

# 위드 코로나(With COVID-19)시대 노인의 여가활동과 삶의 만족도에 관한 연구

## A Study on Leisure Activities and Life Satisfaction of the Elderly in With COVID-19 Era

이경아, 손희원  
수원여자대학교 사회복지과

Kyung A Lee(Kyung@swc.ac.kr), Hee Won Son(choicey@swc.ac.kr)

### 요약

본 연구는 위드 코로나(With COVID-19)시대 노인의 삶의 만족도와 여가생활 현황과 노인의 삶의 만족을 증진하기 위한 방안을 제시하였다. 이를 위해 경기도 노인복지관 노인 107명을 대상으로 삶의 만족도, 여가생활에 대해 알아보았으며 다음과 같은 결과를 도출하였다. 첫째, 전체적으로 삶의 만족도가 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다. 둘째, 여가활동과 삶의 만족도 상관관계에서는 코로나 이전의 경우 여가활동 정도와 삶의 만족도가 유의한 상관관계를 보이지 않았고, 코로나 이후의 경우 여가활동 정도와 삶의 만족도가 유의한 정적인 상관관계를 보였다. 이러한 결과에 따라 대안방안을 제시하면 첫째, 지역사회에서 위드 코로나 시대에 맞는 노인을 위한 환경 개선과 관리할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다. 특히 디지털에 많은 변화로 노인들의 적응 격차를 줄이기 위해 노인관련 기관에서는 스마트폰, 키오스크 사용 방법 등의 교육을 실시하고 있으나 지역사회 차원의 방안으로 좀 더 확대될 필요가 있다. 둘째, 위드 코로나 시대에 노인건강 관리를 위한 체계적인 시스템이 갖춰 줘야 한다. 셋째, 코로나로 인해 경제적인 어려움을 겪고 있는 노인을 위해 최소한의 생활보장이 보장되도록 노후소득보장제도 및 지원이 요구 되어진다. 넷째, 코로나로 인해 사회적 거리 및 관계위축으로 인한 관계 개선 및 위치 만족을 위한 노인들의 말벗과 상담 관련 프로그램 활성화가 필요하다.

■ 중심어 : | 위드 코로나 시대 | 노인 | 여가활동 | 삶의 만족도 |

### Abstract

This study presented a plan to improve the life satisfaction and leisure status of the elderly in the With COVID-19 era, and the life satisfaction of the elderly. For this purpose, we investigated life satisfaction and leisure life for 107 senior citizens at the Gyeonggi Senior Welfare Center, and the following results were obtained. First, it can be seen that overall life satisfaction was relatively lower after Corona than before. Second, in the correlation between leisure activity and life satisfaction, there was no significant correlation between the level of leisure activity and life satisfaction before Corona, and a significant positive correlation was found between the level of leisure activity and life satisfaction after Corona. seemed If alternative measures are proposed according to these results, first, it is necessary to seek ways to improve and manage the environment for the elderly in the with Corona era in the local community. In particular, in order to reduce the adaptation gap among the elderly due to the many changes in digital technology, institutions related to the elderly are providing education on how to use smartphones and kiosks, but it needs to be expanded as a community-wide measure. Second, a systematic system for health care for the elderly in the era of With Corona must be provided. Third, the old-age income security system and support are required so that the minimum living security is guaranteed for the elderly who are experiencing economic difficulties due to the corona virus. Fourth, it is necessary to revitalize programs related to talking to the elderly and counseling for the improvement of relationships and location satisfaction due to social distance and relationship atrophy due to Corona.

■ keyword : | With-Corona Era | Old Man | Leisure Activities | Life Satisfaction |

접수일자 : 2022년 07월 14일  
수정일자 : 2022년 08월 24일

심사완료일 : 2022년 08월 24일  
교신저자 : 손희원, e-mail : choicey@swc.ac.kr

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

2020년 3월 11일 세계보건기구(World Health Organization, WHO)에서 코로나 팬데믹을 선언한지 만 2년이 지나가고 있다. 2년동안 백신, 사회적 거리두기로 사적모임 제한, 시설이용제한 등 많은 사람들이 어려움이 있었고 2022년 4월 18일 사회적 거리두기가 해제가 된 상황이다. 그러나 아직 코로나가 지속되고 있으며, 특히 노인들은 코로나에 감염될 경우 위증으로 악화 될 가능성이 높아 정부에서 노인에게 4차 백신접종을 권고하고 하고 있으며, 노인 이용시설, 생활시설 등은 여전히 조심하고 있는 실정이다. 노인의 경우 코로나로 인한 치사율은 아주 높으며, 이런 위협으로 다른 연령집단에 비해 사회적 고립을 하게 되고 이로 인한 외로움 등이 심각한 것으로 나타났다[1]. 또한 가족 및 이웃과의 접촉이 제한이 되면서 활동 반경이 급격히 축소되었으며, 노인들에게 필요한 정책과 프로그램이 미비한 상황에서 코로나 19 상황은 노인들로 하여금 스스로 삶의 가치를 깨닫고 행복하고 보람된 삶을 살아가는데 어려움을 주고 있다. 노년기는 은퇴, 배우자의 죽음, 노화, 사회적 관계망이 줄어드는 다양한 생활 사건을 경험하면서 그에 적응하는 정도에 따라 삶의 만족도가 변화한다고 한다[2]. 특히 현재 위드 코로나 시대에는 디지털화 등 삶의 변화가 급격히 바뀌면서 노인의 다양한 활동이 축소되는거 뿐만 아니라 삶의 만족도와 요구도가 전과는 달라졌으며, 노인의 어려움은 가속되었다고 추측되어진다.

우리나라 65세 이상 노인 인구는 빠른 속도로 증가하여 2021년 857만 4천 명으로 전체 인구의 16.6%를 차지한다[3]. 고령 인구의 비중은 지속적으로 증가하고 있으며, 2040년에는 전체 인구의 3분의 1이 65세 이상의 고령 인구가 될 것으로 전망하고 있다[4]. 노인의 기대수명이 증가함에도 불구하고 우리나라 노인 인구의 자살률과 빈곤율은 OECD 평균 중 가장 높은 수치를 기록하고 있으며 노년기의 삶의 만족도가 매우 낮은 것으로 나타났다[5]. 사회적으로 어떻게 하면 행복하고 성공적인 노후를 맞이할 수 있을지에 대한 문제가 매우 시

급해 지면서 노인의 삶을 구성하고 있는 생활체계와 복지문제가 중요한 것으로 나타났다. 또한 노인의 단순한 생존이나 수명증가에 역점을 두는 의학적 관점에서 벗어나 차츰 노인의 삶의 질과 관련 요인을 확인하는데 주력하고 있으며[6], 노인의 삶의 질과 관련된 요인 중 여가활동은 삶의 만족도와 밀접한 관계가 있다고 보고하고 있다[7]. 노인의 삶의 만족도는 사회 전반적인 분위기와 삶의 질을 결정하는 중요한 요소로[8], 코로나 19이후 노인의 삶의 만족도를 증진 시키기 위해 정부와 지방자치단체에서는 노인들의 실태를 파악하고 노인들의 삶의 만족도를 높이기 위한 다양한 프로그램과 정책이 시행되어야 한다고 보고 있다. 그러나 코로나 19 이후 노인의 여가생활 및 삶의 만족도에 대한 연구가 이루어지지 않았으며, 위드 코로나 시대 노인의 여가생활과 삶의 만족도 상황은 알 수가 없는 실정이다. 따라서 본 연구는 위드 코로나 시대 노인의 삶의 만족도와 여가생활 현황을 알아보고 위드 코로나 시대에 맞는 노인의 삶의 만족을 증진하기 위한 방안을 제시하고자 한다.

### 2. 연구문제

연구문제 1. 코로나 이전과 이후 삶의 만족도와 여가활동 정도는 어떠한 차이가 있는가?

연구문제 2. 코로나 전, 후 노인들의 여가생활과 삶의 만족은 어떠한 관련이 있는가?

