

중년여성의 성공적 노화에 대한 인식과 영향요인

김보미
외국인상담지원센터

Perceptions of Successful Aging and The Influencing Factors in Middle-aged Women

Bomi Kim
Counselling Support Center for Foreigner

요 약 본 연구는 중년여성의 성공적 노화에 대한 인식에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 시행된 서술적 조사 연구이다. 연구대상자는 2개 도시에 거주하는 중년 여성 189명을 대상으로 시행하였으며, 구조화된 설문지를 통해 2017년 7월부터 2017년 8월까지 자료 수집을 하였다. 수집한 자료는 기술통계와 t-test, ANOVA, Pearson correlations, 위계적 회귀분석으로 분석하였다. 연구결과 중년 여성의 성공적 노화 인식의 평균 값은 128.49점(범위 33-165점)이었다. 성공적 노화인식은 우울($r=-.20, p=.005$)에 부적 상관관계를 보였으며, 가족탄력성($r=.49, p<.001$) 및 삶의 만족도($r=.54, p<.001$)와는 정적 상관관계를 보였다. 위계적 회귀분석을 실시한 결과 연령 ($\beta=-.15, p=.013$), 가족탄력성 ($\beta=.24, p=.002$), 삶의 만족도 ($\beta=.37, p<.001$)가 주요 영향요인이었으며, 이 모델은 33.9%의 설명력을 나타내었다. 이러한 결과는 중년 여성의 성공적 노화 인식을 향상시킬 수 있는 교육 전략 개발을 위한 기초자료로 활용할 수 있으며 이를 바탕으로 한 교육 프로그램이 개발되어야 할 것이다.

Abstract This research was conducted to examine successful aging and influencing factors in middle aged women. Data were collected from 189 middle-aged women in two cities. Data were collected from July to August 2017 using structured questionnaires. Data collected were analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlations, and multiple regression analysis. The results indicate that the perception of successful aging mean was 128.49 points (range: 33-165). Depression ($r=-.20, p=.005$) had a significant negative association with perception of successful aging. Family resilience ($r=.49, p<.001$) and life satisfaction ($r=.54, p<.001$) were positively correlated with perception of successful aging. The significant predictors of successful aging were age ($\beta=-.15, p=.013$), family resilience ($\beta=.24, p=.002$), and life satisfaction ($\beta=.37, p<.001$), explaining 33.9% of the variance. Based on the study results, we suggest that it is necessary to develop and apply educational strategy to improve perception of successful aging.

Keywords : Family, Life satisfaction, Middle aged, Resilience, Successful aging

1. 서론

1.1 연구의 필요성

경제발달과 과학 기술의 발달로 한국사회는 빠르게 고령화 되고 있다. 65세 이상 노인인구는 2000년을 기점으로 전체 인구의 7.2%를 넘어 고령화 사회에 진입하였고 2017년 노인인구는 전체 인구의 13.8%를 차지하였

다[1].

평균수명이 길어지고 과거보다 높은 경제력과 교육을 받은 노인인구가 증가함에 따라 연장된 자신의 노후를 가치있고 풍요롭게 살아가고자 하는 욕구가 증가되었고 [2], 이는 성공적인 노화라는 개념으로 연결되고 있다.

우리나라의 평균수명은 2017년 남성은 79.3세, 여성은 85.4세(Korean Statistical Information Service, 2017)

*Corresponding Author : Bomi Kim(Counselling Support Center for Foreigner)

Tel: 82-10-8141-5878 email: kbm5878@hanmail.net

Received May 14, 2018

Revised (1st July 5, 2018, 2nd August 6, 2018)

Accepted September 7, 2018

Published September 30, 2018

로 남성보다 여성이 약 6년 정도 더 오래 사는 것으로 나타났다[1]. 그러나 건강수명을 기준으로 성별에 따른 평균 장애 기간은 여성이 8.6년, 남성은 6.9년으로 여성이 남성보다 질병 장애 기간이 더 긴 것으로 보고되고 있다[3]. 이와 같이 중년 여성은 남성에 비해 평균 수명이 길고, 장애를 가지고 혼자 살아야 하는 기간이 더 길기 때문에 단순히 오래 사는 것의 차원을 넘어 노년기를 보다 건강하고 성공적으로 살아가는 것에 대한 관심이 고조되고 있다[4]. 이에 중년기부터 건강하고 활동적인 삶을 계획하여 성공적인 노년기를 보낼 수 있도록 돕는 사회복지적 접근에서의 노력이 필요하다.

