

노인의 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향

Effects of the Leisure Activity and Social Support of the Elderly on Their Psychological Well-Being

이갑숙, 임왕규
호서대학교 벤처전문대학원

Gab-Suk Lee(jinsil64@hanmail.net), Wang-Kyu Lim(wklim@hoseo.edu)

요약

본 연구는 노인의 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절역할을 탐구하는데 그 목적이 있었다. 본 연구를 위해 서울 소재 노인종합복지관, 노인대학 및 노인문화센터 10곳의 여가활동프로그램에 참여하는 347명의 노인들로부터 자료를 수집하였다. 자료수집도구로는 구조화된 질문지를 사용하였으며, 가설검증을 위한 주된 분석방법으로는 단계적 회귀분석방법을 사용하였다. 연구결과 생산적 여가활동은 심리적 복지감의 긍정적 차원인 생활만족도의 증진과 부정적 차원인 고독감의 감소에 중요한 영향을 미쳤으나, 소비적 여가활동은 생활만족도의 증진에만 상대적으로 작은 영향을 미쳤다. 둘째로, 생활만족도 증진에는 배우자지지가 가장 중요한 영향을 미치고 그 다음으로 자녀지지, 친구지지의 순으로 나타난 반면에, 고독감 감소에는 친구지지가 가장 중요한 영향을 미치고 그 다음이 배우자지지가었으며, 자녀지지는 유의미한 영향을 미치지 않았다. 마지막으로, 사회적 지지의 세 유형 중에서 배우자지지와 친구지지의 두 유형이 생산적 여가활동과 생활만족도 간의 관계를 조절하며, 생산적 여가활동과 고독감 간의 관계에 대해서는 친구지지만 조절역할을 수행하는 것으로 나타났다. 본 연구결과가 갖는 이론적·실천적 함의를 논의하였으며, 향후연구방향을 제시하였다.

■ 중심어 : | 노인 | 심리적 복지감 | 여가활동 | 사회적 지지 | 조절역할 |

Abstract

The Purpose of this study was to investigate the effects of the leisure activity and social support of the elderly people on their psychological well-being and the moderating role of social support. For this study, data were collected from 347 old people participating in the leisure activity programs operated by 10 facilities for the aged in Seoul, using structured questionnaires. Hierarchical regression analysis technique was used as a main data analysis method for hypothesis test. This study found that productive leisure activity had a beneficial effect on psychological well-being of the elderly measured in terms of life satisfaction and loneliness, whereas consumptive leisure activity had a positive effect only on life satisfaction; that, with regard to social support, spouse support had the most important effect on life satisfaction, followed by friend support and children support, whereas friend support had the most important effect on loneliness, followed by spouse support; and that the relationship between productive leisure activity and life satisfaction was moderated by spouse support and friend support, whereas the relationship between productive leisure activity and loneliness was moderated by friend support.

■ keyword : | Elderly | Psychological Well-Being | Leisure Activity | Social Support | Moderating Role |

I. 서론

오늘날 현대 과학문명과 의료기술의 발달로 인간의 기대수명이 획기적으로 연장되었다. 우리나라 사람의 평균기대수명은 1970년대 62.1세에서 2010년에 79.4세로 증가하게 되었는데, 이는 1970년대 기준으로 할 때 18년을 더 살게 되었다는 것이다[1]. 이러한 결과는 우리의 생애주기에서 노년기가 차지하는 비중이 점점 길어지고 있다는 것을 의미한다. 더구나 우리나라의 은퇴연령이 점차 앞당겨지면서 55세 이후부터 사회적 의미[2]에서 노인이 되어 노년기가 더욱 늘어나게 되었다.

통계청[3]자료에 의하면, 우리나라의 65세 이상 노인 인구가 1970년대 3.1%, 1990년대 5.1%, 2000년대 7.2%, 2011년도 11.3%로 고령사회의 진입이 빠르게 진행되고 있다. 이와 같은 급속한 고령화로 인해 개인의 차원에서는 경제적 빈곤, 보건·의료문제, 노인의 무위·무료, 사회적 소외 등과 같은 다양한 노인 문제들이 심각해지고 있을 뿐만 아니라, 노인 인구비율의 증가로 인한 노인부양 및 보호문제, 경제활동인구의 감소로 인한 사회와 경제의 활력 저하, 의료 및 연금을 비롯한 사회보장비용 증대 등[4]과 같은 사회적 문제들이 나타나고 있다.

이처럼 고령화 문제는 한 개인의 수준에서 벗어나 사회적 차원의 문제로 대두되고 있으며, 특히 증가된 고령인구는 노인에게 있어서 삶의 연장으로 인한 노인세대의 행복에 대한 재해석 및 노년기의 “심리적 복지감(Psychological well-being)” 문제를 제기하고 있다[4][5]. 즉, 늘어난 노년기에 있어서 성공적 노후를 위한 심리적 복지감 문제가 중요한 사회적 화두로 대두하고 있으며[6], 노년기에 나타나는 신체적, 정신적, 사회적 능력의 쇠퇴로 인하여 필연적으로 나타날 수밖에 없는 현대사회의 노인문제의 한 해법으로서 심리적 복지감에 대한 관심은 더욱 증가하고 있다[6][7]. 이러한 관심의 증가에도 불구하고 기존에 노인과 관련된 선행연구들을 보면, 노인에 대한 부정적인 시각에서 노인들의 건강, 경제, 소외, 가족 간의 문제 등에 치중되어 왔다[8]. 본 연구는 시대적 변화의 추이에 맞추어 긍정적인 시각에서 노인의 심리적 복지감에 초점을 맞추고자 한다.

앞으로는 노인들의 교육과 생활수준이 현재보다 더

높아질 것이고 그들의 삶의 목표와 방식도 많이 달라질 것이며, 기본적인 생존을 넘어 자신들의 삶의 즐겁고 보람 있게 보낼 수 있는 여가활동과 성공적 노후를 위한 관련 서비스 제공에 노인들의 관심과 요구가 점점 확대될 것으로 보인다. 이에 덧붙여, 여유시간이 많은 노인들에게 있어 타인과의 지속적인 상호작용과 유대관계의 유지, 즉 사회적 지지도 노인들의 성공적인 노후생활과 심리적 복지감의 증진에 더욱 중요해질 것이다. 다시 말해서, 노인들의 여가활동과 사회적 지지는 노년기의 심리적 복지감의 증진에 매우 중요한 역할을 수행할 것으로 예상된다.

이러한 맥락에서 본 연구는 대다수의 노인관련 선행 연구들과 달리 긍정적인 시각에서 노년기의 심리적 복지감에 초점을 맞추고자 하며, 노인들의 여가활동과 사회적 지지가 노년기의 심리적 복지감에 미치는 영향을 탐구하고자 한다. 한편 사회적 지지 관련 문헌[9-11]에 따르면, 사회적 지지는 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계를 조절하는 역할을 수행한다고 주장하고 있다. 즉, 사회적 지지가 높을수록 심리적 복지감에 대한 여가활동의 긍정적 영향이 더욱 커진다고 보고 있다. 따라서 본 연구에서는 사회적 지지가 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계에서 조절 역할을 수행하는지의 여부도 함께 실증적으로 탐구하고자 한다.

본 연구를 통하여 노인들의 여가활동 및 사회적 지지와 심리적 복지감 간의 관계에 대한 이론적 이해를 도모하는 한편, 이와 더불어 실무차원에서 노인들의 심리적 복지감 증진을 위한 정책적 시사점도 도출하고자 한다.

II. 이론적 고찰

본 연구의 목적은 노인의 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향을 탐구하는데 있으며, 이를 위한 연구 분석틀은 아래의 그림과 같다. 선행연구 검토에 근거하여 노인의 여가활동이 심리적 복지감에 정적인 영향을 미치며, 사회적 지지는 심리적 복지감에 정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 여가활동과 심리적 복지감간의 관계를 조절하는 것으로 인과관계를 설정하

고자 한다. 그리고 심리적 복지감의 측정지표로는 생활만족도와 고독감의 두 변수를 사용하였고, 여가활동은 생산적 및 소비적 여가활동의 두 유형으로 그리고 사회적 지지는 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지의 세 유형으로 나누어 검토하고자 한다. 본 연구 주제와 관련된 이론 및 선행연구들을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

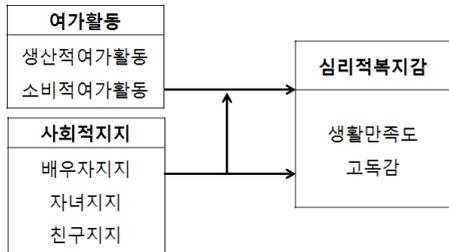


그림 1. 연구의 분석틀

2.1 심리적 복지감

심리적 복지감(psychological well-being)은 전반적인 삶에 대한 주관적인 평가이며 삶의 과정에서의 성공적인 적응을 가리키는 개념이다. 심리적 복지감 개념은 Neugarten et al[12]이 활동이론과 분리이론을 검증하기 위해 심리적 복지감을 종속변수로서 사용하면서 처음 등장하였다. 그 이후 심리적 복지감 개념은 학자들에 따라서 심리적 안녕상태(well-being), 복지(welfare), 만족(satisfaction), 행복(happiness), 적응(adjustment), 및 사기(morale) 등과 유사한 개념으로 사용되어 왔다.

