

노년기 활동 참여가 삶 만족과 자아통합감에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과

Influence of Activity Engagement of Late Adulthood on Life Satisfaction and Ego Integration: Mediating Effect of Life Meaning

김민희*, 이주일**

한국상담대학원 대학교*, 한림대학교 심리학과 및 한림응용심리연구소**

Min-Hee Kim(pseudo@kcgu.ac.kr)*, Juil Rie(jilee@hallym.ac.kr)**

요약

본 연구의 목적은 노년기 활동 참여가 삶 만족과 자아통합감에 미치는 영향을 확인하고, 활동 참여와 삶 만족, 활동참여와 자아통합감의 관계에서 삶의 의미의 매개효과를 확인하는 것이다. 은퇴한 55세 이상의 성인 700명(남자 350명, 여자 350명)이 설문조사에 응답하였다. AMOS를 활용하여 구조방정식 모형을 분석한 결과, 제안된 모형이 적절한 것으로 나타났다. 분석 결과 활동 참여의 수준이 높을수록 삶 만족이 높으며, 자아통합감이 높은 것으로 나타났다. 또한 활동 참여와 삶 만족, 활동 참여와 자아통합감의 관계에서 삶의 의미가 매개효과를 가지는 것으로 확인되었다. 마지막으로 노년기 삶 만족과 자아통합감에 있어서 활동 참여와 삶의 의미가 가지는 역할과 본 연구의 한계점에 대해 논의하였고 후속 연구에 대해 제안하였다.

■ 중심어 : | 활동 참여 | 삶의 의미 | 삶 만족 | 자아통합감 | 노년기 |

Abstract

The purpose of this study was to examine the impact of activity engagement on life satisfaction and ego integration in late adulthood and to investigate the mediating effect of life meaning between activity engagement and life satisfaction and ego integration. 700 elderly(359 male, 350 female) who retired and over 55 years old completed questionnaires. Structural equation model analysis using AMOS showed that the suggested model is appropriate. Results showed that activity engagement was positively associated with life satisfaction and ego integration, and results also showed that life meaning mediated the relationship between activity engagement and life satisfaction and ego integration. Lastly, We discussed the implications of the roles of activity engagement and life meaning on life satisfaction and ego integration for elderly and limitations of this study and suggestions for future research.

■ keyword : | Activity Engagement | Life Meaning | Life Satisfaction | Ego Integration | Late Adulthood |

* 이 논문은 2012년 정부의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2012-S1A3A2-033609).

접수일자 : 2017년 02월 02일

심사완료일 : 2017년 03월 01일

수정일자 : 2017년 03월 01일

교신저자 : 이주일, e-mail : jilee@hallym.ac.kr

I. 서론

수명 증가는 거의 대부분의 국가에서 발견되는 전 세계적인 현상으로[1], 특히 베이비부머 세대들이 은퇴에 접어들게 됨으로써 노년층으로 들어가는 인구는 더 급속히 증가할 것으로 전망된다. 이와 같은 노인 인구의 증가는 노년기 삶의 질에 대한 관심을 불러일으키게 되었다. 사람들은 노년기에 이르러서도 높은 삶의 질을 유지하기 위해 개인적 차원에서 많은 준비와 노력을 한다. 하지만 노년기 삶의 질은 개인적 차원의 문제로 그치지 않는데, 노인들의 낮은 삶의 질은 이것을 해결하기 위한 공적 비용의 증가로 이어지기 때문이다[2]. 이러한 이유로 노년기에 높은 삶의 질을 유지하는 것은 개인적, 사회적 차원에서 매우 중요한 과제이다. 하지만 노년기가 되면 젊은 시절에 비해 여러 가지 불리한 조건에 놓이게 되는데, 신체적 기능의 약화, 은퇴로 인한 경제적 능력의 감소와 역할 부재, 사회적 관계의 단절 등이 그것이다. 따라서 어떻게 하면 이러한 약점에도 불구하고 노년기에도 삶의 질을 유지 혹은 향상시킬 수 있느냐 하는 것이 노년 연구들의 주요 이슈가 되었다.

노년기 삶의 질에 기여하는 중요한 요인 중 하나로 노년기 활동 혹은 참여에 주목해볼 필요가 있다. 노년기 활동 혹은 참여의 중요성은 이미 오래전부터 강조되어 왔는데, 활동이론[3]에서는 사회적 활동의 참여 정도와 생활만족도가 상관을 가진다고 주장하였고, Rowe와 Kahn[4]은 성공적 노화모델에서 성공적 노화의 요소로서 건강과 인지적 기능에 덧붙여 사회적 활동을 핵심적인 것으로 지명하였다. 2002년에는 WHO가 활동적 노년(active ageing)이란 용어를 제안하면서, 활동적 노년을 노년기 삶의 질을 확보하기 위해 참여, 건강, 안전의 기회를 최적화하는 과정이라고 정의하였다. 활동적 노년을 연구하는 학자들에 따르면 건강, 안전, 참여 중 건강이나 안전은 활동적 참여를 위한 환경적 기반을 구축하는 것이며, 활동적 노년을 위해서는 참여가 가장 중요하다[5][6].

하지만 지금까지 이루어진 노년기 활동의 영향력에 대한 연구들은 신체적, 정신적 건강의 영역에 집중되어 왔다. 물론 노년기 삶의 질을 결정하는 요인으로 건강

이 중요하지만 이에 못지않게 심리적 영역도 중요한데 [7], 노년기 삶의 만족, 자아통합감은 노년기 삶의 질을 결정하는 중요한 심리적 변인이다. 따라서 본 연구에서는 활동 참여가 노년기 심리적 안녕감에 미치는 영향을 확인하기 위해, 삶 만족과 자아통합감에 초점을 맞추었다. 한편 노년기 활동의 유형보다는 활동의 의미가 더 중요하며[8][9], 활동의 영향력에 있어서 어떤 종류의 활동에 참여하는가는 중요하지 않다[10]는 주장들이 있다. 이들 선행연구들을 검토하여, 본 연구에서는 선행연구들에서 해결하지 못한 다음의 몇 가지 연구문제를 해결하고자 하였다. 첫째, 활동의 종류가 아닌 다양한 활동에 대한 참여 수준이 노년기에 어떤 영향을 미치는가? 둘째, 활동 참여가 신체적 건강이 아닌 심리적 안녕감에 미치는 영향력은 어떠한가? 셋째, 활동 참여와 안녕감의 관계에서 삶의 의미가 어떤 역할을 하는가?.

