http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.10.171

노인의 사회활동, 자아 효능감, 삶의 만족도 간의 관계
-대전시 중구거주 노인 중심으로-

The Relationships among Social Activity, Self-efficacy, and Life Satisfaction of the Elderly

전명수
호서대학교

Myeong-Soo Jeon(meesegy@hanmail.net)

요약

본 연구는 노인의 사회활동과 자아효능감과 삶의 만족도 간의 관계를 분석하고자 하였다. 60세 이상 대전시 중구에 거주하는 노인들로부터 구조화된 394부의 설문지를 수집하였으며, 자료 분석은 SPSS Ver. 18.0 프로그램을 이용하여 빈도분석, 요인분석과 신뢰성 분석, 그리고 위계적 회귀분석 등을 실시하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 연구대상의 사회활동은 교육문화활동, 사회단체활동, 그리고 가족공동체활동이 비교적 높게 나타났다. 참여빈도는 일주일에 한두 번 이상이 30%이고, 거의 참여하지 않음도 20%로 나타났다. 그리고 참여시간은 한두 시간 정도가 40%로 나타나 매우 낮은 수준이었다.

둘째, 사회활동 참여에 대해 긍정적으로 인식하고 활동에 적극적으로 참여할수록 노년기의 자아효능감과 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다.

■ 중심어 : | 사회활동 | 자아효능감 | 삶의 만족도 | 참여빈도 |

Abstract

The purpose of this study was to analyze the relationships among social activities, self-efficacy and the level of life satisfaction of the elderly. 394 structured questionnaires were collected from the elderly aged 60 plus who live in Joonggu, Dajeon City, and the frequency analysis, factor analysis, reliability analysis and hierarchical regression analysis were carried out through SPSS Ver 18.0. The results were as follows.

First, the frequencies of the learning and cultural activity, social collective activity and family community activity showed relatively high. The participation frequencies showed as 30% for one or two times per week and 20% for nearly no. And the participation time lasted only one or two hours which meat very low level.

Second, the positive cognition on the participation in social activities and taking an active part in social activities had an positive effect on self-efficacy and the level of life satisfaction of the elderly.

■ keyword : | Social Activity | Self-efficacy | The Level of Life Satisfaction | Participation Frequency |

접수일자 : 2014년 07월 01일
수정일자 : 2014년 08월 18일
심사완료일 : 2014년 08월 18일
교신저자 : 전명수, e-mail : meesegy@hanmail.net

I. 서 론

최근 우리사회를 빨리 늙는 사회로 표현하며, 노인은 느는데 삶의 질은 곽곽하다고 표현들하고 있다. 실제로 통계청이 발표한 자료에 따르면 우리나라의 65세 이상 노인인구 비율이 2012년 현재 11.8%이고 2018년에는 14%가 되어 고령사회가 될 것으로 내다보고 있어 세계에서 가장 빠른 고령화가 진행되고 있다(통계청, 장래인구추계, 2011). 그리고 빠른 고령화의 진행은 노인문제를 가중시키고 노인의 삶의 질을 저하시키고 있다. 실제로 한 연구발표에 의하면 우리나라 중·노년층의 삶의 질이 100점 만점에 54점에 불과한 것으로 나타나고 있어[1] 대다수의 노인들이 수준이하의 삶을 영위하고 있다고 하겠다.

오늘의 노인문제를 소위 사고(四苦)라 하여 노인의 경제적 빈곤, 노인의 보건·의료문제, 노인의 무위(無爲)·무료(無聊), 그리고 노인의 사회적 소외를 들고 있는데, 이들 문제는 결국 노화에 따른 신체적 노쇠와 질병 그리고 사회생활로부터의 격리가 그 원인이라고 할 수 있다. 이러한 노인문제를 해결하기 위한 연구 즉 성공적 노화에 관한 연구가 활발히 진행되고 있으며, 지금까지의 연구들은 일반적으로 활동이론(activity theory)을 지지한다[2].

활동이 행복(well-being)과 관계가 있다는 생각은 역사적으로 오래 되었으며[3], 레먼(Lemon, 1972)등에 의해 활동과 삶의 질 간의 관계가 명확히 설정되었다[4]. 그 이후 활동과 삶의 질 또는 행복 간의 관계에 대한 연구가 광범위하게 이루어져 왔으며, 로이와 칸(Rowe와 Khan, 1997)은 성공적으로 노화하는 사람의 특징으로 적극적인 활동을 들었다[5]. 그리고 메넥(Menec,)은 6년간에 걸친 종단연구를 통해 노년의 보다 많은 활동이 보다 높은 수준의 살의 질과 육체적 기능을 높이고 사망률을 감소시킨다는 것을 발견하였다[6]. 이처럼 그간의 많은 연구들이 성공적 노화에 활동이 중요한 요인임을 밝히고 있다.

