

노인의 삶의 의미에 영향을 미치는 요인

공수자¹ · 김계하²

조선간호대학 교수¹, 조선대학교 간호학과 조교수²

Factors related to Meaning in Life in Elderly

Gong, Su Ja¹ · Kim, Kye Ha²

¹Professor, Chosun Nursing College, ²Assistant Professor, Department of Nursing, Chosun University

Purpose: The study examined factors related to the meaning in life in elderly in one city. **Methods:** The sample consisted of 217 subjects all of which were over 60 years of age and were recruited from two community senior centers from December 2008 to February 2009. Data collection instruments were the Meaning in Life Scale, Social Support Index, CES-D, and RULS questionnaire. SPSS/WIN 17.0 was used for descriptive analysis, independent t-test, one-way ANOVA, and correlation coefficient. **Results:** The mean of the score from the Meaning in Life was 50.04 (range 10~70). There were significant differences in subjects' perception of meaning in life according to age, level of education, religion, having a spouse, satisfaction with relationship with children, and frequency of visits to a community senior center. Meaning in life was significantly correlated with family support, depression, and loneliness, which were significant predictors (21.5%) of meaning in life. **Conclusion:** To improve meaning in life of the elderly who visited a community senior center, nurses may pay attention to depression, loneliness, and family support.

Key Words: Life, Aged, Depression, Loneliness, Family

서론

1. 연구의 필요성

최근 들어 우리나라 자살률은 OECD 국가 중 1위로 매우 심각한 수준이다. 특히 그 중에서도 노인들의 자살율은 급증하고 있어(Kyunghyungcom, 2010) 노인들의 삶에 대한 의미를 재고려할 시점이라 여겨진다. 노년기에는 일생의 노력과 성취를 되돌아보고 평가하면서 외부 세계와 자신 내면에 있는 결함이나 고통의 근원들과 화해하고 삶의 의미를 발견하는 자아통합에 도달해야 한다. 따라서 노인들의 생의 마지막 단계에서 지나온 생애에 대한 의미를 부여하고 앞

으로 남은 생애에 대한 희망을 찾도록 돕는 것은 노년기의 자아통합을 이루는 중요한 방법이 될 수 있을 것이다.

노인의 경우 죽음에 대한 불안과 더불어 자신의 삶을 되돌아보면서 삶의 목적과 의미를 알고자 하는 요구가 있다(Eun et al., 2010). Choi와 Son (2007)은 삶의 의미 수준에 따라 자신의 유능성과 중요성 및 자신의 존재 가치에 대한 생각이 다르게 나타난다고 보고하였는데 이러한 내용들을 고려해 볼 때 노년기에 있는 대상자들의 삶의 의미를 갖게 해 준다면 자신의 존재 가치에 대해 긍정적으로 생각할 수 있을 것으로 사료된다. 그러나 Jeon (2003)은 대상 노인들의 56.7%가 실존적 공허상태에 있는 것으로 보고하여 노인으로서의 자신의 삶을 의미있게 영위할 수 있도록 돕는 연

주요어: 노인, 삶의 의미

Address reprint requests to: Kim, Kye Ha, Department of Nursing, Chosun University, 375 Seosuk-dong, Dong-gu, Gwangju 501-759, Korea, Tel: 82-62-230-6326, Fax: 82-62-230-6329, E-mail: kyehakim@hanmail.net

투고일 2010년 6월 3일 / 수정일 2010년 8월 13일 / 게재확정일 2010년 8월 14일

구가 지속적으로 이루어져야 할 것으로 보인다. 삶의 의미와 죽음과의 관계를 조사한 Krause (2009)는 강한 삶의 의미를 가지고 있는 노인들이 그렇지 않은 노인들에 사망할 확률이 적은 것으로 보고하면서 노인들의 삶의 의미를 높여 줄 수 있는 간호중재가 개발되어야 한다고 제안하였다. 따라서 노인이 바람직한 삶의 의미를 갖도록 하는 것은 간호학적으로 중요하리라 볼 수 있으며, 그 전에 먼저 노인의 삶의 의미에 영향을 미치는 요인들 다각적으로 탐색하여 이를 교정해 주고, 유지해 줄 필요가 있다.

노인들의 삶을 변화시킨 여러 실질적인 문제들 중 가장 대표적인 것으로 급속한 도시화, 핵가족화가 있다. 이러한 핵가족화가 계속 진행됨으로써 현재 성인 자녀들의 노부모에 대한 부양 의식 이 현저히 약화되었고 독거노인 또는 노인 단독가구를 증가시켜 노인들의 외로움을 더욱 커지게 하였다. 농촌 노인을 대상으로 한 연구(Yoo, 2007)에서도 자녀와의 관계나 가족생활만족도는 대상자들의 삶의 질을 설명하는데 중요한 요인인 것으로 나타났다. 노인들은 종종 가족 구성원들과의 상호작용을 포기함으로써 삶을 포기한다(Fitzpatrick, 2008). 중환자실에 입원한 노인들의 경우에도 가족 구성원의 존재가 그들의 회복에 큰 영향을 미치는 것으로 나타나(Olsen, Dysvik, & Hansen, 2009) 가족이 노인의 삶이나 죽음에 대한 의미에 미치는 영향은 클 것으로 보인다. 따라서 핵가족화가 일반화되고 가족들과의 관계가 소원해지기 쉬운 현 시점에서 가족들의 지지가 과연 노인들의 삶의 의미에 영향을 미치는 지 살펴보는 것은 의의가 있을 것으로 사료된다.

