

재가노인의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도간의 관계

김 봉 임*

I. 서 론

1. 연구의 필요성

노년기는 신체적으로나 사회적으로 모든 활동이 쇠퇴하는 시기로서, 일반적으로 노인들은 신체적·정신적 건강약화의 문제와 은퇴 후 사회적 역할상실, 빈곤문제와 소외문제들을 가지고 있다. 이러한 결과는 젊음에 가치를 두고 있는 우리사회에서 사회적 지위와 관련된 외적 자아존중감과 자신의 영향력에 대한 평가인 내적 자아존중감을 손상하여 저하를 야기시킨다(Reitz, Mutran & Fernandez, 1996; Taft, 1985).

우리나라 대부분의 노인들은 은퇴 후 특별한 사회적 역할과 지위를 가지고 활동을 하지 못하고 가정을 위주로 노년기를 보내고 있는 실정이다. 이로써 타인으로부터 수용 및 관심과 애정의 감소를 경험할 뿐만 아니라, 사회와의 상호작용이 감소되고 자신에 대한 부정적인 자아상을 가지게 되어 자아존중감이 저하되는 정신사회적 건강문제를 안고있다. 자존감의 저하는 자신을 낮게 평가하고 무가치한 존재로 생각하여 삶에 대한 의욕을 잃게 하며, 우울, 스트레스, 죽음에 대한 불안이 증가되고 삶의 질의 저하되며, 환경 및 주변 상황을 조절하는 신념이 감소되어 노인들은 질병에 걸리기 쉽게 된다(Murrel, Meeks & Walker, 1991; Ha, 2001; Yim, 2001). 따라서 노인들의 자아존중감은 정신적·신체적 건강의 중요한 요인으로써 노년기 삶에 영향을

미칠 수 있기 때문에 재가노인의 건강관리를 위하여는 노인의 자존감을 이해하고 높이는 중재가 요구된다.

노인의 건강한 삶은 일상적인 활동을 독립적으로 수행할 수 있는 능력을 의미한다. 그러나 노년기에는 신체적 기능의 감퇴로 독립성의 저하가 초래되는데, 우리나라 노인들의 일상생활동작 수행능력의 제한은 11.8%이며 수단적 일상생활수행능력의 제한이 30.8%로 나타나(Korea Industry Development Institution, 2004) 상당히 많은 노인들이 독립적인 일상생활활동이 제한을 받고있음을 반영하고있다. 최근 가족구조의 변화에 의해 지지체계가 부족한 재가노인은 스스로 건강유지, 질병극복이나 대처 등의 자기관리능력이 필요하게 되었으나, 도시 노인들은 건강양상이 저조한 반면에 자가간호수준은 나이가 들수록 현저히 저하되어있다고 하여(Kang, Seo & Kim, 2004) 노인들의 건강관리 문제가 지적되었다. 독립적인 생활양식 유지 및 건강을 유지·증진시키고 질병예방을 위한 중요한 건강관련행위인 자가간호는 건강증진을 위한 방안으로 가족의 지지체계가 부족한 재가노인들의 간호에 중요한 요인이 되므로 자가간호의 강화는 필수적이다. 노인의 안녕을 나타내는 지표로서의 생활만족도는 한 개인이 노화되어 간다는 현실에 적응함으로써 얻을 수 있는 하나의 상태이면서, 노인건강과 밀접한 관계가 있음이 보고되어(Choi & Paek, 2002; Hwang, 2002) 성공적인 노화의 개념과 직결된다. 따라서 노년기의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도의 개념을 고려해 볼 때, 노인의 자아존중감은 정신사회적 건

* 진주보건대학 간호과(교신저자 E-mail: bokimm@hanmail.net)

강과 질적인 삶을 유지시켜주는 기반이 되고, 자가간호와 생활만족도는 삶의 안녕의 지표가 되므로 성공적이고 만족스런 노년기를 보내기 위하여 재가노인들의 자아존중감을 포함한 자가간호 수행과 생활만족도는 정신사회적·신체적인 차원의 요구를 위한 간호중재에 있어 중요한 개념들이 된다.

