

유럽 노년층의 사회적 고립과 외로움: 증거, 정책 및 개입을 중심으로

Social isolation and loneliness among older people in Europe:

Evidence, policies and interventions

(March, 2022)

유럽사회복지정책연구센터

European Centre for Social Welfare Policy and Research

1. 개요(Introduction)

유럽의 노인들은 이전 세대보다 장수하고, 더 건강하며, 더 활동적인 삶을 영위하고 있습니다. 그러나 한편으로는 더 외롭고 고립된 상태에 처해있기도 합니다. 수많은 연구에서 유럽의 노년층 사이에 외로움이 심각하다는 것이 밝혀지고 있습니다. 이에 대해 나이와 함께 악화하는 건강과 그로 인한 이동의 어려움, 은퇴와 같은 생활의 변화, 주위 사람들의 죽음 등이 원인으로 지목되고 있습니다.

유럽 인구의 고령화가 더 진척되면서 노년층의 부양비는 현재 30%에서 2070년에는 50%까지 오를 것으로 예측됩니다. 이에 따라 외로움 문제도 더욱 부각될 것입니다. 이러한 상황에서 사회적 고립감과 외로움에 맞서는 국제적, 그리고 국가적 대응이 점차 주목받고 있습니다.

비록 외로움이 공공 담론과 SNS에서 주목을 받고 있지만, 이 문제를 해결하기 위해서는 더 큰 노력이 요구되며, 보다 정확하게 이해될 필요가 있습니다. 우선 개념들을 분리하여 이해해야 합니다. 외로움과 사회적 고립감은 서로 다른 개념입니다. 외로움은 개인이 지향하는 사회관계와 현 상태 간의 괴리감에서 비롯되는 부정적이고 불쾌한 감정입니다. 따라서 매우 주관적입니다. 그에 반해 사회적 고립은 사회적 상호작용이나 관계가 감소한 객관적 상태를 의미합니다.

코로나19 팬데믹 기간 노년층의 외로움과 사회적 고립이 크게 증가하였습니다. COVID-19의 치명률은 고령과 크게 관계가 있기 때문에 노년층일수록 더욱더 타인과의 접촉을 삼가야 했고, 노년층 특유의 낮은 디지털 리터러시(digital literacy)¹ 때문에 온라인상에서

¹ 디지털 리터러시 또는 디지털 문해력은 디지털 기술과 미디어를 통해 데이터, 콘텐츠를 소비하거나 분석, 관리, 활용할 수 있는 역량을 의미합니다.

의 사회활동도 어려웠습니다.

이 보고서는 문헌 검토를 통해 노년층의 사회적 고립과 외로움에 영향을 끼치는 요소들에 무엇이 있는지 파악하였습니다. 이후 비교분석을 통해 유럽 내 노년층의 외로움과 사회적 고립의 현황을 살펴보았습니다. 이후 외로움과 사회적 고립에 대응하기 위한 갖가지 정책적인 노력을 다루고, 유럽 내의 모범사례들을 선정하였습니다. 마지막으로 보고서는 정책적 시사점을 도출하였습니다.

2. 문헌검토(Literature Review)

2.1 사회적 고립과 연관된 요소들(Factors associated with social isolation)

사회적 고립과 외로움은 개개인에게 각자 다른 영향을 끼치는 복잡한 문제입니다. 또한 그 원인 역시 매우 다양합니다. 그러나 크게는 개인, 공동체, 그리고 사회적 수준으로 구분하여 요소들을 파악할 수 있습니다.

● 개인

- 나이: 나이가 증가할수록 외로움이 증가하는 경향이 있습니다. 75~80세 사이가 고립과 외로움에 가장 취약한 나이였습니다.
- 성별: 여성들이 고립과 외로움에 더 취약했습니다. 주부였던 여성은 과부가 됐을 때 경제적으로 더 큰 타격을 받고, 대부분 남성보다 더 오래 살기 때문에 악화하는 건강에 더 오랫동안 영향을 받기 때문입니다.
- 소수인종이나, 소수 계층일수록 고립과 외로움에 더 취약했습니다.
- 건강: 건강이 안 좋을수록 사회적 고립과 외로움이 증가하는 경향을 보였습니다.
- 사회관계: 동거, 가까운 친구의 존재 등 사회관계의 존재 여부와 그 크기는 고립과 외로움에 매우 큰 영향을 끼칩니다. 그러나 단순한 사회관계망의 크기보다는 사회적 접촉의 빈도수와 그 질이 더 중요합니다.
- 기타: 낮은 교육 수준, 낮은 소득 수준, 자신이 간병인일 경우