이러한 개념상의 혼돈은 주로 심리적 복지감 개념이 갖는 추상적이고 복합적인 성격 때문에 나타난 것으로 보인다. 심리적 복지감 개념을 정의하는데 있어서, 어떤 학자들은 삶에 관한 개인들의 일반적인 주관적 및 정서적 차원에 초점을 맞추는 반면[13-16], 다른 학자들은 생활에 대한 행복감이나 만족감과 같은 인지적 차원에 초점을 맞추기도 한다[17-19]. 즉, Lawton[13]은 심리적 복지감을 개인의 내부 경험의 전반적 질에 대한 주관적 평가라고 정의하는 반면에, Kozma et al[18]은 한 개인이 느끼는 인생전반 혹은 인생전체에 대한 행복이나 만족의 정도라고 정의하고 있다.

이와는 별도로, 심리적 복지감을 다차원적 개념으로 보고 이를 분류하기도 하는데, Bradburn[20]이 이의 대표적인 학자이다. 그는 심리적 복지감을 긍정적 정서와 부정적 정서의 두 차원으로 구성된 것으로 간주하고, 이 두 차원은 서로 독립적이어서 긍정적 정서의 평균수준에 의해 부정적 정서의 평균수준이 예측되지 않는다고 보았다. 그는 일상생활 속에서 이 두 차원은 항상 존재하며 긍정적 차원을 경험한다고 해서 부정적 차원이 전혀 존재하지 않는 것은 아니라고 주장하였다.

심리적 복지감에 대한 Bradburn[20]의 이와 같은 분류는 널리 받아들여지고 있는데, 이 개념에 대한 조작적 정의나 구성요소들에 대한 학자들의 입장은 정서적 차원과 인지적 차원 중 어디에 초점을 맞추는가에 따라 달라지고 있다. 예컨대, 정서적 차원을 강조한 Bradburn[20]은 심리적 복지감을 긍정적 정서의 측정값에서 부정적 정서의 측정값을 뺀 값이 개인의 심리적 복지감이자 개인의 행복이라고 정의하고 있다. 한편 인지적 차원을 강조한 Campbell et al[21]은 삶의 긍정적 및 부정적 측면을 나타내는 요인들로 심리적 복지감의 하위 차원을 제시하고 있는데, 긍정적 측면은 행복감과 생활만족도, 그리고 부정적 측면은 불안, 우울, 고독감 등의 요인으로 구성되는 것으로 보았다.

그러나 대부분의 심리적 복지감 관련 선행연구들은 긍정적 영역과 부정적 영역을 함께 측정할 때 심리적 복지감에 대한 일관된 해석을 내리기가 어렵다는 이유로 구성요소들 중에서 하나의 요인만 선택하여 종속변수를 측정하거나, 아니면 긍정적 혹은 부정적 측면 중 어느 한쪽에 속하는 요인들만으로 심리적 복지감 변수를 구성하고 있다. 이에 본 연구에서는 심리적 복지감을 자기 자신과 자신의 삶에 대한 주관적인 정서와 시각으로 정의하고, 삶의 긍정적 및 부정적 정서와 평가를 나타내는 구성요인으로 각각 생활만족도와 고독감을 선택하여 다차원적으로 측정하고자 한다.

본 연구에서 생활만족도는 개인이 인식하는 자신의 과거와 현재의 삶과 활동에 대한 전반적인 평가와 미래의 삶과 활동의 전반적인 전망에 대한 긍정적인 정도를 의미한다[22]. 한편 인간은 타인과 관계를 맺음으로써 친밀감을 유지하고자 하는 욕구가 있는데, 고독감은 타인과의 접촉에서 변화와 상실을 경험하는 정도를 가리

킨대[23]. 즉, 본 연구는 생활만족도와 고독감의 측면에서 측정된 심리적 복지감에 노인들의 여가활동과 사회적 지지가 미치는 영향을 실증적으로 탐구하는데 그 목적이 있다.

2.2 여가활동

일반적으로 여가활동(leisure activity)은 경제적 기능과 반대되는 것, 즐거운 일로 기억될 수 있는 것, 자발성이 최대한으로 발휘되고 의무감이 최소화된 것, 심리적으로 자유를 느낄 수 있는 것과 자신이 속한 사회의 문화적 가치에 위배되지 않은 것으로 가끔 놀이의 요소를 포함하고 있는 것을 의미하며[24], 이러한 의미에서 여가활동은 시간의 측면에서 총생활시간 중에서 노동시간·생리적 필수시간 등을 제외한 나머지 시간을 의미하며, 활동의 측면에서 자유시간에 행하는 활동을 가리키고, 그리고 주관적 및 심리적 측면에서 인간의 전면적 발달을 위하여 주체성을 지니고 자유롭게 수행하는 행동을 의미하는 개념이라고 볼 수 있다[25].

그러나 노인의 여가활동 개념은 이러한 여가활동 개념과는 일정 부분 다르게 정의되어야 한다. 노인의 여가활동은 노후생활에서 일어나는 인간관계의 긴장상태로부터 벗어나 휴식을 구하고 자기생활의 균형을 회복하려는 의미로서의 여가활동을 말한다[26], 이러한 의미로서의 노인 여가활동은 사회적으로 유용한 서비스를 제공하려는 욕구, 여가시간을 만족스러운 방법으로 사용하려는 욕구와 정상적인 동반자관계를 즐기려는 욕구, 개인적으로 인정받고 싶은 욕구와 자기표현과 성취감의 기회를 가지려는 욕구, 건강을 유지하고 보호하려는 욕구와 적절한 정신적 자극을 가지려는 욕구, 적절한 주거조건과 가족관계를 가지려는 욕구와 정신적 만족을 얻으려는 욕구를 나타낸다[24].

이러한 여가활동의 다양한 욕구는 폭넓은 여가활동유형으로 나타나는데, 개인의 성격, 교육정도, 경제적 수준, 과거의 습관 등 다양한 요인에 의해 영향을 받으며, 또한 이러한 요인들이 복합적으로 작용하여 다양한 유형으로 나타나고 있다. 학자들은 노인들의 여가활동에 대한 다양한 분류유형을 제시하고 있는데, Havighurst[26]는 가사활동, 종교활동, 정치활동, 사회봉사활동, 우인관계,

취미·오락의 6개 유형으로 분류하고 있으며, Cordon[27]는 감각적 쾌락추구활동, 창의적활동, 발전적활동, 및 긴장해소활동으로 분류하고 있다. 또한 Hooyman & Kiyak[28]는 스포츠활동과 같은 적극적 여가활동과 적극적 참여가 없어도 이루어질 수 있는 소극적 여가활동으로, 김태현[29]은 단독충실형, 가족충실형, 우인교류형, 독서형 및 사회참여형으로, 그리고 김동배[30]는 오락·취미활동, 학습활동 및 봉사활동으로 여가활동을 분류하고 있다.

위에서 살펴보았듯이 학자들에 따라서 여가활동 분류유형이 매우 다양한데, 이 분류들이 과연 학술적으로 의미있는 분류인가 하는 점에서는 다소 의문의 여지가 있다. 따라서 본 연구에서는 기존의 분류유형들에 대한 검토를 바탕으로 Erik & Koen[31]이 최근에 새롭게 제시한 것으로서 기존의 분류유형들보다 보다 단순하면서도 유용한 최근에 새롭게 제시한 분류유형인 보생산적 여가활동과 소비적 여가활동의 두 분류유형을 사용하고자 한다. 생산적 여가활동은 능동적이고 창의적이며 공통의 목적이 있는 발전적인 활동으로서 건강·스포츠활동, 취미활동, 학습활동, 종교·사회참여활동 등이 여기에 해당한다. 소비적 여가활동은 수동적 형태의 시간소비를 참여자 자신이 관객이거나, 어떤 경험을 이용하거나, 또는 어떤 자료나 상품을 이용하는 활동으로서 TV시청, 라디오청취, 휴식 등과 같은 소일활동이나 바둑, 장기, 경로당 등에서 친구들과의 대화 등과 같은 오락·사교활동 등을 말한다.

노년기 심리적 복지감 연구의 근간을 이루고 있는 핵심적 패러다임인 활동이론[12]은 보다 능동적이고 적극적으로 활동에 빈번하게 참가할수록 심리적 복지감이 높아진다는 가설을 제시하고 있다. 그리고 활동이론을 지지하는 다수의 학자들[13][24][26][32][33]은 행복의 증진과 삶의 질의 향상에 기여할 수 있는 효과적인 활동으로서 여가활동의 중요성을 강조하고 있다.