## II. 이론적 배경

### 1. 위드 코로나(With COVID-19)

2020년 초부터 전 세계로 확산된 코로나 19 팬데믹이 장기화 되면서 사람들은 코로나 19가 완전히 종식되지 못한다는 인식과 함께 방역체계를 바꿔가며 코로나 19와 공존을 준비하면서 나아가고 있다. 코로나19가 완전 퇴치가 어려움을 인정하고 이에 적응하여 코로나와 함께 살아가는 삶을 위드 코로나라고 한다. 현재, 사회는 코로나19 발생 초기의 공황상태에서 벗어나 코

로나 19와 함께 지속 가능한 삶을 위해 끊임없이 노력하고 있다. 특히 삶의 방식을 스마트폰, 디지털화 방식으로 많은 변화들이 이루어지고 있으며, 젊은 세대들 사이에 잘 적응하며 맞춰 살아가고 있다. 그러나 노인의 경우 코로나 19 팬데믹 이후 빠른 사회변화에 적응하고 있지 못하며, 아직까지도 감염위험을 감수하며 취약한 환경에 노출되어있는 어려운 상황에 놓여져 있다.

## 2. 노인의 여가생활

여가는 사회적·가정적 역할 이외의 시간과 일정한 역할 없이 막연히 보내는 긴 시간 두 가지로 나뉘어 말할 수 있으며[9], 개인의 가정, 노동과 기타 사회적 의무감으로부터 벗어나 자유로움을 느낄 수 있는 자발적 선택 행위에 의한 여유로운 시간이라고 의미할 수 있다[10]. 노인에게 있어서의 여가개념은 재생산의 수단 또는 심신의 피로회복 등을 목적으로 하는 젊은이들의 여가개념과는 달리 노인의 경우에는 언제 어디서나 여가생활을 할 수 있기에 여가 자체가 즐거움이라기보다는 무로함과 함께 정신적·정서적 고통을 안겨주는 결과를 초래한다고 보고 있다[9]. 노인의 여가활동은 공식적인 사회적 역할의 상실로 다양하고 복잡한 정신적 불안정과 심리적 혼돈상태에서 건강의 증진 및 유지와 삶의 즐거움에 대한 충족, 삶의 내용 및 수준의 향상을 줄 수 있으며, 노년기 삶의 만족과 생활에 활력을 불어 넣어줄 수 있는 요인이 될 수 있다. 또한 여가생활은 노화와 삶의 질적 향상에 근간이 되며 대부분 노인이 경험하는 심리적, 사회적 부적응을 개선하는데 도움을 주고 가정적, 사회적 역할상실에 오는 심한 소외감과 고독감을 해소할 수 있는 원천이 된다고 한다[11].

Kaplan(1960)은 여가활동은 노인의 다양한 욕구를 충족시켜 주는데 첫째로 사회적으로 유용한 서비스를 제공하려는 욕구를 들 수 있고, 둘째, 자신이 지역사회 의 한 부분으로 고려 되어지고 싶은 욕구, 셋째, 여가시간을 만족스러운 방법으로 사용하려는 욕구, 넷째는 정상적인 동반자 관계를 가지려는 욕구, 다섯째는 개인적으로 인정받고 싶은 욕구, 여섯째는 자기표현과 성취감의 기회를 가지려는 욕구, 일곱째는 건강을 유지하고 보호하려는 욕구, 여덟째는 적절한 정신적 자극을 가지

려는 욕구, 아홉째는 적절한 주거조건과 가족관계를 가지려는 욕구, 마지막으로 영적으로 만족함을 얻으려는 욕구 등이 있다고 한다[12].

Havighurst(1961)는 여가활동 유형을 가사활동, 가족생활 활동, 종교활동, 정치활동, 사회활동, 대인관계, 취미·오락 활동 등으로 구분하였고[13], McKechnie(1974)는 조작적, 공작적, 지적, 일상적, 스포츠, 매혹적 스포츠 활동 등으로 분류[14]. Gordon et al.(1976)은 여가활동을 감각적 쾌락추구활동, 창의적활동, 발전적 활동, 긴장해소 활동 등 네 가지로 구분, Mullin와 Suttonn(1993)는 여가활동을 조작적, 공작적, 지적, 생활적, 매혹적 스포츠 등으로 분류, So-Ahola(1980)는 스포츠 활동, 사회활동, 공작활동 등으로 여가를 분류하였으며[15], Mence(2003)는 사회적 활동, 혼자하는 활동, 생산적인 활동으로, '가족 중심 활동'에는 친척 및 자녀 집 방문, 가족과의 대화, 가족과의 외식, 손, 자녀 돌보기 및 놀아주기, 정원손질 및 정원 가꾸기 등이 있다고 하였다[16].

So-Ahola와 Jackson(1994)은 여가활동을 개인적 유형,집합적 유형, 활동적 여가와 수동적 여가로 개념화하고, 활동적 유형이 생활의 질을 향상시키는데 크게 기여 한다고 하였다[17].

Lennartsson와 Silverstein(2001)은 사회적-친목활동, 사회적-문화 활동, 혼자-앉아서 하는 활동, 혼자-적극적으로 하는 활동, 사회단체 참여활동, 종교 단체 참여활동의 6가지를 분류하였다[18]

국내연구를 살펴보면 박미석(2002)은 노인의 여가활동 분류를 문예,수집, 서예, 그림 그리기 도서 등의 '취미 생활'과 '자기개발 활동'으로 교양 강좌 컴퓨터 강좌, 외국어 강좌 등으로 구분하였다[19]. 허준수(2002)는 여가활동 유형을 정적인 여가활동, 체육관련 여가활동, 여행관련 여가활동, 문화 예술적 여가활동, 가족/친구 관련 여가활동, 사회참여 여가활동으로 구분하였다[20].

이렇듯 노인의 여가 활동은 매우 다양하며 여가활동에 따라 최후의 자기실현을 할 수 있는 기회를 얻을 수 있고, 심신의 쇠퇴를 늦출수 있다고 한다[21]. 김성수(2008)는 여가는 단순히 건강유지나 휴식 및 기분 전환 의식을 넘어 건전한 여가활동의 기능 뿐 만 아니라 보

다 적극적인 기능으로서 삶의 질과 자아실현에도 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다[22]. 민경선(2020)은 노인의 경우 다른 세대에 비해 여가시간이 증가하나 증가한 여가시간 대비 여가활동을 위해 지출하는 비용은 큰 폭으로 감소하는 것을 밝혔다. 주로 하는 여가활동은 '낮잠', 'TV 시청', '아무것도 안하기' 등의 휴식활동으로 소비되고, 이러한 휴식활동이 전체 여가활동에서 차지하는 비중은 5~24세 세대와 비교하면 약 1.8배 정도 높게 나타났다. 취미·오락활동, 스포츠 참여활동 경우 전 연령대에서 가장 낮게 나타났으며, 자기계발이나 신체를 사용하는 여가활동은 상대적으로 가장 낮게 나타났다[23]. 이순복(2022)은 노인들은 개개인에 따른 일반적인 특성이 다르고, 노인들이 느끼는 생활만족의 정도가 다르게 나타나기 때문에 노인의 생활만족도가 높아지는 방향으로 노인의 특성들을 변화시켜주는 대책이 필요하다고 주장하고 있다[24].

이와 같이 노인의 여가활동은 일반적인 특성에 따라 다르게 나타나고 삶의 중요한 의미를 주고 있다고 볼 수 있으나 코로나19 팬데믹 상황으로 인해 활동이 어려워 이에 대한 실태를 파악하고 위드 코로나 시대에 맞는 여가활동에 대한 개입방안을 마련하는 것이 중요하다고 본다.

### 3. 노인의 삶의 만족

#### 1) 삶의 만족

노인의 삶의 만족도 연구는 노년학, 노인복지 분야에 가장 중요한 연구과제이다[25]. 1960년대 Neugarten 연구에서 삶의 만족도가 등장했으며, 개인이 일상생활에서 의미, 성취, 기쁨을 느끼며 자신을 가치 있는 존재로 여기는 것으로 의미하고 있다[26]. 일반적으로 삶의 만족도는 자신의 삶에 있어 어느 정도 만족하는지 물질적, 정서적 모두 개인의 삶의 목표와 욕구 달성에 대해 주관적 평가하는 것이 중요하다[27].

