http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.09.243

노인의 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향

Influence of Elderly People's Lifestyle on Successful Aging

신근영, 고재욱
가톨릭관동대학교 일반대학원 사회복지학과

Kun-Young Shin(seolst@daum.net), Jae-Ug Ko(kojea62@daum.net)

요약

본 연구는 노인의 라이프스타일의 하위변인인 건강 및 여가 추구, 외향적 도전추구, 안전 및 물질추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구가 성공적 노후에 미치는 영향을 연구하려고 한다. 연구의 필요성은 한국적 문화를 반영한 연구가 미비하여 고령사회를 맞이한 노인들에 대한 지속적인 연구가 필요하기 때문에 이 연구를 하게 되었다. 노인들의 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향에 대해 알아보고 성공적 노후를 위한 사회복지의 실천적 함의를 찾고자 하는 목적에서 이루어졌다. S시 노인종합복지관과 주민자치센터를 이용하는 65세 이상 노인을 대상으로 자기기입법과 대인 면접방법으로 설문조사를 실시하여 분석하였다. 연구방법은 첫째, 신뢰도검증과, 둘째, 기술통계분석을 실시하고, 셋째, 상관관계분석과 가설검증을 위한 다중회귀 분석으로 노인들의 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향을 분석한 결과, 라이프스타일의 하위변인인 건강 및 여가 추구, 외향적 도전 추구, 안전 및 물질추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구는 성공적 노후에 유의미하게 나타났다. 그 중 동료관계 추구, 보수적 가족 추구가 성공적인 노후에 가장 많은 영향을 끼치고 있으며, 노인들의 외로움 중에서 동료간의 화합적인 관계와 보수적 가족 추구를 유지하는 것이 본 연구의 의미라고 할 수 있으며, 고령사회를 맞이하는 노인들의 다양한 문화자본 확보와 쉽게 소비할 수 있는 제도가 필요하다고 생각된다.

■ 중심어 : | 고령사회 | 라이프스타일 | 성공적 노후 | 문화자본 |

Abstract

This study aimed at investigating the effects of sub-variables of elderly people's lifestyle health and leisure oriented pursuits, outdoor and challenge pursuits, security and material pursuits, family oriented pursuits, and peer oriented pursuits on what they perceive to be successful later years. The background of this study was that there has been few study on the older population in Korea with focus on their cultural and traditional norms. The objective of this study was to investigate the effects of elderly people's lifestyle on what they perceive to be successful later years, thereby identifying practical implications for better social welfare associated with successful later years. Analysis was carried out of self reported questionnaires and self-interviews with elderly people aged over 65 frequenting a welfare center for elders and a community center in a city in Korea. In order to examine the effects, a reliability test, a descriptive analysis, a correlation analysis, and a multi-regression analysis were performed. The results of the analysis for sub-variables of lifestyle showed that health and leisure oriented pursuits, outdoor and challenge pursuits, security and material pursuits, family oriented pursuits, and peer oriented pursuits had significant positive impact on successful later years. The two most influential were peer oriented and family oriented pursuits. Drawing on the results, this study suggests that what is needed for dejected and lonely elderly members in the society is to provide them with opportunities for developing and keeping good relationships with friends and family members and there is a need for a system where old people, as consumers of cultural capital, can have easy access to a variety of cultural resources and activities at a local and regional level.

■ keyword : | Aging Society | Lifestyle | Successful Later Years | Cultural Capital |

접수일자 : 2015년 08월 05일
수정일자 : 2015년 08월 21일
심사완료일 : 2015년 08월 21일
교신저자 : 고재욱, e-mail : kojea62@daum.net

I. 서 론

1. 연구의 필요성

현재 고령사회로 발 빠르게 접어든 한국에서 노년기에 어떻게 하면 노인 자신들이 성공적인 삶을 살 수 있을까 하는 것에 대한 관심은 노년층에게만 국한된 것이 아니라 중, 장년층 세대와 젊은 세대들에게도 많은 관심이 있다고 볼 수 있다. 고령화에 접어든 현재 노인들의 라이프 스타일이 어떤 기준으로 성공적 노후의 삶이라고 생각하는지를 파악함으로써 노인의 라이프 스타일을 분석하고 추후 성공적 노후로 이끄는 데 필요한 방법론을 제시하는데 의의가 있다.

대부분의 사람들에게 성공적인 노화와 그렇지 못한 노화를 구분하라고 하면 우선 병듦과 건강함의 차이를 생각할 것이다. 질병이나 장애가 없다는 것은 성공적인 노화의 매우 중요한 구성 요소임에 틀림없다. 하지만 어떤 사람은 질병이나 장애의 측면에서는 위험이 전혀 없더라도 외롭고 무기력하게 살고 있을 수 있다.

성공적인 노화에 대한 정의는 이러한 사실들을 모두 고려한 것이다. 성공적인 노화를 다음 세 가지 주요 특성을 살펴보면 첫째, 낮은 질병률 및 질병에 의한 장애 위험요소를 멀리하며, 둘째, 높은 수준의 정신적 기능적 신체적 기능을 유지하고, 셋째, 적극적인 인생참여로 볼 수 있어, 그 자체로도 매우 독립적이며 중요하다 볼 수 있다[1]. 또한 '성공적인 노화'라는 용어는 널리 사용되어 왔으나 개념을 측정하는 방식은 신체적, 정신적, 심리적인 안정감, 인지적 역량, 삶의 질, 생활만족도, 적응력, 사회적 통합 등 학자들마다 다르다[2][3]. 이는 다른 관점을 가지고 있는 연구자들의 이론들이 서로 다르기 때문이다.

성공적 노후란 고령자의 경제 사회적 관점에서 매우 중요하며, 고령사회에 있어서 성공적 노후에 대한 많은 연구[4-8]들이 이루어지고 있으며, 오늘날 성공적 노후에 대해서는 남녀노소 불문하고 관심이 있다. 이런 추세는 과거의 노인과 달리 현대는 개인적으로 잘 늙어가고자 하는 욕구와 관심이 증가하고 있는 것과 관련돼 있다. 인종, 계층에 관계없이 성공적인 노후의 욕구 및 능동적인 삶의 주체로 살고자 하는 의미의 사회적 관점도 변하고 있다[7][9-11]. 그리고, 한국뿐 아니라 외국의 교민들 또한 많은 관심을 가지고 있으며 연구되고 있다[12][13].

한편으로 노인들의 성공적 삶을 어떻게 만들고 사회적 지위와 역할을 늙어서도 잘 유지할 것인가 하는 문제와 노년층에 대한 정부와 기업의 사회정책을 개발하는 것과 맥을 같이 한다[14]. 성공적 노후를 보내는 사람들은 자신의 삶에 만족하며 생산 활동에 영향을 미치는 연구로 [15] 성공적 노후에 대한 참여와 경험 [16], 인식과 개념[4][17][18]등 많은 연구가 이루어졌다. 그리고 성공적 노후의 여가적인 부분에서는 [20-23]등 많은 연구가 이루어져 연구에 관심이 고조 되고 있으며, 가정학, 간호학, 심리학 등의 분야에서 많은 관심을 가지고 수행되어지고 있다[21]. 이러한 성공적 노후에는 라이프스타일에 따른 노인들의 변화 또한 적잖은 영향을 미칠 것이며, 라이프스타일은 생활의 신조이며 가치관을 포함하여, 일상생활의 여러 측면에 침투해 사회학적인 변수에 따라 차이가 있다[31].

또한 라이프스타일은 주관적 의미를 가지고 그것을 표현하는 행위자에 대해 생활의식이나 가치관, 성격 등의 복합물로서 노년층의 행동 전반에 영향을 미치는 중요한 요소이다[32]. 노인에게 라이프스타일이 갖는 의미는 시대의 진화와 함께 달라지고 있으며, 국가와 사회의 관심과 노력으로 '건강한 노후' 생활에 대한 인식이 긍정적으로 변화되고 있는 것은 사실이다[33]. 그러나 성공적 노후에 대한 연구들과 척도 개발 등 많은 연구가 이루어져 있으나 [5][6][28] 라이프스타일이 성공적 노후에 대한 인식을 다룬 연구는 미흡한 실정이다.

