 집으로 곧장 들어갈 때 느끼는 무력감을 공통적으로 호소하였다.

"퇴근하고 지하철에서 내리면 그냥 무의식적으로 집으로 걸어가요. 집에 도착해도 머릿속에선 오늘 처리 못한 업무 생각이 많이 납니다." (참여자 A, 28세, 사회초년생)

이는 노동과 휴식 사이의 완충지대가 부재함을 의미하며, 본 연구가 제안하는 '심리적 전환'을 돕는 공간적 장치가 시급함을 시사한다.

나. 기존 공공시설의 분위기적 한계

늦게까지 운영하는 일부 시설에 대해서도 참여자들은 '업무의 연장'처럼 느껴지는 환경에 대해 거부감을 드러냈다.

"가끔 늦게까지 하는 도서관에 가보기도 하는데, 회사랑 똑같이 형광등 아래에서 공부하듯 앉아 있더라고요. 밤에 가는 곳은 조금 더 조명이 아늑하고, 업무와는 상관없는 단점을 해도 괜찮을 것 같은 편한 분위기면 훨씬 자주 갈 것 같아요." (참여자 B, 44세 직장인)

단순한 시설 개방보다 공간의 조도, 가구 배치, 분위기 등 감각적 요소의 변화가 이들의 심리적 안정감에 중요하다는 사실이 확인되었다.

다. 익명성에 기반한 '느슨한 연대'에 대한 갈망

참여자들은 지역 사회 내에서의 깊은 관계 맺기에는 부담을 느끼면서도, 타인의 존재를 온기로 느끼는 형태의 '느슨한 연결'을 원하고 있었다.

"회사에서는 하루 종일 00 대리님으로 불리며 긴장하며 살잖아요. 퇴근길 공간에서까지 누군가 깊게 사귀고 싶지는 않지만, 그냥 저처럼 퇴근한 사람들이 모여서 조용히 각자 할 일을 하거나 가벼운 취향을 공유하는 정도의 친목이 느껴지는 공간이 있으면 좋겠어요." (참여자 C, 32세, 1인가구)

라. 베드타운 주민으로서의 소외감과 비일상적 경험 욕구

거주지를 삶의 터전이 아닌 잠시 머무는 곳으로 인식하는 경향이 강했으나, 익숙한 환경이 변하는 것에 대해서는 높은 호기심을 보였다.

"남양주에 산 지 꽤 됐는데 집 앞 편의점만 제일 많이 가는 것 같아요. 매일 똑같은 길이 가끔은 기계처럼 느껴져요. 익숙한 건물이 평소랑 좀 다른 곳으로 바뀌거나 작은 이벤트가 열리는 등 내 주변 환경이 달라진다면 퇴근길이 좀 덜 지루할 것 같아요." (참여자 D, 40대 직장인)

이러한 욕구는 정적인 공간이 밤에 역동적으로 변하는 '공간 반전' 모델에 대해 88%의 응답자가 긍정적으로 답한 설문 결과와 일맥상통한다.

3. 분석 소결: 야간 문화 공간의 3대 핵심 성공 요소

데이터와 인터뷰를 종합 분석한 결과, 경기북부 야간 문화 활성화를 위한 핵심 동력은 다음의 세 가지로 요약된다.

- 1) 감각적 대비(Sensory Contrast): 업무 환경의 논리와 질서에서 벗어나 감성과 유희가 강조된 조명 및 공간 연출이 필수적이다.
- 2) 시간적 가용성(Temporal Availability): 최소 21:00~22:00까지 운영되어 통근자의 귀가 시간대를 포용해야 한다.
- 3) 느슨한 연대(Loose Solidarity): 익명성을 보장하면서도 취향을 공유할 수 있는 소프트웨어 중심의 접근이 필요하다.

V

야간 문화공간 전환 모델 및 프로그램 제안

1. 공간 전환 모델의 기본 방향 및 전략

본 연구가 제안하는 '공간 반전(Space Switching)'은 물리적 장소는 동일하게 유지하되, 시간의 변화(낮→밤)에 따라 공간의 기능, 분위기, 상호작용의 방식을 완전히 전복시키는 소프트웨어 중심의 접근법이다. 이는 장거리 통근자들이 퇴근길에 마주하는 익숙한 공간에서 '비일상적 경험'을 제공함으로써, 노동자로서의 긴장을 해소하고 지역 주민으로서의 자이를 회복하는 데 목적이 있다.

전환 모델의 3대 핵심 전략은 다음과 같다.

- 1) 감각적 전복: 조명(Lux), 음향(BPM), 향기 등을 활용하여 낮과는 다른 감각적 환경을 조성한다.
- 2) 기능의 유연화: 정숙이 강조되던 곳을 소음이 허용되는 곳으로, 관람 중심을 체험 중심으로 바꾼다.
- 3) 관계의 재구조화: 강한 연결(지인)이 아닌 익명 기반의 '느슨한 연대'를 유도하는 구심형 배치를 도입한다.

2. 공간 유형별 세부 전환 모델 및 운영 시나리오

가. 영화관: 정숙에서 '발산'으로의 전환

기존 영화관의 '정숙'이라는 사회적 규범을 해체하여 통근자들의 스트레스 해소 창구로 활용한다.

1) 왓치지컬 시네마

- 개요: 영화 관람 중 자유로운 대화, 취식, 사진 촬영을 허용하는 모델

- 운영: 스마트폰 미러링 기능을 활용해 화면 하단에 실시간 익명 오픈채팅방(카카오톡 등) 자막을 띄워 관객 간 느슨한 소통 유도

- 기대효과: 장거리 통근 시 겪는 고립감을 집단적 관람 경험을 통해 완화

2) 블라인드 큐레이션

- 개요: 상영작을 모른 채 입장하여, 퇴근길 기분에 맞춘 '감정 테마'별 영화를 관람

- 운영: 역 광장에서 '오늘 내 기분' 투표 결과에 따라 상영작 결정

나. 박물관·미술관: 보존에서 '점유'로의 전환

엄숙하고 딱딱한 박물관을 주민들의 사적인 휴식처이자 거실로 반전시킨다.

1) 유물과 하룻밤

- 개요: 전시실 중앙에 캠핑 의자와 빈백을 배치하고, 저조도 조명(핀조약)만 활용하여 유물과 함께 머무는 프로그램

- 운영: 21:00~23:00 운영. 간단한 다과와 헤드셋 음악 감상 병행

2) 프레임 다이닝

- 개요: 미술관 작품 바로 앞에서 1인 소셜 다이닝을 즐기는 감각적 회복 프로그램

- 운영: 지역 식당과 연계하여 도시락 형태의 식사 제공. 작품의 색채와 어울리는 메뉴 구성

다. 도서관·서점: 지식에서 '감정'으로의 전환

공부와 정보 습득의 공간을 개인의 내면을 들여다보는 심리 치유 공간으로 바꾼다.

1) 낙서책 및 페이지 소장

- 개요: 도서관 내 폐기 예정 도서나 별도 비치된 도서의 여백에 자유롭게 낙서하고, 마음에 드는 구절을 직접 잘라가는 행위 예술적 프로그램

- 운영: 사회적 금기(낙서, 훼손)를 합법화하여 직장에서 쌓인 억압된 심리를 해소.

2) 암흑 속 비밀 및 감각 명상

- 개요: 조명을 완전히 소등한 암흑 공간에서 오직 소리(ASMR)와 향기에만 집중하는 시간

3. 야간 문화공간 전환을 위한 기술적 가이드라인

공간의 분위기를 결정짓는 물리적 환경 변화는 통근자의 심리적 상태를 전환하는 핵심 기제다. 다음은 공간 유형별 야간 전환을 위한 세부 하드웨어/소프트웨어 가이드라인을 제안한다.

■ <표 V-1> 공간 유형별 야간 전환 기술 가이드라인

구분	낮 시간대	야간 전환	적용 기술 및 운영 방법
조명	주광색(6500K), 500Lux 이상의 고조도	전구색(2700K), 50~100Lux의 저조도	스마트 전구 교체, 간접 조명, 캔들라이트 배치를 통한 인지적 휴식 환경 조성
음향	정막 유지 혹은 사무적 공공 안내 방송	앰비언트 사운드, Lo-fi, 자연 소리 (ASMR)	공간 전체 배경음악(BGM) 송출 및 고립을 원하는 이용자를 위한 1인 무선 헤드셋 대여
가구	수직형, 업무용 대형 책상 및 딱딱한 의자	수평형, 빈백 소파, 캠프 의자, 모듈형 소파	기존 가구의 재배치 및 이동식 빈백 도입으로 '기대어 설 수 있는' 신체적 이완 환경 구축
향기	무향 혹은 소독약 냄새 중심의 환기 환경	우디, 라벤더, 샌달우드 등 숙면 유도	천연 아로마 디퓨저 설치 및 '향기 큐레이션'을 통한 후각적 심리 안정 도모
색채	흰색, 무채색 위주의 단조로운 배경	유색 조명 포인트 연출	컬러 필터를 활용한 조명 연출로 공간의 비일상성(Unusualness) 극대화

4. 경기북부 거점역별 특화 시범 프로그램 로드맵

6개 거점역의 지리적 특성과 주변 자원을 고려하여, 각 지역에 최적화된 야간 문화 프로그램 시나리오를 제안한다

■ <표 V-2> 경기북부 거점별 야간 문화 파일럿 프로젝트(안)

거점역	특화 테마	핵심 프로그램 명	대상 공간 및 운영 시간	프로그램 세부 시나리오
의정부역	도심 속 해방	와자지결 스트레스 시네마	인근 멀티플렉스 (21:00~23:30)	영화 관람 중 채팅 자막 연출, 리액션 허용, 퇴근길 맥주와 함께하는 소셜 시네마
화릉역	마을 거실	호원문고 야간 낙서 및 낭독회	로컬 서점 (20:30~22:30)	폐기 도서를 활용한 자유 낙서, 익명 낭독, '나만 아는 문장' 공유 소셜 모임
다산역	감각적 휴식	다산아트 갤러리 핀조명 다이닝	신도시 내 공공 전시실 (20:00~22:00)	작품 앞 1인 다이닝 세트 제공, 작품별 맞춤 플레이리스트 청음, 감각 명상
평내호평역	역사와의 조우	박물관 보물찾기 및 밤샘 캠핑	향토사료관 야외/실내 (21:00~익일 06:00)	조명 하나로 탐험하는 야간 전시실, 역사 유물 사이 빈백 캠핑 및 인문학 토크
별내역	느슨한 연결	주민센터 암흑 명상 카페	주민자치센터 로비 (20:00~22:00)	완전 소등 후 아로마 테라피, 익명 고민 우체통, 소리에 집중하는 '멍 때리기' 대회
구리역	감성 아카이브	LP 카페 소셜 펍 전환 운영	민간 LP 카페 (21:00~24:00)	통근자 신청곡 중심 디제잉, 지역 주민 크리에이터의 야간 DJ 활동 지원

VI

결론 및 실천적 대안 제안

1. 연구 요약 및 시사점

본 연구는 경기북부 통근자들의 87분에 달하는 장거리 통근이 유발하는 '시간 빈곤'과 '사회적 고립' 문제를 해결하기 위해, 퇴근길 거점역을 중심으로 한 야간 문화 공간 전환 모델을 탐색하였다. 293명의 설문과 7명의 FGI를 통해 도출된 핵심은, 통근자들이 원하는 것은 거창한 문화 행사가 아닌 '집으로 들어가기 전 온전한 나로 돌아갈 수 있는 30분의 시간과 공간'이라는 점이다.

기존의 공공시설이 행정 편의적인 운영 시간에 갇혀 있다면, 본 연구에서 제안한 '공간 반전' 모델은 하드웨어의 추가 건립 없이도 소프트웨어의 변화만으로 주민의 삶의 질을 바꿀 수 있는 저비용 고효율의 대안임을 확인하였다.

2. 경기북부 야간 문화 향유권 확대를 위한 실천적 대안

본 연구는 정책보다는 지자체 문화재단이나 지역 커뮤니티, 민간 운영자가 바로 시도해볼 수 있는 구체적인 실행안을 제안한다.

가. 단기적 실행 안: 민관 협동 ‘퇴근길 한 시간’ 프로젝트

거점역 인근의 카페나 서점과 협력하여, 퇴근 시간에 맞춘 ‘심리적 환승’ 프로그램을 시범 운영한다.

■ <표 VI-1> 단기 실행 프로젝트: 퇴근길 한 시간(안)

실행 항목	세부 내용	추천 주제	기대 효과
야간 개방 공유 협약	역세권 민간 카페/서점과 22:00까지 연장 운영 협약	지역 문화재단, 소상공인	유희 시간대 공간 가동률 제고 및 통근자 심터 확보
퇴근길 무인 팝업	주민센터 로비 등에 무인 차(Tea) 공간 및 방명록 비치	지자체, 주민자치회	익명 기반의 느슨한 지역 공동체 경험 제공
라이팅 전환	밤 9시 이후 공공도서관 일부 구역 조명 조도 낮추기	공공 도서관	사무적 공간에서 회복형 공간으로의 감각적 반전

나. 중기적 실행 안: 경기북부 야간 문화 크리에이터 양성

공간을 운영할 인력이 부족하다는 문제를 해결하기 위해, 지역 내 청년이나 은퇴 인력을 ‘야간 공간 매니저’로 양성한다.

■ <표 VI-2> 야간 문화 운영 인력 양성 계획(안)

교육 내용	세부 내용	활용 방안	비고
공간 큐레이션	야간 특화 조명 및 음향 세팅 기술 전수	파일럿 프로그램 (악자지컬 시네마 등) 운영 인력	전문 강사 섭외
커뮤니티 호스팅	익명성 기반의 대화법 및 소셜 다이닝 운영 매뉴얼 교육	독서 모임, 낭독회 등 야간 소셜 프로그램 호스트	지역 청년 우선
안전 및 관리	야간 공간 보안 및 비상 상황 대처 매뉴얼	공공시설 야간 개방 시 관리 책임 대행	지자체 안전 교육 연계

3. 지역 사회에 미치는 기대 효과 및 제언

가. 베드타운에서 ‘머무는 도시’로의 인식 전환

본 연구에서 제안한 야간 문화 공간 전환 모델은 경기북부의 고질적인 ‘베드타운 이미지를 탈피시키는 계기가 될 수 있다. 현재 경기북부 주민들에게 지역은 잠만 자는 공간 혹은 ‘서울로 가기 위한 정거장’에 불과하다. 그러나 퇴근길 거점역에서 마주하는 작지만 확실한 문화적 경험은 거주지에 대한 심리적 지형도를 변화시킬 수 있다.

환경심리학에서 말하는 장소 애착은 그 공간에서의 긍정적인 경험이 누적될 때 형성된다. 주민들이 밤 시간대 동네의 익숙한 도서관이나 카페에서 정서적 회복을 경험할 때, 지역은 단순한 거주지를 넘어 나의 취향이 공유되는 삶의 터전이자 나를 환대하는 장소로 재정의된다. 이러한 인식의 변화는 장기적으로 청년층의 정주 의식을 높여 인구 유출을 방지하고, 지역의 자생적 문화 생태계를 구축하는 핵심 동력이 된다.

나. 시간 빈곤 해소를 통한 사회적 자본 축소 방지

장거리 통근자들이 겪는 가장 큰 고통인 시간 빈곤은 필연적으로 타인과의 관계 단절을 야기한다. 본 연구가 제안하는 느슨한 연대 기반의 야간 공간은 이러한 고립 문제를 해결하는 최소한의 사회적 안전망 역할을 수행한다.

과거의 지역 공동체가 강한 유대와 대면 접촉을 강요했다면, 퇴근길 야간 문화 공간은 익명성이 보장된 상태에서 타인의 온기를 느끼는 공존의 장을 제공한다. 이는 직장에서의 긴장된 관계에서 벗어나 개인으로서 타인과 연결되는 경험을 선사하며, 무너진 지역 사회의 사회적 자본을 복원하는 기제가 된다. 특히 1인 가구 비중이 높은 경기북부 청년들에게 이러한 '느슨한 연결'은 고립사 예방 및 정신 건강 증진을 위한 문화적 처방전으로서 기능할 것이다.

다. 지역 상권의 체질 개선 및 야간 경제 활성화

공간 전환 모델은 지역 소상공인들에게도 새로운 활로를 열어준다. 저녁 7시 이후 매출이 급감하는 로컬 카페나 서점이 야간 문화 거점으로 전환될 때, 새로운 유동 인구가 창출되고 소비층이 유입된다. 이는 단순히 상업적 소비를 넘어, 지역 내 문화적 소비와 경제적 활동이 선순환하는 구조를 만든다.

■ <표 V-2> 경기북부 거점별 야간 문화 파일럿 프로젝트(안)

구분	주요 기대 효과	세부 내용
개인적 측면	심리적 번아웃 예방	퇴근길 '심리적 환승'을 통한 스트레스 완화 및 인지적 회복
사회적 측면	고립감 해소 및 연대 형성	익명 기반의 '느슨한 연대' 구축으로 지역 사회 자본 복원
도시적 측면	경주 환경의 질적 개선	베드타운 이미지 탈피 및 머물고 싶은 '생활권' 형성
경제적 측면	야간 경제 활성화	유흥 공간 가동률 제고 및 지역 소상공인 상생 모델 구축

4. 연구의 한계 및 후속 연구 방향

가. 연구의 한계

본 연구는 경기북부 지역의 야간 문화 실태를 파악하고 구체적인 모델을 제안했다는 점에서 의의가 있으나, 다음과 같은 한계점을 갖는다.

첫째, 표본의 지역적 편중성이다. 의정부, 구리, 다산 등 6개 거점역을 중심으로 조사를 수행하였으나, 경기북부 전역(포천, 연천, 동두천 등)의 교통 환경과 주민 특성을 모두 포괄하기에는 한계가 있었다.

둘째, 실사 기간의 계절적 특성이다. 12월 말부터 1월 초까지의 동절기에 조사가 이루어져, 야외 공간(공원, 광장 등)의 야간 활용 가능성에 대한 실증적인 데이터를 충분히 확보하지 못하였다.

셋째, 운영 예산의 정밀 산출 부재이다. 제안된 모델들의 프로그램 시나리오는 구체적이나, 이를 실제 지자체 예산 체계에 적용하기 위한 상세한 원가 산출과 행정적 검토는 본 연구의 범위를 넘어섰다.

나. 후속 연구를 위한 제언

향후 본 연구의 성과를 더욱 발전시키기 위해 다음과 같은 후속 연구를 제안한다.

첫째, 공간 전환 모델의 효과성 측정 연구가 필요하다. 제안된 파일럿 프로그램을 실제 운영해 보고, 참가자들의 심리적 회복 정도(주의 회복 척도 등)를 정량적으로 측정하여 모델의 타당성을 검증해야 한다.

둘째, 교통 거점과 연계된 야간 보행 환경 연구이다. 문화 공간의 접근성을 높이기 위해 역에서 공간까지의 야간 안전 보행 경로(조도, 보안등 설치 등)에 대한 물리적 환경 분석이 병행되어야 한다.

셋째, GTX-C 등 광역 교통망 확충에 따른 라이프스타일 변화 분석이다. 향후 통근 시간이 단축되거나 이동 경로가 변화함에 따라 주민들의 야간 문화 수요가 어떻게 이동하는지 시계열적인 추적 조사가 필요하다.

■ <표 V-2> 경기북부 거점별 야간 문화 파일럿 프로젝트(안)

단계	주요 기대 효과	주요 내용	비고
1단계	모델 실증 연구	파일럿 프로그램 운영을 통한 심리적 회복 효과 검증	단기 과제
2단계	인프라 연계 연구	야간 보행 안전 및 거점역 주변 환경 가이드라인 수립	중기 과제
3단계	정책 확산 연구	경기북부 전체 시군으로의 야간 문화 공간 확산 모델 구축	장기 과제

■ 참고 문헌

- 경기연구원 (2023). 경기도 야간 경제 활성화 방안 연구. 수원: 경기연구원.
- 국토교통부 (2024). 2023년도 주거실태조사 및 통근 실태 보고서. 세종: 국토교통부.
- 김진명 (2021). 도시 유희 공간의 인지적 회복환경 특성 분석. 한국도시설계학회지, 22(3), 45-60.
- 문화체육관광부 (2025). 2024 국민여가향유 실태조사. 서울: 문화체육관광부.
- 통계청 (2023). 2022년 국내 인구이동 통계 결과. 대전: 통계청.
- 한국보건사회연구원 (2022). 청년 1인 가구의 사회적 고립 실태와 대응 과제. 세종: 한국보건사회연구원.
- Ashforth, B. E., Kreiner, G. E., & Fugate, M. (2000). All in a day's work: Boundaries and micro role transitions. *Academy of Management Review*, 25(3), 472-491.
- Oldenburg, R. (1989). *The Great Good Place: Cafes, Coffee Shops, Bookstores, Bars, Hair Salons, and Other Hangouts at the Heart of a Community*. New York: Paragon House.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
- Stutzer, A., & Frey, B. S. (2008). Stress that doesn't pay: The commuting paradox. *Scandinavian Journal of Economics*, 110(2), 339-366.
- Vickery, C. (1977). The time-poor: A new look at poverty. *Journal of Human Resources*, 12(1), 27-48.

3

경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 분석

안문경

스콜라란, 대표

경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 분석

안문경

스콜라란, 대표

요약

유엔 회원국들은 한국전쟁 당시 연합군으로 참전하였으며 전쟁 이후 조성된 국내 유엔군 기념물의 상당수가 경기북부 지역에 분포하고 있다. 이러한 공간적 집중성에 주목할 때, 경기북부의 유엔군 기념물은 개별 유산의 집합을 넘어 하나의 역사·문화적 클러스터로 이해될 수 있으며 이에 대한 체계적이고 객관적인 조사의 필요성이 제기된다. 본 연구는 유엔군 관련 시설물을 근대문화유산의 관점에서 재조명하고 그 유형적 특성과 문화유산적 가치를 분석하는 데 목적을 둔다.

이를 위해 유네스코의 전쟁 기념물에 대한 문화유산 개념과 국가보훈부의 국가수호시설 체계를 검토하여 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물의 개념과 유형을 정립하였다. 아울러 경기북부 일대에 분포한 유엔군 기념물 전수를 대상으로 현장조사를 실시하고 그 현황을 분석하는 동시에 문화유산적 가치에 대한 평가를 수행하였다.

연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 경기북부에는 총 22개의 유엔군 기념물이 확인되었다. 둘째, 기념물의 유형은 기념공원, 기념관, 기념탑(비), 비석, 동상, 조형물, 시설물, 추가 기념물의 8가지로 구분되었다. 셋째, 기념물의 활용도에 영향을 미치는 주요 요인은 등록문화유산으로의 지정 여부와 지자체 및 참전국의 지속적인 관리 수준으로 나타났다. 넷째, 기념물의 가치를 구성하는 요소는 근대문화유산적 요인, 인적 요인, 환경적 요인의 세 가지로 도출되었으며 이 중 근대문화유산적 요인의 하위 항목인 역사성은 가장 높은 평가를 받은 반면, 인적 요인의 지속적 활용 측면은 상대적으로 취약한 것으로 분석되었다. 다섯째, 종합적인 가치 평가 결과 파주시의 ‘영국군 설마리 전투비(추모공원)’, 연천군의 ‘유엔군 화장장 시설’, 포천시의 ‘태국군 참전기념비’가 가장 우수한 사례로 확인되었다.

이러한 분석을 바탕으로 유엔군 기념물의 문화유산적 가치를 훼손할 수 있는 무분별한 재건립은 지양할 필요가 있으며 일부 기념물에 대해서는 이전을 포함한 재배치 전략을 검토할 필요가 있음을 확인하였다. 또한 기념물의 지속가능한 활용을 위해서는 프로그램 개발, 지자체와 참전국 간의 협력적 관리 체계 구축, 그리고 국제 교류를 매개하는 문화외교적 기능의 강화가 요구된다.

우리나라는 조선의 개항 이후 일제강점기와 한국전쟁을 거치며 기존에 존재하던 전통 건축물과 근대기에 새롭게 형성된 건축물의 상당수가 파괴되거나 소실되는 과정을 겪었다. 그럼에도 불구하고 한국전쟁 이후 일부 건축물은 보존되었으며 동시에 새로운 근대 건축의 축적 또한 지속적으로 이루어졌다. 이러한 흐름 속에서 국내에서는 2001년 3월 「문화재보호법」 개정을 계기로 같은 해 7월 근대문화유산 보존을 위한 등록문화유산 제도가 도입되었고 이에 따라 건조물과 기념시설물이 문화유산으로 체계적으로 등록되기 시작하였다. 그 결과 개항기 이후 형성된 근대문화유산 가운데 50년 이상의 역사적 경과를 지닌 대상이 등록문화유산으로 인정되고 있다(국가기록원, 2026).

오늘날 일상 공간에서도 갈색 바탕의 등록문화유산 안내판을 쉽게 확인할 수 있으며 이는 대중이 근대문화유산을 인지하고 접근하는 주요 매개로 기능하고 있다. 특히 여행객의 경우 이러한 표식을 통해 방문 동기를 형성하고 결과적으로 여행 경험의 질적 심화와 근대문화유산에 대한 관심 확대로 이어진다. 등록문화유산으로 지정되는 대상은 주로 관공서 건물이나 종교시설이 중심을 이루고 있으나, 한국전쟁과 관련된 시설물 또한 점차 문화유산의 범주로 포함되고 있다.

한국전쟁은 국제연합(UN) 창설 이후 최초이자 유일하게 유엔군이 공식 파견된 전쟁으로 전투 지원 16개국과 의료 지원 6개국을 포함하여 총 38개국이 다양한 방식으로 참여하였다. 전쟁 이후 이 땅에서 희생된 참전용사들을 기리기 위한 기록은 주로 1960년대부터 1980년대에 걸쳐 조성된 기념물의 형태로 남아 있으며 현재 이러한 시설물은 2023년 6월 5일 시행된 「현충시설의 지정·관리 등에 관한 규정」에 따라 법적 보호를 받고 있다. 특히 한국전쟁 관련 유엔군 기념물의 상당수가 경기북부 지역에 집중적으로 분포하고 있다는 점은 주목할 필요가 있다.

그러나 2010년 국가보훈부가 수행한 국내·외 유엔군 참전 시설물 전수조사 자료에는 일부 시설물이 누락되어 있으며 이후 추가로 조성된 기념물에 대한 정보 역시 체계적으로 축적되어 있지 않은 한계가 존재한다. 예컨대 외국인 관광객의 방문이 잦은 임진각 일대의 미군 관련 기념비와 같은 사례에서도 이러한 정보 공백을 확인할 수 있다. 한편 한국전쟁은 다국적 연합군이 참여한 유일한 전쟁이라는 점에서 분단 상황 속 평화의 의미를 환기하는 교육적 자원으로서의 가치뿐 아니라 다문화 사회로 빠르게 전환되고 있는 현재 한국 사회에서 사회 통합을 위한 문화적 자산으로 활용될 가능성 또한 내포하고 있다.

본 연구는 이러한 문제의식에 기반하여 조사 범위를 경기북부로 한정하였다. 경기북부에 분포한 유엔군 기념물은 개별 유산을 넘어 하나의 역사문화적 클러스터로 이해될 수 있으며 이에 대한 객관적이고 체계적인 분석이 요구된다. 이에 본 연구는 유엔군 기념물을 근대문화유산의 관점에서 재해석하고 그 유형적 특성과 가치 구성 요인을 분석하는 것을 목적으로 한다. 특히 50년 이상 존속해온 유엔군 기념물을 대상으로 그 문화유산적 의미를 기술적(descriptive) 수준에서 분석하는 한편 기념물과 주변 환경 및 인프라 간의 관계를 고려한 질적 평가를 정량화하는 시도를 병행하였다.

연구 결과는 경기북부 문화유산을 다크투어리즘의 관점에서 재조명할 수 있는 가능성을 제시하며 최근 김포 장릉이나 서울 종로 사례에서 나타난 바와 같이 문화유산을 둘러싼 개발과 보존의 갈등에서 발생할 수 있는 부정적 영향 요인을 사전에 검토하는 데에도 기여한다. 나아가 유엔군 기념물과 같이 상대적으로 방치되거나 사회적 기억에서 소외된 유형문화유산의 가치를 재평가하고 이를 통해 문화유산 활용의 새로운 방향을 모색하는 데 의의를 지닌다.

2. 연구 문제

본 연구는 경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물을 대상으로 그 현황과 활용 실태를 체계적으로 조사하고 나아가 해당 기념물의 문화유산적 가치를 종합적으로 평가하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 유엔군 기념물의 분포와 유형, 활용에 영향을 미치는 요인을 분석하고 문화유산으로서의 가치 구성 요소를 도출하여 개별 기념물의 상대적 우수성을 검토하고자 하였다.

이러한 연구 목적을 달성하기 위하여 본 연구는 크게 ‘현황 및 활용 분석’과 ‘문화유산 가치 평가’의 두 범주로 구분하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

첫째, 현황 및 활용 분석과 관련된 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 한국전쟁 유엔군 기념물은 경기북부 지역에 유의미한 밀도로 분포하고 있는가?

연구 문제 2. 경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물의 유형은 어떠한 범주로 구분되며 그 다양성은 어떠한가?

연구 문제 3. 경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물의 활용에 영향을 미치는 주요 요인은 무엇인가?

둘째, 문화유산 가치 평가와 관련된 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 4. 경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물의 문화유산적 가치를 구성하는 핵심 요인은 무엇인가?

연구 문제 5. 경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물 중 문화유산적 가치가 상대적으로 우수한 사례는 무엇이며 그 특징은 무엇인가?

II 연구 내용

1. 유네스코 문화유산과 전쟁 기념물

세계 곳곳에서 전쟁이 지속되는 상황에서 평화를 위한 노력과 교육의 중요성은 더욱 증대되고 있다. 국제사회에서는 전쟁의 기억을 매개로 상호 우호적 관계를 형성하고 유지하려는 다양한 실천이 이루어지고 있으며 그 대표적 사례로 국빈 방문 시 추모공원(memorial park)을 참배하는 의례를 들 수 있다. 예컨대 우리나라 대통령이 미국을 방문할 경우 워싱턴 D.C. 인근의 알링턴 국립묘지(Arlington National Cemetery)를 참배하는 것이 관례로 자리 잡고 있으며 외국 귀빈이 한국을 방문할 때에는 국립서울현충원이 주요 방문지로 선택된다. 이러한 추모 공간은 단순한 기념시설을 넘어 국제 관계 속에서 자유와 평화의 가치를 환기하는 상징적 매개체로 기능한다.

1972년 유네스코가 채택한 「세계 문화 및 자연유산 보호에 관한 협약」은 ‘탁월한 보편적 가치(outstanding universal value, 이하 OUV)’ 개념을 중심으로 문화유산과 자연유산의 발굴, 보호, 보존을 촉진하는 것을 목적으로 한다. 여기서 OUV란 특정 국가의 경계를 넘어 현재와 미래 세대의 인류 전체에게 공통적으로 중요한 문화적 또는 자연적 가치를 지니는 것을 의미한다(UNESCO WHC, 2025: 24).

유네스코는 문화유산을 크게 세 가지 유형으로 구분한다. 첫째, 기념물(monuments)은 건축물, 기념비적 조각과 회화, 고고학적 구조물, 비문, 동굴 주거지 및 이들의 결합 형태를 포함한다. 둘째, 건축물 군(groups of buildings)은 개별적 또는 상호 연계된 건축물의 집합으로 건축 양식의 동질성이나 경관적 맥락 속에서의 위치를 기준으로 평가된다. 셋째, 유적지(sites)는 인간의 창조물 또는 인간과 자연의 결합된 결과물 그리고 고고학적 유적을 포함하는 공간적 범주를 의미한다(UNESCO WHC, 2025: 21).

본 연구에서는 이러한 유네스코의 기념물 개념을 참조하여 한국전쟁 참전 시기 및 이후에 조성된 유엔군 관련 시설물을 ‘유엔군 기념물’로 정의하였다. 이는 국가보훈처가 2010년에 수행한 유엔군 기념시설물 전수조사에서 사용된 ‘기념시설물’ 개념과 동일한 범주로 이해할 수 있다.

전쟁과 관련된 기념물은 주로 시설물과 유적지의 성격을 동시에 지니며 전쟁의 기억을 담지하는 장소로서 문화유산의 범주에 포함될 수 있다. 특히 이러한 전쟁 관련 유산은 유네스코 OUV 평가 기준 가운데 다음 항목과 밀접하게 관련된다.

(vi) 사건 또는 생활전통, 사상, 신앙, 그리고 탁월한 보편적 중요성을 지닌 예술 및 문학 작품과 직접 또는 실질적으로 연관되어 있어야 한다(UNESCO WHC 2025: 29).

전쟁 유산을 문화유산으로 제도화한 대표적 사례로는 프랑스를 들 수 있다. 프랑스는 1970년대부터 제1차 세계대전 유적에 대한 보존 필요성을 국가 차원에서 인식하고 100년 미만의 건축물이라 하더라도 예술적·역사적 가치가 인정될 경우 문화유산으로 지정해왔다. 특히 서부전선에 위치한 전사자 묘지와 기념물은 역사적 기념물로 보호되어 왔다(Ministry of Culture, 2018.11.09.). 이와 유사하게 1979년 폴란드의 아우슈비츠-비르케나우 독일 나치 강제 수용

소, 1996년 일본의 히로시마 평화기념관이 유네스코 세계문화유산으로 등재되었는데 이는 해당 유적이 평화와 교훈의 장소로서 OUV를 인정받았기 때문이다(UNESCO WHIPIC, 2026).

한편 전쟁 관련 문화유산은 국가 간 또는 민족 간 갈등을 재현하거나 심화시킬 수 있는 잠재성을 지니기도 한다. 이러한 맥락에서 유럽을 중심으로 세계대전, 집단학살, 내전, 식민지 지배 등에서 비롯된 고통과 기억을 담고 있는 유산은 ‘부정적 유산(negative heritage)’으로 개념화된다(이현경, 2018: 164). 실제로 제1차 세계대전 서부전선의 묘지와 기념물 역시 갈등의 기억을 내포한 문화유산으로 간주된다(UNESCO WHIPIC, 2022: 65). 그럼에도 불구하고 2023년 벨기에와 프랑스에 위치한 제1차 세계대전 관련 묘지 및 추모지 139곳이 세계문화유산으로 등재된 사례는 이러한 유산이 갈등을 넘어 기억과 성찰, 그리고 평화 교육의 장으로 재해석될 수 있음을 보여준다(Ministry of Culture, 2023.09.21.).

이와 비교할 때 한국전쟁과 관련된 유엔군 기념물은 특정 국가 간 갈등을 재생산하기보다는 국제적 연대와 협력의 기억을 담고 있다는 점에서 차별적 성격을 지닌다. 따라서 이러한 기념물은 향후 문화유산으로서의 보존 가치뿐만 아니라 평화 교육과 국제 교류를 매개하는 문화적 자산으로서 적극적으로 활용될 필요가 있다.

2. 국가보훈부와 국가수호시설

보훈(報勳)이란 국가 공동체를 위해 특별한 희생을 감내한 이들의 공헌에 대해 국가가 보답하는 행위를 의미한다. 우리나라에서는 국가보훈부가 이를 총괄하는 주무 기관으로서 보상, 예우, 기억과 계승, 문화 확산, 보훈 외교 등 다양한 영역의 정책과 사업을 수행하고 있다. 특히 국가보훈부는 대한민국을 위해 희생한 이들의 충렬을 기리고 그 가치를 사회적으로 확산하기 위해 현충(顯忠)시설을 건립하거나 보존하는 역할을 담당한다(국가보훈부, 2026).

현충시설은 그 성격에 따라 크게 독립운동시설과 국가수호시설로 구분되며 국가보훈부는 이를 다음과 같이 정의하고 있다(현충정보서비스, 2026).

독립운동시설: 조국의 자주독립을 위해 희생하거나 공헌한 사람들을 기리기 위한 시설 등

국가수호시설: 국가의 수호 또는 국민의 생명 등을 위해 희생하거나 공헌한 사람들을 기리기 위한 시설 등

이러한 개념적 구분에 따르면 한국전쟁과 관련하여 조성된 유엔군 기념물은 국가의 방위와 국민 보호를 위해 희생한 이들을 기리는 시설로서 국가수호시설의 범주에 포함된다고 볼 수 있다. 한편 국내 현충시설은 일반적으로 탑·비석, 조형물, 공원, 기념관, 사당, 동상, 생가 등의 유형으로 분류되고 있다. 그러나 국가보훈부의 선행 연구 자료와 현재 공식 웹사이트에서 제공되는 현충시설 관련 정보 간에는 분류 체계와 내용 측면에서 일정한 불일치가 확인되며 본 연구에서 수행한 현장 조사 결과와도 상당한 차이가 나타났다. 이는 현충시설에 대한 전국 단위의 조사와 관리가 아직 체계적으로 정비되지 않았음을 시사하며 기초 자료 데이터베이스(DB)의 구축 또한 충분히 정교화되지 못한 현실을 반영하는 것으로 해석된다.

3. 국내 한국전쟁 유엔군 기념물 현황

전쟁은 인류에게 비극적 사건이지만 동시에 다양한 문화·예술 콘텐츠로 재현되고 활용되어 왔다. 특히 참전과 관련된 기념물은 유형과 무형의 다양한 형태로 존재하며 추모, 참전국의 상징성, 유엔의 평화 유지 활동, 인류에 등의 의미를 복합적으로 내포하고 있다. 이러한 장소를 방문하는 후속 세대는 단순한 관람을 넘어 과거의 상처에 대한 치유와 회복을 성찰하는 경험을 하게 되며 주변 환경과의 관계 속에서 사색을 중심으로 한 정적 관광 양식을 형성한다. 나아가 현장과 상호작용하는 방문 행위는 인간성에 대한 성찰과 역사적 교훈을 체득하는 과정으로 기능한다.

2010년 국가보훈처는 625전쟁 60주년을 기념하여 국내·외 유엔 참전 기념시설물을 종합적으로 정리한 도감을 발간하였다. 이 자료는 한국전쟁 참전 유엔군 관련 시설물에 대한 전수조사의 성격을 지니며 각 시설물의 건립 배경

과 관리 주체를 비교적 체계적으로 제시하고 있다. 이러한 점에서 해당 자료는 유네스코가 제시하는 탁월한 보편적 가치(OUV) 인정의 전제 조건 중 하나인 보호 및 관리 체계의 기반을 일정 부분 갖추고 있다고 평가할 수 있다(UNESCO WHC, 2025: 30).

국내에 건립된 유엔군 참전 기념물의 현황은 <표 II-1>에 제시되어 있으며 국가보훈처(2010)의 조사에 따르면 경기북부 지역에는 구리시, 양주시, 의정부시를 제외한 7개 행정구역에 총 18개의 유엔군 기념물이 분포하는 것으로 나타난다(국가보훈처, 2010: 12-13, 315).

현재 경기북부는 2개 군과 8개 시로 구성된 총 10개의 행정구역을 포함하고 있다. 경기남부가 2023년 기준 1,000만 명 이상의 인구를 기록하며 서울을 상회하는 규모로 성장한 것과 달리 파주와 연천 등 대북 접경지역을 포함하는 경기북부의 인구는 약 350만 명 수준에 머물러 있다. 이로 인해 경기북부는 도시 및 사회 기반시설 측면에서 상대적으로 낙후된 특성을 보인다. 그러나 문화유산과 보존의 관점에서 볼 때 경기북부는 한국전쟁과 관련된 다양한 문화적 자산을 비교적 온전히 보존하고 있는 지역으로 평가될 수 있다.

■ <표 II-1> 국내 한국전쟁 유엔군 기념물(2010년 자료)

자원형태	참전국	기념물	합계 전국	경기북부
	유엔(공통)	유엔기념공원, 유엔군 화장장 시설(연천군), 인천상륙작전 기념관, 38선 돌파 기념비(연천군) 등	10	2
	1 미국	가평지구 전투전적비(가평군), 미 제2사단 6·25참전비(파주시), 미 제25사단 한강 도하 기념비(남양주시), 미군군 참전기념비(파주시), 한미 해병 참전비(파주시), 케니 상사 전공비(파주시) 등	31	6
	2 영국	설마리 전투비(파주시), 영연방 참전기념비(가평군)	2	2
	3 캐나다	캐나다 전투기념비(가평군), 홍천지구 전투전적비	2	1
	4 호주	호주 전투기념비(가평군)	1	1
	5 뉴질랜드	뉴질랜드 전투기념비(가평군), 뉴질랜드 참전기념석	2	1
	6 튀르키예	터키군 참전기념비	1	
	7 필리핀	필리핀 참전비(연천군), 필리핀군 참전기념비(파주시)	2	2
	8 태국	타일랜드군 참전기념비(포천시)	1	1
	9 네덜란드	네덜란드군 참전기념비, 오우덴 중령 현충비	2	
	10 콜롬비아	콜롬비아군 참전기념비	1	
	11 그리스	그리스군 참전기념비	1	
	12 에티오피아	에티오피아 참전기념관, 에티오피아 참전기념비, 적근산지구 전투 전적비	3	
	13 벨기에	벨기에-룩셈부르크 참전기념비(동두천시)	1	1
	14 룩셈부르크			
	15 프랑스	프랑스군 참전기념비, 지평리지구 전투전적비 등	4	
	16 남아프리카공화국	남아프리카공화국 참전기념비	1	
	17 노르웨이			
	18 덴마크			
	19 스웨덴	나야 대령 기념비, 노르웨이 참전비(동두천시), 스웨덴 참전기념비,	5	1
	20 독일	이탈리아 의무부대 6·25전쟁 참전기념비, 의료지원단 참전기념비		
	21 이탈리아			
	22 인도			
합계			70	18

4. 국내 한국전쟁 유엔군 기념물 유형

국가보훈부는 현충시설의 유형을 약 10개 범주로 분류하고 있다. 본 연구에서는 이를 기준으로 한국전쟁 유엔군 기념물의 유형을 재분류하였으며 그 결과 <표 II-2>와 같이 총 8개 유형으로 구분할 수 있었다.

■ <표 II-2> 국내 현충시설과 유엔군 기념물 유형 및 개념

현충시설	유엔군 기념물		
	유형	개념	예
(1)공원	① 기념공원	기념관, 기념탑, 야외전시장 등 다양한 기념물과 쉼터(놀이터, 화장실) 등이 있는 공간 - 특히 참전 전몰장병의 영혼이 잠들어 있는 묘역을 포함할 경우 공원의 가치가 높아짐	유엔기념공원
(2)기념관	② 기념관	전쟁 관련 유무형적 역사 자료를 보관 및 보존하고 있는 건물	인천상륙작전 기념관
(3)탑	③ 기념탑 (기념비)	전쟁과 희생자를 기리기 위해 만든 탑(비) - 기념탑과 기념비를 혼용하여 사용해왔음 - 유사: 전승탑(비), 위령탑(비), 추모탑(비) 등	영연방 참전기념비
(4)비석	④ 비석	기단 위에 하나의 돌(바위)을 세운 기념물	눌웨이 참전비
(5)동상	⑤ 동상	전쟁 영웅(인물) 형상의 기념물	맥아더 장군 동상
(6)조형물	⑥ 조형물	기념탑(비)과 연계 또는 독립적으로 만든 국가, 전쟁, 부대 등을 상징하는 부조 및 조각	한국전 순직 종군기자 추념비
(7)사당	-	-	-
(8)생가	-	-	-
(9)장소 (10)사적지	⑦ 시설물	주요 전쟁 관련 사건과 시설의 자취가 남은 건물(터)	연천 유엔군 화장장시설
(11)기타	⑧ 추가 시설물	기념물 건립 후 단체, 지자체, 참전국에서 추가로 건립한 시설 (예) 다리, 전통 건축물, 석수 등	파주 영국군 설마리 전투비(추모공원)

<표 II-2>에 제시된 현충시설 분류 체계를 기준으로 한국전쟁 유엔군 기념물의 유형을 대응시키면 다음과 같이 정리할 수 있다. 먼저 현충시설 (1) ‘공원’은 유엔군 기념물 유형에서 ① ‘기념공원’에 해당한다. 기념공원은 넓은 부지 내에 기념관, 기념탑, 야외 전시장 등을 포함하는 복합적 공간으로 특히 희생자의 묘역이 포함될 경우 그 역사적·상징적 가치가 더욱 증대되는 특성을 지닌다. 다만 묘역을 독립된 유형으로 설정할 수도 있으나 국내 유엔군 관련 기념물에서는 해당 사례가 확인되지 않았다. 참고로 유엔군 기념물로 한정하지 않고 한국전쟁 전체 기념물 범주로 확장할 경우 파주시 37번 국도변에 위치한 북한군 묘지와 같은 사례가 이에 해당한다.

현충시설 (2) ‘기념관’은 전쟁 관련 자료를 수집·보관·전시하는 박물관적 성격의 ② ‘기념관’ 유형으로 대응된다. 또한 현충시설 (3) ‘탑’은 유엔군 기념물 유형에서는 ③ ‘기념탑’과 ‘기념비’의 형태로 혼용되어 나타난다. 현충시설 (4) ‘비석’, (5) ‘동상’, (6) ‘조형물’은 별도의 변환 없이 유엔군 기념물 유형에서도 동일하게 적용될 수 있다.

한편 현충시설 (7) ‘사당’은 전통적으로 조상의 신주를 봉안하는 공간으로서 전쟁 기념물과 직접적인 관련성이 낮으며, (8) ‘생가’ 역시 유엔군이 외국인이라는 점에서 국내에서는 해당 유형이 존재하지 않는 것으로 파악된다.

현충시설 (9) ‘장소’와 (10) ‘사적지’는 본 연구에서 전쟁과 관련된 공간적 맥락을 포괄하는 ⑦ ‘시설물’ 유형으로 통합하여 분류하였다. 특히 경기북부 연천군에 위치한 ‘연천 유엔군 화장장 시설’의 경우 화장장 굴뚝과 건물의 일부만 잔존하고 있으나 주변 환경까지 포함하여 하나의 공간적 유산으로 해석할 수 있기 때문에 단일 유형으로 정리하였다.

마지막으로 현충시설 (11) ‘기타’에 해당하는 사례는 ⑧ ‘추가 기념물’로 분류하였다. 이는 기존 기념물 조성 이후 부속적으로 추가 설치된 기념 요소를 의미하며 기념 공간의 확장 및 의미의 중층화를 보여주는 유형으로 이해할 수 있다.

III 연구 방법

1. 현장 조사

경기북부에 분포한 유엔군 기념물의 현황을 파악하기 위하여 본 연구에서는 현장 조사(field trip)를 수행하였다. 현장 조사는 2025년 12월 22일부터 2026년 2월 14일까지 총 21일에 걸쳐 실시되었으며 조사 과정에서 확보된 모든 자료는 사진 기록 방식으로 축적하였다. 또한 조사 기간 동안 연구자 외에 1~2인의 보조 인력이 참여하여 현장 확인의 정확성과 자료 수집의 신뢰도를 보완하였다.

현장 조사에서는 기념물의 외형적 특성에 해당하는 건축학적 요소(형태, 구조, 상징물 등)를 직접 확인함으로써 유엔군 기념물에 대한 양적 자료를 보완하고 유형 분류의 근거를 확보하였다. 더불어 기념물에 대한 접근 동선, 주변 환경, 인프라 및 관광자원과의 연계성을 함께 조사하여 기념물 활용에 영향을 미치는 요인을 질적으로 분석하였다. 이러한 접근은 개별 기념물의 물리적 특성뿐 아니라 공간적 맥락 속에서의 활용 가능성을 통합적으로 이해하기 위한 것이다.

한편, 본 연구의 현장 조사 과정에서는 다음과 같은 제한점이 존재하였다. 첫째, 일부 기념물의 경우 건립 주체가 명확히 확인되지 않는 문제가 있었다. 일반적으로 유엔군 기념물의 건립 주체는 유엔군 사령부, 참전국, 대한민국 국방부 및 지방자치단체 등으로 구성되나 조사 과정에서 비문이나 안내문에 건립 주체가 명시되어 있지 않거나 최근 특정 개인 또는 관변단체에 의해 건립된 사례가 확인되었다. 관변단체는 정부 주도의 비정부기구(NGO)로서 공공 재원을 기반으로 운영되는 경우가 많으며 대북 인식 및 전쟁 서사에 있어 특정 이념적 입장을 반영할 가능성이 있다. 이에 따라 본 연구에서는 기념물 건립 주체의 객관성과 공공성을 확보하기 위하여 특정 단체에 의해 단독으로 건립된 시설물은 조사 대상에서 제외하였다.

다만 전국적으로는 일부 유엔군 기념물의 관리·운영 과정에 특정 단체가 참여하는 사례가 존재한다. 예를 들어 경북 포항시 미 해병 제1비행단 전물용사 충령비, 경북 칠곡군 왜관지구 전적기념관, 강원 춘천시 에티오피아 참전기념관, 인천시 인천상륙작전 기념관 등에서는 한국자유총연맹 지역 지회가 운영에 참여해 온 바 있다. 이러한 사례는 기념물 관리 주체의 다층적 구조를 보여주는 것으로 해석할 수 있으나 본 연구에서는 건립 주체를 기준으로 분석 대상을 선별하였다.

둘째, 군사시설 내부에 위치한 비공개 기념물은 접근 제한 및 촬영 금지 등의 사유로 조사 대상에서 제외되었다. 대표적인 사례로 파주시 파평면 장파리에 위치한 리비교(Libby, X-Ray)를 들 수 있다. 해당 교량은 한국전쟁 당시 임진강을 건너 민간인출입통제선(민통선) 내부로 진입하기 위한 군 작전 시설로 재건 과정에서 미군 2명이 익사하였으며 이 중 미 제24사단 전투공병대대 소속 리비(George D. Libby) 중사는 미국 최고무공훈장(Medal of Honor)을 수여받았다. 현재 리비교 입구에는 일반인도 접근 가능한 추모비가 존재하나 주요 시설이 군사 통제 구역 내에 위치하고 있어 본 연구에서는 해당 자료를 활용하지 못하였다.

이와 같은 제한점은 조사 범위의 물리적 제약과 자료 접근성의 한계를 반영하는 것으로 향후 비무장지대(DMZ) 및 군사 통제 지역 내부에 존재하는 전쟁 관련 기념물에 대한 체계적인 조사와 연구가 추가적으로 수행될 필요가 있음을 시사한다.

2. 문화유산적 가치 평가

본 연구는 경기북부에 분포한 유엔군 기념물을 문화유산의 관점에서 평가하고자 하였다. 일반적으로 문화유산 특히 사찰과 같은 건조물 중심의 문화유산을 평가할 때에는 경제적 가치가 중요한 지표로 활용된다. 이는 특정 유산에 대해 방문자가 비용을 지불할 의사가 있는지 여부를 통해 그 가치를 측정하는 방식이다(소병희, 2014: 6). 그러나 본 연구에서 조사한 유엔군 기념물은 일부 예외를 제외하고 대부분 도심 또는 주요 도로변에 위치하고 있어 접근성이 높은 공공 공간의 성격을 지니고 있었다.

또한 문화유산의 가치 평가는 자연유산과 문화유산이 결합된 복합유산뿐 아니라 문화경관(cultural landscape)의 관점까지 확장하여 논의될 수 있다(전종환, 2013: 932-935). 현재 문화유산 가치 평가는 유네스코의 탁월한 보편적

가치(OUV) 기준을 비롯하여 경제적 가치, 문화유산 지각 가치 요인 등 다양한 요소를 종합적으로 고려하는 방식으로 이루어진다.

그러나 본 연구에서는 유엔군 기념물이 전쟁 당시의 부대 이동 경로와 밀접하게 연관되어 현재의 도로망과 일치하는 위치에 형성되었을 가능성에 주목하였다. 이에 따라 경제적 가치 중심의 평가보다는 역사적·경관적·사회적 의미를 중심으로 한 가치 평가가 보다 적절하다고 판단하였다. 실제로 현장 조사를 통해 확인한 결과 유엔군 기념물은 전쟁의 격전지였던 장소가 시간이 흐르며 자연환경과 조화를 이루는 경관적 가치를 형성하고 있었으며 이는 문화경관으로서의 의미를 내포하고 있었다. 아울러 이러한 기념물은 다음 세대를 위한 교육적 자원으로 기능할 뿐 아니라 현재 세대의 사회 통합과 국제 교류를 매개하는 문화적 자산으로서의 활용 가능성 또한 지니고 있는 것으로 분석되었다.

이러한 관점을 바탕으로 본 연구에서는 유엔군 기념물의 가치를 평가하기 위한 평가표를 구성하였다.

첫째, 기존 문화유산 지각 가치 요인을 참고하여 경제적, 기능적, 사회적, 정서적 가치 범주와 함께 경관성, 역사성, 교육성, 개발성, 보존성, 활용성 등의 세부 항목을 검토하였다(국립공원공단, 2024: 39~43).

둘째, 현장 조사 결과를 토대로 연구자가 선별한 요인을 반영하여 유엔군 기념물의 가치 평가 체계를 세 가지 요인과 일곱 개 항목으로 재구성하였다. 첫 번째는 ‘근대문화유산 요인’으로 유엔군 기념물을 근대문화유산으로 해석하는 관점에 기반하여 기념물의 다양성, 대표 기념탑(비)의 상징성, 역사성을 평가 항목으로 설정하였다. 두 번째는 ‘인적 요인’으로 문화유산의 지속가능한 가치 유지를 위해 요구되는 관리 주체의 역할에 주목하여 관리·보존 상태와 지속적 활용 여부를 평가하였다.

세 번째는 ‘환경 요인’으로 유엔군 기념물이 전쟁의 공간적 맥락 속에 위치한다는 점을 반영하여 기념물의 접근성과 주변 환경과의 조화를 중심으로 평가하였다.

이와 같은 평가 체계는 유엔군 기념물을 단순한 기념시설이 아니라 역사적 기억, 공간적 맥락, 사회적 활용이 결합된 복합적 문화유산으로 이해하고 그 가치를 다층적으로 분석하기 위한 분석 틀로 기능한다.

넷째, 평가 점수 체계는 ‘있다/없다’의 이분법적 판단을 넘어서는 최소한의 변별력을 확보하기 위해 3점 척도를 적용하였다. 5점 척도 이상의 세분화된 평가 방식을 채택하지 않은 이유는 본 연구가 유형문화유산 평가에 대한 전문적 계량분석을 목적으로 하기보다는 현장 기반의 탐색적 평가에 중점을 두고 있기 때문이다. 따라서 과도한 척도 세분화로 인한 주관적 편차를 최소화하고 평가의 일관성과 신뢰도를 확보하고자 3점 척도를 선택하였다.

■ [그림 Ⅲ-1] 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 가치 평가표

기념물: _____

현장 조사일: 1차 년 월 일 / 2차 년 월 일

현장 조사원: _____

평가 연구원: _____

요인	항목	점수	2점	1점	0점	판단기준
(1) 근대 문화유산	① 기념물 다양성					기념물 유형 분포
	② 기념탑(비) 상징성					국가, 부대 등 조형물의 상징적 표현
	③ 기념탑(비) 역사성					전쟁사, 전투업적, 희생자 기록
(2) 인적	④ 관리와 보존					시설물 상태 점검
	⑤ 지속적 활용					시설물 개발과 활용, 관광성
(3) 환경	⑥ 접근성					시설물 개방성, 방문(접근) 용이함
	⑦ 주변과 조화					인접 시설물, 자연/마을(도시)과 조화
합계					점	

기타 내용: _____

[그림 III-1]의 평가표를 기반으로 연구자와 2인의 참여 연구원이 공동으로 심층 토론을 수행하였다. 평가 과정에서는 현장 조사에서 확보한 사진 자료와 기록, 관련자 인터뷰 내용, 문헌 자료 등을 종합적으로 검토하여 각 항목에 대한 점수를 부여하였다. 또한 정량적 평가 결과를 보완하기 위해 필요 시 논의 과정에서 도출된 해석적 의견과 추가 판단 사항을 별도로 기록하여 평가의 맥락과 근거를 함께 제시하고자 하였다.

IV 연구 결과

1. 경기북부 유엔군 기념물 분포 현황

현장 조사와 관련 문헌 자료를 종합하여 경기북부에 분포한 유엔군 기념물의 현황을 정리한 결과는 <표 IV-1>과 같다. 기념물의 명칭은 국가등록유산으로 지정된 경우 국가유산청의 국가유산정보를 기준으로 하였으며(국가유산청, 2026), 2010년 국가보훈처 조사 내용과 상이한 경우에는 현장 시설물에 표기된 명칭을 우선적으로 반영하였다. 예를 들어 문헌에서 동두천시 ‘벨기에-룩셈부르크 참전기념비’로 표기된 사례는 현장 표기에 따라 ‘벨기에 및 룩셈부르크군 참전기념비’로 기록하였으며, ‘노르웨이 참전비’ 역시 현장 표기인 ‘놀웨이 참전비’로 정리하였다.

2010년 국가보훈처 조사에 따르면 경기북부에는 총 18개의 유엔군 기념물이 존재하는 것으로 보고되었다. 그러나 본 연구의 현장 조사 결과 경기북부 10개 행정구역 중 7개 시군에 걸쳐 총 22개의 유엔군 기념물이 분포하는 것으로 확인되었다. 다만 현장 조사 과정에서 자료를 확보하였음에도 불구하고 건립 주체가 특정 성격의 단체로 확인되거나 건립 주체 및 설립 연도 등의 기본 정보가 불명확한 3개의 기념물은 분석 대상에서 제외하였다.

한편 전국적으로 약 70개의 유엔군 기념물이 분포하고 있는 점을 고려할 때 경기북부에 집중된 22개의 기념물은 전체의 약 31.4%를 차지하는 것으로 나타나 공간적 집중도가 상당히 높은 것으로 평가된다. 이는 경기북부가 한국 전쟁의 주요 전선과 접경 지역이라는 역사적 맥락과 밀접하게 연관된 결과로 해석될 수 있다. 또한 향후 비무장지대(DMZ) 및 군사 통제 구역 내부에 위치한 기념물까지 포함할 경우 경기북부의 유엔군 기념물 수는 더욱 증가할 가능성이 있는 것으로 판단된다.

■ <표 IV-1> 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 현황

행정 구역	지원 형태	참전국	기념물	건립	소재지	합계
가평군	전투	미국	가평지구 전투전적비	1958년	가평읍 읍내리 산 94-1	5
		뉴질랜드	뉴질랜드 전투기념비	1963년 (1988 재건립)	북면 목동리 691-1 (가평군 재건립)	
		영연방	영연방 참전비	1967년	가평읍 신용길 4	
		캐나다	캐나다 전투기념비	1983년	북면 이곡리 207-4	
		호주	호주 전투기념비	1963년 (1983 재건립)	북면 목동리 691-1 (가평군 재건립)	
고양시	전투	필리핀	필리핀군 참전기념비	1974년	덕양구 관산동 154-8	1
남양주시	전투	미국	미 제25사단 한강 도하 기념비	1986년	와부읍 도곡리 494-6	1
동두천시	전투	벨기에, 룩셈부르크	벨기에 및 룩셈부르크군 참전기념비	1975년 (2010 추가)	상봉암동 84-48	2
	의료	노르웨이	놀웨이 참전비	1972년 (2000 이전)	평화로2910번길 96-63 (자유수호평화박물관)	
연천군	유엔(공통)		38선 돌파 기념비	1976년 (2004 이전)	청산면 초성리 산 127-5	3
			연천 유엔군 화장장 시설	1952년	미산면 동이리 610	
	전투	필리핀	필리핀 참전비	1966년 (2009 이전)	연천읍 군남로 1088-3	
파주시	전투	미국	미국군 참전기념비	1975년	문산읍 마정리 1325-2 (임진각관광지)	9
			미육군 공수전투단 참전기념비	?		
			한국전쟁 참전 일본계 미군 추모비	?		
			차모로인 미군 추모비	?		

파주시	전투	미국	미 제2사단 6·25참전비	1981년	문산읍 마정리 1325-2 (임진각관광지)	9
			케니 상사 전공비	1964년 (1984 재건립)	법원읍 동문리 산 63	
			한미 해병 참전비	1964년		
		영국	파주 영국군 설마리 전투비 (추모공원)	1957년 (1968/2000/ 2014 추가)	적성면 구읍리 112-1	
			기타(종군기자)	한국전 순직 종군기자 추념비	1977년	파주읍 봉서리 산 42-5 (통일공원)
포천시	전투	태국	타일랜드군 참전기념비	1974년 (1994/2000/ 추가)	영북면 문암리 156-2	1
합계						22

지역별 분포를 살펴보면 경기북부 7개 시군 중 5개 지역은 유엔군 기념물이 3개 이하로 분포하고 있는 것으로 나타났다. 반면 파주시의 경우 총 9개의 기념물이 확인되었으나 이 중 5개가 임진각 보훈단지 내에 집중적으로 위치하고 있어 뚜렷한 공간적 집적 현상이 확인된다. 이는 특정 장소가 기념물 집적지로 기능하며 역사·문화적 클러스터를 형성하고 있음을 시사한다.

또한 연구자는 파주시 통일공원 일대의 전쟁 관련 기념물을 조사하는 과정에서 기존 자료에 포함되지 않았던 ‘한국전 순직 종군기자 추념비’를 추가로 확인하였다. 해당 기념물은 조성 목적과 기념 대상의 성격을 종합적으로 검토한 결과 유엔군 기념물 범주에 포함될 수 있는 것으로 판단하여 분석 대상에 포함하였다.

2. 경기북부 유엔군 기념물 유형

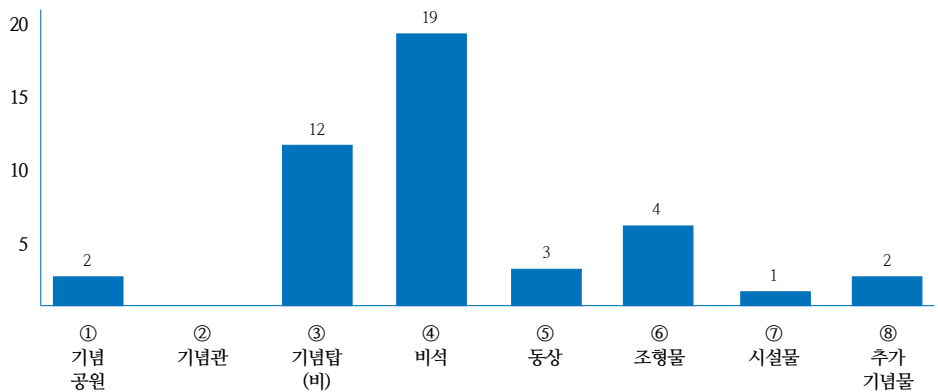
경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물 22개를 대상으로 세부 유형별 빈도를 분석한 결과는 <표 IV-2>와 같다. 기념물 유형을 총 8가지로 구분하여 살펴보면 다음과 같은 특징이 확인된다.

먼저 ① ‘기념공원’ 유형에 해당하는 사례는 가평군 영연방 참전비 일대와 파주시 ‘영국군 설마리 전투비’가 위치한 추모공원으로 나타났다. 이들 공간은 기념비, 조형물, 추모 시설 등이 결합된 복합적 기념 공간으로 기능한다. 한편 현재 경기북부에는 유엔군 관련 ② ‘기념관’ 유형은 존재하지 않는 것으로 확인되었다. ③ ‘기념탑(기념비)’은 총 12개로, 유엔군 기념물의 대표적 유형으로 나타났으며, 비교적 간결한 형태로 조성이 가능한 ④ ‘비석’은 19개 기념물에 포함되어 가장 높은 빈도를 보였다. 이는 기념물 조성 방식에서 상징성과 간결성을 중시하는 경향을 반영하는 것으로 해석할 수 있다. ⑤ ‘동상’ 유형은 3개 기념물에서 확인되었으며 모두 2인 이상을 형상화한 집단 조형의 형태를 취하고 있다. 특히 파주시 영국군 설마리 전투 추모공원에 설치된 글로스터 대대의 이동 장면을 형상화한 동상은 전투 상황의 역동성을 효과적으로 표현한 사례로 평가된다. ⑥ ‘조형물’ 유형은 동상과 구분되는 비구상적 또는 상징적 표현을 통해 기념물의 미적 가치와 상징성을 강화하는 역할을 수행한다. 대표적으로 파주시 영국군 글로스터 대대의 베레모 조형물과 통일공원 내 한국전 순직 종군기자 추념비에 설치된 저널리스트 상징 조형물은 참전국의 정체성과 기념 대상의 의미를 효과적으로 드러내는 우수 사례로 볼 수 있다.

■ <표 IV-2> 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 유형 (●: 국가등록유산)

행정 구역	기념물	유형	① 기념 공원	② 기념관	③ 기념탑 (비)	④ 비석	⑤ 동상	⑥ 조형물	⑦ 시설물	⑧ 추가 기념물
가평군	가평지구 전투전적비				○					
	뉴질랜드 전투기념비					○				
	영연방 참전비		○		○	○				
	캐나다 전투기념비				○	○				
	호주 전투기념비				○	○				
고양시	필리핀군 참전기념비				○	○				
남양주시	미 제25사단 한강 도하 기념비					○				
동두천시	벨기에 및 룩셈부르크군 참전기념비				○	○	○	○		
	놀웨이 참전비					○				
연천군	필리핀 참전비				○	○		○		
	38선 돌파 기념비					○				
	연천 유엔군 확장장 시설								●	
파주시	미국군 참전기념비				○	○		○		
	미육군 공수전투단 참전기념비					○				
	한국전쟁 참전 일본계 미군 추모비					○				
	차모로인 미군 추모비					○				
	미 제2사단 미군추모비					○				
	미 제2사단 625참전비					○				
	케니 상사 전공비					○				
	한미 해병 참전비				○	○				
	파주 영국군 설마리 전투비(추모공원)		○		●	○	○	○		○
	한국전 순직 종군기자 추념비				○			○		
포천시	타일랜드군 참전기념비				○	○	○	○		○
합계			2	-	12	19	3	6	1	2

■ [그림 IV-1] 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 세부 유형



⑦ ‘시설물’ 유형으로 분류된 연천군 ‘연천 유엔군 화장장 시설’은 실제 전쟁 당시 사용된 구조물이 잔존한 사례로 사적지로서의 역사적 가치가 매우 높다. 해당 시설은 2008년 국가등록유산으로 지정되었으며 국내 유엔군 기념물 가운데 유일하게 원형 시설이 보존된 사례로서 중요한 의미를 지닌다.

마지막으로 ⑧ ‘추가 기념물’이 확인된 사례는 파주시 영국군 설마리 전투비와 포천시 타일랜드군 참전기념비로 기존 기념물 조성 이후 전투 공헌을 기리기 위한 부속 기념 요소가 추가된 유형이다. 이는 지자체와 참전국이 지속적으로 기념물의 의미를 확장하고 관리해왔음을 보여주며 기념 공간의 가치가 시간의 경과 속에서 중층적으로 형성되고 있음을 시사한다.

3. 경기북부 유엔군 기념물 활용

경기북부에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물 22개의 활용 양상은 지역별·유형별로 상당한 차이를 보였다. 이러한 차이는 기념물의 지속적 보존 여부와 주변 환경의 개발, 나아가 활용 수준에 영향을 미치는 요인과 밀접하게 연관되어 있으며 본 연구에서는 이를 크게 두 가지로 도출하였다.

첫째, 문화유산으로서의 가치를 인정받아 국가 또는 지역 등록유산으로 지정되는 여부이다. 유엔군 기념물을 문화유산으로 발굴·보존하고 제도적으로 등록하는 과정은 해당 기념물에 대한 학술적 관심을 증대시키는 동시에 지역의 역사적 의미를 재조명하는 계기로 작용한다. 또한 이러한 지정은 관광 자원으로서의 전환 가능성을 높여 방문객 유입을 촉진하는 요인으로 기능한다.

둘째, 지자체와 참전국 간의 지속적인 관리와 협력 체계이다. 이는 기념물의 물리적 유지뿐 아니라 상징성과 활용 가치를 확장하는 핵심 요인으로 작용한다. 대표적인 사례로 파주시의 ‘영국군 설마리 전투비’를 들 수 있다. 해당 기념비는 1951년 글로스터 언덕에 최초 조성된 이후 1957년 설마리 고지 전투의 경위를 새겨 전적비로 정식 건립되었으며 이 시점을 공식적인 건립 연도로 기록하고 있다. 이후 1968년에는 영국군 8022 공병부대에 의해 계곡 건너편에 전적비 공원이 조성되었고 설마리는 한국전쟁에 참전한 영국군 전체를 기리는 상징적 장소로 자리매김하였다. 1999년에는 영국 여왕 엘리자베스 2세가 방한 일정 중 해당 기념지를 방문함으로써 그 국제적 위상이 더욱 강화되었다. 이어 2000년 파주시는 전투비와 추모공원을 연결하는 글로스터서교를 건설하였으며 2014년에는 휴게시설을 포함한 추모공원을 조성하여 일대를 공원화하였다. 현재 이 지역에서는 매년 4월 영연방 참전 기념행사가 개최되며 자연 경관과 결합된 휴식 공간으로서 여름철 관광객의 방문도 활발하게 이루어지고 있다(국가보훈처, 2010: 180-185).

포천시의 ‘타일랜드군 참전기념비’ 역시 참전국과의 지속적 협력에 기반한 관리 사례로 주목된다. 해당 기념비는 태국군의 마지막 주둔지였던 언덕 위에 위치하며 기념비 자체의 상징성뿐 아니라 주변 공간의 문화적 확장이 특징적이다. 특히 1994년 태국 국왕 즉위 50주년을 기념하여 태국식 누각이 건립되었는데 이 과정에서 건축 자재를 태국에서 직접 반입하고 내부에 불상을 봉안함으로써 종교적·문화적 의미를 함께 담아냈다. 현재까지도 사원 내부의 촛불이 유지되고 있으며 2000년에는 태국 대사가 기념식수를 진행하는 등 지속적인 관리와 교류가 이루어지고 있다.

4. 경기북부 유엔군 기념물 가치

경기북부에 분포한 22개 유엔군 기념물에 대한 가치 평가는 세 가지 요인을 중심으로 수행되었으며 그 결과는 <표 IV-3>에 제시하였다. 분석 결과 상대적으로 가치가 우수한 기념물은 파주시 ‘영국군 설마리 전투비’(14점), 연천군 ‘유엔군 화장장 시설’(12점), 포천시 ‘타일랜드군 참전기념비’(12점)의 세 곳으로 도출되었다. 이러한 결과는 연구자의 5년 이상 경기북부 현장 탐방 경험에 기반한 직관적 판단과도 대체로 일치하는 것으로 나타났다.

세 가지 평가 요인에 따른 항목별 점수를 비교한 결과 모든 유엔군 기념물이 전투 지역 또는 부대 주둔지와 직접적으로 연관된 장소에 건립되어 있다는 점에서 ③ ‘역사성’ 항목의 총점이 42점으로 가장 높게 나타났다. 일부 기념물의 경우 이전으로 인해 원래의 공간적 맥락이 약화된 사례를 제외하면 대부분이 뚜렷한 역사적 의미를 유지하고 있는 것으로 확인된다.

반면 ① ‘다양성’, ② ‘상징성’, 인적요인에 해당하는 ④ ‘관리와 보존’, 환경요인에 해당하는 ⑥ ‘접근성’, ⑦ ‘주변과의 조화’ 항목은 각각 21점 또는 24점 수준으로 비교적 유사한 분포를 보여 전체적으로 큰 변별력이 나타나지 않았다.

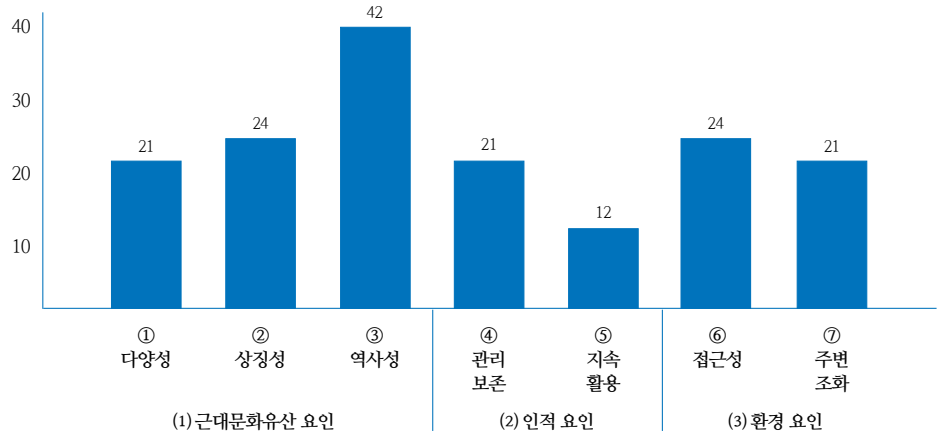
특히 가장 낮은 점수를 기록한 항목은 ⑤ ‘지속적 활용’으로 총점 12점에 그쳤다. 예를 들어 파주시 임진각 보훈단지 내 미군 기념물은 물리적으로 한 공간에 집적되어 있어 외국인 관광객의 방문이 활발히 이루어지고 있으나 본 연구에서는 단순한 방문 행위를 ‘활용’으로 간주하지 않았다. 즉, 중앙정부, 지방자치단체, 참전국 등 공적 주체에 의해 기획되고 운영되는 프로그램이나 관리 활동이 수반되는 경우에 한하여 활용으로 판단하고 이에 따라 1점 또는 2점의 평가를 부여하였다.

이러한 결과는 유엔군 기념물이 역사적·상징적 가치에 비해 활용 측면에서는 상대적으로 미흡한 상태에 있음을 시사한다. 따라서 기념물의 지속가능한 가치 제고를 위해서는 향후 활용 방안에 대한 체계적인 검토와 정책적 개입이 요구된다고 볼 수 있다.

■ <표 IV-3> 경기도북부 한국전쟁 유엔군 기념물 가치 평가 결과

행정 구역	기념물	요인		(1) 근대문화유산			(2) 인적		(3) 환경		합계
		유형		① 다양성	② 상징성	③ 역사성	④ 관리 보존	⑤ 지속 활용	⑥ 접근성	⑦ 주변 조화	
가평군	가평지구 전투전적비			1	0	2	0	1	1	2	7
	뉴질랜드 전투기념비			1	1	2	0	1	2	1	8
	영연방 참전비			2	1	2	1	1	2	1	10
	캐나다 전투기념비			1	1	2	0	1	2	1	8
	호주 전투기념비			1	1	2	0	1	2	1	8
고양시	필리핀군 참전기념비			2	2	2	1	0	2	1	10
남양주시	미 제25사단 한강 도하 기념비			1	0	2	0	0	0	0	3
동두천시	벨기에 및 룩셈부르크군 참전기념비			2	2	2	1	1	0	1	9
	놀웨이 참전비			1	0	1	1	0	1	0	4
연천군	필리핀 참전비			1	1	2	1	1	0	1	7
	38선 돌파 기념비			0	0	1	0	0	0	0	1
	연천 유엔군 화장장 시설			1	2	2	2	1	2	2	12
파주시	미국군 참전기념비			1	1	2	2	0	1	1	8
	미육군 공수전투단 참전기념비			0	1	2	2	0	1	1	7
	한국전쟁 참전 일본계 미군 추모비			0	1	2	2	0	1	1	7
	차모로인 미군 추모비			0	1	2	2	0	1	1	7
	미 제2사단 625참전비			0	1	2	2	0	1	1	7
	케니 상사 전공비			0	0	2	0	0	0	2	4
	한미 해병 참전비			1	1	2	0	0	2	1	7
	파주 영국군 설마리 전투비(추모공원)			2	2	2	2	2	2	2	14
포천시	한국전 순직 중군기자 추념비			1	2	2	0	0	0	1	6
	타일랜드군 참전기념비			2	2	2	2	2	1	1	12
합 계				21	24	42	21	12	24	21	21

■ [그림 IV-2] 경기북부 한국전쟁 유엔군 기념물 가치 평가



V 결론 및 제언

본 연구를 통해 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 전국에 분포한 한국전쟁 유엔군 기념물(약 70개) 가운데 상당수가 경기북부 지역(22개)에 집중되어 있는 것으로 확인되었다. 이는 한국전쟁 당시 유엔군이 수행한 주요 전투 중 파주 설마리 전투와 가평 전투가 현재의 경기북부 지역에서 전개되었으며 참전 기여도가 가장 높은 미군의 작전 역시 경기북부 일대에 집중되어 있었던 역사적 맥락이 반영된 결과로 해석된다.

둘째, 경기북부 유엔군 기념물의 유형은 참전국의 상징성과 전투의 역사성을 표상하는 기념탑(비)과 비교적 간결한 형태로 조성 가능한 비석 유형이 중심을 이루는 것으로 나타났다. 이는 기념물 조성 방식이 상징성과 조형적 표현에 집중되어 있음을 보여준다.

셋째, 유엔군 기념물의 지속적인 관리와 활용에는 지자체와 참전국 간의 협력적 관리 체계가 중요한 역할을 하는 것으로 분석되었다. 이러한 관리가 이루어지는 경우 기념물은 단일 기념탑(비) 중심의 구조를 넘어 기념공원과 같은 복합적 공간으로 확장되며 활용성과 상징성이 동시에 강화되는 경향을 보였다.

넷째, 본 연구에서는 유엔군 기념물의 가치를 평가하기 위하여 3개 요인(근대문화유산 요인, 인적 요인, 환경 요인)과 7개 항목(다양성, 상징성, 역사성, 관리와 보존, 지속적 활용, 접근성, 주변과의 조화)을 적용하였다. 다만 이러한 평가 체계는 탐색적 성격의 연구 설계에 기반한 것으로 향후 통계적 검증을 통한 타당도와 신뢰도가 확보된 평가 모형이 개발될 경우 등록문화유산을 포함한 전쟁 기념물의 체계적 가치 평가에 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

마지막으로 경기북부 유엔군 기념물 가운데 상대적으로 높은 가치를 지닌 사례는 파주시 ‘영국군 설마리 전투비(추모공원)’, 연천군 ‘유엔군 화장장 시설’, 포천시 ‘타일랜드군 참전기념비’로 도출되었다. 파주 영국군 설마리 전투비는 국가등록문화유산으로 지정된 사례이며 일대 추모공원은 유엔군 기념물의 모범적 활용 사례로 평가된다. 연천 유엔군 화장장 시설은 전쟁 당시의 실체적 흔적을 보존한 유산으로서 교육적 가치가 뛰어난 등록문화유산이며 포천시 타일랜드군 참전기념비와 인접한 태국식 전통 사찰은 국제적 문화 교류의 상징적 공간으로서 주목할 필요가 있다.

1. 경기북부 유엔군 기념물 재건립과 이전

본 연구를 통해 유엔군 기념물의 재건립과 이전에 관한 정책적·실천적 제언을 도출하고자 한다. <표 IV-1>에 제시된 기념물의 건립 연도 및 이력에는 재건립, 추가 건립, 이전 등의 시기적 변화가 포함되어 있으며 이는 기념물의 관리 방식과 활용 전략을 이해하는 중요한 단서로 작용한다.

먼저 기념물의 추가 건립은 기존 기념물의 보존을 전제로 새로운 유형의 시설을 보완적으로 조성함으로써 공간 활용도를 높이고 기념 공간의 의미를 확장하는 방식으로 이해할 수 있다. 이러한 사례로는 파주시 영국군 설마리 전투비 건너편에 조성된 전투 추모공원과 포천시 타일랜드군 참전기념비 인접 지역에 건립된 태극식 전통 사찰을 들 수 있다. 이들 사례는 기존 기념물의 상징성을 유지하면서도 공간적·문화적 층위를 확장한 모범적 사례로 평가된다.

