

베이비붐 세대의 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 사회적 지지의 조절효과 - 1차·2차 베이비 붐 세대의 비교연구

Effects of Baby Boomers' Stress and Depression on Their Psychological Well-being : Moderation Effects of Social Supports - A Comparative Study of the 1st- and 2nd-Generation Baby Boomers -

이연실, 서인균

신경대학교 사회복지학과

Yon-Sil Lee(ezup97@daum.net), In-Kyun Seo(babybandit@hanmail.net)

요약

본 연구는 1차 베이비 붐 세대(1955년-1964년)와 2차 베이비 붐 세대(1968년-1974년)가 경험하는 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과를 살펴보기 하였다. 조사대상자는 수도권에 위치한 평생교육원 프로그램을 수강하는 학생들 중 1차 베이비붐 세대와 2차 베이비붐 세대에 해당하는 대상자를 편의모집(Convenient sampling)하여 369명에 대해 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 연구방법으로는 빈도분석, t-test, ANOVA, 상관분석, 평균중심화(mean centering) 처리된 변수와 상호작용항을 투입한 위계적 회귀분석을 실시하여 사회적 지지의 조절효과를 확인하였다. 연구의 주요결과는 다음과 같다. 첫째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 스트레스와 우울은 심리적 안녕감에 부(-)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지는 심리적 안녕감에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지의 조절효과와 사회적 지지의 조절효과에 차이가 있는 지를 확인한 결과 1차 베이비 붐 세대의 경우는 경제수준이 나쁠수록, 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이기 하지만 우울과의 관계에서만 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 반면 2차 베이비 붐 세대의 경우는 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이기 하지만 스트레스와 우울과의 관계에서 조절효과는 없는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 바탕으로 베이비 붐 세대의 정신건강 증진을 위한 실천적 및 정책적 개입방안에 대해 논의 하였다.

■ 중심어 : | 스트레스 | 우울 | 심리적 안녕감 | 사회적지지 | 베이비 붐 세대 |

Abstract

The purpose of the present paper is to investigate the effects of stress and depression experienced by the first (1955-1964) and second (1968-1974) generations of baby boomers on their psychological well-being as well as the moderation effects of social supports for them. For this purpose, 369 who come under the category of the first- and second-generation baby boomers were selected by convenient sampling from among the participants in the programs of the life-long educational institutes in Seoul metropolitan area and questionnaires of self-administered type were distributed to them. Frequency analysis, t-test, ANOVA, correlation analysis and hierarchial regression analysis which used input of mean-centered variables and interaction term were conducted to determine the moderating effects of social supports based on the replies to the questionnaires. The major outcomes of the analyses could be summed up as follows: first, the stress and depression suffered by the first and second generations of baby boomers turned out to have negative (-) influence upon their psychological well-being; second, the social supports for those two generations were found to exercise positive (+) effects upon their psychological well-being; and third, a survey of difference in the moderating effects of social supports between the first- and second-generation baby boomers showed that, in case of the first generation, the worse their economic status and the higher their stress and depression were, the lower their psychological well-being tended to be and that social supports functioned to hike their psychological well-being but had moderating effects only in connection with stress. In case of the second generation, however, it was shown that the higher their stress and depression got, the lower their psychological well-being developed and that social supports might increase their psychological well-being but without any moderating effects on the part of relationship with their stress and depression. A practical and political method was discussed to improve baby boomers mental health

■ keyword : | Stress | Depression | Psychological Well-being | Social Support | Baby Boomers |

접수일자 : 2016년 04월 07일

수정일자 : 2016년 05월 26일

심사완료일 : 2016년 06월 20일

교신저자 : 서인균, e-mail : babybandit@hanmail.net

I. 서론

한국 사회의 심각한 고령화 문제와 함께 새롭게 불거지고 있는 또 다른 사회문제는 기존의 1차 베이비 붐 세대를 포함하여 2차 베이비부머들의 은퇴시기 도래로 인한 장기 고령화 및 이들 세대의 노후보장 불안을 비롯한 삶의 질과 관련된 문제를 들 수 있다. 실제로 통계청 조사자료[1]에 따르면 2차 베이비붐 세대가 은퇴시기에 접어들 5년 뒤를 가장 위험한 시기로 보고 일을 통한 노후소득 보장과 고령화 위험을 낮추기 위한 사회경제적 성장정책을 강구하는 상황이다.

베이비붐 세대는 넓은 연령범위로서, 일반적으로 1950년대 중반 출생한 1차 베이비붐 세대와 1960년대 후반 태어난 2차 베이비붐 세대로 구분한다[2-4]. 이처럼 출생시기가 다른 1, 2차 베이비부머들은 자라온 환경과 문화의 차이가 매우 크며 이러한 특성은 각 영역에 차별적인 영향을 미치므로[2], 1차 베이비붐 세대와 2차 베이비 붐 세대를 구분하여 살펴보는 것은 매우 중요하다. 또한, 베이비 붐 세대의 부정적 특성과 위험요인이 두드러지게 나타나는 현 시점에서 1차 베이비부머들을 포함하여 향후 2차 베이비부머들이 중년기를 넘어서서 고령의 노인세대가 되었을 때 도래하게 될 다양한 노인문제를 예방하고자 하는 실천적 대안 마련에 관한 움직임이 일각에서는 일어나고 있는 추세이다.

이와 관련하여 최근 들어 베이비붐 세대의 생활만족이나 은퇴준비 및 노후생활과 관련한 연구들이[2][3][5] 속속 등장하고 있는 상황에서 행복에 대한 관심과 맞물려 이들의 삶의 만족이나 삶의 질과 관련된 변인이 대두되고 있다[88]. 그 중에서도 심리적 안녕감은 삶의 질과 관련한 매우 중요한 변인으로서 은퇴를 앞둔 중년기 발달단계에 자주 거론되는 중요변인이다.

심리적 안녕감은 Ryff[6] 의해 제안된 개념으로 행복하다고 느끼는 것이 곧 삶의 질이 높은 것이 아니며, 사회 구성원으로 얼마나 잘 기능하고 있는가 하는 것이 높은 삶의 질의 기준이 되어야 한다고 강조하였다. 이후 이러한 주장은 Maslow와 Rogers의 심리학적 이론을 바탕으로 하여 발전하였다. 국내에서도 차경호[7]에 의하면 심리적 안녕감이 높은 사람은 자신의 행동을 스

스로 조절하며 자기를 있는 그대로 수용하고, 분명한 삶의 목적을 가지고 있다고 강조한 바 있다.

이와 같이 심리적 안녕감 변인은 은퇴와 노년기 단계를 앞둔 이들 베이비부머들에게 있어 매우 중요한 화두가 될 것인데, 이는 적절한 삶의 목적의식이 있는 이들이야말로 인생에 있어 긍정적인 정신건강과 행복한 삶을 유지할 수 있기 때문이다.

하지만 안타깝게도 국내외에서는 심리적 안녕감과 관련하여 다수의 연구들이 진행되어져 왔으나 이를 스트레스나 우울과 정신건강과 관련한 변인을 함께 살펴보기에는 아직 부족한 연구흐름을 보이고 있다.

그럼에도 불구하고 몇몇 선행연구에서는 심리적 안녕감이 정신건강과도 밀접한 연관성이 있음이 입증하였는데, 이미 국외에서는 우울과 관련하여 심리적 안녕감이우울과도 의미 있는 관계가 있음을 나타내는 연구들이 보고되었다. 대표적으로 Feldman & Snyder[8]은 우울증이 높으면 심리적 안녕감이 낮고 삶의 의미를 낮춘다고 하였으며, 지역사회 중년과 노인을 대상으로 심리적 안녕감의 영향요인을 살펴본 연구[9]에서도 우울이 심리적 안녕감에 부적영 영향을 미치며 노인보다 중년의 우울 정도가 더 높다고 강조하였다. 한편, 정신건강의 또 다른 주요한 예측변인인면서 부정적 정서 요인 중 하나인 스트레스와 관련된 연구들도 진행된 바 있다. 특히 스트레스 변인의 경우 심리적 안녕감과 관련하여 다양한 연령층을 대상으로 연구되어진 바가 많은데, 취업이나 진로에 관해 스트레스로 어려움을 겪고 있는 대학생들에게 있어서 심리적 안녕감 변인은 항상 주목받고 있으며[10], 다양한 선행연구들에서는 스트레스가 심리적 안녕감과 강력한 부적상관이 있는 것으로 보고하고 있다[11]. 즉, 이와 같이 선행연구를 통해 간접적으로 엿볼 수 있는 것은 인간 삶의 총체적 변인인 심리적 안녕감에 있어 우울과 스트레스가 중요한 영향요인으로 작용할 수 있으며, 베이비 붐 세대의 경우 생애 전환기적 변화로 인해 이들 각 변인들이 의미 있게 작용할 수 있다는 것을 추론해 볼 수 있다는 점이다.

한편, 최근 긍정심리학이 등장하면서 개인의 긍정적인 경험을 강조하고[12], 인간의 행복에 대한 관심이 높아지면서 스트레스나 우울과 같은 부정적 정신건강과

관련하여 개인의 심리적 자원을 완충하는 요인에 대한 연구가 증가하고 있는 추세이다. 그간의 선행연구에서는 이들 완충요인으로 자아존중감[13-15]이나 낙관성[16-18]과 같은 개인적 변인들이 소개되어져 왔으나, 최근에는 스트레스 사건에 직면했을 때 효과적으로 문제를 해결하고 심리적 안녕감과 같은 변인을 증진시키는 데 도움을 줄 수 있는 중요한 변인들 중의 하나로 사회적 지지가 대두되고 있다. 대표적으로 노인의 스트레스와 우울을 다룬 연구[19-21]에서도 사회적 지지는 조절변인으로 주요하게 작용하며, 청소년이나 아동의 비행이나 문제행동을 다룬 연구[22-24]에서도 사회적 지지는 위험요인을 완충하는 중요한 조절변인으로서의 역할을 하는 것으로 보고되고 있다.

