

노년기 생산적 활동과 심리적 안녕

Productive Activities and Psychological Well-being in the Elderly

보건복지부 저출산·고령사회정책본부
사무관 성혜영
성균관대학교 가족경영·소비자학과
교수 조희선

Office for Ageing Society and Population Policy, Ministry of Health & Welfare

Deputy Director : Sung, Heayoung

Department of Family Life Management and Consumer Studies, SungKyunKwan University

Professor : Cho, Hee-sun

목 차

- | | |
|------------|-----------|
| I. 서론 | IV. 연구 결과 |
| II. 이론적 배경 | V. 논의 |
| III. 연구 방법 | 참고문헌 |

< Abstract >

The purpose of this study is to investigate productive activities effect on psychological well-being in the elderly. As people grow older, the level of physical function and psychological well-being is decreased. But We verified maintaining productive activities could make buffering effect on psychological well-being. And We investigate what kind of productive activities could effect on psychological well-being by gender. As a result, there were differences in self efficacy belief, life satisfaction and depression by age, education, absence of spouse, subjective economic status and physical function. Group activity and domestic labor had on affirmative effect on self efficacy belief in male and female elder. Learning activity had on positive effect on life satisfaction in female. Depression was negative influenced by voluntary activity and domestic labor in female and pay work, group activity and domestic labor in male.

주제어(Key Words): 노년기 생산적 활동(productive activities in later life), 생활만족도(life satisfaction), 성차(gender difference), 우울(depression), 자기효능감(self efficacy belief)

1. 서론

인간의 수명 연장으로 인해 노년기가 길어지고 노인 인구가 급격하게 증가하고 있는 현실에서 노인에게 인적 자원의 역할이 부여되고 생산적 활동이 강조되는 것은 자연스러운 현상이다. 2004년에 발표된 '저출산·고령사회 대응을 위한 국가실천전략'에 따르면 국가는 앞으로 노인평생교육에 대한 접근성을 제고하고 노인의 사회적 적응력 및 직업능력을 배양하며 정보화 능력을 향상하겠다고 밝히고 있다. 더불어 노인의 여가 및 자원 봉사 활동 활성화를 위한 지원도 강화하겠다는 방침을 발표해 노인을 활동적이고 능동적인 존재로 바라보는 국가적 관점을 확인할 수 있다. 삼성경제연구소(2005)에서 발표한 '고령화 저성장 시대의 기업 인적자원 관리 방안'에는 재교육을 통해 고령인구를 인적자원으로 활용해야 한다는 의견이 제시되고 있는데, 실제 미국이나 일본 등에서는 고령 인구를 인적 자원으로 적절히 활용함으로써 큰 효과를 거두고 있기도 하다.

생산적 활동은 성공적 노화를 최초로 거론했던 키케로가 '노년에 관하여'라는 저술을 통해 강조한 것이며(오홍식 역, 2002: 48) 전생애적 발달을 강조한 에릭슨도 중년기의 발달 과업인 생산성(generativity)이 얼마나 오래 노년기에도 남아 있을 수 있는가가 현대 노인들의 과업이라고 강조하며 노년기 생산적 활동의 중요성을 이야기 하였다(Hall, 1983: 75). 뿐만 아니라 보부와르는 62세에 이르러 노인 문제에 관심을 갖기 시작해 '노년'이라는 책을 저술하고 노인이 되더라도 요령과 열성, 신중성과 인내심 등은 오히려 증가할 수 있기 때문에 지식과 정성이 요구되고 시간적으로 자유가 있는 생산적 활동이 가능하다는 주장을 펼쳤다(Beauvoir, 1970: 323). 스키너 역시 70대 후반에 이르러 노년학에 관심을 갖고 '노년의 풍요로운 삶을 즐겨라'라는 저서를 발표했다(Skinner, 1983). 스키너가 제안한 노년을 즐기는 방법 중 '노년기에도 무엇을 하라', '이 세상과 접촉을 유지하라', '노후를 바쁘게 보내라', '사람들과 잘 어울려라'와 같은 덕목들은 노년기 생산적 활동과 밀접한 관련성을 가진다. 고령화 시대 노인 인구는 에릭슨이 지적한 바와 같이 과거 '품위 있게 죽음을 기다리던 할머니, 할아버지들'과 다르므로(Hall, 1983: 75) 생물학적 노화, 사회적 노화, 심리적 노화를 벗어나거나 나아가 이를 극복한 활발한 생산적 활동을 기대할 수 있다.

노년기의 생산적 활동은 특히, 성공적 노화를 평가하는 중요한 요소 중 하나가 되기도 한다. 활동이론에서는 노년기의 지속적 활동이 생활만족과 긍정적 관련성을 가진다고 강조하고 있으며(Lemon, Bengtson & Peterson, 1972) Rowe와 Kahn이 제안한 성공적 노화의 구성요소에는 '적극적 인생참여'라는 항목으로 생산적 활동이 포함되어있다(Rowe

& Kahn, 1997). 또한 Leviatan(1999)은 자신의 일을 보유하는 것을 Chou와 Chi(2002)는 생산적인 참여 상태를 Tate, Lah와 Cutty(2003)는 신체적·정신적·사회적 활동성을 성공적 노화의 구성요소로 포함시키고 있다. 생산적 활동이 성공적 노화의 중요한 한 요소가 되기 위해서는 이것이 궁극적으로 노년기 심리적 적응에도 기여할 수 있어야 한다. 특히 Wong(1989)은 삶의 만족이 높고 심리사회적 적응 즉 심리적 안녕이 높은 것을 성공적 노화라고 정의하고 있다. 따라서 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향을 검증하는 것은 노년기 생산적 활동이 성공적 노화에 기여하는 바를 규명하는데 중요한 작업이 된다고 할 것이다.