성공적 노화는 수명 연장과 건강 유지 등의 생물학적 측면 뿐 아니라 심리적 건강과 개인의 인지적·사회적 효율성 및 생산성 등의 다양한 요소를 포함하는 포괄적인 개념이다[5,6]. 이에 노년기의 불확실성에 대처하여 성공적인 노화를 이루기 위해서는 중년기부터 노화 과정을 잘 이해하고 준비하는 것이 중요하다[7]. 그러나 우리나라에서는 아직 건강한 노화에 대한 전 국민적인 인식이 부족할 뿐 아니라, 노년기에 대한 부정적 태도와 인식, 잘못된 선입견이 존재하고 있다[8]. 사회진반에 걸쳐 노년기에 대한 부정적인 이미지가 강하고, 젊은 층이 ‘늙는다는 것’에 대한 두려움이나 부정적인 인식을 가지고 있는 것은 성공적인 노화의 저해 요소가 된다[9]. 성공적인 노화를 달성하기 위해서 노년기 뿐 아니라 다양한 연령대에서 노화에 대한 인식을 개선하고, 준비하는 노력이 요구된다. 특히, 성인기 단계에서부터 노화에 대한 긍정적인 인식을 향상시키고, 건강한 노후를 준비하기 위한 중재가 필요하다[10,11]

중년 여성은 신체적, 생리적 노화가 시작되면서 이로 인한 노화불안, 우울, 폐경 증상 등의 다양한 신체적, 심리적 변화를 경험하게 된다[12]. 또한 중년 여성은 노년기 준비 뿐만 아니라, 자녀의 진학 및 결혼, 배우자 또는 자신의 은퇴, 부모의 죽음 등 다양한 생활사건으로 인한 스트레스를 경험하게 된다[12]. 이같은 중년기의 부정적 경험과 감정들은 성공적 노화를 저해하고 노화불안으로 이어질 수 있으며[13], 우울, 무력감과 같은 심리적 문제를 더욱 심화시킬 수 있다[14]. 급격한 신체적 변화와 생활스트레스를 경험하는 중년 여성에게 가족 지지는 심리적 측면에 긍정적인 영향을 미친다[14]. 실제 긍정적 가족관계와 가족의 지지는 중년 여성의 부담감을 경감시키고, 안정감, 유대감, 소속감을 증진시키는 것으로 보고되

고 있다[15]. 이같은 가족의 기능을 나타내는 가족탄력성은 스트레스나 예상치 못했던 시련과 같은 위기상황에서 회복하도록 돕거나 성공적으로 적응하도록 돕는 가족의 특성과 능력을 의미하며[16], 성공적 노화의 주요 예측요인이다. 가족탄력성이 높을수록 위기상황에 유연하게 대처하고 새로운 환경에 잘 적응하는 것으로 나타났다[16]. 이와같은 연구결과를 종합적으로 살펴볼 때 중년 여성의 우울과 무력감 등과 같은 심리적 건강상태와 가족 기능 정도는 중년 여성의 노화에 대한 인식에 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 따라서 중년 여성의 노화 인식을 연구함에 있어 심리적 측면과 더불어 가족적 측면은 함께 고려되어야 한다.

지금까지 성공적 노화에 대한 인식의 연구는 국내에서 노년기를 중심으로 탐색되어져 왔다[5,6,10]. 중년기의 성공적 노화인식이 노년기 삶의 태도와 방식에 지대한 영향을 미침에도 불구하고 중년 여성을 대상으로 한 성공적 노화 인식의 연구는 부족한 실정이다. 또한 다수의 연구들이[5,6,10] 신체적, 심리적 요소를 중심으로 성공적 노화인식에 미치는 영향을 분석하였다. 그러나 중년 및 노년기에 있어 가족적 요소는 성공적 노화의 주요한 예측 요인이다[14,15] 이에 본 연구는 심리적 영향요소인 우울과 삶의 만족도, 가족적 영향요소인 가족탄력성과 성공적 노화인식과의 관계를 파악함으로써 중년 여성의 성공적 노화인식 향상을 위한 중재 방안을 모색하고자 시도하였다.

1.2 연구 목적

본 연구의 목적은 지역사회 중년 여성의 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도와 관련하여 성공적 노화인식에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 대상자의 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도, 성공적 노화인식 정도를 파악한다.
- 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 성공적 노화인식의 차이를 파악한다.
- 셋째, 대상자의 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도, 성공적 노화인식 간의 관계를 파악한다.
- 넷째, 대상자의 성공적 노화인식에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 지역사회에 거주하는 중년 여성의 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도와 관련하여 성공적 노화인식에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 실시한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상

본 연구 대상은 40세 이상 65세 미만으로 D시와 C시에 거주하는 중년 여성을 대상으로 하였으며, 200명여의 표집하였다. 본 연구자가 지역사회 편의시설을 방문하여 연구시행에 대해 허락을 받은 후, 설문에 참여하기를 동의한 자를 대상으로 하였다. 총 200명의 자료가 수집되었으나, 응답이 누락되어 불충분한 11부를 제외한 189부를 최종결과 분석에 사용하였다. 본 연구에서 필요한 대상자 수는 G*Power 3.1.7 프로그램을 이용하여 회귀분석에서 9개의 변수, 효과크기 0.15, 유의수준 $\alpha = .05$, 검정력 .95으로 계산한 결과, 필요한 대상자의 수는 166명이었으나, 탈락율을 고려하여 200명을 대상으로 하였고 그 중 189명의 자료가 최종 분석에 이용되었다(94.5%).