반면 재건립의 경우에는 보다 신중한 접근이 요구된다. 지역 인프라 개발 과정에서 기념물을 이전하거나 재조성하는 것은 불가피한 경우가 있으나 원형을 최대한 유지한 상태에서 이전하는 경우와 달리 기념물의 형태가 변형될 경우 문화유산으로서의 가치가 훼손될 가능성이 크다. 특히 유엔군 기념물을 근대문화유산의 관점에서 접근할 경우 재건립은 유산의 진정성(authenticity)과 완전성(integrity)을 저해할 수 있는 요인으로 작용할 수 있다. 이러한 문제의식은 유네스코 유산영향평가(heritage impact assessment, HIA)에서도 제기되고 있으며 세계유산에 대한 주요 위협요인 중 하나로 ‘건물 및 개발(buildings and development)’이 지목되고 있다(UNESCO WHC, 2026).

유산영향평가(HIA)는 특정 개발 사업이 문화유산의 환경과 탁월한 보편적 가치(OUV)에 미치는 영향을 사전에 분석하는 제도로 문화유산 보존의 국제적 기준을 제시한다(문화재청, 2023: 17). 최근 중요 인근 재개발 사업을 둘러싼 논쟁에서 나타나듯이 문화유산의 공간적 맥락과 경관을 훼손하는 개발은 세계유산의 가치에 직접적인 위협이 될 수 있다(유네스코한국위원회, 2026). 본 연구의 대상인 유엔군 기념물 역시 주변 개발이 아닌 기념물 자체의 재건립 과정에서 유사한 가치 훼손의 위험이 발생할 수 있다.



노르웨이 참전비
(동두천시 자유수호평화박물관 야외)

노르웨이 이동외과병원
(동두천시 하봉암동)



한국전 순직 종군기자 추념비
(파주시 통일공원)

현장 조사를 통해 확인된 기념물 이전 사례는 이러한 논점을 보다 구체적으로 보여준다. 연천군 필리핀 참전비는 기존 위치에서 도로 인접 지역으로 이전되어 가시성과 접근성이 향상된 사례이며 연천군 38선 돌파 기념비 역시 도로 개발에 따라 위치가 조정된 경우이다.

이와 같은 이전은 기능적 측면에서 일정한 효과를 가져왔으나 기념물이 지나는 원래의 장소성과 역사적 맥락을 약화시킬 가능성도 내포하고 있다. 특히 이전으로 인해 상징성과 의미가 훼손된 사례도 확인된다. 노르웨이는 한국

전쟁 당시 경기북부에서 이동외과병원(야전병원)을 운영하였으며 1972년 해당 병원 인근에 ‘눌웨이 참전비’가 건립되었다. 그러나 이후 동두천시 소요산 입구에 자유수호평화박물관이 조성되면서 해당 기념비는 박물관 야외 전시장으로 이전되었고 현재는 전쟁 장비 전시 공간의 외곽에 위치하게 되었다. 반면 기존 병원 건물은 여전히 하봉암동에 남아 있어 기념비를 원래의 위치로 재이전하여 병원 시설과 함께 보존하는 것이 역사적 맥락과 상징성을 회복하는데 더 적절한 방안으로 판단된다.

또한 파주시 ‘한국전 순직 종군기자 추념비’ 역시 재배치의 필요성이 제기되는 사례이다. 이 기념비는 1977년 한국기자협회에 의해 건립된 것으로 유엔군 파병과 함께 참전국 언론인들이 전쟁을 기록하고 보도한 사실을 기념하는 의미를 지닌다. 이는 단순한 전쟁 기념을 넘어 저널리즘의 역사와 윤리를 환기하는 상징적 유산으로 평가될 수 있다. 조형물로서의 미적 완성도 또한 높은 수준을 보인다. 그러나 현재 통일공원 내 다양한 군 관련 기념물과 병렬적으로 배치되어 있어 공간적 맥락과 의미 전달 측면에서 다소 부조화가 발생하고 있다. 따라서 해당 기념비는 언론 관련 기관이나 기념 공간 등 보다 적합한 장소로 이전하는 것이 문화유산적 가치와 상징성을 강화하는 데 기여할 것으로 판단된다.

종합하면 유엔군 기념물의 추가 건립은 공간의 의미를 확장하는 긍정적 전략으로 기능할 수 있는 반면 재건립과 이전은 문화유산의 진정성과 장소성을 훼손할 수 있는 잠재적 위험을 내포하고 있다. 따라서 향후 기념물 관리 정책에서는 유산영향평가와 같은 기준을 적용하여 기념물의 물리적 보존뿐 아니라 역사적 맥락과 상징적 의미를 함께 유지할 수 있는 방향으로 접근할 필요가 있다.

2. 경기북부 유엔군 기념물 활용

경기북부 지역은 근대문화유산으로서 유엔군 기념물의 활용 방안을 적극적으로 모색할 필요가 있다. 유엔군 기념물은 전쟁의 기억을 넘어 평화를 지향하는 인류 공동의 문화유산으로서 가치를 지니므로 궁극적으로는 등록문화유산으로 지정되어 체계적으로 보존·관리되는 것이 바람직하다. 이러한 맥락에서 2024년 국가유산청이 「근현대문화유산의 보존 및 활용에 관한 법률」 시행을 앞두고 국가보훈부와 보존문화유산의 보존 및 활용을 위한 업무협약을 체결한 것은 중요한 정책적 전환점으로 평가된다(국가유산청, 2024.9.26.). 유엔군 기념물의 가치 제고와 지속 가능한 활용을 위해서는 이러한 기관 간 협력, 즉 거버넌스 체계가 실질적으로 작동할 필요가 있다.

한편 유엔군 기념물이 방치되거나 기억에서 소외되지 않기 위해서는 국가보훈부, 지방자치단체, 그리고 참전국 간의 다층적 협력을 기반으로 한 활용 전략이 요구된다. 첫째, 프로그램 기반 활용이 가능하다. 국가보훈부가 추진 중인 ‘유엔참전국 글로벌아카데미’ 사업은 국내외 초·중고 학생을 대상으로 유엔군 기념물을 교육 자료로 활용하는 대표적 사례이다(국가보훈부, 2025.3.13.). 실제로 연천군 유엔군 화장장 시설은 해당 프로그램의 주요 방문지로 활용되고 있으며, 이는 기념물이 교육적 장소로 기능할 수 있음을 보여준다.

또한 가평군의 경우 75번 국도와 391번 지방도를 따라 약 11km 구간에 5개의 유엔군 기념물이 분포하고 있으며 이는 가평 전투에 참전한 영연방 국가와의 역사적 연관성을 반영한다. 현장 조사 결과 해당 지역은 ‘개나리 전투지 숲길’ 및 ‘평화둘레길’과 연계되어 관광 자원으로 활용되고 있는 것으로 확인되었다. 이는 기념물이 단순한 기념 공간을 넘어 지역의 역사적 경관과 결합된 문화관광 자원으로 확장될 수 있음을 시사한다.

둘째, 참전국과 지방자치단체 간 협력적 관리 체계의 중요성이 확인된다. 파주 영국군 설마리 전투비(추모공원)와 포천시 타일랜드군 참전기념비 사례에서 나타나듯이 참전국의 지속적인 관심과 관리, 그리고 지자체의 개발 협력이 결합될 때 기념물의 상징성과 활용 가치는 동시에 강화된다.

국외 사례 또한 참고할 필요가 있다. 2026년 3월 필리핀 방문 당시 대통령이 한국전쟁 참전용사에게 감사를 표하고 국가보훈부와 민간 기업이 필리핀 마닐라 소재 한국전쟁 기념비와 기념관의 환경 개선을 추진한 사례는 국외 기념물에 대한 국가 차원의 관리와 활용이 외교적 계기를 통해 이루어질 수 있음을 보여준다(최수진, 2026.3.2.). 이는 기념물이 단순한 과거의 기록이 아니라 현재의 외교적 자산으로 기능할 수 있음을 시사한다.

끝으로 경기북부 유엔군 기념물은 국제적 교류의 매개로 활용될 가능성이 크다. 특히 농산촌 및 산업지역을 중심으로 증가하고 있는 다문화 인구와의 연계 속에서 민간 차원의 문화 교류 행사에 기념물 공간을 활용할 수 있다. 나아가 기념물을 매개로 기업과 지역사회가 참전국의 기관 및 지역과 자매결연을 맺는 등 지속적인 국제 교류 기반을 구축하는 것도 가능하다.

공식적 차원에서는 참전국과의 외교적 교류에 기념물을 적극적으로 활용할 필요가 있다. 영국과 태국 사례에서 확인되듯이 외국 귀빈의 방문지로 유엔군 기념물이 포함될 수 있도록 전략적으로 접근해야 한다. 또한 K-문화 확산의 흐름 속에서 SNS와 참전국 국민을 대상으로 기념물을 홍보할 경우 경기북부 지역에 대한 국제적 인지도와 상징성은 더욱 강화될 수 있다. 이는 나아가 유엔 지속가능발전목표(SDGs) 17번 ‘글로벌 파트너십’ 형성에도 기여할 수 있다.

■ 참고 문헌

- 국가보훈부 (2025.3.13.). '2025년 유엔참전국 글로벌아카데미' 14일 발대식... 국내 40개 학교 참여. 국가보훈부 보도자료.
- 국가보훈처 (2010). 625전쟁 60주년 UN 참전 기념물 도감: 국내 시설물. 국가보훈처.
- 국가유산청 (2024.9.26.). 국가유산청, 국가보훈유산 보존·활용 위해 국가보훈부와 손잡는다. 국가유산청 보도자료.
- 국립공원공단 (2024). 국립공원 문화자원 공익적 가치평가 고도화 연구. 원주: 국립공원공단.
- 문화재청 (2023). 세계유산 영향평가 지침서(한국어). UNESCO, ICCROM, ICOMOS and CHA.
- 소병희 (2014). 문화재 가치를 어떻게 측정하나? 클릭경제교육, 2014년 1월, 6-7.
- 이현경 (2018). 불편문화유산(difficult heritage)의 개념 및 역할에 대한 고찰. 도시연구, 20, 163-192.
- 전종환 (2013). 세계유산의 관점에서 본 국가 유산의 가치 평가와 범주화 연구: 문화재청 지정 국가 '명승'을 중심으로. 대한지리학회지, 48(6), 929-943.
- 최수진 (2026.3.2.). 현대차그룹, 보훈부와 필리핀 한국전 참전용사 추모시설 개선. 인터넷 한국경제: 산업.
- Mistry of Culture (2018.11.09.). Memorials to the dead of the Great War protected as Historic Monuments. Internet Drac Hauts-de-France: News. (France)
- Mistry of Culture (2023.09.21.). UNESCO World Heritage Site: 139 First World War funerary and memorial sites inscribed. Internet Drac Hauts-de-France: News. (France)
- UNESCO WHC (2025). Operational guidelines for the implementation of the World Heritage Convention. Paris: UNESCO World Heritage Centre.
- UNESCO WHIPIC (2022). 세계유산 해석 전략 수립을 위한 갈등 세계유산 사례 연구. 세종: 유네스코 세계유산 국제해석설명센터.

■ 인터넷 사이트

- 국가기록원. 2026년2월16일 접속. "근대문화유산 보존·활용". www.archives.go.kr
- 국가보훈부. 2026년1월30일 접속. "보훈부 소개". www.mpva.go.kr/mpva/contents.do?key=232
- 국가유산청. 2026년2월16일 접속. "국가유산 검색". www.heritage.go.kr/heri/cul/culSelectView.do?pageNo=1_1_1_1
- 유네스코한국위원회. 2026년1월30일 접속. "세계유산 종묘를 둘러싼 논란, 팩트체크". unesco.or.kr/251218_01/
- 현충시설정보서비스. 2026년1월30일 접속. "현충시설 소개". mfis.mpva.go.kr/intro/introView.do
- UNESCO. 2026년2월16일 접속. "World Heritage". www.unesco.org/en/world-heritage
- UNESCO WHC. 2026년2월16일 접속. "List of factors affecting the properties". whc.unesco.org/en/factors/
- UNESCO WHIPIC. 2026년2월16일 접속. "Research on Sites of Memory associated with conflicts". unesco-whipic.org/research01

4

도서관 폐기도서의 미술 치유 매체 가능성 탐색

: 시니어 대상 프로그램 중심으로

김하나

건국대학교 일반대학원, 박사과정

조관현

지역SW산업발전협의회, 팀장

도서관 폐기도서의 미술치유 매체 가능성 탐색

김하나

건국대학교 일반대학원,
박사과정

조관현

지역SW산업발전협의회,
팀장

요약

본 연구는 의정부시도서관에서 발생하는 폐기도서를 지적 자원에서 정서적 치유 자원으로 전환하여 이에 기반한 시니어 대상 미술치유 프로그램을 제안하는 것이 목적이다. 이를 위해 폐기도서의 개념과 도서관 자료 폐기 제도, 시니어의 창조적 노화와 미술치유의 필요성, 종이 매체의 특성, 표현예술연속체(Expressive Therapies Continuum, ETC) 이론을 검토하였다. 또한 의정부시도서관의 폐기도서 발생 현황과 도서관 프로그램 운영 현황을 분석하고, 국내·외 폐기도서 및 폐종이 활용 사례를 조사하여 시사점을 도출하였다.

연구 결과 폐기도서는 종이의 물성적 특성과 텍스트·이미지의 상징성을 동시에 지닌 매체로서 시니어의 정서 표현·회상·자기서사 형성을 촉진할 수 있는 미술치유 매체로서의 활용 가능성과 효용성을 확인하였다. 최종적으로 ETC 이론을 바탕으로 폐기도서를 활용한 시니어 대상 미술치유 프로그램을 설계·제시하였다. 본 연구는 폐기도서를 의정부시 지역의 문화자원이자 정서적 치유 자원으로 활용하여, 시니어의 창조적 노화를 지원할 수 있는 공공도서관 기반의 프로그램 가능성을 제시했다는 점에서 의의를 지닌다.

주제어 : 도서관, 폐기도서, 미술치유, 창조적 노화, ETC

I 연구 방법

1. 연구 배경 및 필요성

도서관에서는 다양한 이유로 폐기도서가 발생한다. 본 연구는 도서관에서 폐기되는 한 권의 책이 지식과 정보의 기능에서 끝난다고 보지 않고, 또 다른 가능성이 존재하지 않을까 하는 호기심과 어쩌면 그 가능성이 미술치유에 있지 않을까 하는 가설에서 출발하였다.

최근 도서관은 사회적 요구의 다양화로 인하여 전통적인 역할 외에 개별 도서관의 특색을 살린 서비스 개발이 강조되는데, 이를 도서관 특성화 혹은 도서관 특화라 한다(임정훈, 이병기, 소병문, 강봉숙, 2025: 284). 다시 말해 도서관의 기능이 지식 정보를 제공하는 공간의 차원을 넘어 시민의 삶과 문화예술 경험을 지원하는 복합문화공간으로 역할이 확장되고 있다. 특히 지역 공공도서관은 문화복지 기능과 지역 공동체의 거점으로서 다양한 문화예술 프로그램 제공하고 있다. 이러한 흐름 속에서 도서관이 보유하고 있는 자료와 자원의 활용 방식 또한 단순한 보존과 제공을 넘어 새로운 문화적 가치 창출 방향으로 확장될 필요가 있다.

연구에 따르면 공공도서관은 장서 관리 정책에 따라 매년 일정량의 도서가 폐기되고 있다. 도서관 자료의 폐기는 공간 확보와 장서 갱신을 위해 필수적이다. 폐기도서는 물리적·상징적 가치를 지닌 문화자원이지만, 대부분 재활용 폐지 또는 단순 기증 및 매각 방식으로 처리되는 경우가 많다. 일부에서는 폐기도서를 활용한 예술 활동이나 업사이클링 프로젝트를 시행하고 있다. 그러나 이러한 시도는 개별 예술 활동이나 체험 교육 프로그램 수준에 머무르는 경우가 많다. 이와 더불어 폐기도서를 공공문화 자원으로서 체계적으로 활용하기 위한 기초연구는 아직 제한적이다.

의정부시는 ‘내 삶을 바꾸는 도시’라는 비전을 바탕으로 다양한 전문도서관을 운영하고 있다. 특히 미술도서관, 음악도서관, 과학도서관 등 특화 도서관 운영은 지역의 문화적 정체성을 형성하는 중요한 정책적 시도로 평가된다. 그러나 도서관에서 운영되는 문화예술 프로그램은 주로 독서 활동, 강연, 체험 교육 중심으로 구성되어 있다. 이로 인해 의정부시도서관이 보유한 자료 자체를 문화예술 매체로 활용하는 시도는 상대적으로 미흡한 것을 확인할 수 있다. 또한 초고령화 사회로 진입한 상황에서 시민의 정서적으로 안정된 삶에 대한 욕구와 문화복지 수요는 점차 증가하고 있음에도 도서관 문화 프로그램이 이를 지원하는 방안에 대해서는 연구와 정책 측면에서 충분히 논의되지 못한 부분이 있다.

폐기도서를 이루는 물질, 종이는 촉각적 경험과 창조적 재구성·변형이 가능한 특성을 가진다. 그렇기에 이를 문화예술 프로그램 안에서 참여자의 감각 경험과 표현 활동을 경험할 수 있는 프로그램으로 설계하는 것은 충분한 가능성이 보여진다. 나아가 폐기도서를 미술치유의 매체이자 정서적 자원으로 재맥락화하는 과정은 버려지는 자원을 새로운 문화적 가치로 전환하는 상징적 경험을 제공할 수 있다. 폐기도서를 정서적 자원으로 전환하는 과정은 의정부시도서관의 복합문화공간 및 문화복지 기능 확장에 기여할 수 있으며, 도서관 특화 프로그램 설계의 기반이 된다.

본 연구의 목표는 폐기도서가 미술치유 매체로 활용 가능한지를 탐구하고, 이를 통해 폐기도서를 지식 자원에서 정서적 치유 자원으로 전환할 수 있는 잠재성을 탐색하는 것이다. 본 연구를 통해 도서관 자원의 새로운 활용 모델을 살펴보고, 의정부시에 특화된 자원 순환의 새로운 패러다임을 만들어보고자 한다.

2. 연구 범위 및 방법

본 연구는 의정부시도서관에서 발생하는 폐기도서를 단순한 폐기 대상이 아닌 문화예술 자원이자 정서적 치유 자원으로 재해석하고, 이를 활용한 미술치유 매체로서 어떻게 활용할 수 있는지 그 가능성을 탐색하기 위한 기초 연구이다. 이를 위해 폐기도서 활용 현황 분석과 미술치유 매체로서의 적용 가능성 탐색을 중심으로 연구를 수행하였다. 연구 범위는 폐기도서를 시니어 미술치유 매체로서 적용하기 위한 이론적 배경, 의정부시도서관 폐기도서의 처리 및 활용 실태와 문화예술 프로그램 분석, 폐기도서와 폐종이를 활용한 문화예술 활동 사례, 그리고 폐기도서 활용 시니어 대상 미술치유 프로그램 설계 및 제안을 포함한다. 구체적으로는 첫째, 이론적 배경에서 폐기도서의 개념과 자료 폐기 제도를 살펴보고, 시니어의 창조적 노화와 미술치유의 개념 및 효과에 대해 분석하였다.

둘째, 폐기도서의 미술치유 매체 유효성을 검토하기 위해 미술치료의 표현예술연속체(Expressive Therapies Continuum, 이하 ETC) 이론을 적용하였다. 셋째, 의정부시도서관의 폐기도서 현황과 활용을 비롯하여 도서관 내 프로그램 분석을 통해 한계점 및 공백을 진단하였다. 넷째, 국내·외 도서관 및 그 외 영역에서 이루어지고 있는 폐기도서와 폐종이 활용 사례를 조사하였다.

다음으로 폐기도서를 활용한 미술치유 프로그램 설계에 앞서 시니어 대상 미술치유의 필요성을 선행연구를 통해 입증하였다. 또한 미술치유에서 매체 사용은 그 자체로 치료적 효용성이 발휘되기 때문에 폐기도서의 매체 물성인 종이의 성격과 매체로 써 사용 시 고려사항을 연구하였다. 마지막으로 이론적 배경과 사례 조사, 연구 결과를 바탕으로 시니어 대상 폐기도서 활용 미술치유 프로그램을 제안하였다.

본격적인 연구에 앞서 대상에 대한 정의를 통해 연구 범위를 명확히 하고자 한다. 본 연구의 프로그램 적용 대상은 ‘시니어’, 즉 일반적으로 연장자라 지칭되는 세대이다. 학술적으로는 신체적·사회적으로 약자라는 어감의 노인보다는 경력이 오래된 사람을 의미하는 보다 긍정적 의미를 갖는다(한유진, 2024: 6). 「노인복지법」 제1조에 의하면 노인은 만 65세 이상을 의미하며, 본 연구에서도 노인복지 서비스의 법적 기준에 근거하여 만 65세 이상의 시니어를 연구 대상으로 설정하였다.

본 연구에서는 폐기도서 활용의 이론적 근거와 시니어의 정서적 안정 및 인지력 향상을 위한 프로그램 설계라는 두 가지 목표를 함께 달성하기 위해 문헌조사·사례분석·전문가 자문·워크숍 참여 등의 방법을 통해 해답을 찾아가고자 하였다.

II 이론적 배경

1. 도서관 폐기도서의 개념과 자료 폐기 제도

「도서관법」 제4조 도서관 인력·시설 및 도서관 자료 등과 동법 시행령 제33조 도서관 인력·시설·자료에 의하면 ‘폐기’와 ‘제적’을 특별히 구분해서 사용하지 않는다. ‘폐기’는 한국도서관협회의 『문헌정보학용어사전』(2010)에 따르면 ‘소장자료 중 오손 및 파손된 도서, 부적당한 도서 또는 이용되지 않는 도서를 장서에서 공식적으로 제거하는 일’로 정의하고 있으며, 유사하게 사용되는 ‘제적’은 사전적으로 ‘더 이상 이용가치가 없다고 판단되는 도서를 등록대장에서 제거하는 것’이라고 규정하고 있다(김영석, 2025: 5). 한편, 「의정부시 도서관 설치 및 운영에 대한 조례」 제14조 자료의 교환·이관·폐기 및 제적에서도 「도서관법」과 마찬가지로 폐기와 제적을 구분해서 사용하지 않기 때문 연구 역시 폐기와 제적의 의미를 구분하지 않고 사용하고자 한다.

도서관법 자체에는 장서 철거 또는 폐기 절차 등을 규정하는 세부 조항이 없으며, 폐기도서의 활용·재활용·기증 등에 대한 지침이 명시되어 있지 않다. 따라서 폐기도서 관련 규정은 각 지자체의 도서관 운영 조례에 의거하여 처리되고 있을 것으로 추정된다.

의정부시의 경우 「의정부시 도서관 설치 및 운영에 대한 조례」에 장서점검 결과에 따라 자료를 폐기할 수 있다고 명시하고 있다. 즉, 이용가치가 없는 자료, 훼손·파손 또는 오손된 자료, 유실된 자료, 소재 불명인 분실된 자료, 1년 이상 장기 연체된 자료 등을 폐기자료로 결정할 수 있다. 폐기자료로 결정되면 시민의 독서진흥을 위하여 분청실과, 직속기관, 사업소, 동 주민센터 등 민원인 열람용으로 비치할 수 있고, 또는 직영 관리시설에서 희망할 경우 제공 가능하다. 또 다른 폐기도서 활용으로 홈페이지 등 공고 진행 후 신청을 받아 시민이 모이는 도서관, 의정부 산하기관, 교육시설, 경로당 등 주민시설, 공익활동 사무실, 종교시설에 무상으로 제공할 수 있다.

이와 같은 조례는 2023년 의정부시의회 정미영 의원 등이 발의한 개정안에 따라 공공도서관 폐기도서를 시민에게 되돌려 줄 수 있는 방향으로 개정되었다(김도란, 2023; 의정부시 의회사무국 공고 제2023-1호). 이처럼 폐기도서 활용에 대해 구체적으로 조례안을 개정한 배경에는 의정부 시민들에게 폐기도서가 활용될 수 있는 방안을 모색하고 의정부시의 지속가능한 경영과 환경을 고려한 이유가 컸다. 따라서 최근 의정부시의회에서도 폐기도서의 활용에 높은 관심을 가지고 있음을 알 수 있다.

위에서 살펴본 바와 같이 법령과 조례 차원에서 폐기도서 활용의 범위는 명확하지 않지만, 폐기도서를 비롯한 도서관 자료는 공공의 자산이기 때문에 법적 근거에 의해서만 활용될 수 있다.

특히 의정부시 조례는 기본적으로 독서문화 진흥과 도서관의 사회적 역할 강화에 대한 방향성이 뚜렷하다. 다만, 폐기도서 활용을 위해 조례를 개정할 만큼 관심은 있으나, 활용의 방향은 기증·공유와 같이 한정적이다. 한편으로 폐기도서 활용이 체계적으로 규정되어 있지 않다는 점은 행정 자율성의 여지가 다분하다고도 볼 수 있어 향후 다양한 활용 방안을 시도해 볼 수 있음을 시사한다.

종합해 보면, 현재 「의정부시 도서관 설치 및 운영에 대한 조례」는 도서관 자료를 정보·지식 자산으로만 해석한 것으로 문화적 의미나 창조적인 활용까지는 고려하지 않았다. 의정부시가 스스로를 평생학습도시로서 지향한다면, 향후 도서관은 단순 자료 열람 공간이 아닌 시민의 역량을 키우는 공공 인프라이자 문화예술 향유 시설로 운영하고자 하는 방향성이 정책적으로 반영되어야 한다. 그렇다면 공간뿐만 아니라 그 안의 도서 자원 또한 입체적인 해석이 필요하며, 그에 상응하는 프로그램이 수반되어야 할 것이다. 따라서 폐기도서에 대한 관점의 전환은 곧 활용 방안의 다양화에 기여할 수 있는 출발점이자 본 연구의 시작점이라고 할 수 있다.

2. 시니어의 창조적 노화와 미술치유의 효과

의정부시는 ‘노인들이 잘 살 수 있는 도시’비전 아래 노인 복지 종합계획을 적극적으로 시행하겠다고 밝혔다. 시는 2025년 노인복지부서 설립 1주년을 계기로 「의정부시 노인복지 기본조례」에 기반하여 종합계획을 수립하고, 노인들이 높은 삶의 질을 누릴 수 있는 도시 조성을 약속했다. 실행계획에는 시니어를 위한 시설 정비를 비롯, 치유 공간 조성, 평생 학습 프로그램 및 돌봄 서비스 제공 등이 포함되었다. 특히, 노인복지센터와 사회복지센터는 127개의 교육 및 여가 프로그램을 제공하며, 가재울도서관은 시니어를 위한 치유 및 체험 프로그램을 운영한다고 밝혔다. 이처럼 의정부시가 노인복지를 위한 다양한 계획과 정책을 수립한 데에는 의정부시가 2025년 6월 기준 65세 이상 주민 수가 90,153명에 도달해 전체 인구의 19.5%를 차지하며, 초고령 사회(인구 중 65세 이상 인구가 20% 이상)로 진입했을 때를 대비한 것이다(이종구, 2025).

시니어 복지에 대한 관심 증가에 따라 신체적 건강뿐만 아니라 심리·정서적 건강에 대한 관리도 필요하다는 인식이 늘어나고 있다. 시니어들은 노화가 진전됨에 따라 자연발생적으로 나타나는 신체 전반적인 기능 감소와 인지 기능의 둔화와 더불어 정신적 흥미의 감퇴에서 오는 침체성, 고독감, 질투심, 과거에 대한 집착, 친근한 것에 대한 애착심, 상실감, 고독감의 증가 등의 심리적 특성을 보인다(최외선·박혜경, 2008: 698).

특히, 현대사회를 살아가는 시니어는 디지털 기술 혁명에 따른 급진적인 발전 속에서 디지털 소외를 겪고 있다. 디지털 사회는 디지털 기기와 문화에 익숙하지 않은 시니어들에게 새로운 삶의 양식에 적응할 것을 요구하고 있으나, 시니어들이 디지털 사회에 진입하는 데는 어려움을 겪는다(장안식, 2023). 노인들의 인지적·신체적 기능 저하는 디지털 문명을 학습하고 적응하는데 장벽이 될 수밖에 없고, 일상적 불편과 사회적 차별을 경험하며 낮은 자존감, 우울, 고립감에 빠지기도 한다(장안식, 2023).

이러한 현실에 대해 수동적이고 폐쇄적인 시니어 집단이 있는가 하면, 다른 한편으로 시니어 스스로 능동적인 사회참여와 독립적 생활을 추가하여 현실적 상황에 대처하는 시니어들도 있다(정여주, 2005: 74). 이렇게 주체성을 갖고 생산적인 삶을 살아가는 것을 창조적 노화(Creative Aging)라는 개념으로 설명하기도 한다. 미국에서 주창된 창조적 노화에 대해 정신과 의사 Gene D. Cohen은 노화를 긍정적으로 인식하는 태도이며, 예술 창작 활동 혹은 예술공간에서의 적극적인 참여를 통해 신체적·정신적·사회적 나이가 경제적 영역을 아우르는 통합적 관점에서 노인의 건강하고 의미 있는 삶이 창조적 노화의 목적이라 설명한다(Cohen, 2001; 한유진, 2024: 6).

창조적 노화 개념에서 예술이 신체와 마음 건강에 작용하는 치유의 힘은 중요한 비중을 차지한다. 실제 시니어 대상 미술치료 연구들에서는 미술치료의 인지기능 향상 및 우울 감소 효과(이연주, 이근매, 2018; 조순천, 공마리아, 최은영, 2015; 최외선, 2005; 최외선, 박혜경, 2008), 치매노인 대상 회상 기반 미술치료의 효과(김선명, 2015; 김영숙, 도복늬, 2005; 김현민, 전순영, 2012), 창조적 노화 프로그램의 가능성(임성운, 2017; 한유진, 2024)을 통해 미술치료가 시니어에게 정서적 안정과 심리적 치유 효과가 있음을 입증하였다.

본 연구에서는 초고령 사회로 진입한 의정부시 입장에서 시니어 대상 미술치료의 효과성을 바탕으로 시니어를 심리·정서적인 돌봄이 필요한 수동적인 존재가 아닌 잠재력을 가진 창조적 주체로 해석하고자 한다. 시니어인데도 불구하고가 아니라 시니어이기 때문에 무엇이 가능한지에 대해 이야기해야 하는 시점이다(Cohen, 2001; 김성은, 2016: 21).

3. 미술치유의 개념적 이해

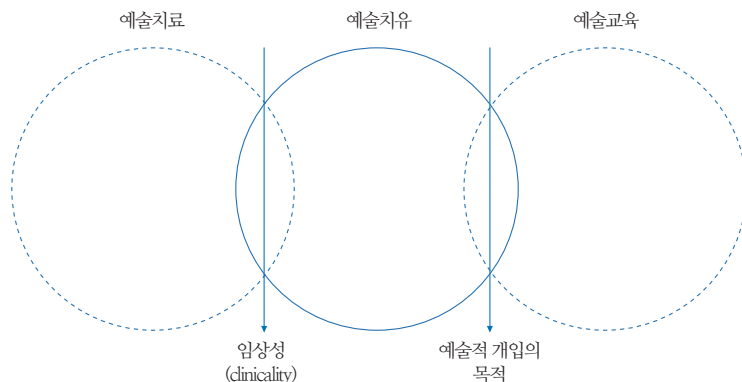
본 연구에서 사용하는 ‘미술치유’ 개념은 임상적 치료 중심의 ‘미술치료’와 구분하여 사용하려 한다. ‘치료(therapy)’와 ‘치유(healing)’는 유사하게 사용되지만, 그 개념적 지향점에는 분명한 차이가 존재한다. 본 고에서는 그 차이점을 임상적 개입 여부, 전문가 개입 수준 및 프로그램의 목적으로 나누어 기준점을 제시하고자 한다.

먼저, 임상적 개입 여부에 따른 구분이다. 한국문화예술위원회는 『예술치유 활성화 추진모델 개발 및 사업타당성 연구』(2013)에서 예술치료와 예술치유 활동을 나누는 주된 기준으로 임상성을 제시하였다. 해당 연구에서는 예술치료의 대상이 환자라는 점을 강조한 것이다. 즉 예술치료는 심리적 문제나 정신건강 문제에 대한 임상적 개입을 포함하지만, 미술치유는 반드시 임상적 진단이나 치료 목표를 전제로 하지 않는다.

또 다른 기준점은 전문가 개입 수준이다. 미술치료는 심리치료가 그 바탕을 이루고 있으며, 치료사와 치료대상자의 관계는 전문적인 관계이다(정현희, 2006: 29). 따라서 일반적으로 전문 자격을 갖추고 훈련받은 미술치료사가 치료적 관계 속에서 회기를 진행한다. 한국미술치료학회가 운영하는 임상미술심리상담사 자격 규정을 보면, 최소 관련학과 학사 학위 이상, 학회 주관 기본연수 8과목을 이수한 후 응시할 수 있는 필기시험, 임상수련과 수퍼비전을 포함한 자격검증, 전문성과 태도·윤리성을 점검하는 면접시험까지 통과해야 자격을 얻을 수 있다(한국미술치료학회 홈페이지). 이처럼 미술치료는 그림검사 시행 및 분석, 평가, 치료계획 수립 등의 전문성이 요구된다. 그러나 미술치유는 예술교육자, 예술가, 문화기획자 등 다양한 주체에 의해 운영될 수 있으며, 전문 치료사의 직접적 개입이 필수적이지 않다. 오히려 참여자의 적극적인 예술 활동을 더 중요한 목표점으로 삼기 때문에 창의적 표현을 촉진하는 역할의 개입이 더 중점적이다. 이와 같은 전문가 개입 수준 차이는 프로그램 목적과 지향점이 서로 다름에서 비롯됐다고 볼 수 있다.

미술치유의 목적이 미술치료와 차이가 있음을 보기 위해 교육의 사항까지 고려하여 비교하면 좀 더 명확하다(그림 II-1). 미술치료의 주된 목적은 치료적 변화와 증상 완화에 있기 때문에 임상적 개입과 높은 전문성이 요구된다. 그러나 미술치유는 주로 표현적 예술 활동 참여를 통해 자존감 회복, 심리적 위안 등을 목적으로 삼기 때문에 치료와 교육의 특성을 일부분 포함한다(문화체육관광부, 2016: 20; 임성운, 2017: 249; 한국문화예술위원회, 2013: 20).

■ [그림 II-1] 예술치료, 예술치유, 예술교육의 관계



주: 한국문화예술위원회(2013), 예술치유 활성화 추진모델 개발 및 사업타당성 연구, 20쪽.

한편, 공공도서관 프로그램 맥락에서 살펴보면 도서관은 지역 주민이 쉽게 접근할 수 있는 문화공간이라는 점에서 지역사회 기반 미술치료(community-based art therapy) 환경과 유사한 특징을 가진다. 최근 미술치료가 미술관, 교육 현장, 복지시설 등 지역사회로 그 적용이 확장되면서 그 역할과 경계 또한 치료실 밖으로 범위를 넓히고 있다(이현정, 박운조, 박소정, 2022; 전정민, 2010). 비밀이 보장된 폐쇄적인 치료실에서 수행하는 임상 미술치료와 비교했을 때 지역사회 기반 미술치료는 목적과 치료사의 역할, 치료적 접근과 구조, 미술작품에 대한 비밀유지 원칙 기준 측면에서 구별된다(이현정, 박운조, 박소정, 2022: 628). 특히, 지역사회 기반 미술치료 사례에서 전통적 치료관계인 ‘내담자와 치료사’의 구조에서 벗어나 지역사회 기관, 예술가 등이 다각도로 협력하는 형태로 나타나는 점은 앞서 살펴본 미술치유 개념과 유사하다고 해석할 수 있다.

4. 표현예술연속체(Expressive Therapies Continuum) 이론과 종이 매체의 특성

또한 미술 매체는 내담자의 심리를 촉진하거나 통제하는 데 중요한 역할을 한다. 물기가 있는 습식 매체는 심리를 촉진하는 경향이 있으며, 건조 매체는 심리를 통제하는 경향이 있다(그림 II-2). 같은 매체를 사용하더라도 참여자에 따라 다른 반응을 나타낼 수 있으므로 참여자의 성격 특성과 욕구에 따라 매체의 촉진과 통제에 대한 특성을 알고 선택해 사용해야 한다(김영아, 어은경, 2024: 25).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
젖은 점토	수채화 점토	부드러운 점토	오일 파스텔	굵은 사인펜	콜라주	단단한 점토	얇은 사인펜	색연필	연필

가장 높은 통제

페기도서를 구성하는 물질은 종이이다. 종이 매체는 미술치료에서 가장 기본적인 매체이자 활용 방법이 가장 다양한 재료이다. 사용 방법에 따라 평면 작업뿐만 아니라 종이접기 등을 통해 입체 작업까지 널리 쓰인다. 활용 방법에 따라서는 통제가 강한 매체에서부터 통제가 약한 매체까지 스펙트럼을 확장시킬 수 있다(그림 II-2 참조). 종이는 기본적으로 건조한 재료이지만, 물에 불려 종이죽으로 사용했을 때에는 점토처럼 습식 매체로 전환할 수 있어 하나의 매체 안에서 이완과 통제의 연속선상 이동이 가능한 특징을 가진다.

그렇다면 미술 매체를 프로그램에 어떻게 사용해야 하며, 그 방법의 효과는 어떤 것일까. 이 질문에 답하기 위해 본 고에서는 미술 매체와 인간의 상호작용을 신경과학적 정보처리 과정에 따라 체계화한 모델인 표현예술연속체(Expressive Therapies Continuum, 이하 ETC)를 활용하였다. 전통적으로 ETC는 인간의 심리 기능을 운동/감각(Kinesthetic/Sensory), 지각/정서(Perceptual/Affective), 인지/상징(Cognitive/Symbolic)의 세 층위와 창조적(Creative) 수준, 그리고 6개의 구성요소로 범주화하여 이해해 왔다(Hinz, D. L, 2009; 전순영, 박윤희, 2016: 29).

Hinz(2020)의 저서에 따라 ETC 각 수준과 구성요소에 부합하는 매체 활용 예시를 요약하면 다음 <표 II -1>과 같다.

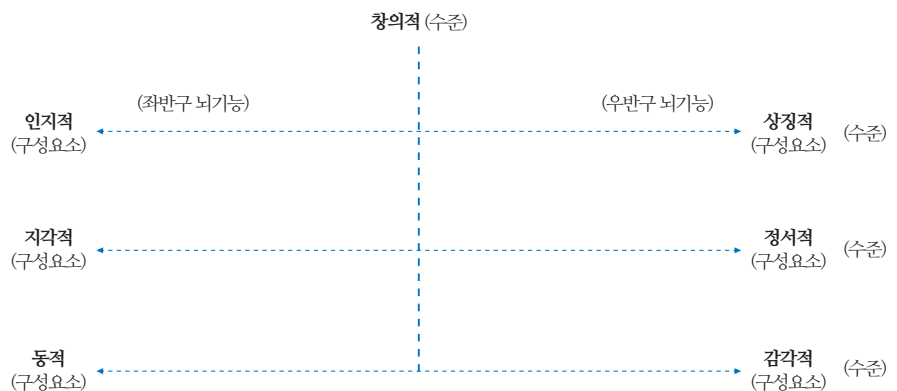
■ <표 II -1> ETC 각 수준과 구성요소의 기능 및 매체·활동 예시

수준	구성요소	주요 기능 및 특징	활용 매체 및 활동
운동/감각 (K/S)	동적	신체적 에너지 방출, 긴장 완화 및 카타르시스	신체적 에너지 방출, 긴장 완화 및 카타르시스
	감각적	오감을 통한 외부 자극 수용, 신체감각 인식 및 조절	오감을 통한 외부 자극 수용, 신체감각 인식 및 조절
지각/정서 (P/A)	지각적	형태적 요소(선, 형태)의 조직화, 구조 인식	연필 정밀 묘사, 도형 그리기, 미완성 그림 완성하기 등
	정서적	감정적 반응, 매체를 통한 정서적 정화	수채화 번지기, 부드러운 파스텔 사용, 감정 색채화 등
인지/상징 (C/S)	인지적	논리적 사고와 설명, 분석	콜라주 작업, 평면도 그리기, 주제/지시가 있는 그림 등
	상징적	은유, 추상적 개념, 직관적·영적·신화적 표현	마스크 만들기, 꿈 기록화, 은유적 자화상 등
창의적 (creative)	창의적	각 구성요소의 조화로운 통합, 몰입을 통한 자아실현	복합 매체를 활용한 자유 창작, 개인 전시 프로젝트 등

주: Hinz, D. L.(2020). Expressive Therapies Continuum 2nd ED. NY: Routledge; 전순영(2024). ETC 표현치료연속체, 하나의학사의, 97-291쪽 참조하여 요약 정리.

ETC가 소개된 초창기에는 ETC 도식을 통해 매체의 물성과 사용 방식에 따라 유도되는 심리적 경험의 차이를 [그림 II -3]과 같이 위계적으로 설명할 수 있었다.

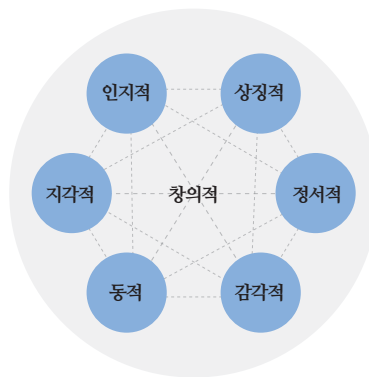
■ [그림 II -3] 표현예술연속체(ETC)의 계층적 구조



주: Hinz, L. D.(2008). "Walking the line between passion and caution: using the Expressive Therapies Continuum to avoid therapist errors". Art Therapy, 25(1), pp. 38-40; 전순영·박윤희 옮김(2016). ETC 표현미술치료 - 미술치료를 사용하기 위한 기본구조-. 하나의학사. 29쪽, 그림1.1 재인용.

그러나 최근 연구에 의하면, 이 계층적 구조는 3단계 치료 모델로 오해받으면서 창의적 차원의 특성을 적절하게 반영하지 못했다(VanMeter & Hinz, 2026b). 이는 ETC의 계층적 도식에 의해 정보처리 방향이 상향식(bottom-up) 또는 하향식(top-down)의 순차적 방식으로 이루어진다는 잘못된 이해에서 비롯되었다. 이에 국내 연구팀은 기존의 ETC 도식을 다차원적 모형으로 재구성하여 각 구성요소가 위계적인 모델이 아닌 상호관계적인 형식으로 [그림 II-4]와 같이 새로운 모형을 소개하였다(Kim, Park & Hwang, 2020; 편지원, 2026: 16 재인용). ETC 창시자인 Lusebrink와 Graves-Alcom의 직계 제자인 VanMeter와 Hinz(2026)는 ETC에 대한 오해와 진실에 대한 3편의 글을 미국미술치료협회(American Art Therapy Association, 이하 AATA)에 기고하며 ETC의 본질과 이를 활용한 프로그램 설계의 기준이 변화되어야 함을 강조하였다. 즉, ETC의 창의적 수준은 감각-정서-인지-상징 순의 수직적으로 진행되어 도달하는 것이 아니라 어느 단일 수준에서도 발생할 수 있고, 모든 수준을 조절하고 통합할 수 있을 때도 나타날 수 있다(Lusebrink, 2015; 편지원, 2026: 18 재인용). 이에 본 글에서는 이 다차원적 구조를 활용하여 프로그램 설계에 활용하고자 한다.

■ [그림 II-4] 표현예술연속체(ETC)의 다차원적 구조



주: Kim, S. K., Park, J., & Hwang, H(2020). GoodNeighbors and GS Cartex Workshop for Art Therapy Supervision in Jeju, GoodNeighbors International; 편지원(2026). 미술치료사의 표현치료연속체(ETC) 기반 미술 자기작업 워크숍 체험연구, 서울여자대학교 특수치료전문대학원 표현예술치료학과 박사학위논문, 그림 2 참조.

하나의 단일 매체 안에서도 표현을 달리하면 다양한 ETC 수준을 경험하면서 통합에 이르러 창의적 수준까지 도달할 수 있다. 본 고에서 미술매체로서 폐기도서를 활용함에 있어서 종이라는 물질은 변형이 자유롭다는 특징이 있다. 이는 ETC 이론에 적용했을 때 확연히 드러난다. 종이를 매체로 하는 미술 작업은 찢기, 자르기, 접기, 쌓기, 덧붙이기 등과 같은 동적/감각적 요소와 더불어 콜라주를 통한 이미지의 재구성, 상징화, 의미 부여 및 해석 작업과 같이 정서적/인지적 요소까지 아우를 수 있다. 따라서 폐기도서는 전인적 미술치유 과정을 가능하게 하는 통합적인 매체라고 볼 수 있다.

III

의정부시 도서관 폐기도서 활용 및 시니어 프로그램 현황

1. 의정부시도서관 폐기도서의 현황 및 활용

의정부시에서 제공받은 자료에 따르면 최근 5년간 발생한 폐기도서는 다음 <표 Ⅲ-1>과 같다. 의정부시 전문도서관 6곳과 작은도서관에서 폐기된 도서량은 총 238,122권으로 연평균 약 47,000권이 매각, 기증, 파쇄를 통해 폐기되고 있다. 최근 건립된 디자인도서관이 개관하면 향후 이 숫자는 더욱 늘어날 것이다.

■ <표 Ⅲ-1> 의정부시도서관 폐기도서 현황(2021~2025년)

(단위: 권)

도서관명	폐기도서 수량	종류	처리방법	기타 활용처리 내역
정보도서관	44,614	도서	매각, 기증	매각 후 세외수입 처리
과학도서관	31,803	도서	매각	매각 후 세외수입 처리
미술도서관	8,192	도서, 기증도서	파쇄, 매각	매각 후 세외수입 처리
음악도서관	-	-	-	-
영어도서관	61,165	도서	매각	매각 후 세외수입 처리
가재울도서관	-	-	-	-
작은도서관	92,348	-	매각, 기증	매각 후 세외수입 처리
합계	238,122			

주: 의정부시 제공

의정부시의 폐기도서 처리방법은 앞서 살펴본 관련 조례를 통해 규정된 범위 안에서 처리되고 있는 것으로 보인다. 조례의 구조상 폐기도서는 관리의 종료 지점에 놓여 있다. 이 때문에 폐기도서의 활용에 대한 별도의 구체적인 조항은 부재한 것으로 보여진다.

조례에 의한 의정부시의 폐기도서 처리방법은 도서관 장서이자 지식 자원으로서의 폐기도서 활용에 집중되어 있다고 볼 수 있다. 또한 이와 같은 처리 방법은 행정 효율성 중심의 구조라는 특징이 있다. 의정부시도서관 운영에서 폐기도서는 공간 확보와 장서의 최신성 유지라는 측면이 강조되어 처리되고 있음을 해당 조례와 현황을 통해 보여주고 있다.

2. 의정부시도서관 문화예술 프로그램 분석

의정부시는 과학, 음악, 영어, 미술 등 특화 분야 도서관을 운영하고 있다. 해당 도서관에서 운영 중인 프로그램을 주제, 대상, 내용으로 구분하여 <표 Ⅲ-2>와 같이 정리하였다. 분석 대상은 정보도서관, 과학도서관, 미술도서관, 음악도서관, 영어도서관, 가재울도서관의 프로그램이며, 2025년 기준 운영 프로그램을 중심으로 정리하였다. 단, 정보도서관의 경우 해당연도에 리모델링을 진행하여 2024년 자료를 참고하였다.

■ <표 Ⅲ-2> 의정부시도서관 운영 프로그램

도서관명	프로그램명	종류	운영일시	분류 및 내용
정보도서관	임흥택 작가 강연 '2000년생이 온다'	청소년~성인	2024. 09. 25	강연
	[올북클럽] 긴긴밤, 담임선생님은 AI	초등4~6학년	2024. 09	강연, 토론
	[올북클럽] 작별인사, 지구 끝의 온실	청소년~성인	2024. 09	강의, 토론
	정보도서관 다문화 탐험대	초등1~2 /3~4학년	2024. 08	다문화 전래동화와 전통문화 체험
	비오는 날, 그림책이랑 뭐하고 놀까?	초등1~3학년	2024. 07	그림책 감상, 나의 마음 이해, 만화 만들기

정보도서관	다시 읽는 의정부시 올해의 책 독서릴레이 시즌1	시민	2024. 05~07	독서 캘린지
	도서관 주간 <수잔 사키아> 작가 강연	-	2024. 04	강연, 네팔과 네팔사람들 이야기
과학도서관	사이언스쿨	초등1~3학년	매월	과학 개념을 놀이 형태로 체험
	놀이랑 과학실험실	2019~2020 년생 유아	매월	실험을 통한 과학 흥미 유발
	상우고 과학동아리와 함께하는 과학도서관 속 어린이과학실험실	2025. 11 / 05	초등4~6학년	사서컬렉션 연계프로그램
	예소연 작가 북토크 <사랑과 결합> 우리가 겪었고 살아가는 이야기들	2025. 09	시민	독서의 달 강연
	작가와 함께하는 어린이 독서 교실 <토끼 구름 토끼>	2025. 08	초등 2~3학년	독서 프로그램
	(찾아가는 과학체험) 과학마술콘서트	2025. 08	시민	-
	(찾아가는 과학체험) 우주과학탐험! 지구와 달의 비밀을 찾아서	2025. 08	초등4~6학년	지구와 달의 이해 교육 프로그램
	(찾아가는 과학체험) 클레이회로 만들기	2025. 08	초등 1~3학년	과학 체험 프로그램
	천문학자 우주먼지(자유배 작가) 강연 <갈 수 없지만 알 수 있는 우주의 끝>	2025. 04	시민	강연
	민음사 박혜진 · 김민경 편집자 북토크 <세계문학전집을 함하게 즐기는 법>	2025. 04	시민	북토크
미술도서관	미술도서관 투어	매월	시민	도서관 투어
	2025년 미술도서관 시민컬렉션 연계 저자 강연회	2025. 11	2014~2016년생 어린이	독서 프로그램
	빛과 색으로 그린 민화	성인	2025. 10. 19	스테인드글라스 기법으로 민화 제작, 2회차 운영
	아트북크: 예술 책 꾸러미 서비스	시민	2025. 09~	예술도서, 컬러링 도안 등 제공
	빛으로 그린 우리 민화 프로그램	아동 보호자	2025. 09	스테인드 테코 드림캐쳐 만들기 프로그램, 2회차 운영
	숲은 고요하지 않다 -자연의 오케스트라	성인	2025. 08. 08	오픈스튜디오 작가 연계 프로그램, 라이트보드로 상상화 그리기
	숲은 고요하지 않다 -버섯의 언어	성인	2025. 08. 10	오픈스튜디오 작가 연계 프로그램, 라이트보드로 상상화 그리기
	나무는 흙 속에서 비밀 친구를 만나	어린이	2025. 08	오픈스튜디오 작가 연계 프로그램, 마술 그림 그리기
	세상에 하나뿐인 엄마 드레스	어린이	2025. 08	오픈스튜디오 작가 연계 프로그램, 드레스 그리기
	색으로 그리는 나의 하루, 나의 이야기	성인	2025. 08	오픈스튜디오 작가 연계 프로그램, 아크릴화 제작
	책 속 인물에게 보내는 한글 손 편지	어린이	2025. 07~08	공모사업, 선정시 국립어린이 청소년도서관 시상 대상
	필사의 숲	시민	상시	선정도서 필사
	종이 숲속 작은 집	어린이	2025. 07~08	전시 연계 프로그램
	2025 길 위의 인문학 아르떼나비	성인	2025. 07~09	한국문화예술위원회 후원 미술사 등 주제 강의
	안아주는 방	만 60세 이상	2025. 05. 14	미술치료 프로그램, 2회차 운영
	모두의 아뜰리에, 함께 그리다	가족, 성인, 어린이	2025. 04~06	전시 참여 프로그램, 골판지 활용 작품
	전시와 함께하는 백영수 작품 코스터 만들기	어린이	2025. 03	전시 연계 프로그램, 8회차 운영
	겨울방학특강 예술로 빛나는 미술도서관	어린이 (7세~10세)	2025. 02	기획전시
음악도서관	사서와 함께하는 음악도서관 투어	개인 및 가족	매월	음악감상
	[뮤직아카데미] Musical LIVEary 1~5회	중학생 이상	2025. 11	한국 뮤지컬 작품 이해와 감상, 강연, 공연

음악도서관	[십이율악회] EBS 라디오 〈세계음악기행〉 방성영PD	성인	2025. 10	강연, 상송 장르의 이해와 감상
	[십이율악회] 월간 〈음악저널〉 발행인 겸 대표이사 이용경	성인	2025. 09	강연, 현악기의 이해와 감상
	[작사공감] 가사로 쓰는 음악 이야기	20~30대 성인	2025. 09	작사 방법, 강연
	나를 만나는 음악여행	초등학생	2025. 08	뮤지컬테라피
	[십이율악회] 월간 〈재즈피플〉기자 류희성	성인	2025. 08	강연, 재즈 장르의 이해와 감상
	[십이율악회] 보사노바 아티스트 나희경	성인	2025. 07	강연, 보사노바 장르의 이해와 감상
	제3회 의정부음악도서관 블랙뮤직 콘서트	중학생 이상	2025. 06	강연, 공연
	[십이율악회] 국악인 채수현	성인	2025. 06	강연, 한국 전통 성악, 민요의 이해와 감상
	[십이율악회] 음악 저널리스트 이태화	성인	2025. 05	강연, 전자음악 및 EDM, DJ의 이해와 감상
	[뮤직아카데미] 조희창의 이야기가 스며든 클래식 〈민족주의 음악〉	초등·고학년 이상	2025. 04	강연, 바로크 음악부터 민족주의 음악 역사의 이해와 감상
	내가 고른 음악을 함께 듣는 ‘뮤직 토크 살롱’	40세 이상 성인	2025. 03	일종의 소셜클럽 형태의 음악 소개 및 감상 시간
	피아노 동아리 ‘그레이 피아노’ 운영	성인	2025. 01	음악 동아리 활동
	음악감상 동아리 ‘오페우스’ 운영	성인	2025. 01	음악 동아리 활동
영어도서관	현악기 합주 동아리 ‘칸타빌레 실내악’ 운영	성인	2025. 01	음악 동아리 활동
	영리더 모집	원서존 방문 어린이	매월 (7월부터)	영어책 읽어주기 봉사단
	2025년 어린이 입체낭독 〈소리로 잇는 그림책〉	초등2~6학년	2025. 11	공연 만들기 체험(5회기)
	2025년 하반기 〈작가 000의 서재: 작가 한강 편〉	성인	2025. 10~11	독서토론
	도서관 밖 도서관: 북크닉	도서관 회원	2025. 09	북크닉 꾸러미 대여
	영어 특강 ‘영어를 나만의 무기로 바꾸는 방법’	성인, 고등학생 이상 청소년	2025. 09	강연
	2025년 하반기 뮤지키모	초등1~5학년	2025. 09~11	영어 뮤지컬
가재울 도서관	2025년 하반기 스크리모	성인	2025. 08~11	영어 원서 필사 독서
	English Friends	초등5~6학년/ 초등3~4학년/ 초등1~2학년/ 6세~7세	2025. 08	외국인 선생님과 함께하는 외국 문화체험
	몰입 연계 자강 강연회 〈나의 비거니즘 만화〉	성인	2025. 12. 08	온라인 줌 강연
	독서로 다시 ON! 독서토론	60세 이상 시니어	2025. 10~11	어르신 문화 프로그램
	마음여행	60세 이상 시니어	2025. 10~12/ 05~07	시니어를 위한 그림책 테라피, 가재울도서관 특화 프로그램
	AI시대 스마트폰 활용 노하우	60세 이상 시니어	2025. 10~11	어르신 대상 문화 프로그램
	2025년 하반기 독서캘린지 〈몰입〉	도서관 회원	2025. 08~12	독서 프로그램, 온라인 독서회
	도서관 힐링 살롱	60세 이상 시니어	2025. 05	시니어 문화 프로그램, 편백 허브 샴 푸 만들기, 아라간 수분 크림 만들기
	2025년 상반기 독서캘린지 〈몰입〉	도서관 회원	2025. 02~06	독서 프로그램, 온라인 독서회

주: 의정부시 각 도서관 홈페이지

도서관별 프로그램은 각 도서관의 특화 분야에 기반하여 비교적 명확한 정체성을 가지고 있었다. 정보도서관은 독서 기반 강연 및 토론 중심 프로그램이 주를 이루며, 과학도서관은 체험형 과학 교육 프로그램에 주력했다. 미술도서관은 전시 연계 및 창작 활동 중심 프로그램, 음악도서관은 감상 및 강연 중심 프로그램이 중점적으로 구성되었다. 영어도서관은 언어 관련 문화 체험 프로그램, 가재울도서관은 독서와 시니어 특화 프로그램에 집중한 것으로 분석된다.

프로그램 대상 기준으로 분석했을 때 전체적으로 아동 및 청소년 대상 프로그램의 비중이 상대적으로 높았다. 반면, 시니어를 중점 대상으로 하는 프로그램은 미술도서관의 ‘안아주는 방’, 가재울도서관의 ‘마음여행’, ‘독서토론’, ‘힐링 살롱’ 등 정서 지원 및 여가 프로그램에 집중되고 있었다. 이처럼 가재울도서관에 집중되어 시니어 프로그램이 나타나는 경향은 앞서 살펴본 바와 같이 의정부시가 노인복지부서 설립 1주년을 계기로 「의정부시 노인복지 기본 조례」를 바탕으로 수립한 종합계획에 가재울도서관을 중심으로 시니어 특화 프로그램을 실행계획에 포함시켰기 때문으로 해석된다.

내용적 측면에서는 강연, 체험, 만들기, 독서활동 등 비교적 전통적인 문화예술 프로그램 유형이 주를 이루었다. 미술도서관과 가재울도서관, 음악도서관의 일부 프로그램에서 정서적 경험을 다루는 활동인 치유 프로그램을 진행하고 있었으나, 일회성으로 지속적인 운영은 부재하였다. 전체적으로 참여자의 내면 탐색, 자기서사 표현, 정서적 환기와 같은 치유적 접근을 체계적으로 반영한 프로그램은 한정적이었다.

또한 프로그램 운영 방식에 있어 대부분 단기 체험형 또는 일회성 강연 중심으로 참여자가 주체적으로 참여하여 심리적 변화나 치유적 관계 형성을 기대할 수 없는 구조였다. 일부 동아리 활동이나 정기 프로그램이 운영되고 있으나, 이는 특정 도서관에 국한되어 있었다.

의정부시도서관 운영 프로그램을 종합적으로 분석해 보면, 주제 특화 도서관 체계를 기반으로 다양한 문화 향유 프로그램을 제공하고 있으나, 시니어를 위한 정서적·심리적 지원 프로그램은 노인복지부서 설립 1주년 기념 종합계획에 비해 양적·질적 측면에서 부족한 실정이다. 특히 미술, 음악 등 다양한 매체가 도서관 자체에 존재함에도 불구하고 이를 시니어를 위한 치유 매체로 활용하는 비중은 상대적으로 미흡했다.

이러한 분석 결과는 향후 도서관 프로그램이 단순한 문화 체험 수준이 아니라 시니어를 포함한 다양한 참여자의 삶의 질 향상과 정서적 회복을 지원하는 방향으로 확장될 필요가 있음을 보여준다.

3. 한계점 및 공백

앞서 분석한 의정부시도서관의 폐기도서 처리 현황과 운영 프로그램 실태를 종합하여 분석한 결과 구조적 한계와 공백이 확인된다. 먼저 폐기도서 현황 자료 분석 결과, 폐기도서가 ‘활용 가능한 자원’이 아니라 ‘처리 대상’으로만 인식되고 있었다. 의정부시는 폐기도서 활용을 위해 조례를 개정하는 등 높은 관심을 보이나, 현재의 운영은 공간 확보와 매각 등 행정적 효율성에 치우쳐 있다. 그 결과 폐기도서를 문화적 자원이나 창의적 활용 대상으로 재해석하지 못한 한계를 지닌다.

한편 의정부시는 초고령화 사회에 대비하여 시니어 대상 프로그램의 필요성은 인지하고 있으나, 그에 맞는 도서관 프로그램은 소극적으로 운영하고 있다. 아동 및 청소년 대상 프로그램은 양적인 면에서 풍부하게 대다수 도서관에서 실행되는 반면 시니어 프로그램은 일부 도서관에 국한되었다. 내용 면에서도 시니어의 심리·정서적 특성을 반영한 치유 중심 프로그램은 드물었다. 이는 초고령화 사회 진입이라는 의정부시의 지역적 위기와 특성을 고려했을 때 시니어 대상 프로그램의 질적, 양적 확대가 절실함을 시사한다.

특히 폐기도서의 다량 배출에도 불구하고 이를 활용하는 프로그램이 부재한 것은 상당히 아쉬운 부분이다. 폐기도서와 같은 도서관 고유 자원을 활용한 프로그램의 개발과 운용은 이러한 공백을 보완할 수 있는 하나의 대안이 될 수 있을 것이다. 의정부시가 공공도서관을 통해 ‘문화도시’, ‘내 삶을 바꾸는 도시’를 달성하기 위해서는 전체 도서관을 관통하는 브랜딩 프로그램이 필요하다. 본 고에서는 도서관에서 폐기도서를 활용한 미술치유 프로그램을 제안하여 의정부시도서관만의 정체성을 제시해 보고자 한다.

IV

국내·외 폐기도서 및 폐종이 활용 프로그램 사례 조사

1. 국내 사례

국내 도서관과 그 외 영역에서 이루어진 폐기도서 활용과 관련하여 몇 가지 사례를 살펴보겠다. 첫 번째 사례는 2016년 12월 13일부터 2017년 1월 8일까지 개최된 서울도서관의 <보는 책, 노는 책, 만드는 책>이다. 서울도서관은 2016년 폐기도서를 활용한 업사이클링 전시 <보는 책, 노는 책, 만드는 책>를 개최하였다(그림 IV-1). 본 전시는 오래되거나 훼손되어 버려지는 도서에 디자인을 가미하여 새로운 가치를 창출하는 방법을 시민들에게 소개하기 위해 기획되었다. 전시는 폐기된 그림책을 이용한 조형물, 팝업북, 학생들이 만든 작품 등 다양한 작품 전시와 함께 전시실에서 폐기도서를 활용하여 작품을 만들어가는 모습도 관람할 수 있도록 구성되었다. 서울도서관은 이러한 작업을 통해 개인의 자존감을 높이고 생각 에너지를 활성화할 수 있는 간접 경험을 제공하고자 전시를 기획하였다고 밝혔다(서울도서관 홈페이지).

두 번째 사례는 용인중앙도서관의 <리사이클 책잔치>이다. 2022년 9월 21일부터 다음날 22일까지 이틀간 열린 해당 행사는 지역자치단체의 적극적인 폐기도서 활용을 엿볼 수 있는 사례이다(그림 IV-2). 용인중앙도서관은 친환경 녹색 도서관의 가치를 담아 '리사이클'을 주제로 본 행사를 개최하였다. 행사에서는 폐기도서를 활용한 북아트 체험, 종이 공예 활동, 책 교환 행사, 전시 프로그램 등이 운영되었다(용인시 홈페이지). 특히 북 폴딩 아트, 북트리 만들기 등의 세부 문화예술 프로그램은 다양한 연령층이 쉽게 참여할 수 있고, 지역민의 인식을 전환시킬 수 있는 참여형 프로그램으로서 활용 가능성이 높다. 또한 지자체가 폐기도서 활용에 적극적으로 개입한 사례로서 다른 공공도서관에 중요한 참고 사례가 될 수 있을 것이다.

■ [그림 IV-1]

<보는 책, 노는 책, 만드는 책> 전시 장면



주: [포토]버리는 책이 예술 작품으로..
서울도서관 이색 전시회, 이태일리, 2016.12.13.

■ [그림 IV-2]

<리사이클 책잔치!> 행사 포스터



주: 용인시 홈페이지

■ [그림 IV-3] <나만의 정크아트 만들기>



주: 서울새활용플라자 홈페이지

세 번째는 도서관 외의 공공 영역에서 이루어지고 있는 폐기도서 및 폐종이 활용 사례이다. 서울새활용플라자는 새활용(upcycle) 특화시설 중에서 세계 최대로 평가되는 곳으로 버려지는 자원들을 새롭게 활용한 소재, 디자인, 제조, 유통을 한곳에 모아 산업적으로 육성하기 위해 2017년 재생 특구인 성동구 장안평에 설립되었다. 해당 시설은 시민들에게 강연, 탐방, 체험 워크숍 등 다양한 프로그램을 제공하고 있으며, 동화책 · 음악 · 미술 · 상황극 등 다양한 방법의 놀이 기반 새활용 교육 프로그램이 온라인과 오프라인으로 진행되고 있다. 그 가운데 폐종이와 관련한 프로그램은 버려지는 종이 잡지를 활용한 ‘종이비즈 팔찌만들기’, 헌책과 자투리 색지 등을 이용한 ‘아코디언 북 만들기’, 종이와 골판지로 나만의 조형 친구 제작하기인 ‘나만의 정크아트 작품 만들기(그림 IV-3)’등의 프로그램을 확인할 수 있었다(서울새활용플라자 홈페이지).

■ [그림 IV-4]

씨드 오브제 제작 워크숍



주: 그린레시피랩 홈페이지

■ [그림 IV-5] 버려진 종이 구하기

프로젝트 워크숍



주: 직접 촬영

■ [그림 IV-6] 나은혜 작가 작품,

〈Draw on Page〉 9회 전시



주: 직접 촬영

네 번째 사례부터는 민간에서 이루어지고 있는 활용 사례이다. 그린레시피랩(green recipe lab)은 지속가능한 예술을 위한 친환경 실천과 연구를 하는 여성 예술인들의 실험실이다. 버려지는 재료를 활용한 창작 방법과 작업 프로세스를 연구하며, 예술 창작 과정에서 환경과 신체에 미치는 영향을 고려하여 친환경적 작업 방식을 탐구하고 다양한 재활용 재료를 활용한 예술 활동을 실천하고 있다. 폐종이 관련한 프로그램인 ‘씨드 오브제 제작 워크숍’은 참여자가 가져온 폐종이를 물과 반죽해 원하는 형태의 오브제를 만들어 치커리, 바질 등의 씨앗을 심는 워크숍이다(그림 IV-4, 그린레시피랩 홈페이지).

다음은 ‘버려진 종이 구하기 프로젝트’를 진행 중인 국화 스튜디오이다. 운영자 국화 작가는 버려진 이면지와 전단지를 종이죽으로 만들어 다양한 오브제를 만드는 작업과 소규모 워크숍을 진행한다. 국화 작가의 작업은 묶은 종이죽을 만든 뒤 이를 노즐이 달린 통에 담거나 주사기에 담아 짜내면서 그림을 그리는 방식이다(그림 IV-5). 이러한 작업 방식은 촉각적 경험과 반복적인 소근육 사용 중심으로 미술치유에서 동적 · 감각적 수준의 활동에 적용할 수 있는 창작 방식으로 적용할 수 있다.

마지막 사례는 폐기도서는 아니지만 헌책을 활용한 〈Draw on Page〉 전시이다. 2025년 2월에 시작한 전시는 2026년 3월에 11회차 전시를 진행하였다. 본 전시는 헌책을 작업 재료로 사용하여 책의 페이지 위에 그림을 그리거나 콜라주 작업을 하는 방식으로 제작한 작품을 전시한다(그림 IV-6). 참여 작가들은 각자의 독창적인 시각으로 책을 해체하고, 오리고, 붙이고, 그리며 한 장 한 장을 새롭게 탈바꿈시킨다. 각 작가가 선택한 책의 페이지들은 밀그림인 동시에 때로는 개인적인 일기의 조각처럼 보이며, 관객에게 다양한 해석의 가능성을 제공한다(Draw on Page 인스타그램). 본 전시에 사용된 책들은 단순한 재활용을 넘어 예술적 오브제로서 변모한다. 잊혀진 페이지들이 작가의 손을 거쳐 다시 살아나고 관객과 만나는 순간 새로운 이야기를 전달할 수 있음을 본 전시를 통해 보여주고 있다(전시 기획자의 글).

2. 해외 사례

첫 번째 사례는 미국 메인주에 위치한 Portland Public Library에서 진행된 <Long Overdue: Book Renewal>로 폐기 도서를 예술작품으로 재해석하는 프로젝트이다. 이 프로젝트는 도서관 장서 정리 과정에서 발생한 폐기도서를 지역 예술가들에게 제공하고, 이를 활용하여 새로운 예술 작품을 제작하도록 지원하는 방식으로 운영되었다. 해당 프로젝트에는 메인주, 매사추세츠, 캘리포니아, 위스콘신 출신 약 200여명의 예술가가 참여하여 도서관에서 제공한 폐기도서를 활용하여 다양한 형태의 작품을 제작하였다(그림 IV-7). 예를 들어 책 『잔디잎(Leaves of Grass)』 내부를 변형하여 파도치는 잔디밭 형태의 조형물로 제작하는 등 다양한 방식의 예술 작품이 만들어졌다. 완성된 작품은 전시된 후 일부는 도서관 이용자가 대출할 수 있는 형태로 운영되기도 하였다(Sutherland, 2006). 이 사례는 도서관에서 발생하는 폐기도서를 예술 창작의 재료로 활용하고, 지역 예술가와 협업하여 문화 프로그램으로 확장한 사례라는 점에서 의미가 있다. 특히 도서관이 폐기도서를 예술적 매체로서 적극 활용한 사례라는 점이 주목된다.

■ [그림 IV-7] Sachiyo Yoshida,
《Billy Goat the Counselor: Altered book》, 2005.



주: Portland Public Library Digital Commons

■ [그림 IV-8]
《Recycle Books Project-Design By You》



주: Turn old books into work of art, Fort Bend Independent, 2017. 06. 07.

두 번째 사례는 미국 텍사스의 Fort Bend County Library가 2017년 6월에 운영한 <Recycle Books Project-Design By You> 프로그램이다. 이 프로그램은 도서관에서 발생하는 오래된 책을 활용하여 참여자가 종이를 접거나 변형하여 다양한 예술 작품을 제작하는 체험 프로그램이다(그림 IV-8). 프로그램은 책 페이지를 접어 문자나 이미지를 형성하는 방식으로 작품을 제작하였다. 참여자는 별도의 도구 없이 책의 페이지를 반복적으로 접는 방식으로 다양한 패턴과 이미지를 만들었으며, 완성된 작품은 장식품으로 활용할 수 있다(Fort Bend Independent, 2017).

세 번째는 미술관에서 이루어진 폐기도서 활용 사례이다. 전시 <Recycled Library: Altered books>는 호주 퀸즐랜드의 공립 미술관인 Artspace Mackay에서 2009년에 기획한 전시로 기존의 책을 변형하여 새로운 예술 작품으로 제작하는 Altered Book Art를 중심으로 구성된 프로젝트이다. Altered Book Art는 기존의 책을 변형하여 새로운 예술작품으로 전환시키는 현대미술의 한 형태이다. 이 전시는 호주 작가 17명의 작품을 통해 책을 조형 예술의 매체로 활용하는 다양한 표현 방식을 소개하는 것을 목적으로 기획되었다(그림 IV-9). 전시에 참여한 작가들은 기존의 책이나 중고서적, 도서관 폐기도서 등을 작업 재료로 사용하여 조각, 콜라주, 설치, 사진 등의 다양한 형태로 작품을 제작하였다. 작품들은 책을 단순히 읽는 매체가 아닌 물리적 오브제로 바라보고, 이를 변형하거나 재구성하는 방식을 채택했다. 작품에 포함된 작품들은 사회적·문화적 메시지를 담고 있는 경우가 많은데, 책의 문화적 상징성, 지식과 역사에 대한 비판적 시각, 문화 이동과 정체성 문제와 같은 주제를 담고 있다(Artspace Mackay, 2009).

■ [그림 IV-9] Archie Moore,
《Ghost Ship》, 2008.



주: Artspace Mackay, <Recycled Library: Altered books>(2009).

■ [그림 IV-10]
《Library og Re-Claimed Books》



주: Winchester School of Art Library blog.

마지막 해외 사례는 영국의 <Library of Re-Claimed Books>(2018)로 폐기도서를 활용한 참여형 예술 프로젝트이다. 이 프로젝트는 사용되지 않는 도서관 책을 새로운 예술 작품으로 변형하는 활동을 통해 책의 새로운 의미를 탐색하는 것을 목적으로 한다. 이 프로젝트는 참여자가 폐기도서를 변형하여 드로잉, 콜라주, 절단, 조형 작업 등을 수행하며, 이러한 활동을 통해 책의 물리적 형태와 의미를 재해석하였다(그림 IV-10). 이는 단순한 예술 활동을 넘어 사회적 참여형 예술 프로젝트로 운영되며, 도서관과 예술가, 시민이 함께 참여하는 창작 활동을 통해 새로운 사회적 상호작용을 만들어내는 것을 목적으로 한다. 특히, 이 프로젝트는 폐기도서를 활용한 예술 활동이 개인의 창작 활동을 넘어 공동체 기반의 참여형 예술로 확장될 수 있음을 보여주는 사례로 평가받는다(Winchester School of Art Library blog).

3. 사례 비교 · 분석 및 시사점 도출

국내 · 외 폐기도서와 폐종이를 활용한 미술 프로그램은 대부분 폐기도서를 문화예술적 자원으로 활용하고 있었다. 공통적으로 국내 · 외 대다수의 프로그램은 대중의 참여 접근성이 높고, 지역사회 구성원의 문화 참여를 촉진하는 특징이 있었다. 또한 모두 폐종이와 폐기도서를 새로운 창작 매체로 활용하고 있었다. 기존의 책은 읽기와 정보 전달을 목적으로 하는 매체이지만, 사례에서 확인되는 활동들은 책의 재질, 텍스트, 이미지 등을 창작 활동의 재료로 활용하여 새로운 의미를 부여하고 있다. 특히 종이를 접거나 말거나 절단하는 작업, 책 페이지 위에 드로잉이나 콜라주 작업을 하는 방식 등은 종이 매체가 지닌 촉각적·조형적 특성을 적극적으로 활용하는 표현 방식이라고 할 수 있다.

이러한 형태는 자원 재활용과 문화예술 활동을 결합한 프로그램이라는 특징이 있다. 폐자원을 활용한 창작 활동은 환경적 가치와 문화적 가치를 동시에 실현할 수 있으며, 참여자에게 자원 순환의 의미를 전달하는 교육적 효과도 기대할 수 있다. 특히 시민 참여형 프로그램의 경우 참여자가 직접 창작 활동에 참여함으로써 창의적 표현 경험과 문화적 만족감을 동시에 얻을 수 있다.

한편 국내 · 외 사례 간 차이점도 확인된다. 국내 사례는 비교적 체험 프로그램이나 워크숍 중심의 활동이 많으며, 지역 주민 참여를 통한 문화 프로그램 성격이 강하게 나타난다. 반면 해외 사례에서는 폐기도서를 활용한 현대미술 전시나 예술가 프로젝트 등 예술적 실험과 작품 중심 활동이 비교적 활발하게 이루어지고 있는 특징이 나타난다. 이러한 차이는 'Altered Book Art'라고 하는 폐기도서 활용 예술 장르가 보편적으로 받아들여지고, 예술가들을 통해 다양한 방법으로 제작된 작품들을 쉽게 경험할 수 있다는 점에서 비롯된 것으로 이는 문화예술 환경 차이로 해석된다. 이 같은 사례분석을 통해 폐기도서가 기획과 아이디어를 통해 새로운 문화 자원으로 충분히 활용될 수 있다는 점을 알 수 있다. 이들 국내 · 외 사례를 통해 폐기도서를 다양한 방법으로 가공하고, 미술 매체로서 전환시키기 위해 무엇이 필요하고, 어떠한 점이 중요한지 시사점을 얻을 수 있었다.

기존 사례들은 폐기도서의 성격을 단순 지식 자원 또는 종이 자원으로 이해하고 프로그램을 기획하였다. 따라서 본 연구는 폐기도서에 대한 기존의 패러다임을 전환하여 치유적·정서적 자원으로 확장하는 유용한 예시를 제시하고자 한다.

V

폐기도서의 미술치유 매체 효과성 및 활용 프로그램 제안

1. 폐기도서를 활용한 시니어 대상 미술치유의 효과성

폐기도서를 활용하는 방안이 왜 미술치유 프로그램이어야 하는 걸까. 그 이유는 폐기도서의 매체 특성 및 프로그램 수혜 대상과 관련이 있다. 대상과 목적이 명료해야 프로그램 설계가 구조적이고, 체계적일 수 있기 때문이다. 이에 프로그램을 효과적으로 설계하기 위해서는 폐기도서 활용 프로그램이 시니어를 대상으로 했을 때 미술치유 매체로서 갖는 의미는 무엇인지에 대한 탐구부터 선행되어야 한다.

폐기도서는 시니어에게 익숙한 매체이다. 책은 시니어에게 인생을 기록하고 정보를 획득하고, 세상과 소통하는 수단이었다. 디지털 시대 이전 대부분의 인생을 아날로그 환경에서 살아온 시니어에게 책과 종이는 스마트폰이었고, 노트북이자 태블릿 PC였다. 시니어 세대는 편지, 교과서, 신문, 일기, 공책, 영수증 등을 통해 시간과 기억을 기록했다. 이런 맥락에서 폐기도서는 시니어에게 기억과 삶의 매체라고 볼 수 있다. 또한 폐기도서는 시니어에게 프로그램 과정에서 자기서사를 끌어 올 수 있는 훌륭한 매체가 될 수 있다. 미술치유에서 자기서사가 중요한 이유는 여러 가지가 있지만, 미술 작업의 몰입을 유도하는 역할이 가장 크다.

폐기도서는 더 이상 사람들에게 읽히지 않는 책이며, 시대에 뒤떨어진 정보를 담고 있어 기능은 여전히 살아 있지만 가치를 인정받지 못하는 존재라는 의미를 내포한다. 이러한 폐기도서의 의미는 많은 시니어의 심리적 상태와 닮았다. 시니어는 신체적으로 여전히 살아 있지만, 사회에서는 쓸모없어졌다고 느끼는 심리적 정체감과 정서적 불안을 느낀다(최외선, 박혜경, 2008: 698). 그렇기에 폐기도서를 매체로 사용하는 미술치유 프로그램은 단순한 재활용 미술이 아니라 존재의 재해석으로 확장될 수 있다. 시니어가 폐기도서를 해체하고, 다시 엮어 재탄생시키는 작업은 자신의 삶을 다시 해석하고 재구성하는 상징적인 행위로 발전할 수 있기 때문이다. 이런 이유로 미술치유 프로그램을 구상할 때는 미술 매체들이 가지고 있는 상징적인 특성을 숙지하는 것도 중요하다(김영아, 어은경, 2024: 26).

2. 미술치유 매체로서의 폐기도서 특성

미술 매체는 시니어에게 인지적·정서적으로 복합적인 심리적 표현을 불러일으킬 수 있으며, 이를 통해 시니어의 심리 상태에 변화를 불러올 수 있다. 미술 매체는 심상을 시각적으로 이미지화하는 중요한 도구이므로 매체에 따라 시니어는 다른 반응을 보이기도 한다(정현희, 이은지, 2007: 155).