노인들의 자아존중감, 자가간호, 생활만족도에 관련된 선행연구를 살펴보면, 노인들의 자아존중감, 생활만족도, 건강상태간의 관계(Kim & Hwang, 1998), 재가노인의 건강증진행위, 생활만족도 및 자아존중감과와의 관계(Choi & Paek, 2002), 도시노인의 사회적지지, 자아존중감, 생활만족도에 관한 상관연구(Song & Kim, 2002), 노인의 동거형태에 따른 자아존중감, 건강상태, 생활만족도에 관한 연구(Hwang, 2002), 농촌노인과 도시노인의 자아존중감, 건강상태와 자가간호에 관한 비교연구(Kim, 2004) 등으로 다수 이루어졌으나 자아존중감, 자가간호, 생활만족도에 관한 통합적인 연구는 이루어지지 않았다. 노인들을 위한 간호는 단순히 삶의 연장에 있는 것이 아니라 질병예방과 건강증진의 강화를 필요로 하고있어 자아존중감과 생활만족도를 포함한 정신사회적 요구와 자가간호 등의 신체적 요구가 노인간호에 반영되어야함에도 불구하고 대부분의 노인을 위한 프로그램은 신체적인면에 편중되어 제공되는 경향이 있다고 사료된다. 그러므로 본 연구에서는 재가노인들의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도의 정도를 알아보고 그 상관관계를 규명함으로써 지역사회에 거주하는 노인의 생활만족도를 증진시킬 수 있는 효율적인 노인간호중재를 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 문제

- 대상자의 자아존중감, 자가간호, 생활만족도는 어느 정도인가?
- 대상자의 일반적 특성에 따른 자아존중감, 자가간호와 생활만족도의 차이는 있는가?
- 자아존중감이 높은 대상자와 낮은 대상자의 자가간호와 생활만족도의 차이는 있는가?
- 대상자의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도는 어떠한 상관관계가 있는가?
- 생활만족도에 영향을 미치는 예측인자는 무엇인가?

II. 연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 재가노인들의 자아존중감, 자가간호, 생활만족도의 정도를 파악하고 이들 변수간의 개념을 알아보기 위한 서술적 상관관계연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구는 J시에 거주하고 있는 65세 이상의 재가노인으로 경제활동과 봉사활동 등 사회활동을 하지 않은 노인들을 연구대상으로 하였으며, 가정방문과 경로당방문을 통하여 연구목적을 설명한 후 참여를 동의하고 질문에 끝까지 응답한 노인 총 106명이었다.

자료수집은 2005년 4월부터 6월까지 실시하였으며, 본 연구자와 사전 지도를 받은 연구보조원이 대상자들에게 개별적으로 질문지를 직접 작성하게 하거나 질문지를 읽어주고 응답을 구하여 작성하는 방법으로 이루어졌다. 1인당 작성시간은 약 30-40분이 소요되었다.

3. 연구도구

1) 자아존중감 측정도구

Rosenberg(1965)의 자아존중감 측정도구를 Jeon(1974)이 번역한 도구를 사용하였으며, 전체 10문항 중에서 긍정적인 5문항과 부정적인 5문항으로 구성되어있다. 각 문항에 대하여 4점 Likert척도로 측정하게 되어 있어 최소 10점에서 최고 40점까지이며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 이 도구의 개발 당시의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .92$ 이었고, Jeon(1974)이 노인을 대상으로 측정하였을 때는 Cronbach's α 가 .62로 나타났으며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .72$ 였다.

2) 자가간호

자가간호수행 측정도구는 Walker 등이 개발한 건강증진 생활양식도구를 Hwang(2000)이 노인의 자가간호수행정도 측정에 맞게 번안·수정한 것을 사용하였다. Hwang은 자가간호를 자기의 생명, 통합된 기능 및 안녕을 위한 자신의 기능을 조절하기 위해 자신이나 환경에 대해 수행하는 활동으로 정의하고, 자가간호행위로 건강에 대한 책임감, 운동, 영양, 대인간지지, 스트레스 관리를 포함한 개인이 건강증진을 위하여 수행하는 행위

로 규정하여 건강증진행위의 개념을 바탕으로 하였다. 도구에서의 자아간호로는 자아실현, 건강에 대한 책임감, 운동, 영양, 대인간 지지, 스트레스 관리가 포함되어있는 48개 문항으로 Likert 4점 척도로 측정하게 되어있다. Hwang(2000)이 개발 당시의 신뢰도는 Cronbach's α 값 .96이었고, 본 연구에서는 Cronbach's α = .91로 나타났다.

3) 생활만족도 측정도구

노인의 생활만족도를 측정하기 위한 도구는 Choi (1986)가 노인을 대상으로 구성한 생활만족도 척도를 이용하였다. 문항은 과거차원 내용, 현재차원 내용, 미래차원 내용의 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 5점 척도로 측정하였다. 도구의 신뢰도는 개발 당시 Cronbach's α = .87이었으며, 본 연구에서 Cronbach's α 값은 .75 이었다.