2.3 연구도구

2.3.1 우울

우울은 Zung[17]이 개발한 자가평가 우울 척도를 Song[18]이 번역한 도구를 사용하였다. 도구는 총 20개 문항으로, 각 문항은 Likert 4점 척도로 점수가 높을수록 우울 정도가 높음을 의미한다. 도구의 신뢰도는 개발당시 Cronbach's α 는 .78이었으며, 본 연구에서 신뢰도는 Cronbach $\alpha = .81$ 이었다.

2.3.2 가족탄력성

가족탄력성의 측정은 Sixbey[19]가 Walsh [20]의 이론에 맞게 개발하고 Shin[21]이 수정·보완한 Family Resilience Assessment Scale (FRAS) 척도를 사용하였다. 이 척도는 3개의 하위영역과 9개의 세부요인으로 구성되어 있으며, 3개의 하위 영역은 '조직유형' 요인 17문항, '신념체계' 요인 13문항, '의사소통과정' 요인 15문항이며 총 45문항으로 이루어져있다. 각 문항은 리커트 (Likert) 4점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록

가족탄력성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 가족탄력성 척도의 신뢰도는 Cronbach 's $\alpha = .92$ 이었으며, 하위 영역인 조직유형의 신뢰도는 Cronbach 's $\alpha = .86$, 신념체계 Cronbach 's $\alpha = .76$, 의사소통과정 Cronbach 's $\alpha = .94$ 였다.

2.3.3 삶의 만족도

삶의 만족도 측정은 Diener와 Emmons, Larwen[22]이 개발한 삶의 만족도 척도(Satisf -action With Lives Scale: SWLS)를 Chung과 Sung[23]이 수정·보완한 도구를 사용하였다. 도구는 다섯 문항으로 구성되어 있으며, 리커트(Likert) 5점 척도로 점수가 높을수록 삶에 대한 만족감이 높은 것을 의미한다. Chung과 Sung[23]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .85이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .88$ 이었다.

2.3.4 성공적 노화인식

성공적 노화인식은 Choi[24]이 개발한 성공적 노화인식 도구를 사용하였다. 도구는 총 33문항으로 구성되어 있으며 개인성장, 건강과 경제, 의미추구, 가족의 안녕, 중용, 과시성의 여섯 가지 하위영역으로 구성되어 있다. 도구는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 성공적인 노화인식이 높은 것을 의미한다. 본 도구의 신뢰도는 개발당시 Cronbach's $\alpha = .96$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .84$ 였다. 하위영역인 개인 성장의 신뢰도는 Cronbach 's $\alpha = .95$, 건강과 경제 Cronbach 's $\alpha = .93$, 의미추구 Cronbach 's $\alpha = .90$, 가족의 안녕 Cronbach 's $\alpha = .94$, 중용 Cronbach 's $\alpha = .71$, 과시성 Cronbach 's $\alpha = .77$ 이었다.

2.4 자료 수집 방법

자료 수집은 2017년 7월 2일부터 9월 17일까지 시행되었으며, 연구대상자 모집은 D시와 C시에 거주하는 만 40세 이상 65세 미만의 중년 여성을 편의 표집하였다. 각 지역사회 종교시설의 여성모임 및 동호회, 학부모회를 방문하여 연구의 목적과 설문지에 대한 정보를 제공하고 자료수집에 대한 승인을 요청하였다. 기관장의 승인 후 연구자가 여성모임 또는 지역사회 모임에 참석하여 연구대상자에게 연구목적을 충분히 설명하고 자발적인 연구 참여를 유도하였다. 설문지 작성시 서면 동의서를 작성하고 설문에 참여하는 동안 언제라도 그만 둘 수

있음을 설명하였다. 또한 설문 자료는 연구에만 사용할 것과 대상자의 익명성과 비밀이 보장됨을 사전에 설명하였다.

2.5 자료 분석 방법

자료 분석은 IBM SPSS/WIN 23.0 Program을 이용하였다. 대상자의 일반적 특성과 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도, 성공적 노화인식을 파악하기 위해서 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 산출하였다. 일반적 특성에 따른 성공적 노화 인식 차이는 t-test, one way ANOVA와 Pear-son's Correlation으로 분석하였으며, 분산분석 결과 유의한 차이가 있다고 나타난 항목은 Duncan test로 사후분석을 시행하였다. 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도, 성공적 노화인식 간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson's Correlation Coefficient를 시행하였다.

성공적 노화 인식에 미치는 영향요인을 판단하기 위해 2단계 위계적 회귀분석을 시행하였다. 위계적 회귀분석 1단계로 인구사회학적 변수를 회귀모형에 투입하였고, 2단계로 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도를 추가적으로 투입하여 인구사회학적 변인을 통제된 상태에서 노화에 대한 기대에 미치는 영향을 파악하였다. 회귀모형의 적절성을 판단하기 위해 다중공선성 여부와 잔차 분석을 시행하였다.