II. 선행연구 고찰

1. 활동 참여와 노년기 삶 만족, 자아통합감

노년기 활동 참여에 대한 연구들은 활동(activity), 참여(engagement), 참가(commitment), 여가활동(leisure activity) 등의 다양한 용어를 사용하고 있다. 또 일부연구에서는 신체적 활동(physical activity)이라는 용어로 신체적 움직임을 동반하는 활동을 측정하기도 하였다. 본 연구에서는 단지 신체적 활동이나 움직임이 아니라 다양한 노년기 활동에 참여하는 것에 초점을 두면서도 수동적으로 시간을 보내는 행위(예, TV 시청, 낮잠 등)가 아닌 좀 더 적극적인 활동에 참여하는 것을 뜻하는 용어로 활동 참여(activity engagement)라는 용어를 사용하였다.

노년기 활동 참여에 대한 지금까지의 연구들은 신체 활동이 건강에 미치는 영향, 자원봉사가 성공적 노화에 미치는 영향 등 특정 활동에 국한하여 그 영향력을 살핀 것이 대부분이다. 또한 일부 연구에서는 공식적 활동(교육이나 공식적 클럽)과 비공식적 활동(가족 부양, 친교)으로 나누어 각각이 삶에 미치는 영향을 보기도 하였다. 하지만 이들 연구결과에 따르면 다양한 비공식

적 활동에 참여하는 것과 공식적 활동에 참여하는 것 모두 노년기에 다양한 방식으로 도움이 된다[11-16]. 뿐만 아니라 대부분의 노인들은 하나의 활동이 아닌 다양한 활동에 동시에 참여하고 있는 경우가 대부분이어서 활동의 종류를 배타적으로 구분하여 그 영향력을 보는 것은 문제가 있다. 따라서 본 연구에서는 노년기 활동 참여를 신체 활동이나 자원봉사 등의 특정 활동으로 제한하지 않고 다양한 종류의 활동에 참여하는 정도에 초점을 두고 이러한 활동 참여의 수준이 노년기 삶에 어떤 영향을 미치는지를 확인하고자 하였다.

최근에 이루어진 많은 연구들은 신체적으로 활동적인 여가활동을 정기적으로 하는 것이 조기사망을 지연시키고[17][18], 만성적인 비전염성 질병의 발생을 감소시키고[19][20], 삶의 질을 향상시킨다[21-23] 보여주었다. 즉 노년기 활동 참여는 신체 건강이나 질병 감소에 도움이 되고 삶의 질에 긍정적 영향을 미친다.

이처럼 지금까지 노년기 사회참여, 여가활동에 대한 연구들의 대부분은 노년기 활동이 건강에 미치는 영향에 집중되어 있는데, 특히 이들 연구들은 노년기에 신체적 활동을 하는 것이 노년기 신체 건강에 유리함을 보여주고 있다. 몇몇 연구들이 노인들의 활동 참여가 우울과 같은 정신건강에 미치는 영향을 조사하기도 하였고[24], 사회적 활동이나 여가 활동에 적극적으로 참여하는 노인들이 더 높은 안녕감을 보고한다는[25] 연구 결과도 존재하지만, 삶의 질을 결정하는 중요한 심리적 변인에 관심을 기울인 연구는 매우 부족하다. 특히 노년기 심리적 안녕감의 중요한 변인인 삶 만족이나 자아통합감에 미치는 영향을 구체적으로 확인한 연구는 이루어지지 않았다.

삶 만족은 자신의 삶에 대한 인지적 평가로, 건강이나 경제력과는 달리 보다 주관적 형태의 성공적 노화를 측정하는 변인이며[26], 안녕감의 인지적, 평가적 측면이다[27]. 한편 자아통합감은 노년기의 성공적인 심리 사회적 발달의 지표로, 죽음불안을 높이고, 노년기 삶의 만족을 높이는 중요한 요인으로 여겨져 왔다. Erikson[28]에 따르면 노년기에 성공적인 심리 발달을 이루게 되면 자아통합감을 느끼게 되는데, 이는 자신의 일생을 후회 없이 수용하고, 현재 생활에 만족하며 현

재와 미래에 대한 조화된 견해를 가지고 궁극적으로 죽음에 대한 공포가 없는 심리적 안녕 상태를 의미한다. 따라서 삶에 대한 만족을 높게 지각하고 자아통합감을 느끼는 것은 노년기 안녕감의 직접적인 지표이며 나아가 높은 삶의 질을 유지하는데 필수적이다. 노년기에 참여하는 활동들은 노인들에게 의미있고 가치있고 보상을 주는 역할을 제공하는데, 이것은 안녕감 향상에 매우 중요한 것이다[29]. 따라서 노년기 활동 참여는 삶 만족과 자아통합감에 긍정적 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다.

2. 노년기 삶의 의미

노년기 활동참여가 삶의 만족, 자아통합과 직접적인 관련성을 가질 수 있지만, 노년기 참여-안녕감 패러다임에서 이 둘의 직접적 관계뿐 아니라 둘 사이의 매개변인이나 조절 변인에 대한 연구가 중요하다는 주장이 있다[25]. 이전 연구들에서는 예를 들어, 사회적 활동에 대한 평가[30], 활동 수준을 충분하다고 지각하는 정도[31], 여가 활동에 대한 만족[32], 활동의 지각된 가치[33] 등이 활동-안녕감의 관계에 영향을 주는 매개변인으로 조사되었다. 본 연구에서는 매개변인으로 삶의 의미를 선택하였는데, 삶에서 의미를 경험하는 것은 안녕감의 토대로[34], 삶을 의미 있게 여기는 것은 더 나은 삶의 질과 관련되기[35] 때문이다.

특히 나이가 들어감에 따라 삶의 의미를 발견하는 것은 매우 중요한 가치로 여겨지는데[36], 이는 노년기로 가면서 은퇴, 경제적 수입의 감소, 사회의 중심으로부터 벗어나고 있다는 불안감, 통제력과 권력의 상실 등을 느끼게 되면서 삶의 의미와 관련 있는 영속적 가치를 더 중요하게 여기게 되기 때문이다[37]. 그 결과 삶의 의미는 노년기 삶에 더 큰 영향력을 가지게 된다. 노년기에 느끼는 삶의 의미는 건강[38], 사망률[39], 인지 감퇴나 알츠하이머[40], 심리장애[41][42]와 관련이 있는 것으로 나타났다.

삶의 의미가 높은 사람들은 스트레스에 효과적으로 대처하고, 희망과 낙관성이 높으므로[43], 삶에 의미를 가지는 사람들일수록 삶 만족이 커질 것으로 예상할 수 있다. 뿐만 아니라 자신의 삶을 의미 있게 느끼는 것은

자아통합감으로 연결될 수 있다. 노년기에는 지나온 삶을 되돌아보면서 과거의 경험들을 재음미하고 새롭게 평가하여 생을 정리하고 살아가야 하는 이유인 의미를 찾는 작업이 매우 중요한다[28], 이와 같은 재평가를 통해 자신의 삶에서 의미를 발견하고 또 더 깊은 의미를 부여하면 자아통합감을 이루어 갈 수 있게 된다[43].