5. 자료분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS-Win 10.0을 이용하여 분석하였다. 대상자들의 일반적 특성에 따른 집단간 평균을 비교하기 위해 두 집단간에는 독립표본 t 검정을 실시하였고, 세 집단 이상의 평균을 비교하기 위해 ANOVA를 실시하였다. 사후검정으로는 최소유의차 (Least Significant Difference)검정을 하였으며, 변수간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 상관분석 (correlation analysis)을 실시하였고 일반적 특성에 대한 영향력을 분석하기 위하여 단계별회귀분석(stepwise regression analysis)을 하였다.

III. 연구 결과

1. 노인의 자아존중감, 자아간호, 생활만족도 정도

노인의 자아존중감, 자아간호, 생활만족도의 정도를 측정할 결과 <Table 1>과 같다. 노인의 자아존중감 수

<Table 1> Descriptive statistics for variables

(n=106)

Variables	(Rating Scale)	Mean	SD	Min	Max
Self-esteem	(4 point)	2.91	.48	13	38
Self-care	(4 point)	2.78	.49	48	130
Life-satisfaction	(5 point)	3.18	.71	20	96

준은 최소 13점에서 최고 38점의 범위로 평균 2.91점, 자아간호의 범위는 최소 48점에서 최고 130점이었고 평균점수 2.78로 나왔으며 생활만족도의 정도는 최소 20점에서 최고 96점의 범위로 평균 3.18점이었다.

2. 일반적 특성에 따른 자아존중감, 자아간호, 생활만족도의 차이

노인의 일반적 특성에 따른 자아 존중감, 자아간호, 생활만족도의 차이를 살펴보면 <Table 2>와 같다. 노인의 자아존중감 정도는 성별($t=-2.82, p=.008$), 배우자의 유·무($t=-3.35, p=.000$), 동거유형($F=6.61, p=.000$), 건강상태($F=3.56, p=.031$)에서 유의한 차이가 있었으며, 연령, 교육수준, 한달 용돈에서는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 즉 노인들의 자아 존중감은 노인남성, 배우자가 생존해 있는 노인, 노부부가 함께 거주하는 노인들과 지각한 주관적 건강상태가 좋은 노인이 그렇지 않은 대상자에 비하여 높게 나타났다. 노인의 자아간호의 정도는 성별($t=-2.28, p=.007$), 동거유형($F=4.13, p=.009$) 및 주관적 건강상태($F=4.55, p=.005$)에서 유의한 차이를 보였다. 연령, 교육정도, 한달 용돈과 배우자의 유·무에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 노인들의 자아간호는 남자가 여자보다, 배우자가 생존해 있는 경우가 사별보다, 노부부가 함께 동거하는 경우가 자녀와 함께나 혼자 거주하는 경우보다 주관적 건강상태는 보통이상이나 나쁨보다 자아간호가 높게 나타났다. 생활 만족도의 정도는 노인이 지각한 건강상태($F=5.09, p=.001$)에서만 유의한 차이가 있었다. 즉 주관적 건강상태가 좋음이 보통과 좋지 않다고 한 경우보다 생활 만족도가 높게 나타났다. 연령, 성별, 교육수준, 한달 용돈, 배우자의 유·무와 동거유형에서는 유의한 차이가 없었다.

3. 노인의 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 자아간호 및 생활만족도의 비교

전체 대상자의 자아존중감 평균 점수 2.91를 기준으로 평균이상인 집단과 평균미만의 집단으로 나누어 두 집단의 자아간호와 생활만족도의 정도를 비교하였다 <Table 3>. 자아 존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 자아간호를 비교한 결과 두 집단의 자아간호는 유의한 차이를 나타내었다($t=-3.64, p=.000$). 즉 자아 존중감

<Table 2> Self-esteem, self-care and life-satisfaction by general characteristics

(n=106)