1970년대에서는 주관적 안녕감(subjective well-being)에 초점을 두어, Kalish(1975)는 개인이 주위 환경의 변화 적응, 자신의 느끼는 삶의 성공 정도를 주관적으로 평가하는 것이라고 하였다[28]. Campbell(1981)은 삶에 대한 주관적 평가가 기존에 삶을 측정하던 경제적

· 물질적 측면을 넘어 행복의 영역을 의미한다고 하였다[29].

국내연구 최성재(1986)는 삶의 만족도를 과거부터 현재까지, 본인의 미래를 얼마나 긍정적으로 보는지 평가라고 보았으며[30], 권중돈 외(2000)는 과거에서부터 오는 만족, 현재 행복, 미래에 대한 복합적인 평가의 개념으로 보았다[31]. 이정희(2008)는 삶의 만족을 인간이 심리적, 주관적으로 느끼는 것으로 일상생활에서 경험하는 목표나 욕구달성에 대한 개인의 감정 상태를 의미한다고 하였다[32]. 임정숙(2021)은 노인의 삶의 만족 증진을 위해 보건, 의료, 사회서비스를 편리하게 이용할 수 있는 서비스 환경의 조성을 필수적으로 고려해야 한다고 강조하였다[33].

이와 같이 삶의 만족은 정서적, 물질적, 자신의 만족감을 주관적인 평가를 하며, 행복감, 심리적 안녕 상태, 적응 등의 개념으로[32], 삶의 만족도에 대해 다양하게 정의를 내려지고 있으나 코로나19 상황에 따른 노인의 삶의 만족이 무엇이며, 이를 위한 서비스 환경 조성, 개입을 어떻게 해야 하는지 논의가 필요하다고 본다.

#### 2) 노인의 삶의 만족

인간은 누구나 노후에도 행복하고 건강한 삶과 성공적으로 인간다운 삶을 살기를 원한다. 노인의 삶의 만족은 주관적인 관점에서 본인의 삶을 평가하며[34], 성공적인 노화를 측정하는 도구로[35], 노인의 신체와 인지적인 기능을 높은 수준으로 유지하고 사회 및 생산 활동을 지속하는 것을 의미한다[36].

노인의 삶은 생리적, 심리적, 사회적 환경 등 다양한 요인들에 의해 영향을 받는다[37]. 특히 노년기는 은퇴 등으로 인한 사회적 위치의 변화와 경제적 어려움을 동시에 겪을 수 있으며, 신체적 노화로 인해 신체적 기능이 저해되고 질병 등으로 노인의 삶의 만족도를 낮추는데 많은 영향을 미치고 있다. 차용은(1989)은 노화되어 간다는 현실에 적응하는 것이 성공적인 노화상태로 보았으며[38], 홍순혜(1984)는 노인의 생리적, 심리적, 사회적 조건 속에서 자신이 과거, 현재 생활에 대해 가지는 주관적이고 개인적인 감정의 정도라고 정의하였다[39]. 최성재(1986)는 노인의 삶의 만족을 현재와 미래 생활의 상태와 전망에 대한 평가까지 포함하는 개념으

로 정의 내리며 이를 측정하는 한국형 생활만족 척도도 개발하였다[29]. 노인들의 정신적 상태와 정서적 상태는 신체적 기능성만큼 삶의 만족도에 영향을 미치는 중요한 요소들이며[40]. Havighurst는 노년기 삶의 만족도와 관련하여 노인의 물리적·사회적 환경의 중요성을 지적하였다[41].

노년기 삶의 만족도를 규명한 기존 선행연구들을 살펴보면 상이한 연구결과를 나타내고 있다. 일부 연구들은 노년기에 접어들수록 삶의 만족도가 높아진다고 보고하는 반면[42], 또 다른 연구에서는 삶의 만족도가 낮아지는 것으로 보고하고 있다[43]. 이처럼 노년기 삶의 만족도에 다양한 결과를 나타내는 것은 노인의 삶의 만족도가 획일화된 조건에 의해 결정되는 것이 아니라 노인을 둘러싼 다양한 요인의 영향을 받을 수 있음을 시사한다.

이와 같이 노인의 삶의 만족도는 다양하게 정의되어지고 있으나 코로나 이후 노인의 삶의 만족도는 어떻게 변했는지 연구가 전혀 이루어지고 있지 않아 본 연구에서는 코로나 전, 후를 노인의 삶의 만족도를 비교함으로써 위드 코로나 시대에 맞는 노인의 여가활동과 삶의 만족에 대한 방안을 제시해보고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구의 목적은 위드 코로나 시대에 따른 노인들의 삶의 만족도 실태를 파악하고 이에 대한 대안방안을 제시하고자 한다. 실태를 파악하기 위해 2021년 10월 01일부터 2022년 3월 31일 동안 경기도 노인복지관 노인을 대상으로 삶의 만족도에 관한 조사를 실시하여 107명의 설문응답을 도출하였다.

#### 2. 측정도구

##### 1) 삶의 만족도

삶의 만족도는 삶의 질에 대한 객관적인 수준에 대한 검증이라기보다 개인의 판단에 중심을 두는 주관적인

안녕(Subjective Well-being)에 대한 것이라 할 수 있다. 본 연구에서는 삶의 만족도는 김문숙(2014)가 사용한 척도를 재구성하여 코로나 전, 후 신체만족도 4문항, 대인만족도 5문항, 경제만족도 5문항, 정서 만족도 4문항, 자아존중감 3문항 총 40문항으로 구성하였다[44].

##### 2) 여가활동 유형

여가활동 유형은 양성수(2019)가 사용한 척도를 재구성하여 여가활동 및 빈도 6문항, 여가시간 활동 종류 6문항 총 12문항으로 구성하였다[45].

### 3. 자료처리방법

본 연구를 수행하는데 있어서 회수된 자료에 사용된 구체적인 실증분석방법은 다음과 같다.

첫째, 조사대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였다.

둘째, 여가활동 정도, 삶의 만족도 변인에 대한 신뢰도 검사를 실시하여 문항간의 신뢰도를 측정하여 예측 가능성, 정확성 등을 살펴보았다.

셋째, 코로나 이전과 이후에 여가활동정도가 삶의 만족도에 미치는 영향의 관계를 살펴보기 위하여 상관관계분석(Correlation Analysis)을 사용하였다.

넷째, 코로나 이전과 이후 여가활동정도가 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 다중 회귀분석(Multi-Regression Analysis)을 사용하였다.

본 연구의 실증분석은 모두 유의수준  $p < .05$ 에서 검증하였으며, 통계처리는 SPSSWIN 25.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

### IV. 연구결과

#### 1. 일반적 사항

조사대상자의 일반적 사항을 살펴보면, 남성 59명(55.1%), 여성 48명(44.9%)로 조사되었다. 연령의 경우 평균 77.5세로 조사되었다. 배우자와 생활 여부의 경우 배우자와 동거 59명(55.1%), 사별 37명(34.6%) 순으로 조사되었다. 학력의 경우 고졸 35명(32.7%), 무학 23명

(21.5%), 대졸 이상 17명(15.9%) 순으로 조사되었다. 현재 함께 살고 있는 가족 수의 경우 1명과 2명이 각각 43명(40.2%)로 높게 나타났다.