이처럼 적극적인 사회활동에의 참여가 성공적 노화에 중요한 요소임에도 불구하고 우리나라 노인들의 사회활동 참여는 매우 저조한 실정이다. 연구에 의하면, 중·노년층의 사회참여 영역의 만족도 수준은 100점 만점에 31.6점을 보이고 있으며, 이를 세부적으로 살펴보면 적절한 경제활동 부분이 32.4점, 단체활동 참여가 38.8점, 공연문화향유가 15점, 그리고 여행경험이 33.1점으로 매우 낮은 수준을 보이고 있다[1]. 이에 노인들의 사회활동에 대한 인식수준과 그 활동의 정도를 알아보고 사회활동과 삶의 질 간의 영향관계를 밝혀, 향후 노인들의 삶의 질 향상에 도움을 줄 수 있는 방안의 모색이 필요하다고 하겠다.

따라서 본 연구의 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

첫째, 노인들의 사회활동의 특성은 어떠한가?

둘째, 노인들의 사회활동의 특성, 사회활동에 대한 인식, 자아효능감, 그리고 삶의 만족도 간에는 어떠한 영향관계가 있는가?

II. 이론적 배경

사회적 활동은 한 인간이 개인의 삶의 전 과정을 통해 자신의 행동반경을 가족이외의 다른 구성원들로 확산시키면서 자신의 관계망을 넓혀가고 이를 바탕으로 다양한 역할들을 수행하면서 사회구성원으로서의 자신의 몫을 담당하게 하는 것(Palmore)으로 간주될 수 있다[7]. 노년기의 사회활동은 육체적 정신적으로 대외적인 관계와 접촉을 유지할 수 있는 모든 행위를 총칭하는 것으로 자신의 몸 관리와 집안일부터 이웃 방문, 종교 활동, 야외운동, 자원봉사나 경제적 활동에 참여 등 노인 자신의 생존과 독립적 기능을 유지할 수 있는 모든 행위를 일컫는다. 특히 은퇴 후의 노인들은 자신의 역할을 매일 새롭게 하기 위한 노력으로 취미활동, 자기개발활동, 단체 활동, 종교 활동, 자원봉사 등의 다양한 형태의 사회활동에 참여하기 때문에 노인들에게 있어서 사회활동은 그들의 생활 전체라고 할 수 있으며, 그 자체가 여가활동이 될 수 있다[8].

조용하[9]는 노인의 사회활동을 크게 경제활동과 자원봉사, 종교단체, 사교단체 등에 참여하는 사회단체활동, 그리고 평생학습, 취미, 클럽활동, 레포츠 등에 참여하는 교육 문화 활동이나, 손 자녀 돌보기, 집안 가꾸기

등의 가족공동체활동, TV, 영화보기 등의 단순 소일활동 그리고 묵상, 걷기, 쓰기, 글짓기 등의 감성 활동으로 구분하였다. 여기서 경제적 활동은 생계유지의 기본적 욕구를 충족시키는 것은 물론 직업 상실에서 오는 상실감을 치료할 수 있으며, 노인의 육체적, 심리적 만족감을 증진시켜 노년기의 삶의 질을 향상시키는데 가장 큰 영향력을 미치는 요인이나[10], 경제활동은 모든 노인들이 자의적으로 참여할 수 있는 기회가 없는 활동임으로 본 논문에서는 논외로 하고자 한다.