한편, 심리적 안녕에 영향을 주는 생산적 활동의 종류는 성별에 따라 달라질 수 있다. 즉 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향은 생산적 활동 유형 및 심리적 안녕의 종류, 그리고 노인의 성별에 따라 차이가 있으므로(윤순덕, 한경혜, 2004) 본 연구에서는 생산적 활동이 심리적 안녕에 어떠한 영향을 주는지 남성 노인, 여성 노인별로 알아보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 노년기 생산적 활동

경제학적 측면에서 생산적 활동이란 재화나 서비스를 생산하는 것을 의미하나 노년기 생산적 활동은 이처럼 단순히 유급 노동에만 제한되지 않는다. 생산적 활동을 확대 정의하면 사회적 수준의 활동과 개인적 수준의 활동으로 나눌 수 있다. 사회적 수준의 생산적 활동이란 앞서 말한 유급 노동에 해당하며 개인적 수준의 생산적 활동은 수치상으로 드러나지 않지만 아이들 또는 다른 가족원을 돌보거나 자원봉사를 하는 등의 활동을 말한다(Herzog, Kahn, Morgan, Jackson & Antonucci, 1989). 이 개인적 차원의 생산적 활동은 성공적 노화를 위해 신체적인 기능과 안녕감을 유지하는 역할을 해준다(Herzog et al., 1989).

그렇다면 노년기 생산적 활동에는 어떠한 것들이 포함되는가? 성공적 노화의 구성 요소를 밝히고자 한 Rowe와 Kahn은 생산적 활동에는 유급 노동뿐만 아니라 스스로 집안일을 해결하는 것, 가족이나 친구들을 돌보는 것, 종교 단체나 시민 단체에서의 자원봉사 활동이 포함되며 가능한 오랫동안 생산적 활동을 유지할 것을 권하고 있다(Rowe & Khan, 1997). 생산적 활동이란 신체적 유지를 위한 것 이상으로 간주되는 일상적인 행동 또는 일이라 정의되며 모든 형태의 활동은 역할에 대한 지지를 제공한다. 각 활동은 상호작용의 대상에 따라 친구, 친척, 이웃과 상호작용하는 비공식적 활동, 자발적인 조직체에 참여하여 상호작용하는 공식

적 활동, 여가나 가사일에 해당하는 혼자하는 활동으로 구분되기도 한다(Lemon *et al.*, 1972).

이러한 생산적 활동은 노인들에게 어떠한 의미를 주는가? 은퇴 이후 노인들은 비록 유급 노동에서는 멀어지지만 개인적 수준의 생산적 활동을 지속함으로써 성공적인 노화에 이를 수 있다. Rowe와 Kahn이 지적하였듯 성공적 노화는 인간관계와 생산적 활동을 재발견하는 과정을 통해 이루어진다(Rowe & Kahn, 1998). 그러므로 생산적 활동을 통해 노인들은 친근함과 삶의 의미를 제공 받을 수 있다. 본 연구에서 생산적 활동은 Rowe와 Kahn의 분류기준을 참고해 유급 노동, 자원봉사, 단체활동, 가사노동, 손자녀 돌보기를 포함하고 여기에 학습활동을 추가해 6가지 하위 영역으로 구성하였다.

2. 노년기 심리적 안녕

심리적 안녕(Psychological Well-being)이란 행복, 적응, 삶의 질 등 다양한 용어로 사용되고 있으며 개인과 시간, 공간에 따라 그 의미가 달라지므로 명확히 규정하기는 어렵지만 대체로 개인의 지각된 주관적 행복감 또는 총체적인 감정을 의미하는 것으로 사용되고 있다(McDowell & Newell, 1990). 심리적 안녕은 부정적인 정서와 긍정적인 정서의 두 차원으로 나눌 수 있으며 노년기 부정적인 정서로는 우울이 대표적이다. 연령의 증가에 따라 우울이 증가하는 것이 일반적이며(박인옥, 김진세, 이강중, 정인파, 1998), 신체적 기능의 저하나 질병 등은 우울을 증가시키는 것으로 알려져 있다(Blaum, Liang & Lie, 1994; 차미숙, 2000).

노년기 긍정적 정서로는 생활만족도가 주로 사용되어왔다. 생활만족도란 일상생활로부터 기쁨을 느끼고 자신의 생활에 대해서 의미와 책임감을 지니며, 자신의 목적에 대한 성취감 및 자신에 대한 긍정적 자아상을 가지고 있는 상태이다(Newgarten, Havighurst & Tobin, 1961). 노년기 생활만족도에 영향을 주는 기본적 요인은 성, 연령, 교육, 경제수준, 배우자유무 등이다. 성별에 따라서는 남성의 생활만족도가 여성보다 높다는 연구들(이선미, 김경신, 2002; 정인숙, 2000) 뿐 아니라 성차가 없다는 연구(박광희, 한혜경, 2002)도 있어 그 결과가 일관적이지 않다. 연령과 관련해서는 대체로 연령 증가에 따라 생활만족도가 감소한다고 보고하고 있으며(김미옥, 2003; 박광희, 한혜경, 2002), 교육 수준에 따라서는도 교육을 많이 받은 노인의 생활만족도가 높다는 결론이 지배적이다(김기태, 박봉길, 2000; 정혜정, 김태현, 이동숙, 2000). 경제수준 역시 수준이 높을수록 생활만족도에 긍정적 영향을 미친다고 보고하고 있다(김수연, 1987; 김옥수, 1987). 배우자의 유무에 따라서는 유의한 차이가 있다는 연구(이철우, 장현, 1996; 이호성, 2005)와 함께 유의한 차

이가 없다는 연구(정태연, 조은영, 2005)도 보고되고 있다.