폐기도서는 미술 매체이기에 앞서 종이라는 물질이다. 물질적 측면에서 살펴본 폐기도서의 미술치유 매체로서의 특징은 다음과 같다.

첫 번째는 친밀성이다. 종이는 부드러움과 심신을 편하고 안락하게 만드는 기능이 있다(김용숙, 전순영, 2019: 902). 미술치유 프로그램을 처음 접근하는 참가자에게 가장 중요한 부분은 안전함을 느낄 수 있는 환경을 제공하는 것이다. 즉, 자신의 감정을 안전하게 표현할 수 있는 환경을 마련해주는 것이 필요하다. 종이 기반 작업은 익숙한 물질이기 때문에 저항을 낮출 수 있어 치유적 접근이 다른 매체보다 용이할 수 있다.

두 번째 특징은 다양성이다. 도서관에 꽂힌 책들을 들여다보면 다양한 재질의 종이가 인쇄되었음을 알 수 있다. 종이의 두께와 질감, 인쇄 상태, 크기가 모두 다르다. 이러한 차이는 미술작업의 다양성과도 연결된다. 즉, 종이는 2차원 작업뿐만 아니라 3차원 작업도 가능하다(김원영, 2006; 전순영, 2011: 248). 예를 들어, 얇고 부드러운 종이는 종이 접기, 종이 반죽 작업에 적합하며, 두껍고 거친 종이는 콜라주, 평면 작업에 활용될 수 있다.

다양성 특징은 세 번째 특징인 가변성과도 연결된다. 폐기도서의 재질이 다양하기 때문에 각기 다른 방식으로 활용될 수 있다. 종이 그대로 평면 매체로서 사용할 수도 있지만, 이를 찢어 물에 불렀다 갈아서 사용하면 점토처럼 사용할 수도 있다. 이미 많은 업사이클링 아트에서 이 방법을 통해 다양한 미술 활동을 보여주고 있는데, 사용 방법에

따라 평면과 입체 작업을 다양화할 수 있다는 가변성이야말로 폐기도서의 장점이라고 할 수 있다(김원영, 2006; 전순영, 2011: 248).

폐기도서의 마지막 치유적인 특성은 완벽하지 않아도 된다는 개념을 심어줄 수 있는 매체라는 점이다. 새 도화지, 깨끗한 책은 참가자에게 부담을 줄 수 있다. 미술 활동 현장에서 참가자들이 느끼는 가장 큰 장애물은 망치면 안 될 것 같은 실수에 대한 불안감, 잘해야 할 것 같은 부담감이다. 그러나 폐기도서는 이미 버려진 대상이기 때문에 실패해도 괜찮다는 인식을 줄 수 있어 프로그램 참여자의 심적 부담감이 적다(정현희, 이은지, 2007: 211). 이 허용된 파괴성은 폐기도서 활용 미술치유 프로그램의 핵심이기도 하다.

이렇게 허용된 파괴성을 통한 미술 작업이 도서관이라는 공간과 결합했을 때의 시너지 또한 폐기도서 활용 프로그램의 장점으로 작용한다. 기존에 도서관은 시니어에게 배움의 공간, 지식의 공간, 질서의 공간으로 인식되어 왔다. 이런 상징적 공간에서 책을 파괴하고 재탄생시키는 미술 활동을 통해 내가 이러한 변화를 주도하는 존재이며, 나도 변화할 수 있는 존재라는 인식을 심어줄 수 있다. 그 결과로서 자기주도성과 자아정체성을 높일 수 있는 강력한 치유 효과를 가져올 수 있다.

3. 폐기도서를 활용한 미술치유 프로그램 제안

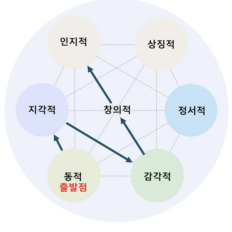
이상에서 살펴본 미술치료의 ETC 이론과 폐기도서의 매체적 특성, 시니어의 심리적 특징 등을 고려하여 최종적으로 미술치유 프로그램을 제안하고자 한다.

프로그램을 설계하기 위해 미술 매체인 폐기도서를 프로그램에 어떻게 활용하고, 그 과정에서 발생하는 심리적 효과를 찾기 위해 미술치료의 ETC 모델을 탐색의 기제로 활용하였다. [그림 II-3]과 [표 II-1]에서 확인할 수 있듯이, ETC는 매체의 물성과 사용 방식에 따라 유도되는 심리적 경험의 차이를 구조적으로 제시한다. 특히 최신 연구에 따르면, ETC는 단순히 특정 단계에 머무르는 것이 아니라 각 층위를 유연하게 오가는 '이동' 그 자체에 치료적 핵심이 있다(VanMeter & Hinz, 2026). 예를 들어, 매체의 저항성과 통제 가능성에 따라 내담자는 하향식(top-down)의 인지적 조직화와 상향식(bottom-up)의 감각적 활성화를 반복하며 심리적 조절 능력을 획득하게 된다(Niu, 2025; 편지원, 2026).

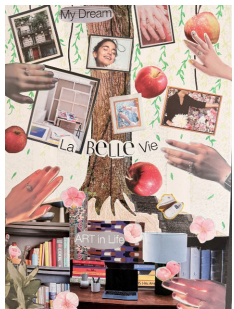
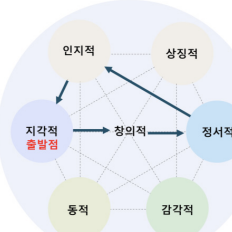
따라서 본 연구에서는 이러한 선행 연구를 기반으로 하여 시니어의 자아통합을 위해 창의적 차원을 경험할 수 있는 방향으로 프로그램이 제안되었음을 밝힌다. 즉 시니어가 폐기도서를 미술매체를 경험하면서 ETC의 각 구성요소를 다양하게 탐색하는 과정에서 창의적 차원을 탐색할 수 있는 것을 목표로 한다. 프로그램 안에서 ETC는 시니어의 창의적 수준을 찾아갈 수 있는 지도로 활용된다. ETC 구조는 지도로서 가이드라인을 제공하기 때문에 모든 참가자가 같은 지도로 길을 가지 않을 수 있다. 프로그램 진행자는 개별 참가자의 반응에 따라 새로운 길을 만들어 나가야 함을 유의해야 한다.

프로그램은 단일 미술 활동으로 다양한 표현 요소를 유연하게 포함시킬 수 있도록 구성하였으며, 이는 미술치료 프로그램의 특정 회기 구조에 의존하지 않고도 다양한 기관에서 적용 가능한 확장형 모델로 기능할 수 있도록 하였다. 또한 본 프로그램은 시니어뿐만 아니라 난이도 조절에 따라 아동·청소년부터 성인까지 수혜 대상을 확장할 수 있는 유연한 프로그램이기에 활용하는 전문가에 따라 다양한 응용이 가능하다. 각 회기는 개별 프로그램(60~90분)으로도 활용 가능하며, 5회기의 연속적인 프로그램으로도 진행할 수 있다.

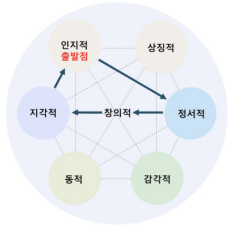
가. 프로그램 : 폐기도서 탐색 및 매체 경험 - <집으로 가는 길>

목표	인지적 목표(회상 활성화)
재료	폐기도서(얇은 재질), 접시, 친환경 도배플, 캔버스, 붓, 라텍스 장갑 등
예상 결과물	 ETC 지도 
프로그램 과정	- 폐기도서 페이지를 다양한 방향, 방식으로 자유롭게 찢어본다. - 찢어진 종이를 새끼줄 꼬듯이 꼬고, 땅고, 말기도 하며 줄 형태로 만들어 본다. - 도배플을 물과 혼합하여 접시에 담아 놓는다. - 캔버스 위에 도서관에서 집으로 가는 길 등 내가 자주 가는 장소의 지도를 그려본다. - 꼬아진 종이줄은 도배플에 적셔서 사용하고, 말거나 끈 종이는 도배플을 묻힌 후 캔버스 위에 배치하여 길을 만든다. - 자주 가는 장소를 종이로 찢어 붙이거나 글씨를 작성하여 완성한다.
고려사항	- 내지가 잘 찢어지며, 코팅이 되지 않는 재질의 폐기도서를 선택한다. - 라텍스 장갑을 준비하여 도배플이 손에 묻는 것을 꺼리는 참여자에게 제공한다.

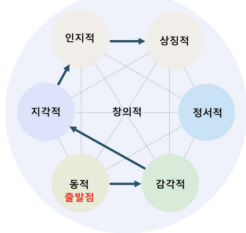
나. 프로그램 : 기억과 이야기 표현 - <그림 속 이야기 완성하기>

목표	심리적 목표(자기서사 형성), 인지적 목표(상징적 사고 촉진)
재료	폐기도서(그림책 등 이미지 중심 도서), 가위, 풀, 채색도구, 8절 색지 등
예상 결과물	 ETC 지도 
프로그램 과정	- 폐기도서(그림책 등)에서 발췌된 이미지를 모아둔 상자를 제공하고, 그 가운데 마음에 드는 이미지 하나를 선택한다. - 선택한 이미지를 보며, 이 장면은 어떤 이야기가 담겨 있을지 질문을 통해 상상해 보는 시간을 갖는다. - 선택한 이미지를 색지에 붙이고, 주변의 비어 있는 공간에 어울리는 장면을 다른 책에서 올려붙이거나, 그려서 새로운 장면을 만들어 본다. - 완성된 이야기 그림의 제목을 지어보고, 참여자들과 작품에 대한 설명을 나눈다.
고려사항	- 진행자는 시니어의 활동 시간을 고려하여 사전에 그림책의 다양한 이미지를 오래두어 준비한다. - 바탕종이는 색지를 준비하여 참여자가 화면을 꽉 채워야 한다는 부담을 줄여준다.

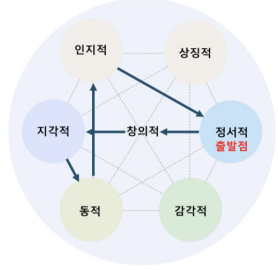
다. 프로그램 : 감정 표현 콜라주 - 〈글에서 태어난 그림〉

목표	심리적 목표(자기서사 형성), 인지적 목표(화상 활성화)
재료	폐기도서(문학 분야), 가위, 풀, 캔버스(또는 도화지), 아크릴 물감, 붓, 팔레트, 필기도구, 잡지 이미지 등
예상 결과물	 〈그림 V-1〉 김나라 작가 작품, 〈Draw on Page 9th〉, 2025. 주: Draw on Page 인스타그램 ETC 지도 
프로그램 과정	- 다양한 폐기도서(문학 분야)를 탐색하며, 마음에 와닿는 문장 또는 단어가 있는 페이지를 선택한다. - 참여자는 자신이 선택한 문장을 낭독하거나 조용히 읽으며 떠오르는 기억, 감정을 생각해 본다. - 선택한 페이지를 잘라 도화지에 붙이고, 문장이 전달하는 느낌이나 감정, 색, 이미지 등을 자유롭게 문장 주변에 그려 본다. - 필요시 잡지 이미지, 색지 등을 활용하여 콜라주 작업을 한다. - 완성된 작품을 보며 자신의 문장과 그림이 의미하는 감정을 나눈다.
고려사항	- 소설, 시, 수필 등 문학 장르의 폐기도서 활용이 적합한 프로그램이다. - 시니어 참여자의 시력과 손 기능을 고려하여 도서의 글자 크기를 선별하여 폐기도서를 제공한다.

라. 프로그램 : 삶의 상징 작업 - 〈만다라 모빌〉

목표	심리적 목표(정서 표현)
재료	폐기도서(무코팅 페이지), 수채화물감(또는 안료), 친환경 도배풀, 주사기 또는 양념통, 유산지, 실(또는 리본), 가위, 풀, 물통, 설압자, 네임펜, 전기팬 등
예상 결과물	 ETC 지도 
프로그램 과정	- 폐기도서가 종이죽이 되는 과정에 대해 설명한다. - 만들어진 종이죽에 원하는 색의 수채화 물감을 짜서 설압자로 저어가며 원하는 색상의 종이죽 반죽을 만든다. - 완성된 종이죽을 주사기 또는 양념통에 넣고 선이나 점을 짜보는 연습을 한다. - 다양한 만다라 도안을 감상하고, 느낌을 간단하게 나눈다. - 유산지 아래에 원하는 만다라 도안을 놓고 네임펜으로 따라 그린다(3장 이상). - 유산지 그림을 뒤집은 후 선을 따라 종이죽을 담은 주사기(또는 양념통)를 짜면서 따라 그린다. - 완성된 그림은 유산지 채로 전기팬 위로 옮겨 약불~중불에서 굽듯이 건조시킨다. - 건조된 그림들의 자투리 부분은 가위로 정리한 후 각 만다라들을 실로 연결하여 모빌을 완성한다.
고려사항	- 종이죽의 농도는 미리 만들어둔 도배풀을 첨가하며 조절한다. - 감각적 요소를 추가하고 싶다면 종이죽에 향 오일을 첨가할 수 있다. - 종이죽을 곱게 갈아 주어야 주사기와 양념통 노즐에서 부드럽게 빠져나온다. - 시니어 참여자의 손 힘과 조작 능력을 고려하여 노즐의 크기를 선택한다.

마. 프로그램 : 작품 공유 및 통합 - <책에서 피어난 꽃>

목표	심리적 목표(자아 통합), 인지적 목표(상징적 사고 촉진)		
재료	폐기도서, 휴지심, 가위, 친환경도배품(또는 목공품), 캔버스, 켈링도구(나무막대 등), 연필, 자우개, 아크릴 물감, 붓 또는 스펀지, 팔레트, 물통 등		
예상 결과물		ETC 지도	
프로그램 과정	- 참여자는 자신이 좋아하는 꽃을 말하며, 그와 관련된 기억에 대한 이야기를 나눈다. - 각자 좋아하는 꽃을 종이에 그린다(또는 준비된 도안을 사용한다). - 유연한 재질의 폐기도서 페이지를 1.5cm 간격으로 일정하게 잘라 준비한다. - 휴지심을 1.5cm 간격으로 자른 후 꽃 모양에 맞춰 모양을 성형한 뒤 캔버스 위에 붙인다. - 휴지심 테두리 안에 들어갈 종이를 동그랗게 말거나 지그재그로 여러 개 접어본다. - 동그랗게 말아 둔 종이를 테두리 안에 꼭 차게 넣어준다. - 테두리 안이 채워진 꽃 형태 위에 마카 또는 물감 등을 사용하여 채색하여 완성한다.		
고려사항	- 시니어의 손 기능과 시력을 고려하여 종이 폭과 작업 크기를 고려한다. - 종이 자르기 활동이 어려운 참여자를 위해 사전 재단된 종이 또는 재단기를 준비한다. - 채색도구 선택은 집단의 난이도에 맞게 제공한다. 만약 붓을 사용하기 어렵다면 스펀지를 준비하여 두드리며 채색을 할 수 있게 준비한다.		

VI 결론 및 제언

1. 연구의 시사점과 한계점

본 연구는 의정부시도서관에서 발생하는 폐기도서를 지적 자원이 아닌 정서적 치유 자원으로 전환하고, 이를 시니어 대상 미술치유 프로그램의 매체로 활용할 수 있는 가능성과 효과성을 고찰하는 데 목적을 두었다. 이를 위해 실제적으로 의정부시도서관에서 발생하는 폐기도서 현황을 분석하고, 국내·외 폐기도서 및 폐종이 활용 프로그램 조사를 바탕으로 미술치료 이론을 접목하여 최종적으로는 폐기도서를 치유 자원으로 전환할 수 있는 프로그램을 제안하였다.

본 연구의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 공공도서관에서 발생하는 폐기도서를 단순한 폐기물이나 관리 대상이 아닌 지역사회 문화자원으로 재해석하였다는 점이다. 기존의 도서관 폐기도서 관리가 주로 행정적 효율성 제고와 장서 관리 중심으로 운영되어 왔다면, 본 연구는 폐기도서를 문화예술 자원이자 정서적 치유 자원으로 활용할 수 있는 새로운 관점을 제시하였다는 점에서 의미가 있다.

다음은 폐기도서를 미술치유 매체로 활용할 수 있는 잠재성을 탐색했다는 점이다. 폐기도서는 종이라는 물질적 특성과 텍스트 및 이미지가 지닌 상징적 의미를 동시에 포함하는 매체로서 감각적 경험, 상징적 표현, 이야기 구성 등의 다양한 표현 활동이 가능함을 사례를 통해 보여주었다. 이러한 특성은 시니어의 회상 경험을 자극하고 정서 표현과 자기서사 형성을 촉진하는데 유용하게 작용할 수 있기 때문에 미술치유 매체로서 충분한 효과성이 있다.

마지막으로 공공도서관 기반 시니어 문화예술 프로그램의 새로운 방향성을 제시한 점이다. 본 연구에서 제시한 프로그램은 단순한 여가 활동을 넘어 시니어의 정서적 안정과 인지 능력 향상을 지원하는 미술치유 프로그램으로 설계되었다는 점에서 도서관 문화 프로그램의 확장 가능성을 보여주었다.

다만, 본 연구를 통해 폐기도서의 미술치유 매체로서의 활용 방향성을 제시하였음에도 몇 가지 한계를 지닌다. 먼저, 본 연구는 실제 프로그램을 운영하여 그 효능을 검증한 실증 연구가 아니기 때문에 효과성 검증이 부족했다. 둘째, 연구 대상이 의정부시도서관 사례 분석에 중점을 두어, 국공립 등 타 도서관의 운영 환경이나 폐기도서 활용 방식까지 폭넓게 아우르지 못하였다. 따라서 본 연구에서 제안한 프로그램은 실제 도서관 현장에서 적용되고 검증되는 과정을 통해 그 효과성과 활용 가능성을 보다 구체적으로 확인하고 확장할 필요가 있다.

2. 향후 연구 방향 제안

본 연구는 폐기도서를 활용한 시니어 미술치유 프로그램의 가능성을 탐색하는 기초 연구의 성격을 지닌다. 따라서 폐기도서를 활용한 미술치유 프로그램의 가능성·효용성을 공고히 하기 위해서는 다음과 같은 후속 연구가 필요할 것으로 사료된다.

우선적으로 프로그램 효과에 대한 실증적 검증 연구가 필요하다. 본 연구에서 제안한 프로그램의 학술적 완성도를 높이기 위해서는 향후 실제 참여자를 대상으로 프로그램을 적용하고, 그에 앞서 평가 체계도 마련될 필요가 있다. 예를 들어 프로그램 효과를 보다 체계적으로 검증하기 위해 참여자의 정서 변화 관찰, 자기표현 변화 기록, 프로그램 만족도 조사, 참여자 작품 분석 등 다양한 평가 측정 지표를 설계할 필요가 있다. 이러한 검증 체계 및 구조가 보완될 경우 프로그램의 효과를 보다 객관적으로 분석할 수 있으며, 연구 결과를 바탕으로 한 실증적 연구로의 확장 가능성을 확보할 수 있을 것이다.

다음으로 해외에서 발전해 온 Altered Book Art 장르의 형성 배경과 문화적 맥락을 국내 사례와 비교하는 심층 연구가 필요하다. 해외에서는 폐기도서를 활용한 예술 활동이 하나의 장르로서 발전해 왔으며, 이는 예술교육 환경·재활용 문화·예술가 공동체 활동 등 다양한 사회 문화적 배경 속에서 형성되었다. 이러한 배경을 분석하는 연구를 통해 국내에서도 폐기도서 활용 예술 활동이 장르로서 확장될 수 있는 조건과 환경을 제시하는데 중요한 기초자료가 구축될 것이다. 이를 통해 지역 예술가와의 협업 및 기획전을 진행한다면 또 다른 의정부시만의 특화 프로그램이 될 수 있다.

마지막으로 본 연구를 시작으로 폐기도서가 시니어의 창조적 노화를 지원하는 매체로서 다각적으로 활용되고, 의정부시의 브랜드 문화 프로그램으로 발전할 수 있기를 희망한다. 또한 향후 예술치유가 문학, 음악 등 다양한 분야로 확대되어 다채로운 연구가 진행되길 기대한다.

■ 참고 문헌

- Artspace Mackay(2009). Recycled Library: Altered books.
- Gene D. Cohen(2001). The creative age: Awakening human potential in the second half of life. Harper Collins; 김성은 (2016). 창조적으로 나이 들기 - 인생 후반기에 인간의 잠재성을 일깨우기. 동연.
- Hinz, D. L(2009). The Expressive Therapies Continuum: A Framework for Using Art in Therapy. NY: Routledge; 전순영, 박윤희(2016). ETC 표현미술치료 - 미술치료를 사용하기 위한 기본구조-. 하나의학사.
- Hinz, D. L(2020). Expressive Therapies Continuum 2nd ED. NY: Routledge; 전순영(2024). ETC 표현치료연속체, 하나의학사.
- 문화체육관광부(2016). 2015 문화예술치유 프로그램 지원사업 성과 및 발전 방안 연구.
- 보건복지부, 한국보건사회연구원(2023). 2023 노인실태조사.
- 한국문화예술위원회(2013). 예술치유 활성화 추진모델 개발 및 사업타당성 연구.
- 김영아, 어은경(2024). 미술치료 매체 연구 및 실습. 어가.
- 옥금자(2013). 미술치료의 발달적·심리학적 매체선택과 적용. 하나의학사.
- 전순영(2011). 미술치료의 치유요인과 매체. 하나의학사.
- 정여주(2006). 노인미술치료: 이론과 실제. 학지사.
- 정현희(2006). 실제 적용 중심의 미술치료. 학지사.
- 정현희, 이은지(2007). 실제 적용 중심의 노인미술치료. 학지사.
- 주리에(2010). 미술치료학. 학지사.
- Kim, S. K., Park, J. & Hwang, H(2020). GoodNeighbors and GS Cartrx Workshop for Art Therapy Supervision in Jeju, GoodNeighbors International.
- Riccardi, Maria, M., Plante, Pierre, P., & Vieira, Tamara, T.(2026). The expressive therapies continuum as a migratory journey: A classroom experience through the lenses of a teacher, a special educator, and co-art therapists, Behavioral Sciences, 16(2), 285, 1-22.
- 김미라, 김정필(2011). 미술치료에 활용된 종이매체의 기법과 효과에 관한 조사연구, 미술치료연구, 18(4), 995-1014.
- 김미진, 이근매(2015). 미술치료의 치료적 요인별 효과적인 미술매체에 관한 질적 연구 전문가 인터뷰를 중심으로, 미술치료연구, 22(4), 1085-1110.
- 김선명(2015). 회상요법을 적용한 집단미술치료가 치매노인의 인지기능, 우울 및 자기표현능력에 미치는 효과, 미술치료연구, 22(2), 603-634.
- 김영석(2025). 공공도서관 폐기도서의 효과적인 활용 방안 연구, 한국도서관·정보학회지, 56(1), 1-26.
- 김영숙, 도복늬(2005). 회상을 적용한 집단미술치료 프로그램이 치매노인의 인지기능, 우울과 삶의 질에 미치는 효과, 미술치료연구, 12(2), 483-500.
- 김용숙, 전순영(2019). 종이매체를 활용한 집단미술치료가 치매노인의 인지기능과 소근육 운동에 미치는 효과, 미술치료연구, 26(5), 901-923.
- 김원영(2006). 종이를 활용한 질감표현 수업 방안 연구: 중학교 3학년을 대상으로, 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김현민, 전순영(2012). 회상을 통한 집단미술치료가 치매노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과, 미술치료연구, 19(5), 1289-1312.
- 박윤희(2015). ETC 모형에 기반한 미술치료의 신경과학적 접근, 서울불교대학원대학교 상담심리학과 박사학위논문.
- 박주연, 황현주, 김선희(2023). PTSD 예방을 위한 미술 안정화 프로그램의 개발 및 핵심요인 탐색, 예술교육연구, 21(4), 271-290.
- 이계숙(2024). 종이와 업사이클링을 이용한 미술치료 적용, 계간 미술치료, (33), 31-35.

이연주, 이근매(2018). 콜라주 집단미술치료 프로그램이 치매노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과, 재활심리연구, 25(2), 243-258.

이현정, 박윤조, 박소정(2022). 지역사회 기반 미술치료의 확장을 위한 공동체 기반 공공미술과의 접점 모색과 치유적 함의, 문화와 융합, 44(5), 623-650.

임성운(2017). 창의적 노화(Creative Aging)의 개념에 관한 고찰, 문화와 정치, 4(4), 227-259.

임정훈, 이병기, 소병문, 강봉숙(2025). 복합문화기관으로서 교육청 소속 도서관의 발전 방안 연구 - D광역시 학생교육문화원 사례를 중심으로 -, 한국문헌정보학회지, 59(3), 281-300.

장안식(2023). 노인의 눈높이에 맞는 '노인의 언어'가 필요하다, 인권-사람답게 사는 이야기, 국가인권위원회 인권웹진(<https://www.humanrights.go.kr/webzine/webzineListAndDetail?issueNo=7609030&boardNo=7609016>).

전정민(2010). 미술심리치료를 위한 사회복지정책 - 지역사회서비스혁신사업을 중심으로 -, 한국자치행정학보, 24(1), 327-354.

정여주(2005). 노인미술치료 프로그램개발을 위한 기초연구, 한국노년학, 25(1), 73-86.

정여주(2016). 미술치료에서 미술의 특성과 창의적 과정의 치료적 의미, 미술치료연구, 23(5), 1221-1237.

정여주(2016). 예술치유 패러다임을 위한 지원정책의 역할과 전망, 한국예술연구, (14), 5-31.

정혜정(2021). 치매예방형 미술치료 프로그램 사례, 계간 미술치료, (23), 56-61.

조수연, 이민혜(2018). 한국노인상담의 최근연구 동향 분석 -심리·정서적 특성 중심으로-, 한국상담학회 연차학술대회 포스터논문발표.

조순천, 공마리아, 최은영(2015). 집단미술치료가 치매노인의 인지기능에 미치는 효과, 미술치료연구, 22(6), 1829-1853.

조윤희(2013). 학술연구 : 버려진 책에서 출발하는 장서의 제적·폐기 담론, 한국디지털도서관포럼, 디지털도서관, 69, 14-31.

조희정, 정여주(2021). 주요 미술매체를 활용한 집단미술치료 연구의 효과에 대한 체계적 문헌고찰, 예술심리치료연구, 17(4), 223-253.

최영구(2020). ETC를 기반으로 한 집단예술치료가 경증치매노인의 창조적 연결성에 미치는 효과, 건국대학교 대학원 문학예술치료학과 석사학위논문.

최외선(2005). 집단미술치료가 치매노인의 인지기능과 우울에 미치는 효과, 미술치료연구, 12(4), 951-985.

최외선, 박혜경(2008). 집단미술치료가 노인의 자아통합감과 죽음 불안에 미치는 효과, 미술치료연구, 15(4), 697-720.

편지원(2026). 미술치료사의 표현치료연속체(ETC) 기반 미술 자기작업 워크숍 체험연구, 서울여자대학교 특수치료 전문대학원 표현예술치료학과 박사학위논문.

한유진(2024). 미술관 프로그램 참여 시니어의 창의적 노화 가능성 연구, 이화여자대학교 교육대학원 미술교육전공 석사학위논문.

Amy Sutherland, 'Artists bring volumes destined for trash heap back to life in the form of altered books', New York Times, 2006.4.30.(<https://www.sfgate.com/news/article/Artists-bring-volumes-destined-for-trash-heap-2536345.php?utm>).

Noriko Suzuki-Bosco, 'The Library of Re-Claimed Books', Winchester School of Art Library blog, 2018.6.18.(<https://wsalibrary.wordpress.com/2018/06/18/the-library-of-re-claimed-books/>).

VanMeter, Megan L. & Hinz, Lisa D., 'Myths about the expressive therapies continuum, Part I', American Art Therapy Association, 2026.2.1.(<https://arttherapy.org/blog-myths-about-expressive-therapies-continuum-part-1/>).

VanMeter, Megan L. & Hinz, Lisa D., 'Myths about the expressive therapies continuum, Part II', American Art Therapy Association, 2026.2.5.(<https://arttherapy.org/blog-myths-about-expressive-therapies-continuum-part-2/>).

VanMeter, Megan L. & Hinz, Lisa D., 'Myths about the expressive therapies continuum, Part III', American Art Therapy Association, 2026.2.1.(<https://arttherapy.org/blog-myths-about-expressive-therapies-continuum-part-3/>).

'Turn old books into work of art', Fort Bend Independent, 2017.6.7.(<https://fb-independent.com/turn-old-books-into-work-of-art-p11193-91.htm>).

김도란, '도서관 폐기도서, 다시 시민에게 ...정미영 의정부시의원, 조례 개정안 발의', 경인일보, 2023.02.12(<https://www.kyeongin.com/article/1626405>).

김명일, '1년간 버려지는 책 1000만권... "한책 공간 마련해야"', 경남매일, 2023.08.21(<http://www.gnmaeil.com/news/articleView.html?idxno=524757>).

이종구, '김동근 시장 "조그령사회 진입 눈앞... '어르신이 살기 좋은 도시' 시동", 아시아 경제, 2025.07.08.(<https://www.asiae.co.kr/article/2025070818345309030>).

Draw on Page 인스타그램(https://www.instagram.com/draw_on_page?igsh=MXd1ZHJmZWt4OWpvOA==) (2026.03.14. 인출)

그린레시피랩 홈페이지(<https://louisethewomen.org/greenrecipelab>) (2026.03.14. 인출)

서울도서관 홈페이지(<https://www.smalllibrary.org/helper/notice/792>) (2026.03.14. 인출)

서울새활용플라자 홈페이지(<https://www.seoulup.or.kr/>) (2026.03.14. 인출)

용인특례시 홈페이지(https://www.yongin.go.kr/user/bbs/BD_selectBbs.do?q_bbsCode=1020&q_bbscttSn=20220908085559912) (2026.03.14. 인출)

의정부시도서관 홈페이지 (2026.03.14. 인출)

노인복지법, 법률 제20093호 (2024. 1. 23. 일부개정)

도서관법, 법률 제21090호 (2025. 11. 11. 일부개정)

의정부시 노인복지 기본조례, 경기도의정부시조례 제3594호 (2025.06.30. 일부개정)

의정부시 도서관 설치 및 운영에 대한 조례, 경기도의정부시조례 제3558호 (2025. 4. 7. 일부개정)

5

복지관은 어떻게 '내 자리'가 되는가

: 의정부 노인종합복지관 시각예술 참여의
정서·관계·장소감 변화과정

백인혜

패킨아트랩

복지관은 어떻게 '내 자리'가 되는가

: 의정부 노인종합복지관 시각예술 참여의
정서·관계·장소감 변화 과정

백인혜
패킨아트랩

요약

본 연구는 의정부 노인종합복지관에서 진행된 시각예술 프로그램 〈시간을 잇는 살아있는 노래〉 사례를 중심으로, 고령층의 예술참여가 정서·관계·장소감에 어떠한 변화 과정을 만들어내는지 탐색하고, 이를 복지관 기반 생활문화 운영 제언으로 연결하고자 하였다. 기존의 고령층 문화예술 참여 연구가 주로 우울감 감소, 자아존중감 향상, 삶의 질 개선과 같은 효과 검증이나 참여 동기·만족도 분석에 집중해 왔다면, 본 연구는 복지관이라는 생활권 공간에서 예술참여가 어떻게 정서적 안정, 관계 확장, 장소의 의미 변화로 이어지는지를 과정 중심으로 살펴보는 데 초점을 두었다.

연구는 질적 사례연구를 기반으로 진행되었다. 연구 대상은 의정부 노인종합복지관에서 프로그램에 참여한 어르신들이며, 자료는 프로그램 운영 과정에서 축적된 설문, 작품 및 전시 결과물, 참여관찰 기록, 1·2차 FGI, 그리고 그림활동 자료를 포함한다. 자료 분석은 정서·관계·장소감이라는 세 축을 중심으로 이루어졌으며, 설문·작품인터뷰·운영기록을 교차 확인하는 삼각검증 방식을 통해 변화의 징후와 전환지점을 도출하고자 하였다.

연구 결과, 복지관 기반 시각예술 참여는 첫째, 참여 초기의 낯설과 긴장을 지나 몰입과 안정의 경험을 제공하며 정서적 변화를 촉진하는 것으로 나타났다. 둘째, 작품 공유와 전시 경험은 타인과의 대화, 인정, 자량의 경험을 확장시키며 관계 변화를 이끌었다. 셋째, 복지관은 단순한 프로그램 수행 장소를 넘어 “다시 오고 싶은 곳”, “내가 머물 수 있는 자리”, “내 작업과 이야기가 남는 공간”으로 재의미화되며 장소감 형성에 중요한 역할을 하였다. 특히 전시는 작품의 완성 자체보다, 참여자가 자신의 작업을 타인과 공유하고 공간 안에 자리매김하는 경험을 가능하게 했다는 점에서 중요한 전환지점으로 작동하였다.

본 연구의 의의는 복지관 기반 고령층 예술참여를 효과 유무의 차원에서만 보지 않고, 정서·관계·장소감이 상호 연결되며 변화가 생성되는 과정을 구조화했다는 데 있다. 또한 연구 결과를 바탕으로 참여 진입을 돕는 조건, 정서 안정과 표현을 위한 운영 요소, 관계 형성을 위한 장치, 장소감을 강화하는 전시·기록·공유 방식 등 복지관 현장에서 실제 적용 가능한 생활문화 운영 제언을 도출하고자 하였다. 이러한 점에서 본 연구는 고령사회에서 복지관이 예술 참여를 통해 개인의 삶과 지역의 생활문화를 연결하는 공공적 공간으로 기능할 가능성을 보여주는 사례 연구라 할 수 있다.

고령사회로 접어든 오늘의 지역사회에서 복지관은 더 이상 단순한 서비스 제공 기관에 머물지 않는다. 복지관은 일상의 반복 속에서 사람들을 다시 밖으로 나오게 하고, 익숙한 얼굴과 관계를 맺게 하며, 때로는 삶의 리듬을 회복하게 만드는 생활권의 중요한 기반 공간으로 기능한다. 특히 노년기에는 신체적 변화와 사회적 역할의 축소, 관계망의 약화, 일상의 단조로움이 겹치며 ‘하루를 어떻게 살아낼 것인가’라는 질문이 더욱 깊어진다. 이런 맥락에서 복지관 안에서 이루어지는 문화예술 활동은 단순한 여가 프로그램을 넘어, 마음의 상태를 바꾸고, 타인과의 접점을 넓히며, 공간을 새롭게 경험하게 하는 삶의 사건이 될 수 있다. (고선애, 2020; 최경민·임광규, 2015)

본 연구는 이러한 문제의식에서 출발하였다. 연구자는 의정부 노인종합복지관에서 시각예술 프로그램 〈시간을 잇는 살아있는 노래〉를 운영하며, 어르신들이 그림을 그리고 이야기를 나누고 전시를 준비하는 과정 속에서 예상보다 훨씬 깊은 변화를 만들어내는 장면들을 반복적으로 목격하였다. 처음에는 “그림을 잘 못 그린다”, “이 나이에 뭘 하겠느냐”, “그냥 구경이나 하러 왔다”는 식으로 시작한 참여자들이, 회기가 거듭되면서 “나는 여기 시간이 제일 좋아”, “여기 오면 마음이 편해진다”, “이건 내가 그린 거다”, “집에 걸어두겠다”고 말하는 순간들은 단지 프로그램 만족도를 넘어서는 의미를 품고 있었다. 그것은 어떤 활동의 성공 여부가 아니라, 참여자들이 자신을 바라보는 방식이 달라지고, 다른 사람과 연결되는 방식이 열리며, 복지관이라는 공간이 이전과 다른 의미를 띠기 시작했다는 신호였다.

그러나 이러한 변화는 늘 선명하게 체감되는 반면, 정작 그것이 어떻게 일어났는지에 대해서는 충분히 기록되거나 설명되지 못하는 경우가 많았다. 복지관 현장에서 문화예술 프로그램은 종종 “재미있었다”, “반응이 좋았다”, “참여율이 높았다”는 표현으로 정리된다. 물론 이러한 평가는 필요하다. 그러나 그 언어만으로는 예술참여가 어르신들의 삶에 남긴 흔적을 충분히 설명하기 어렵다. 마음이 편안해졌다는 말은 어디에서 비롯된 것인지, 누군가와 가까워졌다는 감각은 어떤 경험을 통해 만들어졌는지, 복지관이 단지 수업 장소가 아니라 ‘다시 오고 싶은 곳’, ‘내가 머물 수 있는 자리’가 되었다는 사실은 무엇을 통해 가능했는지와 같은 질문들은 여전히 남는다. 즉, 결과는 포착되지만 과정은 충분히 언어화되지 못하는 공백이 존재한다.

또한 현장에서 느낀 변화는 결코 한 가지 차원으로 설명되지 않았다. 정서적 안정은 관계의 변화와 맞물려 있었고, 관계의 변화는 다시 공간에 대한 느낌의 변화와 이어졌다. 누군가는 그림을 그리며 마음이 가라앉았다고 말했고, 누군가는 전시를 통해 가족이나 지인에게 자신의 작품을 보여주며 자부심을 느꼈으며, 또 누군가는 복지관을 단순히 오가는 기관이 아니라 자신이 다시 삶의 감각을 회복하는 장소로 받아들이기 시작했다. 즉, 이 연구가 주목하는 것은 단순한 심리적 효과가 아니라, 정서·관계·장소감이 서로 분리되지 않은 채 하나의 변화 과정으로 엮여 나타나는 경험이다.

이 지점에서 연구자는 중요한 질문을 갖게 되었다. 복지관 기반 시각예술 참여는 어르신들의 삶에 어떤 방식으로 작동하는가. 예술활동은 단지 시간을 보내는 일이 아니라, 어떻게 정서적 안정과 자기표현을 가능하게 하며, 어떤 조건 속에서 타인과의 관계를 다시 움직이게 하고, 나아가 복지관이라는 생활권 공간을 새로운 의미의 장소로 재구성하게 하는가. 그리고 이러한 변화는 우연한 개별 사례로만 남아야 하는가, 아니면 복지관 현장에서 다시 적용하고 확장할 수 있는 운영의 언어로 정리될 수 있는가.

본 연구는 바로 이 질문에 답하고자 한다. 다시 말해, 본 연구의 문제의식은 “예술활동이 좋다”는 일반론을 반복하는 데 있지 않다. 오히려 복지관이라는 구체적인 장소에서, 시각예술 참여가 어르신들의 정서와 관계, 장소 경험에 어떠한 변화를 일으키며, 그 변화가 어떤 과정과 조건을 통해 생성되는지를 세심하게 따라가는 데 있다. 이는 단지 프로그램 평가를 넘어, 고령사회에서 복지관이 어떤 생활문화적 가능성을 품고 있는지, 그리고 예술참여가 그 안에서 어떻게 공공적 의미를 가질 수 있는지를 다시 묻는 작업이기도 하다.

2. 연구의 필요성

고령층의 문화예술 참여를 다룬 기존 연구들은 대체로 두 가지 방향에서 축적되어 왔다. 하나는 예술활동이 우울감 감소, 자아존중감 향상, 삶의 질 개선과 같은 심리적 효과를 가져오는지를 검증하는 방향이고, 다른 하나는 참여 동기, 만족도, 지속 의지, 심리적 복지감과 같은 요인을 분석하는 방향이다. 이들 연구는 고령층 문화예술 활동의 필요성과 긍정적 효과를 보여주는 데 중요한 기여를 해왔다. 또한 일부 질적 연구는 예술참여 경험이 노년기 삶에서 어떤 의미로 해석되는지를 탐색하며, 숫자와 지표로 다 포착되지 않는 경험의 층위를 조명해왔다. (김아영·김효정, 2021)

그럼에도 불구하고, 복지관이라는 생활권 공간 안에서 일어나는 예술참여를 충분히 설명하기에는 여전히 몇 가지 한계가 존재한다. 첫째, 많은 연구가 결과를 중심으로 서술하면서도 변화가 어떤 계기와 관계 속에서 생성되는지를 충분히 드러내지 못한다. 예술참여가 우울을 줄이고 자존감을 높였다는 결론은 중요하지만, 그 변화가 반복 참여를 통해 생긴 것인지, 작품 공유와 전시 경험을 통해 생긴 것인지, 혹은 안전한 공간에서 감정을 표현할 수 있었기 때문에 가능했는지는 상대적으로 덜 설명된다. 둘째, 복지관이라는 공간 자체가 변화 과정에 미치는 영향이 충분히 주목되지 않았다. 복지관은 단순한 배경이 아니라, 정해진 시간과 공간의 반복, 익숙한 관계의 형성, 프로그램 간 이동, 전시와 공유의 가능성 등 다양한 요소가 겹쳐 작동하는 장소다. 그럼에도 기존 논의에서는 이 장소적 조건이 분석의 중심에 놓이지 않는 경우가 많았다. (고선애, 2020; 김아영·김효정, 2021)

셋째, 현장의 언어와 연구의 언어 사이에도 간극이 존재한다. 복지관 실무자와 예술교육 운영자에게 필요한 것은 추상적인 정책 답문이나 포괄적인 효과 주장만이 아니다. 실제 현장에서는 “무엇을 어떻게 해야 참여가 열리는가”, “어떤 방식의 질문과 활동이 정서 표현을 돕는가”, “전시는 어떤 역할을 하는가”, “어떤 공간 배치와 운영 방식이 관계 형성과 장소감 강화에 기여하는가”와 같은 실천적 질문이 더 중요하다. 따라서 연구 결과가 현장에 의미 있게 남으려면, 그것은 단지 결과의 기술을 넘어 운영 가능한 언어, 다시 말해 재현 가능한 설계 원리와 조건의 형태로 번역될 필요가 있다.

이러한 점에서 본 연구의 필요성은 세 가지로 정리될 수 있다. 첫째, 복지관 기반 시각예술 참여를 단순한 프로그램 성과가 아니라 정서·관계·장소감의 변화 과정으로 파악하는 연구가 필요하다. 둘째, 복지관이라는 생활권 공간이 예술참여를 통해 어떻게 ‘내 자리’, ‘머물 수 있는 곳’, ‘다시 오고 싶은 곳’으로 경험되는지, 즉 장소감이 어떻게 형성되는지를 보다 구체적으로 탐색할 필요가 있다. 셋째, 이 연구는 최종적으로 이러한 변화 과정을 복지관 현장에 적용 가능한 생활문화 운영 제언으로 정리함으로써, 예술참여가 지역사회 복지관 안에서 어떻게 지속 가능한 공공적 실천으로 자리 잡을 수 있는지를 보여줄 필요가 있다.

따라서 본 연구는 의정부 노인종합복지관에서 진행된 〈시간을 잇는 살아있는 노래〉를 하나의 사례로 삼아, 예술참여의 변화가 개인의 내면에만 머무르지 않고 관계와 공간으로 확장되는 과정을 면밀히 분석하고자 한다. 이를 통해 고령사회에서 복지관이 단지 서비스를 제공하는 기관이 아니라, 사람들의 삶의 감각을 다시 열고 연결하는 문화적 기반 공간이 될 수 있음을 구체적으로 드러내고자 한다.

3. 연구목적

본 연구의 목적은 의정부 노인종합복지관 기반 시각예술 참여가 고령층의 정서·관계·장소감에 어떠한 변화를 만들어내는지 그 과정을 질적으로 구조화하고, 그 결과를 복지관 기반 생활문화 운영을 위한 실천적 제언으로 연결하는 데 있다.

이를 보다 구체적으로 제시하면 다음과 같다. 첫째, 복지관 기반 시각예술 참여 과정에서 고령층에게 나타나는 정서 변화의 양상과 특징을 탐색한다. 둘째, 예술참여가 타인과의 관계 경험, 인정과 공유의 장면, 가족 및 외부 관계 확장과 어떠한 방식으로 연결되는지를 살펴본다. 셋째, 복지관이라는 생활권 공간이 참여자들에게 어떠한 장소적 의미를 갖게 되는지, 그리고 반복 참여와 전시 경험이 어떻게 장소감 형성에 기여하는지를 분석한다.

넷째, 정서·관계·장소감의 변화가 각각 독립된 결과가 아니라 서로 연결된 과정으로 생성된다는 점을 밝히고, 그 변화가 가능했던 경험 요소와 운영 조건을 도출한다. 다섯째, 연구 결과를 바탕으로 복지관 현장에서 적용 가능한 생활 문화 운영 가이드와 실무적 제언을 제시한다.

II 선행 연구 검토

1. 고령층 예술참여 연구의 주요 흐름

고령층의 문화예술 참여를 다룬 연구는 최근 들어 양적·질적 차원에서 꾸준히 축적되어 왔다. 특히 고령사회로의 진입과 함께, 예술활동이 노년기의 삶에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 관심은 심리적 건강, 사회적 관계, 삶의 의미, 평생교육, 지역사회 참여 등 다양한 주제와 연결되며 확장되어 왔다. 이러한 선행연구들은 대체로 세 가지 흐름으로 정리할 수 있다.

첫째는 효과 검증 중심의 연구 흐름이다. 이 흐름의 연구들은 주로 미술활동, 집단미술치료, 문화예술교육 프로그램이 고령층의 우울감, 자아존중감, 자기효능감, 삶의 만족도, 심리적 안녕감 등에 미치는 영향을 검토해 왔다. 이러한 연구들은 대체로 사전-사후 비교나 프로그램 참여 전후의 심리적 상태 변화를 측정하는 방식으로 이루어졌으며, 예술활동이 정서적 안정과 자아 회복에 긍정적인 영향을 줄 수 있다는 점을 보여주었다. 특히 그림 그리기, 만들기, 표현 활동이 참여자의 정서 완화와 성취감 경험에 유의미하게 작용한다는 결과는 고령층 예술참여의 필요성을 뒷받침하는 중요한 근거가 되어 왔다. (백수정·전리상, 2020; 지완중·이황은·이은하, 2016; 홍숙자·이영은, 2008).

이러한 연구들은 예술활동의 유용성과 효과를 분명하게 보여준다는 점에서 의미가 크다. 그러나 동시에 이 흐름은 ‘예술활동이 어떤 긍정적 결과를 가져왔는가’에 초점을 맞추는 만큼, 그 변화가 어떤 경험적 과정 속에서 형성되었는지를 세밀하게 드러내는 데에는 한계를 지닌다. 즉, 우울이 감소하고 자존감이 향상되었다는 결과는 제시되지만, 그것이 창작 과정 자체 때문인지, 타인과의 상호작용 때문인지, 전이나 공유 경험 때문인지, 또는 반복 참여로 인한 안정감 때문인지는 상대적으로 충분히 설명되지 않는다.

둘째는 참여 동기·만족도·심리적 복지감 중심의 연구 흐름이다. 이 범주의 연구들은 고령층이 문화예술 프로그램에 참여하게 되는 동기, 참여 만족도, 지속 의지, 사회참여 욕구, 심리적 웰빙, 변명감 등의 관계를 분석해 왔다. 이 연구들은 문화예술 참여가 단순한 소일거리나 여가 차원을 넘어 삶의 활력, 사회적 연결감, 자기표현 욕구, 배움의 즐거움과 긴밀하게 연결된다는 점을 보여준다. 특히 일부 연구에서는 참여의 지속성과 만족도가 개인의 정서적 안정 뿐 아니라 사회적 관계망의 유지와 확장에도 영향을 준다는 점을 강조한다. (고선애, 2020; 이재원, 2021; 최경민·임왕규, 2015)

이 흐름은 고령층 예술참여를 프로그램 내부의 효과만이 아니라, 참여 지속의 조건과 삶의 태도 변화라는 측면에서 파악할 수 있게 해준다는 장점이 있다. 그러나 이러한 연구 역시 대체로 설문 변인 간 관계를 중심으로 다루는 경우가 많아, 참여자들이 실제 현장에서 어떤 감각을 경험했고, 그 경험이 어떤 방식으로 관계와 장소에 대한 인식 변화로 이어졌는지를 구체적으로 보여주는 데에는 한계가 있다. 다시 말해, “왜 참여를 시작했는가”와 “만족했는가”는 설명하지만, “무엇이 참여를 깊어지게 했는가”와 “그 경험이 삶의 공간 감각에 어떤 흔적을 남겼는가”는 충분히 드러나지 않는다.

셋째는 의미·경험 중심의 질적 연구 흐름이다. 이 연구들은 고령층의 예술참여 경험을 수치화된 결과보다 삶의 맥락과 서사 속에서 이해하고자 한다. 예술활동을 통해 참여자들이 자신을 어떻게 다시 인식하게 되는지, 어떤 기억을 호출하게 되는지, 그리고 타인과의 관계나 삶의 의미를 어떤 방식으로 새롭게 경험하는지를 질적으로 탐색하는 연구들이 이에 해당한다. 특히 평생교육적 관점에서 미술교육 경험을 바라보는 연구들은 예술참여를 배움의 기회이자 자기표현의 장, 그리고 노년기의 새로운 정체성을 형성하는 장으로 해석한다. (김아영·김효정, 2021)

이 흐름은 본 연구와 가장 가까운 문제의식을 공유한다. 왜냐하면 예술참여를 단지 결과나 만족도의 차원에서 보지 않고, 참여자들의 언어와 기억, 정서적 반응, 삶의 맥락 속에서 해석하려 하기 때문이다. 그러나 의미 중심 연구 역시 경험의 풍부함을 보여주는 데에는 강점이 있지만, 그 경험을 복지관 운영자나 생활문화 실무자가 참고할 수 있는

구조와 언어로 번역하는 작업까지는 충분히 나아가지 못한 경우가 많다. 즉, 개별 사례의 깊이는 확보하지만, 이를 현장 적용이 가능한 운영 원리나 설계 조건으로 정리하는 데에는 상대적으로 빈틈이 남는다.

정리하면, 선행연구는 크게 효과, 요인, 의미라는 세 축으로 축적되어 왔다고 볼 수 있다. 효과 검증 연구는 예술참여의 긍정성을 입증했고, 동기·만족 연구는 참여 지속과 심리적 복지의 연결을 보여주었으며, 의미 중심 연구는 노년기 예술참여가 지닌 경험의 깊이를 드러내었다. 그러나 복지관이라는 생활권 공간 속에서 고령층의 예술참여가 정서, 관계, 장소감의 변화로 어떻게 연결되고 생성되는지를 하나의 과정으로 설명하는 연구는 여전히 충분하지 않다. 본 연구는 바로 이 지점에서 기존 연구의 흐름을 이어받으면서도, 그 사이의 빈틈을 메우고자 한다.

2. 복지관 기반 예술활동과 장소성 관련 논의

고령층 문화예술 참여를 다룬 연구들 가운데 복지관을 직접적 연구 장으로 삼은 경우는 적지 않지만, 상당수는 복지관을 단순한 프로그램 운영의 배경으로 다루는 경향이 있다. 다시 말해 복지관이라는 공간이 참여자에게 어떤 의미를 갖게 되었는지, 그 장소적 조건이 정서와 관계의 변화에 어떻게 작동했는지보다는, 프로그램의 내용이나 참여 결과에 더 큰 관심이 집중되어 온 것이다. 그러나 복지관은 단순한 물리적 수용 공간이 아니라, 참여자들의 일상 동선 속에서 반복적으로 경험되는 생활세계의 장소이며, 그 자체로 정서적 안정과 사회적 연결의 조건을 형성하는 공간이다. (고선애, 2020; 김아영·김효정, 2021)

장소성에 관한 논의는 공간을 단순한 배경이나 물리적 환경이 아니라, 사람의 경험과 기억, 관계, 감정이 축적되며 의미를 획득하는 장으로 이해한다. 이러한 관점에서 보면, 복지관은 단지 ‘수업을 받는 곳’이 아니라, 익숙한 시간표와 동선을 통해 반복적으로 접근되고, 타인과 인사를 나누며, 자기 삶의 흔적을 남기고, 때로는 작품과 이야기를 전시하고 공유하는 장소가 된다. 즉, 복지관은 참여자의 삶 바깥에 있는 중립적 공간이 아니라, 삶의 안쪽으로 들어와 정서와 관계를 매개하는 생활문화적 공간으로 이해될 필요가 있다.

특히 고령층에게 장소는 단지 물리적 편의성의 문제가 아니다. 노년기에는 집과 병원, 시장, 종교공간, 복지관과 같은 몇몇 공간이 삶의 주요 리듬을 형성하는데, 이들 공간이 어떤 감각으로 경험되는지는 삶의 안정감과 연결된다. 복지관이 “그저 다니는 기관”이 아니라 “다시 오고 싶은 곳”, “내가 머물 수 있는 곳”, “누군가를 만날 수 있는 곳”, “내가 한 일이 남는 곳”으로 경험되기 시작할 때, 그 공간은 단순한 행정적 시설을 넘어 삶의 장소가 된다. 본 연구에서 주목하는 장소감은 바로 이러한 변화의 감각이다.

또한 장소성은 관계와 분리되지 않는다. 복지관 안에서 특정한 자리, 특정한 시간, 특정한 얼굴들이 익숙해지는 경험은 공간에 대한 친숙함과 관계적 안정감을 동시에 형성한다. 누군가와 함께 그림을 그리고, 서로의 작품을 보고 이야기하며, 전시를 준비하고 관람하는 과정은 복지관 공간에 새로운 의미를 부여한다. 전시는 특히 중요한데, 전시를 복지관을 일상적인 활동 장소에서 ‘나의 작품과 이야기가 드러나는 장소’로 전환시키며, 공간의 위상을 바꾸는 경험이 되기 때문이다. 이러한 점에서 전시는 단지 결과 발표의 장이 아니라, 장소감이 형성되고 확장되는 전환지점으로 이해될 수 있다.

복지관 기반 예술활동을 장소성의 관점에서 바라본다는 것은, 결국 프로그램의 효과를 개인 내면의 심리 변화로만 환원하지 않는다는 뜻이기도 하다. 정서적 안정, 관계의 변화, 자기표현의 확장 같은 경험은 그것이 이루어진 장소의 구조와 조건, 그리고 공간 안에서의 반복된 몸의 이동과 타인과의 상호작용 속에서 함께 발생한다. 따라서 복지관은 연구의 배경이 아니라, 변화의 조건이자 매개이다.

본 연구는 이러한 인식을 바탕으로 복지관을 생활권 기반의 공공문화 공간으로 이해하고, 그 안에서 이루어진 시각예술 참여 경험이 참여자들에게 어떠한 장소적 의미를 형성했는지를 살펴보고자 한다. 특히 복지관이 어떻게 ‘수업 공간’에서 ‘내 자리’로, ‘머무는 곳’에서 ‘기억과 작품이 남는 곳’으로 이동하는지를 추적함으로써, 예술참여가 장소성 형성에 미치는 영향을 보다 구체적으로 드러내고자 한다.

3. 선행연구의 한계와 본 연구의 차별성

앞서 살펴본 선행연구들은 고령층 예술참여의 중요성과 다층적 의미를 이해하는 데 중요한 기반을 제공한다. 그럼에도 불구하고 본 연구가 새롭게 개입하고자 하는 지점은 분명하다. 본 연구가 선행연구와 구별되는 차이는 크게 세 가지로 정리할 수 있다.

첫째, 본 연구는 고령층 예술참여를 정서·관계·장소감의 연결된 변화 과정으로 본다는 점에서 개념적 차별성을 지닌다. 기존 연구가 정서 효과, 관계의 확장, 삶의 만족도, 참여 의미 등을 각각의 범주로 다루는 경우가 많았다면, 본 연구는 이 요소들이 실제 참여 경험 속에서는 서로 분리되어 나타나지 않는다고 본다. 마음이 편안해지는 경험은 관계의 문을 열고, 관계가 열리면 공간은 더 익숙하고 친밀한 장소로 느껴지며, 그러한 장소감은 다시 참여를 지속하게 만드는 힘으로 작동한다. 즉, 본 연구는 각각의 변화를 병렬적으로 나열하는 것이 아니라, 하나가 다른 하나를 매개하고 확장시키는 연결 구조로 이해하고자 한다.

둘째, 본 연구는 복지관을 단순한 프로그램 배경이 아니라 변화의 조건이 되는 생활권 공간으로 본다는 점에서 차별성을 갖는다. 복지관은 정기적 참여를 가능하게 하는 시간 구조, 반복적으로 마주치는 사람들, 작품을 전시하고 공유할 수 있는 공간, 그리고 비교적 안전하게 표현하고 머물 수 있는 분위기를 제공한다. 이러한 요소들은 단순히 프로그램 외부의 조건이 아니라, 정서 안정과 관계 형성, 장소감 확장에 직접적으로 작용하는 매개이다. 본 연구는 복지관이라는 공간이 어떻게 '배경'에서 '의미 있는 장소'로 전환되는지를 분석의 핵심에 둔다.

셋째, 본 연구는 연구 결과를 단지 해석에 머무르게 하지 않고, 생활문화 운영을 위한 실천적 언어로 번역하고자 한다는 점에서 실천적 차별성을 가진다. 현장 운영자에게 중요한 것은 예술참여가 좋다는 일반론보다, 무엇이 참여자의 마음을 열었고, 어떤 공유 방식이 관계를 만들었으며, 어떤 공간적 장치가 장소감을 강화했는지에 대한 구체적인 힌트이다. 따라서 본 연구는 설문, 작품, FGI, 관찰 기록을 교차해 정리한 뒤, 이를 바탕으로 복지관 현장에서 다시 활용할 수 있는 운영 조건과 설계 요소를 도출하려 한다. 이는 정책적 제언 이전에, 복지관 실무자와 예술교육 운영자가 참고할 수 있는 현장 적용 원리와 실천적 함의를 도출하려는 시도이기도 하다.

이러한 점에서 본 연구는 기존의 “효과가 있는가”라는 질문에서 한 걸음 더 나아가, “무엇이 어떻게 변화를 만들었는가”, “그 변화는 왜 복지관에서 가능했는가”, “그 경험을 어떻게 다시 운영 가능한 언어로 정리할 수 있는가”를 묻는다. 다시 말해, 본 연구는 복지관 기반 시각예술 참여를 통해 형성되는 정서·관계·장소감의 변화를 단지 결과가 아니라 과정과 구조로 이해하고자 하며, 이를 통해 고령사회에서 복지관이 생활권 기반 문화공간으로서 수행할 수 있는 역할과 의미를 보다 선명하게 드러내고자 한다.

III

1. 연구 대상과 범위

연구 대상 및 방법

본 연구는 의정부 노인종합복지관에서 운영된 시각예술 프로그램 〈시간을 잇는 살아있는 노래〉를 중심 사례로 설정하고, 복지관 기반 고령층 예술참여가 정서·관계·장소감의 변화로 어떻게 연결·생성되는지 그 과정을 탐색하고자 하였다. 따라서 본 연구의 대상은 프로그램 운영 자체에 국한되지 않으며, 참여자들이 프로그램에 참여하며 형성한 경험과 표현, 그리고 그 과정에서 생성된 기록과 산출물 전반을 포함한다.

연구의 공간적 범위는 의정부 노인종합복지관이며, 수업이 진행된 강의실뿐 아니라 전시가 구성된 공간, 복지관 내부의 동선과 이용 맥락까지를 분석 범위에 포함하였다. 이는 본 연구가 복지관을 단순한 '활동의 배경'이 아니라, 변화가 형성되는 조건이자 의미를 생성하는 생활권 기반 공간으로 이해하기 때문이다. 시간적 범위는 2025년 6월부터 11월까지 진행된 15회기 프로그램 운영 전 과정과 전시 과정, 그리고 이후 실시된 후속 집단면담(FGI) 및 그림활동 자료까지를 포괄한다. 참여자 범위는 프로그램 참여자 전체를 기본 맥락으로 삼되, 심층 자료 확보를 위해 FGI는 참여의 지속성, 작품 축적과 전시 참여(또는 주요 작업 경험) 등 참여 맥락을 고려하여 구성하였다.

본 연구는 특정 개인의 심리 상태를 진단하거나 결과를 통계적으로 일반화하는 데 목적을 두지 않는다. 오히려 사례 내부에서 나타난 변화의 징후와 전환지점, 그리고 정서·관계·장소감이 어떻게 서로를 매개하며 연결되는지를 과정 중심으로 해석하고 구조화하는 데 초점을 둔다.

2. 연구 방법

본 연구는 질적 사례연구 방법을 기반으로 수행되었다. 본 연구의 핵심 문제는 ‘예술참여가 효과가 있는가’라는 판정적 질문이 아니라, 복지관이라는 생활권 공간에서 시각예술 참여 경험이 어떤 장면과 조건을 통해 정서적 안정, 관계적 연결, 장소의 의미 전환으로 이어지는지를 밝히는 데 있다. 이에 따라 본 연구는 단일 프로그램 사례를 맥락적으로 탐색하고, 변화의 과정과 의미를 다층적으로 서술·해석하는 사례연구 접근을 채택하였다.

또한 본 연구는 단일 자료에 의존하지 않고, 설문·작품 및 전시 결과물·참여관찰 기록·집단면담(FGI)·그림활동 자료 등 복수의 자료를 함께 활용하였다. 이들 자료는 서로 다른 방식으로 경험의 단서를 제공하며, 특정 해석이 한 자료에만 근거해 형성되지 않도록 상호 보완적으로 사용되었다. 즉, 본 연구는 다양한 자료를 교차 확인하는 삼각검증의 원리에 따라 자료를 분석함으로써, 변화 과정에 대한 해석의 신뢰도를 확보하고자 하였다. 본 연구에서 삼각검증은 동일한 변화 징후가 설문·작품·면담·관찰 등 서로 다른 자료에서 일관되게 확인되는지 교차 점검하는 절차를 의미한다.

3. 자료 수집 방법

본 연구의 자료는 프로그램 운영 과정에서 축적된 자료와 연구 질문을 심화하기 위해 추가 수집한 자료로 구성된다. 첫째, 회기별 설문 및 참여자 응답 자료를 수집하였다. 각 회기에서 참여자들은 도입 및 마무리 단계의 질문에 단답형 또는 짧은 서술형으로 응답하였으며, 이는 회기별 정서 상태, 인상, 기억, 소감의 변화를 파악하는 기초 자료로 활용되었다. 짧은 응답이라 하더라도 반복적 표현과 단어 선택의 변화는 과정 분석의 중요한 단서가 될 수 있다. 설문 질문은 회기 도입(정서·기대·상상)과 마무리(인상·기억·의미)로 구성되었으며, 단답형 응답이라도 반복되는 표현과 어휘 선택의 변화에 주목하였다.

둘째, 작품 및 전시 결과물을 주요 자료로 수집하였다. 참여자들이 회기별로 제작한 작품과 전시에 포함된 결과물, 그리고 전시에서 함께 제시된 문구(‘가장 소중한 것’)는 정서·관계·장소감 변화가 시각적·언어적 형태로 응축된 자료로 이해되었다. 작품은 기술적 완성도를 평가하기 위한 대상이 아니라, 참여자의 감정과 기억, 자기표현 방식이 어떻게 변화하는지 읽어내는 자료로 다루었다. 특히 전시에서 제시된 문구는 참여자가 프로그램 경험을 삶의 가치 언어로 압축해 표명한 자료로서, 관계 변화(공유/인정) 및 장소감 변화(공적 공간에 남는 흔적) 분석의 핵심 근거로 활용하였다.

셋째, 참여관찰 및 운영기록(연구자 메모 포함)을 수집하였다. 프로그램 진행 과정에서 관찰된 참여자의 태도 변화, 물입의 정도, 상호작용 양상, 공간 사용 방식, 집단 분위기의 변화는 설문이나 면담에서 직접적으로 포착되지 않는 장면을 보완하는 자료로 활용되었다.

넷째, 1·2차 FGI를 실시하였다. 1차 FGI는 프로그램 참여의 동기, 기억에 남는 활동, 참여 이후 달라진 점, 전시 경험, 정서 변화와 관계 변화 등을 중심으로 참여 경험을 종합적으로 회상·서술하도록 구성하였다. 2차 FGI는 1차에서 상대적으로 발화가 적었던 ‘장소감(복지관의 의미, 공간 경험, 생활권 공간으로의 체감)’을 보다 집중적으로 탐색하기 위한 목적에서 설계되었다.

다섯째, 면담을 보조하고 경험을 보다 구체화하기 위해 그림활동 자료를 수집하였다. 원·도식·장면 그리기 등 시각적 표현은 참여자들이 말로 설명하기 어려운 감정과 관계, 공간 경험을 구조적으로 드러내는 데 유용하며, 특히 장소감 탐색을 심화하는 보조 자료로 활용되었다.

4. 자료 분석 방법

자료 분석은 정서·관계·장소감의 세 축을 중심으로 진행하되, 세 축이 실제 경험 안에서 어떻게 연결되고 서로를 강화하는지, 그리고 변화가 두드러지게 전환되는 지점을 함께 해석하는 방식으로 이루어졌다.

분석의 첫 단계에서는 설문, 작품 및 전시 자료(사진 및 기록 포함), FGI 전사본, 관찰 및 운영기록을 회기와 주제, 참여 맥락에 따라 정리하고, 반복적으로 등장하는 표현·장면·행동을 중심으로 1차 코딩을 수행하였다. 이때 정서 범주는 안정·몰입·기쁨·부담·자부심 등으로, 관계 범주는 함께 있음·말하기/듣기·공유·인정·외부 관계 확장 등으로, 장소감 범주는 익숙함·내 자리·공간 의미 전환·전시 이후 공간 재인식·일상 공간으로의 확장 등으로 분류하여 초기 코드를 도출하였다.

두 번째 단계에서는 초기 코드를 범주화하여 2차 코딩을 수행하고, 변화가 뚜렷하게 드러나는 전환지점을 정리하였다. 예컨대 프로그램 진입의 부담이 완화되는 시점, 몰입과 정서적 안정이 형성되는 구간, 작품 공유와 인정 경험의 강화되는 장면, 전시를 통해 공간의 의미가 전환되는 사건 등은 변화 과정의 핵심 전환지점으로 분석되었다.

세 번째 단계에서는 삼각검증을 실시하여 해석의 일관성과 신뢰도를 점검하였다. 예를 들어 FGI에서 나타난 정서 변화의 진술이 회기별 설문 응답이나 작품 변화, 관찰 기록에서도 유사한 방향으로 확인되는지 교차 검토하였으며, 특정 해석이 단일 발화나 인상에 의존하지 않도록 자료 간 근거를 연결하였다.

마지막 단계에서는 정서·관계·장소감의 분석 결과를 통합하여 변화 과정 모델을 정리하였다. 이를 통해 복지관 기반 시각예술 참여 경험의 '진입-몰입-공유-전시-확장'과 같은 단계적 흐름 속에서 어떻게 전개되는지, 그리고 각 단계에서 어떤 운영 요소(질문 구조, 반복 참여, 전시·기록·공유 장치, 공간 사용 방식 등)가 변화 생성에 기여했는지를 통합적으로 해석하였다.

IV

프로그램 개요와 운영 맥락

1. 〈시간을 잇는 살아있는 노래〉 프로그램 개요

〈시간을 잇는 살아있는 노래〉는 의정부 노인종합복지관에서 운영된 시각예술 중심 문화예술교육 프로그램으로, 고령층 참여자가 자신의 삶의 기억과 감정, 일상의 경험을 시각적 표현으로 풀어내고 이를 타인과 공유할 수 있도록 기획되었다. 본 프로그램은 미술기법 습득을 중심에 두기보다, 참여자의 정서적 안정과 자기표현의 확장, 관계적 연결, 그리고 복지관 공간을 생활문화의 장소로 경험하게 하는 과정을 핵심 목표로 삼아 설계되었다.

프로그램은 총 15회기로 구성되었으며 2개 반으로 운영되었다. 운영 기간은 2025년 6월부터 11월까지로, 매주 화요일 오전(10:00~12:00)과 오후(13:00~15:00)에 진행되었다. 운영 인력은 주장사와 보조강사 체제로 구성되었으며, 고령층 참여자의 신체적·인지적 특성을 고려해 단계적 접근을 취했다. 특히 도입부에는 참여자의 정서와 감정을 유연하게 여는 질문을 배치하고, 활동의 난이도와 과업 부담을 조절함으로써 참여의 문턱을 낮추는 데 주안점을 두었다. 이는 프로그램의 목표였던 정서적 안정과 자존감 회복, 감성 언어의 확장, 관계 경험의 형성, 마지막 개인 전시를 통한 성취감 강화와도 연결된다.

2. 회기별 흐름과 핵심 활동

본 프로그램은 초기의 진입 단계에서 출발하여, 중반의 표현 심화 및 몰입 단계, 후반의 전시 준비·공유 단계로 확장되는 흐름으로 구성되었다. 초반 회기에서는 자기소개적 성격의 활동과 가벼운 표현을 통해 낯설고 긴장을 완화하고, 참여자가 '표현하는 사람'으로 프로그램에 진입할 수 있도록 돕는 데 초점을 두었다. 중반 회기에서는 감정과 기억을 시각화하는 활동이 심화되었으며, 특히 큰 화면(대형 캔버스) 작업은 몰입 경험을 강화하고 표현의 축적을 촉진하는 핵심 장면으로 작동하였다.

후반 회기에서는 전시를 위한 정리와 선택, 작품 의미화 과정이 진행되었고, 전시는 프로그램의 성과를 외부로 드러내는 사건인 동시에 복지관 공간의 의미를 전환시키는 매개로 기능하였다.

회기별 세부 구성은 아래의 요약표(표 1-1)에 정리하였다. 표는 각 회기의 주제와 활동을 단순 나열하기보다, 연구의 분석축(정서·관계·장소감) 관점에서 해당 회기의 의미를 함께 제시함으로써 이후 분석 장(5~7장)과 연결되도록 구성하였다.

■ <표 1-1> 시간을 잇는 살아있는 노래 프로그램 내용

회기	핵심주제	주요활동	의미
1회기	나를 소개하는 이야기	자기소개, 자신의 이야기/감정 꺼내기, 첫 설문 및 표현 활동	낯선 공간과 활동에 대한 긴장을 낮추고, 자기표현의 시작점 마련
2회기	감정과 기억의 문 열기	도입 질문을 통해 감정과 기억을 꺼내고 가벼운 시각 표현 시도	감정을 말과 이미지로 연결하는 첫 단계, 자기개방의 문턱 낮춤
3회기	기억과 감각의 확장	삶의 장면, 감정, 떠오르는 이미지를 이야기하고 시각화	자신의 기억과 감정을 구체적 이미지로 전환하기 시작
4회기	삶의 감정과 장면 표현	감정이 남은 장면, 삶의 흔적을 그림으로 풀어냄	정서적 경험이 보다 분명한 시각 표현으로 이동
5회기	내 마음의 색과 형태	색, 선, 형태로 현재의 감정 상태 표현	감정을 직접 말하기 어려운 참여자도 색과 형태로 우회적 표현 가능
6회기	나의 이야기, 나의 화면	개인 기억과 감정을 작품 화면에 배치하는 경험	작품을 '내 이야기'의 그릇으로 받아들이기 시작
7회기	함께 보는 나의 감정	각자의 표현을 공유하고, 서로의 작업을 보며 반응 나누기	타인의 시선과 반응이 개별 표현을 관계적 경험으로 확장
8회기	나의 감정이 머무는 자리 ①	큰 캔버스 작업 시작, 감정의 자리와 흔적 표현	대형 화면 작업을 통해 몰입과 집중이 깊어짐
9회기	나의 감정이 머무는 자리 ②	큰 화면 안에서 색, 선, 흔적을 쌓아가며 작업 지속	자신의 감정을 지속적으로 붙들고 화면에 머무르게 함
10회기	나의 감정이 머무는 자리 ③	작품을 다듬고 화면 안의 의미를 다시 바라봄	'내가 만든 것'에 대한 애착과 자부심 형성
11회기	함께 머무는 감정	큰 캔버스 작업과 개별 작품을 함께 보고 이야기 나눔	공동체 안에서 작품을 공유하며 관계의 온도 상승
12회기	전시를 향한 정리	작품 선택, 손보기, 전시를 위한 준비	자신의 작업을 '보여줄 수 있는 것'으로 인식하기 시작
13회기	전시 준비와 자기 해석	어떤 작품을 걸지 선택하고 작품의 의미를 말해봄	자기 작업에 대한 해석과 설명이 가능해짐
14회기	전시와 공유	복지관 공간 안에 작품을 전시하고 함께 관람	복지관이 단순 수업 공간에서 '내 작품이 머무는 장소'로 바뀜
15회기	가장 소중한 것	가장 소중한 것을 적어 작품 옆에 걸고 마무리	삶의 가치와 작품, 공간을 연결하며 정서·관계·장소감이 통합됨

3. 전시로의 확장 과정

본 프로그램에서 전시는 단순한 결과 발표가 아니라, 참여 경험을 공적 장면으로 전환시키는 중요한 전환지점이었다. 참여자들은 프로그램 과정에서 축적한 다양한 작업 가운데 전시에 게시할 작품을 선택하고, 작품의 의미를 다시 해석하는 과정을 거쳤다. 또한 전시에서는 작품과 함께 '가장 소중한 것'과 같은 문장을 남기는 활동이 포함되었는데, 이는 참여자가 프로그램 경험을 삶의 가치 언어로 압축해 표명하는 기록으로서 이후 관계 변화(공유·인정) 및 장소감 변화(공적 공간에 남는 흔적) 분석의 핵심 자료로 활용된다.

전시가 구현되면서 복지관은 수업이 이루어지던 공간을 넘어, 참여자의 표현이 공간 안에 '남는' 장소로 경험되기 시작했다. 참여자들은 전시된 작품을 보며 자부심과 놀라움을 경험했고, 작품을 사진으로 기록해 가족·지인·공동체 구성원에게 공유하거나, 일부 작품을 집에 걸어두는 방식으로 경험을 일상으로 확장하기도 했다. 따라서 전시는 정서적 성취감과 사회적 인정의 경험을 강화하는 동시에, 복지관 공간의 의미를 '수업 공간'에서 '기억과 표현이 머무

는 장소'로 전환시키는 매개로 작동하였다.

4. 복지관이라는 공간의 특성과 운영 맥락

복지관은 본 연구에서 단지 프로그램이 열린 배경이 아니라, 변화가 생성되는 조건을 제공한 생활권 기반 공간이다. 복지관은 참여자에게 접근 가능하고 반복적으로 방문 가능한 장소이며, 일정한 시간표와 공간 구조 속에서 활동이 지속될 수 있다는 점에서 예술참여의 안정적인 기반을 마련한다. 특히 고령층에게 반복되는 방문과 익숙한 동선은 참여의 부담을 줄이고, 활동 지속성을 높이는 중요한 조건으로 작동할 수 있다.

복지관은 또한 관계가 형성·유지되는 공간적 맥락을 제공한다. 프로그램 안에서 형성된 상호작용은 수업실 내부에만 머무르지 않고, 복지관의 복도·휴게 공간·기타 이용 공간과 겹치며 확장될 수 있다. 이러한 공간적 중첩은 참여자에게 '함께 있음'의 경험을 강화하고, 프로그램 외의 시간에도 관계가 이어질 수 있는 여지를 만든다. 나아가 복지관은 전시·공유가 가능한 공적 공간을 내포하고 있어, 참여자의 작업이 개인적 결과물에 머무르지 않고 공동체 안에서 가시화될 수 있는 조건을 제공한다.

운영 맥락 측면에서 복지관은 참여자에게 비교적 안정적인 환경(친숙한 실무자, 반복되는 시간 구조, 기본적인 지원 체계)을 제공하며, 이는 새로운 활동에 대한 심리적 불안을 완화하고 정서적 안정감을 형성하는 데 기여한다. 특히 본 프로그램은 도입 질문과 단계적 활동 설계를 통해 참여자의 부담을 조절하고, 참여자가 자신의 속도로 머물고 표현할 수 있도록 운영되었다. 이러한 방식은 정서적 안정, 관계 형성, 장소감 형성으로 이어지는 과정의 토대가 된다.

5. 연구 현장으로서 복지관의 의미

본 연구에서 복지관은 '연구가 수행된 장소'이면서 동시에 '연구의 핵심 개념(장소감)이 생성되는 장'으로 이해된다. 복지관은 익숙함과 새로움이 동시에 존재하는 공간이다. 참여자들은 익숙한 생활권 공간 안에서 낯선 표현 활동을 시도하며, 반복 참여를 통해 자신이 머물 수 있는 시간을 갖고, 전시를 통해 자신의 작업과 언어를 공적으로 남기는 경험을 했다. 이 경험은 복지관이 단순한 이용시설이 아니라, 참여자의 정서와 관계, 기억과 표현이 축적되는 장소로 전환될 수 있음을 보여준다.

연구자 또한 복지관 현장에서 참여자의 말과 침묵, 작품의 변화, 공간 사용 방식, 공유의 장면을 가까이 관찰할 수 있었으며, 이는 설문이나 면담만으로는 포착하기 어려운 변화의 미세한 징후를 읽어내는 데 기여하였다. 즉, 복지관은 연구의 배경이 아니라 변화가 형성되는 과정과 조건을 관찰·해석할 수 있게 해주는 실천 현장이었다. 이러한 점에서 본 연구의 프로그램 분석은 활동 내용의 기술을 넘어, 복지관이라는 생활권 공간이 예술참여 경험과 결합하며 변화의 조건을 어떻게 형성하는지에 대한 이해로 확장된다.

1. 무엇이 '마음을 놓이게'했을까: 예술참여의 정서적 진입

프로그램 초기에 참여자들이 보인 정서 상태는 대체로 기대와 낮춤이 뒤섞인 형태였다. 일부 참여자들은 새로운 활동에 대한 호기심을 가지고 있었지만, 동시에 “내가 잘할 수 있을까”, “이 나이에 그림을 그릴 수 있을까”, “그냥 구경이나 하러 왔다”는 식의 조심스러운 태도를 보였다. 이는 단순한 겸손의 표현이라기보다, 새로운 예술 활동 앞에서 자신을 드러내야 하는 상황에 대한 심리적 부담과 긴장을 반영하는 것으로 볼 수 있다. 특히 시각예술 활동은 결과물이 눈에 보이는 형태로 남는다는 점에서, 참여자들에게는 기술적 부담과 비교의 두려움을 동시에 일으킬 가능성이 있었다.

이러한 초기 긴장은 단지 예술활동 자체에 대한 부담에서만 비롯된 것이 아니었다. 복지관이라는 공간이 이미 익숙한 생활권 장소였다고 하더라도, 그 안에서 ‘그림을 그리고 자기 이야기를 꺼내는 사람’으로 존재하는 경험은 여전히 새로운 역할을 요구했다. 따라서 프로그램의 초반부는 참여자들이 복지관 안에서 기존의 이용자, 수강자, 방문자라는 위치를 넘어, 표현하는 사람으로 자리 잡을 수 있을지 스스로 시험해보는 시간이었다고 할 수 있다.

실제로 1차 FGI에서 일부 참여자들은 처음에는 “아무것도 모르고 왔다”, “그림 한다길래 한번 해보자 싶었다”, “재밌다고 해서 따라왔다”와 같은 방식으로 참여 계기를 이야기하였다. 이러한 발화는 초기 참여가 분명한 자기 확신에서 출발했다기보다, 주변의 권유와 호기심, 혹은 가벼운 동기로 시작되었음을 보여준다. 그러나 바로 이 지점이 중요하다. 강한 의욕이 아니라 가벼운 발걸음으로 시작된 참여였기 때문에, 이후 정서 변화는 더욱 선명하게 드러날 수 있었다. 다시 말해 본 프로그램의 정서 변화는 처음부터 적극적이고 자신감 있는 참여자들만의 변화가 아니라, 망설이고 주저하던 참여자들에게서도 확인되었다는 데 의미가 있다.