그런데 삶의 의미의 기초적인 원천이 되는 것이 사회적 관계이다[44], 외롭고, 사회적으로 소외되고, 무시당하고, 배척된 사람은 사회적으로 소속되어 있는 사람들보다 삶의 의미를 찾지 못하고 그 결과 심리적으로 나쁜 결과를 초래한다[45][46]. 선행연구에 의하면 우리가 사회적으로 소외되면 인생은 의미가 없는 것으로 느껴지고, 사회적으로 연결되어 있다면 인생이 더 의미있는 것으로 느껴지는데, 활동 참여는 사회적 관계, 소속, 유대감을 수반하는 것으로 삶의 의미를 느낄 수 있는 조건이 된다.

전술한 선행연구들을 근거로 본 연구에서는 노년기 활동 참여가 삶의 의미를 매개하여 노년기 삶의 만족과 자아통합감에 영향을 준다는 가설을 세우고, 이를 구조방정식모형으로 검증하고자 하였다. 본 연구의 목적은 첫째, 활동 참여가 노년기 삶 만족과 자아통합감에 미치는 영향은 어떠한가? 둘째, 활동 참여와 삶 만족, 자아통합감의 관계를 삶의 의미가 매개하는가? 이며, 본 연구의 모형은 [그림 1]과 같다.

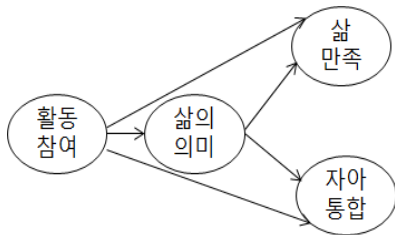


그림 1. 연구모형

III. 연구 방법

1. 연구 참여자 및 연구 절차

본 연구의 참여자는 서울, 경기도에 거주하는 56세~

86세의 주 직장을 은퇴하고 사회적 활동에 참여하고 있는 노년기 성인 남녀 700명이다. 자료는 노년기 인터뷰 경험이 많은 조사 전문회사에 의뢰하여 수집하였으며, 서울과 경기의 여러 구에서 골고루 표집이 되도록 하였다. 참여자의 성별은 남자 350명(50%), 여자 350명(50%)으로 남녀의 성비가 균형을 이루도록 하였다. 연령대는 만 56세~59세가 150명(21.4%), 60대가 300명(42.9%), 70대가 200명(28.6%), 80대가 50명(7.1%)으로 평균연령은 65.9세였다. 연구 참여자의 자세한 인구학적 정보는 [표 1]에 제시하였다.

2. 측정도구

2.1 활동 참여

본 연구에서는 유경, 이주일과 장재운(2014)이 개발한 활동적 노년 척도의 하위 요인인 참여 요인 30문항으로 활동적 참여 정도를 측정하였다. 이 척도는 자기개발 활동, 종교 활동, 일상적 사교 활동, 적극적 사교 활동, 가족지원 활동, 봉사 활동, 여가 활동 등에 대한 문항으로 구성되어 있어, 선행 연구들에서 개별적으로 다루어져왔던 여러 활동 영역을 포괄적으로 다룰 수 있다는 장점이 있다. 리커트 5점 척도 상에서 평정하게 하였으며(‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 5점), 점수가 높을수록 활동 참여 수준이 높은 것으로 해석할 수 있다. 활동 참여의 예 문항은 ‘새로운 것을 배우기 위해서 교육에 참가한다’, ‘사교를 위한 모임(친목회, 동창회 등)에 참여한다’ 등이다. 본 연구에서 척도의 내적 일관성 신뢰도인 Cronbach’s α 값은 0.86이었다.

2.2 삶의 만족

삶에 만족하는 정도를 측정하기 위해 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발하고 조명환과 차경호(1998)가 한국판으로 번안한 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)를 사용하였다.

1 고령자에 대한 정의는 다양한데, 생산과 소비활동을 연구하는 분야나 고령자고용촉진법에서는 55세 이상을 고령자로 정의하고 있다. 또한 사회적 참여나 활동 참여는 직업을 통해 사회생활을 하는 사람들보다 은퇴를 한 사람들에게 더 중요하다(Harlow & Cantor, 1996)는 점을 고려하여, 본 연구에서는 은퇴 후 직업이 없는 55세 이상을 노년기 성인으로 정의하였다.

표 1. 연구 참여자의 인구통계학적 특성

		빈도(명)	비율(%)
성별	남자	350	50.0
	여자	350	50.0
연령	56-59세	150	21.4
	60-69세	300	42.9
	70-79세	200	28.6
	80세 이상	50	7.1
결혼상태	미혼	3	0.4
	기혼	613	87.6
	이혼(별거)	11	1.6
	사별	73	10.4
자녀유무	없음	5	0.7
	있음	695	99.3
월소득	100만 미만	54	7.7
	100~150만 미만	54	7.7
	150~200만 미만	55	7.9
	200~250만 미만	118	16.9
	250~300만 미만	132	18.9
	300만 이상	287	41.0
교육수준	중졸이하	163	23.2
	고졸	363	51.9
	전문대졸	48	6.9
	대학교이상	126	18.0
주택소유	예	635	90.7
	아니요	65	9.3
종교	불교	110	15.7
	기독교	271	38.7
	천주교	63	9.0
	천도교	3	0.4
	종교없음	253	36.1
손자녀 유무	손자/손녀 없음	184	26.3
	손자/손녀 있음	516	73.7

이 척도는 총 5문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 대해 5점 리커트 상에서 ('전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 7점) 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 삶을 더 만족스럽게 지각하는 것으로 해석할 수 있다. 삶 만족 척도의 예 문항은 '전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다', '나의 삶의 조건들은 매우 훌륭하다' 등이다. 본 연구에서 척도의 내적 일관성 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .73이었다.

2.3 삶의 의미

삶의 의미추구와 의미발견을 측정하기 위하여 Steger, Frazier, Oishi와 Kaler(2006)가 개발하고 원두리, 김교현과 권선중(2005)이 번안, 타당화한 삶의 의미 척도(Meaning in Life Questionnaire, MLQ) 10 문항을 사용하였다. 이 척도는 의미추구 5개 문항과 의미발견

5개 문항으로 이루어져있다. 5점 리커트 척도 상에서 평정하게 하였으며('전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 5점), 점수가 높을수록 삶의 의미가 높음을 의미한다. 삶의 의미의 예 문항은 '나는 만족할 만한 삶의 목적을 발견하였다.', '나는 내 삶을 의미 있게 만드는 무언가를 찾고 있다' 등이다. 본 연구에서 삶의 의미 척도의 내적 일관성 신뢰도인 Cronbach's α 값은 .85이었다.