노년기의 심리적 변화로 노인 우울이 가장 대표적이는데 이는 배우자와의 사별, 사회적 고립, 갑작스러운 은퇴나 실직 등으로 인해 발생하며(Eun et al., 2010), 이러한 노인 우울은 자살생각을 높이는데 가장 큰 요인이 되고 있다. Fitzpatrick (2008)은 우울한 노인들이 삶의 목적을 잃어버리고 삶을 포기하게 된다고 보고하였다. 따라서 노인의 우울은 삶의 의미와 밀접한 관련이 있는 개념으로 보인다. 실제 성인을 대상으로 한 Lee와 Chung (2006)의 연구에서 우울과 생의 의미 간에 유의한 역상관계가 있어 노인들의 삶의 의미에도 우울이 유의한 영향을 미칠 것으로 여겨진다. 또한 노년기에는 신체, 생리적인 감퇴로 인해 건강수준이 낮아질 뿐 아니라 자녀 출가와 은퇴, 수입의 감소, 가족관계의 변화, 역할 상실과 사회적 유대관계의 상실이 초래되어 이 시기의 많은 노인들은 더 이상 자신의 삶에는 의미가 없다는 생각을 하고 자존감의 저하, 외로움, 소외감 등을 느낀다(Eun et

al., 2010). 따라서 우울 또는 외로움과 같은 사회심리적 변수들은 삶의 의미에 중요한 영향을 미칠 것으로 사료된다. 지금까지 제시한 문헌고찰을 고려해 볼 때 가족지지가 높고, 우울과 외로움 정도가 낮으면 노인의 삶의 의미 정도가 증가할 것이라는 가설에 세워졌으며 본 연구의 이론적 틀은 Figure 1과 같다.

지금까지 삶의 의미에 관한 연구는 미비하였으나, 최근 들어 삶의 의미 또는 생의 의미에 관한 연구가 증가하고 있다. 특히 청소년이나 성인 등 다양한 대상자들을 대상으로 삶의 의미와 관련된 연구들이 꾸준히 이루어지고 있다(Choi, Kim, Shin, & Lee, 2002; Choi & Son, 2007; Lee & Chung, 2006). 그러나 아직도 노인들의 삶의 의미를 다각적으로 살펴보는 연구는 부족한 편으로 노후를 의미있게 보내야 할 노인 대상자들이 풍요로운 삶을 살 수 있도록 삶의 의미에 영향을 미치는 요인들을 살펴보는 것은 의미있을 것으로 보인다. 이에 본 연구에서는 일 지역에 거주하는 노인을 대상으로 생의 의미 정도와 이와 관련된 변수들을 살펴봄으로써 노인간호의 기초자료를 제공하는 데 도움이 되고자 한다.

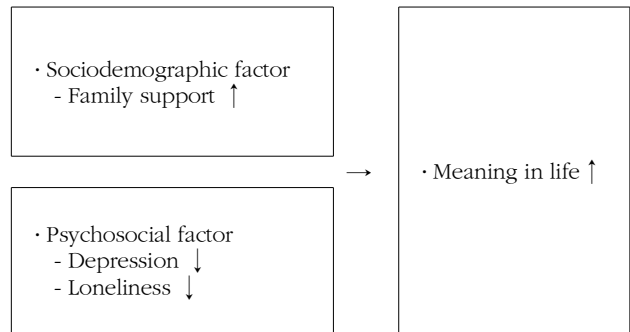


Figure 1. Theoretical framework of this study.

2. 연구목적

본 연구는 일 지역 노인들의 삶의 의미 정도와 이에 영향을 미치는 요인을 알아보는 것으로 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 가족지지, 우울, 외로움, 삶의 의미 정도를 알아본다.
- 일반적 특성에 따른 삶의 의미를 알아본다.
- 가족지지, 우울, 외로움과 삶의 의미와의 상관관계를 알아본다.
- 가족지지, 우울, 외로움이 삶의 의미에 미치는 영향을 알아본다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 G시에 거주하는 노인들의 삶의 의미에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 G시에 거주하는 60세 이상 노인들로서 현재 복지관을 이용하고, 의사소통이 가능하며, 연구에 참여하기로 동의한 남녀 노인 217명에 한하여 자료를 수집하였다. 인지기능의 문제를 확인하기 위하여 사전에 MMSE (Mini-Mental State Examination) 도구로 측정하여 24점 이상의 인지기능에 손상이 없는 것으로 판정된 노인들에 한하여 대상으로 선정하였다. 연구 표본의 크기는 이변량 상관분석(Bivariate correlation)의 표본 수 결정을 위한 Cohen (1988)의 공식에 따라 $\alpha = .05$, $\text{power} = .80$, 상관분석의 중간 효과크기인 .30을 기준으로 했을 때 최소 표본수가 88명인 것을 근거로 본 연구의 표본 수를 산출하였다.

3. 연구도구

1) 삶의 의미

대상자들의 삶의 의미 정도를 알아보기 위해 Stegar, Frazier, Oishi와 Kaler (2004)가 개발한 삶의 의미 척도를 사용하였다. 이 척도는 '의미의 존재' 5문항과 '의미의 추구' 5문항의 총 10문항으로 이루어졌으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '언제나 그렇다' 7점까지의 7점 척도로 구성되어 있다. 가능한 총 범위는 10~70점으로 점수가 높을수록 삶의 의미를 많이 추구하는 것을 말한다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .94$ 였다.

2) 가족지지

대상자의 가족지지 정도를 측정하기 위해 Barrera (1986)가 개발하고 Suh와 Kim (2003)이 수정보완한 사회적 지원 목록(Social Support Index) 척도를 사용하였다. 이 도구는 자녀로부터 받는 지원, 노인이 자녀들에게 제공하는 지원, 친구 및 이웃들로부터 받는 지원에 대한 12문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '거의 없다' 1점에서 '자주 있다' 4점까지의 4점 척도로 측정하게 되어 있다. 가능한 총 범위는 12~

48점으로 점수가 높을수록 지지를 많이 주고받고 있음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었다.