사회적 지지는 일반적으로 다른 사람과의 관계 속에서 개인에게 도움이 될 수 있는 긍정적인 자원을 의미하며[25], 지지 제공자와 지지 내용에 따라 다양한 유형의 지지를 포함한다[26]. 사회적 지지는 전통적으로 스트레스원이 심리적 부적응에 미치는 부정적인 영향을 완충하거나 약화시키는 조절변인으로 주목받아 왔으며[27], 개념적 일반 모형에서도 주요한 조절변인으로 제시된 바 있다[28][29]. 선행연구 결과를 토대로 본 연구에서는 사회적 지지가 베이비부머의 우울과 스트레스라는 위험요인과 심리적 안녕감의 관계를 조절할 것으로 가정하였다.

실제로 사회적 지지는 심리적 안녕감과도 연관이 있는 것으로 밝혀졌는데[30], 사회적 지지의 질적인 면인 즉, 사회적 지지를 제공받을 수 있다고 믿는 정도와 사회적 지지의 양적인 면인 사회적 관계망의 크기 모두 심리적 안녕감에 영향을 준다고 보고된 바 있다[31]. 다시 말하면 심리적 안녕감을 향상시키는 데는 사회적 지지가 중요한 영향을 미친다는 것을 기존의 연구들을 통해 확인할 수 있으며[30], 이는 사회적 지지가 심리적 안녕감에도 중요한 영향을 미친다는 것을 간접적으로 추론해 볼 수 있다.

종합하자면, 우리 사회에서 베이비부머들의 숫자는 1차에 이어 2차로 연속적 증가추세에 있고, 향후 이들이 경험하는 스트레스나 우울과 같은 적응상의 어려움을 클 것으로 예상된다. 하지만 안타깝게도 현존하는 연구

중에는 이들 베이비부머들을 대상으로 심리적 안녕감과 관련하여 1,2차 베이비부머들을 비교하면서 경험적, 실증적 연구들을 수행한 경우는 많지 않다. 특히 스트레스 및 우울과 같은 부정적 정서요인과 심리적 안녕감을 다룬 각각의 연구들은 취업을 앞둔 대학생이나 고령의 노인들을 대상으로 하여 연구되어졌지만, 심리적 안녕감을 결과변인으로 하여 이들 간의 관련성을 직접적으로 살펴본 연구는 수행된 바 없다. 단순하게나마 간접적으로 스트레스나 우울이 심리적 안녕감과 관계에서 단순 상관관계만을 확인했거나, 사회적 지지라는 보호요인이 구체적으로 어떤 조절효과를 지니고 있는지를 검증하지 못한 한계를 지니고 있기도 하다.

따라서 본 연구에서는 인생의 중요한 인간 삶의 총체적 통합과정을 측정할 수 있는 대표적 변인으로 심리적 안녕감이라는 변인 연구를 확장시키고, 각 세대 베이비부머들이 경험하는 스트레스·우울과 심리적 안녕감 간 관계를 사회적 지지 요인이 어떤 방식으로 증폭시키고 완충시키는지를 구체적으로 확인해 볼 필요가 있다. 특히 연령대나 세대별로 선행요인, 가능요인, 욕구요인의 차이가 있을 수 있다는 선행연구[89] 근거를 토대로 하여 본 연구에서는 1, 2차 베이비부머 세대 간 각 차이가 분명할 것이라 보고 이를 위한 실증적 검증을 확인하고자 한다.

이를 통해 각 1, 2차 베이비 부머 세대들 간의 차이점을 구체적으로 살펴볼 수 있으며, 이는 베이비 부머 세대들의 정신건강 향상과 사회복지정책 활성화를 위한 기초 자료로 제공될 수 있을 것이라는 점에서 의의가 있다.

II. 이론적 배경

1. 베이비 붐 세대 간의 비교

‘베이비부머’라는 용어는 미국에서 먼저 사용되기 시작하였는데[32], 출생아수와 출생률의 변화에 따른 베이비붐의 역사적인 변화 추이를 분석하면서 ‘베이비 붐(Baby Boom)’이라는 용어를 사용하기 시작하였다[2][33]. 베이비붐 세대는 국가마다 그 기준과 범위가 다른데, 국내에서는 일반적으로 베이비부머란 어떤 시

기에 출생하는 아이수가 폭증하는 인구학적 현상이라고 정의할 수 있다[2].

우리나라 베이비붐 시기는 다른 선진사회의 경우와 약간의 차이가 있는데, 이는 인구가 크게 증가했던 구간을 나눈 것으로 베이비 붐 세대를 1차와 2차로 나누는 근거가 되기도 한다[2]. 이처럼 베이비붐 세대 혹은 베이비부머들은 출생 시기에 따라서 사회적 환경이 다르기 때문에 출생 시기를 기준하여 여러 집단으로 구분하고 있다[3].

좀 더 구체적으로 이들 1,2차 베이비 붐 세대들을 구분해 보면 한국에서 가장 보편적으로 많이 사용되는 기준은 출산율 또는 출생아수를 기준으로 한다. 즉, 전쟁이 끝난 후 출생률이 급격히 증가한 1955년에서 1963년 출생자를 1차 베이비붐 세대로 구분하고, 1968년에서 1974년에 태어나 단기간에 많은 출생인구수를 보이고 있는 2차 베이비붐 세대로 구분한 것이다[34].

베이비붐 세대는 그 세대 구성원들이 성장한 시기가 다르기 때문에 각종 경제·사회·문화적인 배경이 다를 수밖에 없다. 이와 같은 차이점에 따른 결과는 고스란히 각종 생활영역과 전반적인 생활실태로 드러나게 되는데, 최근의 1차 베이비부머와 2차 베이비부머에 관한 비교연구에서도 이러한 차이점은 보다 자세히 보고되어지고 있다. 대표적으로 이들의 생활만족도를 비교한 연구[3]에서도 이들 베이비부머들의 각 특성은 분명히 다른 점을 갖고 있으며, 이는 각기 다른 차이점을 반영한 관계성 규명 연구가 확대되어 필요하다는 것을 강조한 것이기도 하다.

이들 각 베이비 붐 세대들 간의 특성을 간단히 들여다보면, 2차 베이비 붐 세대의 경우 1차 베이비 붐 세대에 비해 자녀교육에 대한 지나친 몰입으로 인하여 노후 기반이 매우 약한 상황에 놓여 있고[3], 활발한 여가나 취미활동을 즐긴다는 것을 알 수 있다. 반면 1차 베이비 붐 세대들의 경우 노후자금 마련을 최우선으로 고려하는 특성[2]과 함께, 이들은 최근의 청년실업 세대를 자녀로 두었다는 것이 주요한 상이점으로 꼽을 수 있다. 특히 2차 베이비붐 세대의 경우 노후를 위한 불안요소가 높으며[2], 재무적 안정대비가 필요할 정도로 2차 베이비 붐 세대의 삶의 질이 추락할 전망이다[35]

을 지니고 있다.

종합하자면, 이처럼 각기 다른 특성을 내보이고 있는 각 1,2차 베이비 붐 세대들 간의 차이점은 향후 노년층에 도래하였을 때 다양한 결과 변수를 양산해 낼 수 있으며, 이들의 유사점과 상이점은 노년세대 전반에 걸쳐 다양한 노후적 특징으로 발현되어 나타나 질 수 있다는 것이다. 따라서 본 연구에서는 이들 두 1, 2차 베이비 붐 세대들 간의 좀 더 면밀한 차이점을 비교 분석하고자 우울이나 스트레스 같은 심리적 변인과 심리적 안녕감과 의 관계를 살펴보고, 이들 사이에서 완충역할을 하는 보호요인에 대해 알아보하고자 한다.

2. 스트레스와 우울, 심리적 안녕감

스트레스는 심리학을 비롯한 다양한 학문적 분야에서 지속적인 관심을 받아왔는데, 최근 들어서는 병의 원인을 스트레스와 관련지어 설명할 만큼, 스트레스는 인간에게 신체·심리적 건강에 부정적 영향을 미친다고 볼 수 있다[36]. 스트레스는 특정한 생물학적 작용에 의하여 환경과 개인 간의 상호작용의 균형이 깨어진 상태[37]로서, 실제로 우울, 불안 등을 유발시키며[38], 걱정되거나 두려운 것을 의미한다[39]. 그렇다면 스트레스로 인한 또 다른 반응으로 볼 수 있는 우울이라는 증상은 누구나 흔히 겪는 스트레스에 대한 자연스럽고 기본적인 반응이며 정상적인 슬픈 감정 상태부터 심각한 병적 상태에 이르기까지의 연속선상으로 우울감을 조절하지 못하면 병적인 우울로 진행되기도 한다[40].

본격적인 고령의 노년기로 접어들기 전의 중년기는 인간 성장 발달 과정에서 중요한 전환기로서[41], 신체적으로는 갱년기 증상을 겪으며, 심리적으로 새로운 자아의 충동, 가족에서의 역할변화, 외부 환경의 변화 등에 의해 갈등과 불균형이 출현하는 시기로 그 누구보다 우울이나 스트레스 같은 위에서 제시한 정신과적 문제에 취약하게 되는 시기이다[42].

본 연구의 대상인 베이비부머 세대들은 40대와 50대의 은퇴 및 노년기 단계를 앞둔 연령대로서 앞서 언급한 정신과 적이고 심리적인 증상에 취약한 단계이기도 하다. 특히 베이비 부머들의 경우 은퇴와 같은 외부적 변화요인과 함께 노부모와 자녀 사이에 위치한 중간 세

대로서의 샌드위치 역할로 인해 삶에 대한 부담감이 매우 높으며[43], 이러한 부담감으로 인해 낮은 삶의 만족도[3][43][44]와 부정적인 심리적 안녕감[45][46]을 느끼는 것으로 나타났다.