2.4 자아통합감

자아통합감을 측정하기 위해 김정순(1989)이 개발한 자아통합감 척도 16문항을 사용하였다. 이 척도는 과거와 현재에 대한 수용 11문항, 삶에 대한 태도 5문항, 총 16문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 5점 리커트 상에서 평정하게 하였으며('전혀 그렇지 않다' 1점, '매우 그렇다' 5점), 점수가 높을수록 자아통합감이 높은

것으로 해석한다. 자아통합감 척도의 예 문항으로는 ‘인생을 다시 살 수 있다고 해도 지금까지 살아온 대로 살 것이다.’, ‘내 인생을 돌이켜 볼 때, 내가 가장 원했던 것을 얻지 못했다.(R)’ 등이 있다. 본 연구에서 척도의 내적 일관성 신뢰도인 Cronbach’s α 값은 .75로 나타났다.

IV. 연구 결과

1. 기술통계 분석

활동 참여, 삶 만족, 삶의 의미, 자아통합감의 평균,

표준편차, 상관계수를 살펴보면, 활동 참여는 삶의 의미 ($r=.316, p<.001$), 삶 만족($r=.305, p<.001$), 자아통합감 ($r=.219, p<.001$)과 중간정도의 유의미한 정적 상관을 보였고, 삶의 의미는 삶 만족($r=.480, p<.001$), 자아통합감($r=.426, p<.001$)과 유의미한 정적상관이 있었으며, 삶 만족과 자아통합은 .316($p<.001$)의 상관을 나타냈다. 측정변인들의 평균, 표준편차와 상관계수는 [표 2]에 제시하였다. 측정 변인들이 모두 중간 정도의 상관을 가지고 있으므로, 다음 단계로 구조방정식을 활용한 매개 모형검증을 실시하였다.

표 2. 평균, 표준편차, 상관

	활동 참여	삶의 의미	삶 만족	자아통합감
활동 참여				
삶의 의미	.316***			
삶 만족	.305***	.480***		
자아통합감	.219***	.426***	.615***	
평균	3.82	3.65	3.25	3.31
표준편차	.60	.45	.47	.36

주. $N=700$, *** $p<.001$

2. 연구모형 검증

연구모형을 검증하기에 앞서 모형에 포함된 잠재변인인 활동참여, 삶의 의미, 삶 만족, 자아통합감을 측정 변인들이 적절하게 반영하는지 확인하기 위해 측정모형을 검증하였다[47]. 이를 위해 먼저 문항 묶음(item parcelling)을 실시하였는데, 모든 문항을 사용하였을 때에 비해 문항묶음을 사용하였을 때 표본이 간결해지며, 다변량 정규분포의 가정을 위배할 가능성을 줄일 수 있다. 단일 요인으로 구성된 삶 만족과 자아통합의 경우 무작위 방식으로 문항묶음을 실시하였으며, 다차원으로 구성된 활동 참여와 삶의 의미의 경우 요인별 문항이 각 묶음에 고르게 분포되는 방식으로 문항을 배분하였다. 그 결과, 활동 참여는 6개, 삶의 의미는 3개, 자아통합감은 4개, 삶 만족은 2개의 측정변인으로 구성

되었다. 측정모형에 대한 분석 결과, 측정모형의 모형 적합도는 CFI= .941, TLI= .906로 .90 이상이고, RMSEA= .078로 .08 이하로 나타나 측정모형이 적절한 것으로 나타났다. 이는 측정변인들이 잠재변인을 적절하게 설명하고 있다는 것을 의미한다.

다음으로 활동 참여가 삶의 의미를 매개하여 삶 만족과 자아통합감에 이르는 직접 경로와 간접경로를 가정한 연구모형을 검증하였다. 그 결과 연구모형의 적합도는 CFI=.940, TLI= .906 RMSEA= .079로 적절한 것으로 나타났다. 측정모형과 구조모형의 적합도는 [표 3]에 제시하였다.

연구 모형이 적합하였으므로, 다음으로 연구 모형에서 추정된 경로계수의 유의성을 검증하였다. 먼저 활동 참여는 삶의 의미를 유의하게 예측하였는데($\beta=.326$,

표 3. 측정모형과 구조모형 적합도

모형	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA
측정모형	439.307	84	.941	.906	.078
구조모형	439.951	82	.940	.906	.079

주. TLI= Tucker-Lewis index, CFI=comparative fit index, RMSEA=root mean square error of approximation.

$p<.001$). 이는 활동 참여를 많이 할수록 삶의 의미를 더 크게 느낀다는 것을 의미한다. 또한 삶의 의미는 자아통합감($\beta=.570, p<.001$)과 삶 만족($\beta=.583, p<.001$)을 유의하게 예측하였는데, 이는 삶의 의미를 크게 지각할수록 자아통합감을 많이 느끼고 삶에 대해서 더 만족함을 의미한다. 마지막으로 활동참여에서 자아통합감과 삶 만족으로 이르는 경로의 유의성을 보면, 활동참여는

삶 만족을 유의하게 예측하였으나($\beta=.173, p<.001$), 자아통합은 유의하게 예측하지 못하는 것으로 나타났다($\beta=.082, p=.052$). 이는 활동 참여가 많을수록 삶 만족을 크게 느끼지만, 활동 참여를 많이 한다고 해서 자아통합감이 높아지는 것은 아님을 의미한다. 연구모형에 포함된 각 경로계수(비표준화, 표준화 계수)는 [표 4][그림 2]와 같다.

표 4. 연구모형의 경로계수

경로	Estimate		S.E	C.R	P
	비표준화	표준화			
활동참여 → 삶의 의미	.243	.326	.032	7.684	***
삶의 의미 → 자아통합감	.500	.570	.048	10.469	***
삶의 의미 → 삶 만족	.498	.583	.043	11.674	***
활동참여 → 삶 만족	.111	.173	.026	4.243	***
활동참여 → 자아통합감	.053	.082	.028	1.941	.052

주. N=700, *** $p<.001$

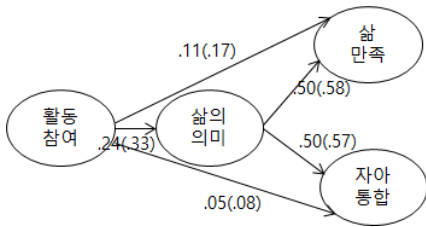


그림 2. 연구모형의 경로계수

[표 4]에서 제시한 경로계수는 예측변인과 결과변인 간의 직접적 영향력을 보여준다. 하지만 본 연구에서는 이들 변인 간의 직접적 경로뿐만 아니라 삶의 의미를 매개로 하는 간접효과를 가정하였으므로, 삶만족과 자아통합에 대한 활동 참여의 예측력을 확인하기 위해서는 간접 경로에 의한 효과를 산출하여 그 유의성을 확인할 필요가 있다. 최근에는 간접효과를 산출하는 방법으로 많은 연구자들이 검증력을 높이고 일종 오류를 감

소시키는 부트스트래핑 방법을 추천한다[48]. 따라서 본 연구에서는 1000번의 부트스트래핑을 통하여 간접 효과의 유의성을 분석하였다.