사회단체활동 중 자원봉사활동은 대부분 노인들의 삶의 만족에 긍정적 영향을 미치는 것으로 조사되고 있으며, 사회적 역할을 상실한 노인들에게 긍정적 효과를 준다고 주장하고 있으며[11], 김주현·한경혜는 노년기의 자원봉사활동이 자아존중감에 긍정적인 영향을 미치는 것을 발견하였다[12]. 한편, 김영길의 연구에서는 노인들의 종교유무와 삶의 질 간에는 차이가 있으며, 종교가 있는 노인들이 없는 노인들에 비해 경제생활만족도, 주거생활만족도, 사회참여만족도 그리고 정신적 만족도가 더 높은 것으로 나타났다[13]. 그리고 유향숙의 연구에서는 노인의 종교 활동이 정신건강, 특히 우울과 자아존중감에 영향을 미친다고 보고되었다[14]. 그리고 교육 문화활동 관련 선행연구를 살펴보면, 노인교육의 참여가 노인의 심리적 안녕감에 긍정적 영향을 미친다는 연구[15], 여가 스포츠 활동에의 참가는 스트레스와 자살생각의 감소와 같은 노인의 심리적 건강에 영향을 미친다는 연구[16] 등이 있다. 사회참여노인의 활동수준에 따른 삶의 질의 차이를 조사한 주경희[17]는 경제참여활동, 사회지원참여활동, 종교참여활동, 사교친교참여활동 그리고 자기개발참여활동 모두에서 참여활동의 양적 수준은 삶의 질에 영향을 미치지 않는 것을 확인하였다. 그리고 자원봉사자의 자원봉사활동 헌신(지속기간, 활동 빈도, 그리고 활동시간으로 측정)이 생활만족도에 미치는 영향관계를 확인한 김미혜·정진경은 자원봉사의 지속기간, 활동 빈도 그리고 활동시간 어느 것도 생활만족에 영향을 미치지 않는 것을 확인하였다[18].

이상에서 살펴본 바, 노인의 사회활동과 삶의 질 간의 관계를 다룬 대부분의 기존 연구는 그 영향변인으로 사회활동 유형 또는 활동기간이나 활동시간 등을 하나 또는 둘 이상 복수로 선택하고 있어 매우 단편적이다. 따라서 본 연구에서는 노인들의 사회활동 참여유형, 참여빈도, 참여시간 그리고 노인들의 참여활동에 대한 인식을 그 영향변인으로 선정하고자 한다.

자아효능감(self-efficacy)은 인간행동을 예측하고 개선하는데 사용되는 인지개념들 중의 하나로[19], 특정 상황에 자아가 얼마나 잘 적응하느냐에 대한 자기지각이기 때문에[20], 학생들의 학교적응 등에 영향을 주는 개인 특성변인으로 중요하게 논의되어 왔으며 실제로 자기효능감이 높은 학생들이 교사와 친구와의 대인관계가 원만하며 학교에 잘 적응하고 있다는 것이 실증연구를 통해 밝혀지고 있다[21]. 이러한 연구들은 노인의 사회활동참여에도 자아효능감이 주요한 변인으로 작용할 것이라는 추론을 가능케 한다. 따라서 노인의 자아효능감과 사회활동 그리고 삶의 질 간의 관계를 밝혀보는 것도 의의가 있다.

자아효능감과 노인의 사회활동과의 관계를 다룬 선행연구는 찾아보기 어려우나 청소년의 자아효능감과 사회적응(학교적응)과의 관계에 관한 소수의 선행연구들은 찾아볼 수 가 있다. 이들 연구들을 살펴보면 구본용[22]은 경기남부에 재학 중인 중·고등학생들을 대상으로 조사한 연구에서 청소년의 자아효능감이 학생의 학교적응에 직접적인 영향을 미치고 있음을 발견하였고, 추미애·박아청[21]은 초등학생을 대상으로 한 연구에서는 학생들의 자기효능감이 높을수록 학교적응을 잘한다는 결과를 얻었다.

삶의 만족도는 뉴가튼의 활동이론과 분리이론을 검증하기 위해 종속변수로 사용된 이후로 논쟁이 활발해지면서 그 개념도 발전하였다. 일상의 모든 활동영역에서 즐거움을 느끼며, 지금까지 살아온 인생에 대한 책임을 받아들이면서 본인의 인생을 의미가 있는 것으로 여기는 것을 말하며 행복, 만족, 긍정적 정서, 사기 등의 개념을 포함한 주관적 안녕이다. 여기서 주관적 안녕은 한 개인의 삶의 만족을 현재의 생활에 대한 주관적 느낌을 말하고[24], 개인이 지각한 행복이나 만족의 정도를 의미한다[25].

Ⅲ. 연구의 설계

1. 연구모형

서론에서 제기한 연구문제를 해결하기 위해 이론적 고찰을 근거로 하여 [그림 3-1]과 같은 연구모형을 설정하였다.