그동안 수행된 많은 실증연구들도 활동이론의 타당성을 뒷받침하고 있으며, 여가활동에 많이 참여하는 노인들일수록 심리적 복지감이 높아진다는 것을 발견하였다. 예컨대, Kelly & Ross[34]은 40세 이상의 중·노년층을 대상으로 수행한 연구에서 여가활동참가가 생활만족도의 중요한 요소라고 밝히고 있으며, Lawton[13]은

여가활동 프로그램 참여자를 대상으로 수행한 연구에서 여가활동에 자주 참여하는 노인들이 그렇지 않은 노인들보다 훨씬 더 높은 생활만족도를 경험하는 것으로 나타났다. 신상식[35]과 한상미[36]도 노인종합복지관 이용 노인을 대상으로 한 연구에서 여가활동에 참여하는 노인들이 그렇지 않은 노인들보다 생활만족도가 높다는 것을 발견하였다. 또한 Mirowsky et al [37]과 Creecy, Berg & Wright[38]의 연구에서는 여가활동참여 빈도가 많을수록 그리고 참여기간이 길수록 노인들이 경험하는 고독감이 줄어든다는 것이 발견되었다.

위에서 검토한 선행연구들은 노인들의 여가활동과 심리적 복지감 간에 매우 밀접한 관계가 있다는 것을 강력하게 시사하고 있다. 이상의 논의에 근거하여 본 연구에서는 노인의 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계에 대해서 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

- H1. 노인의 여가활동(생산적 및 소비적 여가활동)은 심리적 복지감의 긍정적 차원인 생활만족도에 정적(正的)인 영향을 미칠 것이다.**
- H2. 노인의 여가활동(생산적 및 소비적 여가활동)은 심리적 복지감의 부정적 차원인 고독감에 부적(否的)인 영향을 미칠 것이다.**

2.3 사회적 지지

인간은 홀로 고립되어 존재할 수 없는 사회적 존재로서 사회적 환경 속에서 타인과의 상호작용을 통해서만 충족될 수 있는 기본적인 사회적 욕구를 가지고 있다. 이러한 맥락에서 사회적 지지는 우리가 의지할 수 있는 사람 혹은 우리를 돌봐주고 사랑하고 가치 있다는 것을 알게 해주는 사람의 존재 또는 이용가능성을 말한다 [39][40].

사회적 지지는 구조적 측면과 기능적 측면으로 나누어지는데, 구조적 측면은 개인이 맺고 있는 대인관계 구조의 객관적 측면을 가리키고, 기능적 측면은 개인이 자신이 맺고 있는 실질적인 대인관계의 질을 의미한다 [41]. 기능적 측면은 다시 긍정적 측면과 부정적 측면으로 나뉘지는데, 긍정적 측면은 지속적으로 상호작용하는 사회적 집합체에 의해 제공되는 심리적 자원을 동원

하여 개인의 정서적 부담을 경감시켜주고 과업을 분담 해주며, 금전, 물질, 도구, 기술 및 인지적 지침을 제공해주는 측면을 가리키는 반면에, 부정적 측면은 이와 반대로 사회적 관계망이 오히려 긴장과 갈등의 원천으로 작용하는 측면을 말한다[42][43].

사회적 지지는 제공주체, 지원의 원천 및 기능에 따라 다양한 유형으로 분류되지만, 가장 많이 사용되는 것은 제공주체에 따른 분류이다. 본 연구에서도 사회적 지지의 제공주체에 따라 사회적 지지를 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지의 세 유형으로 구분하고자 한다. 배우자지지는 배우자와 서로 인정하고 존중하며 믿고 의지하는 정도를 의미하며, 자녀지지는 자녀들과 관계가 좋으며 믿고 의지할 수 있는 정도를 가리키고, 친구지지는 가족같이 지내는 친구들이 있으며 그 친구들과 좋은 관계를 유지하는 정도를 뜻한다[44][45].

사회적 지지 이론에 의하면, 사회적 지지는 노인들의 스트레스를 완화시키며, 구체적인 보호와 지원을 제공하고, 질병에 대한 면역을 높여줄 뿐만 아니라 적응력과 회복력을 최대화시켜 줌으로써 심리적 복지감을 높여준다고 주장하고 있다[9][11]. 인간은 사회적 환경 속에서 타인들과 더불어 삶을 살아가야 할 사회적 존재이며, 타인과의 지속적인 상호작용과 유대관계의 유지는 특히 여유시간이 많은 노인들에게 더욱 중요하리라는 것은 충분히 짐작할 수 있다. 이와 관련하여, McPherson[46] Wankle et al.[47] 및 Sneegas[48]은 노인들이 배우자, 자녀 및 친구로부터 받는 정서적 및 도구적 차원의 지지는 인생 후반에 있는 노인들이 신체적으로, 사회적으로 그리고 인지적으로 건강하고 활발한 삶을 살 가능성을 증대시킨다는 점을 강조하고 있다.

Maren[49]은 노인환자들을 대상으로 한 연구에서 사회적 지지와 심리적 복지감의 긍정적 측면인 자기효능감 간에는 유의미한 정적 관계가 있었으며, 사회적 지지 중 특히 가족지지가 없을 경우 심리적 복지감의 부정적 측면인 우울증이 심각해진다는 것을 발견하였다. Trans et al[50]의 연구는 자녀 없이 혼자 살고 있는 독거노인은 부부가 함께 사는 노인보다 고독감과 우울증이 더 높다고 보고하고 있다. 이진석[51]은 독거노인을 대상으로 한 연구에서 자녀와 친구 및 이웃의 사회적 지지가 노인의 생활만족도에 유의미한 정의 영향을 미

치는 것으로 나타났다. 최송식·박현숙[52]의 연구도 노인들에게 정서적 및 도구적 지지가 높을수록 고독감이 낮아진다는 것을 발견하였다.

이상의 논의는 사회적 지지가 노인의 심리적 복지감 증진에 긍정적인 기여를 한다는 것을 보여주고 있다. 따라서 이상의 논의를 바탕으로 본 연구에서는 노인의 사회적 지지와 심리적 복지감 간에 다음과 같은 가설을 설정하였다.

H3. 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지 및 친구지지)는 심리적 복지감의 긍정적 차원인 노인의 생활만족도에 정적인 영향을 미칠 것이다.

H4. 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지 및 친구지지)는 심리적 복지감의 부정적 차원인 노인의 고독감에 부정적인 영향을 미칠 것이다.

사회적 지지 관련문헌들은 사회적 지지의 직접효과뿐만 아니라 조절변수로서의 역할도 강조하고 있다[9-11]. 즉 사회적 지지는 선행요인들이 심리적 복지감에 미치는 유해한 영향을 완화하는 한편 이로온 영향은 한층 더 강화하는 완충효과(buffering effect)를 지닌다는 것이다. 사회적 지지의 이와 같은 완충역할은 다양한 실증연구에서 경험적으로도 뒷받침되고 있다.

Hays et al[53]의 연구는 사회적 지지가 신체적 건강의 감퇴가 우울증에 미치는 해로운 영향을 감소시키는 완충역할을 한다고 보고하고 있고, Satio et al[54]은 친구지지가 노인의 심리적 복지감을 강화시키는 조절변수로서의 역할을 한다는 것을 발견하였다. 조상희[55]의 연구에서는 노인여가복지시설을 이용하는 65세 이상의 노인을 대상으로 수행한 연구에서 사회적 지지가 많을수록 여가활동참여가 심리적복지감에 미치는 영향은 더욱 높아지는 것으로 나타났으며, 여성노인을 대상으로 신체적 건강과 우울증 간의 관계를 연구한 김향아[56] 및 고민석외[57]는 사회적 지지가 높은 여성노인들일수록 우울증 감소에 대한 신체적 건강의 긍정적 영향이 더욱 커진다는 것을 발견하였다. 이상의 논의를 고려했을 때 사회적 지지는 노인의 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계를 조절할 것으로 예상된다. 그러나 사회적 지지가 여가활동과 심리적복지감 간의 관계에서

사회적 지지의 조절역할을 탐구한 선행연구들은 매우 드문 실정이다. 따라서 본 연구에서는 선행연구들과 달리 사회적 지지의 직접효과와 더불어 사회적 지지의 조절효과를 함께 탐구하고자 하며, 사회적 지지의 조절효과와 관련하여 다음과 같이 가설을 설정하였다.

H5. 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지 및 친구지지)가 증가하면 노인의 생활만족도에 미치는 여가활동의 정적 영향은 더욱 강화될 것이다.

H5. 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지 및 친구지지)가 증가하면 노인의 고독감에 미치는 여가활동의 부정적 영향은 더욱 강화될 것이다.

III. 연구방법

3.1 연구대상 및 자료의 수집

본 연구를 위하여 여가활동 프로그램을 운영하는 서울소재 노인종합복지관, 노인대학 및 노인문화센터 10 곳을 선정하여 이들 기관의 여가활동에 참여하는 60세 이상의 노인들을 대상으로 자료를 수집하였다.