먼저 활동 참여가 삶 만족으로 이어지는 경로의 간접 효과는 95%의 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 유의하다고 볼 수 있다. 간접효과 추정치는 .12로, 활동 참여를 많이 할수록 삶의 의미가 높아져 이를 매개로 삶 만족이 높아짐을 의미한다. 또한 활동참여가 자아통합으로 가는 경로의 간접효과 역시 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 유의하였다. 간접효과 추정치는 .12로, 활동 참여를 많이 할수록 삶의 의미가 높아지고 이를 매개로 자아통합감이 높아지는 것으로 해석할 수 있다. 이로써 본 연구에서 가정된 활동 참여와 삶 만족, 활동 참여와 자아통합의 관계에서 삶의 의미의 매개효과는 유의미한 것으로 확인되었다. 표준화된 직접효과, 간접효과, 총효과와 각각의 신뢰구간은 [표 5]에 제시하였다.

표 5. 표준화된 직접효과, 간접효과, 총효과

독립 변인	종속 변인	직접효과		간접효과		총효과	
		추정치	95% 신뢰구간	추정치	95% 신뢰구간	추정치	95% 신뢰구간
활동참여	삶의 의미	.24	[.18, .31]	.00	[.00, .00]	.24	[.18, .31]
	자아통합감	.05	[.01, .12]	.12	[.08, .16]	.18	[.11, .23]
	삶 만족	.11	[.05, .16]	.12	[.09, .17]	.23	[.17, .29]
삶의 의미	자아통합감	.50	[.37, .60]	.00	[.00, .00]	.50	[.37, .60]
	삶 만족	.50	[.36, .58]	.00	[.00, .00]	.50	[.36, .58]

V. 논의

본 연구의 목적은 노년기의 활동 참여가 노년기 심리적 안녕감의 지표인 삶 만족과 자아통합감에 미치는 영향을 확인하고, 활동 참여-안녕감의 관계에서 삶의 의미의 매개효과를 확인하는 것이었다. 본 연구의 주요 결과를 요약하고, 후속 연구에 대한 제언과 본 연구의 한계점에 대해 논의하겠다.

첫째, 상관분석 결과, 노년기 활동 참여의 수준이 높을수록 삶 만족과 자아통합감이 높은 것으로 나타났다. 선행연구에서는 사회적 관계가 많을수록 노년기 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났는데[49], 자원봉사, 문화적 활동, 스포츠, 독서, 취미와 쇼핑 등과 같은 활동 참여는 노인들이 느끼는 사회적 연결감의 중요한 예언변인이다[50]. 또한 다른 사람들과 관계를 맺는 것은 정보, 사회적 지지, 재정적 연계성 혹은 문화적 소속감과 같은 가치있는 자원에 이르는 대안적 경로를 제공하는데[51], 그러한 자원들은 안녕감에 핵심적이며 삶의 질의 향상에 도움이 된다[52]. 이러한 선행연구의 결과들로 미루어볼 때, 사회적 연결감을 동반하는 활동 참여가 노년기 삶 만족을 높이는데 기여하였을 것으로 해석할 수 있다. 또한 활동 참여는 자아통합감에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 노년기 사회적 활동이 성공적인 노년기 적응과 자아통합감에 영향을 미치는 가장 중요한 요인이라는 김정순[53]의 주장이나, 자원봉사활동과 같은 사회적 활동이 자아통합감 형성에 긍정적 영향을 주었다는 결과[54]와도 일맥상통한다.

둘째, 활동 참여가 삶의 의미를 매개하여 삶의 만족에 영향을 주는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 사회적 활동이 삶의 의미 증진과 같은 심리적 이점을 가지며[55], 삶의 의미의 혼란을 경험할 때는 심리적 안녕감이 낮아지며[56]. 높은 삶의 의미는 삶 만족을 높인다[54]는 선행 연구의 결과로 설명 가능하다. 또한 선행연구에 의하면 삶의 의미는 긍정 정서와 정적인 상관관계를 가지는데[44], 즉 좋은 기분에 있으면, 우리의 삶이 더 의미가 있는 것으로 느껴진다는 것이다[44][57]. 이들 선행연구의 결과로 예측해볼 때, 활동적 참여가 노

인들이 긍정적인 기분을 느끼는데 도움이 되고 이것이 삶의 의미를 높이는데 기여하였을 것으로 해석해볼 수 있다.

셋째, 활동 참여가 삶의 의미를 매개하여 자아통합감에 영향을 주는 것으로 나타났다. 노년기에 자신의 인생에 의미를 부여한다면 부정적인 삶의 방식을 변화시킬 수 있으며, 나아가 죽음을 받아들이는 태도도 긍정적으로 바꿀 수 있지만[58], 반면 삶의 의미를 발견하지 못한다면 과거를 후회하고 현실에 만족하지 못하는 노년기를 보낼 수 있다[59]는 선행연구들의 결과는 삶의 의미가 자아통합감을 예측한다는 본 연구의 결과를 지지한다. 상관분석에서 활동 참여와 자아통합감의 관계는 유의미한 것으로 나타났으나 연구모형 검증 결과, 활동 참여에서 자아통합감으로 가는 경로가 통계적으로 유의미하지 않았으며, 부트스트래핑 결과 비록 직접 효과가 통계적으로 유의하였지만 간접효과에 비해 그 크기가 작았다. 이는 활동 참여와 자아통합의 관계는 직접적인 영향보다는 삶의 의미를 매개하여 간접적으로 더 큰 영향을 미침을 의미한다.

본 연구는 다음의 몇 가지 점에서 기존의 연구들과는 구별되는 의의를 가진다. 첫째, 기존의 연구들 대부분이 활동 참여와 신체적 건강의 관계에 초점을 두었던 반면 본 연구는 활동 참여가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 확인하였다. 특히 자아통합감은 노년기 심리사회적 발달에 중요한 변인이지만 지금까지 활동 참여와 자아통합감과의 관련성에 대해서는 연구자들이 관심을 기울이지 않았다. 본 연구에서는 노년기 활동 참여가 신체적, 인지적 건강 뿐 아니라 노년기의 심리사회적 성숙을 나타내는 자아통합감에도 기여함을 밝혔다라는 점에서 의의가 있다. 둘째, 단순히 활동의 종류에 따른 안녕감의 차이가 아닌 다양한 복수의 활동에 참여하는 정도를 측정하여 노인들의 활동 참여의 현실을 더 잘 반영하였다는 점에서 생태학적 타당성을 가진다. 셋째, 단순히 활동 참여와 안녕감의 관계가 아닌 그 사이를 매개하는 변인의 존재를 확인하였다. 특히 노년기에 중요성이 더 커지는[36] 삶의 의미의 매개효과를 확인하였다는 점에서 향후 노년기 안녕감 향상의 프로그램 개발에 중요한 시사점을 준다.