생활만족도와 더불어 자기효능감 역시 현대 노인들에게 중요한 긍정적 정서로 다루어져야한다. 자기효능감이란 개인이 결과를 획득하는데 필요한 특정 행동을 성공적으로 수행할 수 있는 자신감의 지각 정도를 말한다(Bandura, 1977). Bandura(1982)는 인간의 행동에 가장 큰 영향을 미치는 요인을 특정한 목표를 성취하기 위한 자신의 수행 능력에 대한 판단으로 보고 자기효능감의 중요성을 강조하였다. 이러한 까닭에 자기효능감에 관한 연구들은 학령기 아동 또는 청소년들의 학업 성취와 관련된 것이 대부분이었다. 그러나 나이 들과 은퇴로 인한 일상생활 스트레스와 역할 상실에서 오는 외로움과 우울을 경험하고 있는 노인들에게도 자기효능감은 부적응을 극복할 수 있는 중요한 심리적 기제가 될 수 있을 것으로 기대된다. 이상의 선행 연구들에 따르면 노년기 심리적 안녕에 성, 연령, 배우자 유무, 교육수준, 경제 수준, 신체적 기능 등이 영향을 줄 수 있으므로 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 정도를 정확하게 규명하기 위해서는 이들 변인을 통제하는 것이 필요하다.

그렇다면 생산적 활동이 심리적 안녕에 어떠한 영향을 주는가? 고전적 활동이론에서 노년기 활동은 생활만족도와 긍정적인 관계가 있다고 보고되었었다(Lemon *et al.*, 1972). 이후 연구들도 일반적으로 노년기 생산적 활동이 심리적 안녕과 긍정적인 관련성이 있음을 보고하고 있다(Beck & Page, 1988; Herzog, Franks, Markus & Holmberg, 1998; Lawton, Winter, Kleban & Ruckdeschel, 1999). 노년기 적극적인 인생참여 활동은 사망 위험을 감소시켜 주며(Lennartsson & Silverstein, 2001) 지속적인 신체활동은 노년기 자기효능감 유지에 도움을 준다(McAuley, Elavsky, Motl, Konopack, Hu & Marquez, 2005). 세부적으로 살펴보면 생산적 활동도 그 종류에 따라 심리적 안녕에 미치는 영향력이 다르다. Menec(2003)의 연구에서 생산적 활동 전체 수준은 행복감과 생활만족에 긍정적 영향을 주는 것으로 나타났으며 구체적으로 단체활동, 가사노동 등이 행복감에 긍정적인 영향이 있는 것으로 나타났다. 또한 Everard(1999)는 공동체 거주 노인을 대상으로 한 연구에서 사회적 활동이 심리적 안녕과 긍정적 관계가 있음을 밝혔다.

국내 연구에서는 개인 활동 보다는 친밀활동과 단체활동이 노후 적응에 영향이 있었다(서병숙, 오경숙, 1990). 또한 사회인구학적 변인이 고려되었을 때 남성 노인의 행복감에 긍정적 영향을 주는 변인은 자녀원조활동 참여수준이었으며 가사활동 참여여부는 부정적인 영향이 있었다. 여성 노인의 행복감에 긍정적 영향을 주는 변인은 사회인구학적 변인을 고려하였을 때 자녀원조활동 참여여부였다(윤순덕, 한경혜, 2004).

이상 국내에서 수행된 기존의 연구들은 심리적 안녕의 종류를 다양화하지 못했으나 본 연구에서는 심리적 안녕의 긍정적 요소와 부정적 요소를 모두 고려하여 수행하였다. 또한 성별에 따른 생산적 활동의 영향력을 분석한 선행 연구(윤순덕, 한경혜, 2004)가 농촌 노인을 대상으로 수행된 것과 달리 본 연구는 도시 노인을 대상으로 하였다는 점도 차별성을 지닌다고 하겠다. 대체로 생산적 활동이 노년기 심리적 안녕에 긍정적인 영향이 있을 것으로 예상할 수 있으나 하위 영역 및 성별에 따라 달라질 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서는 생산적 활동의 하위 영역 중 무엇이 심리적 안녕에 영향을 주는지를 성별에 따라 살펴보고자 한다.