본 연구를 통하여 라이프스타일이 성공적 노후에 어떠한 영향을 미치는지 연구하고자 한다. 한국적 문화를 반영한 요인이 필요하다고 사료되어 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향에 대해 [5]의 연구개발한 척도에 기초하여 자기효능적 삶, 자녀 성공적 삶, 부부 성공적 삶, 자기 통제적 삶의 4가지 영역으로 나누었다. 더 나아가 라이프스타일과의 관계를 파악하여 고령화로 접어든 노인들을 성공적 노후로 이끄는데 인식수준을 살펴보고 이에 영향을 미치는 요인과 적합한 사회정책 방안 마련에 그 목적을 두면서, 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 라이프스타일은 성공적 노후에 영향을 미칠 것이다.

둘째, 라이프스타일은 자기 효능적 삶에 영향을 미칠 것이다.

셋째, 라이프스타일은 자녀 성공적 삶에 영향을 미칠 것이다.

넷째, 라이프스타일은 부부 성공적 삶에 영향을 미칠 것이다.

다섯째, 라이프스타일은 자기 통제적 삶에 영향을 미칠 것이다.

II. 이론적 배경

1. 노인의 라이프스타일

라이프스타일(Lifestyle)의 비중을 차치하고 있는 상당히 포괄적인 개념으로 여러 학자들에 의해 다양하게 개념규정이 이루어져 왔으며, 이들의 견해를 종합해 보면 라이프스타일이란 특정 개인 또는 집단 생활상의 특성을 나타내는 총체적 행위로 볼 수 있다[33][34][36][37]. 즉 생활 전반에 대한 활동, 관심, 태도, 의견, 가치관 등이 종합적으로 작용하여 나타나는 삶의 방식으로서 개인이나 집단에 의해 차별화된 행동양식으로 볼 수 있다

라이프스타일은 사회문화적인 외부의 환경요인이 개인의 태도나 신념, 그리고 관심과 활동 등에 영향을 미쳐 형성되고 지속적이며 일관성 있는 생활양식이다[39][40]. 라이프스타일이란 사회 전체 또는 사회 속에서 다른 사람을 구별할 수 있는 개인의 특징적인 생활양식을 의미하며, 라이프스타일을 가족 구성원의 생활양식에 맞추어 상품, 사건, 자원을 생활양식에 맞게 만들어가는 행위라 정의하였다[34]. 라이프스타일을 '시간과 돈을 사용하며 살아가는 총체적 생활 방식'이라고 하며[7], 주어진 시간을 어떻게 사용하고 주어진 상황에서 무엇을 중요하게 생각하며, 자기 자신을 어떻게 보는가' 등에 의해서 결정되어지는 삶의 형태라고 하였다. 그러므로, 라이프스타일은 각자 개인들이 살아가고 있는 생활양식을 나타내고 각자의 삶의 형태로 노후의 생활을 측정하는 중요한 변수가 될 수 있다[39].

노인의 라이프스타일의 유형을 식사생활, 취미생활, 일상생활, 종교생활, 가족관계, 동료관계, 유료노인복지주택 선호도 등으로 구분한[41]과 노인의 라이프스타일을 과시성향형, 사교형, 남녀 평등 추구형, 매체 지향형, 알뜰 구매형, 여가 추구형, 노력형, 예능적 성향 등 11개의 요인으로 유형화 하였으며[42], [43]은 중장년층의 라이프스타일을 건강추구, 여가문화추구, 외향적 도전추구, 안전 및 물질추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구, 종교 및 봉사활동 추구의 7가지 유형으로 분류하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이 노인의 라이프스타일 유형은 각 학자마다 상이하게 나타나 일반화하기에 무리가 있어 본 연구에서는 선행연구에 근거하고[49], [54]의 연구를 토대로 건강 및 여가 추구, 외향적 도전 추구, 안전 및 물질 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구의 5가지 유형으로 분류하였다.

2. 노인의 성공적 노후

성공적인 노후 개념의 기원은 기원전 44세기 Cicero가 쓴 훌륭한 노화(good aging)에 관한 수필에서 찾아볼 수 있는데, 키케로는 늙는다고 해서 모든 사람이 비참해지거나 황량해지는 것이 아님을 강조하며 의미 있게 즐길 수 있는 노년상을 제시하였다[45]. 성공적 노화는 1960년대부터 거론되기 시작하여 오늘날에는 노년학이나 사회정책영역에서 중요시되고 있으며. 직접적으로는 1986년 미국에서 노년사회학의 주제로 소개되면서 활발한 연구가 진행되었다[53].

한편, 성공적 노후는 노인을 병리적이고 정체된 수동적인 존재로만 보던 시각에서 탈피하여 노인을 긍정적 관점으로 보고자 하는 노력이라 할 수 있으며[54], 현대 노년학이라는 학문적 틀 안에서 '성공적 노후(Successful Aging)' 라는 개념이 다시 이목을 받기 시작한 것은 1987년 [55]가 성공적인 노화를 포함한 노화는 건강한 과정으로 여겨지고, 영양과 활동수준 같이 개선이 가능한 요인들에 따라 달라지는 것으로 보며, 『Science』지에 기재한 <Human Aging>이라는 제목의 논문에서 비롯된다.

노화란 G. Stanly Hall이 최초로 노년기 규정에서 만들어낸 개념으로 normal aging 와 senescence의 개념을 포함한다. normal aging(정상적인 노화) 란 발생학적으로 대표적인 유기체가 정상적인 환경조건 속에서 살아가면서 시간과 흐름에 따라 자연히 일어나게 되는 변화를 말한다[51].

성공적 노후에 대한 관심이 노년층만이 아니라, 중년층에게도 많은 관심영역이 되고 있다는 것을 연구결과에서도 알 수 있다. 특히 성공적 노후와 관련된 기존 연구에 국한해서[4][51][52] 이루어졌을 뿐만 아니라, 여성과 남성노인의 연구도 이루어졌다[7]. 성공적 노후의 구성요소에 관한 연구로[55]는 심리적 측면과 사회관계적 측면, 신체건강 측면과 정신건강 측면으로 구성되었으며, 학력과 성공적 노후는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다[24]. 노년기의 성공적 노후를 위해서는 노인들을 지지해 줄 사회적 지지체계가 형성되어야 하며, 특히 노인들은 자신이 살아온 인생에 의미를 부여하고, 발견하는데 있어서 가족 및 친구들과의 친밀한 관계를 맺는 것이 중요하다[58].

국내 이러한 성공적인 노후의 예측요인에 대해서[5]는 한국적 문화를 반영하여 성공적인 노후가 한 가지의 차원이 아닌 신체, 정신 건강, 자기수용, 자율·자기 통제 등 심리적 적응 및 인지적 기능과 함께 부부와 자녀와의 관계를 포함한 친밀한 관계의 사회적 관계 및 생산적 활동, 경제적 준비 및 복지 등의 다각적인 요인들에 의해 구성되고 영향을 받고 있음을 볼 수 있다.

이와 같이 선행연구들을 통해 볼 때 다양한 영역들에 걸친 여러 요인들에 의해 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 맥락을 같이한 [8]은 과거와 현재를 수용하고 죽음을 받아들이며 동시에 삶의 의미나 목적을 잃지 않고 정신적으로 성숙해가는 심리적 발달과정이 성공적 노후라고 정의하였다.