Variables		Self-esteem			F or t (p)	Self care		F or t (p)	Life-satis faction		F or t (p)
		N	M	SD		M	SD		M	SD	
Age	65-74	66	2.84	.50	.574 (.593)	2.96	.51	.79 (.509)	3.06	.53	.20 (.653)
	75-84	35	2.86	.39		2.84	.46		3.03	.82	
	more than 85	5	2.80	.37		2.78	.32		2.80	-.	
Sex	female	52	2.72	.37	-2.82 (.008)	2.71	.32	-2.28 (.007)	3.00	.64	-.71 (.477)
	male	54	2.99	.44		3.04	.58		3.10	.81	
Education	none	45	2.70	.46	1.74 (.170)	2.61	.36	1.01 (.32)	3.02	.72	.41 (.76)
	primary school	26	2.74	.36		2.84	.54		3.00	.75	
	middle school	17	2.91	.56		2.96	.49		3.03	.88	
	high school	10	2.93	.50		2.69	.45		3.28	.47	
	more than college	9	2.97	.44		3.12	.50		3.28	1.01	
Monthly pocket money	poor	34	2.87	.49	1.28 (.201)	2.67	.23	.72 (.174)	3.04	.43	.24 (.653)
	moderate	41	2.89	.40		2.91	.50		3.01b	.54	
	good	31	3.00	.36		2.88	.66		3.13a	.52	
Spouse	no	44	2.69	.24	-3.35 (.000)	2.67	.33	-1.62 (.28)	3.30	.71	-.73 (.477)
	yes	62	2.96	.49		3.09	.50		3.11	.74	
Living situation	spouse	52	2.96a	.46	6.61 (.000)	3.07a	.56	4.13 (.009)	3.18	.77	1.66 (.11)
	children	25	2.58b	.46		2.56b	.35		2.98	.53	
	alone	29	2.68ab	.37		2.54b	.42		2.88	.78	
Perceived health condition	poor	50	2.70b	.39	3.56 (.031)	2.56b	.36	4.55 (.005)	2.92b	.66	5.09 (.001)
	moderate	35	2.78b	.50		2.71b	.39		2.98b	.57	
	good	21	3.23a	.46		3.06a	.49		3.49a	.94	

a,b : LSD 검정에 의한 집단 분류

이 높은 집단이 낮은 집단보다 자아간호가 더 높게 나타났다. 두 집단의 생활 만족도를 비교한 결과는 자아 존중감이 높은 집단이 낮은 집단보다 유의하게 높은 생활 만족도를 보였다($t=-5.32, p=.000$).

계를 분석한 결과는 다음과 같다. <Table 4>에서 보는 바와 같이 자아 존중감과 자아간호는 정적 상관을 나타내었으며($r=.464, p=.000$), 자아 존중감과 생활만족도 사이에는 정적 상관을 보였다($r=.506, p=.000$). 또한 생활 만족도와 자아간호에 있어서도 정적 상관이 있음을 알 수 있었다($r=.222, p=.031$).

<Table 3> Comparison of higher group self-esteem and lower group self-esteem (n=106)

Self-esteem	Self-care		t (p)	Life-satisfaction		t (p)
	M	SD		M	SD	
Higher group	3.92	.54	-3.64 (.000)	3.45	.63	-5.32 (.000)
Lower group	2.64	.41		2.77	.63	

<Table 4> Correlation among self-esteem, self-care and life-satisfaction (n=106)

	Self-esteem(p)	Self-care(p)
Self-care	.464(.000)	
Life-satisfaction	.506(.000)	.222(.031)

4. 노인의 자아존중감, 자아간호, 생활만족도간의 관계

노인의 자아존중감, 자아간호와 생활만족도의 상관관

5. 노인의 생활만족도의 예측요인

<Table 5> Influencing factors on the subject's life-satisfaction (n=106)

Variables	β	Partial R^2	R^2	F or t(p)
self-esteem	.490	.240	.240	5.45(.003)
self-care	.297	.153	.393	3.88(.005)
perceived health condition	.289	.084	.477	3.03(.009)

노인의 생활만족도에 영향을 주는 가장 중요한 예측요인은 자아존중감으로 생활만족도를 24.0% 설명할 수 있는 것으로 나타났고, 그 다음이 자가간호와 건강상태가 유의한 변수로 포함되어 노인의 생활만족도를 47.7% 설명할 수 있는 것으로 나타났다(Table 5).

IV. 논 의

노인들의 자아 존중감은 다른 연령층에 비하여 낮은 수준이나, 자아 존중감의 저하는 역할상실과 연관이 있기 때문에, 사회에서 경제활동 등을 하여 사회적 역할이 있는 노인들의 자아 존중감을 중년층 등의 다른 연령층과 비교해 볼 때 거의 같은 수준이라고 하였다 (McMullin & Cairney, 2004). 따라서 경제활동 및 사회적인 역할활동이 없어 자아존중감이 저하된 재가노인들을 간호대상으로 보아 본 연구에서는 지역사회에 거주하는 경제활동과 봉사활동 등의 사회활동을 하고있지 않은 재가노인들을 대상으로 자아존중감, 자가간호와 생활 만족도의 정도를 측정하였다.