III. 연구 방법

1. 자료 수집 방법 및 절차

본 연구는 서울에 거주하는 60세 이상 노인 396명을 대상으로 하였다. 서울시 소재 3개 노인복지관과 1개 성당 이용 노인 및 1개 병원의 내원 노인들을 대상으로 2004년 7월 22일부터 2004년 9월 9일까지 이루어졌으며 본 연구자 및 조사원 3인이 함께 참여하여 개별 혹은 그룹별 조사를 실시하였다. 조사원들은 관련 전공 석사과정생 이상으로 구성하였으며 이들에게 본 연구의 목적과 조사 방법 및 질문지의 내용을 충분히 이해하도록 설명하고 교육하는 과정을 거쳤다. 조사 방법은 한글을 모르거나 글을 읽는데 어려움이 있는 노인의 경우 일대일 개별 면접을 통해 조사하였으며 질문지에 대한 이해력이 충분한 노인의 경우는 스스로 작성하도록 하였다. 그러나 질문지를 스스로 작성하도록 한 경우에도 노인 4-5명당 조사원 1인을 배치하여 응답을 보조하도록 하였다. 총 450부의 질문지를 배포하고 이를 수거하였으며 이중 부실한 응답이 있는 54부를 제외하고 396부(88%)를 분석에 활용하였다.

2. 측정 도구

본 연구에서는 연령, 학력, 배우자 유무, 주관적 경제 수준을 조사하였으며 더불어 다음의 측정 도구를 사용하였다.

1) 신체적 기능

신체적 기능이란 일상 생활을 영위하는데 필요한 신체적 수행 능력으로 정의된다. 본 연구에서는 노인들이 신체적 기능을 어느 정도 유지하고 있는지 측정하기 위해 Strawbridge, Wallhagen와 Cohen(2002)이 Rowe와 Kahn 모델을 검증하는데 사용했던 3가지 문항 즉, 400m를 쉬지 않고 걸어갈 수 있는가?, 계단을 쉬지 않고 오를 수 있는가?, 어지러움을

느끼지 않고 자리에서 일어날 수 있는가?를 이용하였다. 더불어 시각, 청각, 후각, 미각과 관련된 문항 4가지 및 저작과 소화 능력에 관련된 2가지 문항을 합해 총 9문항으로 구성하였다. 각 문항은 3점 척도로 측정되었으며 9점에서 27점의 점수 범위를 갖는다. 내적합치도는 .72인 것으로 나타났다.

2) 생산적 활동

노년기의 생산적 활동은 유급 노동 뿐 아니라 자원 봉사 활동이나 가사 노동 등 무급 노동도 포함된다. 본 연구에서는 맥아더 연구에서 활용한 Herzog *et al.*,(1989)의 기준을 참고하여 유급 노동, 자원 봉사, 단체 활동, 가사 노동, 손자녀 돌보기의 5가지를 포함시켰으며 여기에 학습 활동의 1개 문항을 추가하였다.

(1) 유급 노동

유급 노동은 현재 돈을 버는 일을 하고 있는지의 여부로 조사하였다.

(2) 자원 봉사

자원 봉사는 봉사 활동에 참여하는 정도를 '전혀 안한다'에서 '일주일에 두 번 이상 참여 한다' 까지 5점 척도로 측정하였다.

(3) 단체 활동

단체 활동은 노인회, 친목회, 동창회, 향우회, 종교 모임 등에 참여 하는 정도를 '전혀 안한다'에서 '일주일에 두 번 이상 참여 한다' 까지 5점 척도로 측정하였다.

(4) 학습 활동

학습 활동은 무엇인가를 배우기 위한 교육에 참여 하는 정도를 '전혀 안한다'에서 '일주일에 두 번 이상 참여 한다' 까지 5점 척도로 측정하였다.

(5) 가사 노동

가사 노동은 청소, 식사 준비, 장보기, 은행 가기 등의 집 안일을 스스로 하는 정도를 '전혀 안한다'에서 '매일 한다' 까지 5점 척도로 측정하였다.

(6) 손자녀 돌보기

손자녀 돌보기는 손자녀를 얼마나 자주 돌보아 주는지를 '전혀 안한다'에서 '매일 종일 돌본다' 까지를 5점 척도로 측정하였다.

3) 심리적 안녕

노년기 심리적 안녕에는 자기 효능감, 생활만족도, 우울의 3개 영역이 포함되었다.

(1) 자기 효능감

자기 효능감이란 자신의 유능성에 대한 믿음으로 본 연구

에서는 맥아더 연구(Seeman, Rodin & Albert, 1993)에서 활용한 노인들의 자기 효능감 측정 척도(Rodin & McAvay, 1992)를 번안하여 사용하였다. 이는 도구적 자기 효능감 6개 문항과 대인적 자기 효능감 2개 문항의 총 8문항으로 구성되어 있다. 문항의 내용은 '건강을 유지하는 것은 할 수 있다는 나의 믿음에 달려있다', '내가 노력하기만 하면 재정적인 상황을 지금보다 더 좋게 만들 수 있다', '나는 내 기분을 편안하게 만들 수 있는 나만의 방법이 있다', '나는 내 생활 주변을 스스로 잘 정돈할 수 있는 충분한 능력이 있다', '나는 이동을 위해 필요한 교통수단을 스스로 선택하고 이용할 수 있다', '나는 노후에도 열심히 활동하고 있다', '나는 가족들과의 관계를 잘 유지할 수 있는 능력이 있으며 가족과의 관계에 만족한다', '나는 친구나 이웃들과의 관계를 잘 유지할 수 있는 능력이 있으며 친구나 이웃들과의 관계에 만족한다' 등이다. 각 문항은 '매우 그렇다'에서 '전혀 그렇지 않다'까지 5점 척도로 구성되었으며 최저 8점에서 최대 40점이 범위를 갖는다. 내적 합치도는 .84인 것으로 나타났다.