3. 선행연구

노인의 라이프스타일에는 심리적, 환경적 요인과 생활역사 등 복합적인 요인들에 의해 영향을 받으며, 노후생활과 여가 그리고 라이프스타일이 생활만족도나 삶의 질, 성공적 노후에 미치는 영향력을 밝히는데 중점을 두었으며, 인구사회학적 특성에 따른 성공적 노화의 차이는 건강상태, 경제능력, 학력, 자녀 수, 종교, 성별의 순으로 유의미한 차이를 보였으며, 특히 건강상태가 좋을수록, 경제능력이 높을수록, 학력이 높을수록, 성공적 노화의 차이가 높은 것으로 나타난 [48]은 본인 직업 유무, 월평균 소비지출, 자녀 수, 주택 소유형태, 주거형태 등 모든 라이프스타일이 사회경제적, 건강 심리적, 주거 환경적 준비행동에 유의한 영향을 미치고 있다.

한편, [53]은 중장년층의 라이프스타일을 생활 독립형, 생활 편의형, 생활 무관심형, 생활 계획형으로 분류하고, 생활계획형이 신체적, 정서적 노후 준비를 잘하는 것으로 분석하였고, 다양한 라이프스타일이 노후준비도와 생활만족도를 설명해 주는 중요한 변임임을 설명한 [62]와, 건강 및 여가 추구, 외향적 도전추구, 안전 및 물질 추구, 보수적 가족 추구로 분류하고 라이프스타일에 따른 중·노년층의 노후준비도 및 생활만족도를 분석하고 라이프스타일은 생활의식, 생활행동, 가치관, 성격 등의 다차원적 개념이며 성공적 노화를 예측하는 연구라고 볼 수 있다[54].

또한 라이프스타일은 여가활동 등과 관련하여 연구도 활발하게 이루어졌으며, 그 결과 노인들의 라이프스타일이 여가활동과 생활만족도에 유의미한 효과를 보인다고 주장하였다[55]. 그리고 [56]은 중·장년층의 라이프스타일에 따른 정보탐색 태도와 성공적 노화를 보내기 위한 노후준비의 관계를 연구한 결과, 연령이 높을수록 노후준비도가 높음을 나타내고 이는 곧 장기간 동안 노후준비를 준비한 결과 관련이 있으며, 성인기부터 노후준비가 필요하다는 연구결과를 보였다.

생활체육프로그램 참여 노인의 라이프스타일과 성공적 노후의 관계를 살펴본 결과 복지관 체육프로그램 참여 노인이 자녀만족에 유의한 영향을 미치고 자율적 삶에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나고 [13], 그리고 건강한 신체활동으로써 삶의 질 측면에서도 매우 중요한 의미를 부여하고[7][59][64] 성공적 노후에 대한 연구로 [7]은 남여의 성공적 노후에 대한 차이가 있는 것으로 나왔다. 성공적 노후는 개인마다 문화마다 달라질 수 있고, 다차원적인 영역들로 구성되어

지는 것으로 이해할 필요가 있다[39][66]. 신체적 정신적 건강상태에 미치는 영향을 확인할 수 있으며, 성공적 노후는 국내뿐만 아니라 해외 교민들의 성공적 노후에 관한 연구도 많은 관심을 가지고 있다[12][13].

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향에 대해 알아보기 위해 경기도 S시 노인종합복지관과 주민자치센터에서 65세 이상의 노인을 대상으로 2014년 6월30일~7월10일까지 260부를 배포하여 자기기입법과 직접 면접방법으로 설문조사를 실시하여 250부 회수하고 불성실한 설문지를 11부를 제외하고 239부를 실제 분석에 활용하였다.

2. 측정도구

2.1 라이프스타일

라이프스타일은 개인에 내면화된 사회적 가치와 개인의 생활의식에 의해 표출되는 행동양식으로써 [55][60][62]등의 연구를 토대로 수정·보완하여 건강 및 여가 추구는 취미 및 여가활동이나 문화센터, 노인학교 등에 참여하고 스포츠 활동을 하며, 건강을 위해 좋은 음식과 정기적으로 건강검진을 받는 것을 말하며, 외향적 도전 추구는 밖에서 활동하는 것이 좋고 열심히 일을(봉사활동)하면서 성취감을 느끼며 안전 및 물질 추구는 재산을 중요시하고 물질적 소유를 성공의 표시로 보며 보다 많은 물질을 소유하고 싶은 욕망, 그리고 보수적 가족 추구는 집안의 대·소사는 가족과 의논하고 내가 희생하더라도 가족을 돌보며, 결정을 내릴 때는 가족, 친지와 상의하고, 동료관계 추구는 동료들과 어울리는 것이 좋고 어려움을 겪는 동료를 돕고 내가 여려울 때 동료들이 도와주고, 모임에 적극적인 참여와 중심 역할을 하는 것을 말한다.

건강 및 여가 추구, 외향 도전 추구, 안전 및 물질 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구등을 총 21문항을 5점 리커트 척도로 측정 전혀 그렇지 않다 1점, 매우 그렇다 5점 척도로 측정하였다. [43]의 연구에서 도구의 신뢰도는 하위항목별 Cronbach's a 계수는 건강추구 .74, 여가 추구 .77, 외향 도전 추구 .75, 안전 및 물질 추구 .75, 보수적 가족 추구 .78, 동료관계 추구 .85 이며, 본 연구에서 5가지 하위항목별 Cronbach's a 계수는 건강 및 여가 추구 .75, 외향도전추구 .81, 안전 및 물질 추구 .68, 보수적 가족 추구 .72, 동료관계 추구 .83로 나타났다.

2.2 성공적 노후

성공적 노후에 대한 개념적 정의는 노화에 대한 여러 변화들에 적응해가면서, 현재의 삶의 여러 모습에 대한 인식수준으로 정의하고 사회적 경제적 기준에서 성공한 것으로 인식하는 것이 아닌, 노인 자신이 느끼고 인식하는 것이다. [5]가 개발한 한국 노인의 성공적 노후에 관한 척도를 사용하였다.

자기효능감을 느끼는 삶은 노년기에도 앞으로의 남은 삶에 대해 희망을 갖고 다양한 활동에 참여하며, 주변 사람들로 부터 자신이 필요한 사람으로 여겨지는 것이며, 자녀 성공을 통해 만족하는 삶은 자녀들이 사회적으로 출세하고 결혼해서 화목하게 살며, 경제적으로 걱정을 끼치지 않고 살아가는 것이 중요하며, 부부간의 동반자적 삶은 부부 모두가 건강하고 서로 함께 하는 것이고, 자기통제를 잘하는 삶은 규칙적으로 생활하고 자신의 몸과 마음을 다스리는 내용으로 이 척도는 자기효능감을 느끼는 삶 13문항, 자녀 성공을 통해 만족하는 삶 8문항, 부부간의 동반자적 삶 3문항, 자기 통제를 잘하는 삶 6문항으로 총 30문항으로 구성되어 있다. 각 문항들은 5점 리커트 척도로 점수가 높을수록 노인들의 노후가 성공적임을 의미한다.

[18]의 연구에서 성공적 노후에 대한 인식 4가지의 하위항목별 Cronbach's a 계수는 자기 효능적 삶 .84 자녀 성공적 삶 .84, 부부 성공적 삶 .86, 자기 통제적 삶 .83으로 나타났으며, 본 연구에서 Cronbach's a 계수는 자기 효능적 삶 .89, 자녀 성공적 삶 .88, 부부 성공적 삶 .75, 자기 통제적 삶 .88로 나타났으며, 성공적 노후에 대한 인식이 높은 것으로 신뢰도 검증결과 Cronbach′s α 는 .85 로 상당히 높은 것으로 나타나 성공적 노후 척도의 신뢰도가 입증되었다.