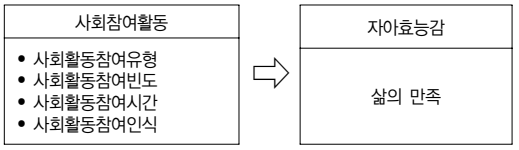

그림 3-1. 연구모형

2. 자료의 수집 및 분석

본 연구는 대전시 중구에 거주하는 60세 이상의 노인을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 수집된 420부의 자료 중에서 결측값이 없는 총 394부를 분석에 사용하였다. 통계분석은 SPSS Ver. 18.0 프로그램을 이용하여, 인구사회학적 특성은 빈도분석, 측정변수의 타당성은 요인분석을 그리고 신뢰성은 Cronbach's α계수를 산출하였다. 그리고 사회활동 참여가 자아효능감과 삶의 만족도에 미치는 영향을 알아보기 위해 인구사회학적 특성을 통제변인으로 하는 위계적 회귀분석(hierarchial regression analysis)을 실시하였다.

2.1 변수의 타당성 및 신뢰도

2.1.1 사회활동 참여인식

사회활동 참여인식은 고유치 1.0이상인 요인이 하나만 존재하여 단일요인으로 묶였다[표 3-1]. 이는 전체 분산의 63.325%를 설명하였으며, 사회활동에의 적극적 참여, 참여 자체에 대한 감사, 사회활동이 삶의 중요한 부분, 사회활동을 통한 친구관계 및 삶의 보람 등 사회활동 참여에 대한 전반적인 인식을 나타내는 9문항으로 구성되어 있다. 신뢰성 분석에 의한 신뢰도 검증값(Cronbach's α)이 0.972로 나타났으므로 측정변인에 대하여 매우 신뢰할 수 있다.

2.1.2 자아효능감

자아효능감은 고유치 1.0이상인 요인이 하나만 존재하여 단일요인으로 나타났다[표 3-2]. 전체 분산에서 62.038%를 설명하였고, 계획적 혹은 조직적인 일 처리,

표 3-1. 사회활동 참여인식의 요인분석과 신뢰성분석

요인명	문항	요인 부하량	고유치	분산 (%)	신뢰 계수
사회활동 참여인식	나에게 주어진 모든 사회적 활동에 적극적으로 참여할 것이다.	.865	5.699	63.325	.927
	사회적 활동에 참여할 수 있음을 감사하게 생각한다.	.833			
	사회적 활동은 내 생활에서 중요한 부분이다.	.832			
	나는 사회적 활동을 통해 친구들과 함께 생활함이 즐겁다.	.821			
	내 생활에서 사회활동은 삶의 보람을 느끼게 한다.	.815			
	사회적 활동에서 알게 된 사람들의 조언이나 격려가 나에게 많은 도움을 준다.	.807			
	앞으로도 계속 사회적 활동에 참여하고 싶다.	.800			
	사회적 활동을 통해 가족에게 섭섭했거나 외로웠 던 것이 많이 줄어들었다.	.698			
	나에게는 일상생활에 관해 이야기할 이웃이나 친 구가 있다.	.670			

표 3-2. 자아효능감의 요인분석과 신뢰성분석

요인명	문항	요인 부하량	고유치	분산 (%)	신뢰 계수
자아 효능감	나는 계획을 잘 짤 수 있다.	.833	4.963	62.038	.911
	나는 일을 조직적으로 처리하는 편이다.	.818			
	나는 어떤 일을 시작할 때 잘 할 수 있다는 느낌이 들곤 한다.	.815			
	나는 어려운 문제가 생기면 잘 해결하는 편이다.	.809			
	나는 위험상황에서 잘 대처 할 수 있다.	.790			
	어떤 문제에 대한 나의 판단은 대체로 정확하다.	.770			
	어렵거나 도전적인 일에 매달리는 일은 재미있는 일이다.	.757			
	나는 아주 쉬운 일보다는 차라리 어려운 일을 더 좋아한다.	.701			

표 3-3. 삶의 만족도의 요인분석과 신뢰성분석

요인명	문항	요인 부하량	고유치	누적분산(%)	신뢰 계수
삶의 만족도	지금의 생활에 만족한다.	.815	2.652	70.246	.829
	지금은 여생을 편안하게 즐기고 있다는 생각이 든다.	.801			
	앞으로 즐겁고 좋은 일이 생길 것 같다	.775			
	나의 인생을 되돌아보면 만족하다고 말할 수 있다.	.727			

잘 할 수 있다는 자신감, 어려운 문제에 대한 해결력, 위험상황에 대한 대처 등의 8문항으로 자아효능감이 구성되었다. 신뢰성 분석에 따른 신뢰도 검증값(Cronbach's α)은 0.911로서 높은 신뢰도 수준을 보여 측정변인의 신뢰성이 검증되었다.