● 공동체적 요소

- 치안 수준

- 서비스 및 오락시설 이용 가능 여부
- 교통수단 존재 여부
- 사회적 요소
 - 제도: 복지제도와 연금제도가 사회적 보호의 역할을 수행한다면, 노년층이 사회활동에 참여하기가 용이할 것입니다.
 - 사회인구적 요소: 고령화, 1인 가구의 증가, 도시화, 그리고 이민의 증가가 사회적 고립과 외로움의 증가와 큰 연관을 보였습니다.
- 코로나19 팬데믹: 팬데믹 기간 홀로 사는 사람들, 그리고 요양보호소 같은 시설에서 생활하는 사람들이 더 크게 외로움을 느꼈습니다.

2.2 외로움과 사회적 고립이 노년층에 미치는 영향

사회적 고립과 외로움이 노년층에 미치는 영향은 크게 정신적, 신체적, 그리고 사회적 차원으로 구분하여 볼 수 있습니다.

- 정신적 차원: 우울증, 치매, 두려움, 낮은 자기 효능감, 불안감, 피로감, 비관주의, 취약성 증가
- 신체적 차원: 장애, 만성 질환, 당뇨병, 심혈관계 질환, 비만, 고혈압
- 사회적 차원: 가난, 불평등, 지원 시스템에의 접근성 저하

노후의 건강에 사회관계는 매우 중요합니다. 사회관계는 스트레스를 조절하는 역할을 할 뿐만 아니라 보다 건강한 생활양식을 유지하도록 하는 유인체계로 작용할 수 있습니다. 148개의 연구에 대한 메타분석 결과 사회관계가 약한 사람일수록 조기 사망의 가능성이 높다는 결과가 나왔습니다. 이는 친밀한 사회관계를 유지하는 사람의 생존 가능성이 그렇지 않은 사람보다 두 배나 높다는 결과와 크게 대조됩니다. 또한 고립과 외로움은 고혈압과 심혈관 질환의 가능성을 증가시켜 운동을 아예 하지 않는 것보다 더 건강에 안 좋고, 나아가 비만보다 두 배 이상 해롭다고 합니다.

3. 비교분석 결과(Comparative analysis)

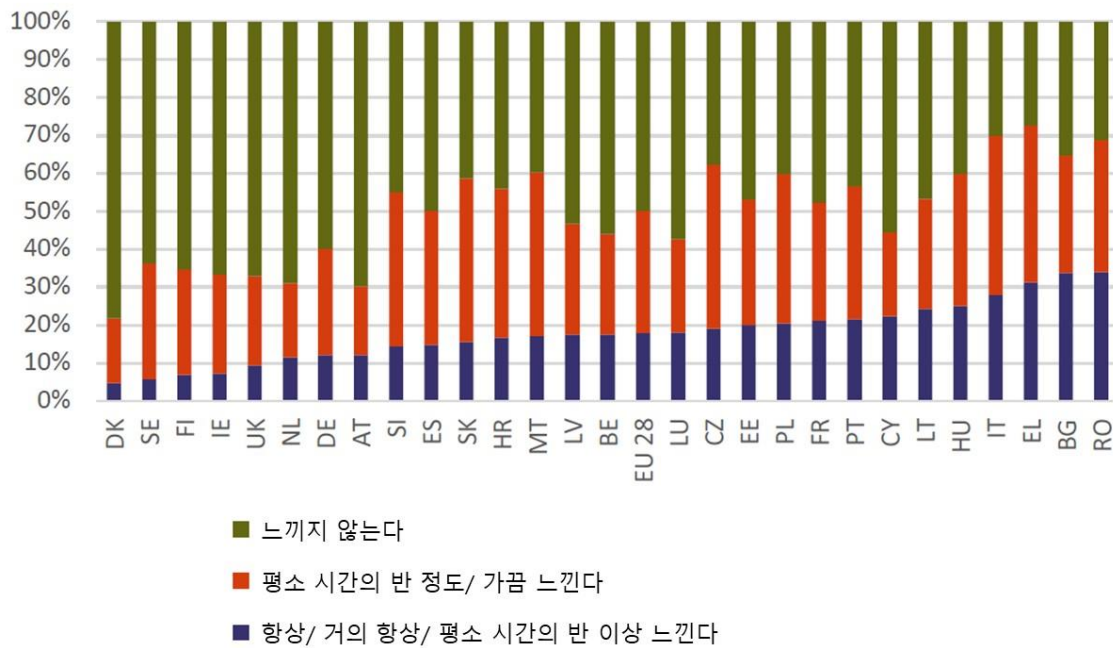
외로움을 느끼는 현상은 유럽 내에서 다양하게 나타났습니다. [그림 1]에 따르면 루마니아, 불가리아, 그리스에서 약 30%의 노년층이 “항상 혹은 거의 매 순간 외롭다”라고 대답했으며, 체코, 에스토니아, 폴란드, 리투아니아, 헝가리, 이탈리아, 키프로스, 포르투갈, 프랑스에서는 20% 이상의 노년층이 그렇다고 답했습니다. 가장 외로움을 느끼는 비율이 적은 국가는 핀란드, 덴마크, 스웨덴과 같은 북유럽 국가들과 아일랜드, 영국이었습니다.