노인들의 자아존중감을 4점 척도로 측정한 결과 평균 점수는 2.91로 나왔다. 본 연구와 비슷한 크기의 중소도시 노인들을 대상으로 동일한 도구로 측정한 재가노인들의 자아존중감이 Kim과 Hwang(1998)의 연구에서는 3.21점으로 나타났고, Yim(2001)의 연구결과에서는 평균 2.60점이었다. 따라서 본 연구의 결과는 Kim과 Hwang(1998)의 점수보다는 낮았고 Yim(2001)의 연구결과보다는 높게 나타났다. 이러한 결과는 측정 시기의 차이에서 기인한 것으로 생각된다. 즉 노인이 가지는 영향력이 과거보다는 현재에서 노인의 사회적 지위와 권위는 더 존중받지 못하여 노인들이 자신에 대한 가치가 저하되어 노인의 자아존중감이 급격히 낮아졌다고 볼 수 있겠다. 노인들의 자아존중감에 유의하게 영향을 미친 변수로는 성별, 배우자의 유·무, 동거유형과 건강상태이었다. 선행연구에서도 노인남성이 노인여성보다, 동거가족은 노부부가 함께 동거하는 경우가 자아존중감이 높았으며, 자신의 건강상태가 좋다고 지각한 노인의 자아존중감이 높다고 하여(Hwang, 2002; Song & Kim, 2002; Yi, 1995; Yim, 2001), 본 연구의 결과와 일치하였다. 이는 전통적으로 우리사회 체제는 남성중심의 사회이어서 노인세대가 가지고 있는 남존여비의 사상은 다른 연령층보다 더 확고하여 노인남성이 자기자신에 대한 내·외적 가치감이 높기 때문으로 사료된다. 또한 배

우자와 함께 생활하는 노인들은 배우자의 존재로 인하여 고독감과 소외감에서 벗어나며 일상생활에서 상호의존함으로써 배우자에 대한 긍정적인 감정을 가지게 되고, 자신에 대한 가치감을 높이는 결과를 가져온다고 본다. 자신이 지각한 건강상태가 좋다고 한 노인들은 그렇지 못한 주변의 노인들과 비교하거나 일상생활에서 독립적인 활동과 외모관리를 통하여 자신에 대한 긍정적인 자아상을 가짐으로써 자아존중감이 그렇지 못한 노인들에 비하여 높게 나타내고 있다.

노인들의 자가간호를 측정한 결과 4점 만점에서 평균 점수 2.78점으로 나왔다. 다른 도구로 측정한 Yi(1995)의 연구에서 노인의 자가간호 수준은 중정도이었고, 같은 도구를 사용하였던 Kim(2004)의 도시노인의 자가간호는 2.81점으로 나타나 본 연구 대상자의 자가간호수준이 약간 낮았다. 자가간호 수행의 유의한 차이를 나타낸 일반적 특성은 성별, 동거유형과 주관적 건강상태로, 이러한 결과는 노인남성이, 배우자와 동거하는 경우와 주관적 건강상태가 좋은 노인의 자가간호가 높다고 한 선행연구와 일치하였다(Kim, 2004; Yi, 1995). 일반적으로 노인남성들은 가정에서 배우자의 도움과 지지로 건강관리를 하기 때문에 노인여성보다 더 적극적인 자가간호수행을 한다고 보아지며, 이로써 배우자와 함께 동거하고 있는 경우가 자가간호 수준이 높게 나타나 배우자가 중요한 자가간호지지 자원임을 나타내고 있다. 주관적 건강상태가 좋은 노인들은 과거부터 행하여 온 자가간호의 결과이면서 연속적인 측면에서 건강관련행위를 그렇지 않은 노인에 비해 현재에서 더 많이 하는 것으로 생각된다. Backman과 Hentinen(1999)은 노인에 있어서 자가간호는 그들의 과거와 미래가 밀접하게 관련되어 있으며, 낮은 수준의 자가간호는 배우자 상실 같은 삶의 경험과 관계가 있다고 시사하여 자가간호가 노인들의 삶에 영향과 관련된 중요한 중재요인임을 알 수 있다.

노인들의 생활만족도를 5점 척도로 측정한 결과 평균 3.18점으로 나타나 노인들의 만족도는 중정도의 수준이었지만, 대도시 노인들의 생활만족도는 각각 5점 만점에서 3.04점(Song & Kim, 2002)과 2.98점(Choi & Paek, 2002)으로 나타나 본 연구보다 낮은 만족도를 보였다. 이는 대도시보다 중소도시가 노인공경에 대한 유교적인 측면이 더 많이 남아있어 가정이나 지역사회에서 노인의 영향력이 대도시보다 더 크기 때문으로 사료되어 대도시 노인들의 생활보다 중소도시 노인들의 삶이 보다 더 만족스럽다고 볼 수 있겠다. 생활만족도에 영향