이와 같은 우려 속에서 행복한 중년기 이후 긍정적인 영향요인을 찾으려는 과정에서 심리적 안녕감의 긍정적인 영향에 대한 관심이 모아지고 있다. 이러한 최근의 움직임은 이들 변인이 인간의 적응적 삶의 의미와 중요성을 강조해 줄 뿐만 아니라 미래의 적절한 목적의식을 가질 수 있도록 도와주기 때문인 것으로 보인다.

선행연구를 근거로 하여 좀 더 자세히 살펴보면, 노년층으로 접어들게 되면 노화에 따른 다양한 기능저하를 비롯하여 환경의 변화로 인해 우울경향이 증가하기 쉬운데[47], 우울이 방지되면 신체적·인지적 저하 뿐 아니라 전반적인 삶의 질 저하와 안녕감의 저하될 가능성이 높다고 보고하였다[48]. 이미 국외에서도 Schimmac 등[49]의 연구에서는 신경증의 하위요인 중 우울은 삶의 만족도나 안녕감과 가장 높은 상관을 보이며, 우울이 증가할수록 정적 영향력은 감소한다고 밝히면서 우울을 안녕감의 중요한 예언변인으로 보고하였다[50].

또 다른 심리적 변인인 스트레스와 관련한 연구들은 베이비부머 세대의 긍정적 영향요인과 심리적 안녕감을 중심으로 연구되어져 왔다. 대표적으로 대학생의 생활스트레스와 심리적 안녕감과의 관계를 검증한 연구[51][11][10][52][53]와 노인의 스트레스와 심리적 안녕감을 다룬 연구[54][55] 등을 들 수 있다. 학생상담센터를 내방한 대학생들을 중심으로 한 연구[51]에서는 대학생들의 경우 생활스트레스와 심리적 안녕감은 높은 부적상관을 보이지만, 고학년시기에는 삶의 목적이 정립되면서 저학년에 비해 보다 상대적인 삶의 목적과 심리적 안녕감을 느끼는 것으로 나타났다고 강조하면서 심리적 안녕감과의 관계를 규명한 바 있다.

이상의 선행연구들을 종합해보면, 베이비부머 세대들의 경우 다양한 환경요인으로 인해 우울이나 스트레스 같은 심리적인 문제를 얻기 쉬우며, 이러한 부정적 심리요인은 삶의 적응적 변인이라고 볼 수 있는 심리적 안녕감과도 깊은 관계가 있다는 것을 알 수 있다. 비록 연구대상은 다르지만 위에서 제시한 선행연구를 통해

알 수 있듯이 이들 간의 관계는 다양한 연구대상들을 통해 이미 규명되었다. 따라서 본 연구에서는 베이비부머들을 각 1, 2차 세대 별로 구분하여 우울과 스트레스와 심리적 안녕감과의 관계를 면밀히 분석하고 이 변인들에 대한 구체적인 세대별 차이점에 대해 밝히고자 한다.

3. 스트레스, 우울, 심리적 안녕감 및 사회적 지지

그동안 베이비부머들을 대상으로 한 연구의 흐름들은 주로 노후준비[56-59]나 은퇴[60-63]와 관련된 삶을 심도 있게 연구하고 그 과정에서 성공적 노화를 이루는 경험적 연구들이 주로 이루어졌었다. 그러나 최근의 삶의 질에 대한 관심과 욕구가 증가하면서, 건강한 발전을 근간으로 하는 심리적 안녕감(Psychological well-being)에 관심을 기울이기 시작하면서[45][46][64], 삶에 대한 새로운 의미 발견의 중요성과 함께 심리적 안녕감을 찾아가는 연구들에 관심이 모아지고 있다.

특히, 베이비 붐 세대의 경우 중년기 이후 인생의 발달단계 전환점을 맞이하는 매우 중요한 단계를 겪으며 [74], 가정과 사회적인 역할 사이에서 다중역할을 수행하고[36], 이 과정에서 일상적인 문제가 누적되어 스트레스나 우울과 같은 다양한 심리적인 갈등을 경험하기도 한다.

그리고 이러한 스트레스나 우울과 관련된 부정적 심리와 갈등을 다룬 관련 연구들은 스트레스와 적응 간 단순 인과적 관계보다는 이 관계를 매개하거나 증재하는 제 3의 요인들을 찾는데 관심을 기울여왔다[65-68]. 이러한 연구동향에 이론적 토대를 제공한 것이 사회적 지지 변인이며, 이는 사회적 지지를 적용한 다양한 심리적 개입을 통해 활용될 수 있는 중대한 자원으로 인식됐기 때문인 것으로 보인다.

앞서 제시한 바와 같이, 베이비부머 세대들의 스트레스나 우울과 같은 부정적인 심리요인들은 심리적 안녕감과 어떠한 연관성을 갖게 될지에 대해 선행연구를 중심으로 하여 살펴보았으며, 이 과정에서 완충역할을 할 것으로 기대하는 사회적지지의 조절변인 역할에 대해서도 이론적 설명과 함께 그 근거를 제시하였다.

이를 위해 본 연구에서는 베이비 부모 세대를 대상으

로 한 정신건강변인과 심리적 변인에 대해 보다 면밀하고 심층적인 연구가 필요함을 시사하는 바이며, 심리적 안녕감이 베이비붐 세대 각 세대에게 있어서 스트레스나 우울의 결과변인으로 어떠한 역할을 할 수 있는지에 대해 좀 더 면밀하게 알아보고자 한다. 또한 이들 간의 관계에서 사회적 지지는 조절역할을 하는 것으로 예상할 수 있으며, 사회적 지지의 차원은 학자들에 따라 다양하게 분류하고 있지만 본 연구에서는 가족, 친구, 타인 지지 차원으로 한정하여 평가하고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구모형 및 가설

본 연구는 베이비붐 세대의 스트레스, 우울이 삶의 목적에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한 것으로 연구모형은 [그림 1]과 같이 설정하였다. 이러한 연구모형이 1차 베이비붐 세대(1955년-1964년)와 2차 베이비 붐 세대(1968년-1974년)간에 따라 차이를 보이는 지를 살펴보고자 하였다.

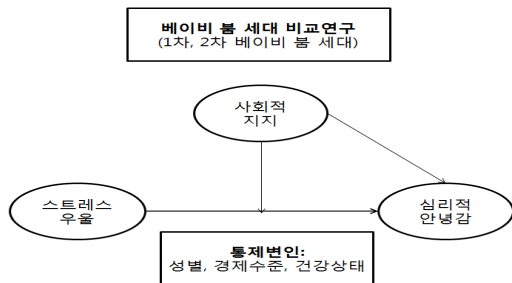


그림 1. 연구모형

위 연구모형에 따른 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 1차·2차 베이비 붐 세대의 스트레스와 우울은 심리적 안녕감에 영향을 미칠 것인가?

가설 2. 1차·2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지는 심리적 안녕감에 영향을 미칠 것인가?

가설 3. 1차·2차 베이비 붐 세대의 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 미치는 영향은 사회적 지지에 따라 조절될 것인가?

가설 4. 1차·2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지의 조절효과는 차이가 있을 것인가?

2. 연구대상

본 연구의 조사대상자는 수도권에 위치한 평생교육원 프로그램을 수강하는 학생들 중 1차 베이비붐 세대(1955년-1964년)와 2차 베이비붐 세대(1968년-1974년)에 해당하는 대상자를 편의모집(Convenient sampling)하여 설문조사 하였다. 설문지는 평생교육기관의 협조 하에 평생교육 프로그램을 이용하는 학생 450명을 대상으로 연구의 목적 및 연구 데이터에 대한 개인정보비밀보호에 대한 설명을 한 후 설문지를 배포하였다. 회수된 설문지 450부 중 무응답 및 응답이 불성실한 25부와 본 연구에 해당되지 않는 대상자의 설문지 56부를 제외한 369부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

3. 연구도구

3.1 스트레스

스트레스를 측정하기 위해 BEPSI-K(Brief Encounter Psychosocial Instrument-Korean)를 사용하였다. 이 측정도구의 원안은 Frank & Zyzanski[69]가 기존의 복잡한 스트레스 측정도구 대신 바쁜 외래에서 쉽게 쓸 수 있도록 개발한 것으로, 1개의 개방형 질문과 5개의 폐쇄형 질문으로 구성되어 있고, 기존의 스트레스 측정도구와 강한 상관성을 보여 외래에서 사용 가능성을 입증 받았다. 이것을 배종면 외[70]가 번안하여 한국형 스트레스 측정도구인 BEPSI-K를 개발하였고, 허봉렬 외[71]가 이를 다시 수정·보완하여 그 타당성을 검증하였다. BEPSI-K는 5문항으로 구성되어 있고, 각 문항은 스트레스의 외적요구에 대한 생각, 내적인 요구, 기대에 대한 조화, 요구의 불확실성, 요구의 조율을 검증한다. 점수는 5점 리커트(Likert) 척도로서 ‘전혀 없다’는 1점, ‘간혹’은 2점, ‘종종’은 3점, ‘거의 언제나’는 4점, ‘항상’은 5점으로, 가능 점수는 최저 5점에서 최고 25점까지 분포할 수 있으며, 점수가 높을수록 스트레스를 더 많이 느끼는 것이다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach’s $\alpha = .808$ 이었다.

3.2 우울

우울정도를 측정하기 위하여 Beck[72]이 개발한 우울척도인 BDI(Beck Depression Inventory)를 이영호와 송종용[73]이 번안하여 신뢰도와 타당도를 검증한 한국판 도구를 사용하였다. 이 척도는 우울증의 정서적, 인지적, 동기적, 생리적 증상을 포괄적으로 나타내는 총 21문항으로 구성되어 있다. 증상의 정도에 대해 4개 문항 중 하나에 표시하고 각 문항 점수를 합산하면 된다. 각 척도는 4점 Likert 척도로 각 문항마다 0점에서 3점까지의 점수가 주어지게 되며 점수범위는 0-63점으로 된다. 점수가 높을수록 우울정도가 높음을 의미한다. 점수 채점시 19번 문항의 경우 체중조절을 하는 경우에는 1-3점은 0점으로 처리된다. 우울 선별을 위한 절단점은 16점으로 제시되며, 0-9점은 우울하지 않은 상태, 10-15점은 가벼운 우울상태, 16-23점은 중한 우울상태, 24-63점은 심한 우울상태로 본다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.883$ 이었다.