3) 우울

우울 정도를 측정하기 위해 Radloff (1977)에 의해 개발된 20개 문항의 한국판 CES-D (Center for Epidemiology Studies Depression Scale)를 사용하였다. 이 도구는 각 문항의 질문에 대해 지난 한 달을 기준으로 1주일 동안 어떻게 느꼈는지 '거의 드물게(0점)', '때로(1점)', '상당히(2점)', '대부분(3점)'으로 응답을 하게 되어 있으며 긍정적인 감정을 측정하는 문항은 역으로 점수화하였다. 가능한 총점은 0~60점으로 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

4) 외로움

외로움 정도를 측정하기 위해 Russell, Peplau와 Cutrona (1980)가 개발한 UCLA 외로움 도구(RULS)를 사용하였다. 본 도구는 각 문항에 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '자주 그렇다' 4점까지의 4점 척도로 응답할 수 있다. 10개 문항은 긍정적인 문항이며 10개 문항은 부정적 문항으로 구성되어 있으며 긍정적 문항은 점수를 역으로 환산하여 합산하였다. 가능한 총점은 20~80점으로 점수가 높을수록 외로움 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .73$ 이었다.

4. 자료수집

본 연구의 자료수집은 2008년 12월부터 2009년 2월까지 G시에 위치한 2개 복지관에서 실시되었다. 자료수집을 위하여 본 연구자들이 복지관을 방문하여 먼저 기관장에게 연구 목적을 설명하고 자료수집에 대한 허락을 받았다. 이후에 다시 각 대상자들을 만나 본 연구의 목적과 취지를 설명하고, 참여 과정 및 설문작성 중에 언제든지 철회할 수 있음을 설명하였다. 또한 본 연구의 설문지는 모두 익명을 처리될 것이며, 본 연구의 목적 외에는 결코 사용하지 않을 것임을 분명히 제시하였다. 모든 설명을 들은 후 본 연구에 참여하기를 동의한 대상자들에 한해서만 설문지를 배부하였고, 이들은 연구참여 동의서에 서명을 하고 자기기입식으로 설문지를 작성하였다. 대상자들 중 직접 설문지 작성이 어려운 경우는 대상자가 원하는 응답에 연구자가 기록하였으며, 설문작성에 걸린 시간은 평균 15~20분이었다. 총 250부를

배부하여 229부가 회수되어 회수율은 91.6%였으며, 이 중 불완전하게 작성된 12부를 제외한 총 217부가 최종 자료분석에 이용되었다.

5. 자료분석

수집된 자료의 분석을 위해 SPSS/WIN 17.0 프로그램을 이용하였다.

- 대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 실수, 백분율, 평균, 표준편차, 범위를 구하였다.
- 대상자의 가족지지, 우울, 외로움, 삶의 의미 정도를 알아보기 위해 평균, 표준편차, 범위를 구하였다.
- 일반적 특성에 따른 삶의 의미를 알아보기 위해 t-test 와 one-way ANOVA를 구하였으며, 사후 검정을 위해 Scheffe test를 실시하였다.
- 가족지지, 우울, 외로움과 삶의 의미와의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson's correlation coefficient를 구하였다.
- 가족지지, 우울, 외로움이 삶의 의미에 미치는 영향을 알아보기 위해 stepwise multiple regression을 실시하였다.

6. 연구의 제한점

본 연구의 자료수집은 일 지역에 위치한 복지관에서 수행되었기 때문에 결과를 일반화하는데 어려움이 있다. 또한 노인들의 심리적 변수를 실제 관찰이 아닌 구조화된 설문지를 이용한 자가기입식으로 조사하였기 때문에 결과를 해석하는데 제한이 있다.

본 연구에서는 표본수를 고려할 때 일반적 상관성 연구에서 사용되는 문항 수의 5~10배 산출법이 아닌 Cohen 분석을 사용하였으므로 결과의 일반화에 제한이 있고 향후 표본 수 산출을 달리한 자료수집이 필요하다.

35.0%, 무학이 30.9%로 대체로 학력이 낮았으며 종교가 없거나 기타 종교를 가진 경우가 36.4%로 가장 높은 비율을 보였다. 경제상태는 보통이라고 생각하는 경우가 65.9%로 가장 많았다.

현재 노인 부부끼리 동거하고 있는 경우가 56.7%로 절반 이상이었고, 68.2%가 배우자가 있는 것으로 나타났다. 자녀와의 관계에 대해서는 ‘만족한다’고 응답한 대상자가 67.7%로 가장 많았고, ‘보통’이 15.7%였다. 복지관 참여 빈도를 살펴본 결과 월 1회 미만이 54.5%로 가장 많았고, 주 1회 정도 참여하는 경우가 22.1%로 나타났다(Table 1).

Table 1. General Characteristics (N= 217)

Characteristics	n (%)
Gender	
Male	76 (35.0)
Female	141 (65.0)
Age (year)	
61~65	48 (22.1)
66~70	79 (36.4)
71~75	63 (29.0)
≥ 76	27 (12.4)
Level of education	
No education	67 (30.9)
Elementary school	76 (35.0)
Middle school	33 (15.2)
≥ High school	41 (18.9)
Religion	
Protestant	56 (25.8)
Catholic	42 (19.4)
Buddhism	40 (18.4)
Others or none	79 (36.4)
Economic status	
Bad	40 (17.4)
Average	143 (65.9)
Good	34 (15.7)
Living arrangement	
Living alone	38 (17.5)
Living with their spouse	123 (56.7)
Living with children	56 (25.8)
Spouse	
Had	148 (68.2)
Not had	69 (31.8)
Satisfaction about relationship with children	
Dissatisfaction	18 (8.3)
Average	34 (15.7)
Satisfaction	165 (76.0)
Frequency of visits to a community senior center	
Nearly everyday	10 (4.6)
≥ 2~3/week	41 (18.9)
Once a week	48 (22.1)
Once a month	118 (54.4)