을 미치는 일반적 특성으로 본 연구에서는 노인들의 주관적 건강상태만이 유의한 차이를 나타내었다. 여러 선행연구에서 노인들의 생활만족도에 영향을 미치는 요인들이 다양하였으나 공통적으로 노인들의 건강상태가 포함되어 있었다(Kim & Hwang, 1998; Lee, 2004; Sim & Park, 2002; Sung, 2000). Backman과 Hentinen(1999, 2001)은 건강이 재가노인들의 삶의 영향을 주는 여러 요인 중에서 생활만족도에 영향을 주는 요인임을 제시하여 건강과 생활만족도가 서로 상호연관을 가지고 있음을 나타내었는데, 이는 노인에 있어서의 건강상태는 자신에 대한 자아상에 영향을 미칠 뿐만 아니라 일상생활의 독립성 유지와 사회활동에 밀접한 관계가 있기 때문에 사료된다. 이상을 볼 때 자아존중감, 자가간호와 생활만족도는 재가노인의 정신적·신체적 건강에 중요한 요인으로 노년기 삶의 질에 영향을 미침을 반영하고 있다.

Backman과 Hentinen(2001)은 자가간호와 생활만족도의 선행요인 중의 하나로 자아존중감을 제시하였는데, 자아존중감이 두 변수에 미치는 영향을 파악코저 전체 평균 점수 2.91을 기준으로 평균이상인 집단을 자아존중감이 높은 집단으로 평균미만의 집단을 낮은 집단으로 분류하여 두 집단의 자가간호와 생활만족도의 정도를 비교하였다. 그 결과 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 자가간호와 생활만족도는 유의한 차이를 나타내었다. 자아존중감과 자가간호수준과의 차이에서 Kim(2004)도 자아존중감이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자가간호수행이 높다고 하였으며, 자아존중감과 생활만족도의 비교에서는 Choi와 Paek(2002)의 연구에서도 노인의 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높게 나타나 선행연구와도 일치하는 결과를 보였다. 자아존중감은 개인의 자기수용, 자기가치에 대한 기본적인 감정으로 자신과 타인의 두 근원에서 유래되는데, 노인이 되어 역할 상실, 지위 상실 등으로 인하여 발생하는 영향력의 상실에 의하여 자아존중감이 저하되지만, 자아존중감이 높다는 것은 가족내에서나 타인으로부터의 존중을 받고 있음을 의미한다고 볼 수 있다. 따라서 높은 자아존중감을 가진 노인들은 삶에 대하여 만족감을 느끼며 자신에 대하여 긍정적인 가치를 가지고 있다고 하겠다. Settin(1982)은 노인의 자아존중감은 현재와 과거의 경험을 긍정적으로 강화시킴으로써 증진시킬 수 있기 때문에 간호사들은 노화와 관련하여 부정적인 자아상을 가지지 않도록 노인들을 지지해야 한다고 한 주장을 근거로 하여,

노년기 삶의 건강관리와 만족감을 고취시키기 위하여는 자아존중감을 강화시키는 간호중재가 요구된다.

본 연구에서 자아존중감과 자가간호간의 관계는 순 상관 관계($r=.464$)이었고, 자아존중감과 생활만족도간의 관계는 정적상관 관계($r=.506$)를 보였으며, 생활만족도와 자가간호간에도 정 상관 관계($r=.222$)가 있는 것으로 나타났다. 선행연구에서는 노인의 자아존중감과 자가간호간에는 상관성이 있으며(Yi, 1995; Kim, 2004), 자아존중감과 생활만족도간에도 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Kim & Hwang, 1998; Choi & Paek, 2002; Song & Kim, 2002). Backman과 Hentinen(2001)은 자아존중감과 자가간호는 생활만족도와 상관이 있으며 자가간호를 독자적으로 잘 이행한 노인들은 생활만족도가 높은 집단이었다고 보고하면서 높은 자아존중감은 자가간호를 증진시키므로 자아존중감의 강화를 통하여 자가간호를 향상시켜서 자가간호행위로 노인의 생활만족도를 높일 수 있다고 하였다. 선행연구들이 제시한 바에 의하면 자아존중감은 환경 및 주변상황과 관련되며 자신에게 중요한 의미를 부여하는 목표를 설정하고 그것을 성취하여 자신의 수행을 훌륭한 것으로 평가할 때 높아지게 되므로, 자아존중감이 높은 사람일수록 건강에 대해 보다 많은 관심을 가지고 이러한 관심은 바람직한 건강행위를 실천하는데 더욱 긍정적인 태도를 보이게 되어 결과적으로 삶에 대한 만족도가 높아진다고 하였다.

노인의 생활만족도에 영향을 미치는 중요한 예측요인은 자아존중감이었고 그 다음이 자가간호와 건강상태로 노인의 생활만족도의 47.7% 설명할 수 있는 것으로 나타났다. 이러한 소견은 자아존중감, 자가간호와 건강상태가 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 가장 중요한 지표임을 반영하고 있다.

