

< 10차시: 생애주기에 따른 인간의 성장과 발달 - 성인기, 중·장년기 >

◆ 학습목표

- 성인기와 중·장년기의 발달단계, 발달특징, 발달과업에 대해 이해할 수 있다.
- 성인기와 중·장년기 대상의 사회복지실천 분야를 알 수 있다.
- 성인기와 중·장년기 대상의 사회복지실천 전문가로서의 기본 능력을 갖출 수 있다.
- 성인기와 중·장년기 대상으로 사회복지사가 수행해야 할 역할에 대해 설명 할 수 있다.

1. 성인기(28-35세)

1) 신체적 발달

- 신체적 건강의 정점에 달함. 아동기보다 더 건강하고 질병발생률도 낮음.
- 신체적 건강상태를 유지하기 위해서는 규칙적인 운동과 적절한 영양공급 필요

2) 인지 발달

- 일부 인지능력은 쇠퇴하지만 언어적 이해력이나 귀납적 추론능력 등은 더 발달함.
- 결정성지능(언어적 이해력, 수에 관련된 기술, 귀납적 추론 등 교육과 경험의 축적을 통해 습득되는 능력): 연령증가에 따라 향상
- 인지적 융통성(익숙한 지적운동의 맥락에서 한 사고로부터 다른 사고로 전환하는 능력): 청년기나 그 이후나 큰 변화 없음
- 시각운동적 융통성(시각과 운동능력의 통합에 관련된 능력): 25세경에 최고조에 달하고 그 이후에 점차 쇠퇴
- 시각화(시각적 자료를 조직하고 처리하는 능력): 연령에 따라 향상

3) 심리적 발달

- 주요한 심리적 발달과업은 가족과 그 외의 사람들과 친근한 관계를 형성하는 것
- 친밀감은 자신의 정체성을 잃을지도 모른다는 두려움 없이 타인과 개방적이고 지지적이며 조화로운 관계를 형성하는 능력을 의미. 이러한 친밀감을 형성하기 위해

- 서는 감정이입능력, 자기통제능력, 그리고 타인의 장단점 수용능력을 갖추어야 함
- 남성과 여성의 사회화 과정의 차이로 인하여 성년기 친밀감 형성에 있어서도 성
에 따른 차이를 보임

4) 사회적 발달

① 결혼

- 결혼은 청년기에 친밀감과 성숙한 사회적 관계를 성취하는 데 매우 중요한 요인
- 결혼에의 적응: 결혼 초기의 몇 년간은 상호적응의 과정. 대부분의 사람들은 결혼
이 가져다주는 긴장과 갈등을 예상치 못하기 때문에 결혼 초의 몇 년간은 매우
힘든 기간임.
- 부부의 결혼만족도 또는 상호작용의 질을 결정하는 요인은 사회경제적 지위와 결
혼 생활기간, 남편의 심리사회적 성숙도 그리고 부부간의 의사소통 유형임

② 자녀의 출산과 양육

- 자녀의 출산은 매우 중요한 사건으로 부부의 삶의 방식과 결혼생활을 전반적으로
변화시킴.
- 자녀출산과 양육은 누군가를 보살피고자 하는 인간의 자연스러운 욕구를 충족시
키는 긍정적인 측면을 가짐. 하지만, 자녀출산과 양육은 새로운 적응을 필요로 하
는 급격한 변화를 초래함으로써 부정적인 측면도 가짐. 자녀출산은 새로운 책임의
등장, 이러한 책임의 분담, 일상생활상의 변화 유발 등 부부에게 스트레스를 줄
수 있는 요인이며 또한 자녀양육에 관련된 의견차이, 부모가 된다는 것에 대한 자
신감 결여 등도 결혼생활에 영향을 미쳐 대개의 경우 자녀의 출산은 결혼에 대한
만족도의 저하를 가져옴

③ 직업

- 직업은 생업수단임과 동시에 자아실현의 창구
- 대부분의 문화권에서 청년기는 직업을 선택하는 기간. 이때에는 자신이 선택하고
자 하는 직업이 갖는 중요한 요소들과 자신의 능력이 조화를 이룰 수 있는가를
잘 판단해야 함

5) 성인기 발달과 사회복지실천의 연관성

- 지역주민들을 위한 운동시설을 설치하거나 조기체육활동프로그램을 개발하여 실
시하는 것이 필요
- 성년기 친밀감은 주로 결혼을 통하여 형성되므로 사회복지기관에서는 부부교실을
운영하여 신혼기 결혼생활 적응과 가족생활계획 수립을 지원, 부부 상담을 통하여
부부 갈등의 해결을 지원

- 이혼을 사전에 예방할 수 있는 부부상담프로그램 강화
- 임신부 교실이나 부모역할훈련 프로그램 실시

2. 중·장년기(35-60세)

중·장년기는 경제적·직업적으로 비교적 안정되는 기간이기도 하지만, 새로운 위기가 시작되는 기간임.