초기 회기에서 연구자가 관찰한 분위기 역시 이러한 긴장과 조심스러움을 반영하고 있었다. 참여자들은 자신의 작업에 대해 먼저 말하기보다는 다른 사람의 반응을 살피거나, “이렇게 하는 게 맞느냐”고 확인하는 경우가 많았다. 그러나 동시에 이러한 긴장 속에서도 질문을 따라 작은 그림을 그리거나, 자신이 좋아하는 것과 기억나는 장면을 조심스럽게 표현하기 시작하는 장면들이 나타났다. 이는 정서 변화가 갑작스럽게 생겨난 것이 아니라, 프로그램 초반의 안전한 도입 구조 속에서 서서히 시작되었음을 시사한다.

결국 참여 초기의 낮춤과 긴장은 이후 정서 변화의 출발점으로 이해될 수 있다. 중요한 것은 이 긴장이 완전히 제거된 상태에서 프로그램이 시작된 것이 아니라, 긴장이 존재한 채로 참여가 이루어졌고, 그 속에서 점차 마음이 열리고 안정으로 이동하는 흐름이 형성되었다는 점이다. 따라서 본 연구에서 정서 변화는 단순히 긍정적 감정의 증가로 보기보다, 낮춤과 불안을 머금은 상태에서 안전감과 편안함으로 이동하는 과정으로 파악될 필요가 있다.

2. “여기 오면 잡음이 없어져요”: 몰입과 안정의 경험은 어떻게 생기는가

참여가 반복되면서 가장 먼저 두드러지게 나타난 변화는 마음이 가라앉고 편안해지는 경험이었다. 이는 단순한 즐거움이나 흥미를 넘어, 프로그램 참여 시간이 참여자들에게 정서적 이완과 몰입의 시간을 제공했음을 보여준다. 1차 FGI에서 한 참여자는 “나는 여기 오는 미술 시간이 제일 좋아”라고 말하며, 이 시간이 일상 속 다른 어떤 시간보다도 특별한 의미를 갖게 되었음을 표현하였다. 또 다른 참여자는 “여기 와서 그거 하고 있으면 무슨 잡음이 없어지고, 아픈 데도 없어져”라고 말했는데, 이 발화는 시각예술 참여가 정서적 안정뿐 아니라 신체 감각의 변화와도 연결되어 체험되었음을 드러낸다. (표 1-2 참조)

이러한 발화들이 가리키는 핵심은 ‘만족’보다도 ‘정서적 전환’에 가깝다. 참여자들에게 수업 시간은 ‘그림을 배우는 시간’이기 이전에, 복잡한 생각과 불편한 감각에서 잠시 벗어나 몰입할 수 있는 시간이었다. 여기서 몰입은 단순히 활동에 집중했다는 의미에 그치지 않는다. 오히려 몰입은 참여자들에게 일상의 걱정, 관계 갈등, 신체적 피로, 심리적 답답함으로부터 잠시 떨어져, 지금 하고 있는 행위에 자신을 몰두어두는 정서 상태로 이해할 수 있다.

특히 시각예술 활동은 말로 설명하기 어려운 감정을 직접 드러내지 않아도, 손을 움직이고 색을 고르고 화면에 혼

적을 남기는 과정을 통해 정서의 흐름을 바꿀 수 있게 해준다. 참여자들은 감정을 반드시 설명하지 않아도 활동 안에 머물 수 있었고, 그 과정에서 마음이 정리되거나 이완되는 경험을 했다. 이러한 점은 언어 중심의 상담이나 대화와는 다른 예술활동의 특성이기도 하다. 말로 풀 수 없는 감정이 활동을 통해 다뤄질 수 있다는 점에서, 프로그램은 참여자들에게 보다 부담이 적은 방식으로 정서적 안정의 통로를 제공한 것으로 볼 수 있다.

또한 몰입은 개별 참여자의 내면 변화에만 머무르지 않았다. 큰 화면 작업이나 반복적 표현 활동에서는 시간이 길어질수록 참여자들이 주변의 시선을 덜 의식하고, 자신의 작업 안으로 깊이 들어가는 장면이 나타났다. 이때 연구자는 단순히 집중력이 높아졌다고 보기보다, 참여자들이 “내가 여기 있어도 된다”, “이 시간을 충분히 써도 된다”는 감각을 가지게 되었다고 해석할 수 있었다. 즉, 몰입은 활동 자체에 대한 집중된 동시에, 그 공간과 시간 안에서 자신이 안심하고 머물 수 있다는 정서적 허용의 감각과 연결되어 있었다.

따라서 본 연구에서 시각예술 참여의 정서 변화는, 참여자들이 예술활동을 통해 자기 마음을 잠시 붙들고 머물 수 있게 되는 경험, 다시 말해 몰입을 통한 정서적 안정의 형성으로 이해될 수 있다.

3. 감정 표현의 확장 : 색, 형태, 문장으로 마음을 옮기기

몰입과 안정의 경험이 축적되면서 참여자들에게서 두드러지게 나타난 변화는, 마음의 상태가 ‘느껴지는 것’에서 그치지 않고 표현 가능한 형태로 옮겨지기 시작했다는 점이다. 프로그램 초반에는 참여자들이 “잘 못 그린다”, “어떻게 해야 할지 모르겠다”는 반응을 보이며 활동을 조심스럽게 따라가는 경우가 많았다. 그러나 회기가 거듭될수록 참여자들은 색과 선, 형태, 화면 구성 등 시각적 요소를 통해 자신의 감정과 기억을 점차 구체화해 나갔다. 이 변화는 미술적 기술의 향상만을 의미하기보다, 내면의 정서가 ‘표현의 언어’를 획득해 가는 과정으로 이해될 수 있다.

정서 표현의 확장은 우선 비언어적 표현의 확장으로 나타났다. 참여자들은 감정을 언어로 명확히 설명하지 않더라도, 색의 강도와 대비, 화면의 채움 정도, 반복되는 선과 형태, 특정 이미지의 선택을 통해 자신의 상태를 드러냈다. 실제 작품들에서 초기의 조심스러운 흔적이 점차 화면 전체로 확장되거나, 색 사용이 풍부해지거나, 기억 장면이 보다 선명한 이미지로 등장하는 변화가 관찰되었다 (그림 1-1, 1-2 참조). 이는 감정이 내면에 머무르기보다, 시각적 형태로 외부화되어 공유 가능해지는 방향으로 이동했음을 시사한다.

동시에 언어적 표현의 확장도 함께 진행되었다. 참여자들은 후반으로 갈수록 자신의 작업을 설명하거나, 어떤 감정을 담았는지, 왜 이러한 장면을 선택했는지에 대해 이전보다 더 분명한 언어를 사용하기 시작했다. 특히 전시를 준비하는 과정에서 진행된 ‘작품의 의미를 다시 바라보기’와 ‘짧은 문장 쓰기’는 참여자에게 자신의 경험을 압축된 언어로 정리해보는 계기를 제공하였다. 전시에서 함께 제시된 문구(‘가장 소중한 것’)는 참여자가 프로그램 경험을 개인적 기분의 차원에서 삶의 가치 언어로 전환해 표명한 자료로서, 정서 변화가 의미화 단계로 진입했음을 보여주는 핵심 근거가 된다. 다시 말해, 이 문장 쓰기는 결과물에 덧붙이는 장식이 아니라, 참여자가 자기 경험을 “내 삶의 언어”로 다시 세우는 행위로 이해될 수 있다.

이러한 표현 확장을 가능하게 한 중요한 조건은, 강요가 아닌 ‘열어주는 질문 구조’와 반복적 표현의 기회였다. 프로그램은 정답을 요구하거나 특정 감정을 유도하기보다, “어떤 기분이 드는지”, “무엇이 떠오르는지”, “어떤 색이 맞는지”를 천천히 묻는 방식으로 구성되었다. 이는 참여자에게 ‘올바르게 표현해야 한다’는 부담을 낮추고, 지금 떠오르는 감정과 기억을 조심스럽게 꺼내도 된다는 허용의 분위기를 형성하였다. 또한 정서 표현은 한 번의 깊은 고백으로 성립되기보다, 여러 회기에서 반복되는 활동과 질문을 통해 조금씩 열리고 축적되는 방식으로 나타났다.

감정 표현의 확장은 정서 변화의 중요한 지표이다. 마음이 편안해졌다는 경험은 개인 내부의 변화로 머무를 수 있지만, 그 감정이 색과 형태, 문장으로 표현될 때 비로소 타인과 공유될 수 있는 경험이 된다. 따라서 본 연구에서 정서 변화는 안정감의 증가만이 아니라, 감정을 표현할 수 있는 ‘이미지 언어’와 ‘삶의 문장’이 생겨나는 과정까지 포함하는 것으로 이해될 필요가 있다. 그리고 이 표현의 확장은 이후 관계 변화(작품 공유-인정)와 장소감 변화(복지관 공간에 ‘내 흔적’이 남는 경험)로 이어지는 중요한 매개가 된다.

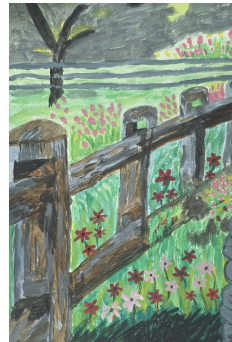
■ <표 1-2> 정서변화 발화표

구분	내용
참여자 A (김OO)	“우리 큰딸이 미술을 잘 그려 줘 잘했어요. 미술 전공은 안 했어도 그러면서 너무 좋아해요. 그래서 저는 그때부터 그런가 보다 하고 열심히 했지 하다 보니까 또 내가 흥미가 불터라고요.” “내가 자랑스러웠죠”
참여자 B (이OO)	“어릴 때 크레용을 충분히 써 보지 못하는 기억이 있어서 재료를 마음껏 써보고 싶었는데 여기와서 세세하게 가르쳐주고, 응원해줘서 계속 참여하고 싶은 마음이 생겨요. “근데 이제 먹고 살고 이렇게 오랫동안 이제 지나다 보니까 기복도 심하고 사람이 살아가면서 뭐 좋은 일도 나쁜 일도 이제 많이 있었는데 이제 나이가 이제 어느 정도 이렇게 되니까 복지관을 오게 됐는데 여기서 예술 프로그램을 하니 선생님들까지 그냥 마음에 딱 들고 기분이 좋아지고, 계속 하고 싶은 마음이 생기더라고요”
참여자 C (정OO)	“너무 잘 그린 사람들보다 우리가 한 그림이 제일 좋아.” “나는 여기 오는 시간이 무슨 운동을 하는 것보다 뭐 하는 것보다 제일 행복하고 좋아” “여기 와서 그거 하고 있으면 무슨 잡음이 없어지고 아픈 데도 없어져.” “너무 즐거워요. 이 그림을 그리면 이런 잡 생각이 없어지고 이런 이런 자기애다가 이제 재미를 붙이면은 치매 같은 게 오지 않는다고... 심리적으로 좋고 마음이 좋아지고 마음이 편안해지고 한다고 그러다고 나보고 여기(복지관)를 가라고 해서 내가 오게 된거야.”
참여자 F (박OO)	“내가 미술도 못하는데 전시장에 걸어 놓으니까 아주 그냥 무슨 미술 작가가 된 것처럼 작가님 작가님 하나까 기분이 이상하게 좋더라고요”

■ [그림 1-1] 참여자 A (김OO)



■ [그림 1-2] 참여자 C (정OO)



4. ‘나를 보는 시선’은 어떻게 바뀌었나: 자기평가, 자존감의 미세한 이동

프로그램 후반으로 갈수록 정서 변화는 안정과 표현의 수준을 넘어, 성취감과 자기효능감, 그리고 자기인식의 변화로 이어졌다. 참여자들은 자신의 작품이 완성되어 가는 모습을 보며 “내가 이걸 했나”라는 놀라움과 뿌듯함을 경험했고, 전시를 준비하며 그것을 타인과 공유할 수 있다는 점에서 더욱 큰 자부심을 느꼈다. 1차 FGI에서 한 참여자가 “자랑스러웠죠”라고 짧고 분명하게 말한 것은, 프로그램이 단지 편안한 시간이었을 뿐 아니라 자신을 다시 긍정적으로 보게 하는 계기였음을 상징적으로 보여준다. (표 1-2)

또 다른 참여자들은 가족이나 지인으로부터 “잘했다”, “엄마 잘 그렸다고 그래”, “너무 잘했다”와 같은 반응을 들었다고 이야기하였다. 이러한 인정은 단지 외부의 칭찬을 받은 사건으로 끝나지 않았다. 그것은 자신이 만든 결과물이 타인에게 보여질 만한 것이라는 확신을 형성하고, “나는 이런 걸 할 수 있는 사람”이라는 자기 인식의 변화를 가능하게 했다. 즉, 성취감은 개인 내부에서만 만들어진 것이 아니라, 타인의 반응과 공유의 경험을 통해 강화되었다.

특히 큰 캔버스 작업과 전시 경험은 이러한 자기효능감 형성에 중요한 역할을 했다. 큰 화면에 오랜 시간 흔적을 남기고, 그것이 하나의 완성된 작업으로 이어지는 과정은 참여자들로 하여금 단순히 수업을 따라간 것이 아니라 실제로 무언가를 이루어냈다는 감각을 가지게 했다. 이는 노년기의 일상에서 쉽게 경험하기 어려운 성취의 장면일 수 있다. 반복되는 일상, 제한된 활동 범위, 사회적 역할 축소 속에서 자신이 한 일의 결과가 선명하게 남고 공유되는 경험은 참여자들에게 강한 정서적 인상을 남겼다.

여기서 주목할 점은, 자기효능감이 단순히 “내가 잘 그린다”는 기술적 자신감으로만 나타난 것이 아니라는 점이다. 오히려 참여자들이 느낀 변화는 “내가 해냈다”, “나도 할 수 있다”, “내 작품을 누군가에게 보여줄 수 있다”, “내가 만든 것이 집에 걸려 있다”는 보다 존재론적인 차원의 자기인식 변화에 가깝다. 이는 기술의 향상보다 자신에 대한 시선의 이동이라는 점에서 더욱 중요하다.

이처럼 프로그램을 통해 나타난 성취감과 자기인식 변화는 정서 변화의 심화된 단계로 볼 수 있다. 마음이 편안해지고, 감정을 표현할 수 있게 된 이후, 참여자들은 점차 자신을 이전과 다르게 보기 시작했다. 그리고 이 변화는 이후 관계의 확장과 장소감 형성에도 중요한 기반이 되었다. 다시 말해, 정서 변화는 단순히 내면의 안정에서 끝나지 않고, 자신을 긍정적으로 다시 인식하는 감각으로 이어졌다는 점에서 의미가 크다.

5. 정서 변화의 전환지점 정리: 핵심장면과 근거

본 연구에서 전시는 정서 변화가 개인 내부의 경험을 넘어 보다 공적인 감정 경험으로 확장되는 중요한 계기였다. 프로그램 동안 축적된 작업이 전시라는 형태로 공간 안에 놓이고, 타인의 시선 속에서 다시 읽힐 때, 참여자들의 감정은 이전과는 다른 층위로 이동하였다. 전시 전까지의 정서 변화가 주로 물입, 안정, 표현, 성취감의 차원에 머물렀다면, 전시 이후에는 자부심, 설렘, 부끄러움, 놀라움, 기쁨이 뒤섞인 보다 복합적인 감정이 나타났다.

특히 전시 공간 안에서 자신의 작품을 바라보는 경험은 참여자들에게 강한 인상을 남겼다. 그림은 더 이상 교실 안에서 잠시 완성된 개인 작업이 아니라, 복지관이라는 공적 공간 안에 걸리고 다른 사람들에게 보여질 수 있는 무엇이 되었다. 이러한 경험은 자신의 표현이 “작품”으로 불리고, 타인과 공유될 수 있다는 감각을 형성하며, 자기표현을 보다 확장된 차원에서 인식하도록 만들었다. 이는 정서적으로 자기 존재가 더 넓은 공간 안에 놓였다는 감각과도 연결된다.

또한 전시 이후 참여자들이 작품을 가족, 손자, 지인, 종교공동체 구성원 등에게 보여주고 자랑하는 행동은 감정의 확장을 잘 드러낸다. 작품을 사진으로 찍어 보내거나, 집에 걸어두거나, 누군가에게 “이거 내가 그린 거다”라고 말하는 행위는 자신이 경험한 기쁨과 자부심을 타인과 나누고자 하는 움직임이다. 이는 전시가 정서 경험을 공적인 차원으로 전환시키며, 자기 안의 감정을 관계 속으로 확장시키는 역할을 했음을 시사한다.

특히 “가장 소중한 것”을 적어 작품 옆에 걸었던 마지막 장면은 이러한 감정 확장의 상징적 절정으로 볼 수 있다. 참여자들은 단지 그림을 걸어두는 것이 아니라, 자신의 삶에서 가장 중요하게 여기는 가치를 짧은 언어로 적어 작품 곁에 두었다. 이는 감정이 더 이상 막연한 기분이 아니라, 삶의 의미와 연결된 상태로 정리되는 과정이었다. 다시 말해 전시는 작품의 완성뿐 아니라, 감정의 의미화를 가능하게 하는 장이었다.

결국 전시 이후의 정서 변화는 본 프로그램이 개인의 내면을 다루는 데서 멈추지 않았음을 보여준다. 마음의 안정과 자기효능감은 전시와 공유를 통해 자부심과 기쁨의 확장으로 이어졌고, 그 감정은 다시 관계와 장소의 의미를 풍부하게 만드는 기반이 되었다. 이 점에서 전시는 정서 변화의 결과이자, 또 다른 변화의 출발점이었다고 할 수 있다.

6. 정서 변화의 특징과 의미

이상의 분석을 종합하면, 본 프로그램에서 나타난 정서 변화는 단일한 심리 효과라기보다 낮설과 긴장에서 출발하여, 몰입과 안정, 감정 표현의 확장, 성취감과 자기인식의 변화, 전시 이후 자부심과 감정의 확장으로 이어지는 과정적 흐름으로 이해할 수 있다. 이는 정서 변화가 어느 한 순간에 발생한 결과가 아니라, 반복되는 참여와 표현, 공유, 전시 경험 속에서 단계적으로 형성되었음을 보여준다.

특히 주목할 점은 이 정서 변화가 “기분이 좋아졌다”는 수준을 넘어, 참여자들이 자신을 다시 바라보는 방식의 변화로 이어졌다는 점이다. 마음이 안정된다는 경험은 자신을 표현할 수 있게 만들었고, 그 표현은 타인과의 공유를 통해 인정의 경험으로 연결되었으며, 이는 다시 자부심과 자기효능감으로 확장되었다. 즉, 정서 변화는 개인 내부의 심리 상태 변화이면서 동시에, 이후 관계와 장소감 변화를 가능하게 하는 기반으로 작용하였다.

따라서 본 연구에서 정서 변화는 단순한 프로그램 효과의 하나가 아니라, 복지관 기반 예술참여가 삶에 개입하는 첫 번째 층위로 이해될 수 있다. 그것은 참여자들이 “마음이 편해졌다”고 말하는 순간에서 시작해, “내가 이걸 했다”, “이걸 보여주고 싶다”, “여기 오는 시간이 좋다”는 보다 확장된 삶의 감각으로 이어지는 변화였다. 그리고 바로 이 지점에서, 정서 변화는 관계 변화와 장소감 형성으로 넘어가는 통로가 된다.

VI

분석 결과 II : 관계 변화

1. 함께 있었기 때문에 바뀐 것: 관계 변화의 출발점

본 프로그램에서 나타난 관계 변화의 출발점은 거창한 친밀감이나 강한 유대감이 아니라, 같은 시간에 같은 공간에 함께 머무르는 경험이었다. 참여자들은 처음부터 서로 깊이 있는 관계를 맺고 있었던 것이 아니라, 복지관이라는 공간 안에서 같은 테이블에 앉고, 같은 재료를 쓰고, 같은 질문을 듣고, 같은 흐름 안에서 작업을 이어가는 과정을 반복하며 서서히 관계의 기반을 쌓아갔다. 이러한 ‘함께 있음’은 단순히 물리적으로 같은 공간에 있는 상태를 넘어, 각자의 표현이 서로의 존재를 의식하게 하고, 다른 사람의 작업과 반응을 자연스럽게 바라보게 만드는 관계적 조건으로 작동하였다.

초기 회기에서 참여자들은 자신의 작업에 집중하는 한편, 다른 사람의 반응을 조심스럽게 살피는 태도를 보였다. 이는 새로운 활동에 대한 긴장과 더불어, 집단 안에서 자신이 어떻게 보일지에 대한 의식이 함께 작동했기 때문으로 볼 수 있다. 그러나 시간이 지나면서 이 조심스러움은 점차 관계적 익숙함으로 전환되었다. 누군가 먼저 색을 칠하는 모습을 보고 말을 건네거나, 다른 사람의 작품을 보며 “잘했다”, “예쁘다”, “그건 어떻게 했느냐”고 묻는 장면들이 늘어나기 시작했다. 이러한 상호작용은 겉으로 보기에는 사소한 말 몇 마디에 불과할 수 있지만, 바로 그 사소한 장면들이 관계 형성의 실제적 출발점이었다.

특히 주목할 점은 프로그램 안의 관계가 경쟁이나 비교를 기반으로 형성되기보다, 서로의 표현을 존중하는 분위기 속에서 만들어졌다는 점이다. 참여자들은 서로의 표현을 평가의 대상으로 보기보다, 함께 있는 사람의 흔적과 개성을 읽어내는 방향으로 반응하는 경우가 많았다. 이는 프로그램 운영 방식과도 관련이 있다. 수업은 “잘 그리는 것”보다 “표현해보는 것”을 중심에 두었고, 강사는 각자의 작업이 다르게 나오는 것을 자연스럽게 받아들이며 서로의 작업을 존중하는 분위기를 형성하고자 하였다. 이러한 환경 속에서 참여자들은 자신을 방어적으로 드러내기보다, 다른 사람과 나란히 있어도 괜찮다는 안정감을 조금씩 형성해갈 수 있었다.

FGI에서도 일부 참여자들은 “같이 있는 것 자체가 좋다”는 취지의 표현을 하였다. 이는 관계 변화가 반드시 깊은 대화나 친밀한 사적 교류에서만 시작되는 것이 아니라, 혼자 있지 않고 함께 있는 상태 그 자체가 의미를 갖게 되는 경험에서 시작될 수 있음을 보여준다. 노년기의 일상에서 사람과의 접촉이 줄어드는 상황을 고려할 때, 복지관이라는 공간 안에서 반복적으로 함께 머무는 경험은 관계 변화의 매우 기초적이지만 중요한 층위라고 볼 수 있다.

결국 프로그램 초반의 관계 변화는 ‘친해졌다’는 결과보다, 혼자에서 함께로 이동하는 감각, 그리고 다른 사람의 존재가 불편한 타인이 아니라 함께 시간을 보내는 사람으로 느껴지기 시작하는 변화에서부터 시작되었다고 할 수 있다. 이는 이후 말하기와 듣기의 변화, 작품 공유와 인정 경험으로 이어지는 관계 변화의 토대가 되었다.

2. 작품은 어떻게 말을 열게 했나 : 말하기 듣기의 변화

관계 변화가 보다 분명하게 드러난 지점은, 참여자들이 자신의 이야기를 꺼내고 다른 사람의 이야기를 듣는 방식이 달라졌다는 점이다. 프로그램 초반에는 활동 지시에 반응하거나 간단한 대답을 하는 수준에 머물렀던 말하기가, 시간이 지나면서 자신의 기억, 감정, 삶의 경험을 보다 자발적으로 이야기하는 방향으로 확장되었다. 이는 단순히 말의 양이 많아졌다는 의미가 아니라, 내가 여기서 내 이야기를 해도 된다는 감각이 생겼다는 뜻에 가깝다.

이러한 변화는 예술활동의 성격과 밀접하게 관련되어 있었다. 그림을 그리고 색을 선택하며 화면을 채워가는 과정은, 참여자들로 하여금 자신의 감정과 기억을 구체적인 대상과 연결해 떠올리게 했고, 이것이 다시 이야기의 실마리가 되었다. 다시 말해 말하기는 별도의 질문만으로 갑자기 생긴 것이 아니라, 작품을 매개로 조금씩 열리기 시작했다. “이건 왜 이렇게 그리셨어요?”, “이 색은 어떤 마음이에요?”, “이 장면은 어디예요?”와 같은 질문은 참여자들이 자기 삶의 한 조각을 비교적 부담 없이 꺼낼 수 있게 해주었다.

듣기의 변화도 함께 나타났다. 관계는 ‘내가 더 말하게 되는 것’만으로 형성되지 않으며, 타인의 경험을 듣고 반응하는 방식이 달라지는 과정과 결합된다. 참여자들은 다른 사람의 작품을 보며 궁금해 하거나, 자신의 경험을 상대의 말에 연결해 반응하기도 했다. “맞아요”, “나도 그래요”, “그 마음 알겠냐”와 같은 짧은 반응은 매우 중요한 관계적 신호였다. 이는 대화 기술의 문제가 아니라, 타인의 경험을 자신의 감각과 연결하여 이해하려는 태도가 작동한 결과이기 때문이다.

이러한 말하기듣기의 변화는 관계를 보다 질적인 층위로 이동시켰다. 처음의 관계가 ‘함께 있음’의 단계였다면, 여기서 관계는 서로의 내면을 조금 더 드러내고 받아들이는 상호작용의 단계로 확장된다. 특히 ‘듣기’가 가능해진 순간, 복지관 강의실은 단순한 수업 장소가 아니라 서로의 이야기가 오가는 장면의 공간으로 다시 경험되기 시작한다. 이는 이후 전시와 공유를 거치며 복지관 전체를 ‘내 흔적이 남는 곳’으로 느끼게 하는 장소감 변화의 기반이 된다.

3. 공유 인정 칭찬이 만든 관계

관계 변화가 가장 뚜렷하게 드러난 장면은, 참여자들이 자신의 작품과 경험을 타인과 공유하고, 그 과정에서 인정받는 경험을 하게 되었을 때였다. 프로그램 중반 이후 참여자들은 자신의 작업을 단지 개인적 결과물로만 두지 않고, 옆 사람에게 보여주거나, 서로의 작품을 보며 반응을 나누거나, 전시를 준비하며 작품의 의미를 설명하는 시간을 거쳤다. 이 과정은 단순한 결과 발표가 아니라, 자기표현이 사회적 관계 안으로 들어가는 과정이었다.

인정의 경험은 크게 두 가지 방식으로 나타났다. 하나는 프로그램 내부에서 참여자와 강사로부터 받는 인정이다. “잘했다”, “색이 좋다”, “이건 진짜 멋지다”, “이렇게 표현하니깐 좋다”와 같은 반응은 참여자들에게 자신의 표현이 가치 있는 것이라는 감각을 심어주었다. 이는 작품의 완성도를 평가하는 차원이 아니라, 내가 한 표현이 타인에게 닿았다는 감각을 형성하게 했다. 특히 초기에 “못 한다”, “자신 없다”고 말하던 참여자들에게 이러한 인정은 매우 중요한 전환점으로 작용했을 가능성이 크다.

다른 하나는 프로그램 외부로의 공유와 인정이다. FGI에서 참여자들은 자신의 작품이나 전시 사진을 가족, 지인, 종교공동체 사람들에게 보여주거나 보내주었다고 이야기하였다. “핸드폰에다 다 보여줬다”, “교회에 사진을 보냈다”, “잘했다고 해줬다”, “우리 식구들이 자랑스러워했다”는 식의 발화는 작품이 복지관 안에서만 의미를 갖는 것이 아니라, 참여자의 바깥 관계망 안에서도 새로운 대화와 인정의 계기가 되었음을 보여준다. 이는 예술활동이 개인의 감정 경험에서 머무르지 않고, 사회적 관계를 다시 연결하는 매개로 기능했음을 시사한다.

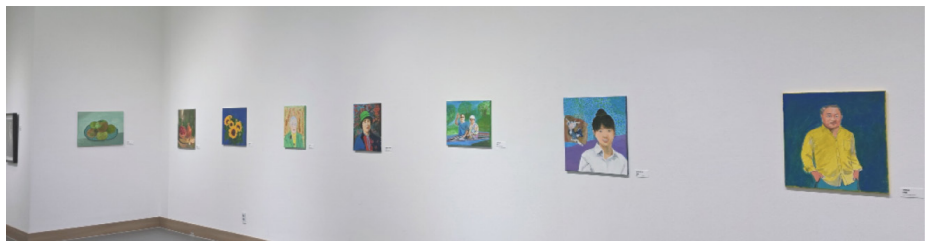
특히 전시는 인정과 공유의 경험을 가장 응축된 형태로 보여준 장면이었다. 작품이 복지관 안에 걸려 있고, 다른 사람들이 그것을 본다는 사실은 참여자들에게 강한 인상을 남겼다. 작품을 누군가에게 보여준다는 것은 자신의 표현을 관계의 장으로 내보내는 행위이며, 그에 대한 긍정적 반응은 자기효능감과 자부심을 강화하는 동시에, 타인과 다시 연결되는 기쁨을 만들어낸다. 어떤 참여자에게는 그것이 가족과의 대화 소재가 되었고, 어떤 참여자에게는 지인이나 공동체 구성원에게 자신을 다시 소개하는 계기가 되었다.

이처럼 인정과 공유의 경험은 관계 변화의 핵심적 매개였다. 프로그램이 관계를 만든 것은 단지 사람들이 한 공간에 함께 있었기 때문만이 아니라, 각자의 표현이 타인에게 닿고, 그것이 긍정적으로 받아들여지는 경험이 있었기 때문이다. 인정은 단지 칭찬을 듣는 사건이 아니라, “내가 한 일이 누군가에게 의미가 있다”는 관계적 감각을 형성하는 경험이다. 따라서 본 연구에서 관계 변화는 사적인 친밀감의 형성만이 아니라, 표현의 공유와 인정의 순환 속에서 만들어지는 사회적 연결감의 확장으로 이해될 수 있다.

4. 복지관 밖으로 이어진 이야기: 가족·지인·공동체로의 확장

프로그램 안에서 형성된 관계 변화는 복지관 내부에만 머무르지 않고, 가족과 지인, 지역사회 내 외부 관계로도 확장되는 양상을 보였다. 이는 매우 중요한 지점이다. 왜냐하면 복지관 안에서만 유효한 관계 변화라면 그것은 특정 프로그램 안의 일시적 효과로 해석될 가능성이 있지만, 바깥 관계로까지 이어진다면 예술참여가 참여자의 삶의 관망 자체에 흔적을 남겼다고 볼 수 있기 때문이다.

■ [그림 1-3] 전시장면 : 참여자의 표현이 ‘공적공간’에 놓인 순간



FGI에서 참여자들은 작품을 집에 걸어두거나, 자녀와 손자, 친척, 친구, 종교공동체 사람들에게 보여주었다고 말하였다. “이거 내가 그린 거다”, “집에 걸어놔다”, “잘했다고 했다”, “자랑했다”는 발화는 프로그램 경험이 가족 및 주변 사람들과의 관계 안에서 새로운 대화의 주제가 되었음을 보여준다. 특히 고령층의 일상에서 자신의 활동을 누군가에게 자랑스럽게 말할 수 있는 경험은 결코 사소하지 않다. 이는 단순한 결과 공유가 아니라, 자신의 현재 삶이 누군가에게 의미 있는 이야기로 전달되고 있다는 감각을 동반하기 때문이다.

일부 사례에서는 예술활동을 매개로 새로운 관계가 형성되거나, 이전보다 더 활발한 관계 경험이 나타나기도 했다. 이는 프로그램이 단지 이미 존재하던 관계를 강화하는 데 그치지 않고, 참여자에게 “나를 보여줄 수 있는 것”, “누군가와 나눌 수 있는 것”을 만들어줌으로써 관계 형성의 자원을 제공했음을 시사한다. 예술활동은 관계를 직접 만들어주는 것이 아니라, 관계가 열릴 수 있는 매개를 제공하는 것이다. 작품, 전시, 사진, 경험담은 모두 새로운 관계와 대화를 가능하게 하는 매개물로 기능하였다.

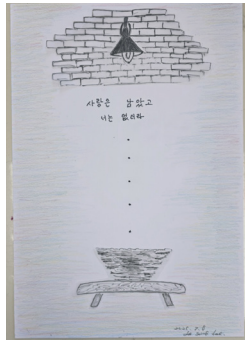
또한 이러한 외부 관계로의 확장은 참여자가 자신을 바라보는 방식과도 연결된다. 내가 만든 것을 누군가에게 보여주고, 그 반응을 받는 경험은 단지 타인과의 관계를 넓히는 데 그치지 않고, “나는 이야기할 것이 있는 사람”, “누군가에게 보여줄 수 있는 것을 가진 사람”이라는 자기 인식을 강화한다. 이는 정서 변화와 관계 변화가 서로 맞물리는 지점이기도 하다. 즉, 관계는 외부로 확장되면서 동시에 자기효능감과 자부심을 더 강화하는 방향으로 다시 개인에게 되돌아온다.

이러한 점에서 본 프로그램의 관계 변화는 복지관 내부의 한정된 친밀성에 머물지 않았다. 오히려 복지관에서의 경험이 참여자들로 하여금 자신의 삶을 다시 이야기하게 하고, 작품을 매개로 누군가와 연결되게 하며, 일상의 외부 관계 안에서 새로운 위치를 갖게 만드는 계기가 되었다. 따라서 본 연구는 관계 변화를 집단 내부의 상호작용만으로 보지 않고, 복지관 경험이 참여자의 바깥 관계망으로 어떤 방식으로 스며들었는까지 포함하여 이해할 필요가 있다.

■ <표1-3> 관계변화 발화표

구분	내용
참여자 A (김OO)	“자랑스러웠죠.”
참여자 B (이OO)	“수업할 때 즈음 그때 막 어떤 여자친구를 사귀려고 그랬었어요. 그 당시에 제가 여자친구를 내가 많이 좋아한 분이 있는데 ~(중략) ~이 시간에 그린 그림을 그려서 여자친구한테 보내줘서 지금까지 잘 만나고 있다가. 이 그림이 내 인생에 도움이 많이 되었죠”
참여자 C (정OO)	“아들 손자들 그러는데 할머니는 공부도 못하고 그랬는데 이렇게 그림 그려서 전시회도 했다. 하면서 우리 손자한테 다 자랑하고 했더라고” “우리 아들이 치과 박사예요. 근데 엄마 나는 그림을 잘 못 그러는데 엄마 잘 그렸다. 했어” “사진 찍어서 교회에다가 보냈어요. 그래서 우리 교회에다가 다 올려가지고 우리 교인들이 너무 잘 그렸어. 하면서 거기다 이제 찍어놓고 교인들이 다 보고 권사(참여자)님 너무 잘했다고” “다 들어가고 아무것도 모르는데 이렇게라도 나 전시회도 했다 그렇게 말해주면 아주 잘 했다고 우리 손자들이 좋아해”
참여자 F (박OO)	“사람들을 보여줘. 나 미술한거 그런 거 좀 봐.” “이 봐 이렇게 찍어서 사람들을 이거 내가 그린 그림을 올려가지고, 사람들이 보니까 내가 그렸다 했지.”

■ [그림 1-4]참여자 B (이OO)



■ [그림 1-5]참여자 D (황OO)



5. 관계 변화의 전환지점 정리

이상의 분석을 종합하면, 본 프로그램에서 관계 변화는 함께 있음의 경험 → 말하기와 듣기의 변화 → 인정과 공유의 경험 → 가족·지인·외부 관계로의 확장이라는 흐름으로 이해할 수 있다. 이는 관계 변화가 어느 한 순간 갑자기 형성된 것이 아니라, 정서적 안정과 자기표현의 확장 위에서 서서히 깊어지고 넓어지는 과정이었음을 보여준다.

특히 본 연구에서 관계 변화는 전통적인 의미의 ‘친밀감’이나 ‘우정 형성’만을 뜻하지 않는다. 오히려 더 중요한 것은, 참여자들이 다른 사람 앞에서 자신을 드러내고, 타인의 반응을 받아들이며, 그 경험을 다시 외부 관계로까지 연결할 수 있게 되었다는 점이다. 즉, 관계 변화는 사람과 가까워졌다는 결과보다, 자기표현이 관계의 장 안에서 순환하기 시작했다는 변화로 보는 것이 더 적절하다.

또한 관계 변화는 정서 변화와 분리되지 않는다. 마음이 편안해지고, 자신을 드러낼 수 있다는 감각이 형성되었기 때문에 관계는 비로소 열릴 수 있었다. 동시에 관계 안에서 인정받고 공유하는 경험은 다시 정서적 안정과 자부심을 강화했다. 이 점에서 관계 변화는 정서 변화의 결과인 동시에, 정서를 더욱 확장시키는 순환 구조 안에 놓여 있다고 볼 수 있다. 더 나아가 이러한 관계 변화는 장소감 형성의 중요한 기반이 되기도 한다. 왜냐하면 공간은 혼자 있을 때와 누군가와 함께 경험될 때 전혀 다르게 의미화되기 때문이다.

따라서 본 프로그램에서 관계 변화의 의미는 단순한 사회성 향상에 있지 않다. 그것은 예술활동을 매개로, 복지관 안팎에서 참여자들이 다시 연결되고, 다시 말하게 되며, 다시 인정받는 경험을 하게 되었다는 데 있다. 그리고 이 경험은 복지관을 단순한 활동 장소가 아니라 관계가 형성되고 확장되는 장으로 재인식하게 만드는 데에도 중요한 역할을 하였다.

VII

분석 결과 Ⅲ : 장소감 변화

1. 복지관은 처음 어떤 공간이었는가, 지금은 어떤 곳인가

본 연구에서 장소감의 변화는 복지관이라는 공간이 참여자들에게 처음부터 특별한 장소였는가를 묻는 데서 시작한다. 복지관은 분명 생활권 안에 존재하는 익숙한 기관일 수 있지만, 그렇다고 해서 모든 참여자에게 처음부터 정서적 의미를 가진 장소였던 것은 아니다. 어떤 참여자에게 복지관은 그저 프로그램이 열리는 기관이었고, 누군가에게는 시간을 보내기 위해 드르는 곳이었으며, 또 다른 누군가에게는 다른 사람이 권해서 따라온 공간이었다. 다시 말해 프로그램 초기에 복지관은 ‘의미 있는 장소’라기보다, 활동이 이루어지는 기능적 공간에 더 가까웠다고 할 수 있다.

이러한 점은 초기 참여 동기에도 연결된다. “그림을 한다길래 와봤다”, “따라왔다”, “재밌다고 해서 왔다”는 식의 발화는 복지관이 처음부터 강한 애착의 장소였다기보다, 우연한 계기와 권유, 혹은 가벼운 호기심을 통해 진입하게 된 공간이었음을 보여준다. 즉, 복지관은 처음에는 ‘내 자리’라기보다, 들어와 볼 수 있는 장소 정도의 의미를 갖고 있었을 가능성이 크다. 이 점은 장소감 형성을 결과의 관점에서만 보지 않고, 처음의 공간 인식이 어땠는지를 함께 이해해야 함을 시사한다.

또한 복지관이라는 공간은 공공시설 특유의 양가적 성격을 갖고 있었다. 한편으로는 이미 마련된 시설과 정해진 시간, 안정된 운영 구조 덕분에 비교적 접근 가능한 장소였지만, 다른 한편으로는 여전히 많은 사람들과 함께 있어야 하고, 새로운 활동을 시도해야 하며, 스스로를 드러내야 하는 공간이기도 했다. 따라서 복지관은 익숙함과 낯섦이 동시에 존재하는 장소였다. 참여자들에게 처음의 복지관은 완전히 낯선 외부 공간은 아니었지만, 그렇다고 해서 충분히 자신을 놓을 수 있는 장소도 아니었다.

이 초기 상태를 이해하는 것은 중요하다. 왜냐하면 장소감의 변화는 처음부터 강한 애착을 가진 사람들의 감정이 더 깊어진 것만을 의미하지 않기 때문이다. 오히려 본 연구에서 주목하는 장소감은, 기능적이거나 중립적이던 공간이 시간이 지나면서 정서적·관계적 의미를 가진 장소로 변해가는 과정이다. 따라서 “처음의 복지관”은 특별한 장소가 아니었기에, 이후 변화가 더 선명하게 읽힐 수 있었다.

프로그램 초기의 복지관은 수업이 있는 교실, 오가는 복도, 잠시 머무는 휴게공간, 그리고 아직 의미가 부여되지 않은 전시 가능 공간들로 구성되어 있었다. 참여자들은 이 공간 안에서 활동을 시작했지만, 그 공간 자체에 대해 분명한 언어를 부여하지는 않았다. 그러나 바로 이 중립성 혹은 기능성이 이후 프로그램과 전시를 통해 어떻게 재구성되는지, 그것이 본 연구의 장소감 분석에서 핵심이 된다.

2. ‘내가 앉는 자리’가 생길 때: 반복, 익숙함, 리듬의 힘

장소감 변화의 첫 번째 뚜렷한 특징은, 복지관이 반복 참여를 통해 점차 익숙한 공간에서 머물 수 있는 자리, 나아가 내 자리로 느껴지기 시작했다는 점이다. 이 변화는 한 번의 강렬한 사건보다는, 매주 같은 요일에 복지관에 와서 같은 시간에 수업을 받고, 비슷한 동선을 따라 이동하고, 익숙한 얼굴들을 만나고, 같은 공간 안에 자신의 흔적을 남기는 경험이 쌓이면서 만들어졌다.

반복은 단순한 출석 이상의 의미를 가졌다. 복지관에 정기적으로 온다는 것은 그 공간이 삶의 시간표 안에 들어왔다는 뜻이다. 이는 참여자들의 일상에 새로운 리듬을 만들었다. “여기 오는 시간이 좋다”, “기다려진다”, “빨리 오고 싶다”와 같은 표현은 정서적 반응인 동시에, 공간이 이제 삶의 일정 속에서 특별한 시간과 장소를 차지하게 되었음을 보여준다. 장소감은 흔히 공간 그 자체에 대한 호감으로 이해되지만, 실제로는 그 공간을 반복적으로 살아낸 시간의 축적 속에서 형성된다. 본 연구에서도 복지관은 반복적 참여를 통해 점차 생활의 일부로 편입되었고, 바로 그 점이 장소감의 기반이 되었다.

여기서 ‘내 자리’ 감각은 물리적 소유의 감각이 아니라, 심리적 안착감에 가깝다. 복지관은 여전히 공공의 공간이지만, 참여자들은 그 안에서 자신이 앉는 자리, 자신이 익숙하게 드나드는 길, 자신이 안심하고 표현할 수 있는 시간대를 경험하게 되었다. 이는 단순한 시설 이용의 차원이 아니라, 공간 안에서 자신이 허용되고 받아들여진다는 감각과 연결된다. 정서적 안정이 먼저 형성되고, 관계적 친숙함이 더해지면서, 복지관은 더 이상 ‘어디를 잠시 방문하는 곳’이 아니라 내가 머물 수 있는 곳으로 전환되기 시작했다.

이러한 변화는 연구자가 관찰한 현장 장면들에서도 드러난다. 참여자들은 시간이 지날수록 공간 안에서 움직이는 태도가 더 자연스러워졌고, 자신이 필요한 재료를 찾거나, 다른 사람의 작업을 보러 다가가거나, 쉬는 시간에 머무는 방식에서도 긴장이 줄어들었다. 공간과 관계가 동시에 익숙해지면서, 복지관은 프로그램이 끝나면 사라지는 임시적 장소가 아니라, 자신이 다시 돌아와도 되는 자리처럼 경험되었다고 볼 수 있다.

즉, 장소감 형성의 첫 단계는 복지관이 “좋은 장소”가 되는 것이 아니라, 반복해서 와도 되는 장소, 나를 받아주는 장소, 나의 시간이 머무는 장소가 되는 데 있었다. 이러한 익숙함과 안착감은 이후 전시 경험을 통해 더욱 공적인의 미로 확장된다.

■ [그림 1-6] 미술 프로그램 장면



■ [그림 1-7] 미술 프로그램 장면



3. 전시는 공간을 어떻게 바꾸었나: ‘내 흔적이 남는 장소’의 탄생

본 연구에서 장소감 변화의 가장 결정적인 전환지점은 전시였다. 프로그램 중반까지 복지관은 주로 활동이 이루어지는 공간, 사람을 만나는 공간, 익숙해지는 공간으로 기능했다면, 전시 이후 복지관은 참여자들에게 자신의 작업과 이야기가 머무는 공간으로 다시 인식되기 시작했다. 이 변화는 매우 중요하다. 왜냐하면 장소감은 단순히 자주는 공간에 대한 친숙함만으로 형성되지 않고, 그 공간 안에 나의 흔적이 남고, 나의 존재가 공적으로 가시화되는 경험을 통해 한층 더 깊어지기 때문이다.

전시 공간에 작품이 걸렸다는 사실은 참여자들에게 복지관을 이전과 다르게 보게 했다. 평소에는 수업을 듣고 이동하던 복도나 전시 공간이, 어느 순간 자신이 만든 작업이 놓인 장소가 되었고, 그 공간은 더 이상 익숙한 시설의 일부가 아니라 자신의 표현이 타인과 만나는 장소로 변화했다. 이는 복지관이 단순히 프로그램을 수용하는 기관적 공간에서, 자신의 삶의 일부가 남아 있는 장소로 전환된 순간이라고 할 수 있다.

FGI 발화에서도 이러한 변화는 분명히 드러난다. 참여자들은 전시를 보고 “자랑스러웠다”고 말하거나, 작품 사진을 찍어 가족과 지인, 종교공동체 사람들에게 보여주었다고 이야기했다. 어떤 이는 “이거 내가 그린 거다”라고 말하며 자신의 작업을 적극적으로 소개했고, 어떤 이는 작품을 집에 걸어두었다고 했다. 여기서 중요한 것은 전시가 단지 복지관 내부 행사로 끝나지 않았다는 점이다. 전시는 복지관 안에서 시작되었지만, 그 감정과 의미는 가족과 외부 공동체, 그리고 집이라는 사적 공간으로까지 이동했다. 이는 복지관 안의 장소감이 외부 공간 경험과도 연결되기 시작했음을 보여준다.

특히 “가장 소중한 것”을 작품 옆에 걸어두는 행위는 전시 공간의 의미를 더욱 깊게 만든다. 참여자들은 단순히 그림만 전시한 것이 아니라, 자신의 삶에서 가장 중요하게 여기는 가치와 감정을 그 곁에 놓았다. 이는 복지관이라는 장소 안에 자신의 삶의 언어를 남기는 행위였다. 다시 말해 전시는 단순한 결과 발표가 아니라, 복지관 안에 자기 삶의 조각을 놓아두는 경험이었다. 바로 이 지점에서 복지관은 물리적 시설을 넘어, 기억과 의미가 쌓이는 장소로 전환된다.

따라서 전시는 장소감 형성에서 단순한 부가 활동이 아니라, 복지관의 공간적 의미를 바꾸는 핵심 사건이었다. 전시가 있었기에 참여자들은 복지관을 ‘다시 오고 싶은 곳’으로만이 아니라, ‘내가 남아 있는 곳’, ‘나를 보여줄 수 있는 곳’, ‘내 작품과 이야기가 머무는 곳’으로 경험할 수 있었다. 이 점에서 전시는 장소감 변화의 중심 전환지점으로 이해될 수 있다.

4. 동네/생활권으로 확장된 장소감 : ‘생활문화 공간’으로의 체감

복지관에서 형성된 장소감은 복지관 내부에만 머무르지 않았다. 오히려 본 연구에서 의미 있게 드러난 점은, 복지관에서의 경험이 참여자들의 집과 동네, 그리고 일상의 관계망으로까지 이어지며 장소 경험의 범위를 확장했다는 것이다. 이는 장소감이 단순히 한 공간에 대한 애착이 아니라, 삶의 공간 전체를 새롭게 연결하는 방식으로 작동할 수 있음을 보여준다.

가장 직접적인 예는 작품이 집으로 이동한 경우이다. 어떤 참여자는 자신의 작품을 집에 걸어두었다고 말했고, 또 다른 참여자는 전시 사진을 핸드폰에 저장하거나 가족과 지인에게 보여주었다고 했다. 이때 작품은 복지관 안의 작업물이 아니라, 집이라는 가장 사적인 공간 안으로 옮겨가 일상 속에서 다시 보게 되는 대상이 된다. 복지관에서의 경험은 이렇게 집 안의 벽, 가족과의 대화, 일상적인 시선 속으로 이동하면서 복지관의 의미를 삶 바깥의 사건이 아닌 삶 안의 사건으로 편입시킨다.

또한 복지관에서의 경험은 동네를 바라보는 감각에도 간접적인 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 그리고 복지관에 정기적으로 오가며 형성된 리듬은 집-복지관-동네의 동선을 새로운 의미로 조직했을 것으로 볼 수 있다. 이는 단순히 “밖에 더 자주 나간다”는 행동 변화의 차원을 넘어서, 동네와 생활권 안에 자신이 연결되어 있다는 감각, 다시 말해 생활문화 공간에 대한 체감을 형성하는 과정으로 이해될 수 있다.

무엇보다 중요한 것은 복지관의 경험이 참여자들로 하여금 “내가 보여줄 수 있는 것”, “이야기할 수 있는 것”, “누군가와 나눌 수 있는 것”을 갖게 했다는 점이다. 이때 복지관은 폐쇄된 내부 공간이 아니라, 바깥 관계를 다시 열어주는 발신점처럼 작동한다. 작품을 교회 사람들에게 보여주거나, 가족에게 자랑하거나, 집에 걸어두는 행위는 모두 복지관 경험이 일상 세계와 이어지고 있음을 보여준다. 이는 장소감이 단지 한 장소에 대한 애착이 아니라, 한 공간에서 얻은 의미가 다른 공간들로 번져나가는 과정임을 시사한다.

따라서 본 연구에서 장소감 변화는 “복지관이 좋아졌다”는 단순한 표현을 넘어, 복지관을 매개로 집, 가족, 동네, 공동체와의 관계망이 다시 엮이는 과정으로 이해할 수 있다. 이 점에서 복지관은 프로그램이 이루어진 장소이자, 삶의 다른 공간으로 의미를 확장시키는 기점으로 작동하였다.

■ <표1-4> 장소감 변화 발화표

구분	내용
참여자 A (김OO)	“아니 도구까지 다 장만해놓고 집에서는 잘 안그려져” “내가 어느 음식점에 갔을 때 이 집이 다시 오고 싶지 않다는 생각이 들때도 있는데 이 배우는 미술 프로그램은 그런 생각이 없이 다음에 또 하고 싶다 생각이 들어” “나한테는 집중할 수 있는 있는 게 뭐냐하면 미술반 이거야”
참여자 C (정OO)	“노인들은 어디 가서 재미있는 게 없어 근데 여기 오면 그래도 힐링이 되잖아.” “근데 여기 오면 괜히 기분이 좋고… 머리가 맑아지고… 잡생각이 없어지고…” “아무 소리를 안 하나까 용기가 생기고… 그게 약이야약” “오늘 복지관 간다 그러면 막 기분이 들떠져”
참여자 E (박OO)	“집에서 혼자 하면 재미도 없고” “힘이 없다가도 복지관 오면 힘이 나” “복지관에 오면 얘기라도 하나 하고 그러니까 집에 있으면 혼자서 입 다물고 앉았잖아.”
참여자 F (박OO)	“그러니까 혼자 한다는 거는 혼자 한다는 건 아주 독한 마음 안 가지면 그렇지. 그리고 이제 우리는 지금 취미잖아요. 맞아 지금 작가가 될 것도 아니고 화가가 될 것도 아니기 때문에 그냥 어울려서 이렇게 재미있게 수도도 약간씩 떨면서 좋잖아요.” “주민센터 같은 경우에는 젊은 사람이고 다 쉬었잖아요. 네 근데 여기(복지관)는 그 선입견 자체가 복지관 이라면 노인분들 가시는데 그래도 실제로 노인분이 많잖아요. 그러니까는 같이 공감할 수 있는 공간이고 일단은 세대 차이가 안 나니까 세대 차이가 안 나니까는 그 좋잖아. 대화도 같이 연결이 되고…”
참여자 G (신OO)	“여기 복지관에서 행사가 있어요. 그럴 때 예술제를 하고… 그럴 때 참여하면 좋아”

5. 장소감 변화의 전환지점 정리

이상의 분석을 종합하면, 본 프로그램에서 나타난 장소감 변화는 기능적 공간 → 익숙한 공간 → 머물 수 있는 자리 → 의미가 남는 장소 → 삶의 다른 공간으로 확장되는 기점이라는 흐름으로 이해할 수 있다. 이는 장소감이 단순히 공간을 좋아하게 되는 감정이 아니라, 반복된 경험과 관계, 전시와 공유, 자기표현의 흔적이 축적되면서 형성되는 과정적 감각임을 보여준다.

특히 장소감은 정서와 관계 변화와 긴밀하게 연결되어 있었다. 마음이 편안해졌기 때문에 복지관은 머물 수 있는 곳이 되었고, 관계가 형성되었기 때문에 그 공간은 더 이상 낯선 기관이 아니라 함께 있는 자리로 경험되었다. 그리고 전시를 통해 자신의 작업이 공간 안에 자리하게 되면서, 복지관은 기억과 자부심이 남는 장소가 되었다. 즉, 장소감은 정서와 관계 변화의 결과이면서 동시에, 그 변화를 다시 지지하는 기반이 되는 순환적 구조 안에 놓여 있었다.

또한 본 연구의 장소감은 추상적인 장소 애착 개념보다 더 구체적이다. 그것은 “여기가 좋다”는 호감의 수준이 아니라, “여기 오는 시간이 좋다”, “여기서 내가 머물 수 있다”, “여기에 내 작품이 걸린다”, “이 경험을 집과 가족에게 가져갈 수 있다”는 식의 생활 경험으로 구성된다. 따라서 장소감은 정서적 친밀감, 관계적 소속감, 공간적 익숙함, 기억의 축적, 자기표현의 흔적이 하나의 감각으로 엮인 상태라고 할 수 있다.

이 점에서 본 연구는 복지관을 단순한 프로그램 운영 장소로 보지 않는다. 복지관은 고령층 예술참여자 정서·관계·장소감으로 확장되는 과정을 가능하게 하는 생활문화적 공공공간이며, 예술활동을 통해 ‘내 자리’를 다시 만들어 가는 장소이다. 이러한 이해는 복지관 기반 예술참여의 효과를 개인 심리의 차원에만 한정하지 않고, 공간과 관계를 포함한 보다 넓은 삶의 맥락 속에서 이해해야 함을 시사한다.

따라서 본 프로그램의 장소감 형성은 단지 부수적 결과가 아니라, 이 연구의 핵심적인 발견 중 하나이다. 복지관은 이 프로그램을 통해 참여자들에게 익숙한 시설에서 자신의 마음과 관계, 작품과 기억이 머무는 장소로 변화하였으며, 이는 고령사회에서 복지관이 수행할 수 있는 문화적·공공적 역할을 다시 생각하게 하는 중요한 단서가 된다.

■ [그림 1-8] 참여자 H (김OO)



■ [그림 1-9] 참여자 E (박OO)



VIII

통합 해석: 변화가 생성되는 과정

1. 정서-관계-장소감의 연결 구조

앞선 분석 결과를 종합하면, 본 연구에서 나타난 변화는 정서, 관계, 장소감이라는 세 영역에서 각각 따로 발생한 것이 아니라, 서로를 매개하고 강화하는 연결 구조 속에서 형성되었다고 볼 수 있다. 다시 말해, 정서 변화는 관계 변화의 바탕이 되었고, 관계 변화는 다시 장소감 형성에 영향을 주었으며, 형성된 장소감은 다시 정서적 안정과 관계의 지속성을 지지하는 순환 구조를 만들어냈다.

가장 먼저 나타난 변화는 정서적 차원이었다. 참여자들은 프로그램에 반복적으로 참여하면서 마음이 편안해지고, 몰입과 집중을 경험하며, 감정을 말과 그림으로 표현할 수 있는 가능성을 조금씩 열어갔다. 이러한 정서적 안정은 단순한 심리적 이완의 차원에서 끝나지 않았다. 오히려 그것은 자신을 드러낼 수 있는 최소한의 안전감을 형성함으로써, 타인과의 관계가 열릴 수 있는 바탕이 되었다. 다시 말해, 마음이 불안정한 상태에서는 관계 또한 쉽게 형성되기 어렵지만, 프로그램 안에서 마음이 놓이고 긴장이 줄어들면서 참여자들은 비로소 함께 있는 사람들에게 반응하고, 자신의 이야기를 조금씩 꺼내고, 타인의 표현을 받아들이기 시작했다.

이처럼 정서 변화는 관계 변화의 선행 조건으로 작동하였다. 그리고 관계 변화는 정서의 확장을 다시 돕는 역할을 했다. 다른 사람과 함께 있는 경험, 작품을 공유하고 긍정적인 반응을 받는 경험, 가족이나 지인에게 자신의 작업을 보여주고 인정받는 경험은 참여자들의 자부심과 자기효능감을 강화하였다. 이는 정서 변화가 개인 내부에 머무는 것이 아니라, 관계 안에서 확인되고 증폭될 수 있음을 보여준다. 따라서 정서와 관계는 일방향으로 이어지는 것이 아니라, 서로를 지지하고 강화하는 상호작용 속에서 움직였다.

장소감은 이 두 변화와 분리되지 않았다. 복지관이 ‘내가 머물 수 있는 곳’, ‘다시 오고 싶은 곳’, ‘내 작품과 기억이 남는 곳’으로 느껴지기 시작한 것은 단지 공간이 물리적으로 편했기 때문이 아니라, 그 안에서 정서적 안정과 관계적 경험이 반복적으로 축적되었기 때문이다. 복지관은 마음이 편해지는 시간이 있는 곳이었고, 다른 사람들과 나란히 머물며 이야기를 나눌 수 있는 곳이었으며, 전시를 통해 자신의 표현이 공적으로 자리 잡는 곳이 되었다. 따라서 장소감은 정서와 관계 변화의 결과이자, 그 경험들이 다시 지속될 수 있도록 지지하는 조건으로 이해될 수 있다.

결국 본 연구에서 세 변화의 구조는 정서 → 관계 → 장소감의 직선적 도식으로만 설명되기보다, 정서적 안정이 관계를 열고, 관계 경험이 복지관을 새로운 장소로 의미화하며, 그렇게 형성된 장소감이 다시 참여의 지속성과 정서적 편안함을 강화하는 순환적 구조로 이해하는 것이 더 적절하다. 이러한 연결 구조는 복지관 기반 시각예술 참여를 단순한 프로그램 효과의 차원에서 보지 않고, 삶의 감각과 관계, 공간 경험을 다시 조직하는 과정으로 이해하도록 만든다.

2. 변화의 단계와 전환지점

본 연구에서 나타난 변화는 하나의 연속적인 흐름으로만 존재한 것이 아니라, 몇 개의 뚜렷한 단계와 전환지점을 통해 진행되었다. 참여자들의 경험을 종합해보면, 그 흐름은 대체로 진입 - 몰입 - 공유 - 전시 - 확장의 다섯 단계로 정리할 수 있다.

첫 번째 단계는 진입이다. 이 단계에서 참여자들은 복지관 안에서 새로운 활동을 시작하며, 낯설고 긴장, 가벼운 호기심, 조심스러운 기대를 동시에 지닌 상태에 있었다. 이 시기의 핵심은 아직 변화가 본격적으로 나타난 단계가 아니라, 변화가 가능해질 수 있는 최소한의 참여 조건이 열리는 단계라는 데 있다. 다시 말해 진입 단계는 “잘할 수 있을지 모르지만 일단 외보는 것”, “낯설지만 알아보는 것”, “말은 많지 않지만 그려보는 것”이 가능한 상태가 형성되는 시기였다.

두 번째 단계는 몰입이다. 반복되는 회기 속에서 참여자들은 활동에 점차 익숙해지고, 화면 안에 자신만의 흔적을 남기며, 시간을 잊을 정도의 집중과 이완을 경험하기 시작했다. 이 시기는 정서 변화가 가장 먼저 분명히 드러나는 구간이었다. “여기 오는 시간이 좋다”, “잡음이 없어지고 몸도 편해진다”와 같은 발화는 바로 이 단계의 특성을 잘 보여준다. 몰입은 단지 과제 수행 능력이 높아졌다는 뜻이 아니라, 활동을 통해 자기 마음을 붙들고 머물 수 있는 상태가 형성되었다는 의미였다.

세 번째 단계는 공유이다. 몰입과 표현이 어느 정도 가능해진 이후, 참여자들은 자신의 작품과 이야기를 다른 사람과 나누고, 타인의 표현에 반응하며, 인정받는 경험을 하기 시작했다. 이 단계에서 정서 변화는 관계 변화와 본격적으로 맞물리기 시작한다. 자신의 작품을 설명하고, 다른 사람의 반응을 받으며, “잘했다”, “멋지다”, “보여주고 싶다”는 경험이 형성되면서, 프로그램은 개인적 표현의 장을 넘어 관계적 교류의 장으로 변해갔다. 이때 공유는 단순한 작품 소개가 아니라, 내가 만든 것이 누군가에게 닿는 경험이라는 점에서 전환점의 의미를 가진다.

네 번째 단계는 전시이다. 전시는 본 연구에서 가장 강력한 전환지점으로 볼 수 있다. 전시를 통해 참여자들의 작업은 복지관의 공적 공간 안에 놓이게 되었고, 이 공간은 이전과 다른 의미를 획득했다. 전시는 자기표현을 공적으로 드러내는 경험이자, 공간에 자기 흔적을 남기는 경험이며, 가족과 지인, 외부 공동체와의 관계를 다시 연결하는 계기였다. 따라서 전시는 정서적 자부심, 관계적 인정, 장소감의 전환이 동시에 일어나는 응축된 순간이었다.

다섯 번째 단계는 확장이다. 전시 이후 참여자들의 경험은 복지관 안에만 머무르지 않고 집, 가족, 지인, 종교공동체, 일상적 대화로 이어졌다. 작품을 집에 걸어두거나, 사진을 보내거나, 자신이 한 작업을 누군가에게 자랑하는 행위는 복지관에서의 경험이 삶의 외부 공간으로 확장되었음을 보여준다. 이 단계에서 복지관은 단순히 프로그램이 열린 공간이 아니라, 삶의 다른 공간들과 연결되는 출발점이 된다.

이 다섯 단계는 참여자마다 강도와 순서의 차이를 보일 수 있지만, 전체적인 흐름에서는 상당한 공통성이 확인되었다. 무엇보다 중요한 것은 변화가 단번에 생기는 것이 아니라, 프로그램 구조와 반복 경험 속에서 단계적으로 생성되며, 전시와 공유 같은 사건을 통해 눈에 띄는 전환을 맞는다는 점이다. 따라서 본 연구에서 변화는 정적인 상태 변화가 아니라, 여러 단계와 전환지점을 통과하며 형성된 과정적 사건으로 이해된다.

3. 변화를 가능하게 한 경험 요소

이와 같은 변화가 가능했던 데에는 몇 가지 중요한 경험 요소가 작동하고 있었다. 본 연구에서는 이를 크게 창작, 회상, 반복 참여, 공유와 인정, 공간의 익숙함이라는 다섯 요소로 정리할 수 있다.

첫째, 창작 행위 자체는 변화의 가장 기본적인 출발점이었다. 참여자들은 손을 움직이고, 색을 선택하고, 화면에 흔적을 남기는 과정을 통해 자신의 감정과 기억을 시각적으로 다룰 수 있었다. 이는 말로 설명하기 어려운 마음을 우회적으로 표현할 수 있게 했고, 활동에 몰입하는 동안 일상적 불안이나 긴장을 잠시 벗어나게 했다. 창작은 단순한 결과물 생산이 아니라, 정서적 안정과 자기표현의 가능성을 동시에 여는 경험 요소였다.

둘째, 회상과 이야기 나누는 창작을 삶의 맥락과 연결하는 역할을 했다. 단지 그림을 그리는 것만으로는 표현이 막연해질 수 있지만, 어떤 기억이 떠오르는지, 무엇이 소중한지, 어떤 감정이 남는지 묻는 질문은 참여자들이 자신의 작업을 삶의 장면과 연결하도록 도왔다. 이 과정에서 작품은 단순한 활동 결과가 아니라 기억과 감정의 그릇이 되었고, 참여자들은 자신의 삶을 다시 말할 수 있는 언어를 조금씩 갖게 되었다.

셋째, 반복 참여와 시간의 축적은 정서적 안정과 장소감 형성의 기반이 되었다. 매주 복지관에 오는 리듬, 익숙한 사람을 만나고 같은 시간에 앉는 경험, 반복되는 활동 안에서 생기는 친숙함은 프로그램을 일상 속에 편입시키는 역할을 했다. 변화는 한 번의 강렬한 경험보다도, 익숙해지고 다시 오는 과정 속에서 더 안정적으로 형성되었다.

넷째, 공유와 인정의 경험은 변화의 심화를 이끌었다. 작품을 보여주고, 타인의 반응을 받고, 전시를 통해 자신이 한 작업이 공적으로 드러나는 경험은 자기효능감과 관계 형성에 매우 중요한 역할을 했다. 이 요소는 정서 변화를 관계와 장소감으로 연결하는 핵심 매개였다고 볼 수 있다. 특히 칭찬과 인정은 참여자들로 하여금 “내가 해낸 것”을 보다 확실히 느끼게 했고, 프로그램 외부의 관계로까지 그 경험이 확장될 수 있도록 만들었다.

다섯째, 공간의 익숙함과 안전감은 이 모든 요소가 작동할 수 있게 해주는 기반이었다. 복지관이 생활권 안에 위치하고, 비교적 익숙한 공간이며, 반복적으로 접근 가능한 장소였기 때문에, 참여자들은 낯선 예술활동도 상대적으로 덜 위협적으로 경험할 수 있었다. 복지관은 예술활동이 가능한 물리적 공간일 뿐 아니라, 표현과 관계 형성을 지지하는 심리적 배경으로 작용하였다.

이처럼 변화는 하나의 요소에 의해 설명되지 않는다. 오히려 창작, 회상, 반복, 공유, 공간이라는 경험 요소들이 서로 맞물릴 때 비로소 정서-관계-장소감의 변화가 생성될 수 있었다. 이는 복지관 기반 고령층 예술참여의 효과를 특정 기술이나 콘텐츠의 우수성으로 환원하기 어렵다는 점을 보여준다. 중요한 것은 무엇을 했는가만이 아니라, 어떤 조건 속에서 그것을 경험했는가이다.

4. 변화 과정 모델 제안

이상의 분석을 바탕으로 본 연구는 복지관 기반 고령층 시각예술 참여의 변화 과정을 하나의 모델로 제안할 수 있다. 이 모델은 단순한 선형적 도식이 아니라, 정서, 관계, 장소감이 시간의 흐름 속에서 단계적으로 열리고 서로를 강화하는 구조를 설명하는 것이다.

먼저 변화는 진입의 안전감에서 시작된다. 참여자가 복지관이라는 공간에 들어와 활동을 시작할 수 있으려면, 최소한의 심리적 부담 완화와 익숙한 환경이 필요하다. 다음으로 참여자는 창작과 회상의 과정을 통해 몰입과 정서적 안정을 경험한다. 이 안정은 자기표현을 가능하게 하고, 표현은 다시 타인과의 접촉을 여는 계기가 된다.

이후 작품과 이야기를 나누는 과정에서 공유와 인정의 경험이 발생하며, 이는 관계 변화를 촉진한다. 다른 사람의 반응은 자부심과 자기효능감을 강화하고, 참여자는 자신이 표현한 것이 누군가에게 의미가 있다는 감각을 갖게 된다. 그 다음 단계에서 전시는 이러한 경험을 공적 공간 안에 고정시키는 사건으로 작동한다. 전시는 복지관을 단순한 활동 장소가 아니라, 내 작업과 기억이 남는 장소로 변환시킨다.

마지막으로 이 모든 경험은 집, 가족, 지인, 동네와의 관계로 이어지며 삶의 외부 공간으로 확장된다. 작품을 집에 걸어두고, 사진을 보내고, 자신의 이야기를 외부 관계망 안에서 나누는 경험은 복지관에서 형성된 정서-관계-장소감이 삶의 다른 공간들에도 영향을 미치고 있음을 보여준다.

이를 정리하면 본 연구의 변화 과정 모델은 다음과 같이 요약할 수 있다.

진입(안전감) → 몰입(정서 안정) → 공유(관계 형성) → 전시(장소 의미 전환) → 확장(일상 공간으로의 연결)

이 모델은 고령층 예술참여를 단지 심리적 효과의 차원에서 이해하지 않고, 복지관이라는 생활권 공간 안에서 삶의 감각이 다시 조직되는 과정으로 설명한다는 점에서 의미가 있다. 또한 이 모델은 복지관 현장에서 예술프로그램을 설계할 때, 어떤 단계와 요소를 중시해야 하는지를 보여주는 실천적 토대가 되기도 한다.

5. 통합 해석의 의미

본 장의 통합 해석이 보여주는 것은, 복지관 기반 시각예술 참여가 단순히 “좋은 프로그램”이 아니라, 고령층의 삶 안에서 정서, 관계, 공간 경험을 다시 연결하는 생활문화적 실천이라는 점이다. 참여자들은 예술활동을 통해 마음이 놓이는 시간을 경험했고, 그 시간 안에서 다른 사람과의 접점을 회복했으며, 복지관을 자신이 다시 머물 수 있는 장소로 의미화하였다. 그리고 그 경험은 전시와 공유를 통해 바깥 관계와 일상 공간으로까지 이어졌다.

이러한 변화는 우연히 발생한 사건이라기보다, 복지관이라는 공간적 조건, 반복되는 참여 구조, 표현과 회상을 돕는 활동, 공유와 인정의 장치, 전시를 통한 공적 의미화가 서로 맞물린 결과였다. 따라서 본 연구의 핵심은 단순히 “참여자들이 변화했다”는 진술에 있지 않다. 오히려 더 중요한 것은, 그 변화가 어떤 조건과 장면, 어떤 구조 속에서 생성되었는가를 드러냈다는 데 있다.

결국 본 연구는 고령사회에서 복지관이 수행할 수 있는 역할을 다시 생각하게 한다. 복지관은 단지 프로그램을 제공하는 기관이 아니라, 예술을 매개로 정서적 안정, 관계적 회복, 장소적 소속감을 형성할 수 있는 생활권 기반 공공 공간으로 기능할 수 있다. 바로 이 점에서 복지관 기반 예술참여는 개인 치유나 여가를 넘어, 지역사회 안에서 삶의 감각을 다시 연결하는 공공적 의미를 갖는다.

IX

복지관 기반 생활문화 운영 제언

1. 참여 진입을 돕는 조건

복지관 기반 고령층 예술프로그램이 의미 있는 변화를 만들어내기 위해서는 무엇보다 참여의 문턱을 낮추는 설계가 중요하다. 본 연구에서 많은 참여자들은 프로그램 초기에 강한 자신감이나 뚜렷한 목표를 가지고 참여한 것이 아니었다. “그림을 한다길래 와봤다”, “재밌다고 해서 따라왔다”, “한번 해보자는 마음이었다”처럼 가벼운 동기나 주변의 권유로 들어온 경우가 많았다. 이는 진입 단계가 ‘의욕이 강한 사람’을 선별하는 과정이 되어서는 안 되며, 망설이는 사람도 안전하게 들어올 수 있는 구조가 필요함을 보여준다.

이를 위해 첫째, 홍보·안내 단계에서 ‘기술 중심’의 언어를 줄이고 “누구나 할 수 있음”, “잘하지 않아도 괜찮음”, “그림보다 내 마음과 이야기가 중요함”을 분명히 전달할 필요가 있다. 많은 어르신에게 예술활동은 여전히 “나는 못 한다”, “재능 있는 사람이 하는 것”이라는 인식을 불러일으킬 수 있으므로, 초기에는 결과물 완성도보다 참여 과정의 편안함과 친숙함을 먼저 안내해야 한다.

둘째, 첫 회기와 초반 회기는 정서적 진입장벽을 낮추는 방향으로 설계되어야 한다. 처음부터 완성도 있는 작품을 요구하거나 자기 노출이 큰 질문을 던지기보다, 간단한 색칠, 좋아하는 것 그리기, 가벼운 자기소개적 표현, 선택형 질문 등으로 시작하는 것이 좋다. 이는 “이 정도는 할 수 있겠다”는 감각을 주고, 프로그램 공간 안에서 자신이 허용된 존재라는 느낌을 형성하는 데 도움이 된다.

셋째, 참여 진입에는 사람의 안내와 관계적 중재가 중요하다. 복지관 실무자, 강사, 보조인력은 행정적 안내를 넘어, 참여자가 낯선 활동에 첫발을 내딛게 하는 심리적 다리역할을 한다. “처음 오셨죠?”, “같이 해봐요”, “천천히 하셔도 돼요” 같은 짧은 언어와 태도는 참여 지속에 실제적인 영향을 줄 수 있다.

결국 참여 진입을 돕는 조건이란 특별한 이벤트가 아니라, 부담을 줄이는 언어, 작게 시작할 수 있는 활동 구조, 현대의 분위기를 포함한다. 이러한 설계가 마련될 때 복지관 기반 예술참여는 ‘잘하는 사람의 활동’이 아니라 ‘누구나 들어와 경험해볼 수 있는 생활문화 활동’으로 자리 잡을 수 있다.

2. 정서 안정을 위한 운영 요소

본 연구에서 시각예술 참여는 참여자들에게 정서적 안정과 몰입의 경험을 제공하는 중요한 장으로 작동하였다. 따라서 복지관 기반 예술프로그램은 콘텐츠의 흥미만으로는 충분하지 않으며, 참여자의 마음이 점차 놓이고 머물 수 있도록 돕는 정서적 운영 요소를 세심하게 마련할 필요가 있다.

첫째, 말로 감정을 설명하지 않아도 참여할 수 있는 구조가 포함되어야 한다. 고령층 참여자들은 감정을 직접 언어로 표현하는 데 부담을 느끼거나 질문에 즉각 응답하기 어려울 수 있으므로, 색·선·형태·화면 채우기 같은 비언어적 표현을 주요 통로로 설계하는 것이 효과적이다. 둘째, 한 회기 안에서도 정서적 긴장을 풀어주는 리듬과 호흡이 필요하다. 질문-표현-공유가 급하게 이어지기보다, 기다림과 침묵, 손을 움직이는 시간, 잠깐 쉬어가는 흐름이 포함될 때 참여자는 ‘충분히 머물 수 있다’는 감각을 경험한다.

셋째, 평가와 비교의 분위기를 최소화해야 한다. 초기 불안은 “못하면 어떡하지”에서 비롯되므로, 운영자는 기준 제시나 결과 비교보다 각자의 표현이 존중된다는 메시지를 반복적으로 제공할 필요가 있다. 특히 칭찬은 완성도보다 과정과 선택(집중, 시도, 지속)을 인정하는 방식이 적절하다.

넷째, 감정의 흔들림과 부담도 허용하는 분위기가 필요하다. 즐거움 뿐 아니라 그리움, 불안, 막막함 같은 감정이 떠오를 때 그것을 문제로 보지 않고 표현의 일부로 받아들이는 태도는 오히려 더 깊은 안정으로 이어질 수 있다. 따라서 정서 안정을 위한 운영은 분위기 조성에 머무르지 않고, 비언어적 표현의 통로-충분한 시간-비교 없는 분위기-감정의 허용성을 포함하는 환경 설계로 이해될 필요가 있다.

3. 관계 형성을 위한 장치

복지관 기반 예술프로그램에서 관계 변화는 우연히 생기는 부산물이 아니라, 일정한 운영 장치가 마련될 때 더 분명하게 형성될 수 있다. 본 연구에서도 관계 변화는 단지 한 공간에 모였기 때문이 아니라, 함께 보고 말하고 반응하고 인정하는 구조가 있을 때 나타났다.

첫째, 소그룹 혹은 짝 활동을 통해 말하기 부담을 낮출 필요가 있다. 큰 집단에서 한꺼번에 말하기는 어렵지만, 작은 단위에서는 부담 없이 작품을 보여주고 짧게 묻고 답하는 상호작용이 가능해진다.

둘째, 관계는 ‘함께 만드는 활동’ 안에서 자연스럽게 형성될 수 있다. 큰 캔버스 작업이나 함께 화면을 바라보는 경험은 서로의 존재를 의식하게 하고, 각자의 흔적이 한 장면 안에 놓일 수 있음을 체감하게 한다. 다만 공동작업이 협동의 압박이 되지 않도록 각자의 흔적이 존중되는 방식으로 설계되어야 한다.

셋째, 참여자들이 서로의 표현에 반응할 수 있도록 ‘반응의 언어’를 마련할 필요가 있다. “어떤 색이 눈에 들어오나요”, “어떤 마음이 느껴지나요”, “어디가 가장 기억에 남나요” 같은 질문 틀은 침묵을 줄이고 안전한 대화를 돕는다.

넷째, 인정의 경험이 중요하다. 인정은 칭찬을 넘어 “내가 한 일이 누군가에게 보이고 받아들여진다”는 감각이며, 이를 위해 함께 펼쳐보기, 돌아보기, 작은 게시나 전시 같은 공유 장치를 수업 흐름 안에 포함할 필요가 있다.

따라서 관계 형성은 별도의 친목 프로그램이 아니라, 작품을 매개로 함께 보기-작게 말하기-서로 반응하기-공적으로 인정하기라는 수업 구조 속에서 설계될 때 강화될 수 있다.

4. 장소감을 강화하는 운영 방식

본 연구의 중요한 발견 중 하나는 복지관이 단순한 수업 장소를 넘어 참여자들에게 ‘머물 수 있는 자리’, ‘다시 오고 싶은 곳’, ‘내 작품과 이야기가 남는 장소’로 경험되기 시작했다는 점이다. 따라서 복지관 기반 예술프로그램은 교실 안의 활동에만 머무르지 않고, 공간이 어떻게 경험될 것인가를 함께 고민해야 한다.

첫째, 장소감은 반복성과 익숙함을 통해 강화된다. 매주 같은 시간에 같은 공간에서 활동하는 구조는 복지관을 생활 리듬 안에 편입시키고, 낯선 공간을 익숙한 장소로 전환시킨다. 따라서 일정한 시간과 장소를 유지하고 예측 가능한 흐름을 제공하는 것이 기초가 된다.

둘째, 물리적 공간의 세심한 배치가 중요하다. 의자-책상 간격, 빛의 방향, 작품을 둘 수 있는 자리, 쉬어갈 공간, 재료 정리 동선은 모두 장소 경험에 영향을 준다. 고령층에게 공간의 편안함은 정서 안정과 직접 연결되므로, 몸을 편히 둘 수 있고 작업을 펼쳐놓을 수 있는 구조가 필요하다.

셋째, 장소감은 익숙함만으로 형성되지 않는다. 복지관이 '내 자리'처럼 느껴지려면 공간 안에 내 흔적이 남는 경험에 필요하다. 작품을 벽에 붙여보거나, 작업을 펼쳐놓거나, 작품 제목을 쓰고, 누군가가 그 결과를 바라보는 경험은 공간의 의미를 바꾼다.