2.1.3 삶의 만족도

삶의 만족도는 고유치 1.0이상인 1개의 요인이 도출되었고[표 3-3], 이들 요인은 전체 분산의 70.246%를 설명하였다. 요인 1은 '부정적 삶의 만족도'로 명명하였는데, 나이가 들수록 점점 쓸모없는 삶, 외로움, 따분하고 지루한 삶 등의 4문항으로 구성되었다. 요인 2는 '긍정적 삶의 만족도'로 명명하였으며, 지금 생활에 만족, 편안하고 즐거운 삶, 인생에 대한 만족 등의 4문항으로 구성되었다. 신뢰성 분석에 따른 신뢰도 검증값(Cronbach's α)이 각각 0.881, 0.829로서 측정변인의 신뢰성이 검증되었다.

3. 연구대상의 특성

본 연구 대상의 인구사회적 특성은 다음과 같다. 먼저 성별구성을 살펴보면, 남성은 165명(41.9%)이고, 여성은 229명(58.1%)으로 남성보다 더 높게 나타났다. 연령은 60~64세 107명(27.3%), 65~69세 122명(31.1%), 70~74세 100명(25.3%), 75세 이상 65명(16.3%)로서 65~69세가 가장 높았다. 학력은 초등학교 졸업이하 116명(29.5%), 중학교 졸업 99명(25.3%), 고등학교 졸업 122명(30.8%), 대학교 졸업이상 57명(14.4%)으로서 대부분의 응답자가 학교 교육을 받은 것으로 나타났다. 배우자유무와 자녀동거여부에 대한 분석 결과, 배우자가 있는 노인이 267명(67.7%), 없는 노인이 127명(32.3%)이었고, 자녀와 동거하는 노인이 176명(44.7%), 동거하지 않는 노인이 218명(55.3%)으로서 배우자는 있지만 자녀와 동거하지 않는 노인들이 더 높았다. 직업은 있는 노인이 126명(32.1%), 없는 노인이 268명(67.9%)이었고, 종교는 있는 노인이 274명(69.4%), 없는 노인이 120명(30.6%)이었다.

4. 설문지의 구성과 측정

본 연구의 설문지는 도시 노인의 인구 사회적 특성과 사회활동, 사회활동 인식, 자아효능감, 그리고 삶의 만족도에 관한 항목으로 되어 있다. 인구 사회적 특성 중 사회적 활동의 유형과 참여빈도와 시간은 조용하[9] 연구를 참조하였으며, 사회활동 참여인식문항은 Weiss[26]의 사회참여척도를 수정, 보완하여 사용한 김수연[27]의 연구문항을 참고로 작성하였으며, 자아효능감은 Mahony[28]가 개발한 척도를 수정하여 사용한 서채원[29]의 연구를 참조하였다. 그리고 심리적 복지감은 Bradbaum[30]이 개발한 척도를 조민자[31]등이 사용한 것을 참고로 하였으며 각 문항은 5점 리커터(Likert) 척도로 구성하였다. 이들 변인의 타당성은 요인분석을 통해 검증하였으며, 고유치 1.0이상, 요인부하량 0.5 이상인 경우를 유효한 변수로 하였다. 신뢰성 분석에서는 Cronbach's α계수를 산출하였으며, 이 값이 0.6 이상일 때 수용 가능한 신뢰도 수준을 나타낸다.

Ⅳ. 연구 결과

1. 연구대상의 사회활동참여특성

사회활동 참여유형을 교육문화활동, 가족공동체활동, 사회단체활동, 단순소일활동, 감성 활동으로 구분하여 살펴본 결과, 교육문화활동을 106명(26.8%)이 응답하여

가장 많이 참여하는 사회활동인 것으로 조사되었다. 다음으로 사회단체활동 103명(26.0%), 가족공동체활동 92명(23.2%), 단순소일활동 71명(17.9%)의 순이었으며, 감성 활동은 24명(6.1%)으로서 가장 낮게 나타났다.

사회활동 참여빈도는 1개월에 1~2번이 117명(29.5%)으로 가장 높았고, 일주일에 1~2번 87명(22.0%), 1년에 1~2번 73명(18.4%)이었으며, 거의 매일 참여하는 경우가 39명(9.9%)이었다. 사회활동 참여시간은 1~2시간 정도가 162명(40.9%)으로 가장 높았으며, 1시간 미만 120명(30.3%), 3~4시간 정도 92명(23.2%), 5시간 이상 22명(5.6%)의 순이었다. 이처럼 1개월에 1~2번 이상으로 사회활동 참여빈도가 높고 1~2시간 이상 참여하는 응답자가 높은 비중을 나타냈다.