Ⅳ. 연구결과

1. 측정변수의 신뢰도 검증과 요인분석

1.1 신뢰도 검증

설문지의 신뢰도를 검증하는 방법으로 가장 많이 사용되는 것은 내적 일관성의 산출계수인 Cronbach's α를 이용하여 신뢰도를 저해하는 항목을 찾아내어 측정도구에서 제외시킴으로써 측정도구의 신뢰도를 높이는 것이다[61]. 본 연구에서는 내적 일관성을 측정하는 Cronbach's α를 이용하여 설문조사를 통하여 측정한 변수들에 대한 신뢰도를 검증하였다. 신뢰도 분석 결과, 라이프스타일의 5개 요인과 성공적 노후 4개 요인에서 모두 0.7이상으로 신뢰도가 있는 것으로 나타나고 있었으며 [표 1]과 같다.

표 1. 신뢰도 분석 결과

변수명	하위 요인	문항수	Cronbach's α
라이프 스타일	건강및여가추구	4	.752
	외향도전추구	4	.813
	안전물질추구	4	.677
	보수적가족추구	4	.721
	동료관계추구	5	.832
성공적 노후	자기효능적 삶	13	.887
	자녀성공적 삶	8	.881
	부부 성공적 삶	3	.749
	자기통제적 삶	6	.878

1.2 요인분석

라이프스타일에 대한 요인분석 결과, 5개의 요인으로 추출되었으며, 추출된 요인의 아이겐값은 모두 1.0이상으로 나타났으며, 총누적변량은 61.596%인 것으로 나타났다. 그리고 KMO=0.867, χ^2=2100.710으로 요인분석이 통계적으로 유의미하게 적절히 실시된 것을 확인할 수 있었다. 이 후의 분석에서는 각 요인의 산술평균을 산출하여 건강여가 추구, 동료관계 추구, 보수적 가족 추구, 안전 및 물질추구, 외향적 도전 추구라는 변수명을 사용하여 [표 2]와 같이 분석을 실시하였다.

표 2. 라이프스타일에 대한 요인분석결과

구 분	요인명				
	건강 및 여가추구	동료 관계 추구	보수 가족 추구	안전 물질 추구	외향 도전 추구
건강여가1	.730	.222	.182	.134	-.101
건강여가4	.698	.004	.150	-.022	-.055
건강여가2	.687	.153	.168	.119	.072
건강여가3	.679	.117	.104	-.041	.292
동료관계1	.150	.791	.156	.133	.176
동료관계4	.047	.715	.178	.086	.214
동료관계3	.192	.630	.052	.248	-.127
동료관계5	.293	.550	.366	.052	.100
동료관계2	.046	.515	.114	.253	.243
보수가족1	.115	.191	.776	.019	.218
보수가족4	.329	-.016	.751	.170	.015
보수가족3	.141	.310	.738	.039	.224
보수가족2	.364	.142	.701	.004	-.128
안전물질2	.093	.004	.017	.829	.042
안전물질1	.126	.315	-.003	.724	.037
안전물질3	-.014	.184	.136	.643	.177
안전물질4	.274	.202	.122	.528	.037
외향도전4	-.069	.148	.104	.392	.692
외향도전2	.357	.235	.217	-.070	.659
외향도전3	.044	.033	.175	.048	.610
외향도전1	.372	.157	.199	.003	.538
아이겐값	3.601	2.921	2.747	2.021	1.641
변량	17.164	13.911	13.082	9.624	7.624
누적변량	17.164	31.075	44.158	53.781	61.596
KMO=.867, χ^2=2100.710, df=210, p=.000					

1.3 연구 대상자의 일반적 특성

인구사회학적 특성으로 조사대상자의 성별은 남자 96명(40.2%), 여자 143명(59.8%)이였으며, 연령은 65-70세가 113명(47.3%)로 가장 많았고, 71-75세가 74명(31%)로 나타났다. 교육수준은 고등학교 졸업자가 89명(37.2%)이 가장 많았으며, 무학인 경우가 12명(5.0%)로 전반적으로 낮은 편이다. 은퇴이전의 직업은 판매종사자가 96명(39.7%)으로 가장 많았으며, 사무종사자는 13명(5.4%)로 가장 낮게 나타났다.

월수입으로는 50만원미만이 47명(19.7%)고, 50-100만원도 61명(25.5%)로 나타났다. 기혼이 191명(79.9%)으로 많았으며, 사별은 46명(19.2%) 나타났다. 종교는 65.7%가 있으며, 주거형태는 자가178명(74.5%)으로 가장 높게 나타났고 건강상태도 보통이 134명(56.1%)이며, 건강이 67명(28%)로 나타났다. 자녀와의 동거여부

도 따로산다가 175명(73.2%)이고 같이산다가 56명(23.4%)이다. 월용돈은 10만원이하 30(12.6%), 41-50만원이 57명(23.8%)로 가장 많았으며, 100만원 이상도 9명(3.8%)로 [표 3]과 같이 나타났다.

표 3. 연구대상자의 일반적 특성

구 분		빈도	퍼센트 %
성별	남자	96	40.2
	여자	143	59.8
연령	65-70세	113	47.3
	71-75세	74	31.0
	75-80세	38	15.9
	81세 이상	14	5.9
학력	무학	12	5.0
	초등졸	38	15.9
	중졸	61	25.5
	고졸	89	37.2
	대졸 이상	39	16.4
직업	고위임직원	15	6.3
	전문가	28	11.7
	기술공	59	24.7
	사무종사자	13	5.4
	서비스종사자	15	6.3
	판매종사자	95	39.7
	농/임/어업	14	5.9
월수입	50만원 미만	47	19.7
	50-100만원	61	25.5
	100-200만원	50	20.9
	200-300만원	46	19.2
	300만원 이상	23	9.6
	기타	12	5.0
혼인여부	미혼	2	.8
	기혼	191	79.9
	사별	46	19.2
종교	있다	157	65.7
	없다	82	34.3
주거형태	자가	178	74.5
	전세	38	15.9
	월세	9	3.8
	기타	14	5.8
건강상태	매우건강	9	3.8
	건강	67	28.0
	보통	134	56.1
	나쁨	24	10.0
	매우 나쁨	5	2.1
자녀동거	동거	56	23.4
	따로 산다	175	73.2
	없음	8	3.3
월용돈	10만원 이하	30	12.6
	11-20만원	37	15.5
	21-30만원	40	16.7
	31-40만원	33	13.8
	41-50만원	57	23.8
	51-100만원	33	13.8
	100만원 이상	9	3.8
합계		239	100.0

2. 기술 통계 및 상관관계 분석

본 연구에서 설정한 연구모형을 검증하고자 먼저 기술통계 및 상관관계분석을 실시하여 연구변인들의 평균과 표준편차, 왜도, 첨도, 일변량 정규성을 검토하였다. 연구변인에 대한 기술통계 분석 결과는 [표 4]에 제시하였다.

표 4. 측정변수인에 대한 기술통계분석

구 분		평균	표준편차	왜도	첨도
라이프스타일	건강 및 여가추구	3.50	.68	-.463	.641
	외향 도전 추구	3.67	.67	-.573	1.442
	안전 및 물질 추구	3.46	.60	.014	-.209
	보수적 가족 추구	3.73	.55	.204	.634
	동료관계 추구	3.36	.62	.159	.705
성공적 노후	자기효능적 삶	3.43	.54	-.160	.677
	자녀성공적 삶	3.57	.59	-.211	.653
	부부 성공적 삶	3.41	.72	.315	.449
	자기통제적 삶	3.64	.61	.301	1.215

기술통계 결과를 살펴보면, 평균은 라이프스타일 중에서 보수적 가족 추구가 3.73으로 가장 높게 나타났으며, 외향 도전 추구, 건강 및 여가 추구, 안전 물질 추구, 동료관계 추구의 순으로 나타났다. 성공적 노후 중에서 자기통제적 삶이 3.64로 가장 높게 나타났으며, 자녀성공적 삶, 자기효능적 삶, 부부 성공적 삶의 순으로 나타났다.