이러한 결과는 이전 연구들과 마찬가지로 남유럽과 동유럽의 노인들이 북유럽과 서유럽에 비해 더 외롭다는 사실을 보여주고 있습니다. 이에 대해서는 첫 번째로 사회적 관습의 차이를 원인으로 지목할 수 있습니다. 남유럽과 동유럽의 경우 전통적인 가족의 가치가 강하기 때문에, 자식들이나 이외 가족들과 관계가 약해지면 더욱 큰 외로움으로 이어질 수 있습니다. 또한 사회적 고립과 외로움은 재정적, 신체적 요인과 강하게 연결되는데, 해당 지역에서는 해당 요인들에 직접적인 지원을 해주는 복지제도가 약하다는 사실 역시 원인으로 지목될 수 있을 것입니다.

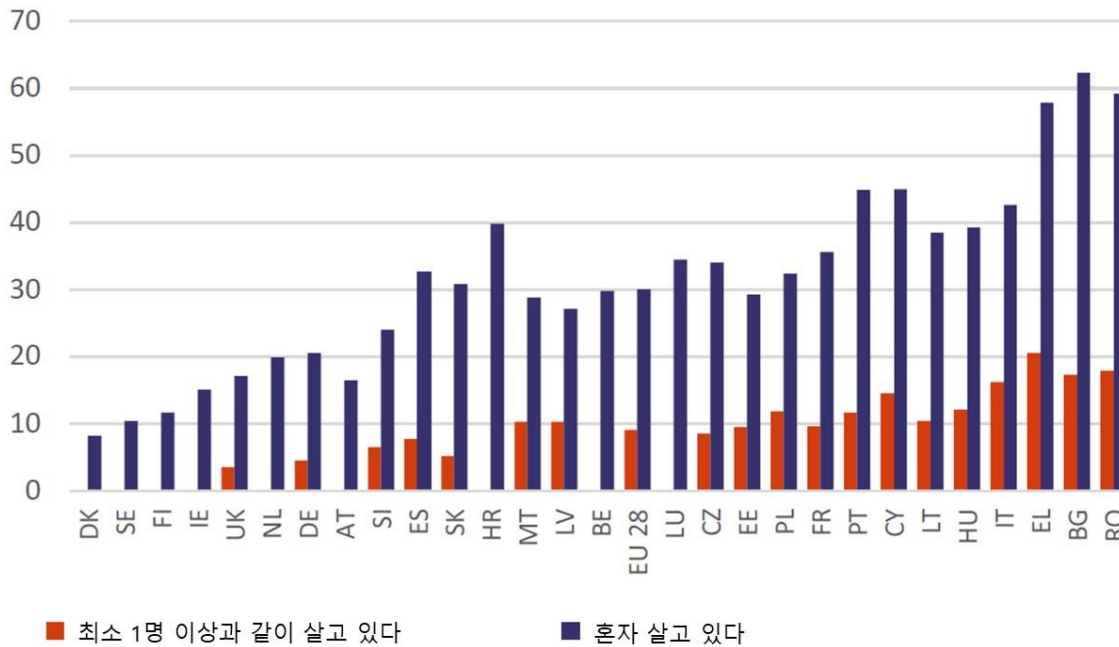
모든 국가에서 남성보다 여성들이 외로움을 느끼는 정도가 더 크다는 결과가 나왔습니다. 특히 외롭다고 느끼는 사람들의 비율이 높은 국가일수록 성별 간 차이가 더 크게 드러났습니다.

또한 [그림 2]와 같이 혼자 사는 사람과 최소한 한 명 이상과 같이 사는 사람을 비교할 경우, 외로움을 느끼는 정도의 차이가 매우 컸습니다. 특히 영국과 같이 외로움을 느끼는 노인의 비율이 적은 곳에서도 혼자 사는 사람과 그렇지 않은 사람의 차이는 다섯배나 차이가 납니다. 대부분의 국가에서 혼자 사는 노인의 비율은 전체 노인 인구의 약 3분의 1 또는 그 이상을 차지하므로 본 결과를 절대 간과해서는 안 됩니다.