4. 연구결과

4.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 평균 연령은 49.86±5.39세였으며, 40세에서 50세 연령의 대상자가 100명(52.9%)로 가장 많았다. 교육정도는 대학교 졸업 이상이 90명(47.6%)으로 가장 많았다. 종교는 있음이 128명(67.7%)로 많았으며, 직업은 자영업이 55명(29.1%)으로 가장 많았으며 다음으로 전업주부가 49명(25.9%)으로 많았다. 경제 상태는 중간이라는 응답이 121명(64.0%)으로 가장 많았다(Table 1).

4.2 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도 및 성공적 노화인식 정도

대상자가 인지하는 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도 및 성공적 노화인식은 <Table 2>와 같다. 우울은 38.23점(범위 20-80점)이었으며, 가족탄력성은 129.37점(범위

45-180점), 삶의 만족도는 18점(범위 5-25점), 성공적 노화인식은 128.49점(범위 33-165점)이었다. 성공적 노화 인식의 하위영역 중 개인성장은 41.91점(범위 11-55점), 건강과 경제 28.19점(범위 7-35점), 의미추구 19.87점(범위 5-25점), 가족 안녕 17.08점(범위 4-20점), 중용 11.92점(범위 3-15점), 과시성 9.50점(범위 3-15점)이었다.

Table 1. The General Characteristics

(N=189)

Characteristics	Categories	n(%)
Age(year)	40-50	100(52.9)
	51-60	78(41.3)
	61-64	11(5.8)
	Mean±SD	49.86±5.39
Education level	Elementary school	6(3.1)
	Middle school	12(6.3)
	High school	81(42.9)
	≥College	90(47.6)
Religion	Have	128(67.7)
	None	61(32.3)
Marital status	Single	4(2.1)
	Married	156(82.5)
	Divorce	14(7.4)
	Others	15(7.9)
Occupation	Housewife	49(25.9)
	Service	4(2.1)
	Self-employment	55(29.1)
	Professional	40(21.2)
Economics status	Official	41(21.7)
	High	24(12.7)
	Middle	121(64.0)
	Low	44(23.3)

Table 2. Scores of Variables

(N=189)

Variables	No of the item	Range	Mean±SD
Depression	20	20-80	38.23±5.58
Family Resilience	45	45-180	129.37±16.33
Life Satisfaction	5	5-25	18.00±3.46
Perceptions of Successful Aging	33	33-165	128.49±19.35
Individual growth	11	11-55	41.91±7.48
Health & economy	7	7-35	28.19±5.52
Pursue meaning	5	5-25	19.87±3.58
Welfare of family	4	4-20	17.08±3.05
Moderation	3	3-15	11.92±1.77
Showing off	3	3-15	9.50±2.63

4.3 일반적 특성에 따른 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도, 성공적 노화인식의 차이

일반적 특성에 따른 변수의 차이를 살펴보면 <Table 3>과 같다. 우울은 교육수준($F=10.72, p<.001$)와 결혼상태($F=7.13, p<.001$), 경제수준($F=9.05, p<.001$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 가족탄력성은 종교($t=2.75, p=.007$)에 따라 유의한 차이를 보였으며, 삶의 만족도는 경제수

준($F=9.44, p<.001$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 성공적 노화인식은 연령($F=9.32, p<.001$), 교육수준($F=5.92, p=.001$), 경제수준($F=2.95, p=.049$)에 따라 유의한 차이를 보였다. 사후검증 결과 성공적 노화인식은 40대와 50대에 비해 60대 중년 여성의 성공적 노화인식이 낮게 나타났다으며, 교육 수준이 낮은 초등학교 졸업 대상자가 중, 고등학교 졸업 대상자에 비해 높게 나타났다.

Table 3. Perceptions of Successful Aging according to General Characteristics

(N=189)

Characteristics	Categories	Depression	Family Resilience	Life Satisfaction	Perceptions of Successful Aging
Age (year)	40-50 ^a	39.99±6.13	132.12±14.08	18.84±3.01	133.22±15.13
	51-60 ^b	37.32±7.56	125.35±18.83	17.21±3.86	124.80±22.20
	61-64 ^c	37.18±7.25	132.90±10.10	17.90±3.08	111.63±18.38
	t or F(p)	3.65(.161)	4.16(.108)	5.02(.103)	9.32(.000)
	Duncan test				a,b>c
Education level	Elementary school ^a	27.66±6.56	122.66±6.12	16.50±3.20	140.16±13.25
	Middle school ^b	33.66±8.12	130.25±10.97	17.41±2.27	122.16±22.48
	High school ^c	38.33±7.15	127.22±17.99	17.34±3.61	122.90±22.09
	≥College ^d	40.48±5.44	131.64±15.57	19.01±3.23	133.58±14.50
	t or F(p)	10.72(.000)	1.41(.242)	4.13(.107)	5.92(.001)
	Duncan test	d>b,c c>a			a>b,c
Religion	Have	38.71±7.08	131.59±14.18	18.17±3.30	129.21±18.45
	None	38.73±6.61	124.72±19.41	18.00±3.81	126.96±21.19
	t or F(p)	-0.02(.986)	2.75(.007)	-0.06(.956)	0.75(.456)
Marital status	Single ^a	41.25±3.30	117.25±15.64	15.75±3.86	132.75±18.50
	Married ^b	38.77±6.39	130.87±14.73	18.37±3.11	129.24±17.50
	Divorce ^c	43.85±7.18	121.64±27.17	17.35±5.42	123.93±26.29
	Others ^d	32.73±8.53	124.20±16.83	16.80±4.32	123.80±26.29
	t or F(p)	7.13(.000)	2.80(.051)	1.86(.138)	0.69(.557)
	Duncan test	a,b,c>d			
Occupation	Housewife	36.48±7.53	128.79±12.95	18.16±2.84	131.77±13.61
	Service	36.50±3.31	121.00±21.46	16.75±2.06	111.25±9.81
	Official	39.63±7.44	127.09±23.35	17.82±4.62	129.80±24.05
	Self-employment	39.03±6.44	130.50±15.77	18.00±3.34	125.81±20.74
	Professional	40.32±5.95	131.70±10.91	18.65±3.10	128.52±18.01
	t or F(p)	2.17(.074)	0.74(.564)	0.42(.791)	1.47(.213)
Economics status	High ^a	43.37±4.36	133.79±19.18	20.58±3.30	137.33±10.67
	Middle ^b	38.71±6.26	130.29±14.30	18.05±3.28	127.00±18.69
	Low ^c	36.20±8.42	124.43±18.95	16.93±3.41	127.77±23.46
	t or F(p)	9.05(.000)	3.15(.450)	9.44(.000)	2.95(.049)
	Duncan test	a>b,c		a>b,c	a>b,c