3.3 심리적 안녕감

심리적 안녕감을 측정하기 위하여 Ryff[6]의 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale: PWBS)를 김명소·김혜원·차경호[75]가 수정·보완한 도구를 사용하였다. 심리적 안녕감 척도는 46문항으로 구성되어 있으며, 자아수용(8문항), 긍정적 대인관계(7문항), 삶이 목적(7문항), 환경지배력(8문항), 자율성(8문항), 개인적 성장(8문항)의 6개 영역으로 나누어져 있다. 역채점 문항은 2, 4, 6, 7, 9, 11, 12, 16, 18, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 33, 34, 36, 40, 41, 45, 46번 문항으로 총 22문항이다. 점수는 5점 리커트(Likert) 척도로서 '전혀 아니다'는 1점, '그렇지 않은 편이다'는 2점, '보통이다'는 3점, '그런 편이다'는 4점, '매우 그렇다'는 5점으로 가능한 점수는 최저 46점에서 최고 230점까지 분포할 수 있으며, 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.904$ 이었다.

3.4 사회적 지지

사회적 지지를 측정하기 위해 Zimet et al.[76]이 고안

한 MSPSS(Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support)를 사용하였다. MSPSS는 지각된 사회적 지지를 측정하기 위한 것으로 12문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 세 가지 원천, 즉 가족, 친구, 의미 있는 타인으로부터 지각된 사회적 지지를 측정하기 위해 설계된 도구이다. 본 연구에서는 조사대상자의 사회적 지지를 측정하기 위해 가족(3, 4, 8, 11번 문항), 친구(6, 7, 9, 12번 문항), 의미 있는 타인(1, 2, 5, 10번 문항)의 세 가지 하위요인으로 수정·보완하여 구성하였다. 이 척도의 문항은 '전혀 그렇지 않다'를 1점으로 하고 '매우 그렇다'를 5점으로 하는 리커트 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach's $\alpha=.937$ 이었다.

3.5 인구사회학적 변인

본 연구에서는 인구사회학적 변인으로 성별, 건강상태, 경제수준에 대해 측정하였다. 단, 연령은 본 연구에서 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대로 구분하였기에 상관분석과 위계적 회귀분석 상에서는 중복되어 제외하였다. 건강상태와 경제수준은 모두 상, 중, 하 3점 척도로 측정하였고, 점수가 높을수록 경제 상태와 건강상태가 좋은 것을 의미한다.

4. 자료분석방법

본 연구는 SPSS 18.0 통계프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 연구변수에 대한 각각의 기술적 통계분석을 실시하여 자료의 정규성 또는 이상치를 검토하였다. 둘째, 인구사회학적 특성에 따른 주요변수 차이를 살펴보기 위해 t분석 및 ANOVA를 각각 실시하였고, 연구에 사용된 제 요인간의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계분석을 각각 실시하였다. 셋째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대 간의 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 각각 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과 차이를 비교하기 위하여 심리적 안녕감을 종속변수로 선정하고, 인구사회학적 특성과 평균중심화(mean centering) 처리된 스트레스, 우울, 사회적지지 및 독립변수(스트레스, 우울)와 조절변수(사회적지지)의 상호작용항을 단계적으로 투입하는 위계적 회귀분

석을 실시하였다. 변수의 투입에 있어 모형 1에서는 인구사회학적 특성만을 투입하였고, 모형 2에서는 인구사회학적특성과 스트레스, 우울, 사회적 지지만을 투입하였으며, 모형 3에서는 인구사회학적특성과 스트레스, 우울, 사회적 지지와 사회적 지지의 조절효과를 확인하기 위한 상호작용항을 동시에 투입하여 통계적으로 유의한 요인과 영향력 및 모형의 설명력을 분석하였다. 또한 조절효과 검증에 위해 다음과 같은 절차로 시행하였다. 첫째, 측정변수의 왜도 및 첨도를 통해 자료의 정상성을 확인하였다. 둘째, 다중공선성을 감소시키기 위한 측정변수의 평균중심화(mean centering)를 실시하였다. 셋째, 상호작용항을 계산하여 통계적으로 유의한 지를 검증하였다.

IV. 연구결과

1. 연구대상자의 특성

연구대상자의 인구사회학적 특성을 1차 베이비붐 세대와 2차 베이비붐 세대로 구분하여 성별, 연령, 건강상태, 경제수준의 4개 항목을 살펴본 결과는 [표 1]과 같다. 먼저 1차 베이비붐 세대에서 성별은 남자가 63.8%로 여자 36.2%에 비해 약 1.8배 정도 많은 것으로 나타났고, 2차 베이비붐 세대에서도 남자가 64.1%로 여자 35.9%에 비해 1.8배 정도 많은 것으로 나타났다. 연령은 2차 베이비붐 세대에 해당하는 41세~47세 미만이 52.0%로 1차 베이비붐 세대에 해당하는 51세~60세 미

만 48.0%보다 높게 나타났다. 건강상태는 1차 베이비붐 세대에서 중이 52.5%로 상 44.1%, 하 3.4%보다 높게 나타났으며, 2차 베이비붐 세대에서도 중이 54.2%로 상 39.6%, 하 6.3%보다 높은 것으로 나타났다. 경제수준은 1차 베이비붐 세대에서 중이 77.4%로 상 15.3%, 하 7.3%보다 높은 것으로 나타났으며, 2차 베이비붐 세대에서도 중이 78.9%로 상 11.5%, 하 9.9%보다 높은 것으로 나타났다.

표 1. 조사대상자의 인구사회학적 특성 (N=369)

특성	구분	빈도(%)		
		전체	1차 베이비붐	2차 베이비붐
성별	남자	236(64.0)	113(63.8)	123(64.1)
	여자	133(36.0)	64(36.2)	69(35.9)
건강상태	상	154(41.7)	78(44.1)	76(39.6)
	중	197(53.4)	93(52.5)	104(54.2)
	하	18(4.9)	6(3.4)	12(6.3)
연령	52세-61세미만	369(100.0)	177(48.0)	
	42세-48세미만		192(52.0)	
경제수준	상	49(13.3)	27(15.3)	22(11.5)
	중	288(78.0)	137(77.4)	151(78.9)
	하	32(8.7)	13(7.3)	19(9.9)

또한 주요변수의 기술통계치를 살펴본 결과는 [표 2]와 같다. 먼저 1차 베이비붐 세대의 스트레스는 평균 10.04점이며 표준편차는 2.874로 나타났다. 우울은 평균 6.91점이며 표준편차는 6.946으로 나타났다. 심리적 안녕감은 평균 162.12점이며 표준편차는 18.356으로 나타났다. 사회적 지지는 평균 46.25점이며, 표준편차는 6.759로 나타났다. 2차 베이비붐 세대의 스트레스는 평

표 2. 주요변수의 기술통계치

변수명			평균			표준편차		
	최소값	최대값	전체	1차 베이비붐	2차 베이비붐	전체	1차 베이비붐	2차 베이비붐
스트레스	5	25	10.34	10.04	10.61	2.790	2.874	2.690
우울	0	39	6.90	6.91	6.89	6.525	6.946	6.132
심리적안녕감	112	221	163.26	162.12	164.31	18.961	18.356	19.490
사회적지지	24	60	46.95	46.25	47.59	6.812	6.759	6.815
변수명	왜도			첨도				
	전체	1차 베이비붐	2차 베이비붐	전체	1차 베이비붐	2차 베이비붐		
스트레스	.730	1.263	.203	2.317	4.744	.121		
우울	1.611	1.958	1.142	3.612	5.097	1.280		
심리적안녕감	.444	.422	.448	-.182	.032	-.353		
사회적지지	-.219	-.151	-.292	.114	.120	.203		

군 10.61점이며 표준편차는 2.690으로 나타났다. 우울은 평균 6.89점이며 표준편차는 6.132로 나타났다. 심리적 안녕감은 평균 164.31점이며 표준편차는 19.490으로 나타났다. 사회적 지지는 평균 47.59점이며, 표준편차는 6.815로 나타났다. 또한 각 주요변수들의 정규성을 왜도와 첨도를 기준으로 살펴보았을 때 왜도는 절대값 3미만, 첨도는 10 미만으로 나타나 1차 베이비붐 세대와 2차 베이비붐 세대의 특성을 파악하기 위한 주요 변수들이 정규성 가정을 만족하는 것으로 나타났다.

2. 인구사회학적 특성과 스트레스, 우울, 심리적 안녕감, 사회적지지 비교

2.1 인구사회학적 특성과 스트레스, 우울 비교

1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 인구사회학적 특성에 따른 스트레스, 우울의 차이를 비교분석하기 위해 t-test와 ANOVA를 실시한 결과는 [표 3]과 같다. 스트레스는 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대 모두 건강상태에서만 통계적으로 유의한(p<.05)

차이가 있는 것으로 나타났다. 먼저 1차 베이비 붐 세대의 경우 건강상태에 따른 스트레스는 하(M=13.00)가 중(M=10.02), 상(M=9.85)보다 높은 것으로 나타났으며(F=3.455*), 2차 베이비 붐세대의 경우는 건강상태가 하(M=12.00)가 상(M=10.08)보다 스트레스가 높은 것으로 나타났다(F=3.545*).

우울은 2차 베이비 붐 세대의 건강상태와 경제수준에서만 통계적으로 유의한(p<.05) 차이가 있는 것으로 나타났다. 건강상태에 따른 우울은 하(M=12.58), 중(M=7.84), 상(M=4.68) 순으로 높게 나타났으며(F=12.719***), 경제수준에 따른 우울은 하(M=11.74)가 중(M=6.60), 상(M=4.68)보다 높은 것으로 나타났다(F=3.416*).