2. 사회활동참여가 자아효능감에 미치는 영향

노인의 사회활동 참여가 자아효능감에 미치는 영향은 위계적 회귀분석으로 검증하였다. 독립변인 중에서 사회활동 참여유형은 감성 활동을 기준으로 하여 더미변수화 하였으며, 투입변수들 간 다중공선성(multicollinearity)은 분산팽창지수(VIF)로 확인하였다. 본 연구에서는 1단계(VIF=1.048~1.616)와 2단계(VIF=1.098~4.651) 모두 VIF가 10이하를 나타내 다중공선성의 문제는 발생하지 않았다. 사회활동 참여가 자아효능감에 미치는 영향을 분석한 결과는 [표 4-1]과 같다.

[표 4-1]에 의하면 1단계에서는 배우자와 종교가 있고 건강상태가 좋을수록 노인의 자아효능감이 더 높아졌으며, 연령이 높을수록 자아효능감이 더 낮아진다고 하겠다. 2단계에서는 사회단체활동을 하면서 사회활동 참여를 긍정적으로 인식할수록 노년기의 자아효능감이 높아지는 것으로 확인되었다.

3. 사회활동참여가 삶의 만족도에 미치는 영향

노인의 사회활동 참여가 삶의 만족도에 미치는 영향은 위계적 회귀분석으로 검증하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구사회학적 특성 변수를 투입하였고, 성별과 배우자유무, 자녀동거여부, 직업유무, 종교유무는 더미변수화하여 사용하였다. 2단계에서는 인구사회학적 특성과 사회활동 참여를 투입하여 인구사회학적 특성이 통제된 상태에서 사회활동 참여변수의 상대적 영향력

표 4-1. 사회활동 참여가 자아효능감에 미치는 영향

변인 \ 단계	1단계			2단계		
	B	β	t	B	β	t
통제변인						
성별(여성=1)	−.119	−.079	−1.527	−.103	−.068	−1.440
연령	−.092	−.129	−2.360*	−.072	−.100	−1.988*
학력	.058	.080	1.378	.041	.058	1.057
배우자유무(있다=1)	.251	.157	2.961**	.203	.127	2.632**
자녀동거여부(한다=1)	.034	.023	.479	.085	.057	1.319
직업유무(있다=1)	.004	.002	.041	.033	.021	.422
종교유무(있다=1)	.274	.169	3.588***	.218	.134	3.133**
건강상태	.122	.162	3.279**	.081	.107	2.314*
월 생활비	.031	.042	.758	−.025	−.033	−.658
독립변인						
사회활동참여유형1(교육문화활동=1)[a]				.271	.160	1.819
사회활동참여유형2(가족공동체활동=1)[a]				−.051	−.029	−.340
사회활동참여유형3(사회단체활동=1)[a]				.321	.188	2.194*
사회활동참여유형4(단순소일활동=1)[a]				−.161	−.082	−1.079
참여빈도				−.017	−.028	−.504
참여시간				.006	.007	.131
참여인식				.491	.479	9.083***
F	9.745***			13.677***		
R^2	.185			.366		
$\triangle R^2$				.181		

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, [a]사회활동 참여유형의 경우 감성활동이 기준

표 4-2. 사회활동 참여가 삶의 만족도에 미치는 영향

변인 \ 단계	1단계			2단계		
	B	β	t	B	β	t
통제변인						
성별(여성=1)	-.019	-.012	-.224	-.008	-.005	-.103
연령	-.123	-.161	-2.829**	-.087	-.114	-2.073*
학력	.017	.022	.360	.011	.014	.241
배우자유무(있다=1)	.079	.047	.845	.001	.001	.010
자녀동거여부(한다=1)	.021	.013	.269	.079	.050	1.062
직업유무(있다=1)	.136	.080	1.383	.149	.087	1.622
종교유무(있다=1)	.116	.067	1.374	.068	.039	.843
건강상태	.186	.232	4.511***	.141	.176	3.503**
월생활비	.064	.080	1.399	.027	.034	.625
독립변인						
사회활동참여유형1(교육문화활동=1)[a]				.109	.061	.632
사회활동참여유형2(가족공동체활동=1)[a]				.385	.205	2.225*
사회활동참여유형3(사회단체활동=1)[a]				.215	.119	1.276
사회활동참여유형4(단순소일활동=1)[a]				.287	.139	1.671
참여빈도				.007	.011	.178
참여시간				.045	.049	.837
참여인식				.458	.422	7.355***
F	5.462***			7.895***		
R^2	.113			.250		
ΔR^2				.137		