4.4 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도와 성공적 노화인식과의 관계

성공적 노화인식은 우울($r=-.20, p=.005$)과 유의한 부적 상관관계를 보였으며, 가족탄력성($r=.49, p<.001$) 및 삶의 만족도($r=.55, p<.001$)와 각각 유의한 정적 상관관계를 보였다. 즉, 우울이 낮고 가족탄력성, 삶의 만족도

가 높을수록 성공적 노화인식이 높은 것으로 나타났다. 가족탄력성은 삶의 만족도($r=.65, p<.001$)와 성공적 노화인식($r=.49, p<.001$)에 유의한 정적 상관관계를 나타냈다(Table 4).

우울은 가족탄력성($r=-.27, p<.001$)과 삶의 만족도($r=-.41, p<.001$), 성공적 노화인식($r=-.20, p=.005$)와 유의한 부적 상관관계를 나타냈다.

Table 4. Correlations of Variables

(N=189)				
Variables	Depression r(p)	Family Resilience r(p)	Life Satisfaction r(p)	Perceptions of Successful Aging r(p)
Depression r(p)	1			
Family Resilience r(p)	-.268 (p<.001)	1		
Life Satisfaction r(p)	-.406 (p<.001)	.650 (p<.001)	1	
Perceptions of Successful Aging r(p)	-.202 (.005)	.492 (p<.001)	.545 (p<.001)	1

4.5 성공적 노화인식에 미치는 영향

일반적 특성, 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도가 성공적 노화인식에 미치는 영향을 파악하기 위해 위계적 다중선형회귀분석(Hierarchical Multiple Linear Regression)을 실시한 결과는 <Table 5>와 같다. 회귀분석의 기본 가정을 검증하기 위해 오차의 자기상관을 검증한 결과 Durbin-Watson 통계량이 2.184로 기준값 2에 가까워 자기상관에 문제가 없는 것으로 판단되었다. 정규독립변수들 간의 다중공선성을 확인한 결과, 상관관계는 가족탄력성과 삶의 만족도의 상관계수가 .650으로 가장 높아 .70 이상인 설명변수는 없어 독립적이었고, 공차한계(tolerance)는 .231~.545로 0.1 이상으로 나타났으며, 분산팽창인자(variation inflation factor, VIF)도 1.025~1.954로 기준인 10 이상을 넘지 않아 다중공선성의 문제는 없는 것으로 파악되었다. 따라서 위계적 회귀분석을 시행하기 위한 기본가정은 충족되었다.

대상자의 인구학적 변인을 통제한 상태에서 성공적 노화인식에 미치는 영향을 파악하기 위해 위계적 회귀분석 1단계에서는 성공적 노화인식과 유의한 상관관계를 보인 연령, 교육수준, 경제수준을 통제변수로 사용하였다. Model 1의 설명력은 4.8% 이었으며(F=10.53, p=001), 교육수준과 경제수준은 통계적으로 유의하지 않았지만 연령은 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(β=.23, p=001)

위계적 회귀 분석 2단계에서는 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도를 주요 변수로 투입하여 성공적 노화인식에

미치는 영향을 분석하였다. Model 2에서 우울은 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않았다(β=.23, p=.354). 연령(β=-.15, p=.013)과 가족탄력성(β=.24, p=.002), 삶의 만족도(β=.37 p<.001)는 성공적 노화인식에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 설명력은 33.9%로 나타났다(F=25.06, p<.001).