본 연구의 실용적 함의 및 후속 연구에 대한 제안은 다음과 같다. 본 연구의 결과는 노년기 성공적 발달과 삶의 질 향상이라는 중요한 사회적 이슈에 대한 함의를 제공한다. 본 연구의 결과는 노년기 안녕감 저하를 예방하고 더 나아가 삶의 질을 향상시키기 위해서는 노인이 되어서도 활동적이고 적극적으로 다양한 활동에 참여하도록 하는 것이 중요함을 시사한다.

하지만 점점 많아지는 나이, 노인들의 낮은 사회경제적 지위, 낮은 교육 수준, 노년기에 늘어나는 질병이나 장애는 사회적 참여를 감소시키는 아주 강력한 위험 요인이 된다[60]. 그렇다면 이러한 위험 요인들을 극복하고 어떻게 활동 참여를 지속할 수 있도록 할 수 있을 것인가? Gao, Fu, Li와 Jia[61]의 연구에서 노인들이 사회적 활동에 참여하는 것은 지역사회 사회의 특징이나 물리적 특징에 영향을 받는 것으로 나타났다. 이는 노인들의 사회적 참여를 높이는 데는 개인 차원의 노력뿐만 아니라 국가적 차원 혹은 지역사회 차원의 노력이 필요함을 의미하는데, 즉 노인들이 사회적 활동에 쉽게 접근할 수 있는 환경을 조성하는 것이 중요할 것이다. 구체적으로 지역단위 중심으로 노인들의 접근이 용이한 시설을 확대하고, 많은 노인들이 참여할 수 있도록 프로그램을 다양하게 확충하고, 몸이 불편하거나 질병을 앓고 있는 노인들이 활동 참여를 할 수 있도록 독려하고, 노인들의 자발적 클럽 등에 대한 적극적 지원을 하는 방법을 고려해 볼 수 있다.

또한 노년기에 지속적으로 활동적 참여를 계속하기 위해서는 이러한 활동을 시작하는 시점이 중요하다. 유럽의 종단 데이터인 SHARE(Survey of Health, Aging, and Retirement in Europe)를 분석한 Kohli, Hank와 Kunemund[62]의 연구와 Hank와 Erlinghagen[63]의 연구 모두에서 자발적 단체, 교육 과정, 스포츠, 사회적 혹은 다른 종류의 클럽 등에 적극적인 활동 참여를 시작할 가능성은 은퇴 직후에 가장 높았다. 따라서 은퇴 전부터 은퇴준비 프로그램 등을 통해 노년기 활동 참여를 위한 교육 프로그램 등을 마련하는 것이 필요해 보인다.

지금까지의 많은 연구들이 노년기 활동 참여와 신체적 건강의 양방향적 관계를 보여주고 있다. 즉 노년기

활동적 참여가 신체적 건강 유지나 증진에 도움을 주지만, 신체적 건강에 문제가 있을수록 활동적 참여가 줄어들기 때문에 안녕감이 낮아진다는 것이다. 하지만 Jang, Mortimer, Haley와 Graves[55]은 질병, 장애를 가진 노인들도 높은 수준의 사회적 활동 참여와 질병이나 장애의 관리를 통해 성공적 노화를 이룰 수 있다고 주장하였다. 뿐만 아니라 이들의 연구에서는 질병을 가지고 장애가 있는 노인들이 장애가 없는 노인들보다 사회적 활동에 의해 더 많은 이득을 보는 것으로 나타났다[55]. 이에 대해 연구자들은 장애를 가진 노인들일수록 떨어지는 신체적 기능을 사회적 네트워크나 사회적 활동으로 대체하는 보상적 전략을 사용하기 때문이라고 해석하였다. 따라서 활동 참여의 효과는 건강상태가 나빠지는 노년기 후기가 될수록 더 뚜렷할 것으로 기대할 수 있다.

또한 삶의 의미에 관한 최근 연구에서는 삶의 의미가 환경적 자극에서 신뢰로운 패턴 혹은 응집성의 존재에 민감하다는 연구결과들이 있다. 즉 환경 자극에서 일정한 패턴이나 응집성이 없을 때보다 패턴과 응집성이 있을 때 삶의 의미가 더 높아진다는 것이다[64]. 규칙성, 패턴 등[65]이 삶의 의미 평가에 영향을 준다는 이러한 연구 결과는 조직이나 단체를 통해 정기적인 모임 등을 갖는 것이 구조화되어 있지 않은 부정기적 여가활동을 하는 것보다 삶의 의미를 경험하는데 더 유리할 수 있음을 시사한다.

이러한 의의와 시사점에도 불구하고 본 연구는 몇 가지 한계점을 가진다. 우선 본 연구는 실험법이나 종단 연구법을 사용한 것이 아닌 횡단 연구법으로 설계된 것이므로 연구 결과에 대해 인과적으로 해석할 수 없다. 즉 활동 참여가 삶의 의미나 삶 만족, 자아통합감을 긍정적으로 예측하는 것이 아니라 삶에 대한 만족도가 높고 자아통합감이 높은 사람들이 적극적으로 활동에 참여하는 것일 수 있다는 것이다. 또한 본 연구에서는 삶 만족, 자아통합감에 영향을 미치는 인구학적 변인들 특히 건강과 경제 수준 등을 통제하지 않았다. 예를 들어 신체, 정신적으로 건강한 노인들이 삶 만족과 자아통합감이 높고, 또 신체적으로 건강하므로 적극적인 활동 참여를 할 수도 있을 것이다. 따라서 후속 연구에서는

삶 만족이나 자아통합감에 영향을 줄 수 있는 변인들을 통제하고, 단기중단 연구 설계를 통해 인과관계를 좀 더 명확하게 확인할 필요가 있다.

둘째, 노년기 활동 참여에 대한 평가가 주관적 평정으로 이루어졌다는 점이다. 삶 만족, 자아통합감을 높게 지각할수록 활동 참여에 대해 더 긍정적으로 평정할 가능성이 있음을 생각해볼 수 있다. 따라서 이후 연구에서는 객관적인 활동 참여의 횟수, 참여 수준을 평정하는 방법을 사용하여 활동 참여가 삶 만족이나 자아통합감에 미치는 영향력을 확인해볼 필요가 있다.