2.2 인구사회학적 특성과 사회적지지, 심리적 안녕감 비교

1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 인구사회학적 특성에 따른 사회적 지지와 심리적 안녕감의 차이를 비교분석하기 위해 t-test와 ANOVA를 실시한 결과는 [표 4]와 같다. 사회적 지지는 1차 베이비 붐 세대

표 3. 인구사회학적 특성에 따른 스트레스, 우울 비교분석 (N=369)

특성4	구분	스트레스			우울			
		평균	표준편차	t/F	평균	표준편차	t/F	
성별	1차 베이비붐	남자	10.10	2.771	.320	7.13	7.029	.544
		여자	9.95	3.068		6.53	6.836	
	2차 베이비붐	남자	10.55	2.571	-.444	7.03	5.703	.443
		여자	10.73	2.905		6.62	6.867	
연령	1차 베이비붐	52세-61세미만	10.05	2.874	1.948	6.91	6.946	-.035
	2차 베이비붐	42세-48세미만	10.61	2.690		6.89	6.132	
건강 상태	1차 베이비붐	상	9.85	2.768	3.455*	5.74	6.771	2.194
		중	10.02	2.566		7.70	7.115	
		하	13.00	6.356		9.67	4.274	
	2차 베이비붐	상	10.08a	2.642	3.545*	4.68a	4.711	12.719***
		중	10.84ab	2.699		7.84b	6.263	
		하	12.00b	2.296		12.58c	7.537	
경제 수준	1차 베이비붐	상	10.04	3.192	1.211	7.63	9.145	.710
		중	9.93	2.816		6.60	6.603	
		하	11.23	2.743		8.69	5.105	
	2차 베이비붐	상	10.41	2.649	2.061	4.68a	4.052	8.095***
		중	10.49	2.605		6.60a	6.021	
		하	11.79	3.225		11.74b	6.767	

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

표 4. 인구사회학적 특성에 따른 사회적지지, 심리적 안녕감 비교분석

(N=369)

특성4	구분	사회적 지지			심리적 안녕감			
		평균	표준 편차	t/F	평균	표준 편차	t/F	
성별	1차 베이비붐	남자	45.65	6.545	-1.598	160.02	16.881	-2.047*
		여자	47.33	7.044		165.84	20.314	
	2차 베이비붐	남자	46.93	6.859	-1.784	164.40	19.487	.081
		여자	48.75	6.625		164.16	19.638	
연령	1차 베이비붐	52세-61세미만	47.59	6.815	1.886	162.12	18.356	1.108
	2차 베이비붐	42세-48세미만	46.25	6.759		164.31	19.490	
건강 상태	1차 베이비붐	상	47.49	6.891	2.547	165.03	19.218	2.193
		중	45.39	6.491		160.27	17.601	
		하	43.67	7.448		153.17	13.438	
	2차 베이비붐	상	48.63	7.027	1.484	168.25	19.971	2.638
		중	46.92	6.261		161.88	18.273	
		하	46.75	9.498		160.50	23.896	
경제 수준	1차 베이비붐	상	48.93b	7.027	2.848*	172.00b	19.053	4.853**
		중	45.91ab	6.306		160.47a	17.523	
		하	44.38a	9.544		159.00a	20.355	
	2차 베이비붐	상	49.45	7.340	1.423	171.45	23.207	2.593
		중	47.53	6.530		164.09	18.787	
		하	45.89	8.205		157.79	18.805	

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

의 경제수준에서만 통계적으로 유의한(p<.05) 차이가 있는 것으로 나타났다. 1차 베이비 붐 세대의 경제수준에 따른 사회적 지지는 상(M=48.93)이 하(M=44.38)보다 높은 것으로 나타났다(F=2.848*).

심리적 안녕감은 1차 베이비 붐 세대의 성별과 경제수준에서만 통계적으로 유의한(p<.05) 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별에 따른 심리적 안녕감은 여자(M=165.84)가 남자(M=160.02) 보다 높은 것으로 나타났다(F=-2.047*), 경제수준에 따른 심리적 안녕감은 상(M=172.00)이 중(M=160.47), 하(M=159.00)보다 높은 것으로 나타났다(F=4.853**).

3. 주요 변수 상관관계

위계적 회귀분석에 앞서 주요변수들에 대한 다중공선성을 검토하기 위해 상관관계를 분석한 결과는 [표 5][표 6]과 같다. 분석결과, 1차 베이비 붐 세대에서는 성별(r=.153), 건강상태(r=-.155), 경제수준(r=-.202), 스트레스(r=-.380), 우울(r=-.354), 사회적 지지(r=.469) 등의 모든 변수가 심리적 안녕감과 유의미한 수준의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 2차 베이비 붐 세대에서는 성별(r=-.006)을 제외한 건강상태(r=-.157), 경제수준(r=-.163), 스트레스(r=-.518), 우울(r=-.459), 사회적

지지(r=.531) 등이 심리적 안녕감과 유의미한 수준의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 또한 본 연구의 주요 변수들의 상관계수가 0.7보다 낮아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다.

표 5. 1차 베이비붐 세대의 상관관계

변수	성별 남=0	건강 상태	경제 수준	스트레스	우울	사회적 지지	심리적 안녕감
성별남=0	1						
건강상태	-.063	1					
경제수준	-.024	.137	1				
스트레스	-.024	.118	.066	1			
우울	-.041	.157*	.007	.463***	1		
사회적지지	.120	-.168*	-.172*	-.190*	-.197**	1	
심리적안녕감	.153*	-.155*	-.202**	-.380***	-.354***	.469***	1

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

표 6. 2차 베이비붐 세대의 상관관계

변수	성별 남=0	건강 상태	경제 수준	스트레스	우울	사회적 지지	심리적 안녕감
성별남=0	1						
건강상태	-.111	1					
경제수준	.049	.230**	1				
스트레스	.032	.188**	.113	1			
우울	-.032	.341***	.259***	.526***	1		
사회적지지	.128	-.116	-.122	-.363***	-.369***	1	
심리적안녕감	-.006	-.157*	-.163	-.518***	-.459***	.531***	1

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

4. 1차 베이비붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 심리적 안녕감에 미치는 영향요인과 사회적 지지의 조절효과 비교분석

베이비 붐 세대의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인과 사회적 지지의 조절효과와의 차이를 비교 검증하기 위해 연령별(1차 베이비 붐 세대[1955년-1964년]와 2차 베이비 붐 세대[1968년-1974년])로 분류하여 위계적 분석을 실시하였다. 변수의 투입에 있어 모형 1에서는 인구사회학적 특성만을 투입하고, 모형 2에서는 인구사회학적 특성과 스트레스, 우울, 사회적 지지를 동시에 투입하였으며, 모형 3에서는 독립변수인 스트레스, 우울과 조절변수인 사회적 지지의 상호작용항을 추가로 투입하여 통계적으로 유의한 요인 및 영향력과 모형의 설명력을 알아보았다. 분석결과는 [표 7]과 같다. 독립변수와 조절변수는 해석의 용이함과 다중공선성을 고려하여 평균중심화(mean centering)한 변수를 사용하였다[77]. 다중회귀분석을 실시하기 전에 각 변수들 간의 다중공선성이 발생하는지 여부를 확인하기 위해 공차 한계(Tolerance) 및 VIF(Variance Inflation Factor)값을 살펴보았다. 먼저 1차 베이비 붐 세대를 측정하는 변수들의 공차 한계는 .631~.976에 분포하여 1.0을 넘지 않았으며, VIF값 또한 1.025~1.158에 분포하여 다중공선

성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 2차 베이비 붐 세대를 측정하는 변수들의 공차 한계는 .593~.954에 분포하여 1.0을 넘지 않았으며, VIF값 또한 1.048~1.850에 분포하여 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다.

우선 인구사회학적 특성을 투입한 모형 1에서는 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 1차 베이비 붐 세대에서만 경제수준(B=-7.132*)이 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 인구사회학적 특성과 평균중심화 된 스트레스, 우울, 사회적 지지를 동시에 투입한 모형 2에서 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대 모두 스트레스(1차 B=-1.392**/2차 B=-2.136**)와 우울(1차 B=-.464*/2차 B=-.507*)은 심리적 안녕감에 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었으며, 사회적지지(1차 B=.972***/2차 B=1.048***)는 심리적 안녕감에 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 모형의 설명력은 각각 33.1%와 40.9%로 증가하였다. 이는 1차와 2차 베이비 붐 세대 모두 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지가 높을수록 심리적 안녕감이 높아짐을 의미한다. 따라서 스트레스와 우울이 심리적 안녕감에 부(-)의 영향을 미치고 사회적 지지는 정(+)의 영향을 미치며, 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 데 있어 사

표 7. 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 심리적 안녕감에 대한 인구사회학적특성, 스트레스, 우울, 사회적 지지의 위계적 회귀분석 결과

		모형 1		모형 2		모형 3	
		1차 베이비붐	2차 베이비붐	1차 베이비붐	2차 베이비붐	1차 베이비붐	2차 베이비붐
		B	B	B	B	B	B
	(상수)	180.181***	182.649***	170.871***	168.475***	169.628***	168.040***
통제	성별(남=0)	5.401	-.548	3.566	-.1886	3.625	-1.900
	건강상태	-3.971	-4.216	-.642	-.007	.213	.011
	경제수준	-7.132*	-5.600	-4.496	-1.751	-5.020*	-1.828
독립	스트레스			-1.392**	-2.136***	-1.309**	-2.026**
	우울			-.464*	-.507*	-.647**	-.538
조절	사회적지지			.972***	1.048***	1.029*	1.065***
상호작용항	스트레스*					.006	-.079
	사회적지지						
	우울*					.054*	-.033
		R ² =.077 Adj. R ² =.061 F=4.810 p=.003	R ² =.042 Adj. R ² =.027 F=2.735 p=.045	R ² =.354 Adj. R ² =.331 F=15.460 p=.000***	R ² =.428 Adj. R ² =.409 F=23.034 p=.000***	R ² =.373 Adj. R ² =.343 F=12.436 p=.000***	R ² =.434 Adj. R ² =.409 F=17.512 p=.000***