1) 신체적 변화

- 아직 에너지가 충분하긴 하지만 신체적 능력과 건강은 감소하기 시작하고, 감각적 능력도 감소(시각이나 청각 등).
- 폐경에 따른 갱년기. 정서적 불안이나 우울을 경험할 수도 있음.
- 남성들의 경우도 생물학적으로 남성호르몬의 감소와 정서적으로 지난 과정에 대한 재평가 등을 거치면서 불안, 우울 등에 빠질 수 있음.

2) 심리적 변화

① 인지적 변화

- 중·장년기에는 인지능력이 감소한다는 견해도 있으나 실제로는 특정 측면의 인지능력만 감소할 뿐 다른 부분은 큰 변화가 없음. 단기적 기억능력은 분명히 감소하나 장기적 기억능력에는 별 변화가 없음.
- 단순암기나 새로운 정보의 처리 등의 능력은 다소 약화되지만 언어적 이해력이나 숫자 처리, 추론적 사고와 같은 결정성 지능은 오히려 증가.

② 심리적 위기

- 에릭슨은 중·장년기를 자신과 타인의 행동방향을 제시하고 미래를 계획하고 타인의 욕구를 예측하는 시기로 규정=> 생산성 대 침체
- 중년기 위기를 경험. 남성들의 경우 이혼과 결혼갈등, 직업전환, 교통사고 등으로 자살을 시도하거나 우울, 불안, 피로, 수면장애 등의 정신장애 경험할 가능성이 높으며, 여성들의 경우 자녀에 대한 염려, 남편과 노부모 걱정, 자아실현의 문제를 더 많이 경험하기 때문에 더 심한 위기감 경험
- 중년 여성들의 경우 빈둥지 시기에 대한 인생의 무의미함을 느끼기도 하고 실제로 빈둥지가 되었을 때 정체성에 다른 의미를 부여하고 자신감, 안정감, 독립심을 나타내기도 함

3) 사회적 변화

① 부부관계

※ 쿠버와 하로프의 중년기의 부부관계 유형

- 습관성 갈등관계: 잔소리와 말다툼을 습관적으로 하는 전형적인 부부
- 약화된 관계: 가장 일반적인 결혼생활의 유형으로 한때 사랑에 빠져 섹스를 즐기고 서로 가까운 일치감을 경험했던 부부들에게서 흔히 볼 수 있음.
- 수동적, 무감동관계: 결혼을 개인적인 관계라기보다는 사회적, 경제적 약속으로 생각, 갈등이 거의 없고 개인적인 만족감도 느끼지 못하고 상대방에게 체념
- 절대적인 관계: 가장 만족스러운 관계로서, 서로의 개인적 관심과 관계를 통해서 결합된 관계, 주체성, 개방성을 지니고 정직한 대화로서 문제를 해결
- 전체적인 관계: 가장 힘든 관계이지만 거의 없는 유형으로 부부는 일심동체가 되어 있고 사적인 경험이나 갈등을 최소화시켜 완전히 하나로 결합

※ 뉴만과 뉴만(Newman and Newman)의 부부관계 유지 조건

- 부부는 각자의 개인적인 성장과 부부로서의 성장에 헌신해야 함.
- 부부는 효과적인 대화체계를 개발해야 함. 직업이나 자녀양육에 몰두하여 부부간의 상호작용 기회가 감소하면 부부는 서로 고립.
- 갈등을 창의적으로 활용해야 한다. 갈등과 의견불일치가 있을 수밖에 없다는 것을 인정하고 이를 해결하기 위한 전략을 개발하는 데 보다 노력해야 함. 갈등의 창의적 활용에서 가장 중요한 것은 부정적 반응에 상승적으로 대응치 않는 것임

② 자녀양육

- 중·장년기 성인에 있어서 자녀는 대개 학령전기로부터 청년기 초기에 이르는 발달 단계를 거치게 됨. 자녀 양육과 관련된 다양한 과제들을 해결하여야만 하는 단계

③ 직업의 관리

- 중·장년기에 있어서 직업은 개인의 발달에 매우 중요한 영향을 미치는 요인임. 중·장년기에 자신의 직업적 경력을 관리하는 것은 개인적인 성취와 사회적 통합에 있어서 가장 중요한 과제임.
- 직업성취도가 최고조에 이를 가능성과 직업적 전환을 해야 하는 가능성이 공존하는 시기이기 때문에 직업으로 인하여 야기되는 긴장이 많은 편임

④ 여가활동

자녀양육기간의 축소, 평균수명의 연장, 조기정년제도의 시행 등으로 인하여 여가 활용의 문제가 매우 중요한 과제로 등장. 여가에 대한 예비사회화가 필요.

4) 중·장년기 발달과 사회복지실천의 연관성

- 신체적 발달: 성인병 예방을 위한 건강교육이나 건강 상담프로그램 실시. 장애를 가진 중·장년기 성인이 있는 가족을 위한 지원. 갱년기 장애로 인하여 나타나는 신체적 변화에 적절히 적응할 수 있도록 원조. 예방을 위한 상담 강화
- 중년기 위기를 극복할 수 있는 지원프로그램 실시
- 안정된 가족생활을 영위할 수 있도록 지원(개인상담 및 가족상담 등). 고용관련 서비스, 직업훈련과 알선사업 실시