참 고 문 헌

- [1] A. C. Mui, M. Glajchen, H. Chen, and J. Sun, "Developing an older adult volunteer program in a New York Chinese community: an evidence-based approach," *Ageing international*, Vol.38, No.2, pp.108-121, 2013.
- [2] A. Bowling and Z. Gabriel, "An integrational model of quality of life in older age. Results from the ESRC/MRC HSRC quality of life survey in Britain," *Social Indicators Research*, Vol.69, No.1, pp.1-36, 2004.
- [3] S. L. Albrecht, "Reactions and adjustments to divorce: Differences in the experiences of males and females," *Family Relations*, pp.59-68, 1980.
- [4] J. W. Rowe and R. L. Kahn, "Successful aging," *The gerontologist*, Vol.37, No.4, pp.433-440, 1997.
- [5] 두송화, 장재윤, "은퇴자들의 심리적 건강의 변화," *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 제28권, 제2호, pp.99-126, 2015.
- [6] 한태영, 신교수, 이주일, "중고령 근로자의 활동적 노년과 생산적 노년의 영향요인 비교," *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 제22권, 제2호, pp.137-163, 2016.
- [7] C. Meléndez, J. M. Tomás, A. Oliver, and E. Navarro, "Psychological and physical dimensions explaining life satisfaction among the elderly: A structural model examination," *Archives of Gerontology and Geriatrics*, Vol.48, No.3, pp.291-295, 2009.
- [8] J. R. Kelly, *Activity and aging: Staying involved in later life*, Sage Publications, Inc, 1993.
- [9] Y. Lee and B. McCormick, "Subjective well-being of people with spinal cord injury: does leisure contribute?," *Journal of Rehabilitation*, Vol.70, No.3, p.5, 2004.
- [10] O. O. Ajoke and O. H. Foluke, "Influence of ego integrity and health status on death anxiety of adults in Ekiti State, Nigeria," *IFE Psychologia: An International Journal*, Vol.24, No.1, pp.97-103, 2016.
- [11] E. A. Greenfield and N. F. Marks, "Formal volunteering as a protective factor for older adults' psychological well-being," *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, Vol.59, No.5, pp.258-264, 2004.
- [12] Y. Li and K. F. Ferraro, "Volunteering and Depression in Later Life: Social Benefit or Selection Processes?," *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.46, No.1, pp.68-84, 2005.
- [13] M. A. Musick and J. Wilson, "Volunteering and depression: The role of psychological and social resources in different age groups," *Social science & medicine*, Vol.56, No.2, pp.259-269, 2003.
- [14] V. M. Willigen, "Differential benefits of volunteering across the life course," *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, Vol.55, No.5, pp.308-318, 2000.
- [15] R. D. Putnam, "Bowling alone: America's

- declining social capital,” *Journal of democracy*, Vol.6, No.1, pp.65-78, 1995.
- [16] D. Stolle and T. R. Rochon, “Are all associations alike? Member diversity, associational type, and the creation of social capital,” *American Behavioral Scientist*, Vol.42, No.1, pp.47-65, 1998.
- [17] J. Lahti, A. Holstila, E. Lahelma, and O. Rahkonen, “Leisure-time physical activity and all-cause mortality,” *PloS one*, Vol.9, No.7, e101548. 2014.
- [18] N. F. Johnsen, A. Ekblond, B. L. Thomsen, K. Overvad, and A. Tjønneland, “Leisure time physical activity and mortality,” *Epidemiology*, Vol.24, No.5, pp.717-725, 2013.
- [19] U. M. Kujala, V. P. Mäkinen, I. Heinonen, P. Soininen, A. J. Kangas, and T. H. Leskinen, et al., “Long-term leisure-time physical activity and serum metabolome,” *Circulation*, Vol.22, No.127, p.3, 2013.
- [20] D. Deplanque, I. Masse, C. Libersa, D. Leys, and R. Bordet, “Previous leisure-time physical activity dose dependently decreases ischemic stroke severity,” *Stroke research and treatment*, 2011.
- [21] T. Balboa-Castillo, L. M. León-Muñoz, A. Graciani, F. Rodríguez-Artalejo, and P. Guallar-Castillón, “Longitudinal association of physical activity and sedentary behavior during leisure time with health-related quality of life in community-dwelling older adults,” *Health and Quality of Life Outcomes*, Vol.9, No.1, p.47, 2011.
- [22] P. M. Nakamura, I. P. Teixeira, B. P. C. Smirmaul, E. Sebastião, C. B. Papini, S. Gobbi, and E. Kokubun, “Health related quality of life is differently associated with leisure-time physical activity intensities according to gender: a cross-sectional approach,” *Health and quality of life outcomes*, Vol.12, No.1, p.98, 2014.
- [23] 장신재, 조자영, “노인일자리사업 참여자의 일자리사업 참여만족, 경제상태만족, 자기가치감 변화가 삶의 질에 미치는 영향,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제15권, 제3호, pp123-132, 2015.
- [24] W. J. Strawbridge, S. Deleger, R. E. Roberts, and G. A. Kaplan, “Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults,” *American journal of epidemiology*, Vol.156, No.4, pp.328-334, 2002.
- [25] K. B. Adams, S. Leibbrandt, and H. Moon, “A critical review of the literature on social and leisure activity and wellbeing in later life,” *Ageing and society*, Vol.31, No.4, pp.683-712, 2011.
- [26] M. Stanley and J. Cheek, “Well-being and older people: A review of the literature,” *Canadian Journal of Occupational Therapy*, Vol.70, No.1, pp.51-59, 2003.
- [27] E. D. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, and S. Griffin, “The satisfaction with life scale,” *Journal of personality assessment*, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.
- [28] E. Erikson, “Womanhood and the inner space. Identity, youth and crisis,” pp.261-294, 1968.
- [29] A. Walker and T. Maltby, “Active ageing: A strategic policy solution to demographic ageing in the European Union,” *International Journal of Social Welfare*, Vol.21, No.1, pp.117-130, 2012.
- [30] H. Litwin, “Social Networks and Self-Rated Health A Cross-Cultural Examination Among Older Israelis,” *Journal of Aging and Health*, Vol.18, No.3, pp.335-358, 2006.
- [31] S. I. Hong, L. Hasche, and S. Bowland, “Structural relationships between social activities and longitudinal trajectories of depression among older adults,” *The*