표 1. 조사대상자의 일반적 사항

구분		Count	%	M	SD
성별	남자	59	(55.1)		
	여자	48	(44.9)		
연령				77.50	(5.13)
배우자와 생활 여부	결혼한적 없다	2	(1.9)		
	배우자 동거	59	(55.1)		
	별거 혹은 이혼	9	(8.4)		
	사별	37	(34.6)		
학력	무학	23	(21.5)		
	국졸	14	(13.1)		
	중졸	18	(16.8)		
	고졸	35	(32.7)		
	대졸 이상	17	(15.9)		
현재 함께 살고 있는 가족 수	1명	43	(40.2)		
	2명	43	(40.2)		
	3명	21	(19.6)		
	Total	107	(100.0)		

## 2. 관련 변인 요인 분석과 신뢰도 분석

삶의 만족도에 대한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 외생변수에 대한 요인분석은 주성분 요인분석(principal component analysis)법을 이용하였으며 요인 회전에 있어서 요인들 간의 상호독립성을 검증하는데 유용한 직교회전방법(varimax)을 이용하였는데 이는 요인 추출 시 요인의 수와 정보의 손실을 최소화하는데 유용하기 때문이다[46].

표 2. 삶의 만족도에 대한 탐색적 요인분석

구분		Component	Component			Total	% of Variance	Cumulative %
			1	2	3			
의욕 및 기분만족	환경 변화에 잘 적응	a19	.873	.245	.115	8.251	41.257	41.257
	걱정거리(역산)	a15	.860	.245	.200			
	외모에 대해서 만족	a1	.854	.193	.089			
	활기상태	a2	.731	.267	.180			
	불안감(역산)	a14	.714	.151	.133			
	가치 있는 사람	a18	.615	.291	.205			
생활수준 및 건강	평온	a11	.057	.876	-.024	2.673	13.363	54.620
	의생활수준	a13	.261	.807	.285			
	월수입	a12	.189	.769	.402			
	활동상태	a3	.391	.744	-.203			
	배뇨와 배변상태	a4	.303	.696	-.100			
	가정위치 만족	a8	.220	.639	.582			
관계 및 위치 만족	우울감(역산)	a17	.564	-.038	.718	2.261	11.307	65.927
	친척과의 관계	a5	.229	-.054	.705			
	친구 관계	a6	.260	-.042	.694			
	자녀 관계	a9	.210	.525	.693			
	취미, 오락, 여가활동	a7	.032	.433	.622			
	노후 생활	a10	-.181	.416	.571			

KMO=.828, 카이제곱=3215.732, df=153

삶의 만족도에 대한 탐색적 요인분석의 상관관계 정도를 나타내는 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)검증 및 Bartlett의 구형성 검증을 실시하였다. 분석결과를 보면, KMO=.828, Bartlett 구형성 검증  $\chi^2 = 3215.732(df=153, p=.000)$ 로 나타났다. 일반적으로 KMO값이 .5이상이고 Bartlett의 구형성 검증의 경우 p값이 유의수준 .1이하이면 요인분석을 해도 괜찮은 정도의 상관관계가 존재한다고 볼 수 있다. 요인분석에서

관련 요인들의 요인적재량(factor loading)은 .5이상을 기준으로 하였고, 고유값(eigen-value)이 1.0이상인 요인 3개가 추출되었으며 삶의 만족도를 설명하는 총분산 설명력은 65.9%로 나타나 측정항목들의 타당도가 어느 정도 확보되었음을 알 수 있다.

표 3. 신뢰도 분석

구분	Cronbach의 알파
의욕 및 기분만족	.733
생활수준 및 건강	.817
관계 및 위치 만족	.941
삶의만족(전체)	.908
여가활동정도	.801

삶의 만족도, 여가활동정도 요인에 대한 안정성, 일관성 및 예측가능성을 알아보기 위하여 본 연구에서는 크론바하 알파(Cronbach's  $\alpha$ )계수를 신뢰도 계수로 사용하였다. 사회과학에서 일반적으로 0.6 이상을 측정지표의 신뢰성이 검증된 것으로 하므로, 본 연구에서도 0.6 이상을 기준으로 신뢰성을 평가하기로 하는 것으로 한다. 본 연구에서는 이와 같은 크론바하 알파 계수를 이용하여 내적 일관성에 의한 측정도구의 신뢰도를 검증하였으며, 그 결과 삶의 만족도, 여가활동 정도 영역에서 0.7이상의 수치로 나타나 신뢰수준을 만족한다고 할 수 있다.

### 3. 가설검증

#### 1) 코로나 이전과 이후 삶의 만족도와 여가활동정도 차이 검증

코로나 이전과 후 삶의 만족도 차이 검증을 실시한 결과 '1. 코로나 이전 귀하의 외모에 대해서 만족하셨는지요?' 코로나 이전 3.90점, 코로나 이후 2.90점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '코로나 이전 활기 상태 (기운, 기력, 힘)에 만족하셨습니까?' 코로나 이전 3.90점, 코로나 이후 2.89점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '3. 코로나 이전 활동상태

(걷기, 계단 오르기, 버스 타기)에 만족하셨나요?' 코로나 이전 3.92점, 코로나 이후 3.07점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '4. 코로나 이전 배뇨와 배변 상태에 대해 만족하십니까?' 코로나 이전 3.83점, 코로나 이후 3.23점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '5. 코로나 이전 형제나 친척과의 관계에 대해 만족하셨습니까?' 코로나 이전 3.78점, 코로나 이후 2.86점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). 다른 삶의 만족도 하위항목들 경우에도 코로나 전보다 코로나 이후에 유의하게 낮아졌음을 알 수 있다.

표 4. 코로나 이전과 후 삶의 만족도 차이 검증

구분	평균 (M)	표준편차(SD)	t(p)
1. 코로나 이전 귀하의 외모에 대해서 만족하셨는지요?	코로나(전)	3.90	25.102* **(.000)
	코로나(후)	2.90	
2. 코로나 이전 활기 상태 (기운, 기력, 힘)에 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.90	27.764* **(.000)
	코로나(후)	2.89	
3. 코로나 이전 활동상태 (걷기, 계단 오르기, 버스타기)에 만족하셨나요?	코로나(전)	3.92	19.882* **(.000)
	코로나(후)	3.07	
4. 코로나 이전 배뇨와 배변상태에 대해 만족하십니까?	코로나(전)	3.83	9.875*** (.000)
	코로나(후)	3.23	
5. 코로나 이전 형제나 친척과의 관계에 대해 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.78	18.091* **(.000)
	코로나(후)	2.86	
6. 코로나 이전 친구관계에 만족하셨습니까?	코로나(전)	4.03	24.462* **(.000)
	코로나(후)	2.98	
7. 코로나 이전 취미, 오락, 여가활동에 대해 만족하셨습니까?	코로나(전)	4.10	23.525* **(.000)
	코로나(후)	2.80	
8. 코로나 이전 가정에서 차지하는 위치에 대해 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.81	10.795* **(.000)
	코로나(후)	3.05	
9. 코로나 이전 자녀와의 관계에 대해 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.95	16.674* **(.000)

10. 코로나 이전 귀하의 노후 생활 준비 정도에 대해 만족하셨습니까?	코로나(후)	2.82	.56	15.075* **(.000)
	코로나(전)	3.59	.60	
	코로나(후)	2.73	.45	
11. 코로나 이전 마음이 평온하셨습니까?	코로나(전)	3.84	.51	14.393* **(.000)
	코로나(후)	2.94	.41	
12. 코로나 이전 가족 전체 월수입에 대해 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.43	.50	13.647* **(.000)
	코로나(후)	2.62	.58	
13. 코로나 이전 의생활 수준에 대해서 만족하셨습니까?	코로나(전)	3.61	.53	15.294* **(.000)
	코로나(후)	2.73	.54	
14. 코로나 이전 불안감을 느끼셨습니까?	코로나(전)	3.04	.33	23.260* **(.000)
	코로나(후)	1.94	.41	
15. 코로나 이전 걱정거리가 많았습니까?	코로나(전)	2.98	.14	42.100* **(.000)
	코로나(후)	1.93	.25	
16. 코로나 이전 쉽게 패배감을 느끼셨습니까?	코로나(전)	3.07	.48	17.427* **(.000)
	코로나(후)	2.08	.39	
17. 코로나 이전 우울감을 느끼셨습니까?	코로나(전)	2.99	.33	29.632* **(.000)
	코로나(후)	1.96	.19	
18. 코로나 이전 남들만큼 가치 있는 사람이라고 생각하셨습니까?	코로나(전)	3.79	.41	10.938* **(.000)
	코로나(후)	3.03	.57	
19. 코로나 이전 환경 변화에 잘 적응하고 있었습니까?	코로나(전)	4.00	.00	9.302*** (.000)
	코로나(후)	3.36	.72	
20. 코로나 이전 의욕적인 생활을 하고 있으셨습니까?	코로나(전)	4.00	.00	33.188* **(.000)
	코로나(후)	2.85	.36	
삶의 만족도	코로나(전)	3.68	.23	33.956* **(.000)
	코로나(후)	2.74	.27	