(2) 생활만족도

생활만족도란 현재 자신의 삶에 대한 주관적 만족 정도로 본 연구에서는 Diener, Emmons, Larsen과 Criffin(1985)이 개발한 SWLS(Satisfaction with Life Scale)을 번안하여 사용하였다. 생활만족도 문항은 총 5개로 '나는 나의 생활에 만족한다', '나는 인생에서 내가 원하는 것을 많이 이루었다', '현재 나의 생활은 내가 바라던 삶에 가깝다', '나의 생활환경은 매우 좋은 편이다', '나는 다시 태어난다고 해도 지금과 같은 인생을 살겠다'의 내용으로 구성되어 있다. 최저 5점에서 최대 25점의 범위를 가지며 내적 합치도는 .87이었다.

(3) 우울

우울이란 부정적인 기분을 의미한다. 우울 문항은 김선희(1996)가 번안하여 사용한 Dupay(1978)의 General Well-being Schedule 중에서 우울과 관련된 3개 문항을 활용하였으며 '나는 요즘 모든 것이 무의미하고 허무하게 느껴진다', '나는 요즘 침체되고 처지는 느낌이다', '나는 요즘 우울하고 괴롭다'의 내용으로 구성되어 있다. 최저 3점에서 최대 15점까지의 점수 범위를 가지며 내적합치도는 .85였다.

IV. 연구 결과

1. 조사 대상자의 일반적 특성

본 연구의 조사 대상자 396명 중 남성은 184명(46.5%) 여성은 212명(53.5%)이었다. 조사 대상자의 전체 평균 연령은

68.5세였으며 남성의 평균 연령은 70.2세 여성의 평균 연령은 67.1세였다. 남성의 최고 연령은 85세였으며 여성의 최고 연령은 89세였다. 연령별로는 남성의 경우 60대가 83명(45.1%), 70대가 91명(49.5%), 80대가 10명(5.4%)이었다. 여성은 60대가 147명(69.3%), 70대가 60명(28.3%), 80대가 5명(2.4%)이었다.

학력 수준은 남성의 경우 대졸이 64명(34.8%)로 가장 많았고 고졸이 45명(24.5%), 중졸과 초졸이 각각 26명(14.1%), 대학원 이상이 18명(9.8%), 무학이 5명(2.7%)의 순이었다. 여성의 경우 고졸이 66명(31.1%)이 가장 많았고 초졸이 64명(30.2%), 중졸이 46명(21.75), 무학이 25명(11.8%), 대졸 10명(4.7%), 대학원 이상이 1명(0.5%)이었다. 조사 대상자에서 고졸 이상의 학력을 소지한 경우가 204명으로 전체의 51.5%를 차지해 학력 수준이 비교적 높다고 볼 수 있다.

남성의 경우 배우자가 생존에 있는 경우가 167명(90.85%)이었으며 여성의 경우는 134명(63.2%)이었다. 전체적으로는 301명(76.0%)이 배우자가 있었고 95명(24.0%)이 배우자가 없다고 응답하였다.

다음으로 주관적 경제수준은 남성의 경우 107명(58.2%)이 '큰 여유는 없지만 부족하지 않다'고 응답했으며 '경제적으로 어려운 편이다'가 37명(20.1%), '여유 있는 편이다'가 30명(16.3%)의 순으로 응답하였다. 여성의 경우는 128명(60.4%)이 '큰 여유는 없지만 부족하지 않다'고 응답했으며 '여유 있는 편이다'가 42명(19.8%), '경제적으로 어려운 편이다'가 27명(12.7%)의 순이었다.

2. 성별에 따른 생산적 활동과 심리적 안녕의 차이

성별에 따른 생산적 활동의 하위 영역에 대한 참여 정도는 다음 <표 1>에 제시하였다.

평균값을 통해 성별에 따른 생산적 활동 수준을 살펴보면 때 남성 노인들이 가장 많이 하고 있는 생산적 활동은 가사 노동이었으며 다음으로 학습 활동, 단체 활동, 손자녀 돌보기, 자원 봉사의 순인 것으로 나타났다. 여성 노인의 경우에도 가사 노동의 수준이 가장 높았으며 다음으로 학습 활동, 단체 활동, 손자녀 돌보기, 자원 봉사의 순인 것으로 나타났다. 일반적인 인식과 달리 남성 노인들도 가사 노동 활동을 가장 많이 하고 있는 것으로 나타났으며 남녀 노인의 생산적 활동의 수준의 순서가 서로 일치하고 있는 것이 특징이었다.

생산적 활동 수준의 순서는 남녀 모두 일치하지만 성별에 따라 생산적 활동과 심리적 안녕의 수준에는 차이를 보였다. 본 연구 대상자의 경우 생산적 활동의 하위 영역 중 자원봉사($t=-4.063$; $P<.001$), 단체 활동($t=-2.442$; $P<.05$), 가사 노동($t=-4.419$; $P<.01$)의 세 가지 영역에서 유의한 차이가