넷째, 복지관의 다른 공간들과 연결되는 운영도 중요하다. 교실 안에만 머무르면 장소감은 제한될 수 있으나, 복도·전시·휴게 공간 등과 연결될 때 복지관 전체를 더 입체적으로 경험하게 된다. 특히 전시는 교실 밖 공간을 예술 경험과 연결하는 강력한 장치가 될 수 있다.

결국 장소감을 강화하는 운영이란 복지관을 '수업 가능한 장소'로 쓰는 수준을 넘어, 반복적으로 익숙해지고-편히 머물고-자기 흔적이 남고-복지관 전체와 연결되는 공간으로 경험되도록 설계하는 일이다.

5. 전시·기록·공유의 설계 원리

본 연구에서 전시는 정서·관계·장소감이 맞물리는 중요한 전환지점이었다. 따라서 전시·기록·공유는 부가 활동이 아니라, 참여자의 표현이 복지관과 일상 안에서 남고, 보이고, 나누어지는 구조를 만드는 핵심 설계 요소로 이해될 필요가 있다.

첫째, 전시는 결과 중심이 아니라 과정의 연장선으로 기획되어야 한다. “전시를 해야 하나까 작품을 만든다”는 압박을 주기보다, 쌓인 작업 중 의미 있는 것을 다시 바라보고 선택하고 이야기하는 과정이 먼저다. 전시는 완성도 경쟁장이 아니라 자기 표현을 다시 만나는 자리가 되어야 한다.

둘째, 기록은 경험을 삶의 언어와 연결한다. 작품 제목, ‘가장 소중한 것’, ‘이 수업은 내게 무엇이었는가’, ‘복지관은 내게 어떤 곳인가’ 같은 짧은 문장은 단순 장식이 아니라 압축된 의미화의 장치다. 기록은 행정적 보관이 아니라, 자기표현을 말로 다시 세우는 행위로 이해될 필요가 있다.

셋째, 공유는 반드시 큰 전시를 필요로 하지 않는다. 작은 게시, 테이블 전시, 사진으로 보여주기, 가족에게 보내기, 함께 보기 등 다양한 수준의 공유가 가능하다. 중요한 것은 “내가 만든 것을 누군가가 본다”는 경험이며, 이 순간 작업은 관계와 사회적 인정의 매개가 된다.

넷째, 전시와 공유는 복지관 내부와 외부로 연결하는 다리로 활용될 수 있다. 작품 사진 기록, 작은 엽서, 집에 가져갈 수 있는 인쇄물 등은 경험이 가족·지인·일상 공간으로 확장되는 통로가 된다.

결국 전시·기록·공유의 설계 원리는 “크게 보여주는 것”보다 “의미 있게 남게 하는 것”에 있다. 작품이 복지관 안에 머물고 삶의 언어가 덧붙고 누군가와 나누어질 때, 예술활동은 결과물이 아니라 기억과 관계를 남기는 사건이 된다.

6. 실무 적용을 위한 점검 도구

앞서 제안한 운영 방향을 보다 실무적으로 정리하면 다음과 같은 체크리스트로 요약할 수 있다. 이 목록은 복지관 실무자와 예술강사가 프로그램을 기획·운영·평가할 때 참고할 수 있는 최소한의 설계 원리로 활용될 수 있다.

■ <표1-5> 복지관 기반 예술참여 운영 체크 항목

구분	핵심 점검 항목
① 참여 진입	☐ 안내문/첫 회기에서 “잘하지 않아도 괜찮다” 메시지를 명시적으로 전달했다 ☐ 초반 활동(1~3회기)이 ‘작게 시작’(간단·선택형·부담 낮음)구조로 설계되어 있다. ☐ 처음 온 참여자가 맞이(자리 안내/속도 조절)를 실제로 경험하도록 운영했다. ☐ 참여 안내 언어가 기술/완성도보다 경험/과정 중심으로 구성되어 있다.
② 정서 안정	☐ 말로 감정을 설명하지 않아도 되는 비언어적 표현(색·선·형태·재료)활동이 포함되어 있다. ☐ 한 회기 안에 ‘머무는 시간’이 있다. (기다림/침묵/손을 움직이는 시간/쉬는 흐름) ☐ 비교/평가(기준 제시, 결과 서열화)의 분위기를 의도적으로 낮추는 운영멘트/ 방식이 있다. ☐ 즐거움 뿐 아니라 불안·그림움·망설임 등 다양한 감정이 ‘표현가능’하다는 메시지를 제공했다.
③ 관계 형성	☐ 수업 흐름 안에 서로의 작품을 함께 보고 반응하는 시간이 포함되어 있다. ☐ 말하기 부담을 낮추기 위해 소그룹/작 활동이 설계되어 있다. ☐ 공동작업 또는 ‘함께 완성하는 장면’이 있으며, 협동 압박 없이 각자의 흔적이 존중되는 방식으로 운영했다. ☐ 참여자들이 서로 반응할 수 있도록 질문 틀(예:“어떤 색이 눈에 들어오나요?”)을 제공했다.
④ 장소감 강화	☐ 일정한 시간·공간의 반복성이 유지되어 ‘익숙함’이 축적되도록 운영했다. ☐ 자리/동선/재료 배치가 참여자가 편히 머물 수 있게 구성되어 있다. ☐ 복지관 안에 참여자의 흔적이 남는 경험(작품 게시/ 임시 전시/ 기록 부착)을 마련했다. ☐ 교실 밖 공간(복도·전사·휴게 등)과의 연결 경험이 포함되어 복지관 전체를 입체적으로 경험하게 했다.
⑤ 전사·기록·공유	☐ 전시가 결과 경쟁이 아니라 ‘의미화 과정’(선택-되돌아보기-말/글로 남기기)으로 설계되어 있다. ☐ 작품 옆 기록(제목/한 문장 ‘가장 소중한 것’ 등)이 작품-삶-공간을 연결하도록 포함되어 있다. ☐ 큰 전시뿐 아니라 작은 수준의 공유(테이블 전시/ 함께 보기/ 사진공유 등)가 가능하도록 운영했다. ☐ 사진 기록/소형 인쇄물 등 경험이 가족·지인·일상으로 확장될 수 있는 장치를 마련했다.

본 체크리스트는 복지관 기반 예술프로그램이 참여자의 정서·관계·장소감 변화를 지지하는 생활문화 실천으로 작동하기 위해 점검해야 할 최소 요소를 정리한 것이다. 프로그램의 성격과 현장 조건에 따라 조정될 수 있으나, 본 연구는 위 요소들이 마련될 때 변화 경험이 보다 깊고 지속적으로 형성될 가능성이 높음을 시사한다.

X 결론

1. 연구 결과 요약 및 통합 논의

본 연구는 의정부 노인종합복지관에서 운영된 시각예술 프로그램 <시간을 잇는 살아있는 노래>를 중심 사례로 하여, 복지관 기반 고령층 예술참여가 정서·관계·장소감에 어떠한 변화를 만들어내는지, 그리고 그 변화가 어떤 과정 속에서 생성되는지를 탐색하였다. 이를 위해 프로그램 운영 과정에서 축적된 회기별 설문과 참여자 응답, 작품 및 전시 결과물, 참여관찰 기록, 1·2차 FGI, 그림활동 자료를 다각도로 검토하여 변화의 징후와 전환지점을 도출하였다.

연구 결과, 첫째, 예술참여는 참여자들에게 정서적 안정과 몰입의 경험을 제공하는 주요한 장으로 작동하였다. 프로그램 참여가 반복되면서 초기의 낯설과 긴장은 점차 완화되었고, 참여자들은 활동에 집중하는 과정에서 마음이 가라앉는 느낌, 불필요한 잡음이 줄어드는 느낌, 화면 안에 머물며 자신을 정리하는 경향을 보고하였다. 이러한 정서적 안정은 단순한 기분 전환을 넘어, 감정이 말과 이미지로 표현될 수 있는 조건을 형성하고, 이후 관계 변화로 이어지는 기반이 되었다.

둘째, 예술참여는 관계의 회복과 확장을 촉진하였다. 관계 변화는 단지 친목의 증가로 요약되기보다는, 함께 머무는 경험이 축적되며 말하기와 듣기의 방식이 달라지고, 작품을 매개로 서로 반응하고 인정하는 장면이 늘어나는 과정으로 나타났다. 특히 작품 공유와 전시 경험은 참여자들에게 “보여줄 수 있다”, “인정받는다”는 감각을 제공하며 관계 경험을 강화하였다. 일부 참여자들은 전시 이후 작품을 가족·지인·공동체 구성원에게 보여주거나 사진으로 공유하는 방식으로 프로그램 경험을 복지관 밖 관계망으로까지 확장하기도 했다.

셋째, 본 연구는 복지관 기반 예술참여가 장소감의 변화와도 밀접하게 연결됨을 확인하였다. 프로그램 초기 복지관은 활동이 진행되는 기능적 공간에 가까웠으나, 반복 참여와 관계적 친숙함, 전시와 공유를 거치며 참여자들에게 ‘머물 수 있는 자리’, ‘다시 오고 싶은 곳’, ‘내 작품과 이야기가 남는 장소’로 재의미화되기 시작했다. 특히 전시는 복지

관 공간의 의미를 전환시키는 핵심 사건으로 작동하며, 복지관을 개인의 표현이 공적으로 가시화되고 기억되는 장소로 경험하게 하는 계기가 되었다.

이상의 결과를 통합하면, 정서·관계·장소감의 변화는 각각 독립적으로 발생한 효과라기보다, 서로를 매개하고 강화하는 연결 구조 속에서 생성되었다. 정서적 안정은 자기표현을 가능하게 하고, 자기표현은 관계적 상호작용과 인정 경험으로 확장되며, 이러한 경험의 축적은 복지관 공간을 새로운 의미의 장소로 전환시켰다. 또한 형성된 장소감은 참여의 지속성과 정서적 안정, 관계 경험을 다시 지지하는 기반으로 작동하였다. 따라서 복지관 기반 시각예술 참여는 결과 중심의 단편적 효과로만 이해되기보다, 참여자의 삶의 감각과 관계, 공간 경험이 단계적으로 재조직되는 과정으로 이해될 필요가 있다. 나아가 본 연구는 복지관이 단지 프로그램을 제공하는 공간을 넘어, 참여자의 표현이 머무르고 관계가 다시 열리는 ‘생활문화의 자리’로 전환될 수 있음을 시사한다.

2. 연구의 의의 및 실천적 함의

본 연구의 첫 번째 의의는 고령층 예술참여를 ‘효과의 유무’가 아니라 변화가 생성되는 과정으로 분석했다는 점이다. 기존 연구들이 우울감 감소, 자아존중감 향상, 삶의 만족도 등 개별 지표의 변화를 중심으로 성과를 설명하는 경향이 있었다면, 본 연구는 참여자의 언어와 작품, 전시 경험, 공간 인식의 변화를 종합하여 정서·관계·장소감이 어떤 순환 구조 속에서 연결되는지 보여주었다. 이는 고령층 예술참여 연구를 보다 과정적·맥락적 관점에서 확장하는 데 기여한다.

두 번째 의의는 복지관을 단지 프로그램이 열린 배경이 아니라, 변화의 조건을 구성하는 생활권 기반 공간으로 분석의 중심에 두었다는 점이다. 복지관은 반복 참여가 가능하고 관계 경험이 중첩되는 공간이며, 전시와 공유가 가능한 공적 장소를 포함한다. 본 연구는 이러한 공간적 조건이 예술참여 경험과 결합할 때 참여자들에게 정서적 안정, 관계적 연결, 장소감의 전환이 어떻게 가능해지는지 보여줌으로써, 복지관 기반 생활문화 실천의 의미를 구체화하였다.

세 번째 의의는 연구 결과를 현장 적용이 가능한 운영 언어로 번역하고자 했다는 점이다. 본 연구는 참여 진입을 낮추는 설계, 정서 안정을 위한 리듬과 허용성, 관계 형성을 위한 공유·반응 구조, 장소감을 강화하는 공간 경험, 전시·기록·공유의 의미화 장치를 중심으로 운영 제안을 도출하였다. 이는 결과를 단지 ‘ 좋았다’로 남기지 않고, 복지관 현장에서 재현 가능한 설계 원리로 정리하려는 시도라는 점에서 실천적 함의를 갖는다.

3. 연구의 한계 및 후속 과제

본 연구는 단일 복지관, 단일 프로그램 사례를 중심으로 수행된 질적 사례연구로서, 통계적 일반화에는 한계가 있다. 다만 사례연구의 목적은 일반화보다 맥락 속에서 변화가 생성되는 구조를 밝히는 데 있으며, 본 연구의 결과 역시 이러한 성격으로 이해될 필요가 있다. 또한 연구자는 프로그램 운영자이기도 했기에 현장에 대한 깊은 접근과 관찰의 장점을 갖는 동시에, 해석 과정에서 관점이 개입될 수 있다. 이를 보완하기 위해 다중 자료를 교차 검토했으나, 향후에는 외부 연구자 검토, 추가 자료 수집 등으로 해석의 충위를 확장할 필요가 있다.

후속 과제로는 첫째, 장소감을 보다 정교하게 탐색하기 위한 공간 기반 방법(장소 지도 그리기, 이동 동선 기록, 사진 기반 회상, 걷기 인터뷰 등)을 추가 적용하는 연구가 필요하다. 둘째, 본 연구에서 도출된 변화 과정 모델을 다른 지역·다른 복지관·다른 프로그램과 비교하는 연구가 이어진다면, 공통 조건과 변동 요인을 보다 분명히 제시할 수 있을 것이다. 셋째, 운영 제안을 실제 현장에 적용하고 그 결과를 다시 피드백하는 순환적 실천 연구가 수행된다면, 복지관 기반 생활문화 프로그램의 설계 원리를 보다 구체적인 실행 지침으로 발전시킬 수 있을 것이다.

■ 참고 문헌

- 고선애(2020). 문화예술교육과 노인 심리적 복지감의 관계 연구: 정보화 활용, 문화예술 관심, 문화교육활동 참여동기의 영향을 중심으로. *복지상담교육연구*, 9(1), 133-150.
- 김아영·김효정(2021). 노인학습자의 평생교육으로서의 미술교육 경험에 대한 질적 연구: 자아존중감을 중심으로. *문화예술교육연구*, 16(4), 41-67.
- 김옥자(2019). 웰다잉 집단미술치료 프로그램이 노인의 삶의 질에 미치는 영향. *평택대학교 상담대학원 석사학위논문*.
- 박향진·유소연(2024). 노인의 우울, 사회적 지지 및 자기효능감이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *문화기술의 융합*, 10(5), 1-9.
- 백수정·전리상(2020). 집단 미술치료의 노인 우울, 자아존중감, 삶의 질 개선 효과. *노년교육연구*, 6(2), 81-96.
- 안금희(2019). 참여와 소통을 기반으로 한 전시 연계 교육 프로그램 연구. *미술교육연구논총*, 58, 245-270.
- 이채원(2021). 액티브시니어의 문화예술 경험가치와 사회참여욕구, 그릿(Grit) 및 심리적 번영감과의 구조적 관계. *단국대학교 대학원 박사학위논문*.
- 이현서·정영숙(2020). 노년기 사회적 지지제공 및 지지받기와 주관적 안녕감의 관계: 기본 심리 욕구의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 33(3), 43-64.
- 지원중·이황은·이은하(2016). 집단미술치료가 노인의 대인관계에 미치는 영향. *한국예술치료학회지*, 16(2), 33-46.
- 최경민·임왕규(2015). 노인의 문화교육활동 참여동기가 심리적복지감의 융복합 형성에 미치는 영향. *디지털융복합연구*, 13(6), 55-67.
- 허난숙(2021). 미술 심리치료가 노인의 정서에 미치는 영향 연구. *대진대학교 통일대학원 석사학위논문*.
- 홍숙자·이영은(2008). 미술치료를 활용한 노인 자아존중감 증진 교육프로그램 효과 연구: 생애회고 기법을 중심으로. *미술치료연구*, 15(3), 627-642.

6

수동적 향유자에서 주체적 생산자로

: 시니어 예술 지망생의 직업적 전환 방안

- 전문 강사 자격 도입 및 경로당 파견 연계 모델을 중심으로

전성애

(주) 앤노엔, 대표

조경훈

광야의태양Company,
대표

정혜인

(주) 앤노엔, 팀원

전우덕

(주) 앤노엔, 팀원

수동적 향유자에서 주체적 생산자로

: 시니어 예술 지망생의 직업적 전환 방안

전성애

(주) 엔노엔, 대표

조경훈

광야의태양Company, 대표

정혜인

(주) 엔노엔, 팀원

전우덕

(주) 엔노엔, 팀원

요약

본 연구는 경기북부 시니어들의 문화 인프라 양극화 실태를 분석하고, 이들을 능동적 문화예술 생산자로 전환하기 위한 실천적 정책을 모색한다. 의정부 거주 60세 이상 시니어 10명을 대상으로 질적 연구(심층 면접·FGD)를 진행한 결과, 시니어들은 단순 여가를 넘어 전문성 기반의 경제활동(직업적 전환)을 강렬히 열망하고 있었다. 이에 본 연구는 능동적 문화예술 참여 활성화를 위한 3대 정책을 제안한다. 하나, 일상 공간인 경로당을 수요자 중심의 '시니어 문화 살롱'으로 거점화한다. 둘, 전문 교육을 받은 시니어 지망생을 해당 거점의 '동년배 강사'로 파견해 일자리를 창출한다. 셋, 공공 파견의 타당성과 교육의 질을 담보할 '전문 강사 자격증' 제도를 도입한다. 본 파견 연계 모델은 초고령 사회의 노인 빈곤과 문화 인프라 격차를 동시에 해결하는 지속 가능한 선순환 복지 생태계의 초석이 될 것이다.

주제어 : 액티브 시니어, 주체적 생산자, 직업적 전환, 경로당 강사 파견

가. 경기북부 고령화 현황과 문화 소외 문제 제기

대한민국은 유례없이 빠른 속도로 초고령 사회에 진입하고 있으며, 특히 경기북부 지역의 고령화 문제는 매우 심각한 수준이다. 경제적, 사회적 인프라의 불균형 속에서 경기북부의 시니어들은 심리적·물리적 고립에 직면해 있으며, 이를 타개하기 위한 새로운 접근이 요구된다.

1) 경기북부 고령화 현황 및 지역적 특성

경기북부 지역은 인구 고령화가 전국 평균을 상회하는 빠른 속도로 진행되고 있다. 이러한 고령 인구의 급증은 단순한 인구 구조의 변화를 넘어 지역사회의 돌봄, 의료, 여가 및 문화 인프라 전반에 걸친 새로운 정책적 대응을 요구한다. 특히 김용덕·김은지(2023)의 연구에 따르면, 경기남부와 북부의 지역 격차는 생산과 투자를 넘어 인구 구조에서도 확연히 드러나며, 북부 지역은 적은 인구수에도 불구하고 고령화가 더욱 빠르게 진행되고 있어 취약계층을 위한 사회적 안전망 확충이 시급한 상황이다. 그러나 현재의 대응은 1차원적인 생계 지원에 머물러 있어, 자아실현 욕구가 강한 베이비부머 세대 노인들의 현실을 반영하지 못하고 있다.

“맨날 집에만 있으니까 우울증이 오더라고. 텔레비전 보는 것도 하루 이틀이지, 나가서 사람도 만나고 뭔가 배우고 싶는데 우리 동네는 갈 데가 없어. 복지관은 버스 타고 한참 나가야 하고.” (참여자 A, 74세, 민락동 거주)

2) 경기북부 문화 소외 및 인프라 불균형 문제

경기북부와 남부 간의 인프라 격차는 문화예술 분야에서 더욱 극명하게 드러난다. 김동현·오윤희(2025)는 경기북부의 복지 자원 편차가 크고 넓은 면적 대비 교통수단이 부족하여 취약계층의 시설 접근성이 매우 떨어진다고 지적한 바 있다. 이처럼 문화 시설이 남부와 도시에 편중되어 있어, 상대적으로 교통이 불편한 경기북부 구도심 및 신규 택지지구(의정부 가동동, 고산동 등)의 시니어들은 문화를 향유할 물리적 공간과 기회로부터 철저히 소외되어 있다. 이러한 물리적 거리는 곧 심리적 고립으로 이어지며, 지역 내 노인들의 우울감 증가와 사회적 관계망 축소라는 심각한 사회문제의 근본 원인이 되고 있다.

“의정부 시내 나가면 뭐 해, 다 젊은 애들 가는 데지. 우리가 가서 맘 편하게 차 마시고 그림 하나 구경할 공간이 없어요. 그러니 맨날 경로당 가서 화투나 치는 거지.” (참여자 B, 70세, 호원동 거주)

나. 단순 복지를 넘어선 ‘문화 향유’의 필요성

과거의 노인 복지가 ‘생존’에 초점을 맞추었다면, 이제는 ‘존엄’과 ‘자아실현’으로 패러다임이 전환되어야 한다. 이를 실현할 수 있는 가장 강력한 매개체가 바로 문화예술이다.

1) 공급자 중심의 시혜적 복지의 한계

현재 지자체 차원에서 제공되는 노인 복지 서비스는 무료 급식, 단순 돌봄, 건강 체조 등 기초 생활 유지와 직결된 일방향적 지원에 집중되어 있다. 기존의 경로당이나 노인복지관 프로그램 역시 공급자 중심의 획일적인 여가 프로그램(노래교실, 뜨개질 등)에 국한되어 있어, 노인들의 참여가 단순한 소일거리 수준의 ‘수동적 활동’에 머무르고 있다. 박다솔 외(2021)의 연구에서도 경로당 비이용자의 상당수가 ‘즐거만한 활동이 없어서’ 이용하지 않는다고 응답하여, 시니어들의 높아진 문화적 눈높이를 맞추지 못하는 기존 시설의 질적 한계가 명확히 드러났다.

“경로당 가면 그냥 우두커니 앉아 있다 오는 거야. 박수 치고 운동하는 것도 한두 번이지, 나중엔 내가 여기서 지금 뭐 하고 있나 자괴감이 들어. 진짜 내 속마음을 꺼내놓고 배울 수 있는 진짜 예술을 하고 싶지.” (참여자 C, 78세, 시니어 연기 지망생)

2) 크리에이티브 에이징과 능동적 ‘문화 향유’의 필요성

초고령 사회에서 노인의 고독과 고립을 해결하기 위한 가장 강력하고 지속 가능한 유인책은 문화예술을 통한 ‘크리에이티브 에이징(Creative Aging)’이다. 문화예술은 시니어 스스로 내면의 욕구를 발산하게 하고, 타인과의 공감대를 형성하여 사회적 관계망을 복원하는 핵심 매개체이다. 특히 오늘날의 액티브 시니어들은 문화를 단순 관람하는 ‘소비자’를 넘어, 자신의 경험과 예술적 역량을 발휘하여 경제적, 사회적 가치를 창출하는 창작 활동의 ‘주체’로

거듭나길 열망하고 있다. 따라서 이들의 문화적 에너지를 경로당 파견 강사 등 직업적 활동으로 연계하는 능동적 생산 모델이 절실히 요구된다.

“내가 평생 가족들 뒷바라지하느라 내 이름 석 자 잊고 살았잖아. 이제 연기도 배우고 모델 워킹도 배우니까 내가 살아있다는 게 느껴져. 이걸 나 혼자 즐길 게 아니라, 우리 동네 다른 늙은이들한테도 가르쳐주고 싶어. 그럼 나도 선행 소리 듣고, 용돈도 벌고 얼마나 좋아.” (참여자 D, 69세, 문화예술 적극 참여군)

II

이론적 배경 및 문헌 고찰

1. 노인과 문화예술

가. 액티브 시니어(Active Senior)의 개념과 문화적 특성

현대 사회에서 노년기의 의미는 점차 변화하고 있다. 수명 연장과 함께 등장한 새로운 노년층은 과거의 수동적인 복지 수혜자에서 벗어나, 자신의 삶을 주도적으로 개척하는 능동적 주체로 자리 잡고 있다.

1) 액티브 시니어(Active Senior)의 개념

현대 사회에서 액티브 시니어는 단순한 연령적 구분을 넘어 사회 참여의 새로운 주체로 인식되고 있다.

가) 수동적 존재에서 능동적 주체로의 변화

최근 학계와 정책 현장에서는 신체적, 경제적, 사회적으로 활발하게 활동하는 50대 이상의 세대를 ‘액티브 시니어(Active Senior)’로 정의하고 있다. 연봉홍·김종순(2024)의 연구에 따르면, 이들은 은퇴 이후에도 적극적인 여가 및 스포츠 활동에 참여하며 성공적 노화를 지향하는 독립적인 주체이다. 과거의 노인이 돌봄과 부양의 대상이었다면, 액티브 시니어는 사회에 지속적으로 기여하고 개인의 성장을 추구하는 특성을 지닌다.

나) 자기결정성과 성공적 노화의 관계

노년기의 삶의 질은 스스로 선택하고 결정할 수 있는 ‘자기결정성’과 밀접하게 맞닿아 있다. 이금숙(2016)은 노인의 사회활동 인식이 생활만족도에 미치는 영향을 분석하며, 노인들이 생산적인 사회활동에 자발적인 동기로 참여할 때 만족도가 극대화된다고 강조하였다. 즉, 액티브 시니어에게 노후란 주도적 선택을 통한 ‘성공적 노화(Successful Aging)’를 실현하는 과정이다.

2) 액티브 시니어(Active Senior)의 문화적 특성

이들의 여가 활동은 단순 소비를 넘어 생산적 가치 창출을 지향하는 특징을 보인다.

가) 의미 있는 여가와 현실적 ‘경제 활동’ 욕구의 결합

오늘날 액티브 시니어의 여가 및 문화 활동은 단순한 시간 소비를 넘어, ‘현실적인 경제적 필요와 강하게 맞닿아 있다. 수명 연장으로 인해 은퇴 후에도 지속적인 생활비가 요구되는 상황에서, 단지 비용만 지불하며 즐기는 수동적 취미는 한계를 지닐 수밖에 없다. 이금숙(2016)은 노인의 사회활동 인식이 생활만족도에 미치는 영향을 분석하며, 노인들이 ‘생산적인 사회활동’에 자발적으로 참여할 때 만족도가 극대화된다고 강조하였다. 즉, 현재의 시니어들은 자신이 좋아하는 문화예술 활동을 즐기는 동시에, 이것이 작게나마 생활에 보탬이 되는 ‘경제 활동(수익 창출)’으로 이어지기를 열망하는 현실적인 특성을 지닌다.

“액티브 시니어에게 문화예술 활동이란 단순히 즐거움을 얻는 소비 행위를 넘어, 자신의 경험과 적성을 살려 지속 가능한 경제 활동으로 연결하고자 하는 생존과 직결된 생애 기획의 일환이다.” (연구자 종합)

나. 노인 문화예술교육의 효과성 선행 연구 검토

노인 대상의 문화예술교육은 단순한 예술 기법의 전수를 넘어, 노인의 심리적 안정과 사회적 관계망 회복에 기여하는 핵심 기제이다.

1) 크리에이티브 에이징과 주체적 생산

노년기의 창조적 활동은 개인의 긍정적 변화와 사회적 참여를 동시에 이끌어낸다.

가) 통합예술교육을 통한 긍정적 상호작용 및 자아수용

최근 문화예술교육 분야에서는 노년기를 창조적 성장의 연속적 단계로 보는 '크리에이티브 에이징(Creative Aging)' 관점이 주목받고 있다. 박나래·박지현(2024)은 통합예술교육 프로그램 분석을 통해, 노인 참여자들이 창작 과정에 몰입하면서 '교류와 협동을 통한 긍정적 상호작용', '과정 중심 학습을 통한 개인적 성장'을 경험한다고 밝혔다.

나) 해방적 학습을 통한 변혁적 실천과 사회 참여

노인 문화예술교육은 노인을 사회의 변혁적 주체로 성장시킨다. 김예임(2024)은 노인 문화예술교육에 자기주도 학습을 활용할 때 발생하는 '해방적 학습 효과'에 주목하였다. 노인들은 예술을 통해 억압된 감정을 해소하고 스스로 목소리를 내는 주체로 거듭난다. 이는 시니어들이 단순한 교육 수혜자(학습자)에 머물지 않고, 자신이 습득한 예술적 전문성을 바탕으로 동년배에게 긍정적인 문화적 영향력을 미치는 '생산자이자 교육의 주체'로 확장될 수 있음을 시사한다.

2. 지역 현황 분석

가. 경기북부 노인 복지/문화 정책 및 인프라 현황

경기북부는 빠른 고령화 속도에도 불구하고, 지리적·행정적 요인으로 인해 문화 및 복지 인프라가 절대적으로 부족한 실정이다.

1) 경기북부 노인 복지/문화 정책

경기북부의 노인 복지 정책은 급격한 인구 변화 속도에 비해 공간적, 질적 한계를 보이고 있다.

가) 지역 간 인프라 격차 심화 및 접근성 문제

경기북부의 가장 큰 문제점은 경기남부와의 극심한 인프라 불균형이다. 김용덕·김은지(2023)의 연구에 따르면, 경기북부와 남부의 인구 및 지역내총생산(GRDP) 격차는 지속적으로 벌어지고 있다. 김동현·오윤희(2025)는 경기북부 취약계층이 넓은 면적 대비 대중교통 부족으로 인해 복지시설 접근에 심각한 어려움을 겪고 있음을 지적했다.

나) 기존 경로당 중심의 정책 한계와 인식 전환의 필요성

접근성이 가장 높은 시설은 경로당이나 운영 실태는 열악하다. 박다솔 외(2021)에 따르면 경로당 비이용자의 상당수가 '즐길만한 활동이 없어서' 이용하지 않는다고 응답했다. 금성희(2025)는 경로당이 전 세대가 교류하는 '살롱'으로 전환되어야 하며, 전문 강사의 적극적 배치가 필수적이라고 제언하였다.

2) 경기북부 노인 복지/문화 인프라 현황 (의정부시 중심)

의정부시는 고유의 지역적 정체성을 지니고 있으나, 이를 뒷받침할 문화 인프라는 질적 전환이 필요한 시점이다.

가) 의정부 지역 정체성과 내러티브의 발굴

의정부시는 미군기지 주둔 등 역동적인 근현대사를 품고 있는 공간이다. 김태우(2022)는 의정부 기능동과 고산동 일대 미군기지 주변 주민들의 독자적인 공동체 문화를 분석하였다. 서종원(2024)과 김준현(2024)의 연구는 이러한 '지역 내러티브'가 훌륭한 문화예술 콘텐츠 자원이 될 수 있음을 강조한다.

나) 인프라 통계 현황 및 시사점

현재 의정부시의 노인 복지 시설은 양적으로 팽창했으나, 질적인 문화예술 전문 교육을 수행하기에는 인프라가 절대적으로 부족하다. 경로당 등 접근성이 높은 시설은 친목 도모 위주로 운영되고 있으며, 노인복지관 역시 대규모 인원을 수용하는 평생교육이나 단순 취미 여가(건강체조, 노래교실 등)에 머물러 있다. 즉, 시니어들의 높아진 문화적 욕구를 충족시키고 이들을 능동적인 창작 주체로 이끌어줄 전문 인력과 맞춤형 교육 시스템의 부재가 지역 내 시니어 문화 고립을 가중시키는 주요 원인으로 작용하고 있다. 따라서 기존의 시설(하드웨어) 중심 인프라 확충을 넘어, 시니어들의 실질적인 예술작·경제적 갈등을 동시에 해소할 수 있는 새로운 차원의 문화예술 지원 체계에 대한 논의가 시급하다.

구분	시설 수	핵심 점검 항목	비고
노인복지관	4개소	평생교육, 취미여가 위주. 대규모 수용으로 예술 전문 교육 한계	권역별 4개소 운영
경로당	240여 개	자체 친목 도모, 전문적이고 지속적인 문화예술 프로그램 전무	접근성은 높으나 질적 저하

출처: 2024 의정부시 노인복지 가이드북 (의정부시, 2024) 내용 재구성

III 연구 방법

1. 연구 설계 및 분석 틀

가. 질적 연구 방법론의 채택 및 현상학적 접근

본 연구는 경기북부(의정부시 중심) 시니어들이 겪는 문화적 고립의 실태와 직업적 전환에 대한 갈등을 심층적으로 파악하기 위해, 통계 수치에 의존하는 양적 연구 대신 '질적 연구(Qualitative Research)' 방법론을 채택하였다.

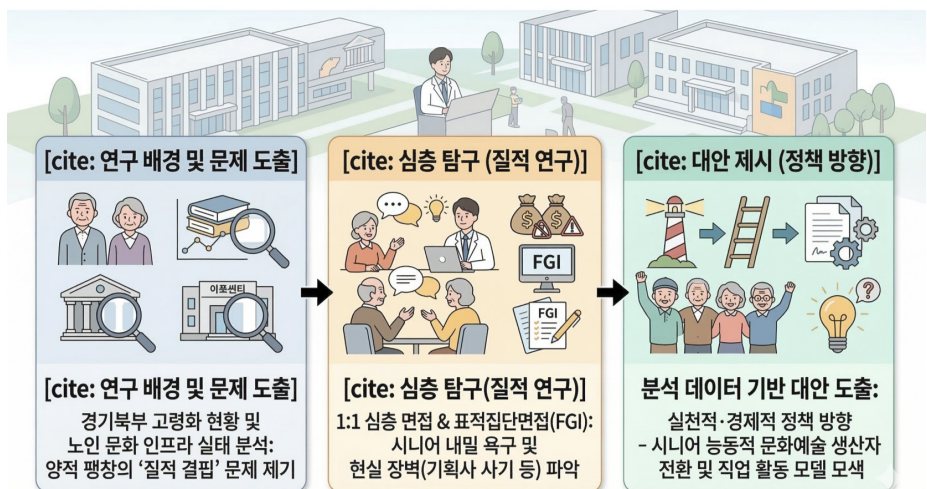
1) 양적 연구의 한계와 현상학적 접근의 필요성

가) 통계가 담지 못하는 시니어의 '생생한 목소리' 발굴

기존의 노인 복지 관련 실태조사나 통계 지표는 노인들이 어떤 시설을 몇 회 이용했는지는 보여주지만, 그들이 '왜' 그 시설에 만족하지 못하는지, '어떤' 예술적 갈등을 느끼고 있는지는 설명하지 못한다. 특히 본 연구의 핵심 타겟인 '배우/모델 지망생' 등 특수한 욕구를 지닌 시니어 집단의 복합적인 심리(학원비 지출에 대한 부담감, 무대에 서고 싶은 열망, 경로당에 대한 거부감 등)는 설문지의 객관식 문항으로는 결코 포착할 수 없다. 따라서 참여자의 생생한 경험과 주관적 의미를 심층적으로 탐구하는 현상학적(Phenomenological) 접근이 필수적이다. W-1) 연구 설계의 기본 틀: 문제 도출 → 심층 탐구 → 대안 제시

본 연구의 분석 틀은 크게 3단계로 구성된다. 첫째, 의정부시 노인 문화 인프라의 양적 팽창 이면에 숨겨진 '질적 결핍'을 문제로 도출한다. 둘째, 1:1 심층 면접과 표적집단면접(FGI)을 교차 진행하여 시니어들의 내밀한 욕구와 현실 장벽(기획사 사기 등)을 탐구한다. 셋째, 분석된 데이터를 바탕으로 '시니어 능동적 문화예술 생산자 전환 및 직업 활동 모델 모색'이라는 실천적이고 경제적인 정책 방향성을 도출한다.

■ [그림 III-1] 본 연구의 3단계 설계 및 분석 틀



본 연구는 현상학적 접근을 바탕으로 ‘문제 도출(인프라의 질적 결핍 파악) → 심층 탐구(1:1 면접 및 FGI) → 정책 방향 도출(능동적 생산자 전환)’의 유기적인 흐름으로 진행된다.

2. 연구 대상

가. 연구 대상 선정 방법 및 조작적 정의 (Operational Definition)

본 연구는 막연한 전체 노인 인구를 대상으로 하는 기존 실태조사의 한계를 탈피하고자, 연구 대상을 현장과 밀접하게 맞닿아 있는 구체적인 집단으로 한정하고 조작적 정의를 명확히 하였다.

1) 표본의 구체화: 경기북부(의정부 거주) 60세 이상 시니어 및 참여군 세분화

가) 대상 선정의 현장 기반 및 눈덩이 표집(Snowball Sampling)

본 연구의 대상은 ‘의정부시에 거주하는 60세 이상 시니어(남녀 무관)’로 한정하였다. 그중에서도 극단 및 문화예술 아카데미 등에서 전문 예술인(배우, 모델 등)을 지망하는 자들을 ‘적극 참여군’으로, 인근 경로당을 주로 이용하며 별도의 비용을 지불하지 않는 자들을 ‘소극 참여군’으로 분류하였다. 질적 연구의 특성상 심층적인 내면의 이야기를 끌어내야 하므로, 무작위 추출 방식이 아닌 연구자가 소속된 문화예술 현장의 네트워크를 활용하여 신뢰 관계가 구축된 대상자를 섭외하는 ‘눈덩이 표집(Snowball Sampling)’ 방식을 채택하였다.

나) 적극/소극 참여군의 조작적 정의

본 연구에서 두 그룹을 나누는 가장 핵심적인 조작적 정의의 기준은 ‘참여의 목적성’과 ‘비용 지불 의사’이다. ‘적극 참여군’은 단순 취미를 넘어선 ‘전문성 획득’과 향후 강사나 크리에이터로서의 ‘직업적 전환(경제활동)’을 목적으로 하며, 이를 위해 자발적인 시간과 고가의 아카데미 비용 등을 기꺼이 투자하는 집단이다. 반면 ‘소극 참여군’은 시간 소일, 고독감 해소, 단순 친목 도모를 목적으로 삼으며, 복지관이나 경로당에서 제공하는 무료 공공 프로그램에 수동적으로 참여하는 집단으로 한정하였다.

나. 연구 대상자 리스트

위의 선정 기준에 따라, 적극 참여군 5명과 소극 참여군 5명, 총 10명의 시니어를 최종 심층 면접 및 FGI 연구 대상으로 선정하였다. 면접 참여자들의 인구사회학적 배경 및 문화예술 참여 형태는 다음 <표 Ⅲ-1>과 같다.

■ <표 Ⅲ-1> 인터뷰 참여자 리스트

(단위: 명)

구분	시절수	나이	지역	구분
윤○경	여	60	가평동	적극 참여군
채○희	여	78	송산동	적극 참여군
이○모	남	61	고산동	적극 참여군
박○선	여	62	호원동	적극 참여군
심○영	여	69	신곡동	적극 참여군
박○필	여	77	신곡동	소극 참여군
최○자	여	67	가평동	소극 참여군
전○대	남	68	고산동	소극 참여군
이○용	남	70	호원동	소극 참여군
이○진	남	74	민락동	소극 참여군

3. 자료 수집 방법 및 절차

가. 1:1 개별 심층 면접

집단 속에서 드러나기 힘든 시니어 개인의 내밀한 생애사와 문화예술 활동 참여 과정에서 남몰래 겪은 현실적·심리적 장벽을 깊이 있게 파악하기 위해 1:1 개별 면접을 우선 실시하였다.

1) 개인의 생애사와 문화적 결핍 추적

가) 반구조화된 질문지(Semi-structured Questionnaire) 활용

면접은 연구 목적에 맞춰 사전에 준비된 반구조화된 질문지를 기반으로 진행되었다. 정해진 질문에만 얽매이지 않고, 참여자의 답변 내용에 따라 유연하게 꼬리 질문(Probing)을 던지며 심층적인 답변을 유도하였다. 적극 참여군에게는 "문화예술 활동(학원, 아카데미 등)의 참여 동기와 그 과정에서 느낀 현실적 한계", "향후 예술 활동을 통해 궁극적으로 이루고 싶은 개인적 목표"를 집중적으로 물었으며, 소극 참여군에게는 "현재 이용 중인 경로당 프로그램의 만족도와 새로운 문화 활동에 대한 수용성"을 중심으로 질문을 전개하였다. (이러한 개방형 질문의 결과로, 연구자가 사전에 예상치 못했던 기획사 사기 피해나 고비용 구조 등의 심각한 현실 문제가 자연스럽게 도출될 수 있었다.

나) 라포(Rapport) 형성 및 면접 환경 조성

참여자들이 편안한 상태에서 자신의 솔직한 경험과 속마음을 털어놓을 수 있도록, 면접은 참여자들에게 익숙한 동네 카페나 소극장 등에서 진행되었다. 면접 전 충분한 일상 대화를 통해 라포(상호 신뢰 관계)를 형성하는 데 많은 시간을 할애하였으며, 모든 면접은 참여자의 사전 동의를 구한 후 녹음되었다.

■ [그림 Ⅲ-2] 1:1 심층 면접 및 그룹 인터뷰(FGI) 진행 현장



나. 그룹 인터뷰 (FGI: Focus Group Interview)

개별 면접 이후, 참여자 간의 상호작용을 통해 공통된 경험을 확인하고 문화예술 참여 활성화를 위한 대안적 아이디어를 발전시키기 위해 그룹 인터뷰를 실시하였다.

1) 집단 역동성을 통한 경험의 확장과 타당성 검토

가) 동질 집단 내의 상호작용 분석

적극 참여군과 소극 참여군을 분리하여 각각 그룹 인터뷰를 진행하였다. 특히 적극 참여군 FGI에서는 개별 면접에서 도출된 현실적 한계점(비용 부담, 무대 기회 부족 등)에 대해 공감대를 형성한 후, "우리가 습득한 예술적 경험과 재능을 동년배 시니어들과 나눈다면 어떤 형태가 좋을까?"라는 개방형 질문을 통해 집단적 토론을 유도하였다. 이 과정에서 시니어들이 스스로 문제 해결을 위한 새로운 활동 가능성에 대해 논의하는 '집단 역동성(Group Dynamics)'

을 관찰할 수 있었다.

나) FGI 진행 절차 및 포화 상태(Saturation) 도달

FGI는 연구자(진행자) 1인과 기록자 1인이 배석한 가운데 집단별로 약 90분에서 120분가량 진행되었다. 진행자는 특정 개인의 발언이 과대 표집되지 않고 전원이 고르게 의견을 낼 수 있도록 조율하였으며, 더 이상 새로운 의견이나 핵심 주제가 도출되지 않는 이론적 포화 상태(Theoretical Saturation)에 이르렀다고 판단될 때 면접을 종료하였다.

4. 자료 분석 방법

가. 질적 자료의 전사(Transcription) 및 코딩 절차

수집된 방대한 인터뷰 자료를 학술적이고 체계적으로 분석하기 위해 현상학적 질적 코딩 절차를 거쳤다.

1) 녹취록 작성 및 개방코딩(Open Coding)

가) 현장의 언어를 텍스트로 변환

수집된 모든 녹음 자료는 면접 직후 연구 보조원에 의해 현장의 분위기와 비언어적 표현(한숨, 웃음, 침묵, 목소리의 떨림 등)까지 포함하여 구어체 그대로 문서화(전사)되었다. 이는 활자 이면에 담긴 참여자의 감정 상태와 숨은 맥락을 정확히 파악하기 위한 필수적인 기초 작업이다.

나) 의미 단위 추출 및 개념화

작성된 전사 자료를 연구진이 반복적으로 숙독하며, 본 연구의 주제와 관련된 유의미한 단어나 문장(의미 단위)을 추출하였다. 참여자들의 생생한 진술 속에서 반복적으로 등장하는 패턴과 핵심어들을 찾아내어 초기 개념으로 명명하는 개방코딩(Open Coding) 작업을 수행하였다.

나. 범주화(Categorization) 및 핵심 주제 도출

1) 상위 범주화 및 결과의 타당성 확보

가) 현상의 구조화

개방코딩을 통해 도출된 수십 개의 초기 개념들 중, 논리적 연관성을 지닌 것들을 묶어 하위 범주를 구성하고, 이를 다시 더 추상적이고 포괄적인 상위 범주로 통합하는 작업을 반복했다. 이를 통해 파편화되어 있던 시니어들의 내밀한 경험과 현실적 장벽들을 체계적인 구조로 엮어낼 수 있었다.

나) 분석 결과의 교차 검토

도출된 최종 범주가 연구자의 편견 없이 참여자들의 실제 의도를 정확히 반영하고 있는지 확인하기 위해 연구진 간 교차 검토(Peer Review)를 실시하였다. 최종적으로 도출된 핵심 주제들은 다음 장인 IV. 시니어 문화 고립 실태 및 인식 분석 결과에서 참여자의 구체적인 진술과 함께 상세히 기술된다.

IV

경기북부 시니어 문화 고립 실태 및 인식 분석 결과

1. [개별 면접 분석] 정보 비대칭과 인프라 부족이 낳은 문화 고립 장벽

가. 물리적·정보적 고립과 상업 기획사 사기 피해 노출

경기북부 시니어들은 단순히 거리가 멀어서 문화를 즐기지 못하는 1차원적 고립을 넘어, 정보의 부재로 인해 상업적 착취의 대상이 되는 2차적 고립을 겪고 있었다.

1) 물리적·정보적 고립

가) 교통 인프라의 한계로 인한 심화 교육 접근성 제약

의정부 외곽(가농동, 고산동 등)에 거주하는 적극 참여군 시니어들은 수준 높은 예술 교육을 받기 위해 서울 등 도심으로 이동해야 하는 물리적 장벽에 부딪히고 있었다. 김동현·오윤희(2025)가 지적한 경기북부의 대중교통 부족 현

상은 시니어들의 예술적 열망을 꺾는 가장 큰 허들이었다.

2) 상업 기획사 사기 피해 노출

가) 정보 비대칭을 악용한 고비용 아카데미의 착취 구조

심층 면접 결과 가장 충격적인 부분은, 예술 지망 시니어들의 절박함을 악용한 상업 기획사들의 기만적 행태였다. 공공 인프라가 전문 교육을 감당하지 못하는 사이, 시니어들은 고액의 프로필 촬영비와 학원비를 요구하는 사설 업체의 표적이 되고 있었다. 이는 단순한 사기를 넘어 노인 빈곤을 가중시키는 심각한 사회 문제로 직결된다.

“무대에 꼭 한 번 서보고 싶어서 없는 살림에 쪼개서 기획사라는 곳에 들어갔어. 근데 프로필 사진 찍어야 한다고 200만 원 내라, 무슨 특강 들어야 오디션 기회 준다고 또 300만 원 내라... 결국 돈만 수백만 원 날리고 제대로 된 무대는 한 번도 못 썼어. 나중에 보니까 나 같은 노인네들 돈 빼먹는 장사였더라고. 누구한테 말도 못하고 속으로만 끔끔 앓았지.” (심○영, 69세, 적극 참여군)

나. 기존 문화복지 시설의 한계

상업 기획사의 대안이 되어야 할 공공복지 시설(경로당, 노인복지관)은 시니어들의 높아진 눈높이를 전혀 맞추지 못하고 있었다.

1) 공급자 중심의 획일적 프로그램

가) 수동적 소일거리 위주의 경로당 문화에 대한 거부감

소극 참여군조차 현재의 경로당 프로그램에 큰 만족감을 느끼지 못하고 있었으며, 적극 참여군에게 경로당은 ‘정체되어 있는 공간’으로 인식되었다. 이는 박다솔 외(2021)의 연구에서 나타난 ‘즐길만한 활동이 없는 경로당’의 실태와 정확히 일치한다.

“경로당 가면 허구한 날 10원짜리 고스톱 치거나 텔레비전 트로트 방송이나 보는 게 다야. 가끔 외부에서 강사라고 오는데, 유치원생 다루듯이 울동하고 박수 치라고 해. 내 나이가 몇인데 그런 걸 하고 앉아 있나 자존심이 상해서 이제선 발길을 끊었어.” (박○필, 77세, 소극 참여군)

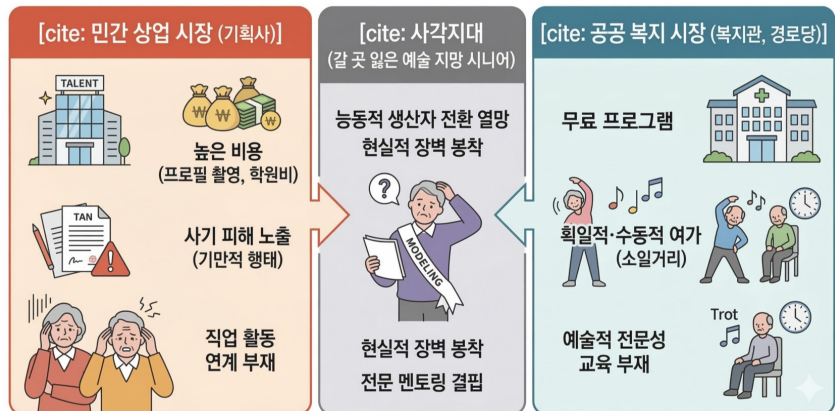
2) 예술적 전문성 교육의 부재

가) 하드웨어 중심 인프라의 질적 한계

노인복지관 역시 인원은 많고 강사는 한정되어 있어, 개개인의 역량을 끌어올리는 심화 교육은 불가능한 구조였다. 참여자들은 단순 향유를 넘어 자신만의 콘텐츠를 생산할 수 있는 전문적인 멘토링을 원하고 있었다.

“복지관 노래교실에 사람이 100명씩 앉아 있어. 강사 얼굴도 제대로 안 보이고 그냥 따라 부르다 오는 거지. 나는 내 인생 이야기를 얘기해보고 싶은데, 그런 걸 1:1로 봐주고 이끌어주는 진짜 교육은 눈을 씻고 찾아봐도 없어.” (심○영, 69세, 적극 참여군)

■ [그림 IV-1] 시니어 문화예술 시장의 기형적 양극화 구조 및 사각지대



다. 단순 취미를 넘어선 '전문성'과 '직업 활동'에 대한 갈증

적극 참여군 시니어들을 움직이는 가장 강력한 동력은 단순히 '노는 것'이 아니라, '인정받고 돈을 버는 것'이었다.

1) 자아실현의 도구로서의 예술

가) 잃어버린 자아 탐색과 크리에이티브 에이징

예술 활동은 시니어들에게 누군가의 부모, 배우자가 아닌 '나 자신'의 이름을 되찾는 과정이었다. 박나래·박지현 (2024)이 제시한 '크리에이티브 에이징'의 과정이 인터뷰 내내 생생하게 발현되었다.

“대본을 읽고 내 배역 이름으로 불릴 때, 비로소 내가 살아 숨쉬는 기분이 들어. 며느리, 할머니가 아니라 오롯이 나로 인정받는 그 무대의 맛을 잊을 수가 없어. 남은 인생은 정말 프로페셔널하게 예술가로 살아보고 싶어.” (채○희, 78세, 적극 참여군)

2) 경제활동(일자리) 연계의 필요성

가) 지속 가능한 예술 활동을 위한 수익 창출의 절박함

이금숙(2016)의 연구처럼, 노인들에게 생산적 사회활동(수익 창출)은 삶의 질을 좌우한다. 시니어들은 예술 활동이 단절되지 않기 위해 작게나마 경제적 보상이 수반되어야 함을 강력히 피력했다.

“솔직히 나이 먹어도 밥값, 차비는 계속 들잖아. 학원비 내고 배우기만 하면 밑 빠진 독에 물 붓기지. 내가 배운 연기나 모델 워킹으로 단돈 몇십만 원이라도 내 손으로 직접 벌 수 있다면 정말 자부심이 생길 것 같아. 자식들 눈치 안 보고 내 예술 활동을 계속하려면 직업이 돼야 해.” (이○모, 61세, 적극 참여군)

2. [그룹 인터뷰(FGI) 분석] 커뮤니티 기반의 능동적 주체로의 진화 양상

개별 면접에서 드러난 개인의 열망은, FGI를 통해 '경로당 파견 강사'라는 집단적이고 실천적인 대안으로 진화하였다.

가. 공동체(커뮤니티) 소속감을 통한 자존감 회복과 지속성

1) 상호 지지와 정서적 연대

가) 동년배 그룹 내에서의 공감대 형성

FGI 과정에서 시니어들은 서로의 사기 피해 경험과 무대에 대한 열망을 나누며 깊은 정서적 유대감을 형성했다. 같은 시대적 배경을 공유하는 동년배 집단만이 줄 수 있는 치유의 과정이었다.

“나만 기획사에 속아서 돈 날리고 바보된 줄 알았는데, 오늘 모여서 얘기해보니 다들 비슷한 아픔이 있네. 우리가 이렇게 모여서 서로 위로도 하고, 의기투합해서 뭐라도 직접 만들어보면 좋겠다는 생각이 확 들어.” (FGI 적극 참여군 중합)

나. 향유자에서 생산자로

1) 교육 주체로의 전환 가능성 탐색

가) 경로당 강사 파견 모델에 대한 폭발적 수용성

연구진이 “여러분이 경로당의 동년배들을 가르치는 강사가 된다면?”이라는 화두를 던졌을 때, 참여자들은 해방적 학습 효과(김예임, 2024)를 보이며 강력한 의지를 표출했다.

“그거 진짜 좋은 생각이다! 어떻게 그런 생각을 했어? 우리가 경로당 사정을 제일 잘 알잖아. 뻔한 체조 말고, 우리가 배운 발성법이나 감정 표현하는 법을 그 친구들한테 가르쳐주면 엄청 재밌어할 거야. 우리도 누군가를 가르치면서 돈도 벌고, 배우로서 연습도 되고 1석 2조네. 당장 자격증 따려면 어떻게 해야 돼?” (FGI 적극 참여군 중합)

3. [종합 분석] 시니어 문화예술 향유의 제약 요인 및 능동적 참여 전환의 필요성

가. 시니어 문화예술 시장의 기형적 구조 확인

1) 공공과 민간의 양극화 현상

가) 보호받지 못하는 예술 지망 시니어의 현실

결론적으로 경기북부의 문화 인프라는 '지루한 무료 복지(경로당)'와 '악탈적인 고비용 민간 시장(상업 기획사)'으로 극단적으로 양극화되어 있었다. 그 사이에서 진지하게 예술을 대하는 시니어들은 정책의 사각지대에 놓여 막대한 비용과 감정을 소모하며 고립되고 있었다.

나. 주체적 생산자 모델 도입의 당위성

1) 일자리 창출과 문화 복지의 결합

가) 정책적 지원의 방향성 도출 (경로당 강사 파견 모델)

본 연구의 질적 분석 데이터는 명확한 하나의 대안을 가리킨다. 시니어 예술 지망생들을 단순히 학원에 머물게 할 것이 아니라, 객관적 자격 검증(자격증 등)을 거쳐 지역 경로당의 문화예술 강사로 파견해야 한다. 이는 시니어 지망생에게는 '안전한 직업 활동(경제적 수익)'을, 경로당의 소극 참여군에게 '눈높이에 맞는 양질의 동년배 문화 교육'을 제공하는 가장 현실적이고 지속 가능한 선순환 정책이 될 것이다.

V

능동적 문화예술 참여 활성화 3대 정책 제안

1. [공간의 전환] 일상으로 찾아가는 '시니어 문화 살롱' 거점 구축

가. 경로당의 단순 쉼터 탈피 및 수요자 중심형 공간 혁신

기존 경기북부 시니어 문화 인프라의 가장 큰 문제는 양적 팽창에도 불구하고 접근성과 콘텐츠의 질이 현저히 떨어진다는 점이다. 이를 해결하기 위해 물리적 거리를 좁히는 거점 혁신이 필요하다.

1) 접근성 한계 극복을 위한 일상 공간의 활용

가) 정책 배경 및 실행 방안

대중교통 인프라가 열악한 경기 북부의 특성과 정보 접근성이 떨어지는 시니어들의 물리적 장벽을 극복하기 위해, 대형 노인복지관으로 '오라고' 하는 기존의 공급자 중심 방식을 탈피해야 한다. 어르신들의 일상에서 가장 접근성이 높은 '경로당'이나 지역 내 유휴 공간을 '문화 살롱'으로 개조하여 전문 예술 교육이 직접 찾아가는 시스템을 구축해야 한다. 이는 경로당을 화두나 치는 단순한 쉼터가 아닌, 예술을 매개로 지역의 내러티브를 공유하고 능동적 창작이 이루어지는 고품격 문화 거점으로 기능하게 할 것이다.

"우리 나이엔 어디 한 번 배우러 나가려면 무릎도 아프고 버스 타기도 겁나. 차라리 우리가 매일 모이는 동네 경로당에 진짜 제대로 된 연기 선생님이나 모델 선생님이 일주일에 한 번이라도 찾아와서 가르쳐 주면 얼마나 좋아. 그럼 동네 노인네들 다 모일걸." (FGI 소극 참여군 중합)

2. [역할의 전환] 시니어 예술 지망생의 직업적 전환 및 '경로당 강사 파견'연계

가. 고비용 아카데미 중심의 기형적 시장 구조 탈피 및 경제활동 기반 마련

사기 피해와 고비용 지출에 노출된 시니어 예술 지망생(적극 참여군)들을 구제하고, 이들의 에너지를 사회적 자본으로 환원하는 선순환 구조가 절실하다.

1) 전문성 획득과 수익 창출을 동시에 충족하는 선순환 모델 구축

가) 정책 배경 및 실행 방안

FGI 분석 결과, 기존 노인 문화예술 프로그램에 만족하지 못하는 '시니어 배우/모델 지망생'들은 자아실현의 욕구

가 매우 높음에도 불구하고 실질적인 직업 활동(수익 창출)으로 이어지는 경우가 극히 드물었다. 이러한 간극을 메우기 위해, 시니어 예술 지망생들이 훈련받은 표현력(연기, 워킹, 스토리텔링 등)을 바탕으로 앞서 언급한 '문화 살롱(경로당)'의 파견 강사로 활동할 수 있는 직업적 전환 모델을 전격 도입해야 한다. 이를 통해 시니어 지망생은 강사 활동을 통한 무대 경험과 경제적 수익(직업적 재생산)을 확보하고, 경로당은 양질의 동년배 맞춤형 문화 콘텐츠를 공급받는 완벽한 윈-윈(Win-Win) 구조를 확립할 수 있다.

“맨날 학원비만 내고 언제 데뷔하나 한숨만 쉬었는데, 내가 배운 걸 우리 동네 경로당 친구들한테 가르치면서 나라에서 강사비라도 조금씩 받으면 그게 바로 직업이고 내 무대지. 나이 먹어서 내 힘으로 돈도 벌고 선생님 소리도 들으면 평생의 한이 풀릴 것 같아.” (FGI 적극 참여군 중합)

3. [제도의 전환] 공공 파견을 위한 객관적 역량 검증: '시니어 예술강사 자격증' 도입

가. 지자체 예산 투입의 타당성 및 동년배 교육의 질 확보

경로당 강사 파견 모델이 단순한 일회성 사업으로 끝나지 않고 공공 정책으로 자리 잡기 위해서는 행정적 신뢰도를 담보할 수 있는 제도적 장치가 필수적이다.

1) 전문 기관 연계형 자격 검증 시스템 구축

가) 정책 배경 및 실행 방안

시니어 예술 지망생을 공공 복지 시설의 강사로 파견하기 위해서는, 공무원과 지자체 입장에서 공공 예산 집행의 타당성을 확보할 수 있는 '객관적인 역량 검증 지표'가 수반되어야 한다. 아무리 열정이 뛰어나더라도 동년배 노인을 대상으로 한 특수한 교수법과 심리적 이해도가 검증되지 않으면 파견의 실효성을 담보하기 어렵다. 따라서, 시니어 예술 교육 콘텐츠를 연구하는 전문 기관(협회 등)과 연계하여 '시니어 문화예술 지도사(가칭)'와 같은 민간/공인 자격증 취득 과정을 선행 도입해야 한다. 자격증 제도는 공공 행정의 명확한 KPI가 되며, 시니어 예술인에게는 전문 직업인으로서의 공신력과 소속감을 부여하는 가장 확실한 제도적 안전망이 될 것이다.

“그냥 아는 거 가르치러 왔다고 하면 경로당 노인네들이 '네가 뭔데 우리한테 이래라저래라 하냐고 무시할 수도 있어. 근데 나라에서 인정하는 번듯한 자격증 하나 목에 걸고 가면 대우가 다르지. 우리한테도 공신력 있는 자격증이 꼭 필요해.’” (FGI 적극 참여군 중합)

■ [그림 V-1] 시니어 능동적 문화예술 참여 활성화를 위한 3대 정책 선순환 모델



VI 결론 및 기대효과

1. 연구 결과 요약

가. 경기북부 시니어 문화예술 향유의 양극화 실태와 능동적 주체의 소외

본 연구는 경기북부 지역 시니어들이 겪는 문화적 고립의 근본적인 원인을 파악하고, 단순 향유를 넘어선 주체적 문화 생산자로서의 전환 가능성을 심층적으로 모색하였다.

1) 양극화된 문화 인프라와 직업적 전환 욕구의 충돌

가) 무료 공공 복지와 고비용 상업 시장 사이의 사각지대 확인

질적 연구(1:1 심층 면접 및 FGI) 분석 결과, 경기북부의 시니어 문화 인프라는 수동적 소일거리 위주의 '경로당(무료 공공)'과 고비용을 요구하는 '상업 기획사(고가 민간)'로 극단적으로 양분되어 있었다. 이로 인해 전문성을 갖추고 경제활동을 영위하고자 하는 '적극 참여군' 시니어들은 정책적 사각지대에 놓인 채, 사기 피해 등 심각한 사회적·경제적 고립을 겪고 있음이 확인되었다. 이들은 단순한 취미 활동을 넘어, 자신의 경험과 재능을 사회에 환원하고 이를 통해 수익을 창출하는 '직업적 생산자'로의 전환을 강렬하게 열망하고 있었다.

“결국 우리가 바라는 건 노인네들끼리 모여서 시간 때우는 게 아니라, 제대로 배워서 남들에게 나누고 그게 내 직업이 되는 거였어. 배우고 가르치며 돈도 버는 것, 그게 진짜 살아있는 노후지.” (FGI 참여자 종합 의견)

2. 기대 효과

가. 시니어 주도형 문화예술 생태계 조성 및 사회적 가치 창출

본 연구에서 분석 결과를 토대로 제안한 '시니어 문화 살롱 거점화', '경로당 강사 파견', '객관적 자격증 시스템 도입'의 3대 정책은 지역사회에 다각적이고 혁신적인 파급 효과를 가져올 것이다.

1) 복지와 일자리의 선순환을 통한 초고령 사회의 새로운 패러다임 제시

가) 수혜자 중심에서 생산자 중심의 자생적 복지 모델 구축

본 연구의 제안이 정책으로 실현될 경우 다음과 같은 세 가지 핵심적인 기대효과를 창출할 수 있다. 첫째, 예술 지망 시니어들에게 양질의 '생활밀착형 일자리'가 제공되어 노인 빈곤 문제 해결과 삶의 질 향상에 직접적으로 기여할 것이다. 둘째, 경로당의 소극적 시니어들에게는 동년배의 눈높이에 맞는 수준 높은 문화예술 교육이 제공되어 지역 내 인프라 격차와 문화적 소외 현상이 해소될 것이다. 셋째, 공신력 있는 전문 기관을 통한 '시니어 문화예술 지도사(가칭)' 등 자격 검증 시스템의 안착은, 민간의 전문성과 공공의 예산이 결합하는 성공적인 거버넌스 모델이 될 것이다.

“시니어가 시니어를 가르치는 '동년배 전문 강사 파견 모델'은 단순한 여가 지원을 넘어선다. 이는 잉여 자원으로 여겨지던 노년층의 예술적 잠재력을 사회적 자본으로 치환하여, 초고령 사회의 복지와 일자리 문제를 동시에 해결하는 가장 경제적이고 지속 가능한 대안이 될 것이다.” (연구자 종합)

■ 참고 문헌

- 금성희(2025). 건강하고 행복한 노후생활 보장 지원 연구: 경기도 용인시, 성남시, 파주시, 동두천시 노인복지관 프로그램 지원 내용을 중심으로. 학술발표대회 논문집 2025(1), 1-17.
- 김동현·오윤희 (2025). 복지 인프라의 지역 불균형: 경기북부 장애인인 욕구 분석. 지역사회복지학, 53, 45-68.
- 김예임 (2024). 노인 문화예술교육에서의 자기주도학습 활용과 해방적 학습 효과. 문화예술교육연구, 19(1), 89-110.
- 김용덕·김은자·이선희 (2023). 경기북부-남부 지역격차와 시사점. 재정정책논집, 25(4), 29-57
- 김준현. (2024). 지역 정체성 정립/형성과 '지역 내러티브' 및 '지역 문학' - '의정부 지역 정체성'과 '의정부 문학'의 사례를 중심으로 -. 국제어문, 101, 189-215.
- 김태우 (2022). 미군기지 주변 지역의 변화와 마을 주민들의 공동체적 대응과 실천 - 의정부 가평동과 고산동 빼벌 마을을 중심으로 -, 한국구비문학학보, 62, 145-178.
- 박나래·박지현 (2024). 통합예술교육을 통한 크리에이티브 에이징 효과 모델 연구: 『세대공감 프로젝트 라떼 할미』 교육 프로그램을 중심으로. 문화예술교육연구, 19(1), 1-31.
- 박다솔, 신가인, 우예신, 이혜식, 박혜연. (2021). 중소도시 지역 거주 고령자의 경로당 프로그램 이용 실태 및 활용 전망. 재활치료과학, 10(1), 95-104.
- 서종원 (2024). 지역 정체성 찾기의 사례와 과제: 의정부시 사례를 중심으로. 경계연구, 3(1), 56-89.
- 연분홍·김중순 (2024). 액티브시니어의 디지털 리터러시가 성공적 노화에 미치는 영향: 여가스포츠 참여 유무의 조절효과. 한국체육학회지, 63(6), 321-332.
- 의정부시 (2024). 2024 의정부시 노인복지 가이드북. 의정부시청.
- 이금숙. (2016). 노인의 사회활동인식과 생활만족도에 관한 연구: 참여동기의 매개효과를 중심으로. 융합사회와 공정정책, 10(1), 147-179.

7

웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능과 우울에 미치는 영향

김수미

차의과대학교 일반대학원 박사

이혜정

차의과대학교 스포츠의학대학원 박사

웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능과 우울에 미치는 영향

김수미

차의과대학교
일반대학원 박사

이혜정

차의과대학교
스포츠의학대학원 박사

요약

본 연구는 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능과 우울 수준에 미치는 영향을 검증하기 위해 수행되었다. 연구 대상자는 65세 이상 85세 이하 노인 7명이었으며, 4주 동안 주 2회 프로그램에 참여하였다. 신체 기능 평가는 2분 제자리 걷기, 외발서기, 관절가동범위를 측정하였고, 정서적 상태는 PHQ-8을 통해 평가하였다. 연구 결과 프로그램 참여 이후 2분 제자리 걷기, 외발서기, 오른쪽 관절가동범위에서 유의한 향상이 나타났으며 우울 수준은 유의하게 감소하였다. 이러한 결과는 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 향상과 정서적 건강 개선에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

주제어 : 웰투어링, 신체활동, 노인, 신체기능

최근 우리나라는 세계적으로 빠르게 고령화가 진행되고 있는 국가 중 하나로, 노인의 건강관리와 삶의 질 향상이 중요한 사회적 과제로 대두되고 있다(통계청, 2025). 의정부시는 2025년 3월 기준 65세 이상 노인 인구가 88,711명(19.2%)에 도달하여 초고령사회에 진입할 것으로 예상되며 지역 차원의 고령화 대응이 시급한 상황이다(의정부시, 2025). 또한 2024년 기준의 의정부시 1인가구는 6.4만 가구로 전체 가구의 32.9%를 차지해 노년기 단독생활 사회적 고립 위험 증가와 맞물린 건강관리 수요가 커지고 있다(경기도, 2025). 이러한 인구 구조의 변화는 노인의 건강 문제와 관련된 사회적 부담을 증가시키고 있으며, 특히 신체 기능 저하와 정신 건강 문제는 중요한 공중보건 이슈로 인식되고 있다(보건복지부, 2024; Cunningham et al., 2020).

노년기에 접어들면서 근력 감소, 균형 능력 저하, 관절 유연성 감소 등 다양한 신체 기능 저하가 나타나게 된다(Stathokostas et al., 2012). 이러한 신체 기능 저하는 보행 능력 감소와 신체활동 감소로 이어질 수 있으며 이는 노인의 독립적인 일상생활 수행 능력에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Rikli & Jones, 1999). 특히 신체활동 부족은 노인의 신체 기능 저하뿐만 아니라 만성질환 발생 위험 증가와 삶의 질 저하와도 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다(Cunningham et al., 2020).

또한 노년기에는 사회적 역할 감소와 사회적 관계 축소 등으로 인해 우울과 같은 정신 건강 문제가 증가하는 경향이 있다. 보건복지부의 국민건강영양조사에 따르면 우리나라 노인의 우울 증상 경험률은 약 20% 이상으로 보고되고 있으며, 이는 노인의 신체 건강뿐만 아니라 삶의 만족도와 사회적 참여에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다(보건복지부, 2024; Bridle et al., 2012). 선행 연구에서도 신체활동 수준이 낮은 노인일수록 우울 증상이 높게 나타나는 경향이 있으며, 규칙적인 신체활동 참여는 우울 증상 감소와 정서적 안정에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(이하나 외, 2022; Schuch et al., 2016).

이러한 배경에서 노인의 신체 기능 유지와 정신 건강 증진을 위한 다양한 신체활동 프로그램이 제시되고 있다(Bull et al., 2020). 특히 걷기와 같은 신체활동은 노인이 비교적 쉽게 참여할 수 있는 운동 형태로, 보행 능력 향상과 근력 유지에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(Pahor et al., 2014). 최근에는 자연환경을 활용한 신체활동 프로그램이 노인의 신체 건강뿐만 아니라 정신 건강에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 연구 결과가 보고되고 있다(Coventry et al., 2021; Lahart et al., 2019). 자연환경에서 이루어지는 신체활동은 스트레스 감소와 정서적 안정에 도움을 주며 신체활동 참여의 지속성을 높이는 효과가 있는 것으로 알려져 있다(Fraser et al., 2019).

이러한 관점에서 웰투어링(Well-Touring)개념이 제시되고 있다. 웰투어링은 건강(Wellness)과 여행(Touring)을 결합한 개념으로 지역의 자연환경과 문화 자원을 활용하여 신체활동을 수행하는 프로그램을 의미한다(유숙희, 2024; 박도경 외, 2025). 이러한 프로그램은 단순한 운동 활동을 넘어 자연환경 경험과 사회적 교류를 동시에 제공할 수 있다는 특징을 가진다.

그러나 현재까지 웰투어링 기반 프로그램이 노인의 신체 기능 및 정서적 건강에 미치는 영향을 과학적으로 검증한 연구는 제한적인 실정이다(박도경 외, 2025). 특히 지역사회 노인을 대상으로 자연환경 기반 신체활동 프로그램이 신체 기능과 우울 수준에 미치는 효과를 분석한 연구는 부족한 상황이다.

따라서 본 연구는 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능과 우울 수준에 미치는 영향을 분석하여 노인의 건강 증진을 위한 지역사회 기반 프로그램의 효과를 검증하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램을 지역사회 노인에게 적용하여 프로그램의 효과성을 검증하는 데 있다.

본 연구는 웰투어링 프로그램이 노인의 보행 능력, 균형 능력, 관절 가동 범위와 같은 신체 기능에 미치는 영향을 분석하고, 우울 수준과 같은 정서적 요인에 미치는 효과를 규명하고자 한다. 이를 통해 자연환경과 지역 자원을 활용

한 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 향상과 정서적 건강 증진에 어떠한 영향을 미치는지 확인하고자 한다. 또한 본 연구는 지역사회 기반의 웰투어링 프로그램이 노인의 건강 증진을 위한 실천적 대안이 될 수 있는지 검토하고, 향후 지역 자원을 활용한 노인 건강 증진 프로그램 개발 및 정책적 활용을 위한 기초자료를 제공하는 데 그 목적이 있다.

3. 연구가설

본 연구는 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 및 정서적 상태에 미치는 영향을 검증하기 위해 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

H1.

웰투어링 기반 신체활동 프로그램 참여 후 노인의 보행 능력(2분 제자리 걷기)은 프로그램 참여 이전보다 유의하게 향상될 것이다.

H1.

웰투어링 기반 신체활동 프로그램 참여 후 노인의 균형 능력(외발서기)은 프로그램 참여 이전보다 유의하게 향상될 것이다.

H1.

웰투어링 기반 신체활동 프로그램 참여 후 노인의 관절 가동 범위(range of motion)는 프로그램 참여 이전보다 유의하게 향상될 것이다.

H1.

웰투어링 기반 신체활동 프로그램 참여 후 노인의 우울 수준(PHQ-8)은 프로그램 참여 이전보다 유의하게 감소할 것이다.

II 이론적 배경

1. 고령화 사회와 노인의 신체기능 변화

최근 전 세계적으로 고령화가 빠르게 진행되면서 노인의 건강관리와 삶의 질 향상은 중요한 사회적 과제로 대두되고 있다(WHO, 2020). 의정부시는 2025년 3월 기준 65세 이상 노인 인구가 88,711명(19.2%)에 도달하여 초고령사회에 진입할 것으로 예상되며 지역 차원의 고령화 대응이 시급한 상황이다(의정부시, 2025). 이러한 고령화 현상은 노인의 건강 문제와 관련된 사회적 관심을 증가시키고 있으며 특히 노년기 신체 기능 저하와 정신 건강 문제는 중요한 공중보건 문제로 인식되고 있다(Lee & Kim, 2024).

노년기에 접어들면서 신체 기능은 자연스럽게 감소하는 경향을 보인다. 특히 근력 감소, 균형 능력 저하, 관절 유연성 감소와 같은 변화는 노인의 일상생활 수행 능력에 직접적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 이러한 신체 기능 저하는 보행 능력 감소와 신체활동 감소로 이어질 수 있으며 이는 노인의 독립적인 생활 유지 능력에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한 신체 기능 저하는 낙상 위험 증가와 만성질환 발생 가능성을 높이는 요인으로도 작용할 수 있다(Sherrington et al., 2019).

노년기 신체 기능 저하는 단순히 생리적 노화 과정에서 나타나는 현상일 뿐만 아니라 신체활동 부족과도 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다. 규칙적인 신체활동에 참여하는 노인은 그렇지 않은 노인에 비해 근력과 균형 능력이 상대적으로 높게 유지되는 경향이 있으며 이는 신체 기능 유지와 건강 증진에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다(Chnningham et al., 2020). 따라서 노인의 건강 증진과 기능적 독립성 유지를 위해서는 신체활동 참여를 촉진할 수 있는 프로그램 개발이 중요하다.

2. 신체활동과 노인의 보행능력

보행 능력은 노인의 신체 기능을 평가하는 중요한 지표 중 하나이며 일상생활 수행 능력과 밀접한 관련이 있다(Berlanga et al., 2023). 보행 능력은 하지 근력, 균형 능력, 관절 가동 범위, 신경근 조절 능력 등 다양한 요소의 영향을 받는다. 노년기에는 근육량 감소와 신경계 기능 저하로 인해 보행 속도 감소와 보행 안정성 저하가 나타날 수 있으며 이는 이동 능력 감소와 활동 제한으로 이어질 수 있다(Cunningham et al., 2020).

여러 선행 연구에서는 규칙적인 신체활동이 노인의 보행 능력 향상에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하고 있다(Pahor et al., 2014). 특히 걷기 운동과 하지 근력 강화 운동은 보행 속도 향상과 보행 안정성 개선에 효과적인 것으로 나타났다. 또한 규칙적인 신체활동은 심폐 기능 향상과 근지구력 증가에도 긍정적인 영향을 미쳐 노인의 기능적 이동 능력 유지에 도움을 줄 수 있다(Bull et al., 2020).

2분 제자리 걷기 검사는 노인의 보행 능력과 하지 근지구력을 평가하기 위해 널리 사용되는 검사 방법 중 하나이다(Bohannon & Crouch, 2019; Berlanga et al., 2023). 이 검사는 일정 시간 동안 제자리에서 무릎을 들어 올리며 걷는 동작을 수행하도록 하여 수행 횟수를 측정하는 방식으로 이루어진다. 이러한 검사는 노인의 기능적 이동 능력을 평가하는 데 활용될 수 있으며 신체활동 프로그램의 효과를 평가하는 지표로도 사용되고 있다(Rikli&Jones, 1999).

3. 균형능력과 낙상 위험

균형 능력은 신체 중심을 안정적으로 유지하는 능력을 의미하며 노인의 신체 기능 중 매우 중요한 요소이다. 균형 능력은 시각 정보, 전정 기관 기능, 고유수용성 감각 정보 등의 통합적인 작용을 통해 유지된다. 그러나 노년기에는 이러한 감각 기능의 저하로 인해 균형 능력이 감소하는 경향이 나타난다(Cunningham et al., 2020).

균형 능력 저하는 노인의 낙상 위험을 증가시키는 주요 요인 중 하나로 보고되고 있다(Sherrington et al., 2019). 낙상은 노인에게 발생할 수 있는 가장 흔한 사고 중 하나이며 심각한 경우 골절이나 장기적인 기능 장애로 이어질 수 있다(WHO, 2021). 따라서 노인의 균형 능력 향상은 낙상 예방과 안전한 일상생활 유지에 중요한 요소로 간주된다.

외발서기 검사는 노인의 균형 능력을 평가하는 대표적인 검사 방법 중 하나이다(Chang et al., 2013; Blodgett et al., 2023). 이 검사는 한쪽 발로 서 있는 상태에서 균형을 유지하는 시간을 측정하는 방식으로 이루어진다. 선행 연구에서는 균형 훈련 프로그램이 외발서기 수행능력 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Simek et al., 2012; Li et al., 2023). 또한 균형 훈련은 신체 중심 조절 능력을 향상시켜 낙상 위험 감소에도 도움을 줄 수 있다.

4. 관절가동범위와 신체기능

관절가동범위(range of motion)는 관절이 움직일 수 있는 최대 범위를 의미하며 신체 기능 수행에 중요한 요소로 작용한다. 관절가동범위는 근육의 유연성, 관절 구조, 신경근 기능 등 다양한 요인의 영향을 받는다. 노년기에는 근육의 탄력성 감소와 관절 주변 조직의 변화로 인해 관절가동범위가 감소하는 경우가 많다(Cunningham et al., 2020).

관절가동범위 감소는 보행 능력과 균형 능력에도 영향을 미칠 수 있으며 이는 신체활동 수행 능력 감소로 이어질 수 있다. 특히 하지 관절의 유연성 감소는 보행 패턴 변화와 보행 속도 감소를 초래할 수 있다(Stathokostas et al., 2012).

여러 연구에서는 스트레칭 운동과 유연성 운동이 관절가동범위를 증가시키고 신체 기능 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Sherrington et al., 2019). 이러한 운동 프로그램은 근육의 유연성을 향상시키고 관절 움직임 범위를 증가시켜 신체 기능 수행 능력을 유지하는 데 도움을 줄 수 있다.

5. 신체활동과 노인의 우울

노년기에는 신체 기능 저하뿐만 아니라 심리적 변화도 나타날 수 있다. 특히 사회적 역할 감소, 사회적 관계 축소, 건강 문제 등은 노인의 우울 증상 증가와 관련이 있는 것으로 알려져 있다(Lee & Kim, 2024). 노인의 우울은 삶의 만족도 감소와 사회적 활동 감소로 이어질 수 있으며 이는 전반적인 삶의 질 저하로 이어질 가능성이 있다.