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, [a]사회활동 참여유형의 경우 감성 활동이 기준

을 분석하였으며, 사회활동 참여유형은 감성 활동을 기준으로 하여 더미 변수화 하였다. 투입변수들 간의 다중공선성 문제를 진단한 결과 VIF가 1단계 1.048~1.616, 2단계 1.098~4.651로서 10이하를 나타내 다중공선성의 문제는 발생하지 않았다. 그리고 종속변수인 삶의 만족도가 부정적 삶의 만족도, 긍정적 삶의 만족도의 2개 하위요인으로 구성되어 각 요인별로 위계적 회귀분석을 실시하였다.

사회활동 참여가 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석한 결과는 [표 4-2]과 같다. 인구사회학적 특성을 투입한 1단계에서는 건강상태가 좋을수록 노인의 삶의 만족도가 높아졌으며, 연령이 높을수록 긍정적 삶의 만족도가 낮아진다고 나타났다.

인구사회학적 특성과 사회활동 참여를 투입한 2단계에서는 사회활동 참여에 적극적으로 참여하고 긍정적으로 인식할수록 노년기의 삶의 만족도가 높아지는 것으로 확인되었다.

V. 요약 및 제언

본 연구는 노인의 사회활동과 자아효능감과 삶의 만족도 간의 관계를 분석하여 노인복지 정책에 대한 방향성과 개인의 사회활동참여에 도움을 주고자 하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 연구대상의 사회활동은 교육문화활동, 사회단체활동, 그리고 가족공동체활동이 비교적 높게 나타났다. 참여빈도는 일주일에 한두 번 이상이 30%이고, 거의 참여하지 않음도 20%로 나타났다. 그리고 참여시간은 한두 시간 정도가 40%로 나타나 매우 낮은 수준이었다. 이는 사회활동의 필요성을 널리 홍보할 필요가 있음을 시사한다.

둘째, 사회활동 참여에 대해 긍정적으로 인식하고 활동에 적극적으로 참여할수록 노년기의 자아효능감과 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 노인들의 삶의 질을 높이기 위해서는 사회활동에 대한 긍정적인 인식과 적극적인 사회활동에의 참여가 필요함을 시사한다고 하겠다.

셋째, 최근 사회적으로 급부상하고 있는 노인문제 즉 사고(四苦)를 해결하기 위한 노력의 일환으로 정부차원에서 노인복지사업을 전개하고 있으나 아직 그 수준이

미흡하다. 하지만 무엇보다도 중요한 것은 노인 스스로의 생활자세가 중요하다. 즉 본 연구에서 밝혀진 바와 같이 노인들의 적극적 사회활동 참여가 요청된다. 따라서 향후 노인문제 해결을 위한 정책적 대안에는 노인들의 사회활동을 적극 참여케 하는 정책적 방안을 도입할 필요가 있다.

본 연구의 한계는 연구대상이 대전시에 한정되어 그 결과를 확대해석하는데 한계가 있으며, 향후 연구대상의 범위를 넓히고, 가능하면 도시와 농촌을 비교해 볼 필요가 있다.

참 고 문 헌

[1] 정경희, "중·노년층의 삶의 질과 대응과제", 2014년도 제 1차 인구포럼, 발표자료, 2014.

[2] Mary Byrnes and Heather Dillaway, "Who is 'Successful' at aging- A critique of the literature and a call for more inclusive perspectives," Paper submission to the 2004 American Sociological Association meetings in San Francisco, CA, 2004.

[3] E. W. Burgess, "Social relations, activities, and personal adjustment," American Journal of Sociology, Vol.59, pp.352-360, 1954.

[4] B. W. Lemon, V. L. Begtston, and J. A. Peterson, "An exploration of the activity theory of aging: Activity types and life satisfaction among in-movers to retirement community," Journal of Gerontology, Vol.27, pp.51-523.

[5] J. W. Lowe and R. L. Kahn, "Successful aging," The Gerontologist, Vol.37, pp.433-440, 1997.

[6] Verena H. Menec, "The relation between everyday activities and successful aging," Journal of Gerontology: Social Science, Vol.58B, No.2, pp.S74-S82, 2003.

[7] E. B. Palmore, *social pattern in normal aging,* Durham, N. C. : duke University Press, 1981.