- Gerontologist, Vol.49, No.1, pp.1-11, 2009.
- [32] G. Nimrod and H. Adoni, "Leisure-styles and life satisfaction among recent retirees in Israel," *Ageing and Society*, Vol.26, No.4, pp.607-630, 2006.
- [33] A. Neugebauer, P. P. Katz, and L. A. Pasch, "Effect of valued activity disability, social comparisons, and satisfaction with ability on depressive symptoms in rheumatoid arthritis," *Health Psychology*, Vol.22, No.3, p.253, 2003.
- [34] S. J. Heintzelman and L. A. King, "Life is pretty meaningful," *American Psychologist*, Vol.69, No.6, p.561, 2014.
- [35] N. Krause, "Longitudinal study of social support and meaning in life," *Psychology and aging*, Vol.22, No.3, p.456, 2007.
- [36] E. A. McMahan and M. D. Renken, "Eudaimonic conceptions of well-being, meaning in life, and self-reported well-being: Initial test of a mediational model," *Personality and individual differences*, Vol.51, No.5, pp.589-594, 2011.
- [37] C. D. Ryff, "Successful aging: A developmental approach," *The Gerontologist*, Vol.22, No.2, pp.209-214, 1982.
- [38] M. F. Steger, J. R. Mann, P. Michels, and T. C. Cooper, "Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients," *Journal of psychosomatic research*, Vol.67, No.4, pp.353-358, 2009.
- [39] N. Krause, "Meaning in life and mortality," *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, Vol.64, No.4, pp.517-527, 2009.
- [40] P. A. Boyle, A. S. Buchman, L. L. Barnes, B. D. James, and D. A. Bennett, "Association between life space and risk of mortality in advanced age," *Journal of the American Geriatrics Society*, Vol.58, No.10, pp.1925-1930, 2010.
- [41] N. Mascaro and D. H. Rosen, "Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms," *Journal of personality*, Vol.73, No.4, pp.985-1014, 2005.
- [42] G. P. Owens, M. F. Steger, A. A. Whitesell, and C. J. Herrera, "Relationships among guilt, meaning in life, and posttraumatic stress disorder among veterans," *Journal of Traumatic Stress*, Vol.22, pp.654-657, 2009.
- [43] N. Krause and B. A. Shaw, "Role-specific control, personal meaning, and health in late life," *Research on Aging*, Vol.25, No.6, pp.559-586, 2003.
- [44] J. A. Hicks and L. A. King, "Positive mood and social relatedness as information about meaning in life," *The Journal of Positive Psychology*, Vol.4, No.6, pp.471-482, 2009.
- [45] D. Williams, "The impact of time online: Social capital and cyberbalkanization," *Cyber Psychology & behavior*, Vol.10, No.3, pp.398-406, 2007.
- [46] 김숙향, 황경란, "노인의 사회적 배제가 자살생각에 미치는 영향과 적응유연성의 조절효과," *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제1호, pp.263-273, 2016.
- [47] J. C. Anderson and D. W. Gerbing, "Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach," *Psychological bulletin*, Vol.103, No.3, p.411, 1988.
- [48] K. J. Preacher, and A. F. Hayes, "Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models," *Behavior research methods*, Vol.40, No.3, pp.879-891, 2008.
- [49] X. Sun, H. Lucas, Q. Meng, and Y. Zhang, "Associations between living arrangements and health-related quality of life of urban elderly

- people: a study from China,” *Quality of life research*, Vol.20, No.3, pp.359-369, 2011.
- [50] V. Toepoel, “Ageing, leisure, and social connectedness: how could leisure help reduce social isolation of older people?,” *Social indicators research*, Vol.113, No.1, pp.355-372, 2013
- [51] J. S. Coleman, “Social capital in the creation of human capital,” *American journal of sociology*, pp.95-120, 1988.
- [52] B. Cornwell, E. O. Laumann, and L. P. Schumm, “The social connectedness of older adults: A national profile,” *American sociological review*, Vol.73, No.2, pp.185-203, 2008.
- [53] 김정순, 노인의 사회적 활동과 자아통합감에 관한 연구, 이화여자대학교대학원, 박사학위논문, 1988.
- [54] 김동배, 신수민, 정규형, “노년기 자원봉사참여유형이 우울에 미치는 영향: 자아통합감의 매개효과를 중심으로,” *한국노인복지학회*, 제57권, pp.7-28, 2012.
- [55] Y. Jang, J. A. Mortimer, W. E. Haley, and A. R. B. Graves, “The role of social engagement in life satisfaction: Its significance among older individuals with disease and disability,” *Journal of Applied Gerontology*, Vol.23, No.3, pp.266-278, 2004.
- [56] T. Schnell, “The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being,” *Journal of Positive Psychology*, Vol.4, No.6, pp.483-499, 2009.
- [57] J. A. Hicks, J. Trent, W. E. Davis and L. A. King, “Positive affect, meaning in life, and future time perspective: an application of socioemotional selectivity theory,” *Psychology and aging*, Vol.27, No.1, p.181, 2012.
- [58] 이지영, 이가옥, “노인의 죽음에 대한 인식,” *한국노년학*, 제24권, 제2호, pp.193-215, 2004.
- [59] C. Wrosch, R. Schulz, and J. Heckhausen, “Health Stresses and Depressive Symptomatology in the Elderly A Control-Process Approach,” *Current Directions in Psychological Science*, Vol.13, No.1, pp.17-20, 2004.
- [60] J. C. Goll, G. Charlesworth, K. Scior, and J. Stott, “Barriers to social participation among lonely older adults: The influence of social fears and identity,” *PloS one*, Vol.10, No.2, e0116664, 2015.
- [61] J. Gao, H. Fu, J. Li, and Y. Jia, “Association between social and built environments and leisure-time physical activity among Chinese older adults—a multilevel analysis,” *BMC public health*, Vol.15, No.1, p.1317, 2015.
- [62] M. Kohli, K. Hank, and H. Künemund, “The social connectedness of older Europeans: patterns, dynamics and contexts,” *Journal of European Social Policy*, Vol.19, No.4, pp.327-340, 2009.
- [63] K. Hank and M. Erlinghagen, “Dynamics of volunteering in older Europeans,” *The Gerontologist*, Vol.50, No.2, pp.170-178, 2010.
- [64] S. J. Heintzelman, J. Trent, and L. A. King, “Encounters with objective coherence and the experience of meaning in life,” *Psychological Science*, 0956797612465878, 2013
- [65] D. Kahneman and G. Klein, “Conditions for intuitive expertise: a failure to disagree,” *American psychologist*, Vol.64, No.6, p.515, 2009.

저 자 소 개

김 민 희(Min-Hee Kim)

정회원



- 1991년 2월 : 서울대학교 심리학
과(문학사)
- 2003년 8월 : 서울대학교 심리학
과(심리학석사)
- 2008년 8월 : 서울대학교 심리학
과(심리학박사)

▪ 2010년 3월 ~ 현재 : 한국상담대학원대학교 교수
<관심분야> : 중노년심리, 성격, 정서심리

이 주 일(Juil Rie)

정회원



- 1986년 3월 : 서울대학교 심리학
과(문학사)
- 1986년 8월 : 서울대학교 심리학
과(심리학 석사)
- 1998년 8월 : 서울대학교 심리학
과(심리학 박사)

▪ 1999년 3월 ~ 현재 : 한림대학교 심리학과 교수
<관심분야> : 조직정서, 활동적 노년, 생산적 노년, 성
격, 공동체 심리