이상의 결과를 종합해 볼 때 노년기가 되어 사회적 역할 활동을 하고 있지 않은 재가노인은 자아존중감과 자가간호수준이 낮으며 생활만족도는 높지 않았고, 자아존중감이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 자가간호와 생활만족도가 높게 나타났으며, 생활만족도에 영향을 미치는 주요변수는 자아존중감, 자가간호와 건강상태이었다. 따라서 재가노인들의 생활만족도를 향상시키기 위하여는 노인의 건강상태를 고려하여, 노인의 자아존중감을 위협하는 것으로부터 보호하고 강화하여 자가간호의 이행수준을 높이는 간호중재가 요구된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 재가노인들의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도간의 관계를 규명하기 위한 서술적 상관관계 연구이다. 연구대상은 J시에 거주하고 있는 65세 이상의 재가 노인으로서 경제활동과 봉사활동 등 사회활동을 하지 않은 106명이었다. 연구도구는 Rosenberg(1965)의 자아존중감 척도, Hwang(2000)의 노인의 자가간호수행 측정도구를 사용하였으며, 노인의 생활만족도를 측정하기 위한 도구는 Choi(1986)가 구성한 생활만족도 척도이었다. 수집된 자료는 SPSS-Win 10.0을 이용하여 t-test, ANOVA, Least Significant Difference, Pearson correlation coefficient, stepwise regression analysis로 분석하였다.

본 연구결과는 다음과 같다.

1. 노인의 자아존중감 정도는 2.91점이었으며 인구학적 특성 중 성별($t=-2.82$, $p=.008$), 배우자 유·무($t=-3.35$, $p=.000$), 동거유형($F=6.61$, $p=.000$), 건강상태($F=3.56$, $p=.031$)에서 유의한 차이가 있었다.
2. 노인의 자가간호 정도는 평균 2.78점으로 나타났고 성별($t=-2.28$, $p=.007$), 동거유형($F=4.13$, $p=.009$) 및 건강상태($F=4.55$, $p=.005$)에서 유의한 차이를 보였다.
3. 노인의 생활만족도는 평균점수는 3.18이었으며, 노인의 건강상태($F=5.09$, $p=.001$)에서만 통계적으로 유의한 차이가 있었다.
4. 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 자가간호와 생활만족도를 비교한 결과, 두 집단의 자가간호($t=-3.64$, $p=.000$)와 생활만족도($t=-5.32$, $p=.000$)의 수준은 유의한 차이가 있었다.
5. 노인의 자아존중감, 자가간호와 생활만족도의 상관관계를 분석한 결과, 자아 존중감과 자가간호도 정적 상관을 나타내었으며($r=.464$, $p=.000$), 자아 존중감과 생활만족도간에도 순 상관을 보였다($r=.506$, $p=.000$). 또한 생활 만족도와 자가간호에 있어서도 정적 상관이 있었다($r=.222$, $p=.031$).
6. 노인의 생활만족도에 영향을 주는 가장 중요한 예측요인은 자아존중감이었고 다음은 자가간호와 건강상태가 유의한 변수로 포함이 되어 노인의 생활만족도를 47.7% 설명할 수 있는 것으로 나타났다.

본 연구결과를 종합해 볼 때 재가노인의 자아존중감과 자가간호가 생활 만족도에 영향을 미칠 수 있는 요인이 확인되었다. 따라서 노인들의 건강증진을 위하여 대상자를 확대·구별하여 생활만족도를 증진시켜 성공적인 노년기가 되기 위한 효율적인 자아존중감 강화와 자가간호 수행을 높일 수 있는 간호중재 전략이 요구된다

References

- Backman, K. & Hentinen, M.(1999). Model for the self-care of home-dwelling elderly *J Adv Nurs*, 30(3), 564-572.
- Backman, K. & Hentinen, M(2001). Factors associated with the self-care of home-dwelling elderly, Nordic College of Caring Science. *Scand J Caring Sci*, 195-202.
- Choi, Sung-Jae (1986). A Study on the Development of Measuring Scale of the Concept of Life Satisfaction, *The Ewha Womans J. Ewha Womans University*, 49, 233-256.
- Choi, Yean Hee & Paek, Kyung Shin (2002). The Correlational Study on Health-promoting Behavior, Life satisfaction and Self-esteem of the Elderly. *J Korean Com Nurs*, 13(1), 39-48
- Ha, Eun Ho (2001), *Difference in Self-Esteem and the Quality of Life by Perceived Social Support among Institutionalized Elderly*, Unpublished master's thesis, Inha University, Incheon
- Hwang, Hee-Won (2002). *A Study on the Self esteem, Health condition and Life satisfaction according to living arrangement in the elderly*, Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju
- Hwang, Mi Hye (2000). *A model of Self-care and Well-being of Elderly*, Unpublished doctoral dissertation, Kyungbook National University, Taegu
- Jeon, Byung Jae (1974). *Self-esteem : A test of its Measurability". The Yeonse J. Yeonse*