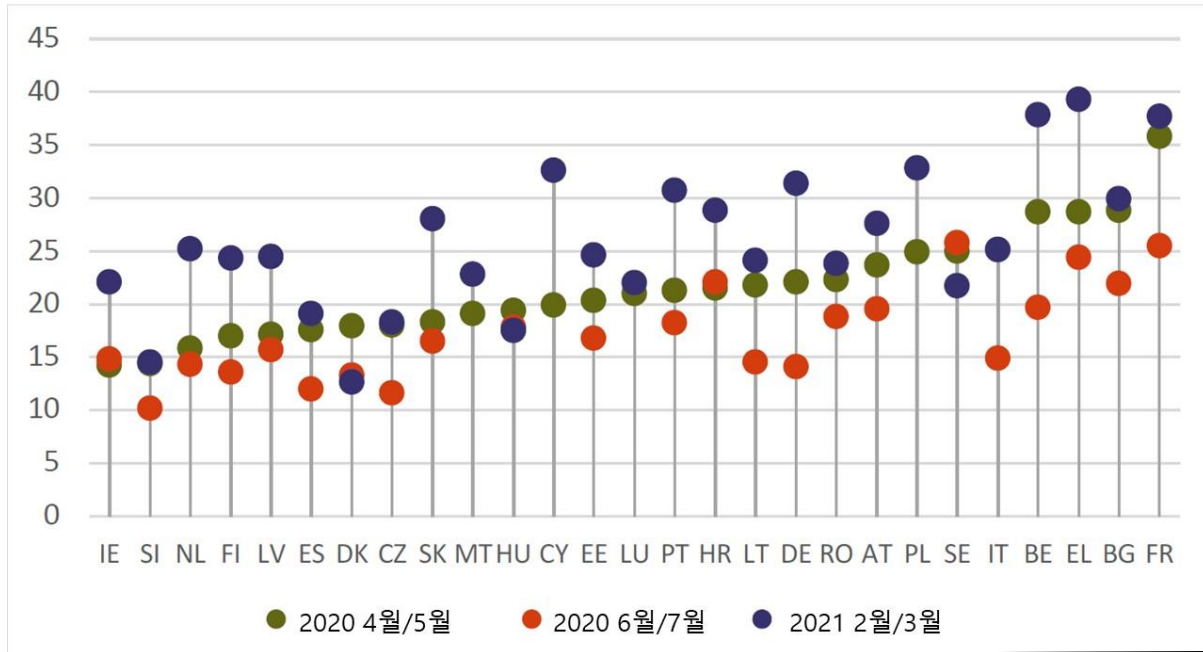
[그림 1] 노년층(65세 이상)에서 외로움을 느끼는 비율(%), 2016년



[그림 2] 노년층(65세 이상)에서 혼자 사는 사람과 최소 한 명 이상과 같이 사는 사람이 외로움을 느끼는 비율(%), 2016년



[그림 3] 50세 이상 인구 중에서 지난 2주 동안 평소 시간의 반 이상 외로움을 느낀 비율(%), 2020~2021년



마지막으로 코로나19 팬데믹이 외로움에 미친 영향을 살펴보겠습니다. 2020년 4월/5월에서 2020년 6월/7월 사이에 봉쇄 조치(lockdown)가 풀리기 시작하면서 외로움이 일반적으로 감소했음을 볼 수 있습니다. 그러나 2021년 2월/3월에는 팬데믹 기간이 지속되면서 이전보다도 외로움을 느낀 사람들의 비율이 증가했음을 볼 수 있습니다.

4. 정책, 방안과 개입(Policies, measures and interventions)

4.1 정부의 정책, 시행 계획 및 개입(Government policies, action plans and interventions)

노년층의 사회적 고립과 외로움은 그 복잡함 때문에 정책적으로 대응하기 매우 어렵습니다. 취약한 노인들을 개별적으로 파악하기도 힘들 뿐만 아니라 정책 대상인 노인들의 건강 상태가 일반적으로 이미 좋지 않기 때문입니다. 정책적인 개입은 크게 일대일, 집단, 공동체 등의 세 가지 수준에서 이루어질 수 있습니다. 이러한 정책적 개입은 사회생활을 더 잘할 수 있도록 도와주거나, 친목 기회들을 부여하는 등의 방법으로 이루어집니다. 이러한 개입들은 여러 요소를 결합하고, 다양한 하위 인구 집단들을 대상으로 이루어지기 때문에 효과가 어떠한 지 정확하게 파악하기 어렵습니다. 그럼에도 불구하고 몇몇 연구에서 긍정적인 효과가 발견되었습니다. 효과적인 정책은 다음과 같은 특징을 가지고 있었습니다.