\*  $\alpha$ .05, \*\*  $\alpha$ .01, \*\*\*  $\alpha$ .001

코로나 이전과 후 삶의 만족도 하위영역 차이 검증을 실시한 결과 '의욕 및 기분만족' 코로나 이전 3.79점, 코로나 이후 2.80점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '생활수준 및 건강' 코로나 이전 3.74점, 코로나 이후 2.94점으로 코

로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '관계 및 위치 만족' 코로나 이전 3.74점, 코로나 이후 2.69점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). 전체적으로 삶의 만족도의 경우 코로나 이전 3.68점, 코로나 이후 2.74점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ).

표 5. 코로나 이전과 후 삶의 만족도 하위변인 차이 검증

구분		평균(M)	표준편차(SD)	t(p)
의욕 및 기분만족	코로나(전)	3.79	.20	34.216***(.000)
	코로나(후)	2.80	.28	
생활수준 및 건강	코로나(전)	3.74	.30	20.015***(.000)
	코로나(후)	2.94	.41	
관계 및 위치 만족	코로나(전)	3.74	.33	30.784***(.000)
	코로나(후)	2.69	.28	
삶의만족(전체)	코로나(전)	3.68	.23	33.956***(.000)
	코로나(후)	2.74	.27	

\*  $\alpha$ .05, \*\*  $\alpha$ .01, \*\*\*  $\alpha$ .001

로나 이전과 후 여가활동 정도에 대한 하위항목 차이 검증을 실시한 결과 '여가활동으로 소요하는 시간(평일)' 코로나 이전 2.82점, 코로나 이후 2.20점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '여가활동으로 소요하는 시간(주말)' 코로나 이전 2.68점, 코로나 이후 3.13점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). '소요비용' 코로나 이전 2.46점, 코로나 이후 1.58점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .001$ ). 전체적으로 여가활동 정도의 경우 코로나 이전 2.64점, 코로나 이후 2.30점으로 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다( $p < .01$ ).



표 6. 코로나 이전과 후 여가활동 정도 차이 검증

구분		평균(M)	표준편차 (SD)	t(p)
소요시간 (평일)	코로나(전)	2.82	.70	3.381***(.001)
	코로나(후)	2.20	1.84	
소요시간 (주말)	코로나(전)	2.68	.54	-3.822***(.000)
	코로나(후)	3.13	1.08	
소요비용	코로나(전)	2.46	1.03	5.235***(.000)
	코로나(후)	1.58	1.39	
여가활동정도 (전체)	코로나(전)	2.64	.55	3.257**(.002)
	코로나(후)	2.30	.89	

5점 척도:1점~5점(점수가 높을수록 여가활동정도가 높음)  
\*  $\alpha$ .05, \*\*  $\alpha$ .01, \*\*\*  $\alpha$ .001

2) 기술통계 및 정규성 분석 결과분석

여가활동 정도와 삶의 만족도 차이 검증에 대한 일변량 정규성과 다변량 정규성 모두 검토하였으며 정규성 항목 중 왜도와 첨도를 통해 파악하였다. 왜도는 자료의 대칭성정도를 나타낸 것으로 평균에 대한 대칭적 정규분포와는 달리 양의 왜도는 자료가 평균 좌측에 몰려 있고, 음의 왜도는 평균의 우측에 몰려있어 평균에 대한 비대칭적 분포를 이룬다[47]. 첨도는 정규분포곡선의 분포 중간이나 꼬리에 있는 점수 비율의 상대정도를 의미한다. 음의 왜도는 꼬리에 너무 많은 사례가 몰려 있거나 중간에 적은 사례가 있는 경우를 말하며, 반대로 양의 첨도는 자료가 평균 부근에 많이 몰려 있는 것을 말한다[48]. 왜도는 절대값 2이상, 첨도는 절대값 7 이상일 경우 자료 정규성에 문제가 있는 것으로 판단한다. 이 연구의 응답자료 정규성 검토결과 일변량 정규성 가정에는 왜도의 경우에 -1.631~-1.674, 첨도의 경우에 .919~3.829으로 문제가 없는 것으로 나타났다. 따라서 회귀분석을 실시하여도 문제가 없는 데이터인 것을 알 수 있다.

표 7. 관련변인 기술통계 및 정규성 분석 결과분석

	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
여가활동	2.6386	.54967	-.674	.919
의욕 및 기본만족	3.7888	.19805	-1.615	1.092

생활수준 및 건강	3.7383	.29559	-1.527	3.829
관계 및 위치만족	3.7402	.32838	-1.631	2.143
삶의만족도(전체)	3.6771	.23077	-1.112	2.271

3) 상관관계 분석 및 회귀분석

코로나 이전과 코로나 이후의 여가활동과 삶의 만족도 상관관계 분석을 실시한 결과 코로나 이전의 경우에는 여가활동 정도와 삶의 만족도가 유의한 상관관계를 보이지 않았다.

반면, 코로나 이후의 경우 여가활동 정도와 삶의 만족도  $r=.218$ 로 유의한 정적인 상관관계를 보였다( $p<.05$ ). 하위영역 의욕 및 기본만족  $r=.914$ 로 유의한 정적인 상관관계를 보였다( $p<.01$ ). 생활 수준 및 건강  $r=.857$ 로 유의한 정적인 상관관계를 보였다( $p<.01$ ). 관계 및 위치 만족  $r=.783$ 로 유의한 정적인 상관관계를 보였다( $p<.01$ ). 이러한 관계는 코로나 이전의 경우에는 여가활동 정도와 삶의 만족도간 관계가 없었으나, 코로나 이후의 경우에는 여가활동 정도와 삶의 만족도간 관계가 정적으로 유의하였음을 알 수 있다. 이러한 관계를 세부적으로 살펴보고, 영향정도를 파악하기 위하여 회귀분석을 실시하였다.

표 8. 코로나 이전과 코로나 이후의 여가활동과 삶의 만족도 상관관계 분석

구분	여가활동 정도	의욕및기본만족	생활수준및건강	관계및위치만족	삶의만족도_전
코로나전	여가활동 정도	1			
	의욕및기본만족	.036	1		
	생활수준및건강	.185	.740**	1	
	관계및위치만족	.158	.691**	.791**	1
	삶의만족도_전	.175	.828**	.939**	.922**
코로나후	여가활동후	1			
	의욕및기본만족후	.138	1		
	생활수준및건강후	.237*	.732**	1	
	관계및위치만족후	.213*	.573**	.563**	1
	삶의만족도_후	.218*	.914**	.857**	.783**

$\alpha$ .05, \*\*  $\alpha$ .01, \*\*\*  $\alpha$ .001

코로나 이전 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 통제변인으로 연령, 동거여부, 학력, 가족 수를 통제한 후 독립변인에 영향력을 살펴보았다. 설명력은 15%로 나타났다. 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향의 경우  $\beta=.170$ 로 유의한 영향을 미치지 않는 것을 알 수 있다( $p>.05$ ). 하위영역 의욕 및 기분 만족, 생활 수준 및 건강의 경우에도 유의한 영향을 미치지 않았으나, 관계 및 위치 만족도의 경우에는 유의한 정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다( $p<.05$ ).