Table 5. Influencing factors of Perceptions of Successful Aging

(N=189)		
Variables	Model 1	Model 2
	β(p)	β(p)
Age	-.231(.001)	-.151(.013)
Education level	-.118(.071)	-.106(.173)
Economics status	-.104(.093)	-.095(.185)
Depression		.023(.354)
Family Resilience		.241(.002)
Life Satisfaction		.374(<.001)
Adjusted R ²	.048	.339
F	10.526	25.056
p	.001	<.001
Dummy variables	Age, Education level, Economics status	

5. 논의

본 연구는 중년 여성의 성공적 노화인식을 파악하고 이에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 중년 여성들이 성공적인 노화를 이루기 위해서는 노년기 이전 세대에서부터 준비가 이루어져야 하나, 이에 대한 관심은 개인적으로나 정책적으로 미흡한 실정이다. 중년 여성들의 노화에 대한 인식과 노년기 준비에 대한 연구는 노년기의 삶의 태도나 방식에 영향을 줄 것이며, 이는 성공적인 노년기 삶을 위한 준비에 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

본 연구에서 중년 여성의 성공적 노화인식 수준은 128.49점(범위 33-165점)으로 중간이상의 수준은 보였다. 이러한 결과는 동일한 도구로 측정되지는 못하였으나 중년 여성의 성공적 노화 인식을 분석한 Lee와 Park[25]의 연구에서 112.45점(범위 33-132점)으로 나타난 결과와 유사하다. 또한 본 연구결과 중년 여성의 연

령이 낮고, 경제수준이 높을수록 성공적 노화 인식이 높은 것으로 나타났으며, 이는 Kweon과 Jeon[26]의 연구 결과와 유사하다. Kweon과 Jeon[26]의 연구에서 직업이 있고, 월수입이 많은 경우에서 성공적 노화인식이 높은 것으로 나타났으며, Hong과 Kwak[27]의 연구에서도 주관적 경제 상태가 성공적 노화수준에 영향을 주는 것으로 보고되었다. 이같은 연구 결과를 통해 경제적 요인이 노화 인식에 주요한 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 이에 중년 여성의 성공적 노화인식을 증진시키기 위해서는 신체적, 정신적 건강 유지 및 관리 뿐만 아니라 주관적 경제 상태를 높이고 사회적 활동의 기회를 확대시키는 등의 현실적인 요건이 마련되어야 할 것이다.

본 연구에서 가족탄력성은 중년 여성의 성공적 노화 인식에 주요한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 이같은 결과는 중년 여성의 성공적 노화에 대한 인식을 분석한 Lee와 Yang[28]의 연구 결과와 일치한다. 또한 한국인의 성공적 노화 관련 변인을 메타 분석한 Jeong과 Yu, Kim, Shin, Chong[6]의 연구에서 가족의 형태보다 가족의 기능 상태가 성공적 노화를 결정하는 주요한 변인이라고 분석한 연구 결과와도 일맥상통한다. 이처럼 긍정적 가족관계와 가족이 위기에 대처하는 능력인 가족탄력성은 중년 여성의 성공적 노화 인식에 주요한 영향을 미치는 예측 요인이다. 따라서 중년 여성의 성공적 노화 인식을 높이기 위해서는 가족의 기능과 탄력성을 높이고 가족관계를 증진시킬 수 있는 방안이 마련되어야 할 것이다.

본 연구에서 우울은 성공적 노화인식과 가족탄력성, 삶의 만족도와 부적 상관관계를 나타냈다. 이러한 결과는 중년 여성을 대상으로 성공적 노화인식과 우울을 연구한 Cho와 Kim[29]의 연구와 일치하며, 중년 성인을 대상으로 연구한 Jeon과 Lee[30]의 연구에서 우울이 높을수록 노화 불안이 높아진다는 결과와도 일맥상통한다. 노화불안은 노년기에 대항 긍정적 인식과 성공적 노화인식을 저해하는 요인이 될 뿐만 아니라 노후 준비 수준도 낮추는 것으로 보고되고 있다[31]. 이같은 연구 결과를 바탕으로 우울의 감소가 성공적 노화를 이끄는 주요한 변수임을 알 수 있다. 성공적 노화를 이루기 위해서는 중년 여성의 우울은 반드시 증재되어야 하며 이를 위한 프로그램 개발 및 적용이 요구되어진다.

본 연구에서는 중년 여성의 성공적 노화인식에 주요한 영향을 미치는 타인적 요소로 가족적 요인을 선정하

고 가족탄력성과 성공적 노화인식과의 관계를 규명하였다. 그러나 최근 연구에서 중년 여성의 노화 인식에 주요한 영향을 미치는 것으로 보고되고 있는 사회적 관계망과 대인 관계적 측면을 검증하지는 못하였다. 사회적 관계망이나 사회적 지원, 대인관계, 사회적 활동은 중년 성인의 성공적 노화를 이루는 데 주요한 요소로 작용하며 [4], 우리나라와 같이 사회적 관계와 인간적 친밀감, 상호작용을 중요시하는 사회에서는 그 중요성이 더욱 커지고 있다. 이에 중년기 성인의 개인적 요소와 가족적 요소, 사회관계적 요소가 복합적으로 고려된 다차원적인 성공적 노화 인식에 대한 후속 연구를 제언한다.