(표 1) 생산적 활동 참여 정도

변인	구분	빈도(백분율)		
		남성 184명	여성 212명	전체 396명
유급 노동	하고있다	25(13.6)	31(14.6)	56(14.1)
	하고있지않다	159(86.4)	181(85.4)	340(85.9)
자원 봉사	전혀 안한다	113(72.3)	112(52.8)	245(61.9)
	2-3달에 1회	10(5.4)	18(8.5)	28(7.1)
	1달에 1회	17(9.2)	25(11.8)	42(10.6)
	1주에 1회	16(8.7)	35(16.5)	51(12.9)
	1주에 2회이상	8(4.3)	22(10.4)	30(7.6)
단체활동	전혀 안한다	32(17.4)	24(11.3)	56(14.1)
	2-3달에 1회	24(13.0)	19(9.0)	43(10.9)
	1달에 1회	67(36.4)	79(37.3)	146(36.9)
	1주에 1회	39(21.2)	56(26.4)	95(24.0)
	1주에 2회이상	22(12.0)	34(16.0)	56(14.1)
학습활동	전혀 안한다	45(24.5)	44(20.8)	89(22.5)
	2-3달에 1회	6(3.3)	11(5.2)	17(4.3)
	1달에 1회	10(5.4)	18(8.5)	28(7.1)
	1주에 1회	39(21.2)	43(20.3)	82(20.7)
	1주에 2회이상	84(45.7)	96(45.3)	180(45.5)
가사노동	전혀 안한다	18(9.8)	13(6.1)	31(7.8)
	1달에 1회	21(11.4)	14(6.6)	35(8.8)
	1주에 1회	34(18.5)	21(9.9)	55(13.9)
	1주에 2회	47(25.5)	32(15.1)	79(19.9)
	매일	64(34.8)	132(62.3)	196(49.5)
손자녀 돌보기	전혀 안한다	108(58.7)	115(54.2)	223(56.3)
	1달에 1회	20(10.9)	24(11.3)	44(11.1)
	1달에 한번	29(15.8)	25(11.8)	54(13.6)
	매일 몇시간씩	15(8.2)	20(9.4)	35(8.8)
	매일 종일	12(6.5)	28(13.2)	40(10.1)

(표 2) 성별에 따른 생산적 활동과 심리적 안녕의 차이 검증

	유급 노동	집단 구분		평균(표준편차)	검증 통계량
		남	합 = 40 안함 = 144		
생산적 활동	유급 노동	남	합 = 31 안함 = 181	-	$\chi^2=3.390$
		여			
	자원 봉사	남	184	0.670(1.207)	$t=-4.063^{***}$
		여	212	1.230(1.482)	
	단체 활동	남	184	1.970(1.234)	$t=-2.442^*$
		여	212	2.270(1.176)	
	학습 활동	남	184	2.600(1.643)	$t=-.236$
		여	212	2.640(1.580)	
	가사 노동	남	184	2.640(1.323)	$t=-4.419^{**}$
		여	212	3.210(1.225)	
손자녀 돌보기	남	184	0.920(1.295)	$t=-1.675$	
	여	212	1.160(1.487)		
심리적 안녕	자기 효능감	남	184	29.647(5.023)	$t=.810$
		여	212	29.247(4.748)	
	생활 만족도	남	184	15.885(3.927)	$t=-.482$
		여	212	16.076(3.911)	
	우울	남	184	8.366(2.771)	$t=.022$
여	212	8.360(2.667)			

나타났다. 본 연구에서는 여성 노인의 경우가 남성 노인에 비해 자원 봉사와 단체 활동, 가사 노동 활동을 모두 많이 하는 것으로 나타났다. 유급 노동에 종사하는 비율은 남자 노인이 더 많았으나 그 차이가 유의하지는 않았다.

이처럼 생산적 활동의 하위 영역 중 성별에 따라 활동 수준에 차이가 있는 것이 발견되므로 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향을 분석함에 있어 성별을 구분하는 것은 의미가 있을 것으로 사료된다. 즉 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향을 보다 순수하게 검증하기 위해 성별에 따라 집단을 구분하여 검증하였다.

3. 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향

생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향력을 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 회귀분석을 실시하기에 앞서 다중공선성을 진단하고자 독립변수들간의 상관계수를 산출한 결과 .70을 넘는 경우가 발견되지 않아 안전함을 확인하였다.

1단계에서는 연령, 학력, 배우자유무, 주관적 경제수준, 신체적 건강을 투입하여 이들 변수가 자기효능감과 생활만족도, 우울에 미치는 영향력을 살펴보았다. 2단계에서는 생산적 활동 변인을 추가적으로 투입하여 유의미성과 설명력을 살펴보았다.

1) 생산적 활동이 자기효능감에 미치는 영향

여성 노인의 경우 1단계 분석에서 배우자 유무($P<.01$), 경제수준($P<.001$), 신체적 기능($P<.001$)이 자기효능감에 유의한 영향이 있는 것으로 나타났다. 2단계 분석에서도 역시 배우자 유무($P<.05$), 주관적 경제수준($P<.01$), 신체적 기능($P<.001$)이 유의한 영향을 미쳤으나 생산적 활동 변수 중 단체활동($P<.01$)과 가사노동($P<.05$)이 자기 효능감에 유의한 영향이 있었다. 즉 경제적 수준과 신체적 기능 수준이 높고 배우자가 있는 것이 자기효능감에 긍정적 영향을 주며 단체활동과 가사노동 활동이 수준이 높을수록 자기효능감을 높이는데 도움을 준다.

남성 노인의 경우 1단계 분석에서 신체적 기능 수준은 자기효능감에 유의한 긍정적 영향이 있었다($P<.001$). 2단계 분석에서는 신체적 기능($P<.01$), 단체활동($P<.01$), 가사노동($P<.001$)이 유의한 긍정적 영향을 미쳐 생산적 활동 중 단체활동과 가사 노동은 남녀 모두 자기효능감에 도움을 주는 것으로 나타났다.