표 9. 코로나 이전 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향

	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
삶의 만족도	(Constant)	3.059	.439		6.965	.000
	연세	.002	.005	.038	.351	.727
	배우자와 생활 여부	.065	.023	.271	2.844	.005
	학력	-.008	.014	-.063	-.594	.554
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.084	.031	.272	2.701	.008
	<b>여가활동</b>	<b>.071</b>	<b>.040</b>	<b>.170</b>	<b>1.773</b>	<b>.079</b>
R제곱(수정)=.159(.118), F=3.824(.003)						
의욕 및 기분 만족	(Constant)	3.127	.385		8.118	.000
	연세	.004	.004	.113	1.026	.307
	배우자와 생활 여부	.055	.020	.267	2.744	.007
	학력	.005	.012	.047	.437	.663
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.076	.027	.286	2.780**	.006
	<b>여가활동</b>	<b>.005</b>	<b>.035</b>	<b>.014</b>	<b>.143</b>	<b>.887</b>
R제곱(수정)=.122(.078), F=2.799(.21)						

생활 수준 및 건강	(Constant)	3.412	.566		6.028	.000
	연세	-.003	.006	-.055	-.505	.615
	배우자와 생활 여부	.057	.030	.187	1.946	.054
	학력	.003	.018	.017	.164	.870
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.116	.040	.294	2.905**	.005
<b>여가활동</b>	<b>.073</b>	<b>.052</b>	<b>.137</b>	<b>1.420</b>	<b>.159</b>	
R제곱(수정)=.149(.107), F=3.531(.006)						
관계 및 위치 만족	(Constant)	2.479	.620		3.999	.000
	연세	.007	.007	.101	.946	.347
	배우자와 생활 여부	.124	.032	.362	3.828***	.000
	학력	-.003	.020	-.018	-.173	.863
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.070	.044	.160	1.599	.113
<b>여가활동</b>	<b>.115</b>	<b>.057</b>	<b>.193</b>	<b>2.035*</b>	<b>.044</b>	
R제곱(수정)=.173(.132), F=4.224(.002)						

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

코로나 이후 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 통제변인으로 연령, 동거여부, 학력, 가족 수를 통제한 후 독립변인에 영향력을 살펴보았다. 설명력은 17%로 나타났다. 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향의 경우  $\beta=.309$ 로 유의한 정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다( $p<.01$ ). 하위영역 의욕 및 기분 만족의 경우에  $\beta=.213$ 로 유의한 영향을 미치는 것을 알 수 있다( $p<.05$ ). 생활수준 및 건강  $\beta=.337$ 로 유의한 정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다( $p<.001$ ), 관계 및 위치 만족도의 경우  $\beta=.213$ 로 유의한 정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다( $p<.05$ ). 이러한 결과는 코로나 이후에는 여가활동 정도가 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

표 10. 코로나 이후 여가활동 정도가 삶의 만족도에 미치는 영향

	Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
삶의 만족도	(Constant)	2.513	.507		4.958	.000
	연세	-.005	.006	-.086	-.800	.426
	배우자와 생활 여부	.038	.027	.137	1.450	.150
	학력	.039	.017	.251	2.285*	.024
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.057	.035	.158	1.609	.111
	여가활동	.093	.030	.309	3.146**	.002
R제곱(수정)=.179(.128), F=4.110*(.002)						
의욕 및 기분 만족	(Constant)	2.278	.535		4.259	.000
	연세	.000	.006	-.001	-.007	.995
	배우자와 생활 여부	.030	.028	.104	1.077	.284
	학력	.038	.018	.237	2.099*	.038
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.080	.037	.217	2.155*	.034
	여가활동	.066	.031	.213	2.114*	.037
R제곱(수정)=.125(.081), F=2.881(.018)						
생활 수준 및 건강	(Constant)	3.180	.759		4.191	.000
	연세	-.013	.008	-.165	-1.545	.126
	배우자와 생활 여부	.037	.040	.087	.930	.355
	학력	.052	.025	.222	2.042*	.044
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.063	.053	.117	1.201	.233
	여가활동	.153	.044	.337	3.464***	.001
R제곱(수정)=.183(.142), F=4.521*(.001)						
관계 및 위치 만족	(Constant)	2.310	.551		4.195	.000
	연세	.000	.006	.003	.025	.980
	배우자와 생활 여부	.025	.029	.088	.879	.382
	학력	.024	.018	.153	1.313	.192
	현재 함께 살고 있는 가족 수	.013	.038	.034	.331	.741
	여가활동	.080	.032	.257	2.477*	.015
R제곱(수정)=.148(.139), F=4.991*(.021)						

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

### V. 결론 및 논의

본 연구는 위드 코로나 시대 노인의 삶의 만족도와 여가생활 현황을 알아보고 위드 코로나 시대에 맞는 노인의 삶의 만족에 대한 방안을 제시하는데 의의를 갖는다. 이를 위해 경기도 노인복지관 노인 107명을 대상으로 삶이 만족도, 여가생활을 알아보았으며, 본 연구의 주요 결과들을 요약해 보면 다음과 같다.

첫째, 코로나 이전과 이후 삶의 만족도와 여가활동정도를 알아본 결과 '코로나 이전 귀하의 외모에 대해서 만족' '코로나 이전 활기상태(기운, 기력, 힘)에 만족'은 '코로나 이전 활동상태(걷기, 계단오르기, 버스타기)만족', '코로나 이전 배노와 배변 상태 만족' '코로나 이전 형제나 친척과의 관계에 대해 만족' 등 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다. 하위영역에서는 '의욕 및 기분 만족' '생활 수준 및 건강' '관계 및 위치 만족' 등 전체적으로 삶의 만족도가 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮아졌음을 알 수 있다. 코로나 이전과 후 여가활동 정도에 대한 하위항목 차이 검증에서는 '여가활동으로 소요하는 시간(평일)' '여가활동으로 소요하는 시간(주말)', '소요비용' 등 전체적으로 여가활동 정도의 경우 코로나 이전보다 이후에 상대적으로 낮게 나타났다. 따라서 위드 코로나 시대 코로나 전보다 건강상태가 좋지 않고 관계와 여가활동 만족이 낮은 것으로, Stephan et al., (2011)은 건강상태가 좋을수록 삶의 만족도가 높다는 연구결과를 토대로[4] 본 연구에서 코로나로 인해 건강이 좋지 않는 것은 노인들은 삶의 만족이 낮은 것으로 시사되어 진다. 건강상태가 높을수록 삶의 만족도가 높다는 것으로 종단연구를 비롯하여 노인들은 자녀와의 관계, 자녀 도움 등 모두 중요한 의미가 있고 이에 대한 관계에 초점을 맞출 필요가 있다고 하였다[50].

둘째, 코로나 이전과 코로나 이후의 여가활동과 삶의 만족도 상관관계에서는 코로나 이전의 경우에는 여가활동 정도와 삶의 만족도가 유의한 상관관계를 보이지 않았으나 코로나 이후의 경우 여가활동 정도와 삶의 만족도가 유의한 정적인 상관관계를 보였다. 이는 코로나 이후 노인이 여가활동이 어려워짐에 따라 여가활동의 중요성을 인식하고 있으며, 여가활동이 삶의 만족도와

연관이 있는 것으로 분석될 수 있다. 이는 여가활동에 많이 참여할수록 노인의 삶의 질이 높아지고, 퇴직으로 인해 역할상실에 직면하는 노년기에 다른 활동의 참여가 필요하다[51]는 연구와도 일치하며, 활용의 참여가 낮으면 삶의 만족도도 낮다는 조주연 외(2000) 연구결과와도 일치한다[52].