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

회적 지지에 의해 영향을 받는 것으로 나타나 가설 1과 2를 지지 하는 것으로 나타났다. 마지막으로 인구사회학적 특성, 스트레스, 우울, 사회적지지, 상호작용항을 모두 동시에 투입한 모형 3에서는 1차 베이비 붐 세대의 경우에는 경제수준($B=-5.020^*$), 스트레스($B=-1.309^*$), 우울($B=-.647^{**}$)은 심리적 안녕감에 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었으며, 사회적 지지($B=1.029^*$)는 심리적 안녕감에 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 모형 3의 설명력은 34.3%로 모형 2보다 1.2% 증가하였다. 또한 우울과 사회적 지지의 상호작용항($B=.054^*$)이 심리적 안녕감에 정(+)적으로 유의한 것으로 나타나 우울과 심리적 안녕감 간에 사회적 지지의 조절효과가 통계적으로 검증되었다. 반면 2차 베이비 붐 세대의 경우는 스트레스($B=-2.026^{***}$), 우울($B=-.538^*$)은 심리적 안녕감에 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었으며, 사회적 지지($B=1.065^{***}$)는 심리적 안녕감에 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 모형 3의 설명력은 40.9%로 모형 2와 동일하였다. 하지만 2차 베이비 붐 세대의 경우는 우울과 스트레스, 사회적 지지의 상호작용항에서 유의한 값이 나타나지 않아 사회적 지지의 조절효과를 검증하는 데에는 한계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 모든 변수를 투입한 모형 3의 분석결과 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 심리적 안녕감에 미치는 제 변수들 간의 영향 요인과 영향력이 차이가 있었으며, 사회적 지지의 조절효과 또한 차이가 있는 것으로 나타났다. 1차 베이비 붐 세대의 경우는 경제수준이 나쁠수록, 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이기 하지만 우울과의 관계에서만 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 반면 2차 베이비 붐 세대의 경우는 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이는 하지만 스트레스와 우울과의 관계에서 조절효과는 없는 것으로 나타났다. 따라서 2차 베이비 붐 세대에서 사회적 지지의 조절효과가 검증되지 않았으므로 가설 3은 부분적으로 지지하는 것으로 나타났으며 사회적 지지의 조절효과는 차이가 발생하였으므로 가설 4는 지지하는 것으로 나타났다.

V. 결론 및 논의

본 연구는 베이비 붐 세대가 경험하는 스트레스, 우울, 심리적 안녕감에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과를 살펴보고 더불어 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대를 비교 분석하여 차이를 밝히고자 하였다. 조사대상자는 수도권에 위치한 평생교육원 프로그램을 수강하는 학생들 중 1차 베이비붐 세대(1955년-1964년)와 2차 베이비붐 세대(1968년-1974년)에 해당하는 대상자를 편의모집(Convenient sampling)하여 369명에 대해 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 연구 방법으로는 빈도분석, t-test, ANOVA, 상관분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다. 아래에서는 위의 연구결과에서 특히 두드러지고 공통적인 양상을 보이며, 분명한 특성을 보이는 연구결과를 중심으로 주요하게 논의할 예정이다.

첫째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 스트레스와 우울이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴 보기 위해 심리적 안녕감을 종속변수로 선정하고, 평균 중심화(mean centering) 처리된 스트레스, 우울을 투입한 결과 스트레스와 우울은 심리적 안녕감에 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감은 낮아짐을 의미하여 가설 1을 지지하는 것으로 나타났다.

위와 같은 연구결과는 생활스트레스가 심리적 안녕감에 부정적 영향을 미치는 주요한 변인이며[78][79], 삶의 질에도 부정적 영향을 미치는 것으로 나타난 결과[80][81]와 부분적으로 일치하는 결과이다.

이를 통해 알 수 있는 것은 우울이나 스트레스와 같은 부정적인 정서는 인생의 중요한 전환기를 맞이하는 베이비부머들에게 있어 신체·심리적으로 쇠약해지게 하는 가중요인이 되기도 하며, 중년기 이후의 정신건강 관리는 베이비붐 세대의 현재 삶을 포함한 노년기 사회문제를 예방하는데 중요한 예측요인이 된다는 것을 다시 한 번 확인해주었다. 따라서 각 베이비붐 세대들의 심리적 안녕감을 긍정적인 방향으로 증진시켜 주기 위해서는 우선 이들의 우울이나 스트레스와 같은 정신건강을 직접 관리해 주는 심층상담 및 중재 개입 프로그램

램을 개발하여 은퇴 후 재취업 현장이나 혹은 사회복지 실천현장에서 꾸준히 이루어져야 한다는 점이다. 더불어 지역사회커뮤니티에서도 사교활동이나 사회적 네트워크를 형성하여 단계적 연령대를 포함하고 있는 1, 2차 베이비 붐 세대들의 다양한 여가활동을 통한 심리·정신건강 관리에 힘쓰도록 정책적·실천방안에 힘써야 할 것이다.

둘째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지와 심리적 안녕감, 과의 관계를 살펴보기 위해 심리적 안녕감을 종속변수로 선정하고, 인구사회학적특성, 평균중심화(mean centering) 처리된 스트레스, 우울, 사회적 지지를 단계적으로 투입하는 위계적 회귀 분석을 실시한 결과 사회적 지지는 심리적 안녕감 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타나 가설 2를 지지하였다.

위와 같은 연구결과는 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 조절하는 변인들 중 사회적 지지가 심리적인 건강에 중요한 영향을 미치는 요인으로 주목받아 왔다는 연구결과[10][52][82]와 일치하는 결과이며, 중년 남성의 직장 내 동료나 상사와 같은 타인의 지지가 스트레스나 우울 등의 부정적 심리요인들을 완충하는 요인이 된다는 연구결과[41]와 그 맥락을 함께하는 결과이다. 또한 국외에서도 스트레스와 심리적 안녕감을 살펴본 몇 편의 연구[83][84]에서도 이들 변인간의 직접적인 설명력이 낮은 이유로 사회적 지지라는 완충요인 혹은 적응요인이 존재하기 때문이라고 견해를 제시한 것과 부분적으로 일치하는 결과이다.

이러한 연구결과를 통하여 얻은 이론적 및 실제적 시사점은 베이비부머의 스트레스와 심리적 안녕감 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 확인함으로써 이들 베이비부머들의 심리적 안녕감을 위해 사회적 지지의 영향력을 적극적으로 고려하는 것이 중요하며, 베이비부머라는 사회적 특성과 배경에 맞는 맞춤형 사회적 지지 중재 프로그램의 개발에 대한 연구가 시급히 요구된다고 하겠다. 또한 베이비부머들의 사회적 지지를 증진시키는 것은 이들의 스트레스를 완화하고, 심리적 안녕감을 높이는 효과가 있다는 것을 시사하는 바이기도 하다.

셋째, 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대의 사회적 지지의 조절효과와 사회적 지지의 조절효과에 차이가 있는 지를 확인하기 위해 인구사회학적 특성, 평균중심화(mean centering) 처리된 스트레스, 우울, 사회적지지, 상호작용항을 모두 동시에 투입한 결과 1차 베이비 붐 세대의 경우는 경제수준이 나쁠수록, 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이게 하지만 우울과의 관계에서만 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 반면 2차 베이비 붐 세대의 경우는 스트레스와 우울이 높을수록 심리적 안녕감이 낮아지고 사회적 지지는 심리적 안녕감을 높이는 하지만 스트레스와 우울과의 관계에서 조절효과는 없는 것으로 나타나 가설 3의 경우는 1차 베이비 붐 세대에서만 지지하는 것으로 나타났고, 가설 4는 1차 베이비 붐 세대와 2차 베이비 붐 세대 간에 차이가 발생하였으므로 지지하는 것으로 나타났다.

위와 같은 연구결과는 우울에 대한 선행연구[9]에서 연령이 낮을수록 우울정도가 낮아지며, 중년기 남성의 스트레스를 연구[85]에서 밝힌 것처럼 이들이 중년기 동안에 느끼는 다각적인 문제들은 높은 수준의 스트레스를 내보인다고 밝힌 것과 그 맥락을 함께 하는 바이다. 이를 통해 시사하는 것은 2차 베이비부머 세대의 주를 이루고 있는 중년기에는 일반적으로 스트레스를 겪는 이들이 많은 반면 시간이 진행됨에 따라 노년기에 이르러 이러한 스트레스 요인이 또 다른 부정적 요인과 함께 가중하게 되어 우울이라는 병리적인 증상으로 발전될 가능성이 높다는 점이다. 이에 대한 근거로 스트레스를 연구하는 다양한 선행연구[67][86]에서는 장기적인 스트레스가 우울이라는 부가적인 정신건강의 문제를 야기한다고 강조하면서, 일반적으로 심리적인 긴장상태가 지속되는 스트레스가 증가하게 되면 우울이나 불안과 같은 정신건강에 영향을 미친다고 밝혔다 [87]. 따라서 2차 베이비 붐 세대와 같은 중년기에는 스트레스라는 주요한 정신건강의 문제를 해결하여 이후 노년기의 우울과 같은 병리적 증상으로 발전되지 않도록 미리 실천예방에 힘써야 한다는 것을 제안하고자 한다.