자료수집도구로는 표준화된 질문지를 사용하였으며, 본 연구에 협조 의사를 밝힌 10개 기관을 직접 방문하여 각 기관별로 규모에 따라 30~40명의 노인들을 무작위로 선정된 후에 노인들의 건강상태와 독해능력 등을 고려하여 면접조사와 자기기입식 질문지 조사를 병행 실시하였다. 조사는 2012년 5월 2일부터 5월 16일까지 약 3주에 걸쳐 실시되었으며, 회수된 총 370부의 질문지 중 응답이 부실한 23부를 제외한 총 347부를 자료분석에 사용하였다.

3.2 표본의 특성

표본의 인구학적 특성을 살펴보면, 성별은 남자가 44.7%, 여자가 55.3%이고, 연령은 60-64세가 3.5%, 65-69세가 46.4%, 70-74세가 21.0%, 75-80세가 24.5%, 80세-84세가 2.9%, 84세 이상이 2.9%의 비율을 보이고 있으며, 학력은 무학이 7.2%, 초졸이 20.5%, 중졸이 25.1%, 고졸이 23.9%, 전문대졸이 6.3%, 대학졸이

13.5%, 대학원이상이 3.5%의 분포를 보였다. 배우자 유무는 있는 경우가 69.7%, 없는 경우가 30.3%의 비율을 차지하고 있으며, 자녀동거유무는 자녀와 함께 사는 경우가 35.7%, 따로 사는 경우가 62.0%, 자녀가 없는 경우가 2.3%의 분포를 보였다. 종교는 있는 경우가 69.7%, 없는 경우가 30.3%이며, 월평균소득은 60만원미만이 20.7%, 60-120만원이 23.9%, 120-180만원이 18.4%, 180-250만원이 12.7%, 250만원이상이 24.2%의 비율로 나타났다.

3.3 변수의 측정

심리적 복지의 긍정적 차원인 생활만족도는 최성재[22]가 개발한 ‘노인생활만족도’척도에서 7문항을 선정하여 측정하였으며, 고독감은 Russell et al[58]이 개발한 The Revised UCLA Loneliness Scale척도에서 6문항을 선정하여 측정하였다. 여가활동 변수인 생산적 여가활동과 소비적 여가활동은 Erik & Koen[59]이 개발한 척도에서 각각 4문항과 2문항을 선정하여 측정하였고, 사회적 지지 변수인 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지는 Bengtson & Culter[59]이 개발한 척도에서 각각 4문항씩 선정하여 측정하였다. 그리고 변수들의 측정에 사용된 문항들에 대한 응답은 리커트식 5점 스케일(‘확실히 그렇다’에서 ‘전혀 그렇지 않다’)까지 5개의 응답범주를 갖는 리커트식 5점 스케일을 사용하여 이루어졌다.

변수들의 측정에 사용된 척도들의 타당성을 검토하기 위하여 요인분석을 실시하였다. 요인분석을 실시하는데 있어서 요인추출방법으로는 주성분분석방법(principal component analysis), 요인수결정방법으로는 카이저 규칙(Kaiser rule), 그리고 요인회전방법으로는 직각회전방법인 베리맥스(Varimax)를 사용하였다. 외생변수 및 내생변수들에 대한 요인분석 결과가 제시된 [표 1] 및 [표 2]를 보면 각각 5개의 요인과 2개의 요인이 추출되었으며, 모든 문항들이 .50 이상의 높은 요인부하량으로 해당요인에 적절하게 부하되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구에서 변수들의 측정에 사용된 척도들이 만족스러운 수렴타당도(convergent validity) 및 판별타당도(discriminant validity)를 가지고 있다는 것을

의미한다.

표 1. 외생변수 측정문항들에 대한 요인분석 결과

| 항목 | 요인 | | | | |
|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 요인1 | 요인2 | 요인3 | 요인4 | 요인5 |
| 생산적 여가1 | | | | .780 | |
| 생산적 여가2 | | | | .792 | |
| 생산적 여가3 | | | | .655 | |
| 생산적 여가4 | | | | .518 | |
| 소비적 여가1 | | | | | .678 |
| 소비적 여가2 | | | | | .791 |
| 배우자지지1 | | .792 | | | |
| 배우자지지2 | | .881 | | | |
| 배우자지지3 | | .840 | | | |
| 배우자지지4 | | .756 | | | |
| 자녀지지1 | | | .674 | | |
| 자녀지지2 | | | .766 | | |
| 자녀지지3 | | | .793 | | |
| 자녀지지4 | | | .673 | | |
| 친구지지1 | .838 | | | | |
| 친구지지2 | .818 | | | | |
| 친구지지3 | .872 | | | | |
| 친구지지4 | .745 | | | | |
| 고유값 | 7.016 | 1.801 | 1.671 | 1.267 | 1.070 |
| 분산설명비율 | 38.976 | 10.004 | 9.282 | 7.037 | 5.946 |
| 누적분산비율 | 38.976 | 48.980 | 58.262 | 65.299 | 71.246 |

주: 요인부하량이 .50 이상인 경우만 제시

표 2. 내생변수 측정문항들에 대한 요인분석 결과

| 항목 | 요인 | |
|--------|--------|--------|
| | 요인1 | 요인2 |
| 고독감1 | .802 | |
| 고독감2 | .829 | |
| 고독감3 | .761 | |
| 고독감4 | .838 | |
| 고독감5 | .842 | |
| 고독감6 | .822 | |
| 생활만족1 | | .642 |
| 생활만족2 | | .745 |
| 생활만족3 | | .801 |
| 생활만족4 | | .741 |
| 생활만족5 | | .847 |
| 생활만족6 | | .671 |
| 생활만족7 | | .806 |
| 고유값 | 6.360 | 2.229 |
| 분산설명비율 | 48.923 | 17.142 |
| 누적분산비율 | 48.923 | 66.066 |

주: 요인부하량이 .50 이상인 경우만 제시

본 연구에 변수의 측정에 사용된 측정도구들의 Cronbach's α 계수는 [표 3]에 제시되어 있다. 이 표에 제시되어 있듯이, 신뢰도 계수가 생산적 여가활동은 .710, 소비적 여가활동은 .672, 배우자지지는 .888, 자녀

지지는 .881, 친구지지는 .928, 생활만족도는 .892, 고독감은 .917로 나타나고 있다. 즉, 모든 척도들의 신뢰도 계수가 .60 이상으로 수용가능한 신뢰도 수준을 보여주고 있다.

이와 같은 타당도 및 신뢰도 분석 결과를 바탕으로 향후 분석에서는 각 척도들을 구성하는 문항들에 대한 응답의 합의 평균을 계산하여 각 변수의 척도값으로 삼았다. 따라서 모든 이론적 변수들의 값은 1에서 5의 범위를 갖는다. 변수들의 측정에 사용된 문항수, 평균 및 표준편차는 [표 3]에 제시되어 있다.

표 3. 측정변수의 신뢰도 및 기술통계 결과

| 변수 | 문항수 | 평균 | 표준편차 | Alpha |
|----------|-----|-------|-------|-------|
| 생산적 여가활동 | 4 | 2.759 | .9630 | .710 |
| 소비적 여가활동 | 2 | 3.379 | .8683 | .672 |
| 배우자지지 | 4 | 3.442 | .9397 | .888 |
| 자녀지지 | 4 | 3.732 | .7955 | .881 |
| 친구지지 | 4 | 3.702 | .9017 | .928 |
| 생활만족도 | 7 | 3.278 | .8060 | .891 |
| 고독감 | 6 | 2.075 | .8291 | .917 |

3.4. 자료수집 및 분석

본 연구를 위해 수집된 자료의 분석을 위해서 SPSS 18.0 통계패키지를 활용하였으며, 연구모형의 검증에 위한 분석방법으로는 단계적 회귀분석방법(hierarchical regression technique)을 이용하였다. 분석을 위해서 성별, 연령, 학력, 배우자유무, 자녀동거여부, 종교유무, 월평균가구소득의 7개의 인구학적 변수들을 통제변수로 사용하였다. 통제변수 중에서 성별 변수의 경우 여자는 1, 남자는 0, 배우자유무, 자녀동거유무 및 종교 변수의 경우 있는 경우는 1, 없는 경우는 0의 값을 갖는 가변수(dummy variable)로 전환하여 분석에 투입하였다.

단계적 회귀분석은 3단계에 걸쳐서 이루어졌다. 첫 단계에서는 우선 종속변수인 생활만족도와 고독감 각각에 대하여 7개의 통제변수들을 회귀시켰다. 둘째 단계에서는 7개의 통제변수에 덧붙여 여가활동 변수인 생산적 여가활동과 소비적 여가활동의 두 변수 그리고 사회적 지지 변수인 배우자지지, 자녀지지와 친구지지의 세 변수를 회귀시켰다. 셋째 단계에서는 사회적 지지 변수의 조절효과를 검증하기 위해 두 개의 여가활동 변수와 세 개의 사회적 지지 변수 간의 곱으로 만들어

진 상호작용항들을 회귀방정식에 추가하였다.