하위영역에서는 의욕 및 기분 만족, 생활수준 및 건강, 관계 및 위치 만족이 유의한 정적인 상관관계를 보였다. 이는 포스트 코로나 시대 생활 수준, 건강, 관계, 위치가 만족스럽지 못한 것으로 분석될 수 있다. 이는 노년기에는 건강상태의 악화, 수입의 감소 및 사회적 역할상실로 인하여 노인들은 자존심이 저하되고 소외감을 느끼게 되는 등 인생의 어떠한 단계보다 삶의 질이 저하되는 시기[53]에 코로나까지 겹치면서 삶의 만족은 코로나 전보다 더 낮을 수 밖에 없을 것이다. 노인의 삶의 만족을 높이기 위해 노인복지관, 경로당 등의 프로그램 기획에 있어, 어르신들이 프로그램을 주도적으로 기획하고, 어르신들의 적극적인 참여를 통해 자아실현의 기회로 이어질 수 있도록 해야 할 것이다. 또한 삶의 만족도, 삶의 기대감 등 질적인 요인에 관심을 갖는 것도 필요하다. 일선에서는 이를 위해 건강수명을 중요시하고 있으나, 그것보다 더욱 중요한 것이 삶의 만족도를 포함한 삶의 질과 관련된 것임을 놓치 말아야 한다고 주장하고 있다[54]. 노인의 삶의 만족도를 향상시키기 위해 소득보장을 위한 정책적 노력, 건강, 여가활동, 인간관계 등 다양한 욕구의 기반하여[50] 개입할 필요가 있다.

코로나 이전과 달리 포스트 코로나 시대 여가활동 정도와 삶의 만족도간 관계가 정적으로 유의한 것으로 지역사회 노인복지관, 노인대학, 노인정 등 각종 여가모임, 문활동 및 스포츠 활동에 참여할 수 있도록 지역사회에서 위드 코로나 시대에 맞는 노인을 위한 환경을 개선하고 관리할 수 있는 방안 모색할 필요가 있다.

둘째, 코로나 19로 세계적 위기의 상황에서, 가장 많은 사망자는 노인이다. 대다수 노인은 만성질환을 앓고 있기 때문에, 코로나19 치명률이 다른 연령대에 비하여 압도적으로 높다. 특히, 전 세계 80세 이상 노인의 치명률은 모든 연령 사망자 평균의 다섯 배에 달하여, 많은 노인들은 건강에 우려하고 있다. 앞으로 위드 코로나

시대에는 노인건강관리를 위한 체계적인 시스템이 갖출 필요가 있다.

셋째, 본 연구결과와 같이 노인들에게 있어 경제적인 측면은 매우 중요하고 삶의 만족도와도 연결이 되어 있다. 가구소득 수준이 낮으면 삶의 만족도가 낮아지는 것으로 소득과 삶의 만족도는 서로 연관성이 있는 것으로 나타났다. 노년기의 다양한 활동 중에서 소득과 관련된 활동은 안정적인 노후의 경제생활을 보장하고, 노인으로서 하여금 사회적 역할을 제고시킬 뿐만 아니라, 궁극적으로 삶의 만족도를 향상시킬 수 있는 토대가 될 수 있다[54]. 경제상태가 좋을수록 노인의 삶의 만족도 높은 것으로 확인되었다[55].

위드 코로나 시대 집단감염에 대한 우려로 노인복지시설들의 잦은 휴관으로 노인 돌봄을 집에서 해결해야 하는 경우도 있으며 이로 인해 가족들의 부양 및 경제적 부담도 증가하고 있다. 따라서 노인들의 경제적인 어려움을 해결을 위해 최소한의 생활보장이 보장되도록 노후소득보장제도 및 지원이 요구되어지며, 이에 대한 심층적인 연구가 필요하다.

넷째, 위드 코로나 시대 집단감염에 대한 우려로 노인복지시설들의 잦은 휴관과 사회적 거리두기, 디지털 기술사용이 증가하면서 기기 사용이 미숙한 노인들은 집 밖을 나가 사람들과의 관계 맺는 활동을 하지 못하고 있다. 코로나로 인해 사회적 거리 및 관계위축으로 외로움을 느끼는 노인이 증가하고 있으며, 특히 디지털 정보화와 스마트화가 가속화 되어가면서 노년층은 오히려 디지털 소외계층이 되어가고 있다[56]. 우리나라는 어느 나라보다 고령층의 디지털 정보 격차의 문제가 커질 수밖에 없는 상황이며, 코로나19 팬데믹 상황으로 인해 그 심각성이 부각 되었다.

이에 관계 개선 및 위치 만족을 위한 노인들의 말벗과 상담 관련 프로그램이 활성화 되어야 하며, 복지관에서는 스마트폰, 키오스크 사용 방법 등의 교육이 점차 증가하고 있으나 지역사회 차원의 방안으로 디지털 교육이 좀 더 강화될 필요가 있다. 노인들이 사회에 적응할 수 있도록 보다 체계적이고 집중적으로 관리프로그램 제공과 고령층의 디지털 격차를 줄일 수 있는 다각적인 정책에 관심을 가질 필요가 있다. 백운주(2021) 연구자는 고령자의 디지털 활용 필요성의 인식개선과

고령자 디지털 역량향상 및 접근성, 활용성을 고려한 교육이 필요하다고 제시하고 있다[57].

본 연구 결과들을 바탕으로 위드 코로나 시대 노인들의 삶의 만족도, 여가생활 증진 방안에 대해 제언과 합의들은 다음과 같다. 첫째 본 연구는 경기도 노인복지관을 이용하고 있는 노인을 대상으로 설문조사를 실시하였으므로, 연구결과를 일반화시키는데 한계가 있다. 또한 연구 참여자가 건강상의 이유로 답변을 분명하게 하지 못한 경우도 있어 다소 객관적이지 않을 가능성을 완전 배제 할 수 없다. 이러한 설문 시 오랜 시간이 걸렸으므로 제3자의 관찰 보고 등 다차원적인 평가가 이루어질 필요가 있다. 셋째, 구체적인 대안방안과 다양한 사례연구가 필요함을 제언한다.

### 참 고 문 헌

- [1] 이상진, *코로나19 상황에서 취약계층 노인의 심리·정서지원을 위한 노래활동 조사 : 노인맞춤돌봄서비스 대상 중심으로*, 가천대학교, 석사학위논문, 2022.
- [2] W. Gwozdz and A Sousa-Poza, "Ageing, health and life satisfaction of the oldest old: An analysis for Germany," *Social Indicators Research*, Vol.97, No.3, pp.397-417, 2010.
- [3] 통계청, 2021 고령자 통계, 2022.
- [4] 고영채, *유배우 노인의 삶의 만족도에 대한 다층분석 : 개인 요인과 지역 요인을 중심으로*, 숙명여자대학교, 석사학위논문, 2021
- [5] OECD, "Society at a Glance," OECD Publis, 2016.
- [6] 김미령, "노인의 성공적 노화 요소의 삶의 만족도 영향 연구: 성인자녀와의 관계를 중심으로," *한국가족복지학*, 제57권, pp.159-182, 2017.
- [7] 탁기주, *노인의 여가활동이 생활만족도에 미치는 영향*, 서울시립대학교, 석사학위논문, 2010.
- [8] 김미희, *2022 의미치료 기반으로 한 노인미술치료 사례연구—삶의 만족도와 자아통합감 중심으로*, 한서대학교, 석사학위논문, 2022.
- [9] 여소담, *은퇴한 노인의 여가제약과 여가동기가 여활동 참여에 미치는 영향*, 성균관대학교, 석사학위논문, 2022.
- [10] J. Dumazedier, "Current Problems of the Sociology of Leisure," *International Social Science Journal*, Vol.12(winter), p.526, 1960.
- [11] 김옥태, 정용승, "청주시 노인의 여가활동 유형과 여가만족의 관계," *西原大學校湖西文化研究所*, Vol.16, pp.79-92, 2002.
- [12] 김재원, 김정석, "기초연금 수급이 노인의 우울에 미치는 영향: 2014년 기초연금 개편의 효과 분석," *한국사회보장학회 정기학술대회*, Vol.2016, No.1, pp.243-244, 2016.
- [13] R. J. Havighurst, "The learning process," *American Journal of Public Health and the Nations Health*, Vol.51, No.11, pp.1694-1698, 1961.
- [14] 최인근, *노인의 여가 활동 유형에 따른 생활만족에 관한 연구*, 국제신학대학교, 박사학위논문, 2007.
- [15] S. E. so-Ahola, "The social psychology of leisure and recreation," Iowa, ; william. C. Brown Company publishers, p.164, 1980.
- [16] 정종현, *노인의 성격특성과 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향*, 호서대학교 박사학위논문, 2012.
- [17] S. E. Iso-Ahola, Jackson ,E. Dunn, "Starting, ceasing, and replacing leisure activities over the life-span," *Journal of Leisure Research*, Vol.26, No.3, pp.227-249, 1994.
- [18] 김상욱, *노인의 여가생활만족도 영향요인에 관한 연구*, 청주대학교, 박사학위논문, 2010.
- [19] 박미석, "노년기 여가 만족이 삶의 질에 미치는 영향," *대한가정학회지*, Vol.40, No.5, pp.133-146, 2002.
- [20] 허준수, "지역사회거주 노인들의 생활만족도에 관한 연구," *노인복지연구*, Vol.24, pp.127-151, 2004.
- [21] 김준, *노인 여가력이 여가생활만족도에 미치는 영향 : 노인근로 유무의 조절효과를 중심으로*, 김릉원주대학교, 박사학위논문, 2018.
- [22] 김성숙, *농촌지역 노인 미술치료를 통한 자아존중감 형성에 대한 연구*, 호남대학교, 석사학위논문, 2008.
- [23] 민경선, "노인의 여가생활 특과 여가자원이 여가생활 만족도 및 행복감에 미치는 영향: 가구형태에 따른 차이 분석을 중심으로," *한국여가레크리에이션학회지*, Vol.44, No.3, pp.45-57, 2020.
- [24] 이순복, 곽종형, "노인복지회관 프로그램 참여가 여가생활과 삶의 질에 미치는 영향," *한국사회복지경영*