신체활동은 노인의 우울 감소에 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 알려져 있다. 여러 선행 연구에서는 규칙적인 신체활동 참여가 노인의 우울 증상을 완화하고 심리적 안녕감을 향상시키는 데 도움을 줄 수 있다고 보고하고 있다. 특히 걷기와 같은 중등도 신체활동은 노인의 정서적 안정과 스트레스 감소에 효과적인 것으로 나타났다(Bridle et al., 2012; 이하나 외, 2022; Schuch et al., 2016).

신체활동은 생리적으로 엔도르핀 분비 증가와 스트레스 호르몬 감소와 같은 긍정적인 효과를 유도할 수 있으며 이는 우울 증상 완화에 기여할 수 있다. 또한 신체활동 프로그램 참여 과정에서 이루어지는 사회적 상호작용은 노인의 사회적 고립 감소와 정서적 안정에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다.

6. 자연환경 기반 신체활동과 웰투어링

최근 건강 증진 연구에서는 자연환경을 활용한 신체활동 프로그램의 효과에 대한 관심이 증가하고 있다. 자연환경에서 이루어지는 신체활동은 단순한 운동 효과뿐만 아니라 심리적 안정과 스트레스 감소에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 것으로 보고되고 있다(Coventry et al., 2021; Lahart et al., 2019).

공원, 산책로, 숲길과 같은 자연환경에서 이루어지는 걷기 활동은 노인의 신체활동 참여를 촉진하고 운동 참여 지속성을 높이는 데 효과적인 것으로 알려져 있다(Fraser et al., 2019). 자연환경에서의 활동은 실내 운동 프로그램에 비해 참여자의 흥미와 만족도를 높일 수 있으며 이는 장기적인 건강 행동 유지에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다.

이러한 관점에서 웰투어링(Well-Touring) 개념이 제시되고 있다. 웰투어링은 건강(Wellness)과 여행(Touring)을 결합한 개념으로 지역의 자연환경과 문화 자원을 활용하여 신체활동을 수행하는 프로그램을 의미한다(유숙희, 2024; 박도경 외, 2025). 이러한 프로그램은 단순한 운동 활동을 넘어 자연환경 경험과 사회적 교류를 동시에 제공할 수 있다는 특징을 가진다.

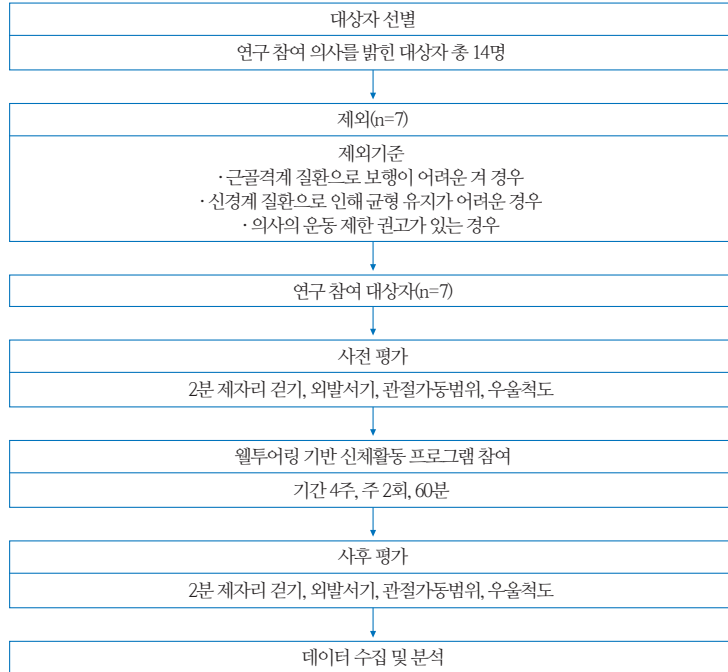
따라서 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램은 노인의 신체 기능 향상과 정서적 건강 증진을 동시에 도모할 수 있는 효과적인 건강 프로그램으로 활용될 가능성이 있다.

III 연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 웰투어링 기반 낙상 예방 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능 및 정서적 상태에 미치는 효과를 검증하기 위해 단일집단 사전 사후 실험설계(one-group pretest-posttest design)를 적용한 파일럿 연구이다. 연구 대상자는 프로그램 참여 전 사전 평가를 실시하였으며 이후 4주 동안 주 2회 실시되는 웰투어링 기반 낙상 예방 프로그램에 참여하였다. 프로그램 종료 후 동일한 평가 항목에 대해 사후 평가를 실시하여 프로그램 참여 전후의 변화를 비교 분석하였다.

■ <그림 III-1> 연구설계 흐름도



2. 연구대상

본 연구는 지역사회에 거주하는 만 65세에서 85세 사이의 노인 7명을 대상으로 수행되었다. 연구 대상자는 지역 노인복지관을 통해 모집되었으며 일상생활에서 독립적인 보행이 가능하고 프로그램 참여에 요구되는 기본적인 신체적·인지적 기능을 유지하고 있는 노인을 중심으로 선정하였다. 특히 연구 참여자는 연구의 목적과 절차, 예상되는 활동 내용에 대해 충분한 설명을 제공받은 후 이를 이해하고 자발적으로 참여 의사를 밝힌 자로 한정하였으며 모든 대상자는 연구 참여에 대한 서면 동의서를 작성한 이후 연구에 포함되었다. 이러한 절차는 연구 윤리 기준을 준수하고 참여자의 자율성을 보장하기 위한 과정으로 설계되었다.

연구 대상자의 선정에 있어서는 프로그램 참여 가능성과 연구 결과의 신뢰성을 확보하기 위해 일정한 포함 기준과 제외 기준을 명확히 설정하였다. 우선 포함 기준으로는 ① 만 65세 이상 85세 이하의 노인으로서 ② 독립적인 보행이 가능하고 ③ 연구 목적과 절차를 이해할 수 있는 인지적 능력을 갖추며 ④ 프로그램 전 과정에 참여할 수 있는 신체적 상태를 유지하고 있는 자를 선정하였다. 반면 제외 기준으로는 신체적 안전과 연구 결과의 왜곡 가능성을 고려하여 ① 심각한 근골격계 질환으로 인해 보행이 어려운 경우 ② 신경계 질환으로 인해 균형 유지에 현저한 어려움이 있는 경우 ③ 의사로부터 운동 제한 또는 신체 활동 금지 권고를 받은 경우를 포함하였다. ④ 또한 연구 기간 동안 지속적인 참여가 어려운 개인적·건강적 사유가 있는 경우 역시 연구 대상에서 제외함으로써 프로그램의 일관성과 자료 수집의 타당성을 확보하고자 하였다.

최종 선정된 참여자들은 프로그램 시작 이전에 낙상 위험 및 신체 기능과 관련된 사전 평가를 실시하였으며, 이후 4주 동안 주 2회, 총 8회기로 구성된 웰투어링 기반 낙상 예방 프로그램에 참여하였다. 프로그램 종료 후에는 사전 평가와 동일한 항목을 활용하여 사후 평가를 실시함으로써 프로그램 참여에 따른 변화 양상을 비교·분석할 수 있도록 설계하였다. 이러한 연구 대상자 구성 및 선정 과정은 참여자의 안전을 확보하는 동시에 개입 효과를 보다 명확하게 검증하기 위한 연구 설계상의 중요한 전제로 작용한다.

■ <표 Ⅲ-1> 연구참여자 정보

대상자	연령	성별	신장(cm)	체중(kg)
A	63	여	162	60
B	74	여	167	72
C	65	여	158	85
D	72	여	167	65
E	67	여	163	70
F	70	여	157	65
G	86	여	156	61

3. 실험방법

본 연구에서는 지역사회 노인을 대상으로 웰투어링 기반 신체활동 프로그램을 적용하여 프로그램 참여 전후 신체 기능 및 정서적 상태의 변화를 분석하였다. 프로그램은 4주 동안 주 2회, 총 8회 실시되었으며 회당 약 60분으로 구성하였다.

본 프로그램은 경기도 의정부시의 지역 자원을 활용하여 수행되었으며 노인의 신체적 제약과 심리적 접근성을 고려하여 거점 중심의 생활 밀착형 전략에 따라 장소를 선정하였다. 구체적인 선정 근거와 공간적 구성은 다음과 같다. 첫째, 공간적 집약성 및 접근성을 확보하기 위해 의정부시 내 주요 노인복지 거점을 기점으로 반경 2.0km 이내, 도보 또는 차량 이동 10분 내외의 장소를 선정하였다. 이는 참여자의 이동에 따른 신체적 부담을 최소화하고 일상적인 환경 내에서 프로그램의 지속 가능성을 높이기 위함이다. 둘째, 권역별 연계성을 고려하여 장소를 배치하였다. 송산 수변공원 및 불로장생길은 동부 권역(송산·자금동)의 복지 시설과 인접하여 해당 지역 거주자의 접근성을 극대화 하였으며, 백석전 산책로는 서부 및 중앙 권역(의정부·호원동)의 주요 복지관 이용 동선 내에 배치하였다. 또한, 노강 서원을 포함한 문화 자원 경로는 남부 권역(장암동)의 주거 밀집 지역과 공간적으로 연결하여 다각적인 인지 자극이 가능하도록 구성하였다. 셋째, 보행 환경의 안전성을 검증하였다. 선정된 모든 장소는 노인의 균형 능력을 고려한 평탄한 지면 상태(level surface), 보행 중 운동 강도 조절을 위한 충분한 휴식 공간(resting area), 그리고 안전 사고에 대비한 동선의 명확성 조건을 모두 충족하였다.

■ <표 Ⅲ-1> 연구참여자 정보

장소	주요거점(복지관 등)	거점 간 거리	장소적 특성	프로그램 목적
 송산 수변공원	송산 노인 종합복지관	1.5km 이내 (도보권)	·평탄한 보행로 ·접근성 우수	·걷기 활동 ·제자리 걷기
 불로장생길	송산 노인 종합복지관	1.5km 이내 (도보권)	·평탄한 보행로 ·접근성 우수	·자연환경걷기 ·심리적 안정
 백석전 산책로	의정부시 노인 종합복지관	1.0km 이내 (생활권)	·데크 ·우레탄 지면 ·안전성 확보	·균형 운동 ·보행 활동
 노강서원	장암동 지역 거점	2.0km (이동권)	·역사/문화자원	·스트레칭 ·정서적 안정

프로그램 구성은 준비운동, 걷기 활동, 균형 운동, 관절 가동 운동, 정리 운동의 단계로 이루어졌다. 먼저 준비운동 단계에서는 전신 스트레칭과 가벼운 관절 운동을 실시하여 신체활동을 위한 신체 상태를 준비하도록 하였다. 이후 걷기 활동 단계에서는 자연환경을 활용한 걷기 활동과 제자리 걷기 운동을 실시하여 하지 근력과 보행 능력을 향상시키도록 하였다.

균형 운동 단계에서는 외발서기와 체중 이동 운동을 실시하여 균형 능력 향상을 도모하였다. 또한 관절 가동 운동 단계에서는 어깨 및 상지 관절의 유연성을 향상시키기 위한 스트레칭 운동을 실시하였다. 마지막으로 정리 운동 단계에서는 가벼운 스트레칭과 호흡 조절 운동을 실시하여 운동 후 신체를 안정시키도록 하였다.

모든 프로그램은 연구자가 직접 지도하였으며 참여자의 안전을 고려하여 운동 강도와 운동 수행 방법을 조절하였다. 또한 프로그램 진행 중 참여자의 신체 상태를 지속적으로 확인하여 안전하게 프로그램이 진행될 수 있도록 관리하였다.

■ <표 III-3> 4주 운동프로그램

주차	운동종류	강도	시간	빈도
1주차	준비운동	· 목/어깨/허리 스트레칭 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	10분
	걷기운동	· 평지 천천히 걷기	-	20분
	균형운동	· 두발 벌리고 중심이동	동작당 20초 2세트	15분
	관절가동성	· 정중,요골,척골신경스트레칭	동작당 10회 2세트	10분
	정리운동	· 호흡 조절 운동 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	5분
2주차	준비운동	· 목/어깨/허리 스트레칭 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	10분
	걷기운동	· 속도 변화 걷기	-	20분
	균형운동	· 두발 모으고 중심이동	동작당 20초 2세트	15분
	관절가동성	· 흉추 굴곡/신전 운동	동작당 10회 2세트	10분
	정리운동	· 호흡 조절 운동 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	5분
3주차	준비운동	· 목/어깨/허리 스트레칭 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	10분
	걷기운동	· 빠르게 걷기 구간 추가	-	20분
	균형운동	· 발앞뒤로 붙이고 중심이동	동작당 20초 2세트	15분
	관절가동성	· 흉추 회전/견갑 모으기 운동	동작당 10회 2세트	10분
	정리운동	· 호흡 조절 운동 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	5분
4주차	준비운동	· 목/어깨/허리 스트레칭 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	10분
	걷기운동	· 걸으면서 숫자/단어 말하기	-	20분
	균형운동	· 한발로 서서 중심이동	동작당 20초 2세트	15분
	관절가동성	· 상체전면 가동성 운동	동작당 10회 2세트	10분
	정리운동	· 호흡 조절 운동 · 발목/무릎/고관절 스트레칭	동작당 10~15초	5분

4. 측정방법

본 연구에서는 웰 투어링 기반 낙상 예방 프로그램이 지역사회 노인의 신체 기능 및 정신적 상태에 미치는 영향을 평가하기 위해 AI기반 신체기능 검사 시스템인 MyFitNote 장비를 활용하여 신체 기능을 측정하였다. MyFitNote는 AI기반 신체 기능 평가 시스템으로 다양한 기능적 움직임을 분석하여 신체 기능 상태를 객관적으로 평가할 수 있는 장비이다. 본 연구에서는 MyFitNote 시스템을 활용하여 2분 제자리 걷기, 외발서기, 관절가동범위를 측정하였다.

가. 2분 제자리 걷기

2분 제자리 걷기는 노인의 보행 능력과 하지 근지구력을 평가하기 위해 실시하였다. 참여자는 정해진 위치에서 2분 동안 제자리에서 고관절과 무릎사이의 중간 높이까지 무릎을 들어 올리며 걷도록 하였으며 수행 횟수를 기록하였다. 이 검사는 노인의 기능적 이동 능력과 심폐지구력을 평가하는 검사로 활용되고 있다.

나. 외발서기

외발서기 검사는 노인의 균형 능력을 평가하기 위해 실시하였다. 검사 방법은 허리에 손을 얹고 3m앞의 타겟을 응시하며 종아리의 중간까지 발을 들어올려 한쪽 발로 서 있도록 하며 균형을 유지한 시간을 측정하였다. 본 연구에서는 왼발과 오른발 외발서기 시간을 각각 측정하였다.

다. 관절가동범위

관절가동범위는 상지 관절 움직임 범위를 평가하기 위해 측정하였다. 관절 가동 범위는 보행 능력과 균형 능력에 중요한 영향을 미치는 요소로 알려져 있으며 본 연구에서는 어깨의 가동 범위를 측정하였다.

라. 우울척도

노인의 정서적 상태를 평가하기 위해 Patient health Questionnaire-8 (PHQ-8) 설문지를 사용하였다. PHQ-8은 우울 증상을 평가하기 위해 널리 사용되는 자기보고식 설문 도구로 최근 2주 동안 경험한 우울 증상의 빈도를 평가하는 8개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 0점에서 3점까지의 척도로 구성되며 총점이 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다.

5. 자료처리

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS statistics version 27.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 기술통계를 이용하여 평균과 표준편차를 산출하였다. 또한 웰투어링 기반 낙상 예방 프로그램 참여 전후의 변화를 분석하기 위해 대응표본 t-test(paired t-test)를 실시하였다. 모든 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

IV 연구 결과

1. 연구대상자의 일반적 특징

본 연구에 참여한 대상자는 총 7명으로 지역사회에 거주하는 65세 노인으로 연구 대상자는 프로그램 참여 전 기본적인 신체 기능 평가를 실시하였으며 연구 대상자의 일반적 특성을 <표 IV-1>에 제시하였다.

■ <표 IV-1> 연구대상자의 일반적 특징

Variable	Mean $\pm$ SD
나이(years)	71.00 $\pm$ 7.66
키(cm)	161.43 $\pm$ 4.58
몸무게(kg)	68.29 $\pm$ 8.56
성별(Female)	7(100%)

2.2분 제자리걷기

웰투어링 기반 낙상 예방 프로그램 실시 전후 제자리 걷기 수행능력의 변화를 분석한 결과, 프로그램 참여 이전 2분 제자리 걷기의 평균 수행능력은 64.86 ± 34.97 로 나타났으며, 프로그램 참여 이후에는 71.86 ± 35.92 로 증가한 것으로 나타났다. 대응표본 t-test 분석 결과 제자리 걷기 수행능력의 변화는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t = -10.693, p = .000$). 이러한 결과는 프로그램 참여 이후 노인의 심폐지구력 및 하지 근지구력이 향상을 통해 이동 능력과 기능적 독립성이 개선되었음을 시사한다.

■ <표 IV-2> 2분 제자리 걷기 사전·사후 변화

Variable	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	t	p
2-Minute of walking in place	64.86 ± 34.97	71.86 ± 35.92	-10.693	.000***

***p < .001

3. 외발서기

외발서기 수행능력의 변화를 분석하기 위해 왼발 외발서기(Left Single leg balance)와 오른발 외발서기(Right Single leg balance)를 각각 분석하였다. 먼저 왼발 외발서기 수행능력의 경우 프로그램 참여 이전 평균은 5.00 ± 3.37 로 나타났으며, 프로그램 참여 이후 평균은 12.14 ± 8.15 로 증가하였다. 대응표본 t-test 분석 결과 왼발 외발서기 수행능력은 프로그램 참여 이후 통계적으로 유의한 향상을 보였다($t = -2.877, p = .028$). 이는 정적 균형 능력 향상을 통해 신체 안정성이 개선되고 낙상 위험이 감소되었음을 시사한다. 반면 오른발 외발서기 수행능력의 경우 프로그램 참여 이전 평균은 5.86 ± 4.41 , 프로그램 참여 이후 평균은 12.29 ± 10.31 로 증가한 것으로 나타났다. 그러나 대응표본 t-test 분석 결과 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다($t = -1.713, p = .138$). 이는 균형 능력 향상의 경향을 보였으나 통계적으로 유의하지 않아 개인 간 변동성과 표본 수의 제한과 개인 간 수행 차이가 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다.

■ <표 IV-3> 외발서기 사전·사후 변화

Variable	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	t	p
Single Leg balance Left	5.00 ± 3.37	12.14 ± 8.15	-2.877	.028*
Single Leg balance Right	5.86 ± 4.41	12.29 ± 10.31	-1.713	.138

*p < .05

4. 관절가동범위

관절가동범위의 변화를 분석하기 위해 왼쪽 관절가동범위(L ROM)와 오른쪽 관절가동범위(R ROM)를 각각 분석하였다. 먼저 왼쪽 관절가동범위의 경우 프로그램 참여 이전 평균은 157.29 ± 8.36 으로 나타났으며, 프로그램 참여 이후 평균은 166.43 ± 7.23 으로 증가한 것으로 나타났다. 그러나 대응표본 t-test 분석 결과 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다($t = -2.148, p = .075$).

이는 관절 가동 범위 향상의 경향을 보였으나 통계적으로 유의하지 않아 추가적인 연구가 필요함을 시사한다. 반면 오른쪽 관절가동범위의 경우 프로그램 참여 이전 평균은 164.86 ± 7.15 , 프로그램 참여 이후 평균은 169.86 ± 4.66 으로 증가한 것으로 나타났다. 대응표본 t-test 분석 결과 오른쪽 관절가동범위의 변화는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t = -3.240, p = .018$). 이는 관절 유연성 및 움직임 범위 향상을 통해 일상생활 동작 수행 능력이 개선되었음을 시사한다.

■ <표 IV-4> 관절가동범위 사전·사후 변화

Variable	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	t	p
Left ROM	157.29 ± 8.36	166.43 ± 7.23	-2.148	.075
Right ROM	164.86 ± 7.15	169.86 ± 4.66	-3.240	.018*

*p < .05

5. 우울 수준 변화

우울 수준(PHQ-8 score)의 변화를 분석한 결과 프로그램 참여 이전 평균 점수는 3.57 ± 0.53 으로 나타났으며, 프로그램 참여 이후 평균 점수는 1.43 ± 0.79 로 감소한 것으로 나타났다. 대응표본 t-test 분석 결과 우울 점수의 변화는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t = 8.216, p < .001$). 이는 정서적 안정과 심리적 건강이 개선되었음을 시사한다.

■ <표 IV-5> 우울 척도 사전·사후 변화

Variable	Pre-test (Mean±SD)	Post-test (Mean±SD)	t	p
PHQ-8	3.57 ± 0.53	1.43 ± 0.79	8.216	.000***

*p < .001

V 논의

본 연구는 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 및 정서적 상태에 미치는 영향을 검증하기 위해 수행되었다. 프로그램 참여 전후의 변화를 분석한 결과, 2분 제자리 걷기 수행능력과 원발 외발서기 수행능력, 오른쪽 관절가동범위, 그리고 우울 수준에서 통계적으로 유의한 변화가 나타났다. 이러한 결과는 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 향상과 정서적 건강 개선에 긍정적인 영향을 미칠 가능성을 시사한다(Berlanga et al., 2023).

먼저 보행 능력과 관련하여 본 연구에서는 2분 제자리 걷기 수행능력이 프로그램 참여 이후 유의하게 향상된 것으로 나타났다. 보행 능력은 노인의 기능적 이동 능력을 평가하는 중요한 지표로 알려져 있으며, 하지 근력과 근지구력, 균형 능력 등 다양한 신체 기능 요소와 밀접한 관련이 있다(Berlanga et al., 2023). 선행 연구에서도 규칙적인 신체활동 프로그램이 노인의 보행 능력 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Pahor et al., 2014). 특히 걷기 운동과 같은 유산소성 신체활동은 하지 근력 강화와 심폐 지구력 향상에 기여하여 보행 능력 개선에 도움이 되는 것으로 알려져 있다(Bull et al., 2020). 본 연구에서 실시한 웰투어링 기반 프로그램 역시 자연환경에서의 걷기 활동과 제자리 걷기 운동을 포함하고 있어 이러한 신체활동이 하지 근지구력 향상과 보행 능력 개선에 긍정적인 영향을 미친 것으로 판단된다.

다음으로 균형 능력과 관련하여 본 연구에서는 원발 외발서기 수행능력이 유의하게 향상된 것으로 나타났다. 균형 능력은 노인의 낙상 위험과 밀접한 관련이 있는 중요한 신체 기능 중 하나로 알려져 있다(Sherrington et al., 2019). 노년기에 접어들면서 전정 기능, 시각 기능, 고유수용성 감각 기능의 저하로 인해 균형 능력이 감소하는 경향이 나타난다(Berlanga et al., 2023). 이러한 균형 능력 저하는 낙상 위험 증가와 일상생활 수행 능력 저하로 이어질 수 있다.

선행 연구에서는 균형 훈련 프로그램이 노인의 균형 능력을 향상시키고 낙상 위험 감소에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Simek et al., 2012; Li et al., 2023). 본 연구에서 실시한 프로그램 역시 외발서기와 체중 이동 운동을 포함하고 있어 이러한 균형 훈련이 신체 중심 조절 능력을 향상시키는 데 기여했을 가능성이 있다(Noseworthy et al., 2023). 다만 오른발 외발서기 수행능력의 경우 평균값은 증가하는 경향을 보였으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다. 이는 연구 대상자의 수가 제한적이었기 때문일 가능성이 있으며 향후 보다 많은 대상을 포함한 연구를 통해 균형 능력 변화에 대한 보다 명확한 검증이 필요할 것으로 생각된다.

관절가동범위와 관련하여 본 연구에서는 오른쪽 관절가동범위에서 유의한 향상이 나타났으며 왼쪽 관절가동범위에서는 증가하는 경향을 보였으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다. 관절가동범위는 신체 움직임 수행 능력과 밀접한 관련이 있으며 관절의 유연성은 보행 능력과 균형 능력에도 영향을 미칠 수 있다(Stathokostas et al., 2012). 노년기에는 근육의 탄력성 감소와 관절 주변 조직의 변화로 인해 관절가동범위가 감소하는 경향이 나타난다(Cunningham et al., 2020). 이러한 관절가동범위 감소는 신체활동 수행 능력 저하로 이어질 수 있다. 여러 연구에서는 스트레칭 운동과 유연성 운동이 관절가동범위를 증가시키고 신체 기능 향상에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Sherrington et al., 2019). 본 연구에서 실시한 프로그램에서도 준비운동과 정리운동 단계에서 스트레칭과 관절 가동 운동을 실시하였으며 이러한 운동이 관절 유연성 향상에 긍정적인 영향을 미친 것으로 판단된다.

한편 본 연구에서는 우울 수준에서도 유의한 감소가 나타났다. 노년기에는 신체 기능 저하와 사회적 관계 감소 등 다양한 요인으로 인해 우울 증상이 증가할 수 있다(Lee & Kim, 2024). 노인의 우울은 삶의 만족도 감소와 사회적 활동 감소로 이어질 수 있으며 전반적인 삶의 질에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 선행 연구에서는 규칙적인 신체활동 참여가 노인의 우울 감소와 정서적 안정에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(Bridle et al., 2012; 이하나 외, 2022; Schuch et al., 2016). 특히 걷기와 같은 중등도 신체활동은 스트레스 감소와 심리적 안정에 효과적인 것으로 나타났다. 본 연구에서 실시한 웰투어링 기반 프로그램은 자연환경에서 이루어지는 신체활동과 참여자 간의 사회적 상호작용을 포함하고 있어 이러한 요소들이 우울 감소에 긍정적인 영향을 미쳤을 가능성이 있다.

또한 본 연구의 특징은 지역사회 자원을 활용한 자연환경 기반 신체활동 프로그램이라는 점에 있다. 기존의 노인 운동 프로그램은 주로 실내 공간에서 단순한 체조 형태로 진행되는 경우가 많았으나 이러한 프로그램은 참여자의 흥미와 참여 지속성이 낮다는 한계가 제기되어 왔다. 반면 자연환경을 활용한 신체활동 프로그램은 참여자의 흥미를 높이고 신체활동 참여 지속성을 높이는 데 긍정적인 영향을 미칠 수 있다(Coventry et al., 2021; Lahart et al., 2019). 본 연구에서 적용한 웰투어링 프로그램은 지역 공원과 산책로 등 자연환경을 활용하여 진행되었으며 이러한 환경적 요소가 참여자의 운동 참여 동기를 높이고 정서적 안정에도 긍정적인 영향을 미쳤을 것으로 판단된다(Fraser et al., 2019).

그러나 본 연구에는 몇 가지 제한점이 존재한다. 첫째, 연구 대상자의 수가 7명으로 제한되어 있어 연구 결과를 일반화하는 데 한계가 있다. 둘째, 단일집단 사전 사후 연구설계를 적용하였기 때문에 프로그램 효과를 보다 명확하게 검증하기 위해서는 대조군을 포함한 연구가 필요하다. 셋째, 프로그램 기간이 4주로 비교적 짧았기 때문에 장기적인 효과를 확인하기 위해서는 보다 장기간의 연구가 필요할 것으로 생각된다.

따라서 향후 연구에서는 보다 많은 대상자를 포함한 연구와 함께 대조군을 포함한 실험 연구 설계를 적용하여 웰투어링 기반 신체활동 프로그램의 효과를 보다 체계적으로 검증할 필요가 있다. 또한 장기적인 프로그램 적용을 통해 노인의 신체 기능 변화와 정신 건강 변화에 대한 지속적인 효과를 확인하는 연구가 필요할 것으로 생각된다.

VI 결론

본 연구는 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 및 정서적 상태에 미치는 영향을 검증하기 위해 수행되었다. 이를 위해 지역사회에 거주하는 노인을 대상으로 4주 동안 주 2회 실시되는 웰투어링 기반 신체활동 프로그램을 적용하고 프로그램 참여 전후의 신체 기능 및 우울 수준 변화를 분석하였다.

연구 결과 2분 제자리 걷기 수행능력과 원발 외발서기 수행능력, 오른쪽 관절가동범위, 그리고 우울 수준에서 통계적으로 유의한 변화가 나타났다. 이러한 결과는 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 보행 능력과 균형 능력, 관절 유연성과 같은 신체 기능 향상에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며 동시에 노인의 정서적 건강 개선에도 기여할 가능성이 있음을 시사한다.

특히 본 연구에서 적용한 웰투어링 프로그램은 지역 공원과 산책로 등 자연환경을 활용한 신체활동 프로그램이라는 점에서 의미가 있다. 기존의 노인 대상 운동 프로그램이 실내 중심의 반복적이고 단순한 운동 형태로 구성되는 경우가 많았던 것과 달리, 자연환경 기반 신체활동은 감각 자극(시각·청각·공간 인지)을 동시에 제공함으로써 신체활동 참여에 대한 내적 동기를 증가시키고, 운동 수행 과정에서의 심리적 피로도를 감소시키는 특징이 있다. 또한 자연 환경에서의 신체활동은 스트레스 감소, 정서 안정, 주의 회복(attention restoration)과 같은 심리적 효과를 유도하여 단순한 신체 기능 향상을 넘어 정서적 건강 개선에도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 이러한 복합적 효과는 운동 참여의 지속성을 높이고 장기적인 건강행동 형성에 기여할 수 있다는 점에서 기존 실내 중심 프로그램과 차별화되는 중요한 특성으로 볼 수 있다.

또한 본 연구는 지역사회 자원을 활용한 건강 프로그램의 적용 가능성을 구체적으로 제시하였다는 점에서 의미가 있다. 지역 공원, 산책로, 문화 공간 등은 추가적인 시설 투자 없이도 활용 가능한 접근성 높은 자원으로, 노인의 참여 장벽을 낮추고 프로그램 확산 가능성을 높이는 장점을 가진다. 특히 지역 기반 프로그램은 물리적 접근성뿐만 아니라 사회적 상호작용 기회를 동시에 제공함으로써 사회적 고립 감소와 공동체 형성에도 기여할 수 있다. 나아가 이러한 프로그램은 지자체 차원의 공공보건 정책, 노인복지 서비스, 지역 관광 자원과의 연계를 통해 통합형 건강증진 모델로 확장될 수 있으며, 비용 효율성과 지속 가능성을 동시에 확보할 수 있는 실천적 대안으로 활용될 수 있다. 따라서 웰투어링 기반 신체활동 프로그램은 단순한 운동 프로그램을 넘어 지역사회 기반 통합 건강관리 전략으로 발전될 가능성을 지닌다.

그러나 본 연구는 소규모 대상자를 대상으로 한 파일럿 연구라는 점에서 연구 결과를 일반화하는 데 한계가 있다. 또한 단일집단 사전 사후 연구 설계를 적용하였기 때문에 프로그램 효과를 보다 명확하게 검증하기 위해서는 대조군을 포함한 연구가 필요하다. 따라서 향후 연구에서는 보다 많은 대상자를 포함한 장기적인 연구와 함께 다양한 연구 설계를 적용하여 웰투어링 기반 신체활동 프로그램의 효과를 보다 체계적으로 검증할 필요가 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 지역사회 자원을 활용한 웰투어링 기반 신체활동 프로그램이 노인의 신체 기능 향상과 정서적 건강 증진에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다는 점에서 의미가 있다. 이러한 결과는 향후 지역사회 기반 노인 건강 증진 프로그램 개발과 정책적 활용을 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

- 경기도. (2025). 2025 경기도 1인가구 통계 (2024 인구총조사 기반).
- 박도경, 최영준, 백지연. (2025). 고령층 관광 활동과 건강증진: 연구 동향과 발전 방향. *관광연구저널*, 39(6), 25–38.
- 보건복지부. (2024). 2023년 노인실태조사 결과.
- 유숙희. (2024). 웰니스 관광경험에 대한 현상학적 연구. *한국웰니스학회지*, 19(4), 9–16.
- 의정부시. (2025, 4월 3일). 초고령사회 대비 노인복지 안전망 본격 가동 [보도자료].
- 이하나, 김애리, 최수현. (2022). 지역사회 거주 노인의 신체활동이 우울에 미치는 영향에 대한 체계적 문헌고찰. *보건사회연구*, 42(1), 356–373.
- 통계청. (2025). 2025 고령자 통계.
- Berlanga, L. A., Matos-Duarte, M., Abdalla, P., Alves, E., Mota, J., & Bohn, L. (2023). Validity of the two-minute step test for healthy older adults. *Geriatric Nursing*, 51, 415–421.
- Blodgett, J. M., Hardy, R., Davis, D. H., Peeters, G., Hamer, M., Kuh, D., & Cooper, R. (2023). Prognostic accuracy of the one-legged balance test in predicting falls: 15-years of midlife follow-up in a British birth cohort study. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 1066913.
- Bohannon, R. W., & Crouch, R. H. (2019). Two-minute step test of exercise capacity: Systematic review of procedures, performance, and clinimetric properties. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 42(2), 105–112.
- Bridle, C., Spanjers, K., Patel, S., Atherton, N. M., & Lamb, S. E. (2012). Effect of exercise on depression severity in older people: Systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *The British Journal of Psychiatry*, 201(3), 180–185.
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., ... & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451–1462.
- Chang, C. J., Chang, Y. S., & Yang, S. W. (2013, July). Using single leg standing time to predict the fall risk in elderly. In 2013 35th Annual International Conference of the IEEE Engineering in Medicine and Biology Society (EMBC) (pp. 7456–7458). IEEE.
- Coventry, P. A., Brown, J. E., Pervin, J., Brabyn, S., Pateman, R., Breedvelt, J., ... & White, P. L. (2021). Nature-based outdoor activities for mental and physical health: Systematic review and meta-analysis. *SSM-Population Health*, 16, 100934.
- Cunningham, C., O'Sullivan, R., Caserotti, P., & Tully, M. A. (2020). Consequences of physical inactivity in older adults: A systematic review of reviews and meta-analyses. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30(5), 816–827.
- Fraser, M., Munoz, S. A., & MacRury, S. (2019). What motivates participants to adhere to green exercise?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1832.
- Lahart, I., Darcy, P., Gidlow, C., & Calogiuri, G. (2019). The effects of green exercise on physical and mental wellbeing: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(8), 1352.
- Lee, G., & Kim, C. (2024). Social isolation and mental well-being among Korean older adults: A focus on living arrangements. *Frontiers in Public Health*, 12, 1390459.
- Li, Y., Hou, L., Zhao, H., Xie, R., Yi, Y., & Ding, X. (2023). Risk factors for falls among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Medicine*, 9, 1019094.
- Noseworthy, M. et al. (2023). Outdoor versus indoor exercise effects on physical and mental health in older adults: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3121.
- Pahor, M., Guralnik, J. M., Ambrosius, W. T., Blair, S., Bonds, D. E., Church, T. S., ... & Williamson, J. D. (2014). Effect of structured physical activity on prevention of major mobility disability in older adults: The LIFE study randomized

clinical trial. *JAMA*, 311(23), 2387–2396.

Rikli, R. E., & Jones, C. J. (1999). Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 7(2), 129–161.

Schuch, F. B., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Wård, P. B., & Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis adjusting for publication bias. *Journal of Psychiatric Research*, 77, 42–51.

Sherrington, C., Fairhall, N. J., Wallbank, G. K., Tiedemann, A., Michaleff, Z. A., Howard, K., ... & Lamb, S. E. (2019). Exercise for preventing falls in older people living in the community. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (1), CD012424.

Simek, E. M., McPhate, L., & Haines, T. P. (2012). Adherence to and efficacy of home exercise programs to prevent falls: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, 55(4), 262–275.

Stathokostas, L., Little, R. M., Vandervoort, A. A., & Paterson, D. H. (2012). Flexibility training and functional ability in older adults: A systematic review. *Journal of Aging Research*, 2012, 306818.

World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization.

World Health Organization. (2021). Falls. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/falls>

8

의정부 선배시민의 기억 자산화와 세대연결

: 문화도시 실현을 위한 능동적 참여 모델 탐색

김인수

대원대학교, 조교수

김구정

한중출판콘텐츠랩,
대표

나경희

시네마시민교육
커뮤니티, 이사

조지현

지역사회통합간호
연구소, 소장

의정부 선배시민의 기억 자산화와 세대 연결

: 문화도시 실현을 위한 능동적 참여 모델 탐색

김인수

대원대학교, 조교수

김구정

한중출판콘텐츠랩, 대표

나경희

시네마시민교육커뮤니티,
이사

조지현

지역사회통합간호연구소,
소장

요약

본 연구는 의정부시 선배시민의 기억 자산화와 세대연결을 주제로, 선배시민이 복지 수혜자에서 문화도시 실현의 능동적 주체로 전환될 수 있는 조건과 경로를 탐색하였다. 포커스그룹인터뷰(FGI)을 통해 세 집단으로 공직 퇴직자(1그룹), 선배시민 교육 수강자(2그룹), 노인복지관 관장·실무자(3그룹)를 포함하여 총 6회 면담한 자료를 분석하여 진행하였다.

핵심 이론 축은 '기억의 자산화(assetization of memory)'와 '도시 주역화(urban agency)'이며, 이는 '뺑과 장미'라는 주제를 통해 경제적 안정이 문화적 참여의 전제 조건과 연결되어 설명한다. 연구 결과, 경제적 안정은 문화 참여의 필요 조건이나 충분 조건이 아니며, '경제→시간→의미→참여'의 경로 모델이 확인되었다. 또한 교육과 실천의 구조적 단절, 복지관의 인큐베이터 역할, 의정부 고유 역사(군사도시·부대찌개·제일시장)의 문화 자산화 가능성을 확인하였다.

이를 바탕으로 선배시민 교육체계 개편, 기억 아카이브 구축, 세대 연결 플랫폼 제도화, 거버넌스 조례 제정 등의 정책 과제를 제안한다.

주제어 : 선배시민, 기억 자산화, 도시 주역화, 세대 연결, 의정부 문화도시

가. 초고령사회의 도래와 새로운 노인상의 필요성

한국 사회는 전례 없는 속도로 인구구조의 변화를 경험하고 있다. 2025년 현재 65세 이상 고령인구가 전체 인구의 20%를 초과하며 공식적인 '초고령사회'에 진입하였으며, 통계청은 2050년경에는 고령인구 비율이 40%에 육박할 것으로 전망하고 있다(통계청, 2022). 이러한 인구구조의 변화는 단순한 사회복지 비용의 증가 문제를 넘어, 노인을 바라보는 사회적 시선과 역할에 대한 근본적인 재고를 요구하고 있다.

특히 주목할 점은 현재 고령인구의 핵심 세대를 구성하는 베이비붐 세대(1955~1963년생)의 등장이다. 이들은 이전 세대와는 달리 높은 교육 수준, 경제적 자립 기반, 풍부한 사회적 경험과 전문성을 보유하고 있다. 그럼에도 불구하고 사회 전반에 걸쳐 노인을 수동적 복지 수혜자로 규정하는 기존의 노인 이미지는 여전히 지배적이다. 이는 베이비붐 세대가 지닌 잠재적 사회 기여 역량을 구조적으로 차단하는 결과를 낳고 있으며, 지역사회의 지속가능한 발전을 위해서도 심각한 자원 손실이 아닐 수 없다.

이러한 문제의식은 '기억 자산화(assetization of memory)'라는 개념적 전환을 요청한다. 베이비붐 세대가 평생에 걸쳐 축적한 생활 경험과 문화적 기억은 단순한 개인의 과거가 아니라, 지역 공동체가 공유하고 계승할 수 있는 소중한 공공 자산이다. 따라서 '노인'이라는 수동적 범주를 넘어, 후속 세대에 삶의 지혜와 문화적 자산을 전달하는 능동적 주체로서의 '선배시민' 개념 정립과 실천적 확산이 절실히 요구된다.

나. 베이비붐 세대의 노인복지관 유입과 선배시민론의 등장

한국 노인복지 현장은 베이비붐 세대의 본격적인 유입이라는 새로운 도전에 직면해 있다. 노인복지관을 중심으로 한 기존의 서비스 체계는 주로 저소득·취약계층 노인을 대상으로 돌봄과 여가 프로그램을 제공하는 수혜 중심 모델에 기반해 왔다(김태한 외, 2013; 윤민석·문진영, 2019). 그러나 교육 수준이 높고 사회 참여 경험이 풍부한 베이비붐 세대는 이러한 기존 모델로는 충족될 수 없는 새로운 복지 수요를 가지고 있으며, 기존 노인복지관의 정체성 재설정이 불가피한 상황이다(전용만, 2019).

현대사회에서 노인은 경제적 지원과 여가 활동을 제공해야 할 시혜의 대상으로 간주되어 왔으며, 이에 대한 사회적 시선은 종종 부정적이다. 국가인권위원회(2018)에 따르면 청년층의 80%가 노인에 대해 부정적 인식을 갖고 있으며, 노인을 스스로도 자신을 '쓸모없는 사람', '힘없는 사람'으로 표현하는 경우가 적지 않다(유범상, 2018). 이러한 부정적 노인상은 베이비붐 세대가 지닌 역량과 경험이 사회적 자원으로 전환되는 것을 가로막는 구조적 장벽으로 작용하고 있다.

이에 대한 대안적 패러다임으로 '선배시민론'이 주목받고 있다. 유범상·이현숙(2021)은 기존의 '늙은이', '어르신', '액티브 시니어'와 같은 노인 담론이 여전히 노인을 돌봄의 대상으로 규정하는 한계를 지닌다고 비판하며, 노인을 자유권·정치권·사회권을 가진 시민으로 재정의하는 '선배시민' 개념을 제안하였다. 선배시민은 '시민권이 당연한 권리임을 자각하고, 이를 누리며, 공동체에 참여하여 자신은 물론 후배시민을 위해 목소리를 내는 노인'으로 정의된다(한국노인종합복지관협회, 2022).

선배시민론의 이론적 뿌리는 비판적 노년학(critical gerontology)과 시민권 이론에 있다. 비판적 노년학은 노인 문제를 개인의 문제로 보지 않고 사회구조 속에서 이해하며, 노인을 돌봄의 대상이 아닌 주체적인 사회 구성원으로 인식해야 한다고 강조한다. 이 관점은 기존 주류 노년학이 간과했던 사회적 맥락과 권력관계의 복잡성을 함께 검토할 수 있게 하며(최희경, 2006; 윤현숙 외, 2006), 베이비붐 세대의 이질적 욕구와 역량을 선배시민교육으로 통합하려는 실천적 시도와 맞닿아 있다.

유엔은 1991년 채택한 '노인을 위한 UN 원칙'에서 노인의 권리로서 독립, 참여, 돌봄, 자아실현, 존엄을 제시하며, 특히 참여원칙을 통해 노인들이 정책 형성에 참여하고 지식과 기술을 젊은 세대와 공유해야 한다고 강조하였다(이재환, 2016). 유럽의 많은 국가에서 노인들은 은퇴 후에도 자신의 경험과 역량을 동원하여 국가 정책 개발에 참여하고 있으며, 독일의 노인정당 '은발의 표범'(Graue Panthers)'처럼 노인 스스로 사회 조직화를 통해 권익을 실현해 나가는 사례는 시사하는 바가 크다(한국보건사회연구원, 2014).

한국의 경우 군사독재 시기의 억압적 사회 환경으로 인해 노인 세대의 시민 활동이 상대적으로 저조하였으나(신미식, 2019), 베이비붐 세대는 민주화운동을 직접 경험하고 1990년대 이후 시민사회의 성장을 함께한 세대로서, 이전 세대와는 질적으로 다른 시민 역량을 보유하고 있다. 따라서 이들이 지역사회 안에서 선배시민으로 활동할 수 있도록 지원하는 체계적인 교육과 실천 모델의 개발은 한국 사회의 시급한 과제라 할 수 있다.

다. 의정부시 고유 문화의 위기와 전승 전략의 필요성

의정부시는 한국전쟁 이후 미군 부대(Camp Red Cloud)의 장기 주둔, 전통시장을 중심으로 한 지역 상권의 형성, 서울 근교 위성도시로의 급격한 도시화라는 복합적인 역사적 경험을 통해 고유한 지역 문화 정체성을 형성해 왔다. 그러나 급속한 도시재개발, 인구 유입에 따른 공동체 해체, 그리고 문화 기억의 담지자(Carrier of Cultural Memory)인 고령세대의 사회적 고립은 이러한 지역 고유의 문화유산이 단절될 위기에 처하게 만들고 있다.

문화는 기록만으로 전승되는 것이 아니다. 일상의 경험과 기억 속에 살아있는 생활문화는 그것을 직접 체험한 세대가 지역사회 안에서 능동적으로 활동하고 교류할 때 비로소 다음 세대에 살아있는 자산으로 전달된다. 이러한 관점에서 지역의 역사적 기억을 보유한 베이비붐 세대 노인들이 '선배시민'으로서 문화전승의 주체가 되는 것은, 개인의 사회 참여를 넘어 도시 정체성 보전이라는 공공적 의미를 지닌다.

II 이론적 배경

1. 새로운 이름 선배시민

가. 선배시민 어의 등장 배경

현행 법률에서는 65세 이상을 '노인'으로 규정하고 있으나(노인복지법 시행령 제24조 등), '노인(老人)'이라는 용어는 오랫동안 고집불통, 폐쇄적, 변화를 싫어함, 불소통(不疏通) 등의 부정적 이미지와 결부되어 왔다. 이러한 부정적 함의를 극복하고자 2012년 6월 서울시는 '노인'을 대체할 용어를 공모하였고, 이 때 '어르신'이라는 호칭이 채택된 바 있다.

해외에서도 노인의 호칭을 둘러싼 유사한 움직임이 나타났다. 일본에서는 '고년자(高年者)', 중국에서는 '50대 숙년(熟年), 60대 장년(長年), 70대 이상 존년(尊年)'으로 부르고 있으며, 미국에서는 레이건 대통령 재임 중이던 1988년 8월 21일을 '선배 시민의 날(Senior Citizen Day)'로 선포하였다. '선배 시민(Senior Citizen)'이라는 표현은 공동체 형성에 기여한 선배의 지혜를 후배들에게 나눠주고 헌신해야 한다는 권리와 의무를 내포한 개념으로, 노인을 성숙한 시민이자 보다 적극적인 사회 구성원으로 자리매김하는 긍정적인 함의를 담고 있다(임종린, 2017).

한국에서 '선배시민'이라는 개념은 유범상교수에 의해 이론적으로 체계화되었다. 초기에는 학술 발표와 시민강좌 등을 통해 논의가 확장되었으며, 이러한 흐름 속에서 선배시민론은 단순한 담론의 차원을 넘어 점차 실천적인 사회운동으로 발전하였다.

이 과정에서 사단법인 마중물 선배시민지원센터는 선배시민 개념을 전국적으로 확산시키기 위해 중요한 역할을 수행하였다. 특히 한국노인종합복지관협회와의 긴밀한 협력을 통해 선배시민운동이 전국적인 실천모델로 확산하는데 기여하였다.

나이가 선배시민학회의 발족과 17개 광역 및 기초지방자치단체의 선배시민지원 조례의 제정, 그리고 선배시민협회의 창립을 계기로 이러한 흐름은 제도적 기반을 갖추며 더욱 체계적으로 발전하게 되었다.

나. 선배시민의 정의

선배시민은 '선배'와 '시민'의 합성어로, 젊은 세대보다 풍부한 지혜와 경험을 가진 노인을 일컫는 '선배'와 시민사회 구성원이라는 의미의 '시민'이 결합된 개념이다(한국노인종합복지관협회, 2016). 이 개념은 노인을 세 가지 존재론적 층위에서 재현한다: 노인은 시민이고, 선배이며, 인간이다.

이 중 가장 중요한 강조점은 노인이 '시민'이라는 사실에 있다. 시민은 공동체에 대한 권리와 의무를 동시에 갖는 존재로, 시민의 권리가 보장될 때 비로소 생존권이 확보된다. '선배'란 시민의 의무와 권리를 알고, 시민권을 실현하기 위해 노력하며, 이를 통해 후배들을 돌보는 존재이다. 나이가 시민권을 알려주고 함께 실천하기 위해 후배 시민들

과 소통하는 존재를 의미한다(유범상, 2022).

이를 종합하면, 선배시민이란 시민권을 당연한 권리로 각각하고, 이를 실현하고자 공동체에 참여하여 자신은 물론 후배 시민과 소통하며 목소리를 내는 존재이다. 선배시민은 공동체 및 지역사회 발전을 위해 자발적으로 참여하고 적극적으로 실천하며, 시민의 권리를 누리고 의무와 책임을 다하는 시민사회 주체세력의 선배로 정의된다.

다. 선배시민 개념의 이론적 기반

선배시민론은 기존의 노년 담론과 분명히 구별된다. 전통적으로 노인에 대한 논의는 크게 두 가지 극단적인 노인상을 중심으로 전개되었다. 첫째는 No人으로, 신체적·경제적·사회적 분리이론에 따른 돌봄의 대상으로서 사람도 아닌 잉여의 존재로 보는 시각이다. 둘째는 Know人으로, 지혜를 갖추고 공동체의 방향을 제시하는 현자(賢者)로 보는 시각이다. 그러나 이 두 노인상 모두 노년기의 진정한 모습을 담아내지 못한다.

선배시민론의 이론적 기반은 누스바움(Nussbaum)의 역량접근법(capability approach)에서 중요한 영향을 받았다. 누스바움은 노년기에 이르면 역량을 상실하는 것이 자연스럽다는 편견이 사회적 토론에 큰 장애물로 작용한다고 비판하였다. 역량접근법은 사람들이 가지 있다고 스스로 생각하는 활동을 선택할 실제적인 기회를 중시하며, 사회는 모든 구성원들에게 자신의 '역량목록'에 포함된 구체적인 기회들을 최저 수준 이상으로 보장해야 한다는 입장을 취한다(유범상, 2022).

또한 선배시민론은 역할이론(role theory)과도 밀접하게 연결된다. Hooyman과 Kiyak(2010)은 노년기의 사회적 역할 수행이 노인을 사회적 존재로 규정하는 자아정체성 형성과 자아개념의 핵심 기제가 된다고 주장하였다. 선배시민으로서 사회통합에 기여하기 위해 노력하는 역할은 귀속적 지위에 그치지 않고 성취적 지위에 해당하는 능동적 과업이 된다(임종린, 2017). 에릭슨(Erikson)이 제시한 성인기의 생산성(Generativity)은 노년기에 이르러 자아통합(Integrity)과 결합하며 더욱 성숙한 사회적 기여로 발현된다. 이러한 세대 간 수직적 책임감의 확장은 노인을 단순한 부양 대상이 아닌, 공동체의 발전을 견인하는 '선배시민'으로서의 역할인식에 심리적 타당성을 부여한다.

2. 선배시민의 사회적 역할과 정체성

가. 돌봄의 대상에서 돌봄의 주체로

선배시민론의 가장 근본적인 전환은 노인을 '돌봄의 대상'에서 '돌봄의 주체'로 재정립하는 것이다(유해숙, 2016). 기존의 노인복지 프레임이 노인을 수동적인 서비스 수혜자로 규정하였다면, 선배시민 담론은 노인을 자신의 삶과 공동체에 대한 능동적 주체로 바라본다. 노인들이 사회참여활동을 활발히 하여 지식과 경험을 사회에 환원해야 하는 과업의 주체이며, 이를 통해 자아개념이 완성되어야 할 존재라는 인식이 그 핵심이다.

나. 선배시민과 세대 간 소통

선배시민의 핵심적인 사회적 역할 중 하나는 세대 간 지식과 경험의 전수이다. 선배시민으로서의 역할은 노인이 청장년 세대에게 살아온 지식과 경험을 소중한 조언으로 제공하고, 세대 간 갈등을 방지하며 경험 전수라는 새로운 역할인식을 통해 사회통합에 기여하는 것이다. 선배시민의 사회참여활동이 활발해지고 역할인식이 강화된다면, 우리 사회에는 세대 간 갈등 없는 사회통합이 이루어질 것이며, 노인들의 노년기 삶의 질도 향상될 것으로 기대된다(임종린, 2017).

다. 선배시민과 도시 주역화

선배시민론은 단순히 개인 수준의 자아실현에 그치지 않고, 지역사회와 도시 차원에서의 능동적 역할로 확장된다. 특히 오랜 세월을 걸쳐 축적된 지역의 역사적 기억과 생활 경험을 가진 선배시민은, 그 기억을 공적 문화자산으로 전환할 수 있는 잠재적 주체이다. 이는 '기억의 자산화(assetization of memory)'라는 개념으로 이론화될 수 있는데, 선배시민의 개인적 기억이 지역사회의 문화·역사적 자산으로 재구성되는 과정을 의미한다.

이처럼 선배시민이 지역사회 문제에 적극적으로 참여하고 공동체 발전을 이끌어가는 '도시 주역화(urban agency)'는, 선배시민론이 개인 복지의 차원을 넘어 도시 거버넌스와 지역문화 발전의 차원으로 나아가는 이론적 지향점을 보여준다. 경제적 안정이 확보된 선배시민일수록 복지 수혜자의 위치에서 벗어나 지역사회의 능동적 문화 창출자로 전환할 수 있다는 점에서, 경제적 기반과 문화적 참여의 관계는 선배시민론의 핵심 명제로 기능한다.

3. 선배시민 사회참여의 영향요인

선배시민대학 프로그램 참여자를 대상으로 한 실증 연구(임종린, 2017)에 따르면, 선배시민의 사회참여수준과 역할인식수준에는 여러 영향요인이 작용하는 것으로 나타났다. 사회참여수준에는 주로 내면적 요인—자아존중감, 지향동기(자기지향·사회지향)이 유의미한 영향을 미치는 반면, 역할인식수준에는 사회적 관계요인과 사회적 자본, 사회참여의지가 더 강한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 이분법적 패턴은 선배시민 프로그램 설계 시 개인 내면의 역량 강화와 사회적 연결망 구축이라는 두 가지 축이 상호 보완적으로 다루어져야 함을 시사한다.

인구사회학적 특성으로는 남성일수록, 학력 수준이 높을수록, 경제활동 참여 수준이 높을수록 사회참여수준이 높은 것으로 나타났다. 이는 성별 및 학력에 따른 노인복지 정책의 세분화 필요성을 시사하며, 특히 경제적 안정이 사회참여의 물적 기반이 된다는 선배시민론의 핵심 명제를 실증적으로 뒷받침한다. 사회참여수준이 높은 선배시민일수록 지역사회에 대한 관심, 사회문제 해결 시도, 교육관련 학습욕구가 높고, 이는 다시 역할인식수준 향상으로 이어지는 선순환 구조를 형성하였다.

4. 선배시민 우수사례 국제비교 연구 고찰

가. 국제 선배시민 우수사례 검토의 의의

21세기 인류는 인구 고령화와 급속한 도시화라는 두 가지 거대 전환을 동시에 경험하고 있다. 세계보건기구(WHO)는 이 두 추세를 현 세기의 가장 강력한 사회 변화 동력으로 규정하면서, 노인을 지지하고 가능성을 부여하는 환경 속에서 가족·공동체·경제의 자원이 될 수 있는 존재로 명시하고 있다(WHO, 2007). 이러한 관점은 한국의 선배시민론이 추구하는 핵심 명제는 노인을 복지 수혜의 대상이 아닌 공동체의 능동적 주역으로 재정립하는 것과 정확히 일치한다.

선진 복지국가들은 수십 년에 걸쳐 제도적 실험과 정책 혁신을 거듭하며 성공적인 선배시민 모델을 구축해왔다. 유럽연합(EU)은 능동적 노화(active ageing) 전략을 핵심 사회정책으로 채택하여 회원국 간 비교 평가를 정례화하고 있으며, 초고령사회 일본은 지역사회 통합돌봄과 노인 자원봉사 생태계를 통해 노인의 사회적 역할을 재구성하는 데 앞서가고 있다. 중국과 인도 등 아시아 국가들에서도 노인이 문화유산 전수와 공동체 결속의 핵심 주체임을 입증하는 실증 연구들이 축적되고 있다.

나. 유럽의 선배시민 우수사례

1) 유럽연합의 능동적 노화(Active Ageing) 정책 프레임

능동적 노화(active ageing) 개념은 1990년대 WHO에 의해 최초로 제안되었으며, 단순한 건강 관리를 넘어 사회참여·안전·생산적 기여 등 다차원적 요소를 포괄하는 개념으로 발전하였다(Walker & Maltby, 2012). EU는 이를 회원국 노인복지 정책의 핵심 지향으로 채택하고, 지속가능발전목표(SDG 2030)와 연계하여 사회통합 측면에서의 능동적 노화를 강조하고 있다.

유럽사회조사(ESS) 데이터 기반의 비교 연구(Przybysz & Stanimir, 2023)는 EU 국가 간 능동적 노화 활동에 상당한 편차가 존재함을 보여준다. 북유럽 복지국가들(덴마크, 스웨덴, 핀란드)에서 노인의 자원봉사·학습 참여·시민 활동 수준이 월등히 높게 나타났으며, 이는 경제적 안정이 문화적 참여를 가능하게 한다는—

선배시민론의 핵심 명제를 실증적으로 뒷받침한다.

2) 유럽 선배시민의 정책참여: 권리 주체로서의 노인

Ferreira 외(2021)는 유럽 15개국의 노인 시민참여 이니셔티브를 분석하면서, EU 마스트리히트 조약 이후 30년간 능동적 시민권(active citizenship)이 유럽 정치 담론의 중심 의제로 부상했음을 보여준다. 연구에 따르면 유럽의 노인 단체들은 단순한 복지 수혜의 역할을 넘어, 포럼·네트워크·정책 설계 그룹 등 다양한 형식을 통해 정부의 의사결정에 직접 영향력을 행사하고 있다.

특히 UN이 노인 단체를 '목소리를 낼 수 없는 노인들을 위한 옹호의 중요한 수단'으로 공식 규정하고 있다는 점은, 한국 선배시민론이 강조하는 '시민권의 자각'과 '공동체 발언권 행사'가 보편적 가치임을 국제기구 차원에서 확인해 준다. 이 연구는 선배시민이 참여 주체로 전환되기 위해서는 개인의 변화를 넘어, 이들의 발언을 수용하고 정책에 반영하는 제도적 구조가 뒷받침되어야 함을 시사한다.

3) 오스트리아 빈(Vienna): 고령친화도시의 선배시민 모델

최근 세계에서 가장 살기 좋은 도시로 선정된 오스트리아 빈(Vienna)은 유럽 고령친화도시의 대표적 성공 사례이다. 빈은 노인이 자기결정적인 삶을 영위하고 공동체 참여를 강화할 수 있도록, 촘촘한 돌봄 서비스 네트워크, 다양한 여가 활동, 저렴한 주거 지원, 배리어프리 공공교통망을 통합적으로 구축하고 있다(European Commission, 2024). 이러한 체계적 인프라 투자는 노인이 복지 수혜자가 아닌 도시의 능동적 구성원으로 기능할 수 있는 물적 조건을 제공한다.

빈 모델이 선배시민 연구에 주는 핵심 시사점은 '고령친화 환경'이 단순한 접근성 개선에 머무르지 않고, 노인이 문화적·사회적·경제적 삶에 지속적으로 기여할 수 있는 생태계 전체를 설계한다는 점이다. 의정부시가 선배시민 중심 문화도시를 지향할 때, 도시 공간과 제도의 통합적 재설계가 필수 조건임을 빈의 사례는 보여준다.

4) 한혜경(2017) 연구: 북유럽 선배시민의 생활철학

한혜경(2017)은 덴마크(코펜하겐), 스웨덴(말뫼), 영국(런던)을 직접 방문·관찰하는 현장 연구를 통해, UN 행복지수 상위국 노인들이 성공적인 선배시민으로 기능하는 데 필요한 10가지 문화적·제도적 조건을 도출하였다. 이 연구는 유럽의 행복한 노인들이 복지 제도의 수동적 수혜자가 아닌 사회의 능동적 구성원으로서 기능하고 있음을 실증적으로 규명한 국내 최초의 현장 비교 연구라는 점에서 의의를 지닌다.

연구 결과, 유럽 선배시민의 특성을 결정하는 핵심 요인으로는 첫째, 공적 발언권을 행사하는 어른 역할, 둘째, 소박하고 균형 잡힌 삶의 철학(라곰, 휘계), 셋째, 물질적 욕망을 넘어선 내면적 풍요 추구(비온드 릭서리), 넷째, 심리적 취약성을 부끄러워하지 않는 정서적 자기돌봄, 다섯째, 독립적이고 평등한 개인 간의 관계 맺기(스웨덴식 사랑이론), 여섯째, 외로움을 사회 공동의 의제로 전환하는 국가 개입(영국 외로움 장관) 등이 확인되었다. 이러한 특성들은 선배시민이 세대 간 소통과 문화 전수의 주체로 기능하기 위한 심리적·문화적 역량의 구체적 내용을 보여준다.

다. 일본의 선배시민 우수사례

1) 초고령사회 일본의 선배시민 정책 역사

일본은 2007년 이후 65세 이상 인구 비율이 21%를 넘어선 초고령사회로, 이에 대응하기 위해 1960년대부터 노인 클럽(老人クラブ), 노인복지센터, 노인대학(老人大学) 등 다층적인 지원 구조를 구축해왔다.

Moulaert & Biggs(2022)의 연구에 따르면, 일본은 1946년 최초의 노인 클럽 결성 이래 정부 보조금을 바탕으로 전국적 확산을 이루었으며, 2020년 기준 전국 9만 2,836개 클럽에 60세 이상 약 500만 명이 등록되어 있다. 이는 한국 선배시민대학 네트워크와 직접 비교 가능한 규모로, 정부 주도형 노인 참여 인프라의 장기적 발전 경로를 보여주는 중요한 비교 준거이다.

또한 일본이 최근 추구하는 '소사이어티 5.0(Society 5.0)' 비전은 노인을 돌봄 대상이 아닌 '장수 경제(longevity economy)'의 핵심 기여 주체로 재설정하고 있으며(World Bank, 2022), 이는 선배시민론의 '도시 주역화' 개념과 정확히 일치하는 방향이다.

2) 아키타(秋田)시: WHO 고령친화도시의 선배시민 전환 사례

아키타시는 2011년 일본 최초로 WHO 고령친화도시 글로벌 네트워크(GNAFCC)에 가입한 도시로, 65세 이상 인구 비율이 약 29%에 달한다. 이 도시의 고령친화 프로그램은 노인에 대한 인식 전환을 핵심 목표로 삼아, '지원이 필요한 사람'이라는 기존 관점에서 '사회를 지지하는 사람'으로의 전환을 명시적으로 설정하고, 노인이 자신의 경험·지식·기술을 활용하여 능동적 시민으로 활동할 수 있다는 전제 위에 정책을 설계하였다(WHO GNAFCC, 2018).

구체적으로 아키타시는 20대부터 80대까지 시민이 함께 활동하는 세대 간 우정 클럽을 조성하고, 노인의 이동 장벽 제거를 위해 일코인(원코인) 버스 서비스를 도입하였다. 이 사례는 선배시민의 '기억 자산화'와 '도시 주역화' 실현을 위해 물리적 이동 지원과 세대 간 만남의 공간 조성이 선행 조건임을 시사한다.

3) 다케토요(たけとよ)시 '이코이노사론' 모델: 살롱으로 실현된 선배시민 공동체

다케토요시에서 2007년 시작된 '이코이노사론(いこいのサロン, 집합 살롱)' 프로그램은 일본 지역사회 통합 돌봄 정책의 원형이 된 사례이다. 지역 자원봉사자들이 운영하는 이 살롱은 65세 이상 주민이 걸어서 접근 가능한 공동체 공간에서 월 1~2회 모여 예술·공예·음악·건강 교육 등 다양한 사회 프로그램에 참여한다(Murayama et al., 2019).

연구 결과 살롱 참여는 장기요양 필요 발생률을 절반으로, 치매 발생 위험을 약 3분의 1 수준으로 줄이는 효과가 확인되었다. 특히 경제적으로 취약한 노인들의 참여율이 더 높게 나타나 보편적 참여 구조가 형성되었으며(Murayama et al., 2019), 2017년 기준 전국 86.5%의 지자체가 이 모델을 도입하면서 일본의 표준적인 노인 사회참여 모델로 자리 잡았다.

라. 중국의 선배시민 우수사례: 정저우(鄭州) 관창구 도시 문화유산과 노인의 역할

중국 정저우시 관창구를 대상으로 한 최신 연구(Zhao et al., 2025)는 노인이 도시 문화유산 보존에 어떻게 능동적 주체로 기여하는가를 실증적으로 분석하였다. 포커스 그룹 토론과 파일럿 사례 연구를 통해 노인들이 도시 문화유산에 기여하는 4가지 핵심 역할이 확인되었다: 기억의 자산화를 통한 역사 보존 역할, 세대 간 교육 촉진자 역할, 지역 정체성 형성의 주체로서의 역할, 참여예술 활동을 통한 공동체 결속 역할이 그것이다.

마. WHO 고령친화도시 운동과 선배시민의 국제적 맥락

2007년 WHO가 발표한 '글로벌 고령친화도시 가이드'는 노인을 가족·지역사회·경제의 자원으로 규정하며, 고령친화도시의 궁극적 목적을 노인이 대표하는 잠재력을 인류가 온전히 활용할 수 있도록 도시를 변화시키는 것으로 천명하였다(WHO, 2007). 2024년 현재 전 세계 51개국 1,445개 도시와 공동체가 WHO 고령친화도시 네트워크에 가입하여 이 목표를 공유하고 있다(WHO, 2024).

Del Barrio 외(2018)가 제시한 '능동적 노화에서 능동적 시민권으로(From Active Aging to Active Citizenship)' 패러다임 전환은 특히 주목할 만하다. 이 관점은 노인의 참여를 건강 유지나 경제적 생산성의 수단으로 보는 도구적 시각을 넘어, 시민으로서의 권리와 의무를 실천하는 자기목적적 가치로 재정의한다. 이는 한국 선배시민론이 강조하는 '시민권의 자각'과 이론적으로 정합하는 국제적 흐름이다.

바. 세대 간 교류와 선배시민의 역할: 국제 체계적 문헌 검토

선배시민이 후배 세대와의 교류를 통해 공동체에 기여한다는 명제는 국제적 실증 연구에 의해 광범위하게 지지된다. Gualano 외(2021)의 체계적 문헌 검토는 44개 연구를 분석하여 세대 간 교류가 노인의 인지·사회·건강 결과에 미치는 영향을 종합하였다. 연구 결과 세대 간 교류는 불안 감소, 생성감(generativity) 향상, 연령 간 태도 개선, 신체활동 증진에 유의미한 효과를 보이는 것으로 나타났다.

특히 '생성감(generativity)'의 향상은 선배시민 논의와 직접 연결된다. 에릭슨(Erikson, 1982)이 노년기의 핵심 발달 과제로 제시한 생성감은 다음 세대를 위한 무언가를 남기려는 욕구로, 세대 간 교류 프로그램이 이를 강화한다는 것은 선배시민 교육 프로그램이 단순한 여가 지원을 넘어 노인의 심리적 성숙을 촉진하는 기제임을 시사한다.

또한 문화유산 기관을 대상으로 한 ICCROM(2022)의 세대 간 프로그램 지침은 스토리텔링·공동창조·멘토링이 문화 전수의 가장 효과적인 세대 간 방법임을 제시한다. 이 중 멘토링—경험 많은 선배가 젊은 세대의 성장을 지원하면서 동시에 양방향 학습이 일어나는 관계—은 선배시민의 역할을 가장 잘 포착하는 개념적 형식이라 할 수 있다.

사. 국제 우수사례 비교 종합 및 한국적 함의

1) 국제 사례 비교 요약

■ <표 II-1> 국제 우수사례 비교 종합

지역	사례	주요 역할	핵심 성공 조건	연구 출처
EU (북유럽)	능동적 노화 지수(AAI) 정책	사회참여, 자원봉사, 정책 의견 제시	복지국가 경제 보장, 민주시민 교육	Przybyś & Stanimir (2023)
영국	외로움 장관 제도	지역사회 연결 주체, 정서적 공동체 형성	외로움의 공적 의제화, 국가 개입	한혜경 (2017)
오스트리아 빈 (Vienna)	고령친화 도시	문화·사회·경제 활동 의 지속적 참여	통합 인프라 (교통·주거·돌봄) 도시 설계	European Commission (2024)
일본 (아키타)	WHO 고령친화 도시 프로그램	경험·지식·기술 기반 능동적 시민 역할	세대 간 공동체 공간, 이동 지원	WHO GNAFCC (2018)
일본 (다케토요)	이코노사론 (이웃 살롱)	지역 공동체 형성, 자원봉사 촉진	접근성 높은 공간, 자원봉사자 운영	Murayama et al. (2019)
일본 (아키타)	참여예술 기반 문화유산 보존	기억의 자산화, 세대간 교육 촉진자, 정체성 형성	참여예술 프로그램, 공동체 공간 제공	Zhao et al. (2025)

2) 공통 원리 도출

국제 우수사례들을 종합하면, 성공적인 선배시민 모델이 공유하는 네 가지 원리가 도출된다.

- 경제적 안정이 문화적 참여의 선행 조건이다. 북유럽의 사례는 충분한 사회보장이 뒷받침될 때 노인이 생존의 불안에서 벗어나 시민적 역할을 자발적으로 탐색하게 됨을 일관되게 보여준다.
- 인식의 전환이 제도 설계보다 먼저다. 아키타시와 일본 살롱 모델은 '지원받는 노인'에서 '지원하는 노인'으로의 사회적 인식 전환이 정책 혁신의 출발점임을 보여준다.
- 세대 간 교류의 공간과 기회가 제도화되어야 한다. 중국의 참여예술, 일본의 살롱, 아키타의 세대 간 클럽은 모두 의도적으로 설계된 세대 간 만남의 장이 선배시민의 역할 수행을 활성화함을 보여준다.
- 지역 고유의 역사와 문화가 참여의 내용을 채운다. 성공 사례들에서 노인의 참여는 추상적인 활동이 아니라 자신이 살아온 지역의 구체적인 기억과 문화를 매개로 이루어진다.

3) 의정부시 선배시민 연구에의 함의

국제 사례들이 보여주는 성공적 선배시민 모델의 공통 원리는 의정부시 연구에 중요한 방향을 제시한다. 의정부시는 미군 기지 캠프 레드클라우드를 중심으로 한 군사도시의 역사, 의정부는 '부대찌개'로 상징되는 전쟁 이후의 식문화와 전통시장, 그리고 급속한 도시화가 중첩된 중층적 공간의 역사성을 지닌다. 이러한 지역 고유의 집단적 기억은 중국 정저우시의 사례와 같이 노인의 생애사를 지역사적 가치로 전환하는 '기억 자산화'의 핵심 콘텐츠로서 높은 잠재력을 내포하고 있다.

중요한 것은 이 기억들이 개인의 회상에 머무르지 않고 도시의 문화적 자산으로 전환되기 위한 제도적 조건의 설계이다. 아키타시가 이동 지원과 공동체 공간 제공을 통해 노인의 참여 장벽을 낮추었듯이, 의정부시의 선배시민 프로그램도 경제적 안정(甍)을 기반으로 문화적 참여(장미)의 통로를 구체적으로 설계해야 한다.

6. 의정부시 문화

가. 의정부시 문화자본

의정부시는 한국 근현대사의 압축적 경험을 도시 공간에 고스란히 담고 있는 독특한 역사 도시이다. 조선시대 국정을 논의하던 의정부(議政府)의 이름을 물려받은 이 도시는, 한국전쟁 이후 주한미군의 주요 주둔지로서 군사도시의 정체성을 형성하였고, 그 역사적 경험이 부대찌개라는 독특한 음식문화와 제일시장의 상업적 역동성으로 응결되었다. 2019년 미2사단 철수와 2022년 캠프 레드클라우드(CRC)의 반환으로 의정부는 군사도시에서 문화·혁신도시로의 전환이라는 새로운 역사적 기로에 서 있다.

이러한 역사적 전환기는 선배시민 연구의 맥락에서 특별한 의미를 지닌다. 의정부 선배시민들은 군사도시의 형성과 성장, 전통시장의 흥망, 미군과의 문화적 혼종을 직접 살아낸 살아있는 역사의 증인이다. 이들의 집단 기억은 단순한 개인의 회고를 넘어, 도시 전환기에 필요한 정체성과 방향성을 제시할 수 있는 공공의 문화 자산이 된다.

나. 역사적 형성과 도시정체성

1) 지명의 역사: 국정의 공간에서 시민의 도시로

의정부(議政府)라는 지명은 조선시대 최고 국정 논의 기관인 의정부에서 유래한다. 조선 태조 이성계가 한양으로 천도한 후, 신하들이 의정부에 국정을 논의하러 오가는 과정에서 이 지역이 '의정부 가는 길목'으로 불리기 시작했고, 이것이 지명으로 굳어졌다. 이후 1922년 일제강점기에 양주군청이 의정부리로 이전하면서 행정 중심지로 성장하였고, 해방 직후인 1946년 읍으로 승격하였다.

의정부(議政府)라는 지명이 내포한 '합의와 심의(deliberation)'의 역사적 함의는 선배시민 연구의 중요한 상징적 자산이 된다. 과거 국정을 논의하던 최고 행정기관의 명칭을 공유하는 도시에서, 그 공간의 역사를 체득해 온 노인들이 공동체의 미래를 의논하는 '심의 민주주의의 주체'로 전환되는 것은 지명 유래와 현대적 시민권이 결합하는 필연적 연속성을 지닌다.

2) 한국전쟁과 군사도시의 형성: 1950년대~2019년

1950년 한국전쟁의 발발은 의정부 역사의 결정적 전환점이었다. 전쟁 이후 가능동·녹양동 일대 약 83만 6천㎡에 캠프 잭슨(Camp Jackson)이 설치되었고, 1957년 기지명은 '캠프 레드클라우드(Camp Red Cloud, CRC)'로 변경한 뒤 미2사단 사령부가 주둔하면서 한미동맹의 상징 공간으로 자리 잡았다.

캠프 레드클라우드는 단순한 군사 기지를 넘어 주거·교육·문화·체육·종교 시설까지 도시 기능 전체를 내포하며 의정부의 도시 구조 형성에 깊이 관여하였다. 70년에 걸친 미군 주둔은 의정부 시민들의 일상 언어, 음식 문화, 상권 구조, 공간 인식에 광범위한 흔적을 남겼으며, 이 시대를 살아온 선배시민들은 그 경험의 가장 직접적인 증언자들이다.

3) 캠프 레드클라우드 반환과 도시 전환: 2019년~현재

2022년 캠프 레드클라우드(CRC)의 공식 반환은 의정부가 70년 군사도시 시대를 마감하고 새로운 도시 정체성을 모색하는 전환점이 되었다. 반환된 CRC는 국내 반환 미군기지 중 원형이 가장 잘 보존된 사례로, 예배당·사령부·차량정비소 등 근현대사적 가치가 높은 건축물 16동이 존치될 예정이다.

의정부는 CRC를 '근현대사와 지역 정체성을 담은 도시재생의 상징 공간'으로 발전시킨다는 방침 아래, 2024년 70년간 닫혀 있던 통과도로를 개방하고 미디어콘텐츠·AI 비즈니스 허브 조성 계획을 추진하고 있다. 이 전환의 과정에서 군사도시 시대를 직접 살아온 선배시민들의 기억과 경험은 도시 정체성 재구성에 대체 불가능한 자원이 된다.

다. 고유문화 자산

1) 부대찌개: 역사의 아픔을 담은 문화혼종의 음식

부대찌개는 의정부를 대표하는 음식이자 한국 근현대사의 압축적 상징이다. 한국전쟁 이후 미군 부대에서 흘러 나온 서양 식재료에 김치·고추장·두부 등 한국 전통 재료를 더해 끓여낸 이 음식은, 전쟁의 상흔과 생존의 의지, 문화적 창조성이 녹아든 요리이다(한국민족문화대백과사전, 2024). 그 역사는 1960년대 허기속 할머니의 오뎅식당으로 거슬러 올라가며, 의정부중앙역 인근 '부대찌개 거리'는 관광 명소로 자리 잡았고 2006년부터 매년 음식축제가 열리고 있다.

선배시민 활동 맥락에서 부대찌개는 복합적 의미를 지닌다. 이 음식의 탄생을 직접 목격한 의정부 선배시민들은 전쟁 이후 생존과 적응의 과정, 미군과의 문화적 교류, 제일시장의 흥성 등 도시의 살아있는 역사를 체득한 증인이다. 동시에 부대찌개는 서양과 한국의 식재료가 결합해 전혀 새로운 무언가를 탄생시킨 '문화혼종(cultural hybridity)'의 산물로서, 의정부 도시 정체성의 핵심 상징이기도 하다.

2) 의정부 제일시장: 도시 경제 생태계의 역사 공간

의정부 제일시장은 한국전쟁 직후 미군 부대 보급품이 유통되면서 형성된 시장으로, 한때 '의정부를 먹여 살린다'는 말이 나올 만큼 지역 경제의 중심 역할을 담당했다. 미군 부대 물자가 이 시장을 통해 유통되었고, 주변으로 1960년대부터 부대찌개 식당들이 들어서면서 부대찌개 탄생의 거점 공간이 되었다.

현재 제일시장은 대형마트와 온라인 쇼핑의 확산으로 쇠퇴 압력을 받으면서도 의정부 구도심의 생활 문화를 지탱하는 전통시장으로 기능하고 있다. 시장의 역사를 온몸으로 살아온 선배시민들은 시장 경제의 성장과 쇠퇴, 지역 공동체의 변화를 가장 생생하게 증언할 수 있는 존재이다.

3) 문화도시 의정부: 새로운 도시 정체성의 모색

군사도시에서 문화도시로의 전환을 모색하는 의정부시는 의정부문화재단을 중심으로 다양한 문화 인프라를 구축하고 있다. 의정부예술의전당, 의정부음악극축제, 의정부아트캠프, 그리고 지하철 1호선 의정부역 4층 복합문화 공간인 '의정부문화역-이음'이 그 핵심 거점들이다. 문화도시 의정부는 지역 주민과 예술가들이 소통하고 창작하는 공간을 통해 '의정부만의 문화 정체성'을 형성하고자 한다.

또한 의정부시를 에워싸는 원도봉산·사패산·수락산 등을 연결한 7개 코스의 도보 여행 '소풍길'은 자연 환경과 도시 역사가 결합된 의정부만의 고유 문화 자산이다. 이러한 문화 인프라는 선배시민들이 단순한 문화 소비자가 아닌 지역 문화의 생산자·해설자·전수자로 활동할 수 있는 토대를 제공한다.

III 연구 방법

1. 연구문제

본 연구는 의정부시 선배시민을 대상으로, 경제적 안정(甞)이 문화적 참여(장미)로의 전환을 어떻게 가능하게 하는지를 탐색하며, 이를 통해 선배시민이 복지 수혜자에서 문화도시 실현의 능동적 주체로 전환될 수 있는 조건과 경로를 규명하는 것을 목적으로 한다. 핵심 연구 질문은 다음과 같다.

- 경제적 안정(甞)은 선배시민의 문화 참여(장미)를 어떻게 가능하게 하는가?
- 선배시민의 기억과 경험은 어떻게 지역 문화 자산으로 전환될 수 있는가?
- 선배시민이 세대 연결의 능동적 주체가 되기 위한 제도적·문화적 조건은 무엇인가?