조절효과를 검증하는데 직면하는 문제는 여가활동변수 및 사회적 지지 변수들과 그 변수들로 만들어지는 상호작용항들간에 심각한 다중공선성이 존재할 우려가 있다는 점이다. 따라서 다중공선성 문제를 피하기 위해서 Jaccard, Turrisi & Wan[60]의 제안에 따라 회귀방정식에 들어가는 모든 이론적 변수들을 평균값이 0, 표준편차가 1이 되도록 표준화시켰으며, 표준화된 변수들을 가지고 상호작용항을 만들었다.

회귀분석 실시에 앞서 분산분석을 이용하여 선형 및 비선형부분으로 분해하여 유의성을 검증하는 방법으로 변수들간의 선형관계를 검토하였으며, 그 결과 대부분의 관계가 선형인 것으로 나타났다. 선형에서 벗어난 것으로 나타난 일부 관계에 대해서는 R²와 Eta²를 비교하는 한편 그래프를 그려서 비선형의 정도를 확인하였으나 변수들의 변환을 필요로 할 정도로 심각한 비선형 관계는 없었다.

변수들간의 다중공선성 문제도 검토하였다. 일반적으로 변수들간의 단순상관계수가 .80이 넘거나 분산팽창지수(VIF, variance inflation factor)가 10이 넘으면 심각한 다중공선성 문제가 존재하는 것으로 간주된다. [표 4]에 제시된 변수들간의 상관관계를 보면 상관계수가 .80 이상 되는 경우는 없다. 또한 분산팽창지수를 계산한 결과 그 값이 2를 넘는 경우가 없는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구에 포함된 변수들간에 심각한 다중공선성 문제는 없다고 판단된다.

IV. 연구결과

4.1 변수간 상관관계

통제변수를 포함하여 분석에 포함된 이론적 변수들간의 상관관계를 분석한 결과가 [표 4]에 제시되어 있다. 우선 여가활동변수들과 사회적 지지 및 심리적 복지감 변수 간의 관계를 보면, 두 개의 여가활동 변수(생산적 여가활동과 소비적 여가활동)는 세 개의 사회적 지지 변수(배우자지지, 자녀지지, 친구지지) 모두 생활만족도와는 유의미한 정적 상관을 맺고 있는 반면에 고

표 4. 변수들간의 상관관계

| | 성별 | 연령 | 학력 | 배우자 유무 | 자녀 동거유무 | 종교 유무 | 월평균 가구소득 | 생산적 여가 | 소비적 여가 | 배우자 지지 | 자녀 지지 | 친구 지지 | 생활 만족 |
|----------------------|---------|---------|---------|--------|---------|--------|----------|---------|--------|---------|---------|---------|---------|
| 성별 ¹⁾ | | | | | | | | | | | | | |
| 연령 | .013 | | | | | | | | | | | | |
| 학력 | -.326** | -.267** | | | | | | | | | | | |
| 배우자유무 ²⁾ | -.239** | -.342** | .285** | | | | | | | | | | |
| 자녀동거유무 ³⁾ | .053 | -.051 | .074 | -.059 | | | | | | | | | |
| 종교유무 ⁴⁾ | .216** | -.053 | .132* | -.024 | .151** | | | | | | | | |
| 월평균가구소득 | -.150** | -.284** | .495** | .303** | .162** | .084 | | | | | | | |
| 생산적 여가활동 | .132* | -.122* | .217** | .128* | .071 | .254** | .302** | | | | | | |
| 소비적 여가활동 | .012 | .057 | -.081 | -.023 | .069 | -.074 | -.012 | .279** | | | | | |
| 배우자지지 | -.110 | .059 | .220** | .052 | .031 | .249** | .287** | .366** | .152* | | | | |
| 자녀지지 | .191** | .027 | .185** | .076 | .129* | .273** | .260** | .474** | .232** | .532** | | | |
| 친구지지 | .171** | -.090 | .207** | .106* | .046 | .280** | .240** | .438** | .195** | .462** | .592** | | |
| 생활만족 | .089 | -.104 | .220** | .158** | .102 | .281** | .265** | .556** | .254** | .545** | .567** | .497** | |
| 고독감 | -.089 | .110* | -.156** | -.129* | -.047 | -.097 | -.209** | -.257** | -.122* | -.361** | -.436** | -.568** | -.474** |

1) 성별: 여자=1, 남자=0; 2) 배우자유무: 있다=1, 없다=0, 3) 자녀동거유무: 동거=1, 비동거=0, 4) 종교유무: 있다=1, 없다=0
* P < .05, ** P < .01

독감과는 유의미한 부적 상관을 맺고 있다. 이것은 생산적 여가활동 및 소비적 여가활동이 많을수록 그리고 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지가 증가할수록 생활만족도는 증가하는 반면에 고독감은 감소한다는 것을 시사한다.

한편 통제변수들과 심리적 복지감 변수들간의 상관관계를 살펴보면, 학력, 배우자유무 및 종교유무의 세 변수가 생활만족도와 유의미한 정적 상관을 맺고 있다. 그리고 고독감과 관련해서 연령은 정적 상관을 보이고 있는 반면에 학력과 배우자유무는 부적 상관을 보이고 있다.

4.2 여가활동 및 사회적 지지의 영향

앞에서 언급했듯이, 자료분석방법으로는 단계적 회귀분석방법(hierarchical regression technique)을 이용하였고, 성별, 연령, 학력, 배우자유무, 자녀동거여부, 종교유무, 월평균가구소득의 7개의 인구학적 변수들을 통제변수로 사용하였다. 여가활동(생산적 여가활동, 소비적 여가활동) 및 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지, 친구지지) 변수들이 생활만족도 및 고독감에 미치는 영향을 분석하기 위해서 단계적회귀분석을 한 결과가 [표 5]의 <모형1> 및 <모형2>에 제시되어 있다. 이 표에서 <1단계>는 생활만족도 및 고독감에 7개의 통제변수를 회귀한 결과이고, <2단계>는 통제변수들에 덧붙여 독립변수인 두 개의 여가활동(생산적 여가활동, 소비적

여가활동)변수와 세 개의 사회적 지지(배우자지지, 자녀지지, 친구지지)변수를 추가하여 회귀한 결과이다, 각 표에 제시된 회귀계수는 모두 표준화회귀계수(Beta)들이다.

우선 [표 5]에서 7개의 통제변수를 생활만족도에 회귀한 결과 <모형1>의 <1단계>를 보면, 7개의 통제변수가 생활만족 변이의 13.4%를 설명하고 있으며, 이는 .01 수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 개별 변수들의 유의성을 구체적으로 살펴보면, 종교유무(β :.242, $p<.01$)와 월평균가구소득(β :.216, $p<.01$)이 생활만족에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것은 종교가 없는 경우보다는 있는 경우 그리고 월평균가구소득이 많을수록 생활만족도가 더 높다는 것을 가리킨다.

<모형1>에서 <1단계>에 두 개의 여가활동 변수와 세 개의 사회적 지지 변수를 추가로 회귀한 결과인 <2단계>를 보면, 이들 5개 변수는 생활만족 변이의 32.0%를 추가적으로 설명하고 있으며, 이는 .01 수준에서 유의미하다. 개별 변수들의 유의성을 구체적으로 살펴보면, 여가활동 변수에서는 생산적 여가활동(β :.225, $p<.01$)과 소비적 여가활동(β :.094, $p<.05$)의 두 변수 모두, 그리고 사회적 지지 변수에서는 배우자지지(β :.294, $p<.01$), 자녀지지(β :.153, $p<.05$), 및 친구지지(β :.112, $p<.05$)의 세 변수 모두 생활만족도에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 생산적 여가활동과 소비적 여가활동에 많이 참여할수록 그리

고 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지가 증가할수록 생활만족도가 높아진다는 것을 의미한다. 변수들의 상대적 중요성을 보면, 여가활동 변수들 중에서는 생산적 여가활동이 소비적 여가활동보다 더 중요한 영향을 미치며, 사회적 지지 변수들 중에서는 배우자지지가 가장 중요한 영향을 미치며 그 다음으로 자녀지지, 친구지지의 순으로 나타났다.