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자 중 남성노인은 35.0%, 여성노인은 65.0%로 여성 노인이 절반 이상을 차지하였으며, 66~70세 연령대의 노인들이 36.4%로 가장 많았다. 최종학력은 초등학교 졸업이

2. 가족지지, 우울, 외로움, 삶의 의미 정도

가족지지 정도는 평균 35.03 ± 7.78 이었고, 우울과 외로움 평균은 각각 14.12 ± 7.42 , 44.70 ± 5.01 로 나타났다. 삶의 의미는 평균 50.04 ± 10.16 으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Family Support, Depression, Loneliness, and Meaning in Life

Variables	M \pm SD	Range
Family support	35.03 \pm 7.78	12.00~48.00
Depression	14.12 \pm 7.42	1.00~54.00
Loneliness	44.70 \pm 5.01	30.00~57.00
Meaning in life	50.04 \pm 10.16	13.00~70.00

3. 일반적 특성에 따른 삶의 의미

대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 의미는 연령($F=3.14$, $p=.026$), 학력($F=2.95$, $p=.034$), 종교($F=2.96$, $p=.033$), 배우자 유무($t=-2.53$, $p=.012$), 자녀관계 만족($F=4.30$, $p=.015$), 복지관 참여 빈도($F=2.98$, $p=.032$)에 따라 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다.

본 연구에서는 연령군에 따라 삶의 의미 정도가 유의한 차이가 있었는데 76세 이상의 대상자들이 66~70세 연령이 대상자들에 비해 통계적으로 유의하게 삶의 의미가 낮은 것으로 나타났다. 학력은 고졸 이상의 학력을 가진 대상자들이 무학인 대상자들에 비해 삶의 의미가 높았고, 종교의 경우 사후 검정에서는 유의한 결과를 보이지 않았다. 배우자가 있는 대상자들이 배우자가 없는 대상자들에 비해 삶의 의미 정도가 높았으며, 자녀관계에 대해 불만족스러워 하는 대상자들이 보통으로 느끼거나 만족스러워 하는 대상자들에 비해 삶의 의미 정도가 낮았다. 복지관 참여 빈도는 사후 검정결과 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 3).

4. 삶의 의미와 주요 변수들 간의 관계

본 연구에서 삶의 의미는 가족지지($r=.138$, $p=.043$), 우울($r=-.408$, $p<.001$), 외로움($r=-.362$, $p<.001$)과 모두 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 가족지지가 높고 우울 및 외로움 정도가 낮을수록 삶의 의미는 통계적으로 유의하게 증가하는 것으로 나타났다(Table 4).

5. 삶의 의미에 영향을 미치는 요인

본 연구에서는 삶의 의미에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 단계적 회귀분석을 돌린 결과 우울($B=-0.36$, $p<.001$), 외로움($B=-0.34$, $p=.023$), 가족지지($B=0.19$, $p=.038$)가 삶의 의미에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이에 대한 설명력은 21.5%였다(Table 5).

논 의

본 연구는 노인들의 삶의 의미 정도와 이에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 시도되었다. 가족지지 정도는 본 연구에서 측정된 점수가 12~48점인데 평균 35.03으로 평점으로 환산하면 2.92에 해당된다. 이는 Suh와 Kim (2003)의 연구에서 독거노인의 경우 사회적 지원이 30.71이고, 동거노인은 34.23이었던 결과에 비해 다소 높은 편이다. 또한 본 연구에서 사용된 도구와는 동일하지 않지만 4점 척도로 측정된 Cho (2007)의 연구를 보면 자원봉사를 하고 있는 노인여성의 가족지지 평점은 2.71이고, 손자녀를 양육하는 노인여성의 가족지지 평점은 2.76으로 본 연구대상자들의 가족지지 정도가 더 높았다. 동일한 도구를 사용한 연구들이 많지 않아 대상자의 분석이 심층적으로 이루어지기 어렵지만 대체적으로 본 연구대상자의 가족지지 정도는 중간 이상 정도인 것으로 보인다. 노인에게 있어 가족은 가장 긴밀한 유대관계를 유지하고 있는 의존처로서 신체적으로나 심리적으로 안정감을 주는데 큰 영향을 미치므로 노인들의 가족기능이나 가족지지 정도가 어떤지 파악하여 이들의 가족지지 정도를 좀 더 높여줄 수 있는 중재방안을 모색할 필요가 있다.

본 연구대상자의 우울 정도는 14.12로 총 60점까지 가능한 점수임을 고려할 때 중간 수준보다 낮은 정도이다. 이는 노인 당뇨병 환자를 대상으로 조사한 Jang (2008)의 연구에서 독거노인의 우울 정도가 23.68인 것에 비해서도 매우 낮은 점수이다. 미국 이민 러시아 노인의 43%가 우울군에 속한다는 연구결과(Casimir et al., 2010)와 비교해도 본 연구대상자의 우울 정도가 낮은 것으로 보인다. 이는 본 연구대상자의 가족지지 정도도 높은 편이고, 가끔이라도 복지관을 이용하는 대상자가 많기 때문에 친구와의 접촉 수준이 증가하여 우울 정도가 줄어든 것으로 사료된다. 향후에는 적극적인 활동을 하는 노인들과 외상노인 또는 활동을 전혀 하지 않는 노인들을 비교하여 우울 정도의 차이가 무엇인지