- University, 11, 107-129.
- Kang, Hae-Young, Seo, Nam-Sook & Kim, Young-Hee (2004). Health Pattern of Elderly According to Age Group Who Living Alone in an Urban Area. *J Korean Acad Nurs*, 34(6), 1057-1068.
- Kim, Duk Hee & Hwang, Kyoung Ryoul (1998). A Study on the Relationship between Level of Self-Esteem, Life Satisfaction and Health Status of Rural and Urban Elderly People, *J Special Education*, 21, 95-126.
- Kim, Bong-Im (2004). A Comparative Study of Self-Esteem, Health Status and Self-Care in the Rural and Urban Elderly. *Korean J Rehabil Nurs*, 7(2), 140-148.
- Korea Health Industry Development Institute (2004). 2003 *The evaluation of home health care*.
- Lee, Myung-Suk (2004). Factors Influencing Life Satisfaction the Elderly living alone. *J Korean Acad Adult Nurs*, 16(1), 17-26
- McMullin J. A., & Cairney J. (2004). Self-esteem and the interaction of age, class and gender, *J Aging Studies*, 75-90
- Murrel, S. A, Meeks, S., & Walker, J. (1991). Protective Function of Health and Self-esteem Against Depression in Older Adults Facing Illness or Bereavement, *Psychology and Aging*, 6(3), 352-360.
- Reitz, D. C., Mutran E. J., & Fernandez, M. E. (1996). Preretirement influence on Postretirement Self-esteem, *J Gerontology Social Sciences*, 51B(5), S242-S249.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-image*, Princeton University Press.
- Settin J. M. (1982). Overcoming ageism in long-term care: A solution in group therapy. *J Gerontol Nurs*, 8, 565-567.
- Sim, Mi. Kyung & Park, Jeong Me (2002). A Comparative Study of Social Support, Depression, and Life Satisfaction in the Urban and Rural Elderly. *J Korean Com Nurs*, 13(4), 689-698.
- Song, Yeonsu & Kim, Ju Hee (2002). A Study on the Relationship of Social Support, Self Esteem and Life Satisfaction of the Elderly. *Hy. Nurs. Res*, 7(2), 61-71.
- Sung, Ki-Wol.(2000). A comparative study on life satisfaction between older population institutions and homes. *J Korean Acad Nurs* 30(7), 1709-1717
- Taft L B. (1985). Self-esteem in later life : a nursing perspective. *Advances in Nursing Science*, Oct, 77-84
- Yi, Hye Ryeon (1995). *A Study on the Relationship between Self-Esteem and Self-Care Practices of the Elderly*, Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Yim, Heun-Jung (2001). *A study on the Social Support, Self-esteem and Death Anxiety of the Elderly*, Unpublished master's thesis, Chonbuk National University, Jeonju

- Abstract -

The Relations between Self-esteem, Self-care and Life Satisfaction in the Home-dwelling Elderly

Kim, Bong-Im*

Purpose: The present study was conducted to identify the relations between self-esteem, self-care and life satisfaction in the home-dwelling elderly. **Methods:** The subjects were 106 persons aged over 65 in J city. Data were collected from April to June 2005 by a questionnaire survey. The instruments used in this study are the self-esteem scale developed

* Professor, Department of Nursing, Jinju Health College

by Rosenberg(1965), the self-care scale by Hwang (2000) and the life-satisfaction scale by Choi (1986). Data were analyzed through t-test, ANOVA, least significant difference, Pearson's correlation coefficient and stepwise regression analysis using SPSS-Win 10.0. **Results:** Self-esteem and self-care were in a positive correlation with each other ($r=.464$, $p=.000$). Self-care and life-satisfaction showed a significant correlation with each other ($r=.222$, $p=.031$), and a significant correlation was found between self-esteem and life-satisfaction ($r=.506$, $p=.000$). The most significant predictors influencing life-satisfaction were self-esteem,

self-care and perceived health condition, and the three factors accounted for 47.7% of variance in life satisfaction in the home-dwelling elderly.

Conclusion: These results suggest that self-esteem, self-care and life-satisfaction can be important factors the quality of life of the elderly in long-term care. Therefore nurses can plan nursing interventions to promote self-esteem, self-care and life satisfaction of the home-dwelling elderly.

Key words : Elderly, Self-esteem, Self-care, Life satisfaction