- 지역적 특성에 맞게 적절하게 디자인됨, 공동체를 중심으로 접근함, 활동적인 프로그램을 포함함, 정책 대상이 잘 정의되었음, 이론적으로 탄탄함

<표 1> 정책 개입의 종류

1:1 수준	집단 수준	공동체 수준
<ul style="list-style-type: none"> ● 정보 서비스 ● 전화 상담 ● 봉사자를 활용한 커뮤니티 방문 서비스 ● 노인의 건강상태 확인을 위한 가정 방문 ● 친구 만들기(방문 혹은 전화를 통해) ● 멘토링 서비스 ● 상담 ● 컴퓨터 교실 ● 전화를 통한 건강상담 	<ul style="list-style-type: none"> ● 보호기관, 점심 모임, 미술 및 공예 교실 ● 소모임 ● 문화 활동 같이 하기 ● 화상회의 ● 더 나은 생활을 위한 상담 세션 ● 친구 및 관계에 대한 교육 프로그램 ● 인지-행동 치료요법 	<ul style="list-style-type: none"> ● 공동체 수준에서의 봉사 활동 프로그램 ● 외로움과 고립의 위험성을 알리는 공동체 교육 캠페인 ● 실버타운 ● 고령-친화 도시 프로그램

4.2 유럽 내 대상 맞춤형 개입 및 모범사례²

- 사례 1: 잘 살기 프로그램(Living-well Programme), 콘월(Cornwall), 영국(UK)

개입: 본 프로그램은 사람을 중심으로, 돌봄 서비스에 과도하게 의존하는 것을 멈추고 자기 삶에 대한 통제를 되찾는 데 초점을 두고 있습니다. 갖가지 서비스와 활동을 통해 개개인이 자신감을 회복하고, 스스로 생활할 수 있도록 도와주고 있습니다.

목표 집단: 두 개 이상의 만성 질환을 앓고 있거나 의존적인 돌봄 서비스를 받는 사람들이 프로그램에서는 전문가와 자원봉사자가 팀을 이루어 상담을 통해 개개인에게 지원 프로그램을 제공합니다. 프로그램은 다양한 활동과 서비스로 구성되어 있으며, 개인의 건강뿐만 아니라 사회관계까지 개선하는 데 목적을 두고 있습니다. 프로그램의 원칙은 개별 대상자들을 정확하게 파악하고 그에 맞는 서비스를 제공하는 것입니다. 잘 살기 프로그램의 결과로 대상자의 응급실 이용 비율이 34% 감소하였고, 전체적인 입원 비율은 32% 감소하였습니다. 또한 수혜자의 약 20%가 도움이 되었다고 응답하였으며, 직접 프로그램에 봉사자로 참여하겠다고 응답하였습니다. 마지막으로 프로그램 참여자 중 약 87%의 의

² Targeted interventions and good practices from across Europe

료 종사자들이 자신들의 활동이 '긍정적인 영향을 만들어 나가고 있다'라고 답하였습니다.

- 사례 2: 이웃을 위한 시간은행(Organized support in the neighbourhood with time-banking), 스위스(Switzerland)

개입 방법: 스위스의 단체 KISS는 시간 은행제를 전국적으로 도입하여 친구를 사귀고, 집 안일을 도와주고, 여가를 같이 즐길 수 있도록 도와주고 있습니다.

목표집단: 거주 지역에서 봉사를 원하는 사람들, 외로움을 느끼는 사람들 등

자신이 봉사한 시간만큼 다른 사람들에게도 도움을 받을 수 있는 시간은행은 고령화로 인한 개인적, 사회적 문제들을 저비용으로 해결하기 위한 시민 활동입니다. 지역마다 사무소가 존재하고, 사무소를 중심으로 봉사활동이 이루어집니다. 현재 10곳의 지역에서 시행되고 있습니다. 구성원 중 약 50%는 시간을 제공하는 인원들이며 연평균 약 1,500 시간을 다른 이들에게 제공하고 있습니다.