표 5. 여가활동 및 사회적 지지의 영향 분석

| 구분 | <모형1> 중속변수=생활만족도 | | | <모형2> 중속변수=고독감 | | | |
|-----------------|--|--------------------------------------|-------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------|------|
| | Beta | t | p | Beta | t | p | |
| 1 단계 | 통제변수 | | | | | | |
| | 성별 ¹⁾ | .022 | .326 | .373 | -.100 | -1.406 | .080 |
| | 연령 | .081 | 1.271 | .103 | -.023 | -.338 | .368 |
| | 학력 | .044 | .603 | .274 | .030 | .398 | .346 |
| | 배우자유무 ²⁾ | -.001 | -.019 | .493 | -.009 | -.145 | .443 |
| | 자녀동거유무 ³⁾ | .035 | .561 | .286 | .010 | .155 | .439 |
| | 종교유무 ⁴⁾ | .242** | 3.771 | .000 | -.068 | -1.004 | .158 |
| | 월평균가구소득 | .216** | 3.201 | .001 | -.126* | -1.770 | .039 |
| | ΔR^2 | .134** F(7, 237)=5.222, p=.000 | | | .031 F(7, 237)=1.095, p=.367 | | |
| | 2 단계 | 여가변수 | | | | | |
| 생산적 여가 | | .225** | 3.703 | .000 | -.130* | -1.888 | .030 |
| 소비적 여가 | | .094* | 1.759 | .040 | -.014 | -.235 | .408 |
| 사회적 지지변수 | | | | | | | |
| 배우자지지 | | .294** | 4.677 | .000 | -.188* | -2.641 | .005 |
| 자녀지지 | | .153* | 2.194 | .015 | -.126 | -1.594 | .056 |
| 친구지지 | | .112* | 1.741 | .043 | -.417* | -5.728 | .000 |
| ΔR^2 | .320** F(5, 232)=27.212, p=.000. | | | .268** F(5, 232)=17.703, p=.000 | | | |
| 3 단계 | 상호작용항 | | | | | | |
| | 생산여가*배우자 | .132* | 1.913 | .028 | .132* | 1.913 | .028 |
| | 생산여가*자녀 | -.005 | -.079 | .469 | .005 | .079 | .469 |
| | 생산여가*친구 | .149* | 2.076 | .019 | -.149* | -2.076 | .019 |
| | 소비여가*배우자 | .034 | .554 | .290 | .034 | .554 | .290 |
| | 소비여가*자녀 | .014 | .225 | .411 | .014 | .225 | .411 |
| | 소비여가*친구 | -.019 | -.298 | .383 | -.019 | -.298 | .383 |
| | ΔR^2 | .038* F(6, 226)=2.761, p=.014 | | | .029* F(6, 226)=2.163, p=.043 | | |
| R^2 | .492** F(18, 226)=11.024, p=.000 | | | .328** F(18, 226)=5.996, p=.000 | | | |

1) 성별: 여자=1, 남자=0; 2) 배우자유무: 있다=1, 없다=0, 3) 자녀동거유무: 동거=1, 비동거=0, 4) 종교유무: 있다=1, 없다=0
* P < .05, ** P < .01

여가활동 및 사회적 지지가 고독감에 미치는 영향을 분석하기 위해 단계적회귀분석을 한 결과인 [표 5]의 <모형2>에 제시되어 있다. 우선 7개의 통제변수를 고독감에 회귀한 결과인 <1단계>를 보면, 7개의 통제변

수가 고독감 변이의 3.0%를 설명하고 있으나, 이는 .05 수준에서 유의미하지 않은 것으로 나타났다. <1단계>에 두 개의 여가활동 변수와 세 개의 사회적 지지 변수를 추가로 회귀한 결과인 <2단계>를 보면, 이들 5개 변수는 고독감 변이의 26.8%를 추가적으로 설명하고 있으며, 이는 .01 수준에서 유의미하다.

개별 변수들의 유의성을 구체적으로 살펴보면, 여가활동 변수에서는 생산적 여가활동($\beta=-.130$, $p<.05$), 사회적 지지 변수에서는 배우자지지($\beta=-.188$, $p<.01$)와 친구지지($\beta=-.417$, $p<.01$)의 두 변수가 고독감에 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타난 반면에 소비적 여가활동과 자녀지지는 .05 수준에서 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 생산적 여가활동에 참여할수록 그리고 배우자지지와 친구지지가 증가할수록 고독감이 낮아진다는 것을 의미한다. 변수들의 상대적 중요성을 살펴보면, 고독감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 두개의 사회적 지지 변수 중에서 친구지지가 배우자지지보다 훨씬 더 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4.3 사회적 지지의 조절효과

배우자지지, 자녀지지 및 친구지지의 세 변수가 여가활동과 생활만족 간의 관계를 조절하는지를 검증하기 위해서 단계적 회귀분석을 추가적으로 실시하였으며, 그 결과가 [표 5]의 <3단계>에 제시되어 있다. 이 표에서 <3단계>는 두 개의 여가활동 변수들과 세 개의 사회적 지지 변수들 간의 곱으로 만들어진 6개의 상호작용항들을 <2단계>에 추가하여 회귀분석한 결과이다.

우선 [표 5]의 <모형1>에서 6개의 상호작용항들이 추가된 <3단계>를 보면, 6개의 상호작용항들이 생활만족도 변이의 3.8%를 추가로 설명하며, 이는 .05 수준에서 유의미하다. 이것은 조절효과가 존재한다는 것을 의미한다. 구체적으로 개별 상호작용항들을 살펴보면, 생산적 여가활동*배우자지지($\beta=.132$, $p<.05$)와 생산적 여가활동*친구지지($\beta=.149$, $p<.05$)의 두 상호작용항들이 생활만족도에 유의미한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 배우자지지 및 친구지지가 생산적 여가활동과 생활만족도 간의 관계를 조절한다는 것

을 의미한다. 구체적으로 말하면 배우자지지가 많을수록 그리고 친구지지가 많을수록 생산적 여가활동이 생활만족도에 미치는 긍정적 영향은 더욱 커진다는 것을 의미한다.

여가활동과 고독감 간의 관계에 대한 사회적 지지의 조절효과를 분석한 결과인 <모형2>의 <3단계>를 보면, 6개의 상호작용항들이 고독감 변이의 2.9%를 추가로 설명하며, 이는 .05 수준에서 유의미하다. 이것은 조절효과가 존재한다는 것을 의미한다. 구체적으로 개별 상호작용항들을 살펴보면, 생산적 여가활동*친구지지 ($\beta=.160, p<.05$)의 상호작용항이 고독감에 유의미한 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 친구지지가 생산적 여가활동과 고독감 간의 관계를 조절한다는 것을 의미한다. 구체적으로 말하면 친구지지가 많을수록 생산적 여가활동이 고독감 감소에 미치는 유의한 영향은 더욱 커진다는 것을 가리킨다.

4.4 결과의 논의

첫째, 대부분의 선행연구들과 마찬가지로, 본 연구결과는 여가활동이 노인들의 심리적 복지감 증진에 기여한다는 것을 보여주고 있다. 한편 본 연구결과는 모든 유형의 여가활동이 노인의 심리적 복지감 증대에 유의한 도움을 주는 것은 아니며, 노인의 심리적 복지감 증대에 대한 여가활동의 영향은 여가활동의 내용과 성격에 따라 그 양상이 달라진다는 것을 시사하고 있다. 구체적으로, 본 연구결과는 생산적 여가활동은 노인의 생활만족도 증진이나 고독감 감소에 중요한 영향을 미치고 있다는 것을 보여주고 있다. 반면에 소비적 여가활동은 생산적 여가활동에 비해 노인의 생활만족도 증진에 상대적으로 매우 작은 영향을 미치고 있을 뿐만 아니라 고독감 감소에는 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 생활만족도와 고독감의 측면에서 측정된 심리적 복지감의 증진에는 소비적 여가활동보다는 생산적 여가활동이 훨씬 더 중요한 역할을 수행하며, 따라서 소비적 여가활동보다는 생산적 여가활동에의 노인 참여를 적극적으로 촉진하고 유도할 필요가 있다는 것을 가리킨다.

둘째, 본 연구결과는 사회적 지지가 노인의 심리적

복지감을 증대시킨다는 관련문헌들의 주장을 경험적으로 뒷받침하고 있다. 그러나 사회적 지지의 영향은 심리적 복지감의 구성요소에 따라 차별적으로 나타난다는 것을 본 연구결과는 보여주고 있다. 구체적으로, 심리적 복지감의 긍정적 차원인 생활만족도에는 배우자지지가 가장 중요한 영향을 미치는 반면에 심리적 복지감의 부정적 차원인 고독감에는 친구지지가 압도적으로 중요한 영향을 미치고 있다. 이러한 결과는 사회적 지지의 세 유형인 배우자 지지, 자녀지지 및 친구지지는 심리적 복지감의 부정적 및 긍정적 차원에 따라 그 영향이 차별적으로 나타난다는 것을 가리킨다고 볼 수 있다.

한편, 사회적 지지와 관련하여 흥미로운 사실은 자녀지지는 노인의 생활만족도 증진에는 유의한 영향을 미치는 반면에 고독감 감소에는 유의미한 기여를 하지 못하고 있다는 점이다. 이는 노인들의 생활만족도는 자녀들로부터 정서적 및 도구적 지원을 받음으로써 높아지지만, 자녀들과의 세대차로 인한 사고방식 및 가치관의 차이와 정서적 공감대 부족으로 인해 자녀지지는 노인의 고독감 해소에는 별다른 도움을 주지 못하는 것으로 판단된다.

셋째, 본 연구결과는 사회적 지지가 심리적 복지감에 직접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계를 조절한다는 것을 보여주고 있다. 그러나 본 연구결과가 보여주듯이, 사회적 지지의 조절효과는 일부 관계에서만 제한적으로 나타나고 있다. 구체적으로 사회적 지지는 생산적 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계만 조절할 뿐이며, 소비적 여가활동과 심리적 복지감 간의 관계에서는 조절역할을 수행하지 않는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 생산적 여가활동과 생활만족도 간의 관계에서는 배우자지지와 친구지지의 두 유형만이 그리고 생산적 여가활동과 고독감 간의 관계에서는 친구지지만이 조절변수로 역할하고 있다.