이상의 연구결과를 종합해 보면, 본 연구는 베이비

붐 세대가 경험하는 스트레스, 우울이 심리적 안녕감에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과를 살펴보고 더불어 1차 베이비 붐 세대(1955년-1964년)와 2차 베이비 붐 세대(1968년-1974년)를 비교 분석하여 차이를 밝혔다는 점에서 충분한 연구의 의미가 있다고 하겠다. 특히 기존의 베이비부머 대상 선행연구들이 대부분 경제적 측면에 초점을 두고 있음에 비해 본 연구에서는 스트레스나 우울과 같은 정신건강 변인이 심리적 안녕감과 관계 분석에 있어 사회적 지지가 어떠한 조절역할을 하는지를 검증하여 베이비 부모의 삶의 목적향상과 학술적인 논의를 제시했다는 점에서 의의를 찾을 수 있다.

둘째, 본 연구에서는 베이비 붐 세대들의 부정적인 정신건강을 예방할 수 있는 변인인 사회적 지지를 증진시키기 위한 교육프로그램이나 사회복지 서비스 프로그램 마련에 적절한 도움을 제공할 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 아직까지는 베이비부머 연구 영역에서 일반적이지 않고 보다 새로운 변인인 심리적 안녕감과 관련된 개념을 의미 있게 다루고 각 베이비 붐 세대들 간의 비교연구를 통해 그 변인간의 관계를 살펴 보았다는 데서 그 의미가 있다. 향후연구에서는 심리적 안녕감과 베이비 부모와 관련한 다양한 변수를 활용한 연구의 확장이 요구되어진다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 한계를 지니고 있으며 이를 바탕으로 향후 연구방향에 대해 제안하고자 한다. 첫째, 본 연구는 일부지역의 베이비부머 세대를 대상으로 임의 표집함으로써 연구결과의 일반화에 한계를 지닌다. 향후에는 베이비 붐 세대의 지역적 안배를 고려하여 전국의 베이비부머를 대상으로 확률적 표집에 근거한 연구가 이루어질 필요가 있다. 둘째, 횡단적 자료에 근거하여 검증하였기 때문에 베이비 붐 세대의 스트레스와 우울, 심리적 안녕감과 사회적 지지간의 인과관계를 추론하는 데 있어 제한적일 수 밖에 없다. 추후 연구에서는 종단적 자료를 통해 이들과의 인과관계를 면밀히 검증할 필요가 있으며 주요 변인간의 상호관계를 살펴볼 필요가 있다.

참고 문헌

- [1] 통계청, 장래인구추계, KOSIS국가통계포털, 2010.
- [2] 김상균, 노후생활 안정을 위한 주택연금제도 개선 방안 연구 : 2차 베이비붐 세대를 중심으로, 가천대학교 대학원, 석사학위논문, 2014.
- [3] 유운도, 1차 베이비부머와 2차 베이비부머의 생활 만족도에 관한 비교연구, 충남대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [4] 한경혜, “한국의 베이비부머 : 생활세계와 라이프 코스에 대한 이해,” 한국노인과학 학술단체연합회 ‘98학술대회 및 분과학회 추계학술대회, pp.3-13, 2010.
- [5] 최은영, 베이비부머의 진로자본, 일가치, 대처행동이 진로안녕감에 미치는 영향, 경기대학교 대학원, 박사학위논문, 2015.
- [6] C. D. Ryff, “Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being,” Journal of Personality and Social Psychology, Vol.57, pp.1069-1081, 1989.
- [7] 차경호, “한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계,” 청소년학연구, 제11권, 제3호, pp.321-337, 2004
- [8] D. B. Feldman and C. R. Snyder, “Hope and the meaningful life : Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning,” Journal of Social and Clinical Psychology, Vol.24, pp.401-421, 2005.
- [9] 김미정, 김귀분, “중년과 노인의 심리적 안녕감 영향요인” 동서간호학연구지, 제19권, 제2호, pp.150-158, 2013.
- [10] 김나미, 김신섭, “대학생 생활 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 사회적 지지와 회복탄력성의 매개효과,” 상담학연구, 제14권, 제2호, pp.1125-1144, 2013.
- [11] 김경희, 염시창, 권재환, “대학생 활 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 전념행동의 조절효과 분석,” 상담학연구, 제15권, 제5호, pp.1937-1956, 2014.

- [12] M. E. P. Seligman and M. Csikszentmihalyi, "Positive psychology : An introduction," *American Psychologist*, Vol.55, pp.5-14, 2000.
- [13] 구승희, "소비자의 소비성향과 명품브랜드 모조품 구매간의 관계에 관한 연구 : 자아존중감의 조절효과를 중심으로," *광고PR실학연구*, 제4권, 제1호, pp.85-107, 2011.
- [14] 강석기, 한상훈, 박명신, "고등학생의 분노가 우울 및 불안에 미치는 영향력 : 자아존중감의 조절효과를 중심으로," *교육발전논총*, 제34권, 제1호, pp.91-114, 2013.
- [15] 황상미, 정현희, "부모의 성취압력과 고등학생의 시험불안의 관계에서 학업적 자기효능감과 자아존중감의 조절효과," *청소년학연구*, 제19권, 제5호, pp.1-20, 2012.
- [16] 박지혜, 김근향, 고영진, "한부모가정 및 일반가정 청소년의 불안, 사회적응 및 주관적 안녕감 간의 관계에서 낙관성의 조절효과," *한국청소년연구*, 제25권, 제2호, pp.115-144, 2014.
- [17] 양귀화, 김중남, "외상 후 성장과정에 대한 분석," *한국심리학회지 건강*, 제19권, 제4호, pp.1041-1065, 2014.
- [18] 한창훈, 조영아, "청소년의 자기조절능력과 학업스트레스와의 관계 : 낙관성의 조절효과를 중심으로," *청소년학연구*, 제21권, 제12호, pp.205-231, 2014.
- [19] 김희경, 림금란, 안정선, "여성독거노인의 우울과 삶의 질과의 관계 : 사회적지지, 사회적 활동의 조절효과 및 매개효과," *한국노년학*, 제31권, 제1호, pp.33-47, 2011.
- [20] 엄인숙, "노인의 생활스트레스와 사회적 지지가 우울에 미치는 영향," *복지행정논총*, 제22권, 제1호, pp.73-90, 2012.
- [21] 이민숙, *노인의 우울과 자살에 대한 사회적 지지의 영향*, 서울여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.
- [22] 김소영, 김진숙, "가정환경 위험요인과 정서조절이 아동기 문제행동에 미치는 영향 : 사회적 지지의 조절된 매개효과 검증," *상담학연구*, 제15권, 제3호, pp.1257-1276, 2014.
- [23] 오연희, *아동의 피학대 경험이 아동의 비행과 또래관계 소외에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과*, 서울여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2012.
- [24] 황명선, 신호정, "교사가 지각하는 학생의 문제행동이 교사 소진에 미치는 영향," *한국심리학회지*, 제12권, 제1호, pp.87-112, 2015.
- [25] S. Cohen and H. Hoberman, "Positive events and social supports as buffers of life change stress," *Journal of Applied Social Psychology*, Vol.13, pp.99-125, 1983.
- [26] 김명숙, *아동의 사회적 지지와 부적응과의 관계*, 숙명여자대학교 대학원, 박사학위논문, 1995.
- [27] M. A. Zimmerman, J. Ramirez-Valles, K. M. Zapert, and K. I. Maton, "A longitudinal study of stress-buffering effects for urban African male adolescent problem behaviors and mental health," *Journal of Community Psychology*, Vol.28, No.1, pp.17-33, 2000.
- [28] K. E. Grant, B. E. Compas, A. F. Stuhlmacher, A. E. Thurm, S. D. McMahon, and J. A. Halpett, "Stressors and child and adolescent psychopathology : Moving from markers to mechanisms of risk," *Psychological Bulletin*, Vol.129, pp.447-46, 2003.
- [29] K. F. Grant, B. E. Compas, A. E. Thurm, S. D. McMahon, and P. Y. Gipson, "Stressors and child and adolescent psychopathology : Measurement issues and prospective effects," *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, Vol.33, pp.412-425, 2004.
- [30] 이자영, 최웅용, "사회적 지지가 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 인지적 정서조절을 매개로 하여," *상담학연구*, 제13권, 제3호, pp.1481-1499, 2012.
- [31] S. Cohen and T. A. Wills, "Stress, social support and the buffering hypothesis," *Psychological Bulletin*, Vol.98, pp.301-357, 1985.
- [32] Diane J. Macunovich, "Fertility and the Easterlin