[8] 조추용, "노인의 여가활용과 사회참여에 관한 연구," 노인복지연구, Vol.22, pp.7-34, 2004.

[9] 조용하, *여성노인의 사회적 활동과 사회적 관계망에 따른 삶의 만족에 관한 연구,* 고려대학교 대학원 박사학위논문, 2004.

[10] 윤순덕, 한경혜, "농촌 노인의 생산적 활동과 심리적 복지", 한국노년학, 제24권, 제2호, pp.55-77, 2004.

[11] 장인협, 최성재, *노인복지학,* 서울대학교 출판부, 2006.

[12] 김주현, 한경혜, "노년기 자원봉사활동과 자아존중감", 한국노년학, 제21권, 제2호, pp.209-224, 2001.

[13] 김영길, *노인의 종교 활동이 삶의 질에 미치는 영향에 과한 연구,* 한성대학교 대학원 박사학위논문, 2007.

[14] 유향숙, "종교활동 참여가 노년기 자아존중감과 우울에 미치는 영향 : 기독교인 중심으로," 한국상담치료학회지, Vol.3, No.1, pp.31-45, 2012,

[15] 이진희, 김욱, "노인교육참여가 노인의 심리적 안녕감에 미치는 영향", 한국노년학, Vol.28, No.4, pp.887-905, 2008.

[16] 이종경, 이은주, "노인의 여가 스포츠활동 참가가와 스트레스 및 자살생각감소의 관계", 한국여가레크레이션학회지, Vol.34, No.3, pp.17-26, 2010,

[17] 주경희, "사회참여노인의 활동수준과 삶의 질 - 성별과 연령 차이를 중심으로-", 사회복지연구, Vol.42, No.2, pp.5-39, 2011.

[18] 김미혜, 정진경, "노인자원봉사자의 봉사활동 헌신과 생활만족에 관한 연구 - 활동이론을 중심으로-", 한국사회복지학, Vol.54, pp.221-243, 2003

[19] 현정환, "자기효능감에 관한 연구동향과 문제", 한국심리학회지, 제12권, 제1호, pp.81-97, 1993.

[20] A. Bandura, "Self-efficacy mechanism in human agency," American Psychology, Vol.37, pp.122-147, 1982.

[21] 추미애, 박아정, "초등학생의 자기효능감과 학습

동기 및 학교적응 간의 관계", 아동교육, 제15권, 제2호, pp.271-288, 2006.

[22] 구본용, "청소년의 자아효능감과 학교적응관계에서 부모, 교사, 또래관계의 매개 효과", 청소년학연구, 제19권, 제3호, pp.347-373, 2012.

[23] 황희숙, 주희진, "초등 영재아가 지각한 부모의 양육태도, 사회적지지, 자기효능감이 학교적응에 미치는 영향", 학습자중심교과연구, 제11권, 제4호, pp.525-545, 2011.

[24] B. L. Neugarten, R. J. Havighurst, and tobin "The Measurement of life satisfaction," Journal of Gerontology, Vol.16, pp.134-143, 1961.

[25] 남기빈, 정은경, "여성독거노인들이 인지한 사회활동과 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향", 노인복지연구, 제52권, pp.325-348, 2011.

[26] R. S. Weiss, "The provisions of social relationship," In Zick Rubin(Ed.), Doing unto others, Prentice Hall, Englewood Cliffs, N. J, 1974.

[27] 김수연, *도시 노인의 생활만족도와 관련 변인에 관한 연구,* 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문, 1987.

[28] M. J. Mahony, "Psychological predictors of elite and non elite performance in olympic weightlifting," International Journal of Sports Pychology, Vol.20, No.1, pp.1-12, 1988.

[29] 서채원, *노인 생활채육활동참여가 생활만족에 미치는 영향,* 조선대학교 대학원 박사학위논문, 2012.

[30] N. M. Bradbaum, *The structure of psychological well-being,* Aldine Pub Co. Chicao, IL. 1969.

[31] 조민자, *노인 여가복지시설 유형에 따른 노인의 자아존중감과 심리적 복지감의 관계,* 순천대학교 대학원 석사학위논문, 2012.

저 자 소 개

전 명 수(Myeong-Soo Jeon) 정회원

- 2007년 8월 : 호서대학교(문화예술학 석사)
- 2013년 2월 : 호서벤처전문대학원(노인복지상담박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 호서대학교 외래강사

<관심분야> : 노인교육, 삶의 만족도