본 연구는 중년 여성의 가족탄력성 및 삶의 만족도와 성공적 노화 인식과의 관계를 규명하였다는 데 연구의 의의를 가진다. 본 연구결과는 중년 여성의 성공적 노화에 대한 인식과 이에 영향을 미치는 요인들에 대한 이해를 증진시키고, 성공적 노년기 삶을 위한 프로그램을 개발하는 데 기초자료로 활용될 수 있다.

본 연구의 제한점은 2개시에 거주하는 중년 성인을 대상으로 연구를 진행하고 대상자를 편의추출하여 연구결과를 일반화시키는 데 제한점을 가진다. 향후 대상자의 수를 더 확보하고, 지역 및 연령의 다양성을 확보 한 후속연구가 필요하다. 또한 본 연구에서 심리적 요인과 가족관계적 요인을 중심으로 성공적 노화에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 이에 본 연구에서 고려되지 못한 자기효능감 및 자존감과 같은 자기 만족적 요인이 포함된 연구가 이루어져야 할 것이다. 본 연구는 중년 성인 중 여성만을 대상으로 하여 성별에 따른 차이를 규명하지 못하였다. 이에 남성과 여성의 비율을 유사하게 구성하여 성별에 따른 성공적 노화 인식의 차이와 영향요인의 차이를 규명하는 후속 연구가 필요하다.

6. 결론

본 연구는 중년 여성의 성공적 노화인식과 우울, 가족탄력성, 삶의 만족도와의 관계를 규명하여 중년 여성의 성공적 노화 인식을 증진시키는 전략을 마련하기 위한 기초자료를 제공하기 위하여 시도되었다.

본 연구결과 중년 여성의 성공적 노화인식은 우울($r=-.20, p=.005$)과 부적 상관관계를 보였으며, 가족탄력성($r=.49, p<.001$) 및 삶의 만족도($r=.55, p<.001$)와는 정

적 상관관계를 보였다. 성공적 노화인식에 영향을 미치는 요인은 연령, 가족탄력성, 삶의 만족도였으며 설명력은 33.9%였다.

이러한 연구결과를 토대로 다음과 같은 후속 연구를 제언을 한다.

- 첫째, 지역 및 연령, 성별의 다양성을 확보하고 성공적 노화인식의 차이를 규명하는 연구가 필요하다.
- 둘째, 개인적 요소 및 가족적 요소, 사회적 요소가 복합적으로 고려된 다차원적 성공적 노화 인식의 영향 요인 분석 연구가 필요하다.