본 연구와 마찬가지로, 선행연구들도 사회적 지지의 일부 유형들에서만 그리고 변수들간의 일부 관계에서 제한적으로 사회적 지지의 조절효과를 발견하였다 [53-57]. 이러한 결과가 나타난 이유는 명확하지 않으나, 한 가지 가능성은 심리적 복지감의 구성요인 및 그

선행변수들의 특성에 따라 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지의 조절효과가 달리 나타나는 게 아닌가 하는 것이다. 이러한 가능성을 확인하기 위해서 향후 추가적인 연구가 수행될 필요가 있을 것이다.

4.5 정책적 시사점

이와 같은 본 연구결과는 노인들의 노년기 심리적 복지감 증대를 위해 중요한 정책적 시사점을 제공하고 있다. 첫째, 노인들의 여가활동, 특히 생산적 여가활동 참여를 촉진하고 확대하기 위한 정책적 노력이 필요하다. 노인들을 대상으로 하는 생산적 여가활동 프로그램은 해당노인의 연령, 성별, 생활수준, 학력정도, 건강상태, 취미성향, 인지정도 등을 고려하여 다양하게 제공되어야 할 것이다. 이에 덧붙여, 경제력이 없는 노인과 장애 노인들도 여가활동 프로그램에의 균등한 참여 및 이용 기회를 향유할 수 있도록 여가수단과 여가자원의 보편화 및 평준화가 이뤄져야 할 것이다.

둘째, 노인들의 역할상실, 무료함 등이 노후생활에 미치는 부정적 영향의 심각성을 고려할 때, 청·장년기부터 여가활동에 대한 관심과 참여를 장려할 필요가 있을 것이다. 청·장년기에 다양한 여가활동을 경험하게 되면, 그만큼 안정되고 만족스러운 노후를 보낼 가능성이 높아지기 때문이다. 따라서 노인들뿐만 아니라 청·장년들의 여가활동이 일상적으로 이루어질 수 있도록 정부의 지속적·적극적인 관심과 지원이 요구되며, 다양한 여가활동 프로그램의 개발과 보급 및 효율적인 운용을 위하여 과감하게 자원을 투입해야 할 것이다.

셋째, 현재 우리나라에는 노인들의 건강·스포츠활동, 취미활동, 학습활동, 사회참여활동 등을 위한 각종 여가활동 시설은 물론 프로그램의 개발 및 지도를 담당할 전문인력이 절대적으로 부족한 실정이다[61]. 따라서 노인들을 위한 다양한 생산적 여가활동 시설 및 담당전문인력을 확충함으로써 노인들의 여가활동 참여기회를 대폭 확대해야 할 것이다.

넷째, 노인들의 안정적인 사회적 관계망 유지 및 확대를 위한 제도적 뒷받침이 필요하다. 노인의 여가활동 참여기회의 확대는 자연스럽게 친구관계의 형성과 확장으로 이어질 수 있을 것이다. 한편, 배우자 및 자녀들

과의 관계 악화로 불행한 노후를 보내는 노인들이 적지 않은 것이 우리의 현실이다. 따라서 지역사회 차원에서 가족관계의 어려움을 겪고 있는 노인들에게 도움을 위해서 적극적으로 개입할 수 있는 제도적 장치를 마련할 필요가 있다. 이에 덧붙여, 가족관계의 회복 및 정상화를 위한 각종 심리치료 및 교육프로그램을 활성화해야 할 것이다.

V. 결론

본 연구는 노인의 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절역할을 탐구하는데 그 목적이 있었다. 본 연구에서 여가활동으로는 생산적 여가활동과 소비적 여가활동의 두 유형, 사회적 지지로는 배우자지지, 자녀지지 및 친구지지의 세 유형, 그리고 심리적 복지감으로는 생활만족도와 고독감의 두 요인을 검토하였다. 본 연구를 위해 서울 소재 노인종합복지관, 노인대학 및 노인문화센터 10곳의 여가활동프로그램에 참여하는 347명의 노인들로부터 자료를 수집하였다. 자료수집도구로는 구조화된 질문지를 사용하였으며, 가설검증을 위한 주된 분석방법으로는 단계적 회귀분석방법을 사용하였다.

연구결과 주요발견은 다음과 같다. 첫째, 생산적 여가활동은 심리적 복지감의 긍정적 차원인 생활만족도의 증진과 부정적 차원인 고독감의 감소에 중요한 영향을 미쳤으나, 소비적 여가활동은 생활만족도의 증진에만 상대적으로 작은 영향을 미쳤다. 둘째, 사회적 지지와 관련하여, 생활만족도 증진에는 배우자지지가 가장 중요한 영향을 미치고 그 다음으로 자녀지지, 친구지지의 순으로 나타났다. 반면에 고독감 감소에는 친구지지가 가장 중요한 영향을 미치고 그 다음이 배우자지지였으며, 자녀지지는 유의미한 영향을 미치지 않았다. 셋째, 사회적 지지의 세 유형 중에서 배우자지지와 친구지지의 두 유형이 생산적 여가활동과 생활만족도 간의 관계를 조절하며, 생산적 여가활동과 고독감 간의 관계에 대해서는 친구지만 조절역할을 수행하는 것으로 나타났다.

마지막으로, 본 연구가 갖는 제한점과 향후 연구를

위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 서울 소재 노인복지시설의 여가활동 프로그램에 참여하는 노인들부터 수집한 자료를 사용하여 수행되었기 때문에 본 연구에서 얻어진 결과들을 일반화하는 데는 한계가 있을 수 있다. 보다 다양한 지역과 노인집단을 대상으로 추가적인 연구가 수행될 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 심리적 복지감의 측정지표로 긍정적인 차원에서 생활만족도 그리고 부정적인 차원에서 고독감을 사용하였다. 그러나 이 두 요인 이외에도 행복감, 불안, 우울증 등의 다른 측정지표들도 있다. 향후 연구에서는 보다 다양한 심리적 복지감 측정지표들의 사용을 적극 검토할 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 심리적 복지감의 결정요인으로 여가활동과 사회적 지지를 탐구하였다. 그러나 이 외에도 신체적·정신적 건강, 경제상태, 인성특성 등의 다양한 변수들이 심리적 복지감에 영향을 미칠 것으로 예상된다. 따라서 심리적 복지감에 대한 충실한 이해를 위해서 향후 연구에서는 보다 폭넓고 다양한 결정요인들을 고려할 필요가 있을 것이다.

넷째, 본 연구는 횡단적 자료를 사용하여 여가활동과 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향을 탐구하였다. 그러나 횡단적 자료에 근거해서 변수간 인과관계를 명확하게 규명하는 데는 한계가 있다. 예컨대, 심리적 복지감이 클수록 노인의 여가활동 참여가 더욱 활발해질 가능성도 배제할 수 없다. 따라서 변수들 간의 인과적 경로를 보다 확실하게 파악하기 위해서 향후 연구에서는 시간의 흐름에 따라 변수들간의 인과적 영향을 탐구하는 종단적 연구를 수행할 필요가 있을 것이다.

참 고 문 헌

[1] 통계청, 2010.
 [2] 고령자고용촉진법
 [3] 통계청, 2011.
 [4] 허성호, 김종대, “2006년 고령화 패널조사에 나타난 노인의 삶의 만족도에 미치는 다차원적 영향 분석”, 한국노년학, 제31호, 제2호, pp.4017-418, 2011.

[5] 이성록, *자원봉사활동관리 이론과 실제*, 서울; 미디어숲, 2007.
 [6] 정태연, “한국노년학에서 다룬 노인의 심리적 특성: 역사적고찰과 미래의 과제”, 한국노년학, 제28권, 제4호, pp.815-829, 2008
 [7] 박소윤, *재가복지서비스 수혜노인의 사회적지지가 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1999.
 [8] 임춘식, *노인복지학개론*, 학현사, 경기파주, 2007.
 [9] P. L. Rice, *Stress and health: principles and practice for coping and wellness*, monterey, Brook and Cole Publishing Company, p.82, p.120, 1987.
 [10] F. H. Norris and S. A. Murrell, Protective function of resources related to life events, global stress and depression in order adults, *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.25, pp.424-437, 1984.
 [11] 김재엽, 정윤경, 이진석, “가정내 자녀세대경험이 청소년 자살생각에 미치는 영향 및 사회적 지지관계의 조절효과”, 한국사회복지조사연구, 제21권, pp.119-144, 2009.
 [12] B. L. Neugarten, R. J. Havighurst, and S. S. Tobin, “The measurement of life satisfaction,” *Journal of Gerontology*, Vol.16, pp.134-143, 1961.
 [13] M. P. Lowton, *A multidimensional view of quality in frail edlders: In the concept & Measurement of quality in the elderly*, ed by J. S. Birren, J. E. Lubben, J. C. Rowe et al Academic press, Sna Diego, p.74-88, 1991.
 [14] M. A. Okun, *Life satisfaction*, G. L. Maddox (Eds), *Encyclopedia of Aging*, New York, Springer, pp.339-401, 1987.
 [15] T. H. Wan, B. G. Odell, and D. T. Lewis, *Promoting the well being of the elderly: A community Diagnosis*, New York, Haworth, Press, 1982.
 [16] 장제정, *중년여성의 성역할 정체감과 심리적 건강에 관한 연구*, 고려대학교 대학원, 박사학위논문