- 사례 3: 모나리자 프로그램(MONALISA National Programme), 프랑스(France)

개입 방법: 일대일 지원, 집단 개입, 공동체 참여 프로그램

목표집단: 외롭고 고립된 노년층

본 정부 프로그램은 자원봉사자들, 가족 구성원, 그리고 전문가들을 중심으로 노년층의 사회적 고립을 덜기 위해 2013년에 시작되었습니다. 개인적인 친목 도모 혹은 소집단 수준의 친목을 도모하고 있습니다. 참여하는 이들에게 사회관계를 쌓을 수 있도록 정기적인 기회들을 부여하고 있으며, 시민들이 모여 팀을 만들어 고립된 노년층을 대상으로 서비스를 제공합니다. 서비스로는 병원 및 슈퍼마켓 동행, 행정문서 처리 지원, 개개인 모니터링 등이 포함됩니다. 팀들은 서로 네트워킹을 통해 경험을 공유하고, 더 나은 방법들을 모색합니다. 2019년 3월 287개의 시민 팀이 등록되었으며, 63개의 지역 파트너들과 474개 단체들이 이 프로그램에 활발하게 참여하고 있습니다.

- 사례 4: 친구 되기 네트워크(Befriending Network), 아일랜드(Ireland)

개입 방법: 친구 되어주기와 지원 서비스 제공

목표집단: 공동체 거주 노년층

친구 되기 서비스는 사회적으로 고립되고 외롭다고 느끼는 노년층을 대상으로 매주 자원 봉사자들의 방문과 전화로 친목을 도모하고, 노인들을 위한 실용적인 서비스(건강, 경제 문제, 돌봄, 가사 등)를 제공하는 프로그램입니다. 2015년에 시행된 외부 평가에 따르면

본 프로그램을 통해 많은 노인의 외로움이 감소하였다고 합니다

- 사례 5: 오두막의 사나이들(Men in Sheds), 아일랜드(Ireland), 영국(UK), 스웨덴(Sweden), 스페인(Spain), 네덜란드(Netherlands)

개입 방법: 공동체 이니셔티브

목표집단: 공동체 거주 남성 노년층

일반적인 사회 활동 프로그램에 남성 노인이 여성 노인보다 덜 참여한다는 증거에 따라 오두막의 사나이들은 노년 남성들이 사회적으로 활발하게 활동할 수 있도록 돕는 프로그램입니다. 호주에서는 70년대부터 있었으나, 유럽에서는 2011년에 아일랜드에서 처음으로 도입되었습니다. 이후 이러한 활동은 영국, 네덜란드, 스웨덴, 그리고 최근 스페인까지 확장되었습니다. 외로움의 감소를 직접적인 목표로 삼고 있는 이니셔티브는 아니지만, 오두막의 사나이들은 남성들의 건강을 관리하고 공동체 내에서 끈끈한 관계를 만들어 나가는 데 집중하고 있습니다. 구성원들은 오두막에서 목공, 공예 및 각기 다른 활동 등을 통해 삶의 활력을 되찾고 사회관계를 쌓아가고 있습니다.

- 사례 6: 사회적 고립을 예방하고 극복하기 위한 보조 기술들, 프랑스(France), 노르웨이(Norway), 그리스(Greece)

개입 방법: 모바일 애플리케이션, 전자 기기

목표집단: 일반 노년층, 외롭거나 사회적 고립상태에 있는 이들

- SnapMiam(프랑스): 노인들이 앱을 통해 식사를 원하는 학생들에게 적당한 가격에 식사를 판매합니다. 식사를 구입한 학생과 노인은 후에 만나서 같이 식사합니다.
- Yvelines Etudiants Seniors(프랑스): 앱을 통해 지역사회 위원회에 고용된 젊은이들과 노인들을 서로 연결해주어 같이 대화하고 지원 서비스를 제공할 수 있도록 해줍니다. 연마다 100,000 차례의 방문이 이루어지고 있으며 1,700명의 학생이 참여하고 있습니다.
- iConnect(그리스): 앱을 통해 몇 개의 선택된 학교 학생들과 치매를 앓고 있는 노인들을 연결해줍니다. 시, 연극, 음악 등의 문화 활동을 통해 노인들이 장기기억 능력을 회복할 수 있도록 도와줍니다.
- Papot'âge(프랑스): 휴대 장치를 통해 쉬운 방법으로 노인과 전문가, 자원봉사자, 지역사회 주민 및 다른 노인들을 연결해줍니다.

- KOMP(노르웨이): 한 개의 버튼으로 조작할 수 있는 단순한 장치를 통해 노인이 가족이나 친구에게 연락할 수 있도록 도와줍니다.