- 연구, 제9권, 제1호, pp.166-188, 2022.
- [25] 허준수, “노인들의 사회참여활동 유형별 결정요인에 관한 연구,” 노인복지연구, Vol.64, pp.235-263, 2014.
- [26] 박순미, “노인의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향,” 노인복지연구, Vol.53, pp.305-322, 2011.
- [27] R. J. Havighurst, B. L. Neugarten, and S. S. Tobin, “Middle age and aging,” Chicago: The, 1968.
- [28] A.Kalish, “Late Adulthood: Perspectives on Human Development, Brooks Cole Publishing, Monterey, Calif, 1975.
- [29] A. P. Campbell and E. Converse, *Rodgers. The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations, and Satisfaction*, New York: Russell Sage Foundation, 1981.
- [30] 최성재, “노인의 생활만족도 척도개발에 관한연구,” 한국문화연구원 논집, 제49집, 이화여대 한국문화연구원, 1986.
- [31] 권중돈, 조주연, “노년기 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인,” 한국노년학, 제20권, 제3호, pp.61-76, 2000
- [32] 이정희, *노인의 삶의 만족 영향요인*, 경희대학교, 석사학위논문, 2008.
- [33] 김성원, 이은진, 정순돌, “다층모형을 활용한 노인의 삶의 만족도 분석,” 한국노년학, 제36권, 제3호, pp.581-594, 2016.
- [34] 한형수, “노인의 삶의 질의 객관적 지표와 주관적 만족도에 관한 연구,” 한국노인복지학회, No.39, 2008.
- [35] 박선숙, “노인의 삶의 만족도 결정요인에 관한 연구,” 사회과학연구, 제29권, 제3호, pp.39-57, 2018.
- [36] J. W. Rowe and R. L. Kahn, “Successful aging,” *The Gerontologist*, Vol.37, pp.433-440, 1997.
- [37] 박순미, “노인의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향:사회참여와 경제활동의 매개효과와 조절 효과를 중심으로,” 노인복지연구, 제53권, pp.305-332, 2011.
- [38] 차용은, “韓國老人福祉를 위한 社會的 서비스에 관한 연구,” 全州大學校 pp.51-87, 1989.
- [39] 홍순혜, *활동이론에 따른 한국노인의 생활만족도에 관한 실증연구*, 서울대학교, 석사학위논문, 1984.
- [40] 허준수, 조승호, “노인들의 삶의 만족도에 대한 인과 모형 연구,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.17, No.1, pp.673-691, 2017.
- [41] 정순돌, 이선희, “노인 삶의 만족도 변화:전국노인생활실태 및 복지욕구조사-3개년도(1994, 2000, 2008)결과비교,” 한국노년학, 제31권, 제4호, pp.1229-1246, 2011.
- [42] 임정기, “농촌노인과 도시노인의 사회적 지지와 삶의 만족도 변화 궤적에 관한 연구,” 한국사회복지조사연구, 제38권, pp.217-240, 2013.
- [43] 허원구, *노인의 사회활동참여가 우울 및 삶의 만족도 궤적에 관한 중단연구*, 한세대학교, 박사학위논문, 2016.
- [44] 김문숙, *노인 여가생활과 삶의 만족도 : 제천시 노인을 중심으로*, 숙명여자대학교, 석사학위논문, 2015.
- [45] 양성수, *여가활동 유형에 따른 노년기의 삶의 만족도 조사 연구*, 한국교원대학교, 석사학위논문, 2019.
- [46] 박성현, *한글SPSS, spss아카데미*, 2001.
- [47] 김대업, *구조방정식 모형분석*, 학현사, 2008.
- [48] 배병렬, *AMOS 19 구조방정식 모델링: 원리와 실제*, 청람, 2011.
- [49] Y. Stephan, J. Caudroit, and A. Chalabaev, “Subjective health and memory self-efficacy as mediators in the relation between subjective age and life satisfaction among older adults,” *Aging & Mental Health*, Vol.15, pp.428-437, 2011.
- [50] 최해경, 김정은, “지역사회 노인의 삶의 만족도와 영향 요인의 성별 차이,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.18, No.6, pp.467-480, 2018.
- [51] 최성재, 장인협, *고령사회의 노인복지학*, 서울대학교 출판문화원, 2010.
- [52] 조주연, 권중돈, “노년기의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인,” 한국노년학회, 제20권, 제3호, pp.61-76, 2000.
- [53] 김태연, 김동배, 김애순, 김미혜, 이영진, “노년기 삶의 질 향상에 관한 연구,” 한국노년학회, 제18권, 제1호, pp.150-169, 1998.
- [54] 김진훈, “노인가구 노인의 삶의 만족도 변화에 미치는 영향 요인-잠재성장모형을 이용한 중단연구,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.19, No.1, pp.339-349, 2019.
- [55] 구철희, “서울시 노인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인,” *현대사회와 행정*, 제25권, 제2호, pp.281-300, 2015.

[56] 임정훈, 이혁준, 이지훈, “장, 노년층의 디지털 정보 격차 영향요인: 베이비붐 세대와 노인세대의 비교를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, Vol.20, No.9, pp.475-485, 2022.

[57] 백윤주, 언택트 시대에 적합한 디지털 노인교육체제에 관한 연구, 한국교통대학교, 석사학위논문, 2021.

### 저 자 소 개

이 경 아(Kyung A Lee)

정회원



- 1991년 2월 : 서울여자대학교 사회복지학과(문학사)
- 1996년 2월 : 숭실대학교 사회복지학과(문학석사)
- 2005년 2월 : 숭실대학교 사회복지학과(박사)
- 1997년 3월 ~ 현재 : 수원여자대학교 사회복지과 교수

교 사회복지과 교수

〈관심분야〉 : 정신건강사회복지실천, 임상수퍼비전, 강점기 반사례관리, 임파워먼트

손 희 원(Hee Won Son)

정회원



- 2007년 2월 : 서울여자대학교 아동심리(문학박사)
- 2013년 8월 : 숭실대학교 사회복지학과(박사수료)
- 2008년 3월 ~ 현재 : 수원여자대학교 사회복지과 조교수

〈관심분야〉 : 아동복지, 청소년복지, 사회복지실천, 임상사회복지