다음은 측정변수간의 관계를 분석하기 위해 변인 간 상관관계 분석을 실시하였다. 상관관계 분석은 변인들 사이의 영향관계의 유의성을 보장하기 위해 필요한 것으로, 상관관계가 존재하지 않으면 영향관계를 분석하는 의미가 없어진다. 본 연구에서는 구조모형에 투입된 변인들 간의 관계성을 Pearson의 상관관계분석을 통해 확인하였다. 변인들의 상관관계 분석결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 변인 간 상관관계분석

		라이프스타일				
		건강 여가 추구	외향 도전 추구	안전 물질 추구	보수적 가족 추구	동료 관계 추구
성공적 노후	자기효능적 삶	.516***	.469***	.092	.300***	.673***
	자녀성공적 삶	.330***	.279***	.155*	.344***	.438***
	부부 성공적 삶	.354***	.308***	-.018	.187**	.389***
	자기통제적 삶	.453***	.395***	.040	.215***	.491***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

3. 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향

라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향을 분석하기 위하여 라이프스타일을 독립변수로 설정하고, 성공적 노후를 종속변수, 인구 사회적 요인을 통제변수로 설정하여 분석을 실시하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구 사회적 요인을 투입하여 분석한 결과, 건강상태와 월 용돈이 성공적 노후에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 직업은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서는 라이프스타일을 추가로 투입하여 분석한 결과, 건강 및 여가 추구, 보수적 가족추구, 동료관계 추구는 성공적 노후에 정(+)의 영향을 미치고 있었으며, 안전 물질 추구는 성공적 노후에 부(-)의 영향을 미치고 있었다. 1단계에서 2단계로의 회귀모형 설명력이 32.1% 증가한 것으로 나타나 [표 6]과 같이 나타났으며, 이는 선행연구의 [54]의 건강 및 여가 추구, 보수적 가족 추구, 외향도전 추구, 안전 물질 추구에 관한 연구에서 모두 일치하지만 안전 물질 추구는 일치하지 않는 것으로 나타났다. 안전 물질 추구는 경제적 노후 준비도에는 영향을 미치나 성공적 노후에는 영향이 적은 것으로 나타났다. 노후 경제력 보유에 대한 욕구는 물질에 대한 유한함이 보수적 가족추구에 함축되어 있기 때문이다. 또한 [49][62]의 연구와도 부분적으로 일치하였으며, 이중 건강 및 여가 추구 보수적 가족 추구, 동료관계 추구가 일치하는 것으로 나타났다.

표 6. 라이프스타일이 성공적 노후 전체에 미치는 영향

구 분	1단계		2단계	
	베타	t	베타	t
(상수)		11.948		4.839
성별	.061	.841	.075	1.267
연령	-.079	-1.254	-.063	-1.239
학력	-.080	-1.189	-.071	-1.281
직업	-.167	-2.240*	-.115	-1.890
월소득	.012	.163	.050	.867
종교	-.018	-.293	.016	.329
건강상태	.300	4.686***	.205	3.954***
월용돈	.141	2.106*	-.009	-.164
건강및여가추구			.249	3.732***
외향도전추구			-.039	-.528
안전물질추구			-.198	-3.355**
보수적가족추구			.197	3.165**
동료관계추구			.399	6.214***
R Square		.167		.488
△ R Square				.321
F		5.770***		16.484***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

4. 라이프스타일이 성공적 노후 하위변수에 미치는 영향

라이프스타일이 자기효능적 삶에 미치는 영향을 분석하기 위하여 라이스타일을 독립변수로 설정하고, 자기 효능적 삶을 종속변수, 인구사회적 요인을 통제변수로 설정하여 분석을 실시하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구사회적 요인을 투입하여 분석한 결과, 건강상태와 월 용돈이 자기 효능적 삶에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2단계에서는 라이프스타일을 추가로 투입하여 분석한 결과, 건강 및 여가 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구는 자기효능적 삶에 정(+)의 영향을 미치고 있었으며, 안전 물질 추구는 자기효능적 삶에 부(-)의 영향을 미치고 있었다. 1단계에서 2단계로의 회귀모형 설명력이 38.0% 증가한 것으로 나타났으며 [표 7]과 같으며, 이는 선행연구에서 자기 효능적 삶을 위한 선행연구 [5][7][63-66]과 일치하며, 무엇인가 배우고 가족이나 친구 사이의 친밀한 관계 형성과 자존감이 높고, 신체적 기능과 대인적 자기 효능감이 높을수록 성공적 노후에 유의미한 영향을 미쳤다.

표 7. 라이프스타일이 자기효능적 삶에 미치는 영향

구 분	1단계		2단계	
	베타	t	베타	t
(상수)		9.452		2.546
성별	.134	1.916	.123	2.334*
연령	.019	.305	.043	.949
학력	-.049	-.747	-.037	-.738
직업	-.128	-1.761	-.049	-.894
월 소득	.069	.993	.113	2.205*
종교	-.027	-.450	-.006	-.131
건강상태	.323	5.195***	.219	4.735***
월용돈	.176	2.701**	.011	.220
건강및여가추구			.192	3.216**
외향도전추구			.007	.105
안전물질추구			-.159	-3.026**
보수적가족추구			.116	2.080*
동료관계추구			.510	8.884***
R Square		.211		.591
△ R Square				.380
F		7.687***		24.987***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

라이프스타일이 자녀성공적 삶에 미치는 영향을 분석하기 위하여 라이스타일을 독립변수로 설정하고, 자녀성공적 삶을 종속변수, 인구사회적 요인을 통제변수로 설정하여 분석을 실시하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구사회적 요인을 투입하여 분석한 결과, 건강상태와 월 용돈이 자녀 성공적 삶에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 학력은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서는 라이프스타일을 추가로 투입하여 분석한 결과, 건강 및 여가 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구는 자녀성공적 삶에 정(+)의 영향을 미치고 있었으며, 1단계에서 2단계로의 회귀모형 설명력이 19.3% 증가한 것으로 [표 8]과 같으며, [68][69]의 연구결과에서도 자녀와의 상호지원이 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치며, 애정적 결속이 높은 집단으로 본 연구와 일치한다.

표 8. 라이프스타일이 자녀 성공적 삶에 미치는 영향

구 분	1단계		2단계	
	베타	t	베타	t
(상수)		10.334		3.349
성별	.132	1.782	.159	2.317*
연령	-.039	-.600	-.016	-.266
학력	-.175	-2.525*	-.150	-2.312*
직업	-.143	-1.859	-.119	-1.677
월 소득	.005	.074	.033	.488
종교	.044	.693	.079	1.374
건강상태	.158	2.392*	.109	1.796
월용돈	.202	2.913**	.091	1.400
건강및여가추구			.166	2.130*
외향도전추구			-.089	-1.035
안전물질추구			-.119	-1.732
보수적가족추구			.295	4.060***
동료관계추구			.253	3.384**
R Square		.111		.304
△ R Square				.193
F		3.598***		7.568***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

라이프스타일이 부부 성공적 삶에 미치는 영향을 분석하기 위하여 라이스타일을 독립변수로 설정하고, 부부 성공적 삶을 종속변수, 인구사회적 요인을 통제변수로 설정하여 분석을 실시하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구사회적 요인을 투입하여 분석한 결과, 건강상태가 부부 성공적 삶에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 연령은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서는 라이프스타일을 추가로 투입하여 분석한 결과, 건강 및 여가 추구, 동료관계 추구는 부부 성공적 삶에 정(+)의 영향을 미치고 있었으며, 안전 물질 추구는 부부 성공적 삶에 부(-)의 영향을 미치고 있었다. 1단계에서 2단계로의 회귀모형 설명력이 15.5% 증가한 것으로 나타나 [표 9]와 같이 나타나며, 본 연구와 [57][65-67]의 연구와 일치하며, 부부관계를 평등한 동반자로 인식하는 친밀감이 성공적 노후에 긍정적인 영향을 나타낸다고 할 수 있다.