- 사례 7: 코로나19 팬데믹 기간의 여러 프로그램들, 여러 국가들

개입: 다양함

목표집단: 팬데믹 봉쇄 조치 기간 외롭거나 사회적 고립상태에 놓인 사람들

- 노년층을 위한 상담 전화 서비스: 봉쇄 조치 기간 노인들과 통화를 하거나, 상담, 필요 물자 등을 제공합니다. 키프로스의 경우 노인과 장애인을 대상으로 상담 전화 서비스를 제공하여 식량과 약 등을 지원하기도 하였습니다. 스페인은 약국마다 알람 시스템을 구비하여 응급 상황 지원 조치를 구축하기도 하였습니다.
- 사회관계 지원 서비스: 폴란드는 노인들이 전화를 걸어 자신들의 생각을 얘기하거나 서로 의사소통을 할 수 있는 라디오 프로그램을 제작하였습니다. 영국은 팬데믹 기간 집에서 최대한 즐겁게 지내기 위해 노인들이 자신들만의 방법을 공유하는 영상 시리즈를 제작하기도 했습니다.

5. 결론과 정책적 시사점(Conclusions and policy recommendations)

본 연구는 고령화 현상 속에서 대두되는 정책적 사안에 대해 다루고 있습니다. 특히 사회적 고립과 외로움이 퍼지고 있는 상황에서 생길 수 있는 사회적 문제들에 대한 대응을 다루고 있습니다. 외로움은 개인이 지향하는 사회관계와 실제 간의 괴리감에서 비롯되는 주관적인 인식(subjective perception)이고, 사회적 고립은 사회적 상호작용이나 지원의 객관적인 척도(objective measure)이므로 분리해서 봐야 합니다. 그러나 이 두 가지 개념은 서로 연관되어 있으며, 정책적으로도 점차 더 시의성을 얻고 있습니다. 이는 외로움과 사회적 고립감이 가지는 개인적, 그리고 사회적인 효과가 좋지 못한 건강, 취약성 증가, 사회적 소외(exclusion from public life) 등의 측면에서 부정적으로 작용하기 때문입니다. 예컨대, 약한 사회관계망이 비만으로 인한 건강 위험의 두 배, 그리고 흡연에 의한 건강 위험과 견줄 만큼 건강에 악영향을 끼친다는 것을 고려할 때, 사회적 고립의 사례가 늘어나는 것은 분명 주의해야 할 부분입니다.

사회 구성원이 얼마나 소외됐는지 그 정도를 측정하거나, 개별 국가에서의 정도를 비교하는 등의 작업은 그 자체로도 이미 굉장히 어려운 일이지만, 그보다 어려운 것은 주로 설문조사를 통해 측정된 외로움의 수준을 정확하게 파악하는 것입니다. 외로움을 겪는

집단을 파악하고 접촉하는 것 자체가 어려우며, 외로움이라는 감정에 영향을 줄 수 있는 요소들도 매우 다양하고, 이에 대해 소통하려는 경향도 다양합니다. 외로움이나 사회적 고립에 대한 인식에 영향을 주는 변수는 개인적인 수준일 수 있으나, 공동체, 사회, 혹은 환경의 다양한 영향에서 비롯되기도 합니다. 더욱이, 외로움은 사회와 사회인구학적 특성 및 건강과 같은 변수와 상호작용합니다.

현재의 연구와 조사는 다양한 데이터를 통해 유럽 전역에서 외로움이 만연함을 보여주고 있습니다. 이러한 외로움은 증가세에 있으며, 동유럽과 지중해 국가들에서 일관되게 높은 수치를 보이고 있습니다. 여성 노인이 남성 노인보다 더 높은 수준의 외로움을 겪고 있다고 응답했으며, 혼자 사는 노인이 한 명 이상과 동거하는 노인보다 잦은 외로움에 영향을 받을 확률이 크다고 합니다. 그러나 외로움과 사회적 고립이 항상 중복되지는 않습니다. 친구와 만나는 횟수로 사회적 고립을 측정할 때, 그 양보다는 질을 고려하는 것도 중요합니다.

외로움과 사회적 고립에 영향을 주는 요소들의 복잡성은 종종 인생 과정에서의 경험과 사건에서 기인합니다. 어떠한 때는 만년에 겪은 단 하나 혹은 최근의 사건이 외로움이나 사회적 고립에 영향을 줍니다. 이러한 요소들의 복잡성은 외로움과 사회적 고립을 해결하려고 조치를 계획하고 실행할 때, 문제의 근원, 원인, 그로 인한 영향을 다루기 위한 정책들을 어렵게 합니다.