References

- [1] Statistics Korea. 2017 Elderly people statistics. KOSIS(Online), <http://kostat.go.kr>, 2017.
- [2] G. Y. Jun, H. A. Song, S. J. Go, I. M. Kim, "Family lifeeducation program of preparation for successful aging", *Journal of the Korea Gerontological Society*, Vol.20, No.1, pp.69-91, 2000.
- [3] World Health Organization. Core health indicators, <http://apps.who.int>, 2011.
- [4] J. Ann, A study on perception of successful aging in adult developmental stages, Unpublished doctoral dissertation, Dong-A University, 2010.
- [5] T. D. Cosco, A. M. Prina, J. Perales, B. C. M. Stephan, C. Brayne, "Operational definitions of successful aging: A systematic review", *International Psychogeriatrics*, Vol.26, No.3, pp.373-381, 2014. DOI: <https://dx.doi.org/10.1017/S1041610213002287>
- [6] Y. J. Jeong, N. Y. Yu, B. A. Kim, H. J. Shin, Y. S. Chong, "A Meta-Analysis on Variables Related with Successful Aging", *Journal of the Korean Gerontological Society*, Vol.34, No.4, pp.781-797, 2014.
- [7] J. M. Bae, An illustrated guide to medical statistics using SPSS. Hannarae Seoul; 2012.
- [8] S. Y. Kim, "A study of the elderly image in Korean and Japanese television advertisements", *Korean Journal of Sociology*, Vol.43, No.5, pp.133-169, 2009.
- [9] J. Angus, P. Reeve, "Ageism: A Threat to "Aging Well" in the 21st Century", *Journal of Applied Gerontology*, Vol.25, No.2, pp.137-152, 2006. DOI: <https://dx.doi.org/10.1177/0733464805285745>
- [10] D. X. Marquez, E. E. Bustamante, B. J. Blissmer, T. R. Prohaska, "Health Promotion for Successful Aging", *American Journal of Lifestyle Medicine*, Vol.3, No.1, pp.12-19, 2009. DOI: <https://dx.doi.org/10.1177/1559827608325200>
- [11] C. A. Sarkisian, T. R. Prohaska, M. D. Wong, S. Hirsch, C. M. Mangione, "The relationship between expectations for aging and physical activity among older adults", *Journal of General Internal Medicine*, Vol.20, No.10, pp.911-915, 2005. DOI: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1525-1497.2005.0204.x>
- [12] Y. O. Joun, "The effects of social support self efficacy and perceived health statuson aging anxiety of the middle aged women", Master of honam university, 2015.
- [13] S. R. Suh, H. H. Choi, "Aging Anxiety and Related Factors of Middle-Aged Adults", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.25, No.4, pp.464-472, 2013. DOI: <https://dx.doi.org/10.7475/kjan.2013.25.4.464>
- [14] C. J. Chiou, H. Y. Chang, I. P. Chen, H. H. Wang, "Social support and caregiving circumstances as predictors of caregiver burden in Taiwan", *Archives of Gerontology and Geriatrics*, Vol.48, No.3, pp.419-424, 2009. DOI: <https://dx.doi.org/10.1016/j.archger.2008.04.001>
- [15] K. M. Nam, J. E. Lee, "The Relationship between Older Adults' Daily Life Stress and Their Successful Aging-Focusing on the Mediating Effect of Family Resilience", *Journal of welfare for the aged*, Vol.57, pp.85-112, 2012.
- [16] H. I. McCubbin, M. A. McCubbin, "Typologies of Resilient Families: Emerging Roles of Social Class and Ethnicity", *Family Relations*, Vol.37, No.3, pp.247-254, 1988. DOI: <https://dx.doi.org/10.2307/584557>
- [17] W. W. K. Zung, "A Self-Rating Depression Scale", *Archives of General Psychiatry*, Vol.12, No.1, pp.63-70, 1965. DOI: <https://dx.doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>
- [18] O. H. Song, "A study of the self-rating depression scale on psychiatric out-clinic patients", *The Journal of the Korean Neuropsychiatry Association*, Vol.16, pp.84-93, 1977.
- [19] M. T. Sixbey, Development of the family resilience assessment scale to identify family resilience. adissertation presented to the Graduate school of university of Floridin in partial fulfillment of the requirement for the degree of doctor of philosophy, University of Florida, 2005.
- [20] F. Walsh, "The Concept of Family Resilience: Crisis and Challenge", *Family Process*, Vol.35, No.3, pp.261-281, 1996. DOI: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x>
- [21] S. M. Shin, "A study on the functional level of the mentally disabled and the satisfaction level of main supporting family members life", Unpublished doctoral dissertation, Jeonnam University, 2013.
- [22] E. D. Diner, R. A. Emmons. R. J. Larwen, S. Griffin, "The Satisfaction With Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985. DOI: https://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- [23] S. D. Chung, M. H. Sung, "Relationship between Social Capital and Life Satisfaction: A Comparison of Three Different Age Groups", *Health and Social Welfare Review*, Vol.32, No.4, pp.249-272, 2012. DOI: <https://dx.doi.org/10.15709/hswr.2012.32.4.249>
- [24] I. Y. Choi, "Research on sense of value and perception on successful aging of Korean middle aged people", Unpublished doctoral dissertation, Ewha womans university, 2007.

- [25] Y. J. Lee, J. S. Park, "Relationship between Perception for Successful Aging and Health Promotion Behavior of Late Middle Aged Women", *Journal of the Korean Data Analysis Society*, Vol.17, No.2, pp.1073-1086, 2015.
- [26] Y. R. Kweon, H. O. Jeon, "Effects of Perceived Health Status, Self-esteem and Family Function on Expectations Regarding Aging among Middle-aged Women", *Journal of Korean Academy Nursing*, Vol.43, No.2, pp.176-184, 2013.
DOI: <https://dx.doi.org/10.4040/jkan.2013.43.2.176>
- [27] S. H. Hong, I. S. Kwak, "The Effects of Attitude towards Aging on Successful Aging: The Differences between Single and Couple Aged Family", *Journal of the Korean Home Economics Association*, Vol.49, No.4, pp.77-91, 2011.
DOI: <https://dx.doi.org/10.6115/khea.2011.49.4.077>
- [28] M. J. Lee, J. H. Yang, "Recognition of Successful Aging among Middle aged Women", *Journal of Korean Gerontology Nursing*, Vol.14, No.2, pp.79-90, 2012.
- [29] J. H. Cho, B. M. Kim, "Perception for successful aging & depression of middle aged women", *Journal of Korean Society Living Environment*, Vol.19, No.2, pp.259-266, 2012.
- [30] H. S. Jeon, H. Y. Lee, "The Relations of Aging Anxiety and Depression Focused on Middle Aged People of Digital University", *Journal of Digital Convergence*, Vol.12, No.9, pp.417-422, 2014.
DOI: <https://dx.doi.org/10.14400/jdc.2014.12.9.417>
- [31] H. S. Jeon, "The effects of the locus of control and aging anxiety on preparation for old age in middle aged adults", *Journal of Digital Convergence*, Vol.12, No.10, pp.571-576, 2014.
DOI: <https://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.571>

김 보 미(Bomi Kim)

[정회원]



- 2015년 2월 : 동국대학교 사회복지학과(석사)
- 2018년 2월 : 동국대학교 사회복지학과
- 2015년 3월 ~ 2018년 2월 : 충청대학교 사회복지학과 강사
- 2017년 3월 ~ 현재 : 외국인상담지원센터 부센터장

<관심분야>
노인복지