2. 연구방법

본 연구는 포커스그룹인터뷰(FGI, Focus Group Interview)와 문헌연구, 그리고 사례연구를 진행하였다. 이를 통해 의정부 선배시민의 기억 자산화와 세대연결: 문화도시 실현을 위한 심층 인터뷰를 진행하였다. 심층 인터뷰는 현상을 이해할 수 있는 주요한 도구이며, 관찰하려는 상황에 대한 폭넓은 견해를 얻으려고 할 때 이를 가능하게 하는 수단이다(Irving Seidman, 2009; 김영천, 2016:294 재인용). 심층 인터뷰 결과는 데이비드 시먼(David Seamon)의 여섯 가지 장소 삼원론(The Six Place Triads)에 의해 분석하였다.

3. 연구 참여자

본연구 참여자는 연구 목적에 부합하는 유의표집(purposive sampling) 방법을 통해 선정하였으며, 이들의 사회적 경험과 전문성, 활동 지속성 및 현장의 시각을 포괄하기 위해 다음과 같이 세 그룹으로 세분화하여 구성하였다.

■ <표 Ⅲ-1> 연구 참여자 구성

구분	1그룹	2그룹	3그룹
집단 성격	공직 퇴직자 (공무원 연금 수령)	선배시민 교육 수료자	노인복지관 관장·실무자
인원	5인 (여성, 60~70대)	5인 (여성, 60~70대)	5인 (관장 2·팀장·부장)
면담 횟수	2회 (2.09 / 2.25)	2회 (2.10 / 2.5)	2회 (3.05 / 3.10)
경제 조건	공무원 연금 안정 수령	국민연금 등 소액 또는 없음	해당 없음 (종사자)
주요 역할	빵→장미 전환 사례 제공	교육효과 및 장벽 증언	현장 관찰·제도화 과제 제시

제1그룹(공직 퇴직자)은 공직에서 퇴임한 베이비붐 세대(1955~1963년생)로 구성되었으며, 이들의 전문적 행정 경험이 지역사회 기여 및 정책 제언으로 전환되는 과정을 분석하였다.

제2그룹(선배시민 교육 수강자)은 의정부시 내 복지관 등에서 선배시민 교육을 이수하고 활동 중인 시민들로, 교육이 인식 변화와 사회 참여로 이어지는 동기 및 저해 요인을 파악하고자 하였다.

제3그룹(현장 전문가)은 노인복지관 관장 및 실무자로 구성되었으며, 선배시민 역량 발굴·지원의 현장 경험과 제도 개선 방안에 대한 전문가적 견해를 수집하였다.

자료 수집은 2026년 2월 각 그룹의 특성을 고려하여 총 6회의 심층 면담으로 진행하였으며, 참여자 동의하에 녹음·전사하여 분석에 활용하였다.

IV 연구 분석

1. 분석 내용

가. 공무원 퇴직자 그룹(1그룹)

1) 선배시민 개념 인지도 및 반응

일상에서 접하는 노인 관련 호칭에 대해 세밀한 감정 반응으로 '할머니'라는 호칭을 들었을 때의 위화감을 구체적 일화로 전달하며, 호칭이 자존감과 직결됨을 설명하였다. 호칭에 대한 민감성에서는 '할머니'보다 '어르신', '어르신'보다는 '선배님'에 대한 반응이 확인되었다.

“과일 가게에 갔는데 할머니 뭐 찾으세요? 이렇게 하는데 그 할머니 소리가 왜 이렇게 생뚱맞은 거야? 할머니 맞는데, 이렇게 하는 게 기분이 별로 좋지 않더라구”

2) 빵(경제적 안정)과 장미(문화적 참여)의 관계

연금은 경제적 안정과 심리적 안정(감사와 안정감 공존)을 준다고 표현하였다.

“25일만 되면 아 정말 감사한 일이다. 그런 생각이 들어요, 연금이 없으면 과연 그럴 수 있을까… 그래도 최저 생활은 할 수 있잖아.”

3) 기억의 자산화와 지역 정체성

참여자들은 의정부의 군사도시 이미지를 탈피할 방안으로 '기억의 자산화'를 제안하며 사라져가는 지역사 보존을 위한 기록관 건립을 강조했다. 이는 노인이 단순 거주자를 넘어 지역 역사의 '기록자이자 해석자'로 기능하며 도시 정체성을 재정립하는 주체가 될 수 있음을 시사한다.

“의정부가 군사도시로만 남지 않으려면 우리가 겪은 골목의 역사들을 기록으로 남겨야 해요. 우리가 단순한 거주자가 아니라, 도시의 산증인이자 역사를 읽어주는 해석자가 되어야죠.”

4) 선배시민의 정체성과 사회적 역할

공직 경험을 바탕으로 높은 공공 지향성과 윤리 의식을 지닌 참여자들은 다음 세대의 ‘본보기(Role Model)’가 되어야 한다는 책임감을 드러냈다. 이들은 권위주의를 지양하는 ‘인간적인 선배’ 상을 지향하며, 과거의 공익적 가치를 선배시민 정체성으로 성공적으로 전이시키고 있었다.

“공직에 몸담았던 책임감이 있어서인지 은퇴 후에도 사회에 보탬이 되는 본보기가 되고 싶어요. 권위는 내려놓고 후배들에게 따뜻하게 다가가는 ‘진짜 선배’가 되는 게 제 목표입니다.”

5) 세대 간 관계와 ‘꼰대’ 예방 전략

세대 간 단절을 잇는 ‘브릿지(Bridge)’ 역할을 자임하며, 비판보다는 배려와 절제를 통해 소통의 주도권을 청년에게 내어주는 전략을 취한다.

“청년과 우리 사이를 잇는 브릿지(Bridge) 역할을 우리가 먼저 자처해야 해요. 꼰대가 안 되려면 비판은 줄이고 배려와 참용성으로 소통의 주도권을 청년들에게 넘겨줘야죠.”

6) 문화 참여 역량 및 제도화의 필요 조건

높은 활동 의지와 전문성을 뒷받침하기 위해, 노년기의 복잡한 개인 일정을 고려한 ‘유연한 시간대별 참여 프로그램’과 제도적 지원이 필수적이다.

“활동 의지는 높지만 우리도 손주 돌봄이나 개인 일정이 꽤 복잡하거든요. 역량 있는 노인들이 더 많이 참여할 수 있게 유연한 시간대별 프로그램 같은 제도적 뒷받침이 꼭 필요해.”

7) 인생의 장미: 과거의 회상과 현재의 재탐색

과거의 성취(공직)에 머물지 않고, 관계와 나눔을 통해 ‘현재 진행형의 전성기’를 재발견하며 삶의 활력을 주체적으로 재구성한다.

“현직 시절이 인생의 황금기였다고 생각했는데, 이제는 나눔과 관계 속에서 새로운 즐거움을 찾고 있어요. 과거에 머물지 않고 지금 이 순간을 내 인생의 새로운 전성기로 만들고 싶어요.”

■ <표 IV-1> 1그룹 면담 주제별 핵심 정리

주제 영역	1차 면담 (공직 퇴직자 5인)
선배시민 용어 수용	- 즉각적 긍정 반응, 삶 자체가 자각 책임감·자부심 발생 - ‘할머니’ → ‘어르신’ → ‘선배님’ 호칭 위계 명확
뺑에서 장미 전환	- 연금 = 전환의 전로 의미·보람 추구로 이동 - 뺑은 해결되었으나 ‘시간’ 부족으로 장미 지연 - 시간적 여유가 추가 매개변수임을 시사
기억의 자산화	- 역사관 필요, 군사도시 이미지 탈피를 위해 기록관 제안 - 귀락마을 등 생활 공간 변화 목격 - 문화도시 지정 인지 부재 → 정보 전달 문제 확인
정체성·역할	- 공공 지향성, 협력자·본보기 역할 지향 - 공직자는 더 높은 윤리 기준이 높음, 인간적 선배 지향
세대 간 관계	- 브릿지 구조 제안, 이해·배려가 꼰대 예방 핵심, 좋은 말만 해주기 전략
문화 참여 역량	- 문화해설사·역사 구연동화 등 구체적 역할 상상과 인증제 참여 의향 명확 - 숲해설사 자격 이수·활동 경험 있으나 업무로 제약과 주후 재참여 의향 강함
제도화 필요 조건	- 교육·훈련과 공간·예산 및 공공 주도 진입 프로그램 - 다양한 시간대·프로그램 선택 가능해야 접근성 높아짐
인생의 장미	- 현재 진행형으로 사람·관계·나눔 - 과거(공직 시절)가 최고의 장미였음을 회고 - 앞으로의 활동 참여로 장미 재탐색 의향 높음

나. 복지관에서 선배시민 교육 경험 그룹

1) 선배시민 교육 참여 계기와 이와 관련한 인식변화

노인복지관 프로그램의 일환으로 선배시민 교육에 참여하게 되었다. '선배시민'이라는 개념을 별도로 찾아서 온 것이 아니라 복지관 교육 일정을 통해 자연스럽게 접하게 되었으나, 단순한 일정 참여를 넘어 '선배시민으로서 뭔가를 알아야겠다'는 내적 동기가 함께 작용하였다.

“활동을 하려면 뭔가를 알아야 되겠다는 마음으로 교육에 참여를 했던 것 같아요.”

2) 교육을 통한 인식변화

'노인 한 명은 움직이는 도서관'이라는 비유를 통해 지난 생애사의 경험을 사회적 자산으로 인식하게 되었다. 이는 자신의 삶이 단순히 '잔소리'가 아닌 '전수가 필요한 지혜'라는 효능감을 획득하는 계기가 된다.

“우리도 보면은 60년 70년 쌓아온 그런 나만의 노하우라든지 그런 거를 전해주고 싶은데 잘못하면 잔소리가 되니까 못하잖아요.”

3) 뺑(경제적 안정)과 장미(문화적 참여)의 역설

경제적 기반의 취약함에도 불구하고 '마음의 여유'를 강조하며 봉사의 순수성을 견지하고 있었다. 이들에게 경제적 여건은 활동의 전제 조건이 아니라, 활동을 통해 상쇄하고 극복해야 할 환경적 변수로 인식된다. 교육이 이를 가능하게 하는 원동력이라고 주장한다.

“돈이 많아야 봉사하는 건 아니더라고요, 여기 복지관 보면 있는 사람이나 없는 사람이나 마음은 똑같아요. 난 돈은 없어도 마음만은 누구보다 예쁘게 써서 활동할 자신 있어요.”

4) 선배시민 교육의 한계와 지속성 문제

가) 교육 후 연결고리 부재가 가장 큰 아쉬움

높은 교육 만족도에도 불구하고 실천으로 이어지는 연결고리(Bridge)의 부재가 가장 큰 장애물로 지적되었다. 이론적 습득을 넘어서실 제적 활동 공간에 대한 갈망은 교육 과정의 구조적 개편이 필요함을 시사한다.

“배우기는 참 잘 배웠는데, 막상 강의실 문 열고 나가면 뭘 해야 할지 막막해요. 이제 좀 실천을 하고 싶은데, 우리가 아는 걸 써먹을 수 있는 곳이 너무 없어”

나) 교육 개선 요구: 강의실에서 실천으로

선배시민 교육에서 가장 절실하게 느낀 것은 강의 후 실천을 절실히 요구하였다.

“강의를 들었으면 실천으로 옮겨야 하는데.. 이제 실천을 해야되는데 나 아는 것도 실천할 수 있는 곳도 정도가 부족해.”

5) 의정부 문화 전승: '할머니 무릎'의 현대적 재현

의정부의 물리적 환경에 대한 높은 애착을 바탕으로, 세대 간 정서적 유대를 매개하는 '구비 전승'의 가치에 주목하였다. 거대 담론이 아닌 생활 밀착형 이야기를 통해 차세대와 연결되려는 '문화적 가교'로서의 의지를 드러냈다.

“내가 어릴 때 할머니 무릎 베고 듣던 그 이야기가 지금도 참 좋아요. 그게 진짜 문화 전승 아닐까요? 우리도 유치원 애들 앉혀놓고 옛날이야기 들려주듯 다가가면 소통이 될 것 같아요”

6) 선배시민의 도시 주도 가능성 시사

지식 자본의 부족을 스스로 인정하면서도(무지의 시인), 학습과 실천을 통해 도시의 주역이 될 수 있다는 강력한 잠재력을 확인하였다. 이는 수동적 노인 상을 탈피하여 **성장형 시민**으로 거듭나려는 의지의 표현이다.

“당연히 주역이 될 수 있죠! 우리가 좀 몰라서 그렇지, 제대로 배우고 실천만 하면 못 할 게 없어요. 배운 걸 써먹는 게 제일 중요하다고 생각해요”

7) 세대 간 소통: '알면 된다'는 낙관적 실천론

청년 세대와의 거리감을 고정된 갈등이 아닌 '상호 이해의 기회' 부족으로 규정하였다. 노년 세대가 먼저 학습하고 다가감으로써 세대 간의 벽을 허물 수 있다는 적극적이고 개방적인 태도를 보여준다.

“지금은 서로 몰라서 안 맞는 것뿐이에요. 우리가 청년들을 좀 알고, 우리 지해도 잘 전해주고, 그렇게 서로 '알면' 세대 차이도 충분히 달라질 수 있어요”

■ <표 IV-2> 2그룹(복지관에서 선배시민 교육 경험 그룹) 주제별 핵심 정리

주제 영역	핵심 발견
교육 참여 계기	- 복지관 프로그램 경로로 자연 진입 - '뭔가를 알아야겠다'는 내적 동기 병존 - 타 지역 벤치마킹 사례도 존재
교육의 효과	- 노인 한 명 = 도서관 하나' 비유에 강한 공감 - 돌봄 대상→공동체 주체 인식 전환 - 봉사 태도와 자아 효능감 향상 / 지속 의지 형성
빵과 장미의 관계	- 경제 기반 약해도 봉사 실천 중 - 단, 경제적 어려움은 참여 질에 영향 미침 - '빵→장미' 관계는 연속적 (이분법 아님)
교육 한계	- 교육 후 연결 시스템 부재 - 강의→실천 전환 구조 없음 - 동력 점차 약화와 교수님 의존적 활성화 패턴
문화자원 인식	- CRC· 기억저장소 존재는 알지만 내용 모름 - 의정부 생활에 대한 높은 애착 - '가르쳐주면 전달할 수 있다'는 적극적 의지
문화 전승 인식	- 할머니 무릎 위의 이야기 = 문화 전승의 원형 - 선배시민의 경험 자체가 살아있는 문화자산
도시 주역화	- 주역이 될 수 있다는 의지 강함 / 전제 조건 : 교육이 먼저 - 인증제·수업 내 역사교실 파트 신설 방안 제안
세대 통합	- 세대 배제 위기 경험 - '다 필요한 자리가 있다' 포용 논리 형성 - 청년에게 의정부 이야기 전달 욕구

다. 선배시민 교육을 담당하는 노인복지관 담당자

1) 선배시민 용어 수용 및 호칭 위계

가) 복지관 내 선배시민 교육 수강자와 일반 이용자 간 격차

복지관에 종사하는 직원들은 선배시민 교육을 수강한 어르신들은 개념을 이해하고 있으나, 복지관을 일반적으로 이용하는 어르신들은 여전히 '선배시민'이라는 용어 자체를 인식하지 못하는 경우가 많다고 지적하고 있다.

“저희 홍보지에도 다 선배시민 선배시민 이렇게 쓰긴 하지만 이게 뭘까라고 물어보 시는 분들이 많으셔가지고 교육 받은 분들은 다 이해를 하시는데 사실 저희 복지 관을 이용하는 다른 선배시민 분들은 거의 모르시거든요.”

나) 단순 교육 한계: 스스로 활동한 대상자 간 수용성 대비

단기 교육만으로 어르신들의 선배시민 인식 변화를 이끌어내는 데는 한계를 아쉬워하였다.

“단순 교육을 통한 인식 전환보다는 스스로가 좀 활동을 많이 하시는 어르신일 수록 선배시민에 대한 이해도 그다음에 가치관의 변화를 조금 더 빨리 가지고 오는 거를 현장에서 느꼈습니다.”

2) 실무자 역량 및 사업 지속성

가) 열정의 역설: 특정 종사자에게 저장 잡힌 사업의 연속성

종사자와 관리자가 선배시민 개념을 먼저 확고히 이해해야 온전한 전달이 가능하며, 종사자 양성 교육 시스템이 전제되어야 한다. 특정 담당자의 열의에 의존하는 구조적 취약성을 극복할 제도적 보완이 시급하다.

“전달하는 우리부터 방향을 못 잡는데 어르신들께 무슨 올림을 주겠어요? 담당자 한 명 바뀌었다고 공들인 사업이 통째로 흔들리는 지금의 인적 의존 구조는 정말 개선이 시급해요”

나) 담당자 변경 시 사업도 흔들림: 종사자 의존 구조 취약

현장에서는 선배시민 사업이 특정 담당자나 기관장의 열의에 의존하는 구조 때문에 지속성이 취약하다는 문제도 제기하였다.

“저희가 아무리 좋은 사업이고 성과가 났던 사업도 예산이 줄거나 아니면 복지관에 이런 담당자나 뭐가 바뀌어버리면 지속성이 없어져 버려요.”

3) 교육 후 활동 연계: 가장 어려움 토로

가) 교육은 하지만 '무엇을 할지' 모른다

교육 내용을 받아들이고 이해하는 데는 일반 복지관 이용자들보다 훨씬 적극적이었으나, 문제는 교육 이후 실제 활동으로 연결하는 것이 너무 어렵다는 점이었다. 어떤 활동을 해야 할지 막막하다는 어려움을 토로하였다.

“교육 내용은 되게 받아들이는 거나 이런 것들이 복지관 어르신들보다 굉장히 좋았는데 문제는 교육 후에 활동으로 가져가기가 너무 어려운 거예요. 어떤 활동을 해야 될지를 굉장히 모르겠고.”

나) 반복 교육의 신선도 저하

회기가 거듭될수록 유사한 내용이 반복된다는 느낌으로 인해 교육에 대한 집중도와 신선도가 점차 떨어진다는 의견이 참여자들 사이에서 제기되었다.

“회기를 지나면 지날수록 너무 똑같은 얘기의 반복이라서 집중도나 신선도가 떨어진다는 이야기들이 좀 있었어요.”

4) '뽕과 장미' 관계에 대한 현장 관찰

가) 경제적 여유보다 '시간적 여유'와 '의미'가 더 중요한 조건

현장 관찰을 바탕으로, 선배시민 활동 참여도에 경제적 조건이 결정적 요인이 아님을 강조, 오히려 시간적 여유와 활동에 대한 의미 부여가 더 핵심이라 분석하였다.

“경제적 여유 그런 것보다는 진짜 시간 여유가 되시는 분들, 그리고 이 의미 — 진짜 활동에 대한 의미를 가지고 계신 분들이 오히려 더 많이 오신다고 느꼈고...”

나) 경제적 여유가 있는 선배시민: '시간이 없어서 못한다'

경제적으로 여유 있는 어르신들이 오히려 외부 활동이 많아 시간이 없어 참여 우선순위가 뒤로 밀리는 현상이 관찰되었다.

“의외로 경제적으로 여유가 있으신 분들은 의외로 시간이 없더라고요. 본인이 바깥에서 하는 활동이 너무 많아요.”

5) 지속 가능성을 위한 인큐베이팅 후 자립 필요

가) 복지관의 역할: 인큐베이터, 그 이상도 이하도 아니다

복지관은 초기 인큐베이팅 역할만 하고, 어느 정도 궤도에 오르면 자립할 수 있도록 손을 떼야 한다는 입장이었다.

“만약에 필요하다고 하면 복지관은 이분들이 좀 자리를 잡을 수 있도록 인큐베이팅의 역할만 하고 이분들이 어느 정도 인큐베이팅이 되면 저는 주도적으로 활동할 수 있도록 손을 떼줘야 되는 게 맞고...”

나) 의정부 현장 사례 등 발표: AI 동아리의 자조적 출범

송산노인복지관에서 스마트 매니저로 활동하던 어르신들이 자조적으로 AI 동아리를 결성하고, 복지관의 지시 없이 스스로 AI 강의를 준비하여 지역사회 활동을 전개하고 있는 사례를 소개하였다.

“어르신들이 그런 식으로 자조적으로...어르신들이 올해는 좀 권익 증진 관련해서도 활동을 계속하실 텐데 이런 모습이 보이더라고요.”

6) 의정부 특성 연계 및 세대 통합

가) 의정부 복합적 특성은 기회이자 과제

의정부의 문화적 특성과 선배시민이 보유한 역량을 실제로 연결할 수 있는 구체적인 방법이 필요하다는 의견이 제시되었다. 의정부의 복합적 지역 특성은 선배시민 활동의 가능성을 열어주는 기회인 동시에, 그 연결 방식을 어떻게 설계할 것인가라는 과제를 함께 던지고 있다.

“의정부 문화, 그 선배시민 혹은 지금 가진 역량을 가진 그 대상자 클라이언트 분들이 어떤 연결할 수 있는 선배시민에 대한 방법 이런 것들은 필요해요”

나) 신구세대 혼재: 기존 노인세대와 베이비부머 세대 차별화 전략 필요

의정부의 신도시 지역(고산, 밀락 등)으로 이주해 오는 것 60세 이상의 '젊은 선배시민'과 기존 지역의 70·80대 어르신 사이에 원하는 프로그램과 활동 방식이 다르므로, 연령대별로 차별화된 선배시민 활동 설계가 필요하다고 제안하였다.

“지금 고산이라든지 밀락이라든지 새로운 곳에 이사 오시는 분들은 정말 젊은 이제 갓 60이 되셔가지고 65년생 이렇게 후배 선배시민분들도… 스마트한 그런 삶을 살아가는 것이거든요.”

다) 세대 공감 서포터즈: 1~3세대 연결 모델 운영 필요

선배시민과 청년이 함께하는 '세대 공감 서포터즈'를 5년째 운영하고 있으며, 5기에는 후배시민 9명·선배시민 11명이 참여 등 현장을 인상적인 사례로 제시하였다.

“사진을 찍는 걸 좋아하는 친구가 있었어요, 근데 그 어르신 중에 사진 카메라를 전공하신 분이 있었어. 두 분이서 정말 친구처럼 핸드폰 보면서 이렇게 나누시더라고요.”

7) 선배시민 호칭 문제

가) 선배시민 좋은 용어지만 입에 안 붙는다

선배시민 교육을 통해 개념은 이해하였으나, 실제 호칭으로 정착하기까지는 여전히 거부감이 있다고 지적하였다.

“선배시민을 어르신이나 대체할 수 있는 용어 단어로 했을 때에는 아직 조금 어색하고 거부감이 든다는 부분이 많더라고요.”

나) 당사자 참여 명칭 공모 등 필요

어르신들이 스스로 원하는 호칭을 선택할 수 있도록 명칭 공모전을 기획 중임을 알렸다.

“지금 저희는 선배시민 명칭 공모전을 지금 기획을 하고 있거든요, 어르신들이 듣고 싶은 또 노인에 대한 그런 어르신에 대한 명칭을 조금 적어달라는 운동을 조금 하고 있어서.”

8) 지속 가능성을 위한 제도화 과제

가) 매뉴얼보다 자발적 참여 중요

지침이나 매뉴얼이 오히려 활동을 경직시킬 수 있다는 관점을 제시하였다.

“사실 저는 매뉴얼이나 지침 이런 거는 없어야 유연할 수 있다고 생각하는 입장이라 그게 있으면 그 테두리 안에 갇혀버리거든요.”

나) 조례 제정과 행정 기반 구축 필요: 지속 가능한 예산 필요

경기도 선배시민 조례 사례를 들며, 각 지자체에서도 조례를 통한 제도적 기반이 마련되어야 교육 지원 프로그램 지원·지역사회 연계 참여가 안정적으로 이루어질 수 있다고 하였다.

“경기도 이제 선배시민 조례 만들어졌듯이 각 지자체에도 조례를 통해서 교육 지원이라든지 아니면 이 프로그램 지원 아니면 지역사회 연계 참여 등에 대한 이런 제도화된 틀 안에서…”

다) 선배시민 활동의 미래는 운동(Movement)이 되어야

디지털 정보 소외 문제를 직접 조사하고 정책 제안서를 작성하여 시청에 전달하고, 그 결과 키오스크 지원이 실제로 이루어진 사례를 소개하였다.

“우리가 뭔가 정책 제안을 만들었는데 그냥 메아리로 끝나지 않고 이게 반영이 되네 우리가 뭘 해볼 수 있네 세상을 바꿀 수도 있구나 이런 경험치들이 되게 중요하더라고요.”

■ <표 IV-3> 3그룹(노인복지관 담당자) 주제별 핵심 정리

주제 영역	핵심 발견
선배시민 인지도	- 교육 참여자는 이해하나 일반 이용자층 미도달 - 공공기관 통합 용어 전환 필요
교육 효과	- 단독 교육보다 기존 사회참여 활동 경험과 시너지 발생 - 반복 교육은 신선도 저하
실무자 교육	- 종사자·관리자의 선배시민 이해가 전제 조건 - 종사자 양성 교육 시스템 필요
교육에서 활동 전환	- 교육 후 '무엇을 할지' 안내 없음 - 이론 + 활동기획 통합 커리큘럼으로 해결 가능
빵과 장미 재해석	- 경제 조건보다 '의미 발견 + 시간 여유'가 실질 참여 결정 - 경제 여유 있어도 시간 없으면 불참
지속 가능성	- 인큐베이팅 후 자립 모델 / 복지관 담당자 의존 탈피 - 어르신 자체 기획·운영으로 10년 지속 사례
의정부 특성 연계	- 신규 세대 혼재 - AI 동아리·세대 공감 서포터즈 자발적 사례 - 정책 제안 반영 경험의 동력화
호칭 문제	- '선배시민' 개념 이해 후에도 호칭 어색함 - 명칭 공모전·당사자 선택 방식으로 해결 - '선배님' 선호 범그를 확인
제도화 과제	- 조례 제정 및 예산 확보 경로 필요 - 정책 반영 경험지가 활동 동력 폭발적 증가 유발

V 결론

1. 연구 요약

본 연구는 '의정부 선배시민의 기억 자산화와 세대연결: 문화도시 실현을 위한 능동적 참여 모델 탐색'을 주제로, 의정부시 선배시민이 복지 수혜자에서 문화도시의 능동적 주체로 전환될 수 있는 조건과 경로를 포커스그룹 인터뷰(FGI)를 통해 탐색하였다.

이를 위해 공직 퇴직자(1그룹), 선배시민 교육 수강자(2그룹), 노인복지관 관장·실무자(3그룹)를 대상으로 총 5회의 면담을 진행하였으며, 세 집단의 교차 분석을 통해 입체적 이해를 도모하였다. 연구의 이론적 축은 두 가지 핵심 개념으로 구성된다. '기억의 자산화(assetization of memory)'는 선배시민의 개인적 기억과 삶의 경험을 지역 공동체의 공공 문화 자산으로 전환하는 과정이며, '도시 주역화(urban agency)'는 선배시민이 복지 수혜자의 위치를 벗어나 지역 문화 형성과 세대 연결의 능동적 주체로 전환되는 과정이다.

2. 연구 결과

연구 내용은 다음과 같은 구체적인 분석 결과를 제시해준다.

첫째, 참여의 단단계 경로 모델이 실증되었다. '빵과 장미' 메타포를 통해 분석한 결과, 경제적 안정(빵)은 문화 참여(장미)를 위한 기본 토대이지만, 이것이 곧장 참여로 이어지지는 않았다. 분석 결과, 경제적 안정이 시간적 여유를 가지게 하고 이는 개인적·사회적 의미 발견하게 하고 능동적 참여로 이어질 것으로 가정 하였지만 인터뷰 결과 경제적 여유가 개인 및 사회적 의미를 발견하는 것에 절대적이지는 않다는 것을 확인할 수 있었다.

둘째, 그룹별 인식 및 생각이 다름이 확인되었다. 퇴직 공직자(1그룹)는 전문성을 활용한 정책 제안에는 적극적이거나 '노인' 프레임에 대한 거부감이 뚜렷했다. 교육 수강자(2그룹)는 학습 의지는 높으나 교육 내용이 실제 지역사회 실천으로 연결되지 못하는 '구조적 단절'을 경험하고 있었다. 실무자(3그룹)는 복지관이 단순 서비스 제공을 넘어 선배시민의 역량을 발굴하는 '인큐베이터'로 전환되어야 한다는 필요성을 강하게 제기하였다.

셋째, 의정부 특화 기억 자산의 발굴의 필요성이 드러났다. 군사도시로서의 긴장감, 부대찌개로 대변되는 생활사, 제일시장의 역동성 등 의정부만의 고유한 서사가 선배시민의 기억을 통해 '문화적 자산'으로 변모할 가능성을 확인하였다. 이는 선배시민이 단순한 과거의 전달자가 아닌, 지역의 정체성을 재해석하고 세대 간을 잇는 '도시 주역(Urban Agency)'으로서 기능할 수 있음을 시사한다.

■ <표 V-1> 연구결과 요약

연구문제	핵심 발견	이론적 함의
연구문제 1 경제적 안정과 참여 인식	공무원 연금은 심리적 안정과 자유로운 참여의 전제 조건. 단, 경제적 안정만으로 참여 자동 전환 불가 시간적 여유와 의미 부여가 필수 매개변수.	빵과 장미 가설 지지. 단, 이분법적 관계가 아닌 '경제→시간→의미→참여'의 다단계 연속적 경로 모델로 정교화 필요.
연구문제 2 정체성과 문화 참여 전환	'선배시민' 정의 청취 후 즉각적 사명감 발생. 참여 동기는 봉사 정신을 넘어 자기 존재감·인정 욕구의 발현. '교육이' 돌봄 대상→공동체 주체 '전환'의 핵심 촉매.	자기효능감(self-efficacy)과 생성감(generativity) 이론으로 설명 가능. 역할이론과 역량접근법의 실증적 근거.
연구문제 3 기억 자산화와 세대 연결	선배시민은 의정부 40년 변화의 1차 증언자. '배우면 전달하겠다'는 강한 의향 확인. 세대 연결은 공동 관심사 기반 유기적 만남이 효과적.	기억의 자산화는 교육·제도적 지원이 선행될 때 가능. '할머니 무릎 위 이야기'가 문화 전승의 원형적 형태.
연구문제 4 제도적 조건과 지속 가능성	교육-실천 단절이 가장 큰 구조적 장벽. 복지관 인큐베이팅에서 자립 모델 유효. 담당자·예산 변동에 취약한 구조 개선 필요.	도시 주역화는 제도적 지속성(조례·협약체)과 자발적 자립 생태계가 동시에 갖춰질 때 실현.

3. 연구의 실천적 함의

가. 선배시민 교육의 방향 전환

본 연구는 현행 선배시민 교육이 '이론 전달'에 집중된 나머지 '실천으로의 전환'이라는 핵심 목표를 달성하지 못하고 있음을 확인하였다. 교육과 활동 사이의 구조적 단절은 세 집단 모두에서 일관되게 지적된 가장 큰 현상의 문제이다. 선배시민 교육은 지식 전달의 도구가 아니라, 참여자 스스로 활동 계획을 수립하고 실행하는 과정 자체로 재설계되어야 한다.

또한 단순 교육의 반복보다 이미 자발적으로 활동하고 있는 선배시민이 교육을 통해 더 빠르게 개념을 내면화한다는 현장 관찰은, 교육과 활동 병행 설계의 필요성을 지지하는 중요한 실천적 근거이다.

나. 의정부 고유성을 활용한 선배시민 모델

본 연구가 제안하는 선배시민 모델은 보편적인 선배시민론의 의정부적 특수화이다. 의정부 선배시민들은 군사도시의 형성과 소멸, 미군 문화와의 혼종, 전통시장의 흥망, 급속한 도시화를 직접 체험한 세대이다. 이 고유한 역사 경험은 다른 지역에서는 재현될 수 없는 의정부만의 선배시민 콘텐츠를 형성한다.

CRC 반환 이후 의정부시가 역사문화도시로의 전환을 모색하는 지금이야말로, 선배시민의 기억을 도시 재생의 자원으로 통합하는 결정적 시기이다. 70년간 닫혀 있던 CRC 부지에 선배시민의 기억이 살아 숨 쉬는 역사관이 조성된다면, 이는 의정부 선배시민이 단지 프로그램의 참여자가 아닌 도시 재생의 기획자로 자리매김하는 상징적 전환점이 될 것이다.

다. 복지관 역할의 재정립

본 연구는 노인복지관이 선배시민 활동의 영구적 운영자가 아니라 초기 인큐베이터로 기능해야 한다는 실천적 원칙을 도출하였다. 복지관이 충분한 인큐베이팅 후 주도권을 선배시민에게 이양할 때 비로소 진정한 도시 주역화가 실현됨을 보여준다.

4. 연구의 한계 및 후속 연구 과제

본 연구는 다음과 같은 한계를 지닌다.

첫째, 참여자 구성의 편향이다. 세 집단 모두 의정부시 거주 또는 관련 기관 종사자로 구성되어 있으며, 1:2그룹 참여자가 모두 여성으로 이루어져 성별 다양성이 확보되지 않았다. 이는 연구 결과의 일반화하기는 어려움이 있다.

둘째, 방법론적 한계이다. 포커스그룹인터뷰 특성상 집단 역동성의 영향으로 소수 의견이 충분히 발화되지 않았을 가능성이 있으며, 개인의 민감한 경험(경제적 어려움, 가족 관계 등)은 집단 맥락에서 충분히 표출되기 어렵다.

셋째, 시점의 한계이다. 본 연구는 의정부시 문화도시 지정(2023) 이후 빠르게 변화하는 정책 환경 속에서 진행되었으며, 연구 결과가 특정 시점의 단면만을 반영할 수 있다.

본 연구의 결과를 토대로 향후 선배시민 담론의 심화와 실천적 확장을 위한 후속 연구 과제를 다음과 같이 제안한다.

첫째, 본 연구에서 도출된 질적 발견의 일반화 가능성을 확보하기 위해 양적 연구를 병합한 혼합 방법론(Mixed Methods)의 적용이 필요하다. 설문 조사를 통해 선배시민 인식과 참여 동기의 보편성을 검증함으로써 연구의 객관성을 보완해야 한다.

둘째, 본 연구에서 충분히 다루지 못한 남성 선배시민을 후속 연구 대상에 포함하여, 젠더에 따른 생애 경험의 차이와 고유한 참여 패턴을 심층적으로 탐색할 필요가 있다.

셋째, 선배시민 교육 수료 이후 실제 활동으로 전환되는 역동을 시간의 흐름에 따라 추적하는 종단 연구(Longitudinal Study)를 제안한다. 이를 통해 인식이 실천으로 전이되는 결정적 계기와 저해 요인을 면밀히 분석할 수 있을 것이다.

넷째, CRC 역사관 조성 과정에 선배시민이 직접 참여하는 실행 연구(Action Research)를 통해, 개인의 기억이 도시 재생의 공적 자원으로 통합되는 과정을 실증적으로 기록하고 그 가치를 증명해야 한다.

마지막으로, 의정부 모델을 군사도시에서 문화도시로 전환 중인 타 지자체나 경기 북부 및 수도권 위성도시들과 비교하는 지역 간 비교 연구가 수행되어야 한다. 이를 통해 의정부의 사례가 유사한 역사적 맥락을 지닌 도시에 적용 가능한 보편적 모델로서 어떠한 시사점을 주는지 탐색할 수 있을 것이다.

의정부 선배시민들은 한국전쟁 이후 미군이 주둔하던 시절부터 현재 문화도시 전환의 기로에 이르기까지, 이 도시의 모든 변화를 몸으로 살아온 사람들이다. 귀락마을의 공동묘지를 기억하고, 제일시장에서 부대찌개가 처음 팔리던 날을 기억하며, 경전철이 생기기 전 먼지 날리던 도로를 기억하는 사람들이다. 이 기억들은 어떤 기록물도 대신할 수 없는 살아있는 역사이다.

이 연구가 제안하는 것은 단순한 프로그램의 개선이 아니다. 노인을 바라보는 사회의 시선 자체를 바꾸는 것이다. 수혜자의 눈이 아닌 주역의 눈으로, 돌봄의 대상이 아닌 지혜의 원천으로, 과거의 사람이 아닌 미래를 기억하는 사람으로 선배시민을 재정의하는 것이다. 의정부시가 군사도시에서 문화도시로 전환하는 이 역사적 순간, 가장 먼저 불러야 할 사람들은 바로 그 역사를 온몸으로 살아온 선배시민들이다.

VI 정책 및 제언

1. 선배시민 문화 참여 경제적 지원체계 구축

'빵과 장미'는 선택이 아닌 필수이고, 최소한의 경제적 안정은 선배시민의 문화적 욕구 충족과 주체적인 사회적 역할 수행을 가능하게 하는 필수 전제 조건이다. 공적 연금이 안정적인 그룹과 달리, 당면한 생계 압박을 받는 참여자들은 강력한 의지가 있음에도 활동의 질과 지속성을 유지하는 데 제약을 경험할 수 있다.

따라서 단순 봉사를 넘어 지속 가능한 시민 운동으로 정착하기 위해서는 활동비 지원이나 연금 체계 보강 등 실질적인 경제적 뒷받침이 필요하다. 이러한 안전망 확충은 선배시민이 생업의 부담에서 벗어나 자신의 생애 지혜를 공동체에 환원하는 '장미'의 단계로 나아가게 하는 계기가 될 수 있을 것이다.

가. 선배시민 문화 참여 활동 지원 수당 신설

의정부시는 선배시민 교육 수료 후 지역 문화 활동에 참여하는 선배시민에게 소액의 '문화 참여 활동 지원 수당'을 지급하는 제도를 신설해야 한다. 이는 선배시민의 활동을 자선적 봉사가 아닌 시민적 기여로 인정하는 상징적 의미와 함께, 경제적 부담을 줄이는 실질적 기능을 수행한다.

나. 노인 일자리 사업과 선배시민 문화 활동의 연계

현행 노인 일자리 사업(공익 활동형)을 선배시민 문화 전승 활동과 연계하는 방식으로 재설계한다. 의정부 역사 해설사, 전통시장 문화 안내원, 세대 연결 멘토 등의 직종을 선배시민 활동형 일자리로 지정하여, '일(뺑)'과 '문화(장미)'가 통합되는 모델을 구현한다.

2. 이론과 실천의 통합형 선배시민 아카데미 설계 및 운영

현행 선배시민 교육의 가장 큰 구조적 한계는 교육과 실천 사이의 단절이다. 세 집단의 면담 모두에서 이 문제가 일관되게 지적되었다. 교육은 반복되지만 수료 후 '무엇을 해야 할지 모른다'는 공백이 선배시민 활동 동력을 소진시킨다.

가. 체계적인 커리큘럼을 통한 선배시민 교육 체계화

다양한 성공 모델을 의정부에 도입하여, 선배시민 교육과정을 이론 교육과 활동 기획의 통합 과정으로 재설계한다. 활동 기획 파트에서 참여자들은 직접 의정부 문화 전승 활동 계획을 수립하고 발표함으로써, 교육이 실천으로 자연스럽게 이어지는 구조를 내재화 하여야 한다.

나. 종사자 선교육 및 지속적인 보수교육 실시

선배시민 교육의 효과는 현장 종사자의 이해도에 의해 크게 좌우된다. 어르신 교육에 앞서 복지관 실무자와 기관장을 대상으로 한 선배시민 전문 교육 과정을 의무화하여, 교육 전달의 질을 담보한다.

다. 선배시민 문화역량 강화

의정부 문화자원 연계 및 지원에 대한 체계적 교육이 주어진다면 문화 전승 활동에 적극 참여하겠다는 의향을 강하게 표명하였다. 이에 의정부 고유 문화(부대찌개 역사, CRC, 제일시장, 소풍길 등)에 대한 전문 교육을 수료한 선배시민에게 '의정부 문화 선배시민 해설사' 인증을 부여하는 제도를 마련하는 것을 제안한다.

3. 의정부 선배시민 기억 아카이브 구축

의정부 선배시민이 보유한 도시 변화 기억은 단순한 개인의 회고가 아니라 도시 정체성 재구성의 핵심 자원이다. 군사도시에서 문화도시로의 전환이 가속화되는 현재, 이 기억들을 체계적으로 수집·보존·활용하는 공공 아카이브의 구축이 시급하다.

가. 의정부 선배시민 구술 생애사 프로젝트

정부에서 20년 이상 거주한 선배시민을 대상으로, 도시 변화 기억과 생활 문화 경험을 영상·음성·텍스트로 기록하는 구술 생애사 프로젝트를 추진한다. 특히 CRC 주변 거주민, 부대찌개 문화 경험자, 제일시장 종사자·이용자의 기억을 우선 수집한다. 의정부문화원의 지역 및 마을 역사 구술 및 기획 프로그램등과 연계하여 실현 가능성과 지속성을 확보한다.

나. 디지털 플랫폼 구축 및 개방

수집된 구술 기록을 디지털 아카이브 플랫폼으로 구축하여 시민 누구나 접근 가능하도록 개방한다. 플랫폼은 의정부 지역 초·중·고등학교의 지역사 교육 자료로도 활용될 수 있도록 교육청과 연계한다.

다. CRC 역사관 등 의정부 관련 기억 아카이브 연계

2022년 반환된 캠프 레드클라우드(CRC) 부지를 의정부 군사도시 시대의 역사관으로 조성하는 계획과 연계하여, 선배시민의 구술 기억을 CRC 역사관의 핵심 콘텐츠로 통합한다. 선배시민이 스스로 역사관 해설자로 활동하는 '살아있는 역사 프로그램'을 운영한다.

4. 선배시민-청년 세대 연결 플랫폼 제도화

가. 의정부 세대 공감 문화 프로젝트 운영 및 지속화

선배시민과 청년(대학생·청년 활동가)이 공동으로 의정부 문화 콘텐츠를 기획·제작하는 '세대 공감 문화 프로젝트'를 연간 공모 사업으로 운영한다. 선배시민의 기억과 청년의 디지털·창작 역량이 결합하는 방식으로 설계하여, 양 세대 모두에게 실질적 가치가 발생하도록 한다.

나. 학교 연계 '선배시민 멘토 교실' 운영

지역 초·중학교와 협력하여, 선배시민이 수업 시간에 직접 의정부 역사와 생활 문화를 이야기하는 '선배시민 멘토 교실'을 운영한다. 할머니 무릎 위 이야기라는 전통적 구술 문화를 학교 교육 안으로 제도화하는 시도이다.

다. '선배시민-청년 배움 교환소' 운영

선배시민이 삶의 경험·기술(요리, 손공예, 지역 이야기 등)을 청년에게 전달하고, 청년은 디지털 역량(스마트폰 활용, SNS, 영상 편집 등)을 선배시민에게 전달하는 쌍방향 배움 교환 플랫폼을 운영한다.

5. 선배시민 문화도시 거버넌스 구축 및 조례 제정

가. 의정부 선배시민 문화 활동 지원 조례 제정

선배시민의 문화 활동 참여를 법적으로 지원하는 근거 조례를 제정한다. 조례에는 선배시민의 정의, 시장의 지원 의무, 예산 편성 기준, 협의체 설치 근거, 인증 제도 근거 등을 포함한다.

나. 선배시민 문화도시 협의체 설치

의정부시청(문화체육관광과), 노인복지관 협의회, 의정부문화재단, 교육지원청, 선배시민 대표가 함께 참여하는 '의정부 선배시민 문화도시 협의체'를 설치한다. 협의체는 연간 정책 방향을 논의하고, 예산 배분, 사업 평가, 우수 사례 확산을 총괄한다.

다. 복지관 인큐베이팅 역할에서 자립 지원 모델 제도화

복지관의 역할을 '영구적 운영자'가 아닌 '초기 인큐베이터'로 명확히 규정하고, 어느 정도 궤도에 오른 선배시민 모임이 자립할 수 있도록 마을 공동체 사업, 사회적 협동조합 설립, 문화도시 사업비 신청 등의 경로를 제도적으로 연결한다.

6. '선배시민' 호칭의 사회적 확산 및 인식 전환 캠페인

가. 당사자 참여형 호칭 공모 및 캠페인

선배시민 당사자가 스스로 원하는 호칭을 선택하는 '의정부 선배시민 호칭 공모전'을 개최한다. 이는 위에서 아래로 부여되는 언어가 아닌, 당사자가 직접 자신의 정체성을 명명하는 참여적 접근이다. 공모 과정 자체가 선배시민 개념에 대한 사회적 토론의 장이 된다.

나. 의정부 선배시민 문화 포럼 정례화

연 1회 '의정부 선배시민 문화 포럼'을 개최하여, 연구 성과 공유, 우수 활동 사례 발표, 정책 제안 토론을 정례화한다. 포럼은 선배시민 당사자, 복지관 실무자, 시청 담당자, 연구자, 청년이 함께하는 세대 통합 형식으로 운영한다.

■ 참고 문헌

【국내 문헌】

- 국가인권위원회. (2018). 노인인권 종합보고서. 국가인권위원회.
- 김태한, 박선희, 이은주, 최윤영. (2013). 노인복지관의 역할 재정립 및 기능 효율화 방안 연구. 한국노인종합복지관협회.
- 신미식. (2019). 한국 노인의 시민사회 참여와 민주시민교육의 과제. 시민교육연구, 51(2), 1-25.
- 유범상. (2018). 필요에서 권리로: 선배시민론의 기초. 지식의날개.
- 유범상. (2022). 선배시민론: 론에서 운동으로. 한국선배시민학회 창립학술대회 자료집, 15-34.
- 유범상, 유해숙. (2022). 선배시민: 시민으로堂堂하게 늙어가기. 지식의날개(한국방송통신대학교출판문화원).
- 유범상, 이현숙. (2021). 노인담론에 대한 비판적 연구: 늙은이, 어르신, 액티브 시니어에서 선배시민으로. 생명연구, 61, 27-53.
- 유해숙. (2016). 노인복지론: 선배시민의 관점에서. 양서원.
- 윤민석, 문진영. (2019). 베이비붐 세대의 노인복지관 이용 실태 및 욕구 분석. 서울연구원.
- 윤현숙, 이선훈, 최혜지, 한동희. (2006). 노년학의 이해. 학지사.
- 이재환. (2016). 노인권리 보호를 위한 국제규범과 한국의 과제. 법학연구, 24(4), 315-342.
- 임종린. (2017). 선배시민의 사회참여와 역할인식에 관한 연구 [박사학위논문, 경기대학교].
- 전용만. (2019). 베이비붐 세대의 노인복지관 유입과 서비스 패러다임의 변화. 노인복지연구, 74(3), 9-35.
- 최희경. (2006). 비판적 노년학의 이론적 고찰. 한국노년학, 26(1), 15-31.
- 통계청. (2022). 2022 고령자 통계. 통계청.
- 한국노인종합복지관협회. (2016). 선배시민 개념 및 활동 지침. 한국노인종합복지관협회.
- 한국노인종합복지관협회. (2022). 선배시민 운영 매뉴얼. 한국노인종합복지관협회.
- 한국민족문화대백과사전. (2024). 부대찌개. 한국학중앙연구원. <https://encykorea.aks.ac.kr>
- 한국보건사회연구원. (2014). 유럽 노인의 사회참여와 권익 실현 사례 연구. 한국보건사회연구원.
- 한혜경. (2017). 유럽 노인들의 삶의 질과 선배시민의 조건: 북유럽 현장연구 보고서. 명지대학교 사회복지연구소.

【국외 문헌】

- Del Barrio, E., Reichert, C., & Max, S. (2018). From active aging to active citizenship: The role of participation. *Journal of Gerontological Social Work*, 61(4), 367-385.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. W. W. Norton & Company.
- European Commission. (2024). *Age-friendly cities: The success case of Vienna's social infrastructure*. EU Publications Office.
- Ferreira, A. S., et al. (2021). 30 years of active citizenship in Europe: Senior initiatives and policy impact. *European Journal of Ageing*, 18(2), 245-258.
- Gualano, M. R., et al. (2021). The impact of intergenerational programs on health outcomes: A systematic review. *BMC Public Health*, 21(1), 1-15.
- Hooyman, N. R., & Kiyak, H. A. (2010). *Social gerontology: A multidisciplinary perspective* (9th ed.). Pearson Education.
- Moulaert, T., & Biggs, S. (2022). Aging policies and senior participation in Japan: A comparative perspective. *Ageing & Society*, 42(5), 1123-1148.
- Murayama, Y., et al. (2019). The 'Ikoi-no-Salon' model: Impact of community-based social gathering on long-term care prevention in Japan. *Journal of Epidemiology*, 29(1), 23-30.
- Przybysz, I., & Stanimir, A. (2023). Active Ageing Index (AAI) and civic participation in EU countries: A comparative analysis. *Social Indicators Research*, 165(3), 889-912.
- Seidman, I. (2009). *Interviewing as qualitative research: A guide for researchers in education and the social sciences*.

Teachers College Press.

Walker, A., & Maltby, T. (2012). Active ageing: A strategic policy solution to demographic change in the European Union. *International Journal of Social Welfare*, 21(s1), S117–S130.

World Health Organization. (2007). *Global age-friendly cities: A guide*. WHO Press.

World Health Organization. (2024). *Global network for age-friendly cities and communities: Progress and future direction*. WHO GNAFCC.

Zhao, X., Wang, L., & Chen, Y. (2025). Participatory arts and heritage conservation: Assetization of memory for older adults in Zhengzhou. *International Journal of Heritage Studies*, 31(1), 45–62.

9

의정부 중랑천 새(鳥)로 어울림

박희준

생태전문가, 이학박사

김선희

산림교육전문가,
산림치유지도사

박경자

의정부시지속가능
발전협의회 위원
초등교사

송정란

산림교육전문가,
유아숲지도사

전아영

의정부시지속가능
발전협의회 간사

황정숙

유아숲지도사,
산림치유지도사

의정부 중랑천 새(鳥)로

어울림

박희준

생태전문가,
이학박사

김선희

산림교육전문가,
산림치유지도사

박경자

의정부시지속가능
발전협의회 위원,
초등교사

송정란

산림교육전문가,
유아숲지도사

전아영

의정부시지속가능
발전협의회 간사

황정숙

유아숲지도사,
산림치유지도사

요약

의정부 중랑천은 과거 오염의 상징에서 생태하천 복원사업을 통해 시민들의 휴식처로 거듭났으나, 최근의 하천 관리는 주민 편의 시설 설치와 식생 단순화에 치중되면서 생물다양성 증대라는 생태하천 조성사업의 본래 취지에서 벗어나고 있어 많은 우려를 낳고 있다. 특히 지속적인 준설과 인공수로 조성은 멸종위기생물 II급인 흰목물떼새의 번식처를 위협하는 등 수생태계 건강성 회복에 역행하는 측면이 있다. 이에 본 연구는 2025년 12월부터 2026년 2월까지 중랑천 의정부시 구간을 대상으로 겨울새 도래 현황을 조사하고, 이를 바탕으로 시민들의 지역공동체 활성화와 생태감수성을 높일 수 있는 지속 가능한 공존 방안을 모색하고자 하였다.

총 4차례에 걸친 중랑천의 겨울새 모니터링 조사 결과, 중랑천에는 흰뺨검둥오리를 우점종으로 하여 천연기념물인 원앙, 청둥오리, 쇠오리 등 평균 833개체의 겨울새가 서식하고 있음이 확인되었다. 구간별로는 서울시 경계부터 발물섬터까지 1구간에서 가장 많은 개체 수가 관찰되었으며, 제일시장과 청과물시장 등 상업시설과 주차장이 밀집하여 인간의 간섭이 심한 4구간은 겨울새 출현이 현저히 낮게 나타났다.

설문조사 결과는 시민 대다수는 하천 생물의 이름을 아는 것이 이용에 도움이 된다고 응답하며 생태교육에 높은 관심을 보였으나, 정작 법적 보호종에 대한 인지도는 낮아 이들을 보호하기 위한 체계적인 교육과 홍보가 시급한 것으로 드러났다.

한편, 전문가 자문과 간담회 그리고 탐조활동 참여 및 진행을 통해 도출된 핵심은 단순한 시설 확충보다는 시민이 직접 참여하는 소프트웨어 중심의 콘텐츠 도입이다. 주민들이 관찰자와 기록자가 되어 중랑천의 생태 변화를 데이터화하는 '시민과학'모델이 필요하며, 쓰레기 줍기와 새 관찰을 결합한 '버드플로깅(Bird-Plogging)'이나 디지털 야카이브 구축이 필요하다.

결론적으로 중랑천은 풍부한 겨울새 자원을 보유하고 있어 생태 문화 명소로서의 잠재력이 매우 크다. 따라서 12월부터 2월까지의 기간을 집중 새로 어울림 시기로 설정하고, 연구에서 개발된 '새로 어울림 안내도'를 비롯한 활용 가능한 콘텐츠를 통하여 시민들의 자발적 참여를 확대하고 이 참여가 시민들의 생태감수성 증진과 공동체 활성을 높일 수 있다. 따라서 본 연구가 향후 다양한 콘텐츠 개발에 활용될 수 있는 기초가 되고, 중랑천이 사람과 자연이 공존하는 지속 가능한 중랑천으로서 생태 문화의 명소가 되기를 기대한다.

주제어 : 겨울새, 탐조활동, 시민참여, 생태감수성

I 서론

1. 연구 배경 및 필요성

국가의 하천 관리와 관련한 정책을 살펴보면 1987년부터는 수질개선에 중점을 둔 ‘오염하천 정화사업’이 2002년부터는 자연형 하천 복원에 중점을 둔 ‘자연형 하천복원사업’으로 전환되었고 2009년부터는 수생태계 건강성 회복에 초점을 둔 ‘생태하천 복원사업’으로 전환하였다(표 I-1).

1970년대부터 1980년대까지는 우리나라의 고속성장기에 하천의 오염 관리가 이루어지지 않았고, 하천 주변의 다양한 식당과 포장마차에서 하천으로 오수와 분뇨를 무단 방류하여 하천 오염이 심각하던 시기였다. 하지만 정부의 정책에 발맞춰 2004~2005년 중랑천 변 풍물거리 포장마차들을 철거하고 생태하천 복원사업이 진행되었다.

이러한 과정에서 현재의 의정부시 중랑천의 생태하천 조성사업은 주민 휴게시설 설치에 집중하고, 꽃밭 조성 and 보리밭 조성 등의 식생 단순화로 생물다양성 증대에 역행하고 있다. 또한 지속적인 모래 준설로 하중도를 제거하여 멸종위기종 II급 텃새인 흰목물떼새의 번식처가 소멸되는 현상을 유발하고 있고, 자연형 수로를 거석 쌓기 등의 인공 수로로 전환하여 수생태계 건강성 회복에 역행하고 오로지 편의시설 설치와 이용측면만이 강조되는 이름뿐인 생태하천 복원사업이 진행되어 안타까운 실정이다.

현재 의정부시 중랑천은 의정부시 중심을 가로지르는 하천으로 많은 시민들이 이용하고 있으며, 하천변 식물들과 물고기, 곤충 및 조류 등 생물다양성 체험과 관찰을 통하여 생태감수성 증진, 공동체 활력 증대 등 생태적 삶을 추구하는 생태문화의 확대 요구가 확산되고 있는 실정이다.

■ <표 I-1> 우리나라 생태하천 복원사업의 변화과정(환경부, 2025)

사업명	시기	정책목표
오염하천 정화사업	1987년부터	수질개선에 중점
자연형 하천 복원사업	2002년부터	자연형 하천복원에 중점
생태하천 복원사업	2009년부터	수생태계 건강성 회복에 중점

2. 연구 목적

가. 중랑천의 겨울새 조사 및 주요 도래지 파악

의정부 중랑천은 북측의 양주시 경계로부터 남측의 서울특별시 경계까지 약 8.25km에 이른다. 본 연구에서는 의정부시를 가로지르는 중랑천의 겨울철 주요 조류를 확인하고, 8.25km의 중랑천 구간 중에서 겨울새가 가장 많이 도래하는 구간을 파악하고자 한다. 또한 이 결과를 반영하여 겨울새 탐조 활동을 위한 프로그램 운영 구간을 설정하기 위한 주요 근거로 삼고자 한다.

나. 겨울새와 어울릴 방안

중랑천을 품고 있는 의정부시 시민들이 겨울새들과 어떻게 하면 겨울새들에게 피해를 주지 않고 만나며 어울릴 수 있을지 그 방안을 찾고자 한다. 이는 하천 둔치의 이용 방법과도 밀접한 관계가 있어 선정 구간에서 중랑천의 둔치 토지이용 방법과도 연계하여 검토가 필요하다.

다. 지역 주민들의 생태감수성 증대 방안

중랑천을 이용하는 지역 주민들의 생태감수성을 증대시키고 확대할 방법을 다양한 방향으로 검토하여 적합한 방안을 찾고자 한다. 지역주민들 대상의 설문조사를 통하여 어떤 방법이 생태감수성을 더 자극하고 높일 수 있는지 찾아보고 구체적으로 어떤 형태의 이용 방식을 원하는지 파악하고자 한다.

라. 겨울새 주요 도래 지역의 생태교란 및 인간 간섭 억제 대책 제안

의정부 중랑천 둔치(고수부지)의 이용은 전 구간에서 이용자 중심의 공간으로 계획되어 생태하천을 표방하고 있지만 실질적으로는 전혀 생태적이지 않으며 나아가 생태하천복원사업 업무추진 지침(기후에너지환경부, 2025)에도 맞지 않은 이용계획을 추진해 왔고 현재도 추진하고 있다. 따라서 이를 개선하여 생태적으로 의정부시민과 중랑천의 다양한 생물들이 공존하는 공간으로 변화시킬 수 있는 계기를 마련하고자 한다.

3. 연구 범위

가. 시간적 범위

본 연구의 시간적 범위는 연구대상으로 하는 겨울새들이 머무는 시간을 고려하여 2025년 12월부터 2026년 2월까지로 한다.

나. 공간적 범위

본 연구의 공간적 범위는 의정부 행정구역을 통과하는 지방하천 중랑천 구간 중 양주교 ~ 호원천 합류 직후 구간을 대상으로 한다.

II 연구 방법

1. 문헌조사

온라인 검색서비스를 활용하여 한국학술지인용색인을 이용한 관련 KCI등재 논문, 경기연구원, 서울연구원, 국토교통부, 의정부시청, 의정부시의회 등 유관기관의 자료를 검색하여 관련 생태 모니터링 결과보고서, 하천계획, 탐조 관련 논문 등 다양한 자료를 통하여 실시하였다.

2. 현장조사

문헌조사를 통해 확인된 유사 하천에 도래하는 겨울새의 시기별 동태와 종류를 확인한 후 중랑천의 의정부 구간을 도보로 답사하면서 쌍안경과 줌카메라를 이용하여 총 4회의 현장조사를 실시하였다(그림 II-1, II-2).

현장조사는 중랑천을 4개 구간으로 나누어 야장을 작성하였고, 각 구간별로 종류와 개체 수를 확인하고 기록하였다(그림 II-3).

각 조사 구간별로 조사 결과를 분석하여 멸종위기종 및 천연기념물 등 보호가 필요한 종, 출현 빈도가 높은 종, 개체 수가 많은 종 등을 파악하였다.

■ [그림 II-1] 쌍안경(8×36mm)



■ [그림 II-2] 줌카메라(니콘A1000)



■ [그림 II-6] 자문회의 및 전문가 간담회



5. 사례탐구

사례탐구를 위하여 경기도 안양시 안양천에서 2026년 1월 23일과 2월21일 2회에 걸쳐 탐조프로그램을 진행하면서 탐조의 과정과 참가자의 참여도와 몰입도 등에 대하여 파악하였다. 또한 진행을 통하여 프로그램 진행과정에서 발생하는 안전사항 등의 시작 과정과 탐조 후 마무리 과정은 어떻게 진행할 것인지에 대하여 파악하였다.(그림 II-7).

■ [그림 II-7] 탐조행사 참여(책임연구원의 탐조 진행)



III 연구 결과 및 고찰

1. 문헌조사 결과

의정부시 중랑천을 대상으로 연구된 보고서나 논문은 4편으로 확인되었고, 이 중 2건은 하천의 관리에 관한 행정기관의 보고서이고(서울지방국토관리청, 2012; 환경부, 2025), 1건은 의정부시 생태현황지도와 자연환경((주)생태조사단, 2021), 다른 1건은 중랑천의 하천공간 이용실태 등에 관한 내용이다(박희준 외, 2022).

중랑천과 유사한 안양천을 대상으로 연구된 보고서나 논문으로는 아진규, 이정석(2001)의 안양천 살리기, 이종찬 외(2014) 2013 안양천 모니터링, 안양군포의왕환경운동연합(2021) 안양천 생태 모니터링 안양천을 걸어요 등으로 3편은 모두 단순한 모니터링 보고서이고, 서울시 도시하천을 대상으로 수조류의 분포 특성(권영수 외, 2007)과 서울시 철새보호구역 현황과 관리방안(김민경 외, 2025) 및 탐조를 주제로 한 논문(박소영, 2025)이 있다.

이러한 보고서와 논문들은 '겨울새 모니터링 기록'이라는 유사한 부분도 있지만 본 연구에서 인용하거나 비교하기에는 선행연구로서의 적절성이 다소 부족하였다. 다만 서울시 철새보호구역 현황과 관리방안(김민경 외, 2025)은 향후에 의정부 중랑천의 철새보호구역 지정을 위한 관련 조례 제정에서 참고할 만한 연구 성과가 있다고 사료된다.

또한 박소영(2025)은 탐조를 '감각적 몰입을 통해 자연을 새롭게 경험하는 문화적 실천'임을 밝히는 탐조의 미학적 해석으로 정리하여, 탐조 프로그램 계획 및 운영에 반영할 만하다. 이 논문에서 탐조는 도시내 자연의 존재를 가시화하며, 기술 매체를 통한 관찰, 과학적 범주화, 그리고 일상적 환기의 과정을 통해 자연과의 관계를 심화하는 미적 경험으로 작용한다고 설명하였다.

따라서 거울새를 관찰하는 관조(觀鳥) 또는 탐조(探鳥) 활동은 지역민들의 생태감수성 증대와 자신의 정신건강에 중요한 역할을 할 수 있을 것으로 파악되고 있다.

2. 하천현황

의정부시 중랑천은 한강의 제1지류로서 양주시 산곡동 불곡산에서 발원하였다. 의정부시 장암동까지의 구간은 지방하천, 의정부시 장암동부터 서울 성동구 금호동의 한강에 합류하는 구간은 국가하천으로 관리되고 있다. 의정부시를 통과하는 중랑천 구간은 지방하천에 해당되며, 총 연장이 약 8.25km에 이른다.

1988년 중랑천, 부용천, 민락천, 백석천, 화룡천, 호원천 등 의정부시 관내 중랑천 수계 6개 하천에 대하여 최초 하천정비기본계획(1988년 경기도 공고)이 수립되었다. 이후 1996년 상기 의정부시 관내 중랑천 수계 6개 하천에 대한 하천정비기본계획 재정비계획(1997년 경기도 공고)이 수립되었다. 중랑천권역(경기도) 하천기본계획(변경)이 고시(경기도 고시 제2012-440호)되었고 중랑천 하천기본계획 변경 결정 고시(경기도 고시 제2017-5225)가 있었다(표 III-1).

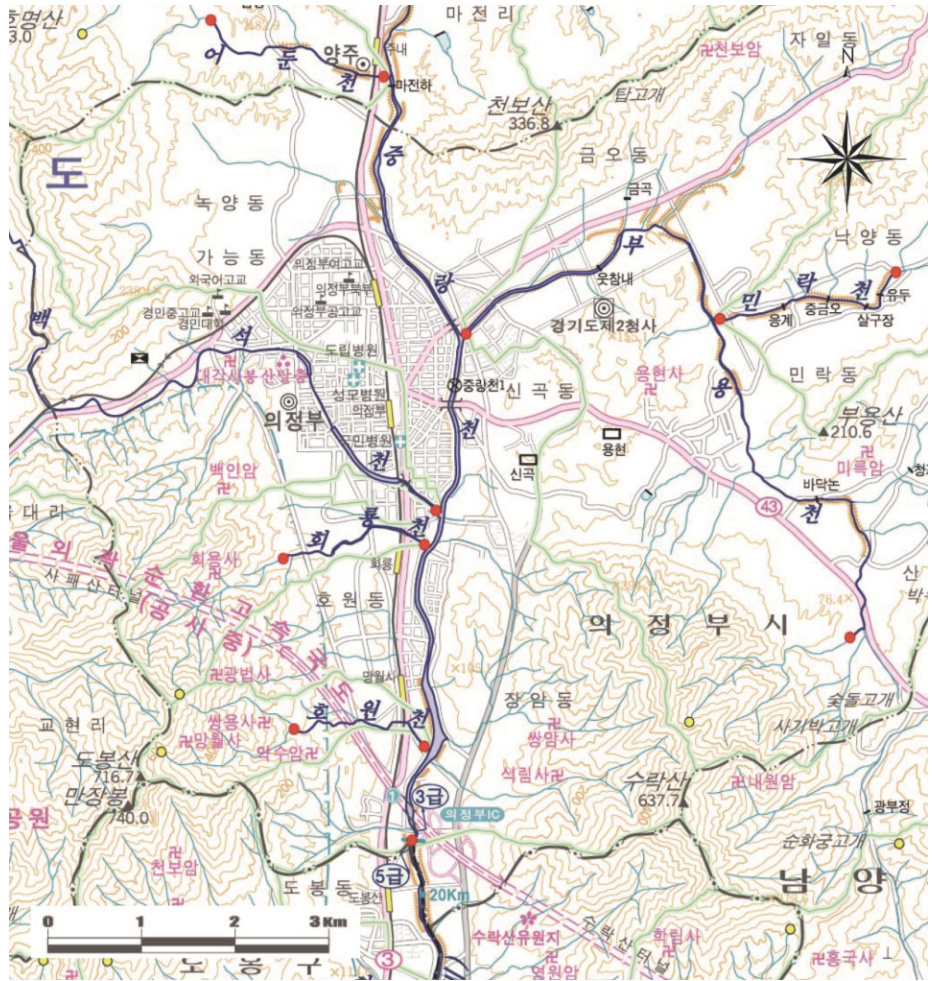
의정부에서 사용되는 하수와 오수는 모두 의정부환경사업소에서 처리되고, 처리된 처리수의 일부는 녹양천을 제외한 부용천, 백석천, 화룡천, 호원천 등 4개 하천의 유지용수로 공급되고 나머지는 직접 중랑천으로 방류하고 있다(그림 III-1).

■ <표 III-1> 의정부 관내 하천 현황(국토해양부, 2012)

하천명	구분	기점				종점				유역 면적 (㎢)	하천 연장 (km)	유로 연장 (km)
		시도	시군	읍면동	경계	시도	시군	읍면동	경계			
중랑천	지방	경기	양주	산북	산북동	경기	의정부	장암	중랑천(국가) 기점	119.05	13.78	15.62
부용천	지방	경기	의정부	금오	금오동	경기	의정부	금오	중랑천(지방) 합류점	39.24	8.41	10.75
민락천	지방	경기	의정부	민락	민락동	경기	의정부	민락	부용천 합류점	10.70	2.64	9.80
백석천	지방	경기	양주	백석	북지리	경기	의정부	의정부	중랑천(지방) 합류점	18.06	5.89	11.07
화룡천	지방	경기	의정부	호원	호원동	경기	의정부	호원	중랑천(지방) 합류점	3.15	1.76	4.06
호원천	지방	경기	의정부	호원	호원동	경기	의정부	호원	중랑천(지방) 합류점	2.13	0.99	3.85

주) 중랑천과 백석천은 양주에서 발원하기 때문에 양주 구간으로 포함하고 있음

■ [그림 Ⅲ-1] 의정부시 하천 현황도



3. 겨울새 현황조사 결과

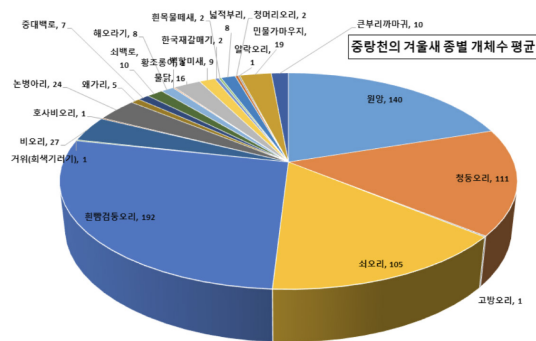
중랑천의 4개 구간에서 2025년 12월부터 2026년 2월까지 총 4회의 겨울새 모니터링을 실시한 결과 1구간에서는 전체 평균 301개체가 조사되어 4개 조사구간 중 가장 많은 겨울새들이 관찰되었다. 집비둘기, 참새 등 집단으로 서식하는 텃새를 제외하면 원앙이 평균 95개체로 가장 우점 하였고, 흰뺨검둥오리가 평균 61개체로 아우점 하였다. 2구간에서는 전체 평균 265개체가 조사되어 4개 조사구간 중 두 번째로 많은 겨울새들이 관찰 되었고, 집비둘기, 참새 등 집단으로 서식하는 텃새를 제외하면 흰뺨검둥오리가 평균 73개체로 가장 우점 하였고, 원앙과 청둥오리가 각각 평균 43개체, 41개체로 아우점 하였다. 3구간에서는 전체 평균 244개체가 조사되었고, 집비둘기, 참새 등 집단으로 서식하는 텃새를 제외하면 쇠오리가 평균 68개체로 가장 우점 하였고, 흰뺨검둥오리가 평균 51개체로 아우점 하였다. 4구간에서는 전체 평균 73개체로 조사되었고, 집비둘기, 참새 등 집단으로 서식하는 텃새를 제외하면 흰뺨검둥오리와 비오리가 평균 9개체로 가장 우점 하였고, 청둥오리가 평균 6개체로 아우점 하였다(부록 1).

전체적으로 조사결과를 종합하면 전 구간 4번의 전구간 조사 결과 중랑천에는 흰뺨검둥오리가 평균 192개체로 가장 많이 서식하여 우점 하였고, 천연기념물인 원앙은 평균 140개체로 조사되어 아우점 하였다. 그 외 청둥오리 111개체, 쇠오리 105개체를 포함하여 4종의 겨울새가 전체적으로 평균 833개체 중 65.7%인 547개체로 겨울새의 대부분을 차지하였다(부록 2, 그림 Ⅲ-2).

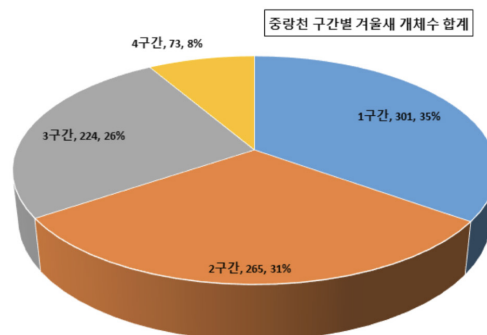
구간별로는 1구간이 301개체로 35%를 가장 많은 겨울새가 조사되었고 2구간은 265개체 31%, 3구간은 224개체 26%, 4구간은 73개체 8%를 차지하여 1, 2, 3구간은 구간별로 큰 차이를 보이지 않았으나 4구간은 겨울새가 현저하게 줄어든 것을 알 수 있다(부록 2, 그림 Ⅲ-3). 이러한 원인은 4구간 범위 내 청과시장, 제일시장 등 상업시설과 함께 천변 주차장이 설치되어 있어 이로 인한 차량의 이동과 이용 인구 증가로 인한 영향으로 판단된다.

한편, 1구간을 제외한 전 구간에서 집비둘기가 집단으로 서식하는데 이 집비둘기는 바위비둘기를 가축화한 아종으로 1988년도 서울올림픽 성화 봉송 행사에 동원되어 방사된 개체들이다. 집비둘기는 중랑천의 교각과 상판 사이 틈새를 등지삼아 집단으로 서식하며 잡식성이고 번식력이 매우 강한 새로서 음식물쓰레기 분리배출 봉투를 찢어 음식물을 먹기도 하고, 전선에 집단으로 모여 잠을 자면서 배설물을 배출하여 바닥에 많은 배설물이 쌓이기도 한다. 조류의 배설물은 요산을 포함하고 있어 구조물을 부식시키거나 나무를 고사시키기도 하는 피해를 주므로 개체 수 증가에 대한 적절한 대책이 필요하다.

■ [그림 Ⅲ-2] 의정부 중랑천의 겨울새 종별 개체 수 평균



■ [그림 Ⅲ-3] 의정부 중랑천의 조사 구간별 겨울새 개체 수 합계



3. 설문조사 진행 결과

설문조사는 현장 응답 97명, 온라인 응답 11명 등 총 108명을 대상으로 실시하였다. 전체 응답자 중 여성이 69명으로 남성 39명보다 압도적으로 많았고 중장년의 비중이 높았다. 응답자 중 3명을 제외한 105명은 의정부 거주자로 확인되었다.

설문은 크게 하천의 이용과 관련한 설문, 중랑천의 생물에 대한 인식 정도 파악, 하천의 이용과 관련하여 개선 사항 등의 세 가지 범주로 나눌 수 있다.

가. 하천의 이용

응답자 중 57명(54.3%)이 산책 및 휴식을 목적으로 이용한다고 답하여 중랑천이 주로 산책이나 휴식의 목적으로 이용하는 비중이 큰 것을 알 수 있다. 또한 대다수(99명)가 하천의 생물 이름을 아는 것이 도움이 된다고 답해 단순한 산책 및 휴식 공간을 넘어 생태학습 공간으로서의 가치를 높게 평가하고 있다.

나. 중랑천의 생태에 대한 인식

청둥오리 (86명/79.6%), 원앙(32명/29.6%) 등의 겨울새뿐만 아니라 왜가리(78명/72.2%), 잉어(57명), 너구리(33명), 청개구리(35명), 붕어(52명) 등 다양한 하천 생물들을 인지하고 있으나 멸종위기종이나 천연기념물 등의 법적 보호종에 대하여 인지하지 못하는 경우가 많았다. 이는 생물들의 서식형태나 관리 또는 보호에 대한 교육이 시급하다는 것을 보여주고 있다.

다. 교육과 홍보의 필요성

본 설문 결과, 의정부 시민들은 하천 생태계에 대해 높은 수준의 인지와 개선 의지를 보이고 있다. 따라서 시설 확충과 같은 하드웨어적 접근을 넘어, 시민들의 생태 감수성을 정책 동력으로 전환하는 '시민 교육'이라는 소프트웨어적 투자가 반드시 병행되어야 한다.

1) 생태 감수성 증진

보호종 서식 여부를 모르는 시민이 절반에 가깝다. 또한 생물을 이름을 아는 것이 하천 이용에 도움이 된다는 의견이 99명(91.7%)이다. "아는 만큼 보인다"는 말처럼, 중랑천의 서식 및 보호종 생물에 대한 지식은 하천을 아끼는 실천적 태도로 이어진다.

2) 지속 가능한 하천 문화

기타 의견에서 '먹이 주기 금지 안내'가 언급된 것으로 보아, 야생 동물에 대한 잘못된 관심 표현(먹이 주기 등)을 바로잡는 생태 에티켓 교육과 시민들이 하천의 '이용자'를 넘어 '보호자'로 거듭나는 교육이 필요하다.

3) 장기 거주자의 경험을 '생태 자산'으로 전수

30년 이상 거주한 시민(48.1%)들의 경험을 생태 지식과 결합하여, 지역 특유의 생태 문화를 전수하는 교육 체계가 필요하다.

4. 자문회의 및 전문가 간담회 결과

자문회의 및 전문가 간담회는 8가지로 나누어 질문을 했고 이 질문들은 '주민참여 및 현장 활동 체계(Action & Participation)', '맞춤형 생태교육 및 콘텐츠 개발(Education & Content)', '생태적 인식 전환과 공동체 가치 형성(Awareness & Community)' 등 크게 세 가지로 범주를 정리된다.

가. 주민 참여 및 현장 활동 체계

주민들이 중랑천 현장에서 직접 몸으로 체험하고 기록하며 지속적으로 참여할 수 있는 실천적 방안에 대한 의견들이다. 주민들에게 생태지킴이 및 관찰자 역할을 부여하여 전문 조사자가 아닌 상시 관찰자·기록자로서의 역할을 정립하고 정기적인 공유 체계 마련하여야 하고, 누구나 쉽게 참여할 수 있는 간단한 기록방법을 통해 조사의 일상화를 유도하여야 한다. 나아가 쓰레기 줍기와 새 관찰을 결합한 버드플로깅(Bird-Plogging)을 활성화하여 활동 결과를 데이터화하고 봉사 시간과 연계하여 동기 부여하는 방안을 고려하여야 한다. 현장 안내 수단 고도화를 위해 QR코드, 음성 해설, 스토리텔링형 안내판을 통해 현장에서 즉각적인 생태 경험이 되도록 지원되도록 해야 한다.

나. 맞춤형 생태교육 및 콘텐츠 개발

단순한 지식 전달을 넘어 대상별 특성과 의정부 중랑천의 지역적 맥락을 반영한 교육 콘텐츠를 구성해야 한다. 현장 해설을 위한 자료를 구성하고 종 목록 중심이 아닌 특정 시기·장소에 새가 머무는 이유와 생활 방식을 산책로 동선과 연계하여 설명할 수 있도록 계획하여야 한다. 또한 단계별 생태교육 우선순위 설정이 필요하다. 즉, 보호종의 가치, 다수종(우점종)의 역할, 인간과의 갈등 및 관리 등에 대한 체계적인 교육 커리큘럼 구성이 필요하고, 지역주민 대상으로 과거의 기억, 농사, 계절 등 생활사와 연계하여 옛 모습부터 현재 변화까지 이어지는 생활밀착 스토리텔링형 서사 구조를 활용하는 것이 좋다. 한편, 문화 콘텐츠 및 아카이브 연계를 통해 주민들의 사진과 기록을 전시하거나 온라인 아카이브로 구축하여 활동의 가시성 확보함으로써 자긍심을 끌어올리는 것도 중요하다.

다. 생태적 인식 전환과 공동체 가치 형성

중랑천과 새를 매개로 주민들이 지역에 대한 애착을 느끼고, 변화하는 생태계를 균형 있게 바라보게 하는 관점이 필요하다. 정서적 안정과 공동체 소통의 매개로 새를 활용하여 시청각적 휴식 요소, 주민 간 대화의 소재로 활용하여 지역공동체 의식을 강화하는 것이 필요하다. 또한 생태적 관찰로의 정신적 확장으로 단순 산책로를 넘어 우리 동네 생태자원이라는 인식과 함께 장소 애착을 심어주어 중랑천에 대한 자부심을 고취할 수 있다. 한편, 위해야생동물에 대한 인식 개선도 필요하다. 혐오나 배제가 아닌, 환경 변화와 관리 체계의 문제로 시각을 전환하여 공존의 토대를 마련할 수 있도록 유도하여 생태적 감수성을 증대시킬 수 있다. 기후변화와 철새의 텃새와 현상에 대한 부분은 장기적인 생태 변화의 지표로 인식하고, 이를 기후변화 교육의 살아있는 소재로 활용할 수 있다.