유럽에서의 학술 연구와 모범 사례는 상향식과 하향식 전략들 모두 개발되어 왔음을 보여주고 있습니다. 이는 관할 구역에 전체적으로 도입되는 여러 사업으로 이루어진 복잡한 개입부터 공동체 내 특정 대상의 참여를 높이려는 지역 수준의 소규모 이니셔티브(initiative)까지 다양합니다. 프랑스, 영국, 네덜란드와 같은 국가에서는 외로움을 해결하기 위한 대응안이 전국적으로 실행되고 있습니다. 반면에 다른 국가에서는 비공식 돌봄 제공자 대상의 정책, 세대 간 교류에 초점을 맞춘 프로그램, '활동적 고령화(Active Ageing),' '치매 계획(Dementia strategies)' 등의 국가 전략(national strategies)을 통해 관련된 이슈를 부분적으로 다루었습니다. 지방과 지역 수준에서는 상향식 계획이 다수 시행되고 있으며, 이에 대한 사례로 이웃 공동체에서 친구 관계를 맺기, 시민참여, 새로운 방식의 봉사활동 등이 있습니다. 일부 사례에서는 이니셔티브(initiative)를 지원하기 위해 새로운 정보 커뮤니케이션 기술(information and communication technologies)이 고안되었습니다. 하지만 이러한 이니셔티브의 공통점은 개인 혹은 단체(공공과 사적부문 모두)가 앞장서서 책임과 리더십을 확립하고 있다는 것입니다.

사회적 고립과 외로움에 영향을 끼치는 요소들의 복잡성 때문에 사회와 문화적 맥락에서

긍정적으로 작용하는 다양한 변수 및 메커니즘에 대한 명확한 근거를 제시할 연구가 부족합니다. 이에 대한 인식과 관련 서비스는 일반적으로 부족하지만, 모든 수준에서 사회 자본(social capital)과 사회적 통합(social cohesion)을 위한 추진안을 촉진하는 것은 중요합니다. 이러한 추진안이 삶 전체에 영향을 줄 수 있게 된다면 더욱 이상적일 것입니다. 외로움과 사회적 고립감의 해결을 위한 만능 해결책은 없으나, 다음의 다양한 접근법들이 각각의 지역 환경에서 도입되고 조정되어야 합니다.

- 외로움과 사회적 고립감에 대한 대중적 인식 제고 개선을 위해 국가적 혹은 지역적 수준의 정책을 통해 이러한 상황에서 일어날 수 있는 부정적인 영향 및 사회적 해악에 대한 정보를 더욱 확산시킬 필요가 있습니다.
- 전통적인 가족관계를 넘는 여러 사회관계를 개발하기 위해서는 사회적 교류를 형성할 기회, 상향식 이니셔티브를 위한 지원 메커니즘 및 다양한 대상을 찾아낼 수 있는 공식·비공식적 서비스가 지역 수준의 정책에서 제공되어야 합니다. 이는 자금뿐만 아니라 문화, 여가, 보건, 사회복지 분야에서 공공의 공간과 훈련된 직원을 갖추어야 함을 말합니다.
- 대상 그룹의 외로움과 사회적 고립 문제를 해결하기 위해서는 국가적, 지역적 수준의 기존 전략 정책에 대상 그룹에 대한 맞춤형 활동(targeted activities)이 통합되어야 합니다. 예를 들어, 기존의 도시 혹은 지방 개발 사업이나 보건 및 사회적 돌봄 정책, '활동적이고 건강한 나이듦(Active and Healthy Ageing)'뿐만 아니라 인프라, 기술, 주거 및 문화정책 등에서 이를 반영할 필요가 있습니다.
- 더 적극적으로 외로움과 사회적 고립에 대응하기 위해서는 인생 과정 전체 및 적절한 사회보장제도에 대한 개입이 보장되어야 합니다.
- 외로움과 사회적 고립에 대한 지식 개선을 위해서는 대상 집단이 참여하는 연구, 평가 연구, 정책 시행 연구가 촉진되도록 국가 정책이 추진되어야 할 것입니다.

* 아셈노인인권정책센터는 아셈 지역과 국제사회의 고령화와 노인인권 관련 자료를 정기적으로 모니터링하고 주요 자료를 요약 및 번역하여 공유하고 있습니다. 자료의 내용에 대한 책임은 각 기관에 있음을 참고하여 주시기 바라며, 번역에 대한 의견이 있으시면 담당자(nykptl@asemgac.org)에게 연락해주시기 바랍니다