이것은 노년기에 낮은 경제적 수준이나 감소한 신체적 기능, 배우자의 부재가 자기효능감에 부정적 영향을 줄 수 있으나 남녀 노인 모두 단체 활동과 가사 노동 활동을 통해 자기효능감을 높일 수 있는 가능성을 보여주는 결과이다.

2) 생산적 활동이 생활만족도에 미치는 영향

여성노인의 경우 1단계 분석에서 생활만족도에 유의한 영향을 주는 변인은 연령(P<.01), 배우자 유무(P<.05), 주관적 경제수준(P<.001), 신체적 기능(P<.001)이었다. 2단계에서는 생산적 활동 변인을 추가로 투입하였는데 이중 교육 활동(P<.05)이 유의하게 긍정적인 영향을 나타내는 것으로 나타났다. 또한 학력이 추가로 유의한 부적 영향을 P<.05) 나타내었다. 경제적 수준과 신체적 기능 수준이 높을수록 생활만족도에 긍정적인 영향을 나타냈으며 배우자가 있는 경우가 없는 경우보다 생활만족도가 높았다. 그러나 학력수준이 낮을수록 연령이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

남성 노인의 경우 1단계 분석에서 연령(P<.001)과 경제적 수준(P<.001), 신체적 기능(P<.001)이 생활만족도에 유의한

영향이 있었다. 2단계 분석에서는 생활만족도에 유의한 영향을 미치는 생산적 활동 변인은 나타나지 않았다. 경제적 수준과 신체적 기능 수준이 높을수록 생활만족도에 긍정적 영향이 있었으며 여성 노인과 마찬가지로 연령이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다. 본 결과에서 특이한 점은 남녀 노인 모두 연령 높을수록 생활만족도가 높았다는 것과 여성 노인의 경우 학력이 높을수록 오히려 생활만족도가 낮았다는 점이다.

3) 생산적 활동이 우울에 미치는 영향

여성 노인의 경우 1단계 분석에서 신체적 기능이 우울(P<.001)에 유의한 영향이 있었다. 2단계 분석에서는 신체적 기능(P<.01), 자원봉사(P<.05), 가사노동(P<.05)이 우울에 유

〈표 3〉 남성 노인의 심리적 안녕에 대한 생산적 활동의 영향 (n=184)

종속변수	자기효능감		생활만족도		우울		심리적 안녕	
	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II
	β	β	β	β	β	β	β	β
연령	.081	.025	.301***	.292***	-.210**	-.176*	.232**	.188**
학력	.134	.134	.083	.069	-.114	-.108	.141*	.133
배우자유무	-.073	-.077	-.02	-.021	-.037	-.037	-.030	-.031
주관적 경제수준	.092	.066	.366***	.362***	-.230**	-.190**	.269***	.241***
신체적 기능	.352***	.232**	.285***	.260***	-.226**	-.137	.375***	.274***
유급노동		.131		.057		-.156*		.140*
자원봉사		.038		.062		.087		.021
단체활동		.183**		.128		-.174*		.230**
교육참여		.036		.053		-.116		.072
가사노동		.293***		.00		-.197**		.216**
손자녀돌보기		-.035		-.063		-.040		-.033
상수	5.919	7.932	-15.43	-15.79	25.129	25.036	-17.034	-10.865
F값	14.30***	7.33***	6.673***	5.483***	6.673***	5.483***	14.585***	10.959***
R ²	.178	.326	.288	.320	.159	.261	.292	.413

〈표 4〉 여성 노인의 심리적 안녕에 대한 생산적 활동의 영향 (n=212)

종속변수	자기효능감		생활만족도		우울		심리적 안녕	
	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II	모델 I	모델 II
	β	β	β	β	β	β	β	β
연령	.061	.065	.187**	.160*	.087	.055	.089	.089
학력	-.002	-.011	-.091	-.138*	-.067	-.045	-.018	-.053
배우자유무	.180**	.165*	.167*	.191**	-.065	-.075	.185**	.191**
주관적 경제수준	.231***	.200**	.391***	.375***	-.035	-.017	.307***	.277***
신체적 기능	.337***	.248***	.247***	.225**	-.302***	-.207**	.377***	.295***
유급노동		.085		-.089		-.081		.026
자원봉사		-.018		.099		-.151*		.079
단체활동		.180**		.037		-.092		.138*
교육참여		.096		.115*		-.015		.106
가사노동		.137*		-.011		-.162*		.119
손자녀돌보기		.071		-.022		-.042		.042
상수	6.924	4.461	-6.732	-5.426	13.401	15.301	4.771	5.076
F값	13.920***	8.929***	14.646***	7.651***	7.873***	5.693***	20.445***	12.114***
R ²	.254	.332	.264	.298	.161	.239	.335	.403

의한 영향을 나타내었다. 즉 신체적 기능 수준이 낮을수록 우울 수준이 높았으나 자원 봉사활동과 가사 노동 수준이 높을수록 우울을 감소시키는데 긍정적인 영향이 있었다.