- Hypothesis : An assessment of the literature,” *Journal of Population Economics*, Vol.11, pp.1-59, 1998.
- [33] Richard A. Easterlin, “The American Baby-Boom in Historical Perspective,” *National Bureau of Economic Research*, 1962.
- [34] 삼성경제연구소, 베이비붐 세대 은퇴의 파급효과와 대응방안, 2010.
- [35] 황원경, “중년이 된 2차 베이비붐 세대 인생2막을 위한 재무적 안정대비 필요,” *KB골든라이프 연구센터* 2013-6호, 2013.
- [36] 강란해, “일본의 중년기 여성 생활스트레스와 스트레스 반응의 관계에 영향을 미치는 사회적 지지의 완충효과,” *한국일본교육학연구*, 제13권, 제1호, pp.127-150, 2008.
- [37] C. L. Cooper, “Identifying stressors and work: Recent research developments,” *Journal of Psychosomatic research*, Vol.37, pp.369-376, 1983.
- [38] B. S. Dohrenwend and B. Dohrenwend, *Class and race as status related sources of stress*, In S. Levine & N. A. scotch(Eds.), *Social Stress* Chicaco: Aldine, 1984.
- [39] C. E. Ross and J. Mirowsky, “Child care and emotional adjustment to wives’s employment,” *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.29, pp.127-138, 1989.
- [40] R. S. Lazarus, *Patterns of adjustment*, New York : McGraw-Hill, 1976.
- [41] 안경남, 김민선, 김동구, 서영성, 김대현, “중년 남성의 자아존중감, 사회적지지, 스트레스에 따른 우울성향,” *대한임상노인의학회지*, Vol.13, No.4, pp.181-188, 2012.
- [42] 이정인, 김계하, 오순학, “중년 남성의 우울과 삶의 만족도에 관한 연구,” *성인간호학회지*, Vol.15, No.3, pp.422-431, 2003.
- [43] 이성규, “베이비부머의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인 : 성별차이를 중심으로,” *디지털융복합 연구*, Vol.12, No.10, pp.73-86, 2014.
- [44] 정순돌, 서송주, 박효진, “베이비부머의 여가만족도와 삶의 만족도의 관계 : 주관적 신체건강과 주관적 정신건강의 매개효과를 중심으로,” *여가학 연구*, Vol.11, No.2, pp.75-99, 2013.
- [45] 최민지, *베이비부머의 퇴직태도, 노후준비가 심리적위기감과 심리적 안녕감에 미치는 영향*, 배재대학교 대학원, 석사학위논문, 2015.
- [46] 홍영준, 이정훈, “은퇴베이비부머의 영적안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향 : 우울감의 매개효과를 중심으로,” *한국가족복지학*, Vol.45, pp.95-119, 2014.
- [47] 최금주, *노인의 영적웰빙이 자아통합과 죽음불안에 미치는 영향*, 대구카톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2009.
- [48] 정미자, 문희, 선춘자, 이동매, 박영례, “노인장기요양보험 급여 대상자들의 우울과 영적안녕과의 관계 : 가족지지의 매개효과,” *한국노년학*, Vol.33, No.4, pp.865-879, 2013.
- [49] U. Schimmack, *Emotional experiences require awareness of the eliciting stimulus*, Manuscript under review. 2004.
- [50] 이은경, 이기학, “우울과 긍정적 정서가 주관적 안녕감에 미치는 영향 : 신경증과 외향성 척도를 중심으로,” *상담학연구*, Vol.6, No.2, pp.325-338, 2005.
- [51] 정성진, 조현주, “학생상담센터 내방 대학생의 생활 스트레스와 심리적 안녕감의 관계,” *한국심리학회 학술대회 자료집*, 제2013권, 제1호, pp.265-265, 2013.
- [52] 이옥형, “대학생의 생활스트레스, 자아탄력성 및 사회적 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향,” *청소년학연구*, Vol.19, No.1, pp.29-57, 2012.
- [53] 이에연, 김정모, 이충영, “태권도시범단 참여에 따른 스트레스가 자기효능감, 심리적 안녕감에 미치는 영향,” *한국체육과학회지*, 제21권, 제6호, pp.453-465, 2012.
- [54] 이금옥, *사회적 지지와 생활스트레스가 노인의 심리적 안녕감에 미치는 영향*, 경희대학교 대학

- 원, 석사학위논문, 2011.
- [55] 전해숙, “초고령 노인의 스트레스와 대처방안이 심리적 안녕감에 미치는 영향,” 노인복지연구, 제47권, pp.51-69, 2010.
- [56] 강향미, 구중희, “한국의 문화 : 베이비부머의 노후 공동체의식과 사회참여 태도가 노후준비 인식에 미치는 영향,” 한국사상과 문화, 제74권, pp.355-373, 2014.
- [57] 박창제, “베이비부머와 전 베이비 부모의 재무적 노후준비 비교연구,” 한국노인복지학회 학술발표논문집, 제2권, pp.89-98, 2013.
- [58] 유인순, 최수일, “베이비부머의 성격특성이 노후준비행동에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제4호, pp.245-262, 2012.
- [59] 박현식, “베이비부머의 노후준비와 성공적 노후관계 연구,” 노인복지연구, 제58권, pp.281-302, 2012.
- [60] 백은영, “베이비부머의 은퇴 준비와 준비 유형 결정요인 연구,” 사회보장연구, 제27권, 제2호, pp.357-383, 2011.
- [61] 한경혜, 김주현, 백옥미, “베이비부머들의 은퇴에 대한 재정적 준비와 건강 준비의 관련 요인 탐색 : 심리적 요인과 자원요인을 중심으로,” 노인복지연구, 제58권 pp.133-162, 2012.
- [62] 백은영, 정순희, “베이비부머의 재정현황과 주택자산이 은퇴준비 정도에 미치는 영향,” 소비문화연구, 제15권, 제1호, pp.141-160, 2012.
- [63] 남순현, 김미혜, “베이비부머의 여가중심 라이프스타일, 은퇴준비 및 부부 여가활동이 삶의 만족도에 미치는 영향,” 한국노년학, 제34권, 제1호, pp.183-203, 2014.
- [64] 송정석, *고령자의 온라인 커뮤니티 활용과 심리적 안녕감에 관한 연구*, 서울벤처정보대학원대학교, 박사학위논문, 2010.
- [65] 김시연, 서영석, “부적응 도식과 일상적 스트레스가 결혼만족에 미치는 영향,” 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 제20권, 제4호, pp.1243-1267, 2008.
- [66] R. L. Brock and E. Lawrence, “A longitudinal investigation of stress spillover in marriage : Does spousal support adequacy buffer the effects?,” *Journal of Family Psychology*, Vol.22, pp.11-20, 2008
- [67] S. Cohen, R. C. Kessler, and L. U. Gordon, “Strategies for measuring stress in studies of psychiatric and physical disorders,” In S. Cohen, R. C. Kessler, & L. U. Gordon(Eds.), *Measuring stress : a guide for health and social scientists* (pp.3-28), New York : Oxford University Press, 1995.
- [68] Z. Solomon, R. Dekel, and G. Zerach, “Posttraumatic stress disorder and marital adjustment : The mediating role of forgiveness,” *Family Process*, Vol.48, pp.546-558, 2009.
- [69] S. H. Frank and S. J. Zyzanski, “Stress in the clinical setting; The brief encounter psychosocial instrument,” *J Fam Pract*, Vol.26, No.5, pp.533-539, 1988.
- [70] 배종면, 정은경, 유태우, 허봉렬, 김철환, “외래용 스트레스량 측정도구 개발연구,” *Korean Journal of Family Medicine*, 제13권, 제10호, pp.809-820, 1992.
- [71] 허봉렬, 임지혁, 배종면, 최순식, 김성원, 황환식, “외래용 스트레스량 측정도구로서 한국어판 BEPSI 설문서(수정판)의 타당성,” *Korean Journal of Family Medicine*, 제17권, 제1호, pp.42-53, 1996.
- [72] Beck, *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*, New york: Harper & Row, 1967.
- [73] 이영호, 송종용, “BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구,” *한국심리학회지 임상*, 제10권, 제1호, pp.98-113, 1991.
- [74] E. H. Erikson, *Youth and Crisis*, New York : W. W Norton. Co, 1968.
- [75] 김명소, 김혜원, 차경호, “심리적 안녕감의 구성 개념분석,” *한국심리학회지 사회 및 성격*, 제15권,

제2호, pp.19-39, 2001.

[76] G. D. Zimet, N. W. Dahelm, S. G. Zimet, and G. K. Farley, "The multidimensional scale of perceived social support," *Journal of Personality Assessment*, Vol.52, No.1, pp.30-41, 1988.

[77] 홍세희, "구조방정식 모형의 다양한 모형: 고급," S&M 리서치 그룹, 2013.

[78] 기현정, *대학생의 생활스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 마음챙김의 조절효과를 중심으로*, 숙명여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2011.

[79] J. G. Lam, W. S. Wong, S. J. Mary, K. F. Lam, and S. L. Pang, "Psychological well-being of interns in Hong Kong : What causes them stress and what helps them," *Medical teacher*, Vol.32, No.3, pp.120-126, 2010.

[80] 구경호, *대학생의 생활스트레스와 자아탄력성이 학교생활적응에 미치는 영향*, 부산대학교 대학원, 석사학위논문, 2008.

[81] 안미숙, *직장인의 일상적 스트레스와 삶의 질의 관계에 대한 자아탄력성의 매개효과*, 전북대학교 대학원, 석사학위논문, 2010.

[82] 오명자, 김병욱, 김미례, "중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과," *한국심리학회지 여성*, 제13권, 제4호, pp.499-520, 2008.

[83] S. C. Kobasa, S. R. Maddi, and S. Khan, "Hardiness and health : A prospective study," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.42, pp.168-172, 1982.

[84] R. C. Kessler, R. H. Price, and C. B. Wortman, "Social factors in psychology : stress, social support, and coping processes," *Annual Review of Psychology*, Vol.36, pp.531-572, 1985.

[85] 한경임, 정연강, 이재은, "중년기 남성의 스트레스와 갱년기 증상," *지역사회간호학회지*, 제13권, 제3호, pp.513-522, 2002.

[86] 김명식, "청소년의 지각된 스트레스와 우울이 학교적응에 미치는 영향," *한국심리치료학회지*, 제1

권, 제2호, pp.53-67, 2010.

[87] 서인균, 이연실, "대학생의 취업스트레스가 우울 및 절망감에 미치는 영향 : 사회적 지지의 조절효과," *미래청소년학회지*, 제12권, 제1호, pp.117-147, 2015.

[88] 박서영, 최희정, "베이비붐 세대의 소비수준과 삶의 만족도 관계," *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제4호, pp.666-674, 2016.

[89] 강상경, "삶의 만족도와 관련요인의 세대 간 차이에 대한 탐색적 연구 : 한국복지패널 자료를 이용한 베이비 붐 세대와 이전 및 이후 세대 간 비교," *사회복지연구*, 제43권, 제4호, pp.91-119, 2012.

저 자 소개

이 연 실(Yon-Sil Lee)

정회원



- 2012년 2월 : 숙명여대 아동복지학과(문학박사)
- 2008년 3월 ~ 현재 : 신경대학교 사회복지학과 부교수

<관심분야> : 아동가족, 노인청소년 심리

서 인 균(In-Kyun Seo)

정회원



- 2010년 8월 : 원광대학교 사회복지학과(사회복지학박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 신경대학교 사회복지학과 부교수

<관심분야> : 노인학대, 노인자살, 장애인복지