표 9. 라이프스타일이 부부 성공적 삶에 미치는 영향

구 분	1단계		2단계	
	베타	t	베타	t
(상수)		8.864		4.057
성별	-.087	-1.176	-.078	-1.122
연령	-.127	-1.970*	-.128	-2.121*
학력	.016	.237	.011	.172
직업	-.117	-1.539	-.087	-1.206
월 소득	-.002	-.028	.029	.420
종교	-.039	-.631	-.015	-.258
건강상태	.244	3.729***	.171	2.779**
월용돈	.038	.561	-.062	-.942
건강및여가추구			.195	2.466*
외향도전추구			-.045	-.511
안전물질추구			-.185	-2.646**
보수적가족추구			.112	1.525
동료관계추구			.285	3.749***
R Square		.128		.283
△ R Square				.155
F		4.238***		6.822***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

라이프스타일이 자기 통제적 삶에 미치는 영향을 분석하기 위하여 라이스타일을 독립변수로 설정하고, 자기 통제적 삶을 종속변수, 인구사회적 요인을 통제변수로 설정하여 분석을 실시하였다. 1단계에서는 통제변수인 인구사회적 요인을 투입하여 분석한 결과, 건강상태가 자기 통제적 삶에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 직업은 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서는 라이프스타일을 추가로 투입하여 분석한 결과, 건강 및 여가 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구는 자기 통제적 삶에 정(+)의 영향을 미치고 있었으며, 안전 물질 추구는 자기 통제적 삶에 부(-)의

영향을 미치고 있었다. 1단계에서 2단계로의 회귀모형 설명력이 25.1% 증가한 것으로 [표 10]과 같이 나타났으며, [34]의 연구 결과와도 일치하며, 긍정적인 사고방식과 건강상태와 사회참여와 사회적 친밀성이 자아통합감을 향상시키는데 기여 하고 있음을 보여준 결과로 판단된다.

표 10. 라이프스타일이 자기 통제적 삶에 미치는 영향

구 분	1단계		2단계	
	베타	t	베타	t
(상수)		10.529		4.276
성별	.058	.782	.079	1.213
연령	-.093	-1.436	-.083	-1.472
학력	-.073	-1.059	-.073	-1.196
직업	-.168	-2.204*	-.124	-1.840
월 소득	-.024	-.334	.002	.028
종교	-.032	-.514	.000	.008
건강상태	.276	4.217***	.186	3.248**
월용돈	.076	1.107	-.055	-.896
건강및여가추구			.273	3.705***
외향도전추구			.002	.030
안전물질추구			-.188	-2.886**
보수적가족추구			.139	2.016*
동료관계추구			.305	4.291***
R Square		.124		.375
△ R Square				.251
F		4.077***		10.400***

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

V. 결론 및 제언

노년기의 삶은 단순히 사회에서의 은퇴와 소멸을 의미하는 것이 아니라 질적 건강과 행복, 성취에 초점이 맞추어지고 있다. 노년기의 건강과 행복, 성취의 조건은 신체적, 심리적, 정서적, 사회적으로 자신의 생(生)을 보다 보람차게 보냈다고 인지할 수 있는 환경과 가치관이 주어져야 할 것이다.

따라서 인생에서 노후생활의 중요성을 인식하고 라이프스타일이 성공적 노후에 영향이 있는지 파악하고 필요한 욕구를 충족시켜주기 위해 신체적 건강 여가, 외향적 문화 활동, 경제적 자립 의지, 가족, 동료와의 사회적 문화 교류, 자아 증진 등을 계획하고 준비하는 노력이 필요하다. 이에 노년기의 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향을 분석하였다. 본 연구의 결과를 보면 다음과 같다.

첫째, 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향은 건강상태, 건강 및 여가 추구, 안전 물질 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구였다. 그 중에서, 동료관계 추구가 가장 큰 영향을 나타났다. [17]의 연구에서와 같이 건강 추구가 노후준비 즉 성공적 노후와 정적 영향을 미치고 있어 본 연구와 유사하게 나타났다.

즉 노인의 심리 정서적 특성과 여가활동의 선호 유형과 노인들의 욕구와 심리 정서적 특성에 '정, 체면, 성역할 태도'와 같이 동료관계 추구가 가장 큰 영향을 받고 있으며, [23][54][60][62]의 연구와 부분 일치하며, 라이프스타일은 건강 및 여가 추구, 안전 및 물질 추구, 보수적 가족 추구, 그리고 외향적 도전추구로 분류되며, 이 중 건강 및 여가 추구 라이프스타일의 설명력이 가장 높아 실버소비자들은 건강한 삶을 위해 몸에 좋은 음식과 운동 그리고 스포츠레저 활동을 즐기려는 성향이 가장 많이 지니고 있다고 나왔다.

둘째, 라이프스타일이 자기 효능적 삶에 미치는 영향은, 성별, 월소득, 건강상태, 건강 및 여가 추구, 안전 물질추구, 보수적 가족추구, 동료관계 추구가 있으며, 그 중 동료관계 추구가 가장 큰 영향으로 나타났다. 이는 [64]의 연구 결과와 유사하며 [5][7][63][65]의 연구에 대한 성공적 노후에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 라이프스타일이 자녀 성공적 삶에 미치는 영향은, 성별, 학력, 건강 및 여가 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구이며 그 중 보수적 가족 추구가 가장 큰 영향을 나타났다. 이는 [69]의 연구에서 자녀와의 접촉이 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 성공적 노화 여부를 설명하는데 부부관계가 아니라 자녀와의 관계에서 자녀와의 상호지원이 결정적으로 중요한 요인이 되는 것으로 나타났다. 성공적 노화에 미치는 영향에 관한 선행연구에서는 자녀와의 상호지원이 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 배우자가 있는 노인을 대상으로 연구하였음에도 성공적 노화 여부를 설명하는데 부부관계가 아니라 자녀와의 관계에서 자녀와의 지원이 결정적으로 중요한 요인이 되는 것으로 나타났다.

넷째, 라이프스타일이 부부 성공적 삶에 미치는 영향은 연령, 건강상태, 건강 및 여가 추구, 안전 물질 추구, 동료관계 추구가 있으며, 그 중 동료관계 추구가 가장 큰 영향으로 나타났다. 이는[51]의 연구와도 유사하게 나타나 부부간의 친밀함을 나눌 수 있는 긴밀한 상호작용이 더 긍정적일 수 있다고 하였다. 마지막으로 라이프스타일이 자기통제적 삶에 미치는 영향은, 건강상태, 건강 및 여가 추구, 안전 물질 추구, 보수적 가족 추구, 동료관계 추구가 있으며, 그 중 동료관계 추구가 가장 큰 영향을 미치는 변수로 나타났다.

이 모든 결과를 두고 볼 때, 성공적 노후에 가장 많은 영향을 미치는 변수는 보수적 가족 추구와 동료관계 추구이며, 성공적 노후에 관한 연구가 주로 노후준비에 관한 연구[4][19][35][42]인 반면, 본 연구 결과는 노후에 들어선 노년기 삶의 시작에서 지금까지의 라이프스타일에 따른 영향과 또 노인들의 지속되는 삶이 자기효능감과 자기통제가 있는 라이프스타일에 대한 주관적 인식을 개선하도록 지속 가능한 교육프로그램이 제공되어야 한다. 노후를 어떻게 보내느냐에 따라 노인의 여가, 체육, 복지, 운동 등 건강한 여가와 문화적 활동을 포함한 다양하고 전반적인 것이 제공되어야한다[70].

또한, 현대 노인들에게는 미래의 삶도 관심대상이며 성공적 노후는 계속되는 발달과정이며, 개인의 상황에 따라 그 방법은 다양하며, 노인들은 개인차가 크고 또 성공적인 노후는 질적으로 매우 다르며, 객관적 측면과 주관적 측면 모두 포함되어야 할 것이며, 가족이나 다른 사람들과의 긍정적인 관계가 될 수 있는 지지를 주고 받는 등 사회구성원으로 인정받고 무엇인가를 성취하려는 욕구이다[51].