5. 탐조활동의 체험과 진행

탐조를 진행하면서 가장 절실하게 느낀 것이 참가인원의 적정규모에 대한 부분이다. 1차(2026년 1월 23일) 탐조에서는 주최 측에서 참가인원을 팀당 20명 정도로 계획하여 2팀을 접수를 받았고, 탐조 당일에 참여한 사람들을 시간 차이를 두고 탐조 프로그램을 진행하였는데 20명의 인원이 너무 많다는 느낌을 받았다. 2차 탐조(2026년 2월 21일)에서는 한 팀만 접수를 받았고 1차와 마찬가지로 20명이 접수하여 진행 인원까지 25명이 되었다. 이때는 주최 측의 탄소중립 홍보를 겸한 행사로 진행하여 과인원의 문제와 함께 집중도를 떨어뜨리는 요인이 되었다.

참여 인원이 과다할 경우 몰입도가 저하되어 집중도 편차가 발생할 수 있으므로, 적정 인원을 15명 내외로 제한할 것을 권장한다. 또한, 탐조의 효과를 극대화하기 위해 타 행사와 병행하지 않고 단독 프로그램으로 운영해야 한다.

탐조활동 결과, 참가자들의 관심도는 겨울새의 종류(새 이름), 암수의 구분, 이동경로 등 몇 가지로 정리할 수 있었고, 탐조 후 화상을 활용한 설명보다 탐조 전에 먼저 화상을 통해 관심도를 높여주는 방법이 더 관심도를 높일 수 있었다. 따라서 향후 프로그램을 진행할 경우 참가자들의 관심도와 집중도를 높일 수 있는 방법을 개발하여야 한다.

■ <표 Ⅲ-2> 자문회의 및 전문가 간담회 의견 취합 결과

구분	자문 의견
겨울새 모니터링 결과 활용방안	- 구간별로 관찰 빈도가 높은 겨울새를 정리하여 산책 동선과 연계한 현장 해설형 자료 구축 - 단순한 산책을 생태적 관찰활동으로 확장
생태교육의 우선순위	- 천연기념물 및 멸종위기종의 보호 필요성 우선 - 개체 수가 많은 종의 생태적 역할과 배경 - 갈등의 문제 해결을 위한 순서로 진행
도시하천의 '새' 가 지역주민공동체에 미치는 정서적 문화적 의미	- 시각적, 청각적 자극을 통해 정서적 안정과 휴식 효과를 제공 - 도시의 시간성과 자연의 시간성을 연결하는 역할 - 대화와 교류의 소재로 작동하여 공동체 내 소통을 촉진하는 요소로 작용 - 반복적인 관찰 경험을 통해 우리 동네 생태자원에 대한 공동체 인식이 형성 - 주민이 직접 참여할 수 있는 간단한 기록방식 도입 확산
주민의 역할	- 중랑천 생태지킴이로서 자부심을 느끼는 참여구조 - 주민들에게 관찰자, 기록자로서의 역할을 부여하는 것이 효과적 - 현장 중심의 반복활동을 통해 자연스러운 참여 유도가 필요 - 주민참여 사진 및 기록 전시, 소규모 인쇄물 제작, 온라인 이카이브 구축 등 문화콘텐츠와 연계가능성 제시
생활형 생태 스토리텔링 방안	- 생활 경험과 기억을 기반으로 한 이야기 방식 - 과거와 현재의 비교 방식 - 일상생활과 새의 출현을 연결하는 설명 - 예전의 생태와 환경을 현재의 상황과 비교하여 이야기
현장 안내수단 활용	- QR 을 통한 음성 해설기능이 효과적 - 음성안내는 설명형보다 이야기 중심의 구성이 효과적 - 안내판, QR 을 통한 음성해설은 개별 매체가 아닌 동일한 해설체계가 적합
철새의 텃새화 현상에 대한 인식과 고려사항	- 일부 철새의 텃새화는 기후변화, 도시화, 먹이환경 등 복합요인에 따른 장기적 생태변화로 인식 - 철새의 텃새화 현상은 기후변화 교육 및 도시 생태계 이해를 위한 관찰지점으로 설명
버드플로깅 지속방안	- 시민과학 프로그램과 결합하여 참여자의 기여가 기록화, 가시화 되는 구조가 필요 - 플로깅 활동 전·후 간단한 새 관찰 공유를 통해 장기적 참여를 유도 - 봉사활동 성격을 고려하여 봉사시간 인정제도와 연결성 확보가 필요

IV 결론 및 제언

1. 결론

의정부 중랑천은 풍부한 겨울새들을 포함한 생태환경이 비교적 좋아 시민들의 생태감수성을 높이기 위한 기본적인 요건을 모두 갖추고 있다. 따라서 하드웨어적 시설 확충보다는 '시민 교육'과 '데이터 기반의 관리'라는 소프트웨어적 투자를 통해 도심하천인 중랑천을 사람과 자연이 가장 가깝게 만나는 생태 문화의 명소로 거듭나게 해야 한다.

가. 모니터링 결과에 따른 공간적·시간적 어울림 범위의 설정

의정부시 중랑천의 전체 4개 구간에 대한 겨울새 조사 결과를 고려하면 1구간에서 가장 다양한 종류와 개체 수가 가장 많은 겨울새가 관찰되어 중랑천에서 겨울새와 함께 지역 주민들과의 어울림을 기획하는 구간은 1구간이 가장 적합한 것으로 나타났다. 또한 본 어울림 시기는 겨울새가 도래하는 기간인 12월부터 이듬해 2월까지 3개월이 가장 적합한 시기로 판단된다.

한편, 가장 많이 출현하는 종인 흰뺨검둥오리, 원앙, 청둥오리 등과 법적 보호종인 멸종위기종 I급 호사비오리(겨울새), II급 흰목물떼새(텃새)와 천연기념물 원앙 등을 주요 대상으로 하고, 더불어 겨울새들의 먹이활동 특성을 반영하는 잠수성 오리와 수면성 오리, 무리 지어 다니는 새와 홀로 생활하는 새, 의정부시를 상징하는 새(백로류) 등의 특성을 반영하는 새들을 대상으로 선정하였다. 또한 생태계위해조류로 지정된 민물가마우지와 집비둘기 또한 포함하여 프로그램 진행의 공간적, 시간적 그리고 대상의 범위를 설정하였다(표 IV-1).

■ <표 IV-1> 겨울새 탐조 프로그램 운영의 범위 설정

구분	내용
시간 (계절) 적 범위	겨울새가 도래하는 12월 초부터 2월 (3월) 말까지
공간적 범위	월남전 참전기념비 ~ 호암교 인근 발물섬터 구간
대상의 범위	흰뺨검둥오리, 원앙, 청둥오리, 쇠오리, 왜가리, 백로, 민물가마우지, 논병아리, 큰부리까마귀, 백할미새, 말뚝가리, 호사비오리, 흰목물떼새, 집비둘기, 까치, 한국재갈매기

나. 지속 가능한 생태 문화 콘텐츠 도입

전문가 자문 의견을 반영하여 의정부 중랑천만의 차별화된 브랜드가 필요하다. 환경정화 봉사활동과 탐조를 결합한 버드플로깅(Bird-Plogging), QR콘텐츠 저장소를 만들어 이를 활용하는 QR코드를 통한 실시간 생태정보 제공과 시민들이 직접 찍은 사진과 시민들의 기억을 디지털 아카이브로 저장할 수 있는 온라인 플랫폼을 만들어 시민들의 공동체 의식과 자긍심을 고취시키는 콘텐츠를 도입하여야 한다. 다양한 콘텐츠를 통하여 시민들의 생태감수성 증대와 지역공동체 활성화 및 자긍심을 고취시켜야 한다. 이러한 과정을 통하여 시민들이 스스로 하드웨어적 시설 확충보다는 ‘시민 교육’과 ‘데이터 기반의 관리’라는 소프트웨어적 투자를 통해 도심하천인 중랑천을 사람과 자연이 공존하는 지속가능한 생태하천으로 태어나는데 기여하도록 하고, 중국에는 의정부 중랑천이 생태 문화의 명소로 거듭나게 해야 한다.

콘텐츠 개발의 시작점에서, 예로 의정부 시민들에게 겨울새의 개별 탐조에 도움을 주기 위하여 연구진이 자체 제작한 ‘의정부 중랑천 새로 어울림 안내도(겨울 1구간)’지도를 보면서 겨울새를 관찰할 수 있도록 하였고, 지도에는 새의 종류별로 QR코드를 첨부하여 ‘국립생물자원관’의 설명을 볼 수 있도록 하였다. 뒷면에는 중랑천에 대한 간단한 설명, 천연기념물, 멸종위기종 등의 간단한 설명과 중요종의 사진과 함께 설명을 넣었고 의정부시 상징 새, 꽃, 나무를 함께 실었으며, 겨울새 탐조 에티켓도 함께 실어 인쇄만 하면 당장 사용할 수 있도록 준비하였다(부록 3, 4).

또한, 현장 모니터링에서 촬영한 겨울새 사진을 바탕으로 AI 기술을 활용해 채색용 선 그림(라인 아트)을 제작하고, 이를 다양한 콘텐츠에 활용할 수 있도록 하였다. 특히 이 선 그림 속 겨울새들이 중랑천에서의 생활을 직접 소개하는 말풍선을 곁들여, ‘의정부 중랑천 겨울새들의 자기소개’ 콘텐츠를 완성하였다.(부록 1). 이 그림을 이용하여 스티커 붙이기, 색칠하기를 할 수 있으며, 코터를 어떻게 찌는가에 따라 다양한 짧은 영상이나 4컷 만화 등 다양한 콘텐츠를 만드는데 활용할 수 있도록 하였다.

2. 향후 계획 및 기대

다양한 겨울새가 도래하는 중랑천을 보유한 의정부시로서는, 이번 연구가 시민들의 생태감수성을 증대시키는 중요한 계기가 될 것이다.

박소영(2025)의 연구에서 제시한 바와 같이, 탐조는 일상적 환기를 통해 자연과의 관계를 심화하는 미적 경험으로 작용한다. 따라서 세대별 특성을 고려한 차별화된 탐조 프로그램과 활동지를 개발하고, 계절에 따라 변화하는 중랑천의 생태를 다각도로 접촉할 수 있는 기회를 제공해야 한다. 이러한 실천은 의정부 시민들의 생태감수성을 증대시키는 촉매제가 될 것이며, 증대된 생태감수성은 점진적으로 중랑천의 생태계 전반에 대한 관심으로 이어져 나아가 중랑천이 인간과 자연이 공존하는 지속가능한 생태공간으로 보전되는 선순환 구조를 형성할 것으로 기대한다.

가. 겨울철 상설프로그램 운영

겨울철인 2월 의정부예술의전당 주관의 무료 문화공연인 「겨울엔 따뜻한 난로콘서트」가 진행되었지만 청소년들이나 시민들이 직접 참여 가능한 생태문화 프로그램은 부재한 실정이다. 이에 대한 대안으로 12월부터 이듬해 2월 까지 의정부 중랑천에서 청소년과 지역주민들을 대상으로 하는 겨울철 「새로 어울림」 상설프로그램을 우선 운영할 필요가 있다. 「새로 어울림」은 초기에 청소년 대상 프로그램으로 출발하되 향후 전 세대가 함께 즐길 수 있도록

이용자별 특성에 맞춘 세대별 프로그램으로 다양화해 나가는 것이 바람직하다.

「새로 어울림」은 단순히 새를 구경하는 것에 그치지 않고, 주민들이 직접 사진을 촬영하고 데이터를 수집하는 등 직접적인 참여를 통해 주인의식을 높이며 더 나아가 새를 관찰하는 에티켓을 포함한 다양한 교육을 통해 전문성 있는 모니터링단인 ‘시민과학자’ 양성이라는 결과를 만들어 낼 계획이다.

다양한 경로를 통하여 의정부 중랑천의 겨울새 탐조 프로그램 「새로 어울림」이 겨울철 상설 프로그램으로 자리 잡기 위해 노력할 것이다.

나. 지역 주민들의 생태감수성 증대방안

중랑천의 겨울새를 비롯한 생태에 대한 단순 관찰을 넘어 중랑천의 생태적 가치를 내면화하고, 주민들의 자발적 참여를 유도하여 애착을 형성하는 방안이다.

1) 참여형 탐조 콘텐츠 개발 : 세대별 ‘새로 어울림’ 방안 개발

‘가족 단위 챌린지’, ‘자기소개 하기’, ‘디지털 아카이브 구축(기록 저장소)’ 및 ‘시민과학자 양성’등을 주제로 주민 참여형 콘텐츠를 개발하여야 한다. 새들의 삶을 조명하는 감성적인 접근이 필요하며 대상자별 적용을 차별화하는 방안이 필요하다. 유아 등 어린 친구들은 활동지를 활용하고, 청소년들은 스마트기기를 활용하며, 어르신들은 이야기 중심과 과거부터 현재에 이르는 생태 공감이 이루어지도록 하며 작·간접체험을 통하여 생태감수성이 증진되도록 한다.

2) 자율 탐조 : 중랑천의 생태 안내판 설치

QR입간판을 설치한다. 새들의 울음소리나 먹이 또는 습성 등이 담긴 QR을 제작하여 궁금한 새들의 정보를 공유하고, 이 설치물에는 추후 시민과학자들이 만든 새 지도상의 관찰이 가능한 위치정보도 추가 탑재가 가능하도록 한다.

3) 캠페인 등 홍보활동 확대 강화

흰뺨검둥오리와 청둥오리를 모티브로 한 카드뉴스를 제작하여 새들의 일상을 공유하고 원앙과 흰목물떼새 등을 보조출연자로 등장시켜 네 컷 만화 등으로 제작한 뒤 시민들이 직접 말풍선을 채우는 활동을 통해 주민 참여를 유도하여 친밀감을 높일 수 있는 새 이름 불러주기 캠페인을 실시한다. 또한, 서식지 보존을 연계한 하천 환경 정화활동인 버드 플로깅을 통하여 철새들의 서식지를 보호한다는 자긍심을 가지도록 한다.

한편, 의정부 상징물 사진전과 연계한 겨울새 사진 전시, 굿즈(T셔츠, 기념품) 개발과 활용이 필요하고 나아가 굿즈 상설 전시장을 활용하여 알리는 것도 필요하다.

다. 겨울새 주요 도래지역 및 멸종위기생물 서식(번식)지 교란 및 간섭 억제

겨울철 의정부 중랑천의 둔치(고수부지)는 전 구간에서 이용자 중심의 공간 계획이 되어 있고 산책길과 자전거 도로 등이 마련되어 있다. 생태하천을 표방하고 있지만 실질적으로는 생태적이지 않으며 생태하천 복원 업무추진 지침(기후에너지환경부, 2025)에도 맞지 않은 이용계획을 추진해 왔다고 할 수 있다.

따라서 향후 이를 개선하여 중랑천 내에 ‘겨울새 보호구역 설정’ 또는 ‘사람 접근 금지구역’ 등 사람들에게 간섭받거나 교란받지 않고 중랑천의 생물들이 편안하게 쉬고, 먹이 활동을 하며, 번식할 수 있는 생물들의 전용 공간 확보가 절실하게 필요한 실정이다.

본 연구가 의정부시민과 다양한 생물들이 생태적으로 지속가능한 공존이 이루어지는 공간으로 변화될 수 있는 계기가 되기를 기대한다.

■ <표 IV-2> 의정부 중랑천 새(鳥)로 어울림 주요 콘텐츠(안)

구분	프로그램 내용	비고
시간(계절)적 범위	- 안내지도 (부록 3, 4 참조) - QR 코드 부착 탐조 안내판 설치	
연계 프로그램	- 학교 동아리 지원 프로그램 - 겨울새 사진전시 (의정부 상징물과 함께 진행) - 겨울새 탐조 프로그램 운영 (12월~2월)	
시민 과학 참여	- 겨울새 시민 모니터링단 운영 - 버드 플로깅 운영 - 스티커 제작 및 활동지 개발 - 문화재단과 연계하는 온라인 중랑천 아카이브 (중랑천의 겨울새 사진기록 중심)	
생태 감수성 증진	- 조용한 관찰 안내문 설치 - 시민들의 중랑천 기억 저장소 (디지털 아카이브화) - 가족동반 겨울새 빙고 챌린지 - 네 컷 만화 - 겨울새 자기소개 하기 (부록 1 참조)	
홍보	- 중랑천 겨울새 쇼츠 제작 - 기념품 제작 (T 셔츠, 굿즈 등) - 리플렛 (안내지도) 배포	

■ 참고 문헌

- 국토해양부 서울지방국토관리청(2012). 중랑천권역(경기도) 하천기본계획(변경) 보고서.
- 권영수 외(2007). 서울 도시하천에서 월동하는 수조류의 분포특성.
- 김민경 외(2025). 서울시 철새보호구역 현황과 관리방안. 서울연구원
- 박소영(2025). 새가 나를 움직인다 : 탐조를 통한 도시자연의 환경 경험. (재)숲과 나눔
- 박희준 외(2022). 의정부 하천공간 이용실태 및 만족도 조사를 통한 효율적 활용방안(중랑천, 백석천 중심). 의정부시의회 아름다운 하천 조성 연구회.
- 안양군포의왕환경운동연합(2021). 2021 안양천 생태 모니터링 안양천을 걸어요.
- 이종찬 외(2014). 2013 안양천 모니터링. 안양시.
- (주)생태조사단(2021). 의정부시 도시생태현황지도와 자연환경. 의정부시 환경관리과.
- 하진규, 이정석(2001). 2001 안양천살리기. 안양시
- 환경부 하천계획과(2025). 생태하천복원사업 업무추진 지침.

■ 부록 1. 의정부 중앙천의 겨울새들 자기 소개하기

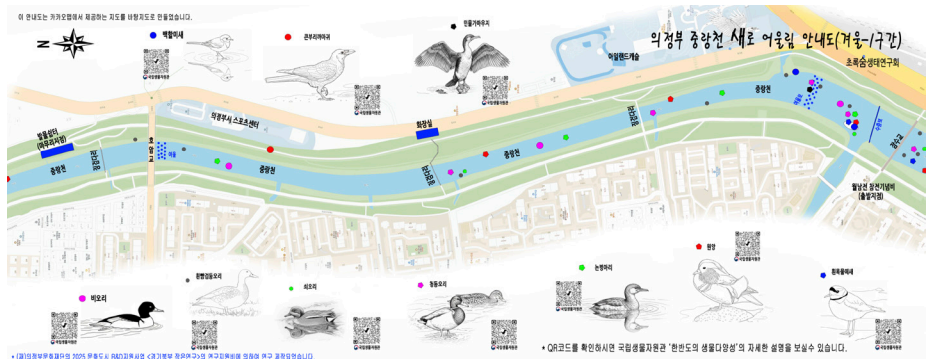


※ 이 그림은 현장에서 촬영한 사진을 바탕으로 AI를 이용하여 만든 그림입니다.

■ 부록 2. 겨울새 현장조사(모니터링) 결과

학명	국명	호랑이 - 호랑이(1구)				호랑이 - 호랑이(2구)				물범 - 산호새(3구)				산호새 - 양서류(4구)				반 고산 양서류						
		25.12.29	26.01.10	26.01.24	26.02.04	25.12.29	26.01.10	26.01.24	26.02.04	25.12.29	26.01.10	26.01.24	26.02.04	25.12.29	26.01.10	26.01.24	26.02.04	25.12.29	26.01.10	26.01.24	26.02.04			
<i>Aix galericulata</i> (Linnaeus, 1758)	황학	145	101	44	68	95	14	84	27	63	5	5	3	3	161	140	135	118						
<i>Anas platyrhynchos</i> Linnaeus, 1758	왕돌고래	21	39	43	49	38	28	32	45	57	41	19	47	36	10	28	2	6	70	124	124	126		
<i>Anas acuta</i> Linnaeus, 1758	고양비둘기								2	12														
<i>Anas crecca</i> Linnaeus, 1758	쇠오리	32	32		33	32	8	14	17	10	80	70	62	61	68				120	116	79	104		
<i>Anas zonorhynchos</i> Vieillot, 1866	한방배우도끼	58	80	52	55	61	45	79	83	85	73	54	45	56	49	51	2	8	17	9	159	212	191	206
<i>Anser anser</i> (Linnaeus, 1758)	기러기(황학새)				1	1															1	1	1	
<i>Mergus mercator</i> Linnaeus, 1758	비오리	1	7	5			2	2	6	3	5	15	19	17	14	9	14	5	9	15	38	26	28	
<i>Mergus squamatus</i>	호사비오리	1			1															1				
<i>Tachypterus ruficollis</i> (Pallas, 1764)	순방새	7	4	6	5	6	2	5	7	6	5	9	7	20	8	11	5	5	18	21	33	24		
<i>Tachypterus sinensis</i> Linnaeus, 1758	대방새	2	4					2	1	2	3	2	1	3	3	2	2	1	2	3	17	13	7	
<i>Actas maculosa</i>	조개비둘기	1	1		3		4	1	4	2	4	2	2	2	1	1	1	3	1	3	17	3	3	
<i>Erythrta garzetta</i> (Linnaeus, 1764)	쇠목로	2	2	1	2	2	2	2	2	8	6	7	3	4	2	3	13	14	9	2				
<i>Nycticorax nycticorax</i>	해오라기				14		1										14		1					
<i>Falco innunculus</i> Linnaeus, 1758	황조롱이							1	1	1			1											
<i>Fulica arda</i> Linnaeus, 1758	물닭	10	13	5	15	11	6	5	6	6	3	1	2					16	18	8	22			
<i>Motacilla alba</i> fuscus Gloger, 1829	백학새	5	5	4	2	4	2	1		2	1	6	2	7	4	1	1	1	9	12	6	10		
<i>Rissa chinensis</i> Pallas, 1811	한국재갈매기			1	1			2	2	1						1	1	1		1	3	3		
<i>Charadrius placidus</i> J.E.Gray & G.R.Gray, 1863	반목로새	2	1	2																				
<i>Spatula clypeata</i> (Linnaeus, 1758)	넓적부리		1	17	8													7	1	17				
<i>Marca falca</i> (Georgi, 1775)	청머리까치				2						1	2	2	2		2	2	2	2	2	2	2		
<i>Marca streper</i> Linnaeus, 1758)	영락오리	2			2													2						
<i>Platycorcorus carolinensis</i> (Linnaeus, 1758)	민둥머리물떼새	7	11	19	1	10	4	11	3	5	7	4	4	3	5	1	2	2	28	18	27	40		
<i>Phoca piscis</i>	조개비바다표범				2	2		15	45			4	4	1	2	2	3	7	2	2	4	19		
<i>Pica pica</i>	까마귀	20	4	11	12	33		44	39	4	5	5	5	6	6	57	4	66						
<i>Cyanopica cyanus</i>	물까마귀	16			16			6	6									16						
<i>Columba livia</i> ver. Domestica	잡비둘기				2	13		116	65		125	125				90	90	13	331					
<i>Troglodytes troglodytes</i>	금목새	2			2	13										1	1	2				1		
<i>Parus palustris</i>	쇠박새				2	2			2							2								
<i>Phoenicurus aureus</i>	박새	1															1							
<i>Passer montanus</i> (Linnaeus, 1758)	참새		30		30												50	50	30	3	50			
<i>Perisoreus alba</i> (Linnaeus, 1758)	구라새		2				1	1	2	2														
<i>Streptopelia orientalis</i> (atham, 1790)	제비(물)							2	2															
<i>Hyssipetes amaurotis</i> (Temminck, 1830)	지박구리											1	1											
총합 합계		18	13	17	13	12	12	12	15	15	13	13	13	14	7	7	0	0	17	73	24	16	22	15
출현 개체 수		357	340	214	293	301	185	214	260	400	265	210	225	234	205	244	28	47	0	217	73			

■ 부록3. 의정부 중랑천 새로 어울림 안내도(겨울 1구간) 앞면(안)



■ 부록4. 의정부 중랑천 새로 어울림 안내도(겨울 1구간) 뒷면(안)

10

촉각 중심 식물 기반 감각 체험이 스트레스와 생리적 이완 반응에 미치는 영향에 관한 실험 연구

- 뇌파, 스트레스 지수 및 자율신경 반응을 중심으로 한 탐색적 연구

권혜나

오마오, 이사

권지원

오마오, 대표

이수현

별에서온다육, 대표

촉각 중심 식물 기반 감각 체험이 스트레스와 생리적 이완 반응에 미치는 영향에 관한 실험 연구

권해나

오마오, 이사

권지원

오마오, 대표

이수현

별에서온다육, 대표

: 뇌파, 스트레스 지수 및 자율신경 반응을
중심으로 한 탐색적 연구

요약

현대 사회에서 스트레스 완화를 위한 감각 기반 체험에 대한 관심이 증가하고 있으나, 특히 촉각 중심 자연 체험이 실제로 생리적·심리적 변화에 어떤 영향을 미치는지에 대한 실증적 근거는 제한적이다. 이에 본 연구는 촉각 기반 체험 활동이 참여자의 스트레스 수준과 자율신경 반응, 뇌파 변화에 어떠한 영향을 미치는지를 확인하고자 하였다.

분석 결과, 체험 참여 후 스트레스 지수는 사전 평균 43.55에서 사후 평균 35.05로 감소하여 평균 8.50점의 감소가 나타났다. 대응표본 t-test 결과 통계적으로 유의한 차이가 확인되었다($t(19) = -3.97, p < .01$). 부교감 활성 지수 또한 사전 평균 6.23에서 사후 평균 6.64로 증가하였으며, 이 변화 역시 통계적으로 유의하게 나타났다($t(19) = 2.35, p < .05$). 또한 스트레스 변화와 부교감 활성 변화 간 상관 분석 결과 유의한 음의 상관관계가 확인되어($r = -0.63, p < .01$), 스트레스 감소와 생리적 이완 반응이 함께 나타나는 경향이 확인되었다.

뇌파 분석에서는 체험 이후 알파파 검출률이 17.6%에서 76.5%로 증가하는 경향이 나타났다. 기존 알파파 검출자를 대상으로 강도 변화를 비교한 결과 평균 강도가 증가하는 경향이 확인되었으나, 표본 규모가 제한적이어서 통계적 유의성은 확인되지 않았다.

종합적으로 본 연구 결과는 경기북부 식물 자원 기반의 촉각 기반 자연 체험 활동이 참여자의 스트레스 감소와 자율신경계 이완 반응에 긍정적인 영향을 줄 가능성을 시사한다.

다만 본 연구는 표본 규모가 제한적이므로 향후 추가 연구를 통한 검증이 필요하다.

주제어 : 촉각기반 감각체험, 스트레스 완화, 경기북부

I 서론

현대 사회는 디지털 기기 사용의 급증과 도시화된 생활환경의 심화 속에서 높은 수준의 인지적 과부하와 정서적 스트레스에 지속적으로 노출되어 있다. 특히 청년 및 성인 인구는 학업과 직무, 사회적 관계 등 복합적 요구에 의해 만성적 긴장 상태를 경험하는 경우가 많으며 이러한 스트레스는 단순한 심리적 불편을 넘어 자율신경계 불균형, 수면 장애, 집중력 저하 등 생리적 문제로까지 확장되는 경향을 보인다. 이에 따라 스트레스 완화 개입에 대한 필요성은 점차 증대되고 있으며 기존의 인지 중심 접근을 넘어 보다 직접적이고 체화된 개입 방식에 대한 관심이 높아지고 있다.

최근 스트레스 완화 개입은 명상, 운동, 심리상담과 같은 인지적·의식적 조절 중심의 접근에서 벗어나 신체 감각 경험을 활용하는 감각 기반 개입(sensory-based intervention)으로 확장되고 있다. 이러한 접근은 감각 자극이 정서 조절뿐 아니라 자율신경계 반응에 직접적으로 작용한다는 점에서 보다 즉각적이고 비인지적인 경로를 통해 스트레스 완화에 기여할 수 있는 것으로 보고된다(Gee et al., 2017; Khalsa et al., 2018). 특히 촉각 자극은 신체와 직접적으로 연결되는 감각으로서 주의 전환을 유도하고 신체 긴장을 완화하며 자율신경계의 이완 반응을 촉진하는 데 중요한 역할을 한다(McGlone et al., 2014; Morrison, 2016). 이러한 특성은 촉각 기반 개입이 정서 안정과 생리적 회복을 동시에 유도할 수 있는 가능성을 시사한다.

이와 같은 맥락에서 흙과 식물을 매개로 한 촉각 경험은 감각 자극과 자연 환경 요인이 결합된 복합적 개입 형태로 주목될 수 있다. 특히 경기 북부 지역은 전국 유일의 화훼 특구로서 다양한 식물 및 화훼 자원을 보유하고 있어 이러한 자연 기반 감각 체험을 지역 자원과 연계한 자유·체험 콘텐츠로 확장할 수 있는 잠재력이 크다. 그러나 국내 연구에서는 촉각 중심의 흙·식물 체험이 뇌파(EEG), 심박변이도(HRV) 등 생체지표와 통합적으로 분석된 사례가 제한적이며 감각 경험이 실제 생리적 변화로 이어지는지에 대한 실증적 근거는 충분히 축적되지 않은 상태이다.

한편 연구자는 실제 체험 프로그램을 기획·운영하는 과정에서 참여자들이 흙과 식물을 직접 접촉하는 순간 긴장이 완화되고 정서적으로 안정되는 반응을 반복적으로 관찰하였다. 이러한 현장 경험은 감각 기반 체험이 단순한 주관적 만족을 넘어 생리적 수준에서의 변화를 수반하는지에 대한 문제의식을 제기하며 이에 대한 실증적 검증의 필요성을 제기한다.

이에 본 연구는 촉각 기반 흙·식물 감각 체험 프로그램이 심리적·생리적 스트레스 완화에 미치는 영향을 통합적으로 분석하고자 한다. 구체적으로 체험 전·후 스트레스 수준의 변화, 자율신경계 지표(부교감 활성화도 및 HRV)의 변화, 뇌파 중 α 파 활성화도의 변화, 그리고 촉각 인식 및 자연 접촉 인식 변화와 생체지표 간의 관계를 분석함으로써 감각 기반 자연 체험의 효과를 다층적으로 검증하는 데 목적이 있다. 이를 위해 본 연구는 촉각 기반 체험 이후 스트레스 척도 점수의 유의미한 변화 여부, 부교감 신경 활성화도 및 스트레스 지표의 변화, α 파 활성화도의 증가 여부, 그리고 촉각 인식 변화와 생체지표 간의 상관관계를 주요 연구 문제로 설정하고 체험 이후 스트레스 완화 수준의 증가, 부교감 활성화도의 증가, α 파 비율의 증가, 촉각 인식 증가와 생리적 안정 간의 정적 상관을 다음과 같이 연구 가설로 설정하였다.

■ <표 IV-2> 의정부 중랑천 새(鳥)로 어울림 주요 콘텐츠(안)

- 연구가설 1. 체험 후 스트레스 완화 척도 점수는 사전 점수보다 유의하게 높을 것이다.
- 연구가설 2. 체험 후 부교감 활성화도는 사전보다 유의하게 증가할 것이다.
- 연구가설 3. 체험 후 α 파 비율은 사전보다 유의하게 증가할 것이다.
- 연구가설 4. 촉각 인식 증가 수준은 스트레스 감소 및 부교감 활성화 증가와 정적 상관을 보일 것이다.

본 연구는 촉각 기반 자연 체험 프로그램의 효과를 심리 지표와 생체지표를 통합하여 분석함으로써 감각 기반 개입 연구의 확장 가능성을 제시한다는 점에서 학술적 의미를 가진다. 또한 스트레스 완화 효과를 설문 중심의 주관적 평가에 한정하지 않고, 뇌파와 자율신경계 지표를 통해 객관적으로 검증함으로써 실증적 근거를 확보하였다는 점에서 방법론적 의미를 지닌다. 더 나아가 지역의 자연 자원을 활용한 감각 체험 프로그램의 효과를 입증함으로써, 향후 지역 기반 정서 안정 및 치유 프로그램 개발을 위한 실천적 기초 자료를 제공할 수 있다.

그러나 본 연구는 단기 1회기 체험을 대상으로 한 단일집단 사전·사후 비교 설계를 적용하였다는 점에서 몇 가지 한계를 가진다. 무작위 대조군이 포함되지 않아 인과적 해석에 제한이 있으며, 장기적 효과에 대한 검증이 이루어지지 않았다는 점에서 결과의 지속성을 판단하기 어렵다. 또한 연구 대상의 규모와 특성에 따른 대표성 확보에 한계가 존재하여 결과의 일반화에는 신중한 접근이 요구된다. 따라서 향후 연구에서는 대조군 설계, 장기 추적 연구, 연령 및 집단 간 비교 분석 등을 포함한 보다 정교한 연구 설계가 필요하다.

II 이론적 배경 및 선행 연구

스트레스는 개인이 환경적 요구를 자신의 자원으로 충분히 대처할 수 없다고 인식할 때 발생하는 심리·생리적 반응으로 정의되어 왔다(Lazarus & Folkman, 1984). 그러나 최근 연구에서는 스트레스를 단순한 인지적 평가 과정이 아니라, 신체 감각, 정서, 생리 반응이 통합적으로 작용하는 다차원적 반응 체계로 이해하는 경향이 강화되고 있다(McEwen & Akil, 2020; Khalsa et al., 2018). 이러한 관점에서 스트레스 반응은 자율신경계, 내분비계, 면역계 등 다양한 생리적 시스템과 상호작용하는 통합적 조절 과정으로 설명된다. 즉, 스트레스 개념은 인지 중심 모델에서 신체 기반 반응을 포함하는 통합적 개념으로 확장되고 있다. 본 연구에서는 스트레스를 ‘주관적 심리 상태’(설문 점수)와 ‘객관적 생체지표’(스트레스 지수, HRV, 뇌파)로 구분하여 측정하였다.

자율신경계는 외부 자극에 대한 신체의 적응 반응을 조절하는 핵심 생리 시스템으로, 교감신경계와 부교감신경계의 상호작용을 통해 항상성을 유지한다(Thayer & Lane, 2000; Shaffer & Ginsberg, 2017). 일반적으로 교감신경계는 스트레스 상황에서 각성과 긴장을 유도하는 반면, 부교감신경계는 이완과 회복을 담당하며 두 체계는 상호보완적으로 작용한다(McEwen & Akil, 2020).

최근 스트레스 연구에서는 단순한 긴장 상태의 유무보다 자율신경계의 조절 능력과 회복 탄력성이 중요한 지표로 강조되고 있으며, 부교감신경 활성화는 스트레스 완화 및 생리적 안정 상태를 반영하는 주요 지표로 활용된다(Shaffer & Ginsberg, 2017). 부교감 활성화는 심박변이도(Heart Rate Variability, HRV)를 통해 간접적으로 측정할 수 있으며, 특히 RMSSD 및 HF 성분은 부교감 신경 활성화와 밀접한 관련이 있는 것으로 보고된다(Shaffer & Ginsberg, 2017; Laborde et al., 2017). HRV는 심장 박동 간 간격의 변동성을 의미하며, 변동성이 높을수록 자율신경계의 적응성과 회복 능력이 높은 상태로 해석된다(Laborde et al., 2017). 이에 본 연구에서는 체험 전·후 부교감 활성화 지수의 변화를 통해 촉각 기반 체험이 생리적 이완 반응에 미치는 영향을 분석하고자 하였다.

뇌파(EEG)는 대뇌 피질에서 발생하는 전기적 활동을 측정함으로써 인지 및 정서 상태를 파악하는 대표적인 생리적 지표이다(Cohen, 2017). 뇌파는 주파수 대역에 따라 구분되며, 각 대역은 서로 다른 심리·생리 상태와 연관된다(Buzsáki, 2006). 그중 α 파(8–12Hz)는 명상 등 외부 자극에 대한 반응이 감소하고 안정된 각성 상태가 유지될 때 증가하는 것으로 알려져 있으며, 이완 및 주의 안정 상태와 관련이 있다(Klimesch, 2012; Bazanova & Vernon, 2014).

최근 연구에서는 α 파를 감정 조절 및 스트레스 완화와 관련된 생리적 지표로 활용하며, 감각 자극에 따른 뇌 반응 변화를 확인하는 데에도 사용되고 있다(Knyazev, 2013; Park et al., 2010). 본 연구에서는 촉각 기반 체험 전·후 α 파의 검출 여부 및 강도 변화를 분석함으로써 체험 활동이 정서적 안정 및 인지적 이완 상태에 미치는 영향을 확인하고자 하였다.

촉각은 피부를 통해 전달되는 감각으로, 압력, 온도, 질감, 진동 등 다양한 물리적 자극을 포함하며, 신체와 직접적으로 연결된 감각이라는 점에서 정서 및 생리 반응에 중요한 영향을 미칠 수 있다 (McGlone et al., 2014; Morrison, 2016). 특히 촉각 자극은 감정 조절 및 스트레스 반응과 밀접하게 관련되며, 정서적 안정과 사회적 유대 형성에도 기여하는 것으로 보고된다 (Field, 2010; Morrison, 2016). 손을 활용한 촉각 활동은 주의 전환(attentional shift)을 유도하고 반복적이고 리듬감 있는 움직임을 통해 신체 긴장을 완화할 수 있으며, 이는 자율신경계 안정 반응을 촉진하는 기제로 작용할 가능성이 있다 (Khalsa et al., 2018). 본 연구에서의 촉각 기반 감각 체험은 흙과 식물 등 자연 재료를 활용하여 손의 감각에 집중하도록 설계된 활동으로, 감각 몰입을 통해 스트레스 반응의 변화를 유도하는 것을 목표로 한다.

자연 접촉은 식물, 흙, 물 등 자연 요소와의 상호작용을 의미하며, 최근에는 단순한 시각적 노출을 넘어 신체 감각을 포함한 다감각적 경험으로 확장되어 논의되고 있다 (Bratman et al., 2019). 주의회복이론(Attention Restoration Theory)과 스트레스회복이론(Stress Recovery Theory)은 자연 환경이 인지적 피로를 감소시키고 생리적 긴장을 완화하는 데 기여한다고 설명한다 (Kaplan&Kaplan, 1989; Ulrich, 1984). 특히 자연 요소와의 직접적인 촉각 접촉은 감각 몰입을 강화하여 심리적 회복 효과를 증진시킬 수 있는 요인으로 제시되고 있다 (Bratman et al., 2019). 본 연구에서는 자연 접촉을 단순한 환경 노출이 아닌 촉각 중심 감각 경험으로 재구성하고, 이러한 경험이 스트레스 반응에 미치는 영향을 생리적·심리적 지표를 통해 분석하고자 한다.

기존 연구들은 자연 노출이 인지적 피로를 감소시키고 심리적 회복에 긍정적인 영향을 미친다는 점, 촉각 자극이 긴장을 완화하는 데 도움을 준다는 점, 명상이 α 파 증가와 관련이 있다는 점, 그리고 이완 훈련이 부교감 신경계를 활성화한다는 점을 각각 개별적으로 보고해왔다. 그러나 촉각을 기반으로 한 흙 및 식물 체험을 중심으로 심리측도, 심박변이도(HRV), 뇌파를 통합적으로 분석한 연구는 아직 제한적인 상황이다. 이에 본 연구는 촉각 자극과 자연 접촉, 생체지표, 그리고 심리적 변화를 통합적으로 분석함으로써 기존 연구의 공백을 보완하고자 한다.

본 연구는 촉각 기반 자연 체험이 감각적 몰입과 집중을 유도하고, 이를 통해 자율신경계의 변화(심박변이도, HRV)와 뇌파 변화(α 파 증가)를 이끌어내며, 궁극적으로 스트레스 감소로 이어진다는 가설적 기전 모형을 바탕으로 실증 분석을 수행하였다.

III 연구 설계 및 진행

1. 연구 설계

본 연구는 촉각 기반 흙·식물 감각 체험 프로그램이 스트레스 완화 및 자율신경계 활성화에 미치는 영향을 검증하기 위하여 단일집단 사전-사후 비교 설계(one-group pretest-posttest design)를 적용하였다. 참여자는 프로그램 체험 전후에 심리 설문과 생체지표 측정을 각각 실시하였으며, 동일 참여자를 대상으로 한 전후 비교를 통해 개인 내 변화(intra-individual change)를 분석하였다. 이를 통해 개인 간 차이를 통제된 상태에서 체험 전후 변화의 방향성과 크기를 확인하고자 하였다. 또한 시간 경과에 따른 자연적 변동 효과를 보완적으로 검토하기 위해, 일부 생체지표(스트레스 지수, 부교감 활성화)에 대해서는 체험 조건과 동일한 시간 구조 내에서 '자유시간 조건'을 설정하였다. 자유시간 조건에서는 별도의 체험 활동 없이 휴식 또는 일상적 활동을 수행하도록 하였으며, 동일하게 사전-사후 측정을 실시하였다. 두 조건 간 변화량(Δ 값)을 비교함으로써, 단순 시간 경과에 따른 변화와 체험 활동에 따른 변화를 구분하고자 하였다. 즉, 체험 조건에서의 변화가 자유시간 조건 대비 더 크게 나타날 경우, 이는 체험 활동이 추가적인 스트레스 완화 및 생리적 이완 효과를 유도했을 가능성을 시사하는 것으로 해석하였다.

2. 연구 진행

본 연구의 대상자는 총 37명으로, 연구 참여에 자발적으로 동의한 성인을 중심으로 모집하였다. 참여자는 심혈관 질환이나 정신질환 병력이 없는 자로 제한하였으며, 연령대는 20대부터 40대까지로 구성되었다. 구체적으로는 20대가 27명으로 가장 많았고, 30대와 40대는 각각 5명씩 포함되었으며, 성별은 남녀가 혼합된 형태로 구성되었다. 연구는 먼저 참여자에게 연구 목적과 절차를 충분히 설명한 후 동의서를 작성하도록 하는 단계로 시작되었다. 이후 사전 설문 조사를 실시하고, 5분간 안정 상태에서 뇌파(EEG) 및 심박변이도(HRV)를 측정하였다. 다음으로 약 40분 동안 촉각 기반의 흡·식물 체험 프로그램을 진행하였으며, 프로그램 종료 후 다시 5분간 안정 상태에서 동일한 생체지표를 측정하였다. 마지막으로 사후 설문 조사를 실시하였다. 모든 측정은 동일한 공간과 시간대에서 진행하여 환경적 변인을 최대한 통제하였다.

실험은 외부 환경의 영향을 최소화하기 위해 일정한 조건에서 진행되었다. 실내 온도는 22~24℃로 유지하였으며, 소음을 최소화하고 스마트폰 사용을 제한하였다. 생체지표 측정 시 참여자는 편안하게 의자에 앉은 상태를 유지하도록 하여 측정의 일관성을 확보하였다.

본 연구에서는 촉각 기반 흡·식물 감각 체험 프로그램 참여 여부를 독립변수로 설정하였다. 종속변수는 심리적 스트레스 변화(설문 점수), 자율신경계 지표인 심박변이도(HRV)와 부교감 활성화도, 뇌파 α 파 활성화도, 촉각 인식 변화, 그리고 자연 접촉 인식 변화를 측정하였다. 수집된 자료는 기술통계를 통해 평균, 표준편차, 변화량(Δ값)을 산출하여 기초적인 경향을 파악하였다. 이후 가설 검증을 위해 사전·사후 비교에는 대응표본 t-test를 실시하였고, 촉각 인식 변화와 생체지표 간의 관계를 분석하기 위해 Pearson 상관분석을 수행하였다. 또한 효과크기(Cohen's d)를 산출하여 결과의 실질적 의미를 평가하였으며, 모든 통계 분석의 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

연구 참여자는 연구의 목적과 절차에 대해 충분한 설명을 듣고 자발적으로 참여하였으며, 수집된 모든 데이터는 익명으로 처리되어 연구 목적 외에는 사용되지 않았다. 또한 참여자는 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있도록 사전에 안내받았다. 본 연구는 타당도 확보를 위해 동일한 조건에서 사전·사후 측정을 실시하고, 표준화된 생체지표 측정 장비를 사용하였다. 또한 설문 문항의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 일관성(Cronbach's α)을 확인하였으며, 심리적 지표와 생리적 지표를 통합적으로 분석함으로써 연구 결과의 신뢰성과 해석의 타당성을 높이하고자 하였다.

IV

촉각 기반 감각 체험 프로그램 설계

1. 프로그램 설계

본 프로그램은 촉각 자극을 중심으로 한 감각 기반 개입이 스트레스 완화와 자율신경계 안정에 기여할 수 있다는 이론적 배경에 근거하여 설계되었다. 특히 촉각에 대한 집중을 유도함으로써 인지적 과부하를 감소시키고 현재의 감각에 주의를 머물게 하는 것을 핵심 원리로 삼았다. 또한 흡과 식물과 같은 자연 재료를 직접적으로 접촉하도록 구성하여 온도, 습도, 질감, 무게 등 다양한 감각 자극을 경험하게 하고, 이를 통해 다각각적 안정 반응을 유도하고자 하였다. 더불어 반복적이고 리듬감 있는 손의 움직임에 포함시켜 정서적 안정과 자율신경계 조절에 도움을 주도록 설계하였으며, 언어적 과제를 최소화한 비언어적 몰입 환경을 조성함으로써 사고 중심의 활동을 줄이고 감각 경험 자체에 집중할 수 있도록 하였다.

본 프로그램은 촉각 감각 인식을 증진시키고 신체의 긴장을 완화하며, 정서적 안정감을 높이는 것을 주요 목표로 한다. 나아가 부교감 신경의 활성화를 유도하고, 이를 통해 전반적인 스트레스 감소를 달성하고자 한다.

2. 프로그램 구성

본 프로그램은 약 40분 내외로 구성되었으며, 총 4단계의 구조로 설계되었다. 먼저 감각 준비 및 인식 단계에서는 약 5분 동안 손의 감각에 주의를 집중시키며 외부 자극에서 벗어나 현재의 감각으로 초점을 이동시킨다. 이 과정에서 참여자는 안대를 착용하여 시각을 차단하고, 손을 천천히 문지르며 손바닥의 온도를 느끼는 활동을 수행한다.

이후 촉각 탐색 단계에서는 약 10~15분 동안 편백집, 돌, 흙 등 다양한 자연 재료를 직접 만지며 질감, 온도, 습도 등을 인식하고, 이를 천천히 주무르거나 펼치는 과정을 통해 촉각 중심의 감각 몰입을 경험하게 된다.

다음으로 식물 식재 및 돌봄 활동 단계에서는 약 15~20분 동안 작은 화분에 식물을 심고 흙을 손으로 다지며 정리하는 활동을 수행한다. 이 과정에서 식물의 잎을 직접 만지고 이름을 부여하는 경험을 통해 자연과의 정서적 연결감과 안정감을 형성하도록 한다.

마지막으로 마무리 안정화 단계에서는 약 5분 동안 호흡을 안정시키고 눈을 감은 상태에서 손의 감각을 회상하며, 체험 과정에서 형성된 이완 상태를 유지하고 내면화하도록 한다.

■ <표 IV-1> 감각 자극 구성 요소

자극 요소	적용 내용	기대 효과
촉각	나무집, 흙 질감, 식물 잎 접촉	감각 몰입, 긴장 완화
온도	나무, 꽃, 흙의 자연 온도	안정감
압력	손으로 누르기	근육 이완
반복 동작	흙 다지기	리듬 안정 효과

본 프로그램은 촉각에 대한 집중이 뇌파의 α 파 증가와 부교감 신경 활성화의 증가를 유도하고, 그 결과 스트레스 지수가 감소한다는 가전 모델을 기반으로 한다. 즉, 감각 중심의 활동이 뇌파의 안정과 자율신경계 조절을 매개로 하여 심리적 스트레스 완화로 이어질 것으로 가정하였다.

본 프로그램은 기존의 단순한 원에 활동과 달리 촉각 인식에 대한 의도적인 집중을 유도하고, 생체지표를 기반으로 그 효과를 검증한다는 점에서 차별성을 가진다. 또한 감각 경험을 단계적으로 구조화하여 설계하였으며, 인지적·언어적 요소를 최소화한 비언어적 몰입 중심의 구성을 통해 감각 자체에 집중하도록 한다. 이러한 점에서 본 프로그램은 단순 체험 활동을 넘어 감각 기반의 스트레스 완화 개입 프로그램으로서의 특징을 지닌다.

프로그램 운영 시에는 참여자의 알레르기 여부를 사전에 확인하고, 필요에 따라 위생 장갑을 선택적으로 제공한다. 또한 도구 사용을 최소화하여 안전성을 확보하고, 프로그램 전후로 손 세정을 실시하여 위생적인 환경을 유지하도록 한다.

V 측정 도구 및 데이터 수집

본 연구는 촉각 기반 흙·식물 감각 체험 프로그램의 효과를 다각도로 검증하기 위해 심리적도와 생체지표를 병행하여 측정하였다. 측정 도구는 스트레스 척도, 촉각 인식 척도, 흙·식물 경험 척도와 같은 심리적 지표와 함께, 스트레스 지수 및 부교감 활성화 지수, 그리고 뇌파(EEG) α 파를 포함한 생체지표로 구성되었다.

심리적도는 5점 리커트 척도(1점은 '전혀 그렇지 않다', 5점은 '매우 그렇다')를 사용하여 측정하였으며, 총점 범위는 7점에서 35점으로 구성하였다. 먼저 스트레스 척도는 총 7문항으로 이루어져 있으며, 사전 설문에서는 평소의 스트레스 상태를 측정하고 사후 설문에서는 체험 직후의 스트레스 완화 정도를 평가하도록 설계되었다. 촉각 인식 척도는 촉각 감각에 대한 인지 수준과 감각 몰입 경험을 평가하는 데 목적이 있으며, 흙·식물 경험 척도는 자연과의 접촉에 대한 인식과 그에 따른 정서적 반응을 측정하기 위해 구성되었다.

생체지표는 자율신경계 반응과 뇌파 변화를 중심으로 측정하였다. 먼저 스트레스 지수와 부교감 활성 지수는 HRV 분석 프로그램을 통해 산출된 종합 지표를 활용하였으며, 이는 심박 변동 패턴을 기반으로 교감신경과 부교감 신경의 균형 상태를 수치화한 값이다. 일반적으로 스트레스 지수는 값이 높을수록 긴장 상태를 의미하고, 부교감 활성 지수는 값이 높을수록 이완 상태를 의미한다. 해당 지표는 체험 전후 변화량을 중심으로 분석하였으며, 측정은 안정 상태에서 약 2.5분 동안 동일한 자세(의자에 앉은 상태)를 유지한 채 진행되었고, 사전과 사후 모두 동일한 조건을 유지하였다.

한편 뇌파는 휴대용 EEG 장비를 활용하여 측정하였으며, 수집된 데이터는 노이즈 제거 과정을 거친 후 평균값을 산출하였다. 측정은 안정 상태에서 약 1.5분간 이루어졌고, 측정 부위는 이마 왼쪽, 이마 중앙, 그리고 왼쪽 귀 뒤 영역이었다. 분석 지표는 α 파(8~12Hz)의 상대적 비율로 설정하였으며, α 파 비율의 증가는 이완 및 안정 상태를 의미하는 것으로 해석하였다.

데이터 수집은 사전 설문을 실시한 후 HRV와 EEG를 측정하고, 이어서 촉각 기반 체험 프로그램을 진행한 뒤, 다시 HRV와 EEG를 측정하고 사후 설문을 실시하는 순서로 이루어졌다. 모든 측정은 동일한 장소에서 진행되었으며, 측정 전후의 환경 조건을 최대한 동일하게 유지하여 외부 변인의 영향을 최소화하고자 하였다.

수집된 데이터는 통계 프로그램을 활용하여 분석하였다. 먼저 기술통계를 통해 평균과 표준편차를 산출하여 전반적인 경향을 파악하였으며, 사전·사후 변화 비교를 위해 대응표본 t-test를 실시하였다. 또한 심리적 지표와 생리적 지표 간의 관계를 분석하기 위해 Pearson 상관분석을 수행하였고, 결과의 실질적 효과를 평가하기 위해 효과크기(Cohen's d)를 산출하였다. 모든 통계 분석의 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다.

VI 연구 결과 분석

1. 기술통계 결과 분석

가. 스트레스 지수 변화

체험 프로그램 참여 전후 스트레스 지수 분석 결과, 체험 진행 조건에서 스트레스 지수는 체험 전 평균 43.55점에서 체험 후 평균 35.05점으로 감소하여 평균 8.5점의 감소가 나타났다. 개인별 변화를 살펴보면 전체 참여자 20명 중 17명에서 스트레스 지수가 감소하였고, 3명의 참여자는 체험 후 스트레스 지수가 증가하였다. 전체적으로는 체험 참여 이후 스트레스 감소 경향이 나타났다. 이는 단순 시간 경과가 아닌 촉각 기반 체험 활동의 효과 가능성을 시사한다. 동일한 시간 동안 별도의 체험 활동 없이 자유시간을 제공한 조건에서의 스트레스 변화를 분석한 결과, 사전 평균은 44.35점, 사후 평균은 42.5점으로 평균 1.85점 감소하는 것으로 나타났다. 개인별 변화를 살펴보면 스트레스 지수의 감소와 증가가 혼재되어 나타났으며, 체험 조건에서 나타난 것과 같은 일관된 감소 패턴은 확인되지 않았다.

■ <표 VI-1> 스트레스 지수 평균 변화

구분	사전 평균	사후 평균	변화량
체험 진행 조건	43.55	35.05	-8.5
자유 시간 조건	44.35	42.50	-1.85

나. 부교감 활성 지수 변화

체험 진행 조건에서 부교감 활성도의 사전 평균은 6.23이었으며, 체험 이후 평균은 6.64로 증가하여 평균 0.41의 증가가 나타났다. 개인별 변화를 살펴보면 15명에서 부교감 활성도가 증가하는 경향이 나타났으며, 5명에서는 소폭 감소가 나타났다. 그러나 전체적으로는 체험 이후 부교감 활성도가 상승하는 경향이 확인되었다. 부교감 신경은 자율신경계 중 신체의 안정과 회복을 담당하는 기능과 관련되어 있기 때문에, 이러한 결과는 체험 활동이 참여자의 생리적 이완 상태 형성에 긍정적인 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다.

자유시간 조건에서는 부교감 활성도의 사전 평균이 6.36, 사후 평균이 6.26으로 나타나 평균 -0.10의 변화가 나타났다. 개인별 변화 역시 증가와 감소가 혼재되어 나타났으며 일정한 변화 패턴은 확인되지 않았다. 이는 단순 휴식이나 시간 경과만으로는 자율신경계 반응에서 뚜렷한 변화가 나타나지 않았음을 의미한다.

■ <표 VI-2> 부교감 활성 지수 평균 변화

구분	사전 평균	사후 평균	변화량
체험 진행 시	6.23	6.64	+0.41
체험 미진행 시	6.36	6.26	-0.10

다. 뇌파(α 파) 변화

본 연구에서는 촉각 기반 감각 체험 활동이 뇌의 이완 반응에 미치는 영향을 확인하기 위해 알파파(α wave) 검출 여부와 강도 변화를 분석하였다. 알파파는 일반적으로 안정된 각성 상태나 이완 상태에서 증가하는 것으로 알려져 있으며, 본 연구에서는 체험 전후 알파파의 검출 여부와 강도 변화를 중심으로 분석하였다. 분석 대상은 총 17명이었으며, 분석은 '알파파 검출 여부 변화'와 '알파파 강도 평균 변화' 중심으로 진행되었다.

체험 이전에는 17명 중 3명에게서만 알파파가 검출되었으나, 체험 이후에는 13명에게서 알파파가 검출되었다. 이는 검출률 기준으로 약 58.9%p 증가한 결과이다. 이러한 결과는 체험 이후 알파파가 새롭게 검출된 참여자가 다수 발생하였음을 의미하며, 체험 활동이 참여자의 안정 상태 형성에 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다. 자유시간 조건에서도 알파파 검출 인원이 소폭 증가하였으나, 증가 폭은 약 11.8%p로 체험 조건에 비해 상대적으로 제한적인 수준이었다.

■ <표 VI-3> 체험 프로그램 참여 전후 알파파 검출 여부 변화

구분	사전	사후
검출 인원	3 명	13 명
검출률	17.6%	76.5%

■ <표 VI-4> 자유시간 전후 알파파 검출 여부 변화

구분	사전	사후
검출 인원	5 명	7 명
검출률	29.4%	41.2%

알파파 강도 변화는 체험 이전부터 알파파가 검출된 참여자 3명을 대상으로 강도 변화를 비교하였다. 이 집단의 사전 평균은 19.67이었으며, 체험 이후 평균은 27.33으로 나타났다. 이는 평균 7.66의 증가에 해당한다. 이러한 결과는 체험 이전부터 알파파가 나타났던 참여자 집단에서는 체험 이후 알파파 강도가 전반적으로 증가하는 경향이 나타났음을 의미한다.

알파파 강도 변화는 자유 시간 이전부터 알파파가 검출된 참여자 3명을 대상으로 강도 변화를 비교하였다. 이 집단의 사전 평균은 16.33이었으며, 체험 이후 평균은 16.33으로 동일하게 나타났다. 이는 단순 휴식이나 시간 경과만으로는 뇌의 이완 반응에서 뚜렷한 변화가 나타나지 않았음을 의미한다.

■ <표 VI-5> 체험 조건 알파파 강도 평균 변화

참여자	사전	사후
9 번	23	27
11 번	18	35
12 번	18	20

■ <표 VI-6> 자유시간 조건 알파파 강도 평균 변화

참여자	사전	사후
5 번	13	12
12 번	19	20
14 번	17	17

2. 대응표본 t-test 결과 분석

사전·사후 차이를 검증하기 위해 대응표본 t-test를 실시하였다. 먼저 스트레스 지수의 경우, 분석 결과 체험 전후에 유의한 차이가 나타났으며($t(19) = -3.97, p < .01$), 체험 이후 스트레스 지수가 통계적으로 유의하게 감소한 것으로 확인되었다. 사전 평균은 43.55, 사후 평균은 35.05로 나타나 평균적으로 8.50점 감소하였다. 또한 효과크기(Cohen's d)는 0.89로 나타나 비교적 큰 수준의 효과를 보였다.

한편 부교감 활성 지수의 경우에도 체험 전후에 유의한 변화가 확인되었다($t(19) = 2.35, p < .05$). 체험 이후 부교감 활성 지수는 유의하게 증가하였으며, 사전 평균 6.23에서 사후 평균 6.64로 약 0.41 증가한 것으로 나타났다. 효과크기(Cohen's d)는 0.52로 중간 수준의 효과를 보였다.

3. 설문 결과 분석

스트레스 완화 척도의 평균 점수를 분석한 결과, 사전 평균은 24.8점, 사후 평균은 28.9점으로 나타나 체험 이후 전반적인 스트레스 완화 수준이 증가하는 경향이 확인되었다. “몸의 긴장이 줄어들었다”와 같은 이완 관련 문항에서 상대적으로 높은 증가 경향이 나타났다. 이는 체험 활동이 심리적 안정감과 정서적 이완 상태 형성에 긍정적인 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다.

촉각 인식 척도의 평균 점수는 사전 22.6점에서 사후 30.7점으로 크게 증가하였다. “손의 감각에 집중하게 되었다”와 같은 촉각 인식 관련 문항에서 높은 증가 경향이 나타났다. 이는 자연 재료를 직접 만지는 활동이 참여자의 촉각 인식을 활성화시키는 경험으로 작용했을 가능성을 보여준다.

흙식물 경험 척도의 평균 점수는 사전 23.4점에서 사후 31.2점으로 증가하는 경향이 나타났다. “흙과 식물을 만지는 경험이 편안하게 느껴졌다”와 같은 문항에서 높은 응답 증가가 나타났다. 이는 자연 재료를 활용한 체험 활동이 자연 접촉 경험에 대한 긍정적 인식을 강화했을 가능성을 시사한다.

설문 결과를 종합적으로 살펴보면, 세 척도 모두 체험 이후 평균 점수가 증가하는 경향을 보였다. 특히 촉각 인식 척도와 흙식물 경험 척도에서 비교적 큰 폭의 증가가 나타났으며, 이는 촉각 기반 자연 체험 활동이 참여자의 감각 인식과 자연 접촉 경험에 직접적인 영향을 미쳤을 가능성을 보여준다.

■ <표 VI-7> 스트레스 완화 척도

구분	평균	표준편차
사전	24.8	4.6
사후	28.9	3.9

■ <표 VI-8> 촉각 인식 척도

구분	평균	표준편차
사전	22.6	4.8
사후	30.7	3.6

■ <표 VI-8> 촉각 인식 척도

구분	평균	표준편차
사전	23.4	4.3
사후	31.2	3.5

4. 상관 분석

촉각 인식 변화량과 생체지표 변화 간의 관계를 파악하기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 분석 결과, 촉각 인식의 증가와 스트레스 감소 사이에는 유의한 음의 상관관계가 나타났다($r = -.58, p < .05$). 이는 촉각 경험에 대한 인식이 높아질수록 스트레스가 감소하는 경향이 함께 나타날 가능성을 시사한다.

한편 촉각 인식 증가와 부교감 활성 증가 간에는 양의 상관 경향이 관찰되었으나($r = .46$), 통계적으로 유의한 수준에는 도달하지 않았다. 또한 촉각 인식 증가와 α 파 증가 간에도 양의 상관 경향($r = .41$)이 나타났지만, 이 역시 통계적으로 유의하지는 않은 것으로 확인되었다.

반면 스트레스 감소와 부교감 활성 증가 간의 관계에서는 유의한 음의 상관관계가 나타났다($r = -0.63, p < .01$). 이는 스트레스가 크게 감소할수록 부교감 신경의 활성 증가가 함께 나타나는 경향이 있음을 의미하며, 심리적 변화와 생리적 반응 간의 밀접한 연관성을 보여주는 결과이다.

본 연구는 촉각 기반 감각 체험 활동이 참여자의 심리적 스트레스, 생리적 반응, 그리고 주관적 경험에 미치는 영향을 종합적으로 분석하였다. 분석 결과, 체험 이후 스트레스 지수는 평균 8.5점 감소하여 심리적 긴장이 완화되는 경향이 확인되었다. 또한 부교감 활성 지수와 HRV 지표는 유의하게 증가하였으며, 부교감 활성 지수는 평균 0.41 증가하여 자율신경계의 이완 반응이 나타날 가능성이 확인되었다.

더불어 α 파 검출률은 17.6%에서 76.5%로 증가하여 뇌의 안정 상태 형성과 관련된 변화가 관찰되었다. 설문 분석 결과에서도 촉각 경험과 자연 소재 체험이 심리적 안정감과 감각 몰입 경험에 긍정적인 영향을 미쳤다는 응답이 나타났다.

이러한 결과는 촉각 기반 감각 체험 활동이 심리적 스트레스 완화와 생리적 이완 반응 형성에 복합적으로 작용할 가능성을 보여준다. 다만 본 연구는 표본 규모가 제한적이므로, 결과의 일반화에는 신중한 해석이 필요하다.

VII 논의

본 연구는 촉각 기반 흙·식물 감각 체험 활동이 스트레스 반응과 생리적 이완 반응에 미치는 영향을 탐색적으로 검증하고자 하였다. 분석 결과, 체험 이후 스트레스 지수는 통계적으로 유의하게 감소하였으며($t(19) = -3.97, p < .01$), 부교감 활성 지수는 유의하게 증가하였다($t(19) = 2.35, p < .05$). 이는 촉각 기반 체험 활동이 참여자의 심리적 긴장을 완화하고 자율신경계 반응에 변화를 유도했을 가능성을 시사한다. 특히 스트레스 변화와 부교감 활성 변화 간에는 유의한 음의 상관관계가 확인되어($r = -0.63, p < .01$), 스트레스 감소가 클수록 생리적 이완 반응이 함께 나타나는 경향이 관찰되었다. 이는 심리적 스트레스 완화와 생리적 안정 반응이 일정 부분 연동되어 나타날 수 있음을 보여준다. 반면, 촉각 인식 변화와 생체지표 간의 관계를 살펴본 결과, 촉각 인식 증가와 스트레스 감소 간에는 유의한 상관관계가 확인되었으나, 부교감 활성 및 α 파 변화와의 관계는 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 촉각 경험이 주관적 스트레스 감소에는 비교적 직접적으로 작용할 수 있으나, 생리적 반응과의 관계는 보다 복합적인 경로를 통해 나타날 가능성을 시사한다. 또한 뇌파 분석에서는 체험 이후 알파파 검출률이 증가하는 경향이 확인되었으며, 기존 검출자 집단에서는 강도 증가가 관찰되었다. 다만 표본 규모의 제한으로 인해 통계적 유의성 검증에는 한계가 있었다. 종합하면, 본 연구는 촉각 기반 자연 체험 활동이 심리적 스트레스 완화에는 비교적 명확한 효과를 보이며, 생리적 이완 반응 또한 부분적으로 동반될 가능성을 확인하였다. 그러나 촉각 인식과 생리적 지표 간의 직접적 관계는 제한적으로 나타났으며, 이에 대한 보다 정교한 검증은 후속 연구를 통해 이루어질 필요가 있다.

부교감 신경은 신체의 회복 및 안정 기능을 담당한다. 본 연구에서 체험 후 부교감 활성 지수가 유의하게 증가한 결과는 촉각 자극이 이완 반응을 촉진했음을 의미한다. 특히 흙을 만지고 식물을 다루는 반복적 손 활동은 근육 긴장 완화, 호흡 리듬 안정, 주의 초점의 감각 이동 같은 기전을 통해 자율신경계 조절에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 이러한 과정은 교감신경 항진 상태를 완화하고 부교감 우세 상태로 전환시키는 데 기여했을 것으로 해석된다.

α 파 검출률의 유의한 증가는 체험 참여자가 안정된 각성 상태에 도달했음을 시사한다. 본 프로그램은 언어적 과제나 인지적 문제 해결을 요구하지 않고 감각 자극에 집중하도록 설계되었다. 이와 같은 프로그램 구조는 전두엽의 과도한 인지 활동을 감소시키고, 감각 중심의 몰입 상태를 유도했을 가능성이 있다. 즉, 촉각에 대한 집중이 사고의 감소로 이어지고, 이는 다시 α 파 증가와 부교감 신경 활성 증가로 연결되는 일련의 경로가 형성되었을 가능성을 시사한다.

특히 촉각 인식 증가 수준이 스트레스 감소와 유의한 상관관계를 보였다는 점은 본 연구의 중요한 결과로 볼 수 있다. 이는 감각에 대한 주의 집중 정도가 생리적 안정 반응과 밀접하게 연관될 수 있음을 의미한다. 단순히 흙을 만지는 행위 자체보다, 그 감각을 의식적으로 인지하고 집중하는 과정이 자율신경계 조절에 영향을 미쳤을 가능성이 있으며, 이러한 결과는 감각 프로그램에서 '감각 인식의 질'이 중요한 매개 요인이 될 수 있음을 시사한다.

또한 본 연구의 결과는 자연 환경 노출이 스트레스 회복을 촉진한다는 기존 연구, 촉각 자극이 정서적 안정과 생리적 이완 반응을 유도한다는 연구, 그리고 반복적 활동이 α 파 증가와 관련된다는 선행 연구의 경향과 일치하는 것으로 나타났다. 그러나 기존 연구들이 주로 시각적 자연 노출이나 명상 중심의 개입을 다루었던 것과 달리, 본 연구는 촉각 중심의 자연 접촉 활동을 생체지표와 함께 통합적으로 분석했다는 점에서 차별성을 가진다.

본 연구 결과는 몇 가지 중요한 실천적 함의를 제시한다. 우선, 지역의 자연 자원을 활용한 감각 체험 프로그램이 과학적 근거를 기반으로 활용될 수 있는 가능성을 보여준다. 또한 이러한 프로그램은 학교, 지역 커뮤니티, 기업 등 다양한 환경에서 스트레스 관리 프로그램으로 확장될 수 있다. 더 나아가, 본 프로그램은 비언어적 개입 방식으로서 상담을 보완하는 보조 프로그램으로 활용될 수 있으며, 특히 언어적 표현이나 상담 접근이 어려운 청소년이나 고령자와 같은 대상자에게 효과적인 대안이 될 수 있다.

한편 본 연구는 몇 가지 한계를 지닌다. 우선 단일집단 사전·사후 설계를 사용하였기 때문에 인과관계를 명확하게 해석하는 데에는 제한이 있다. 또한 단기적인 1회기 개입 효과만을 분석하였으며, 표본 규모가 비교적 작다는 점에서도 한계가 존재한다. 더불어 장기적인 지속 효과를 검증하지 못했다는 점 역시 제한점으로 볼 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 무작위 대조군 설계를 적용하고, 장기 추적 연구를 수행하며, 다양한 연령 집단을 비교 분석하는 접근이 필요할 것으로 보인다.

VIII

활용 방안 및 확장 가능성

지역의 자연 자원을 활용한 감각 체험 프로그램은 지역 커뮤니티 기반의 치유 프로그램으로 확장될 수 있는 가능성을 지닌다. 예를 들어 지역 농업 체험 프로그램과 연계하거나, 치유농업 프로그램 내에 스트레스 관리 세션으로도 입할 수 있으며, 공공 보건센터의 스트레스 완화 프로그램으로도 활용될 수 있다. 특히 지역 농가와 연계할 경우 경제적·사회적 파급 효과를 동시에 기대할 수 있으며, 이는 단순한 체험 활동을 넘어 지역 기반의 정서 건강 증진 모델로 발전할 수 있음을 시사한다.

기업 차원에서 정신건강 관리의 중요성이 점차 강조되고 있는 가운데, 본 프로그램은 비교적 짧은 시간(약 40~60 분) 내 운영이 가능하고 전문 심리상담 인력이 필수적이지 않으며, 실내 공간에서도 실행할 수 있다는 점에서 기업 적용 가능성이 높다. 또한 비용 대비 효과성이 확보될 수 있어 실용적인 프로그램으로 활용될 수 있다. 이러한 특성으로 인해 워크숍 형태로 운영하거나 사내 힐링 프로그램으로 정례화하는 것도 가능하다. 특히 디지털 환경에 과도하게 노출된 직군의 경우, 감각 기반 활동이 인지적 피로 회복에 긍정적인 영향을 미칠 가능성이 있다.

최근 치유농업과 웰니스 산업은 빠르게 성장하고 있으나, 많은 프로그램이 경험적 효과에 의존하고 있으며 생체 지표를 기반으로 한 과학적 검증은 상대적으로 부족한 상황이다. 본 연구는 생체지표 기반 치유 프로그램의 표준화 가능성을 제시하고, HRV 및 EEG를 활용한 효과 검증 모델 구축의 필요성을 보여준다. 또한 과학적 데이터를 기반으로 한 웰니스 프로그램 브랜딩 가능성을 제시함으로써, 감성 중심의 홍보를 넘어 데이터 기반 치유 프로그램으로 발전할 수 있는 기초 자료를 제공한다.

향후 본 프로그램은 디지털 기술과의 융합을 통해 더욱 확장될 수 있다. 예를 들어 웨어러블 기기와 연계하여 실시간 HRV 피드백을 제공하거나, 감각 기반 프로그램을 안내하는 모바일 가이드 콘텐츠를 개발할 수 있다. 또한 VR·AR 기술과 결합하여 자연 몰입 환경을 구현하는 방식도 가능하다. 특히 생체 신호를 실시간으로 시각화할 경우 참여자의 자기 인식 수준을 높이고, 나이가 자율적인 스트레스 조절 훈련으로 발전할 수 있는 가능성이 있다.

본 연구 결과를 바탕으로 프로그램의 체계화를 위한 다양한 작업이 가능하다. 구체적으로는 표준 운영 매뉴얼을 개발하고, 단계별 진행 가이드라인을 정립하며, 지도자 교육 프로그램을 구축할 수 있다. 이를 통해 프로그램의 재현성과 확산 가능성을 높이고, 다양한 현장에서 일관된 품질로 운영될 수 있도록 할 수 있다.

본 프로그램은 정신건강 증진 정책 및 지역 치유산업 정책과 연계될 경우 정책적 확장 가능성도 지닌다. 지역 기반의 정서 회복 프로그램 모델을 제시할 수 있으며, 치유농업 활성화를 위한 정책적 지원의 근거 자료로 활용될 수 있다. 또한 학교 및 지역사회에서의 정신건강 예방 프로그램 도입을 위한 근거를 제공할 수 있다는 점에서 의미가 있다. 특히 예방적 차원의 정신건강 개입 모델로 활용될 수 있다는 점에서 정책적 가치가 높다고 볼 수 있다.

IX 결론 및 제언

본 연구는 여러 측면에서 중요한 의미를 지닌다. 먼저 기존의 자연 체험 연구들이 주로 주관적 만족도나 정서 변화에 초점을 맞추어 온 것과 달리, 본 연구는 설문과 생체지표를 통합하여 효과를 분석함으로써 심리적 변화와 생리적 반응을 함께 검증하였다. 이는 감각 기반 프로그램의 과학적 근거를 강화했다는 점에서 의미가 있다. 또한 자연 체험 연구의 대부분이 시각적 자연 노출에 집중해 온 것과 달리, 본 연구는 촉각 중심의 자연 접촉 활동에 주목하여 그 효과를 분석함으로써 감각 기반 개입의 새로운 방향성을 제시하였다. 더불어 약 40분 내외의 단회기 프로그램만으로도 통계적으로 유의한 변화가 나타났다는 점은 실제 현장에서의 적용 가능성을 높이는 중요한 결과로 볼 수 있다.

본 연구 결과를 바탕으로 다양한 현장에서의 실천적 적용이 가능하다. 우선 학교 및 지역사회 정서 지원 프로그램에 촉각 기반 자연 체험을 도입할 수 있으며, 기업의 스트레스 관리 프로그램으로도 확장할 수 있다. 또한 치유농업 프로그램에 본 연구의 결과를 반영하여 과학적 표준화와 효과 측정 체계를 구축하는 것이 필요하다. 특히 이러한 접근은 예방적 정신건강 증진 모델로서 활용 가능성이 높다는 점에서 의미가 있다.

본 연구는 정신건강 증진 정책 및 지역 기반 치유 산업 활성화 정책과의 연계를 통해 정책적 확장 가능성도 제시한다. 지역 자연 자원을 활용한 정서 회복 프로그램에 대한 지원을 확대하고, 학교 정서 교육 과정 내에 감각 기반 프로그램을 포함시키는 방안을 고려할 수 있다. 또한 치유농업과 웰니스 산업 전반에 걸쳐 데이터 기반의 효과 검증 체계를 구축함으로써 정책적 신뢰성을 높일 필요가 있다. 이는 지역 자원 활용과 정신건강 증진이라는 두 가지 목표를 동시에 달성할 수 있는 기반이 될 수 있다.

본 연구는 촉각 기반 흙·식물 감각 체험 프로그램이 스트레스 완화와 자율신경계 안정에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 실증적으로 확인하였다. 특히 감각 인식의 증진이 생리적 안정 반응과 연결된다는 점은 감각 중심 개입의 가능성을 확장하는 중요한 발견이라 할 수 있다. 따라서 촉각 기반 자연 체험은 단순한 체험 활동을 넘어, 과학적 근거를 바탕으로 한 정서 안정 개입 프로그램으로 발전할 수 있는 충분한 잠재력을 지닌다고 볼 수 있다.

- Bazanov, O. M., & Vernon, D. (2014). Interpreting EEG alpha activity. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 44, 94–110.
- Berto, R. (2005). Exposure to restorative environments helps restore attentional capacity. *Journal of Environmental Psychology*, 25(3), 249–259.
- Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., et al. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science Advances*, 5(7), eaax0903.
- Buzsáki, G. (2006). *Rhythms of the brain*. Oxford University Press.
- Cahn, B. R., & Polich, J. (2006). Meditation states and traits: EEG findings. *Psychological Bulletin*, 132(2), 180–211.
- Cohen, S. (2007). Psychosocial stress and disease. *JAMA*, 298(14), 1685–1687.
- Detweiler, M. B., Sharma, T., Detweiler, J. G., Murphy, P. F., Lane, S., Carman, J., et al. (2012). What is the evidence to support the use of therapeutic gardens for the elderly? *Psychiatry Investigation*, 9(2), 100–110.
- Field, T. (2010). Touch for socioemotional and physical well-being: A review. *Developmental Review*, 30(4), 367–383.
- Gee, D. G., & Casey, B. J. (2015). The impact of developmental timing for stress. *Current Opinion in Psychology*, 3, 87–92.
- Hertenstein, M. J., Holmes, R., McCullough, M., & Keltner, D. (2009). The communication of emotion via touch. *Emotion*, 9(4), 566–573.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Khalsa, S. S., Adolphs, R., Cameron, O. G., et al. (2018). Interoception and mental health: A roadmap. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 3(6), 501–513.
- Kim, H. G., Cheon, E. J., Bai, D. S., Lee, Y. H., & Koo, B. H. (2018). Stress and heart rate variability: A meta-analysis. *Psychiatry Investigation*, 15(3), 235–245.
- Klimesch, W. (1999). EEG alpha and theta oscillations reflect cognitive and memory performance. *Brain Research Reviews*, 29(2–3), 169–195.
- Klimesch, W. (2012). Alpha-band oscillations and attention. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(12), 606–617.
- Knyazev, G. G. (2013). EEG correlates of self-referential processing. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 37(10), 2333–2345.
- Laborde, S., Mosley, E., & Thayer, J. F. (2017). Heart rate variability and cardiac vagal tone. *Frontiers in Psychology*, 8, 213.
- Lee, J., Park, B. J., Tsunetsugu, Y., Ohira, T., Kagawa, T., & Miyazaki, Y. (2011). Effect of forest bathing on physiological and psychological responses. *Public Health*, 125(2), 93–100.
- Lee, M. S., Lee, J., Park, B. J., & Miyazaki, Y. (2011). Interaction with indoor plants may reduce psychological and physiological stress. *Journal of Physiological Anthropology*, 30(6), 267–271.
- McEwen, B. S., & Akil, H. (2020). Revisiting the stress concept: Implications for affective disorders. *Journal of Neuroscience*, 40(1), 12–21.
- McGlone, F., Wessberg, J., & Olsson, H. (2014). Discriminative and affective touch. *Neuron*, 82(4), 737–755.
- McMahan, E. A., & Estes, D. (2015). The effect of contact with natural environments on positive and negative affect: A meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 10(6), 507–519.
- Morrison, I. (2016). ALE meta-analysis reveals dissociable networks for affective and discriminative aspects of touch. *Human Brain Mapping*, 37(4), 1308–1320.
- Park, B. J., Tsunetsugu, Y., Kasetani, T., Kagawa, T., & Miyazaki, Y. (2010). The physiological effects of Shinrin-yoku. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 15(1), 18–26.

- Shaffer, F., & Ginsberg, J. P. (2017). An overview of heart rate variability metrics and norms. *Frontiers in Public Health*, 5, 258.
- Soga, M., Gaston, K. J., & Yamaura, Y. (2017). Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 5, 92–99.
- Tang, Y. Y., Ma, Y., Wang, J., Fan, Y., Feng, S., Lu, Q., et al. (2007). Short-term meditation training improves attention and self-regulation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 104(43), 17152–17156.
- Thayer, J. F., & Lane, R. D. (2000). A model of neurovisceral integration in emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 61(3), 201–216.
- Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science*, 224(4647), 420–421.
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230.

경기북부 작은연구 연구결과집

발행처 (재)의정부문화재단

발행일 2026년 3월 18일

후 원 문화체육관광부 의정부시

제작/편집 비커밍 콜렉티브

(재)의정부문화재단

11622 경기 의정부시 의정로1 의정부예술의전당

11696 경기 의정부시 평화로525 의정부역 4층 의정부문화역 이음

© 의정부문화재단 본 출판물의 저작권은 (재)의정부문화재단에 있으며,
전체 또는 일부를 사전허락없이 무단으로 사용할 수 없습니다.