Table 3. Comparison of Meaning in Life by General Characteristics

Characteristics	Meaning in life			
	M±SD	t or F	p	Scheffe
Gender		0.60	.550	
Male	50.61±10.79			
Female	49.74±9.83			
Age (year)		3.14	.026	a>b
61~65	51.06±10.00			
66~70 ^a	51.11±10.28			
71~75	50.25±9.05			
≥76 ^b	44.59±11.31			
Level of education		2.95	.034	a<b
No education ^a	48.19±11.38a			
Elementary school	49.22±10.66			
Middle school	51.00±8.58			
≥High school ^b	53.80±7.04b			
Religion		2.96	.033	-
Protestant	51.59±9.64			
Catholic	52.88±8.26			
Buddhism	49.33±11.43			
Others or none	47.80±10.38			
Economic status		1.79	.169	
Bad	48.45±11.10			
Average	50.97±9.98			
Good	48.00±9.50			
Living arrangement		1.62	.201	
Living alone	47.71±8.35			
Living with their spouse	50.99±10.19			
Living with children	49.54±11.04			
Spouse		-2.53	.012	
Had	51.22±10.10			
Not had	47.52±9.89			
Satisfaction about relationship with children		4.30	.015	a<b
Dissatisfaction ^a	43.44±10.95			
Average ^b	51.03±9.47			
Satisfaction ^b	50.56±10.01			
Frequency of visits to a community senior center		2.98	.032	-
Nearly everyday	54.40±9.17			
≥2~3/week	52.66±7.97			
Once a week	51.21±10.18			
Once a month	48.29±10.63			

Table 4. Correlations among Variables

Variables	Meaning in life	Family support	Depression	Loneliness
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Meaning in life	1			
Family support	.282 (<.001)	1		
Depression	-.408 (<.001)	-.367 (<.001)	1	
Loneliness	-.362 (<.001)	-.392 (<.001)	.536 (<.001)	1

Table 5. Stepwise Multiple Regression on Meaning in Life

Variables	Meaning in life			
	B	β	t	p
Depression	-0.36	-0.26	-3.57	<.001
Loneliness	-0.34	-0.17	-2.29	.023
Family support	0.19	0.14	2.09	.038
$R^2=.215, F=19.18, p<.001$				

조사한다면 향후 대상자별 우울 중재 프로그램 개발에 도움이 될 것이다.

본 연구대상자의 외로움 평균은 44.70으로 중간 점수보다 약간 높은 것으로 나타났다. 이는 서울시에 거주하는 60세 이상 노인들을 대상으로 한 Kim (2006)의 연구에서 나타난 외로움 정도 40.79보다 높은 편이다. 자녀들이 떠난 중국의 노인들을 대상으로 한 연구(Wu et al., 2010)에서 전체 노인의 80.94%가 높은 수준에서 중간 정도의 외로움 정도를 보이는 것으로 보고된 결과보다는 본 연구대상자들의 외로움 정도가 높지는 않지만 앞에서 언급한 우리나라의 서울시 거주 노인 대상자들에 비해서는 외로움 정도가 다소 높아 보인다. 본 연구결과에서 자녀와의 관계에 대해 만족한다고 응답한 비율이 76%임에도 불구하고 외로움 정도는 만족할 만한 수준이 아닌 것으로 나타났다. 이러한 연구결과와 차이는 지역적 특성이나 대상자들의 인구학적 배경의 차이에서 기인하는 것일 수도 있다. 또한 노년기에 있어서의 외로움은 단순히 자녀와의 관계가 만족스럽다고 해서 해결되는 것이 아닌 것으로 보인다. 따라서 노인들의 외로움이 가족적인 부분 외에 다른 여러 요인들과 관련되어 있음을 고려하여 향후에 노인들의 외로움에 영향을 미칠 수 있는 다양한 변수들을 선택하여 연구를 할 필요가 있다. 또한 본 연구의 결과를 볼 때 단순히 복지관을 이용한다고 해서 노인들의 외로움이 해소되는 것이 아님을 유추해 볼 수 있어 이들의 외로움을 감소시킬 수 있는 방안을 마련하기 위해 대상자 수를 좀 더 확보한 후 반복연구를 할 필요가 있다.

본 연구에서 대상자들의 삶의 의미 정도는 평균 50.04인데 환산하면 7점 만점에 5.04점으로 중간보다 조금 더 높은 점수이다. 이는 비록 사용된 도구는 다르지만 우리나라 성인들을 대상으로 했을 때 7점 만점에 평균 4.64의 삶의 의미 정도를 보인 Park, J. S. (2010)의 연구결과보다 조금 높은 정도이며, 대구 지역 노인들의 삶의 의미 정도가 4.61에서 4.77 정도로 나타난 결과(Lim, 2010)와 비교해도 본 연구의 대상자는 약간 더 높은 점수를 보인다. 또한 서울 및 광주를

포함한 도시 지역 및 고령과 같은 농촌 지역에 거주하는 60세 이상의 노인들을 대상으로 한 Jeon (2003)의 연구에서는 삶의 의미 정도가 4.65로 나타나 본 연구대상자들의 삶의 의미 정도가 더 높았다. 그러나 2002년에 부산, 경남 지역에서 조사되어진 일부 성인들의 삶의 의미 정도(Choi et al., 2002)는 7점 만점으로 환산했을 때 5.19로 본 연구대상자들의 삶의 의미 정도가 다소 낮게 나타났는데 이러한 결과들의 차이는 선행연구들에서 조사되어진 지역이나 대상자들의 연령 등 다양한 배경으로부터 기인된 것으로 사료된다. Park, J. S. (2010)의 연구에서는 대상자들이 서울과 수도권 지역에서 표집되었으며, 연령층이 성인초기부터 노년기까지의 여러 세대를 모두 포함하고 있어 동일한 연령대의 삶의 의미 정도가 아닌 전체적인 삶의 의미 정도가 조사되었다. 또한 본 연구대상자들이 60세 이상을 대상으로 한 노인임에 비해 Lim (2010)의 연구에서 조사되어진 대상자들은 65세 이상이므로 노년층에서는 연령이 높을수록 삶의 의미 정도가 감소함을 고려할 때(Pinquant, 2002) 본 연구대상자들의 삶의 의미가 좀 더 높은 것으로 사료된다. 따라서 향후에는 지역적인 특성이나 연령별 삶의 의미를 체계적으로 비교, 분석하여 각 연령대에 적합한 삶의 의미 정도 개선 방안을 모색하는 것이 필요하겠다.