전통적 사고방식을 소유하고 보수적이고 의존적인 성향과 경제적으로 풍요롭고 가족과 즐겁게 생활하며, 자기계발과 개방적인 생활방식은 자신의 삶을 적극적으로 관리하고, 자아충족 및 자아만족을 통해 삶의 만족 및 성공적 노후에 긍적적인 역할을 한다.

노년의 라이프스타일은 상당한 비중이 건강 약화와 사회 퇴진으로 인한 자존감의 감소로 그를 얼마나 극복하는 생활을 하는가에 따라 성공적 노후에 영향을 미치고 있으며, 사회는 문화자본의 다양성과 복잡한 소비계층을 형성함으로써 성공적 노후에 관한 영향을 지방자치단체는 획일적인 만족도로 표현하기는 힘들다.

각 지방자치단체는 더욱 다양한 문화자본을 확보하고 저변에 더욱 쉽게 소비할 수 있는 제도와 관리가 필요하다. 또한 가족과의 유대감을 중시하고 집안의 대·소사를 의논하야 한다고 인식하는 보수적 가족 추구 성향에 유의미한 영향력을 미치며, 우리나라의 노인들은 동료관계를 추구하는 생활양식이나 보수적 가족 추구의 생활양식이 성공적인 노후에 많은 영향을 미치고 있다. 또한 노인들의 생활양식은 화합적인 동료 관계를 유지하는 것이 중요하며, 전통적인 보수적가족관계를 추구하는 것이 본 연구의 의미라고 할수 있다. 그리고 많은 성공적 노후에 관한 연구가 있지만 성공적 노후에 직접적인 노인들의 라이프스타일에 관한 선행연구가 없다는 것과 노인복지관과 주민자치센터를 이용하는 어르신을 대상으로 하여 이 논문을 일반화 하는데 에는 한계가 있다. 향후 연구 방향으로는 라이프스타일에 대한 연구가 양적, 질적으로 심도 있게 이루어져야 된다고 본다.

참 고 문 헌

[1] J. W. Rowe and R. L. Kahn, *Successful aging,* New York: Pantheon Random House, 1998.

[2] K. L. Chou and I. Chi, "Successful aging among the young_old, old_old, and oldest_old chiness," International Journal of Aging E Human Development, Vol.54, No.1, pp.1-14, 2002.

[3] R. Crosnoe and G. H. Elder, "Successful adaptation in the later years: A life course approach to aging," Social Psuchology Quarterly, Vol.65, No.4, pp.309-328, 2002.

[4] 강인, "성공적 노화의 지각에 관한 연구", 한국노인복지학회, 제20권, 여름호, pp.95-116, 2003.

[5] 김미혜, 신경림, "한국 노인의 '성공적 노후 척도' 개발에 관한 연구", 한국노년학회, 제25권, 제2호, pp.35-52, 2005.

[6] 김동배, “한국 노인의 성공적 노화 척도 개발을 위한 연구”, 한국사회복지학회, 제60권, 제1호, pp.211-231, 2005.

[7] 정순둘. “한국여성의 성공적 노후에 관한 연구-청년, 중년, 노년층의 비교”, 한국노인복지학회, 제36권, 여름호, pp.201-219, 2007.

[8] 홍현방, 최혜경, “생산활동 수준이 성공적인 노화에 미치는 영향”, 노인복지연구학회, 제29권, 가을호, pp.203-235, 2005.

[9] M. W. Parker, J. M. Bellis, P. Bishop, and M. Harper, “A multidisciplinary model of health promotion incorporation spirituality into a successful aging intervention with African American ald white elderly groups,″ The Gerontologist, Vol.42, pp.406-415, 2002.

[10] 백지은, “한국노인의 전통적 가치관에 따른 성공적노화 인식 차이”, 한국노년학회, 제28권, 제2호, pp.227-249, 2008.

[11] 이두형, 김종하, 곽한병, “노인복지관 체육프로그램에 참여하는 노인의 사회적 지원과 라이프스타일 및 성공적 노화 관계”, 한국스포츠학회지, 제12권, 제1호, pp.317-330, 2014.

[12] 안준희, ″한인 이민노인의 우울증에 영향을 미치는 요인”, 한국노년학회, 제27권, 제3호, pp.597-616, 2007.

[13] 박우석, 조문석, “노인복지서비스의 인지 및 이용수준에 관한 연구: LA 지역 한인 노인들을 중심으로”, 사회과학연구소, 『社會科學論集』 제41권, 제2호, pp.15-39, 2010.

[14] C. Phillipson, Challenging Dependency: Towards a New Social Work with Older People, in Langan M. and Lee, P.(eds), *Radical Social Work Today,* London: Unwin Hyman, 1998.

[15] 박용두, *노인의 생산 활동 및 노후준비가 성공적 노후에 미치는 영향에 관한 연구*, 남부대학교 대학원, 박사학위논문, 2015.

[16] 김미혜, 신경림, 강미선, 강인, “한국 노인의 성공적 노후에 대한 경험”, 한국노년학회, 제25권, 제2호, pp.53-67, 2004.

[17] 배문조, “중년기의 성공적 노후생활에 대한 인식 및 노후생활준비의식이 노후생활준비행동에 미치는 영향”, 한국가족관계학회지, 제16권, 제1호, pp.45-61, 2011.

[18] 안현선, 김효민, 안진경, 김양희, “중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식이 생활만족도에 미치는 영향”, 한국가족자원경영학회지, 제13권, 제3호, pp.137-155, 2009.

[19] 주민경, 송선희, *한국 노인의 성공적 노후 개념에 대한 암시적 타당화*, 호서대학교 벤처전문대학원, 박사학위논문, 2012.

[20] 김영미, “한국노인이 인지하는 성공적 노후를 위한 ‘좋은 여가’의 의미와 유형에 대한 Q방법론적 분석”, 한국여가레크레이션학회지, 제38권, 제1호, pp.56-73, 2014.

[21] 김재현, *노인들의 여가 참여특성에 따른 우울감, 사회적응, 여가만족, 삶의 만족에 관한 연구*, 전남대학교 대학원, 박사학위논문, 2013.

[22] 이상구, 박인수, 김지은, “노인종합복지관 여가프로그램 참가유형에 따른 이용만족도, 고독감 및 성공적 노후에 관계”, 한국스포츠사회학회지, 제19권, 제1호, pp.133-153, 2006.

[23] 고재욱, 황선영, ”한국노인의 사회심리특성과 노인교육, 여가 프로그램유형 관계에 관한 연구 - 정, 체면, 젠더(성)를 중심으로”, 한국케어메니지먼트연구, 제10호, pp.109-135, 2013.

[24] 강신옥, *노인의 생산적 활동이 성공적 노후에 미치는 영향분석: 충북 노인일자리사업 참여노인을 중심으로*, 공주대학교, 박사학위논문, 2009.

[25] S. D. Feldman and G. W. Thielber, Lifestyle:Diversity in American Society,″ Boston: Little Brown and Co, 1972.

[26] 전찬수, 김형석, 신승호, 김재훈, “스키어의 라이프스타일 및 참여특성이 스키장 선택에 미치는 영향”, 한국스포츠산업경영학회지, 제10권 제2호, pp.25-37, 2005.

[27] 조은주, *노인여가활동과 라이프스타일 및 삶의*

질의 관계, 경상대학교대학원, 박사학위논문, 2008.

[28] 안정신, 강인, 김윤정, “한국노인의 성공적 노화 척도 개발에 관한 연구”, 한국가족학회지, 제13권, 제4호, pp.225-245, 2009.

[29] Levy Coleman and S. J. Levy, Symbolism and life_style, towarde scientific marketing. ed. by greyser, S.A. Chicago: AMA, pp.140-150, 1963.