- 문, 1987.
- [17] M. L. Medley, *Marital adjustment in the post-retirement years*, The Family Coordinator, pp.448-454, 1977.
- [18] A. Kozma, M. J. Stones, and J. K. Mcneil., *Psychological well being later life*, Toronto: Butter worths Canada, 1991.
- [19] 신기영, 옥선화, “중년기 주부의 가족역할 수행과 심리적복지에 관한 연구”, 대한가정학회, 제35권, 제1호, pp.111-128, 1997.
- [20] N. M. Bradburn, *The structure of psychological well being*, Chicago: Aldine, Publishing Company, p.83, 1969.
- [21] A. Campbell, *The sense of well being in America*, New York: McGraw-Hill, 1981.
- [22] 최성재, “노인의 생활만족도 척도개발에 관한 연구”, 한국문화논총, 제49권, pp.233-258, 1986.
- [23] R. Shearer and R. Davidhizar, “It can be never be way it was: Helping elderly women adjust to change and loss,” Home Health Care Nurse, Vol.2, No.4, 1994.
- [24] M. Kaplan, *The uses of leisure*, Handbook of Social Gerontology, The University of Chicago Press, 1960.
- [25] S. Parker, *The sociology of leisure*, London: George Allen & Unwin, 1976.
- [26] R. J. Havighurst., *Social roles, work, leisure, and education*,” In C. Eisdorfer & Lawton M. P. (Eds.), *The psychology of adult development and aging*, Washington, DC: American Psychological Association, pp.598-618, 1973.
- [27] C. Gordon, G. M. Gaitz., and J. Scott, *Leisure and Live : Personal expressivity across the Life span*” Handbook of Aging and the Social science ed, (R.H. Binstock and E. shands, N.Y : Van Nonstrand Co, p.314, 1976.
- [28] N. Hooyman and A. Kiyak, *Social Gerontology*, Boston: Allyn and Bacon, 1996.
- [29] 김태현, *노년학*, 서울: 교문사, 1996.
- [30] 김동배, “노인 여가서비스 활성화를 위한 연구”, 연세논총 제25권, 연세대학교 행정대학원, pp.137-160, 2000.
- [31] V. I. Erik and V. E. Koen, “Leisure and social capital, Leisure Science,” Vol.31, No.2, pp.192-206, 2009.
- [32] 임우석, *사회적 자본과 노인생활만족도의 관계에 관한 연구*, 서울시립대학교 대학원 박사학위논문, 2009.
- [33] M. J. Leitner and S. F. Leitner, *Leisure in later life*, Binghamton, N.Y. : Haworth Press, 1985.
- [34] J. R. Kelly and J. E. Ross, “Later-Life leisure: Beginning a New Agenda,” Leisure Sciences, Vol.11, p.54, 1989.
- [35] 신상식, *노년기 여가활동과 사회자본이 삶의 만족도에 미치는 영향*, 호서대학교 벤처전문대학원 박사학위논문, 2010.
- [36] 한상미, “노인의 사회적 여가활동과 생활만족: 여가만족과 고독감을 중심으로”, 사회복지, 제42권, 제3호, pp.157-182, 2011.
- [37] J. Mirowsky and C. E. Rose, *Social causes of psychological distress*, NY: Aldne de Gruyter, 1989.
- [38] R. F. Creecy, W. E. Berg, and R. W. Wright, “Loneliness among the elderly: Acausal approach,” Journal of Gerontology, Vol.40, No.4, pp.487-493, 1985.
- [39] B. J. Kaplan, J. C. Cassel, and S. Gore, “Social support on health, Medical Care,” Vol.15, pp.393-419, 1977.
- [40] R. Kahn and T. Antonucci, *Convoys of social support: a life-course approach*, In S. B. Kiesler, J. N. Mogan., & V. K. Oppenheimer(Eds.), *Aging: Social change*,(pp.383-485), San Deigo: Academic Press, 1981.
- [41] S. Cohen and T. A. Wills, “Stress, social support, and the buffering hypothesis,” Psychological Bulletin, Vol.98, pp.10-357, 1985.
- [42] 박지현, *도시 저소득층 노인의 사회관계망과 제*

- 가복지서비스 욕구와의 관계에 관한 연구, 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문, 2000.
- [43] 원효중, 도시핵가족 주부의 사회적관계망유형 연구, 서울대학교 대학원 박사학위논문, 1997.
- [44] 김지선, 연리지로 그려지는 노년기 배우자의 의미, 이화여자대학교 대학원 박사학위논문, 2008.
- [45] 소광섭, “도농복합도시 노인의 사회적 지지와 생활만족도: 자녀와 이웃지원의 기능적 측면을 중심으로”, 사회복지정책, 제38권, pp.7-30, 2007.
- [46] B. R. McPherson, “Sociological perspectives on aging and physical activity,” *Journal of Aging and Physical Activity*, Vol.2, pp.329-353, 1994.
- [47] L. M. Wankle, K. Mummery, T. Stephens, and C. L. Craig, “Prediction of physical activity intention from social psychological variables: Results from the Campbell’s survey of well-being,” *Journal of Sport & Exercise Psychology*, Vol.16, pp.56-69, 1994.
- [48] J. J. Sneegas, “Components of life satisfaction in milled and later life adults: Perceived social competence, leisure participation, and leisure satisfaction,” *Journal of Leisure Research*, Vol.18, No.4, pp.248-258, 1986.
- [49] J. C. Maren, *The relationship of depression and tangible social support*, The Doctor of Philosophy at the University of Connecticut, 2005.
- [50] T. V. Trans, G. Khatutsky, K. Aroian, W. Balsam, and K. E. Conway, “Living arrangement depression, and health status among elderly Russian-Speaking Immigrants,” *Journal of Gerontological Social Work*, Vol.33, No2, p.63, 2000.
- [51] 이진석, 독거노인에 대한 사회적지지가 생활만족도에 미치는 영향, 대구대학교대학원 석사학위논문, 2010.
- [52] 최송식, 박현숙, “노인의 고독감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 도농복합지역을 중심으로”, *한국노년학*, 제29권, 제4호, pp.1277-1293, 2009.
- [53] J. C. Hays, W. B. Saunders, E. P. Flint, B. H. Kaplan, and D. G. Blazer, “Social support and depression as risk factors for loss of physical function in late life,” *Aging and Mental Health*, Vol.1, No.3, pp.209-220, 1997.
- [54] E. Saito, Y. Sagawa, and K. Kanagawa, “Social support as a predictor of health status among older adults living alone in Japan,” *Nursing and Health Sciences*, Vol.7, pp.29-63, 2005.
- [55] 조상희, 노인의 여가활동이 사회적관계망과 심리적복지감에 미치는 영향에 관한 연구, 한영신학대학교 대학원, 박사학위논문, 2011.
- [56] 김향아, 여성노인의 신체적 건강이 우울에 미치는 영향: 사회적지지의 조절효과를 중심으로, 대구대학교대학원, 석사학위논문, 2011.
- [57] 고민석, 서인균, “노인의 건강상태가 스트레스와 우울에 미치는 영향과 사회적지지의 조절효과”, *대한보건연구*, 제37권, 제1호, pp.1-14, 2011.
- [58] D. Russell, L. A. Peplau, and C. E. Cutrona, “The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant Validity evidence,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.39, No.2, pp.472-480, 1980.
- [59] V. L. Bengtson and K. D. Culter, Generation and Intergenerational relations: Perspective on age groups and social change, *Hand-book of Aging and the Social Science*, eds, R. M. Binstock & E. Shanas, N. Y. Van, Nostrand Reihold Co, pp.130-155, 1976.
- [60] J. Jaccard, R. Turris, and C. K. Wan, “Interaction Effects in Multiple Regression,” Newbury Park, CA: Sage, 1990.
- [61] 정종보, “성공적 노후 교육프로그램의 수요도 및 효과성에 대한 실증적 연구”, *한국콘텐츠학회*, 제11권, 제9호, pp.335-351, 2011.

저 자 소 개

이 갑 숙(Gab-Suk Lee)

정회원



▪ 2011년 3월 ~ 현재 : 호서대 벤
처전문대학원 노인복지학과(박
사과정)

<관심분야> : 노인복지, 노인여가 프로그램(실버레크
리에이션)

임 왕 규(Wang-Kyu Lim)

정회원



▪ 2010년 9월 ~ 현재 : 호서대학
벤처전문대학원 교수

<관심분야> : 기술경영, 경영공학, 인사조직