본 연구에서는 76세 이상의 대상자들이 66~70세 연령의 대상자들에 비해 통계적으로 유의하게 삶의 의미가 낮은 것으로 나타났다. 이는 나이가 많아짐에 따라 생의 의미 점수가 낮게 나타났던 Jeon (2003)의 연구결과와 유사한 것이다. 고졸 이상의 학력을 가진 대상자들이 무학인 대상자들에 비해 삶의 의미가 높았다. 이는 교육수준이 높은 대상자들의 생의 의미 점수가 가장 높았던 Jeon (2003)과 Choi 등 (2002)의 연구결과와 일치하는 것이다. 종교의 경우 사후 검정에서는 유의한 결과를 보이지 않았으나 기독교나 천주교 등의 종교를 가진 대상자들이 그렇지 않은 대상자들에 비해 삶의 의미 정도가 높았다. 이는 Jeon (2003)의 연구에서 유교와 불교 및 종교가 없다고 응답한 노인들이 기독교, 천주교 신자인 노인에 비해 유의하게 생의 의미 수준이 낮았던 결과와 일치하는 것이다. 또한 종교인이 비종교인보다 삶의 의미를 더 높게 인식하였고, 종교인 중에서도 특히 개신교인과 천주교인이 불교인보다 삶의 의미를 더 높게 인식한 Park, J. S. (2010)의 연구결과와 일치하는 것이다. 이는 각 종교마다의 특징적인 관점이 달라서 생길 수 있는 부분이지만 결국 종교는 인간으로 하여금 삶의 무상함, 무가치함, 혹은 허무감을 극복하도록 해 주는 결정적인 요인 중

의 하나로 여겨질 수 있음(Park, J. S., 2010)을 보여주는 것이라 여겨진다. 또한 종교는 종교 그 자체보다도 신앙생활을 통해 비슷한 연령대의 사람들과 사회적 관계를 형성할 수 있게 해 주고, 이는 결국 사회적 지지와 심리적 유익을 모두 제공하기 때문에 노년기에 오기 쉬운 무소속감과 고독감을 덜어주어 삶의 의미를 높여주는 것으로 사료된다.

배우자가 있는 대상자들이 배우자가 없는 대상자들에 비해 삶의 의미 정도가 높았는데 이는 여러 선행연구들(Choi et al., 2002; Jeon, 2003; Pinquart, 2002)에서 사별이나 이혼으로 배우자가 없는 집단에 비해 기혼자의 삶의 의미 수준이 높았다는 결과와 일치하는 것이다. 연령이 증가함에 따라 독거노인에 대한 문제는 심각해져 가는데 대부분의 독거노인은 삶의 의미의 원천이 될 수 있는 결혼관계 붕괴로 인해 사회적으로 고립되어 있거나 혹은 본인 스스로 외부의 사회적 환경과 고립되어 있다. 따라서 독거노인이나 배우자가 없는 노인에 대해 각별한 관심을 기울일 필요가 있으며 이들에 대한 삶의 의미 원천이 무엇인지 심층적으로 파악하여 이를 적극적으로 도와줄 필요가 있을 것으로 보인다. 자녀에 대해 불만족해 하는 대상자들이 다른 대상자들에 비해 삶의 의미 정도가 유의하게 낮은 것으로 나타났다. 이는 믿고 사는 자녀가 있는 노인의 경우 삶의 의미 수준이 높았던 Jeon (2003) 연구결과와 일치하는 것이다. 이는 우리나라의 노인의 경우 주요 삶의 가치를 자신의 가정과 자녀에게 집중시키는 경향이 높기 때문에 자녀에 대해 만족하는 노인들의 삶의 의미 수준이 높았다고 예측할 수 있다. 따라서 의존성이 높아지는 노년기에 자녀보다는 다른 관심사를 찾을 수 있도록 다양한 프로그램에 대한 홍보 및 참여 유도를 권장할 필요가 있을 것으로 보인다.

일반적 특성 중에서 복지관 참여 빈도가 사후 검정결과에서는 유의한 차이가 없었으나 복지관에 자주 참여하는 노인일수록 삶의 의미 정도가 높은 것으로 나타났다. Lim (2010)은 노인대학이나 복지기관에 다니는 활동적인 노인들의 경우, 한 사람으로서 성장하기 위해 자신의 잠재력을 계속 개발하고자 하는 노력이 있고 이는 삶의 의미 찾기와 관련되어 높게 나타난다고 보고하였다. 또한 Han (2010)의 연구에서는 노인들 간에 누구와도 잘 어울리는 사교적인 노인들의 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났는데 복지관 이용 빈도가 높은 것은 결국 다른 노인들과의 관계 형성에 적극적인임을 반영하는 것이므로 본 연구의 대상자들도 복지관 이용 빈도가 높을수록 삶의 의미 정도가 높은 것으로 여겨진다. 이처럼 일반적으로 사회적 역할의 축소로 인해 부정적

인 심리적 변화를 경험하는 노년기(Eun et al., 2010)에 대인관계 및 사회활동을 위한 여가활동을 하는 노인들은 혼자 지내는 노인들보다 사회적 지지와 대처전략이 높아 사회적 역할 상실에 대한 극복을 통해 심리적 안정을 얻고 더불어서 삶의 목적이나 의미가 증가한다고 볼 수 있다. 따라서 건강관리 제공자들은 노인들의 여가 활동에 대한 구체적 실태를 파악하고, 접근성 및 경제성을 고려한 복지관이나 노인대학과의 연계를 통해 많은 노인들이 활발한 노후 생활을 할 수 있도록 도와야 할 것이다.