[30] G. W. Alport Allport, Pattern and growth of personality, New York : Holt, Rinehart & Winster, 47, 1965.

[31] Wells, 1975; carmen, Carmen, J. (1978) “Values and Consumption Patterns: A Closed Loop,” Advances in Consumer Research, Vol.5, pp.403-407, 1975.

[32] Engel blackwell. Kollat,(1982 Engel, J. F, Blackwell, R. D., & Kollat, D.T.(1982) Consumer behavior(4th), New york: The Dryden Press, pp.414-416, 1978.

[33] 유창근, 이회찬, 한진영, “라이프스타일 유형을 통한 노년층 여가활동 연구”, 한국관광학회, 제31권, 제1호, pp.345-363, 2008.

[34] 곽종형, *실버세대의 라이프스타일이 건강기능식품 구매만족도 및 재구매의도에 미치는 영향*, 호서대학교 벤처전문대학원, 박사학위논문, 2007.

[35] W. Lazer, Life Style Concepts and Marketing, in Toward scientific Marketing, ed., Greyser, Chicago, IL: American Marketing Association, pp.140-151, 1963.

[36] D. G. Moore, *Lite style in mobile surbubia,* Chicago: AMA. 1963.

[37] Wind & Green, Some Conceptual Measurement and Analytic Problems in Life Style Research, in W. D. Wells(ed), Life Style and Psychographics. Chicago, IL; American Marketing Association, pp.97-126, 1974.

[38] Assale Consumer Behavior and Marketion Achion(2nd ed), Boston;Kent Pub. Co, 1983.

[39] G. P. Moschis, E. Lee, and A. Mathur, "Targeting the mature market; Opportunities and challenges," Journal of Consumer Marketing, Vol.14, No.4, pp.282-293, 1997.

[40] 고정옥, 김정숙, “중년여성소비자의 라이프스타일과 노후생활 준비행동에 관한 연구”, 소비자정책교육연구, 제5권, 제3호, pp.17-39, 2009.

[41] 신명혜, *유료노인주거복지시설의 이용의사 결정요인*, 계명대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.

[42] 우주택, *노인들의 라이프스타일에 따른 유료노인복지주택 이용형태에 관한 연구*, 대구한의대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.

[43] 최혜련, *중장년층의 라이프스타일과 여가활동참처가 노후준비도 및 생활만족도에 미치는 영향*, 고려대학교 대학원, 박사학위논문, 2011.

[44] 천병희 역, *노년에 관하여 우정에 관하여*, 마르쿠스툴리우스키메로, 도서출판 숲, 2009.

[45] 고재욱, 황진수, *노인복지론*, 양서원, 2014.

[46] J. W. Rowe and R. L. Kahn, “Human Aging; Usual and Successful,” Science, Vol.237, pp.143-149, 1987.

[47] 백지은, 최혜경, “한국 노인들이 기대 하는 성공적노화의 개념, 유형 및 예측요인”, 한국가정학회지, 제23권, 제3호, pp.1-16, 2005.

[48] 김미혜, 신경림, 최혜경, 강미선, “한국노인의 성공적 노후 삶의 유형에 영향을 미치는 요인”, 한국노년학, 제26권, 제1호, pp.91-104, 2006.

[49] 이의훈, 신주영, “라이프스타일을 통한 실버시장 세분화 연구”, 한국노년학회, 제24권, 제2호, pp.1-20, 2004.

[50] 함영희, *중,장년층의 라이프스타일과 행위관련인지. 감정이 건강증진행위에 미치는 영향*, 대구한의대학교대학원, 박사학위논문, 2011.

[51] 홍현방, *성공적인 노화 개념 정의를 위한 문헌연구*, 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2002.

[52] J. Krause, D. P. Croft, and R. James, "Social network theory in the behavioural sciences; Potential applications," Behavioral Ecology and Sociobiology, Vol.62, No.1, pp.15-27, 2007.

[53] 여미영, *중장년층의 라이프스타일에 따른 노후준비에 관한 연구,* 대구한의대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.
[54] 김주성, *중,노년층의 라이프스타일이 노후준비도 및 생활만족도에 미치는 영향,* 호서대학교 벤처전문대학원, 박사학위논문, 2010.
[55] 고영준, *노인의 생활체육 참여동기와 라이프스타일이 생활만족도에 미치는 영향 : 참여만족도, 서비스만족도, 자아존중감의 매개효과를 중심으로,* 한양대학교 대학원, 박사학위논문, 2008.
[56] 신미숙, *중·장년층의 라이프스타일에 따른 정보탐색태도와 노후준비,* 대구한의대학교 대학원, 박사학위논문, 2012.
[57] 조선호, *남성노인의 노후준비도가 노후생활만족도에 미치는 영향,* 백석대학교, 박사학위논문, 2010.
[58] S. Torrer, "Relational values and ideas regarcing 'Successful aging'," Journal of Comparative Family Studies, Vol.33, No.30, pp.417-432, 2002.
[59] 정순둘, 전혜상, 정주희, "베이비부머의 라이프스타일이 신체적, 정신적 건강에 미치는 영향", 노인복지연구학회, 제67호, pp.61-82, 2015.
[60] R. Bartos, "Over 49: The invisible consumer market," Harvard Business Review, Vol.58, No.1, pp.140-148, 1980.
[61] 채서일, *사회과학조사방법론,* 서울: 학현사, 2004.
[62] 최수일, 곽종형, "실버소비자의 라이프스타일이 건강기능식품 구매 만족도 및 재 구매 의도에 미치는 영향에 관한 연구", 한국식품영양학회지, 제20권, 제3호, pp.334-340, 2007.
[63] 강월석, 김명숙, 고재욱, "스마트폰 정보 활용과 이용성과가 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향", 한국노년학회, 제33권, 제1호, pp.199-214, 2013.
[64] 이묘숙, "자기효능감을 매개로 한 노인의 경제상태가 성공적 노화에 미치는 영향에 관한 연구", 노인복지연구, 제57호, 가을호, pp.289-313, 2012.
[65] R. G. Robinson, S. K. Schultz, C. Castillo, and T. Kopel, "Nortriptyline versus fluoxetinein the treatment of depression and in short-term recovery after strok a placebo-controlled, double-blind study," American Journal of Psychiaty, Vol.157, No.3, pp.351-359, 2000.
[66] 성혜영, 조희선, "Rowe와 Kahn의 구성요소를 활용한 성공적 노화 모델", 한국노년학회, 제26권, 제1호, pp.105-123, 2006.
[67] 윤영애, *성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 관한 연구,* 대구한의대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.
[68] 박경란, 이영숙, "성공적 노화에 대한 인식조사", 한국노년학, 제22권, 제3호, pp.53-66, 2002.
[69] 박미숙, *노인이 인지하는 가족관계가 성공적 노화,* 청주대학교, 석사학위논문, 2010.
[70] 고재욱, "노인여가복지측면에서의 여가스포츠 정책과 법적검토", 한국스포츠엔터테인먼트법학회, 스포츠와법, 제14권, 제2호, pp.67-93, 2011.

저 자 소 개

신 근 영(Kun-Young Shin) 정회원

- 2012년 8월 : 가천대학교 행정대학원(사회복지학 석사)
- 2013년 ~ 현재 : 가톨릭관동대학교 일반대학원 사회복지 박사과정
- 2002년 : 한국정보화진흥원 방문강사

<관심분야> : 장애인, 노인, 평생교육

고 재 욱(Jae-Ug Ko) 정회원

- 1991년 : 숭실대학교 일반대학원 사회복지학석사
- 2007년 : 명지대학교 일반대학원 복지행정박사
- 2011년 : 가톨릭관동대학교 사회복지학과 교수
- 2013년 : 가톨릭관동대학교 평생교육원원장

<관심분야> : 노인복지, 정신건강, 복지행정, 지역사회복지