본 연구에서 삶의 의미는 가족지지, 우울, 외로움과 모두 유의한 상관관계가 있었다. 이는 가족지지의 경우 중년들을 대상으로 한 삶의 의미 연구(Jeon, 2010)에서 대상자들이 가족관계와 자기 자신이 중요한 존재라는 인식을 통해 삶의 의미를 느끼고 있는 것으로 나타난 결과와 동일한 맥락이라 할 수 있다. 또한 미국의 재향군인들을 대상으로 했던 Owens, Steger, Whitesell과 Herrera (2009)의 연구에서도 우울과 삶의 의미는 유의한 상관관계가 있는 것으로 보고되어 우울과 삶의 의미 간의 관련성을 지지해 준다. 외로움 정도가 높을수록 삶의 의미 정도가 낮은 것으로 나타났는데 외로움과 삶의 의미 간의 상관관계를 본 선행연구가 거의 없어 직접적인 비교는 어려우나 서울지역에 있는 성인을 대상으로 한 연구(Lee, Chung, & Cho, 2005)에서 대인관계가 높을수록 삶의 의미가 높아진다고 했다. 따라서 혼자 외로움을 느끼는 대상자들보다는 대인관계를 원활하게 가지면서 외로움의 정도를 낮추는 대상자의 경우 삶의 의미 정도도 증가하는 것으로 사료된다.

상관관계에서 유의하게 나타난 변수들을 모두 독립변수로 설정하고 다중회귀분석을 실시한 결과 우울, 외로움, 가족지지가 삶의 의미에 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이에 대한 설명력은 21.5%였다. 이 중에서도 우울이 삶의 의미에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 높은 수준의 삶의 의미가 낮은 우울 수준과 관련이 있는 것으로 보고한 Pinquart (2002) 및 Owens 등(2009)의 연구결과와 일치하는 것이다. 노인의 우울 정도는 다른 연령층에 비해 높은 편이며 이는 결국 자살사고와 관련있어 현재 우리 사회에서 노인의 우울은 심각한 건강문제라 할 수 있다. 따라서 노인의 우울 정도를 낮추기 위한 여러 방안들이 모색되고 있는데 그 중에서도 사회적 접촉에 대한 만족도가 높으면 우울증이 감소되는 것으로 보고된 Kang (2005)의 연구결과에 비추어 볼 때, 본 연구의 대상자들은 적은 횟수일지라도 복지관을 이용하고 있는 노인들이 많으므로 그렇지 않은 노

인들에 비해 사회적 접촉이 높은 것으로 여겨지며 이는 우울을 감소시켜 결국 삶의 의미를 높이는 것으로 사료된다.

외로움 역시 삶의 의미에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 노년기에는 긍정적인 정서를 자주 경험하고 이를 표현하는 것이 대인관계 유지에 긍정적인 영향을 줄 수 있기 때문에 궁극적으로 노년기의 삶의 질이나 삶의 의미에 크게 기여하는 것으로 여겨진다. Park, J. C. (2010)의 연구에서는 본 연구대상자와 동일 거주 지역 노인들이 여가활동을 하는 이유로 소외감 극복과 우인교류 등을 가장 많이 보고한 것으로 나타났다. 따라서 노년기에 소외감이나 외로움 등을 극복하게 도와주는 것이 노인들의 삶의 의미를 높여주는 하나의 방안이 될 것으로 여겨진다. 재가 노인들의 경우 주변의 비슷한 연령대 노인들과 함께 어울릴 수 있는 자리를 자주 마련하도록 권장하는 것도 좋은 방법이 될 수 있을 것으로 보인다.

가족지지 역시 삶의 의미에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 중년들을 대상으로 한 삶의 의미 연구에서 대상자들이 가족관계와 자기 자신이 중요한 존재라는 인식을 통해 삶의 의미를 느끼고 있는 것으로 나타난 결과(Jeon, 2010)와 동일한 맥락이라 할 수 있다. Pinqart (2002)는 가족 구성원들과의 빈번한 접촉은 노인들의 삶의 의미 정도를 높여주며, 이는 가족들과의 유대가 친구들과의 유대보다도 더 중요함을 보여주는 것이라고 보고하였다. 아직 우리 사회에서는 가정 내에서 노인의 가치를 인정하고 존중받는 것을 중요시 여기는 풍토가 강하기 때문에(Lim, 2010) 가족지지와 삶의 의미에 영향을 미칠 수 있었던 것으로 사료된다. 이러한 결과를 통해 가족지지의 중요성을 간호사들이 인지하여 노인들의 삶의 의미 수준을 높이기 위해 가족들을 대상으로 하는 교육 프로그램을 개발하고 이를 적절하게 적용할 필요가 있다.

결론 및 제언

본 연구는 노인들의 삶의 의미 정도와 이에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 시도된 서술적 조사연구이다. 본 연구에서 나타난 주요결과는 다음과 같다.

대상자의 삶의 의미는 평균 50.04로 중간보다 높은 정도를 나타내었다. 일반적 특성에 따른 삶의 의미는 연령, 학력, 종교, 배우자 유무, 자녀관계 만족, 복지관 참여 빈도에 따라 유의한 차이가 있었다. 삶의 의미는 가족지지, 우울, 외로움과 유의한 상관관계가 있었으며 우울과 외로움, 가족

지지와 삶의 의미에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 이에 대한 설명력은 21.5%였다.

이상의 결과를 살펴볼 때, 노인들의 삶의 의미에 우울, 외로움, 가족지지가 유의한 영향을 미치는 요인이지만 이 요인들의 설명력이 21.5%인 것으로 나타났으므로 추후에도 삶의 의미에 영향을 미치는 다른 요인들을 찾는 연구가 계속적으로 필요하다. 따라서 간호학적 연구 측면에서 추후 연구에 대한 근거를 제시했다는 데 의의가 있다. 이와 더불어 노인들이 지각하는 삶의 의미를 좀 더 심층적으로 파악하기 위한 질적 연구가 병행되어 좀 더 포괄적인 탐색이 이루어져야 할 것으로 보인다. 또한 가족지지 역시 노인들의 삶의 의미에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으므로 노인들의 삶의 의미를 증가시키기 위해 가족을 유용한 자원으로 활용하는 방안을 모색하는 것도 필요하리라 사료된다. 이는 실무에서 간호사들이 노인들의 삶의 의미를 높이기 위한 중재 방안을 모색할 때 가족들을 포함시켜야 한다는 근거를 마련했다는 점에서 실무 측면의 의의가 있다.

REFERENCES

- Barrerea, M. (1986). Distinctions between social support concept, measure, and models. *American Journal of Community Psychology, 14*, 413-445.
- Casimir, G. J., Jean-Louis, G., Butler, S., Zizi, F., Nunes, J., & Brady, L. (2010). Perceived insomnia, anxiety, and depression among older Russian immigrants. *Psychological Reports, 106*, 589-597.
- Cho, Y. J. (2007). The effects of productive activities and family support on elderly women's psychological well-being. *Journal of Population Association of Korea, 30*, 23-44.
- Choi, M. S., & Son, C. N. (2007). The effects of purpose in life on self-esteem, problem solving attitudes and fear of negative evaluation. *The Korean Journal of Health Psychology, 12*, 951-967.
- Choi, S. O., Kim, S. N., Shin, K. I., & Lee, J. J. (2002). Meaning in life of a resident community of normal adults. *Journal of Korean Academy of Adult Nursing, 14*, 359-367.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Eun, Y., Song, K. A., Park, O. H., Ko, S. H., Park, M. H., Kim, J. S., et al. (2010). *Gerontological nursing* (2nd ed). Seoul: Hyunmoonsa.
- Fitzpatrick, J. J. (2008). Meaning in life: Translating nursing concepts to research. *Asian Nursing Research, 2*, 1-4.
- Han, C. H. (2010). *Structural model of life satisfaction in the*

- elderly. Unpublished doctoral dissertation, Daegu Haany University, Daegu.
- Jang, S. M. (2008). Family type and family support effecting on depression of elderly diabetics. *Korean Journal of Family Social Work*, 22, 35-66.
- Jeon, H. O. (2003). *A study on the meaning of life and the quality of life in old people*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Jeon, K. S. (2010). *Well-being of middle-aged Koreans: Development of scales related to happiness and meaning of life, and comparisons between groups*. Unpublished doctoral dissertation, Chung-Ang university, Seoul.
- Kang, D. G. (2005). *A study on factors influencing the depression of the elderly in rural*. Unpublished master's thesis, Mokwon University, Daejeon.
- Kim, J. H. (2006). *A study of the relationships between loneliness and leisure activities of elderly people*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Krause, N. (2009). Meaning in life and mortality. *Journal of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 64(4), 517-527.
- Kyunghyungcom (2010, May). *Suicide prevention & love of life*. Retrieved May 29, 2010, from http://news.khan.co.kr/section/khan_art_view.html?mode=view&artid=201005061738525&code=900303
- Lee, J. A., Chung, S. J., & Cho, H. A. (2005). Spirituality, interpersonal relationship, and meaning in life of the adults. *Journal of Kyonggi University*, 34, 193-205.
- Lee, K. S., & Chung, S. J. (2006). A correlational study among gender equality awareness, meaning in life, and depression. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15, 14-21.
- Lim, J. Y. (2010). *Elderly's stress and anxiety: The mediating effects of looming maladaptive style and meaning in life, and moderating effect of social support*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungpook National University, Daegu.
- Olsen, K. D., Dysvik, E., & Hansen, B. S. (2009). The meaning of family members' presence during intensive care stay: A qualitative study. *Intensive & Critical Care Nursing*, 25, 190-198.
- Owens, G. P., Steger, M. F., Whitesell, A. A., & Herrera, C. J. (2009). Posttraumatic stress disorder, guilt, depression, and meaning in life among military veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 22, 654-657.
- Park, J. C. (2010). *A study on the regional characteristics of elderly leisure activity in the aging society*. Unpublished doctoral dissertation, Chonnam National University, Gwangju.
- Park, J. S. (2010). *A study of Korean religiosity: Examination of its components and effects on the meaning of life*. Unpublished doctoral dissertation, Chung-Ang University, Seoul.
- Pinquart, M. (2002). Creating and maintaining purpose in life in old age: A meta analysis. *Ageing International*, 27, 90-114.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self report depression scale or research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Stegar, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2004). *The development and validation of the meaning in life questionnaire*. Unpublished Manuscript. University of Minnesota, USA.
- Suh, K. H., & Kim, Y. S. (2003). An investigation of factors influencing upon life satisfaction among the elderly people. *The Korean Journal of Health Psychology*, 8, 113-131.
- Wu, Z. Q., Sun, L., Sun, Y. H., Zhang, X. J., Tao, F. B., & Cui, G. H. (2010). Correlation between loneliness and social relationship among empty nest elderly in Anhui rural area, China. *Ageing Mental Health*, 14, 108-112.
- Yoo, H. J. (2007). Successful aging of the widowed elderly women in rural areas. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 27, 617-634.