남성 노인의 경우 1단계 분석에서 우울에 유의한 영향을 나타낸 변인은 연령($P<.01$), 경제적 수준($P<.01$), 신체적 기능($P<.01$)이었다. 2단계 분석에서 연령($P<.05$), 경제적 수준($P<.01$), 유급 노동($P<.05$), 단체 활동($P<.05$), 가사 노동($P<.05$)이었다. 신체적 기능은 2단계 분석에서는 포함되지 않았다. 경제적 수준이 높을수록, 유급 노동에 종사하는 경우 우울 수준이 낮았으며 단체 활동과 가사 노동 수준이 높을수록 우울 수준이 낮았다. 특이한 점은 연령이 높을수록 우울 수준이 오히려 낮았다는 것이다. 결론적으로 여성 노인의 경우 우울 수준을 낮추는데 도움을 주는 생산적 활동은 자원 봉사와 가사 노동이었으며 남성 노인의 경우는 단체 활동과 가사 노동이었다.

4) 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향

생산적 활동이 심리적 안녕 전체에 미치는 영향을 검증한 결과 여성 노인의 경우 1단계 분석에서 배우자 유무($P<.01$), 주관적 경제 수준($P<.001$), 신체적 기능($P<.001$)이 유의한 영향이 있었으며 2단계 분석에서는 생산적 활동 중 단체 활동($P<.05$)만이 유의한 영향을 주었다. 남성 노인의 경우에는 1단계 분석에서 연령($P<.01$), 주관적 경제수준($P<.001$), 신체적 기능($P<.001$)이 유의한 영향을 있었으며 2단계 분석에서는 유급 노동($P<.05$), 단체활동($P<.01$), 가사노동($P<.01$)이 유의하게 긍정적 영향을 주었다.

V. 논의

본 연구를 통해 노년기 생산적 활동이 심리적 안녕에 미치는 영향을 알아보고 성별에 따라 변수의 차이가 존재하는지 살펴보았다. 본 연구의 주요 결과에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 지속적인 활동은 노년기 자기효능감 유지에 도움을 준다는 선행 연구(McAuley *et al.*, 2005) 결과와 같이 노년기 생산적 활동은 자기효능감에 긍정적 영향이 있었다. 구체적으로는 남녀 노인 모두 단체활동과 가사노동이 유의한 영향을 나타내었다. 여성 노인의 경우 일반적 사항 중 배우자 유무, 주관적 경제수준, 신체적 기능이 자기효능감에 유의하게 긍정적인 영향을 나타내었으며 일반적 사항을 고려하였을 때 생산적 활동 변인 중 단체활동과 가사 노동이 자기효능감에 긍정적 영향을 나타내었다. 남성노인의 경우에는 일반적 사항 중 신체적 기능만이 유의한 영향을 나타내었으며 일반적 사항을 고려한 상태에서 단체 활동과 가사 노동이 자기효능감에 유의한 영향을 나타내 여성 노인과 일치한 결과

를 보여주었다. 따라서 노인의 생산적 활동 중 단체 활동과 가사 노동은 자기효능감을 증진시키는데 유용한 변인임이 확인 되었다. 단체 활동은 노년기 사회적 관계를 형성하는데 도움을 주며 주기적으로 타인을 만나는 과정에서 노인의 자기효능감을 높이는데 매우 긍정적으로 기여한다. 특히 본 연구의 결과 중 노년기 남성들의 가사 노동 활동이 자기효능감에 긍정적인 영향을 준다는 것은 시사하는 바가 크다. 가사 노동은 일반적으로 여성의 역할인 것으로 인식되고 있어 농촌 노인을 대상으로 한 선행연구 결과에서 가사 노동은 남성 노인의 심리적 안녕에 긍정적인 효과가 없는 것으로 나타난 바 있다(윤순덕, 한경혜, 2004) 그러나 도시 노인을 대상으로 한 본 연구에서는 가사 노동 활동 역시 생산적 활동의 한 종류로서 노년기 남성들의 심리적 적응을 돕는데 기여한다는 것을 확인할 수 있었다. 이것은 가사 노동에 대한 도시와 농촌 지역의 의식 차이 혹은 라이프 스타일의 차이가 반영된 것이라고 추측해 볼 수 있다.

둘째, 여성 노인의 생산적 활동 중 교육 참여 활동은 생활만족도에 긍정적 영향을 주었다. 여성 노인의 일반적 사항 중 연령, 학력, 배우자 유무, 주관적 경제 수준, 신체적 기능은 생활만족도에 유의한 영향을 주었다. 특이한 사항은 연령이 증가함에 따라 생활만족도가 증가 되는 것으로 나타났다는 점이며 학력이 높을수록 오히려 생활만족도가 낮았다는 것이다. 이것은 연령이 증가함에 따라 생활만족도가 감소한다는 선행 연구들(김미옥, 2003; 박광희, 한혜경, 2002) 및 학력이 높을수록 생활만족도가 높다는 선행연구들(김기태, 박봉길, 2000; 정혜정, 김태현, 이동숙, 2000)과 상반된 결과이다. 따라서 노년기 연령이라는 것이 반드시 생활만족도를 저해하는 요인이 아니라는 것을 확인할 수 있다. 이는 노년기로 진입하는 초기는 중년기에서 넘어가는 생활주기의 전환 시기 이므로 심리적 혼란이 있을 수 있으나 연령이 증가함에 따라 생활에 대한 적응이 이루어져 오히려 만족도가 증가하는 것으로 해석해 볼 수 있다. 여성노인을 대상으로한 박충선(1990)의 연구에서도 연령이 증가할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며 이 역시 연령 증가에 따른 노후 생활적응력의 증대로 해석되고 있다. 학력이 높을수록 오히려 생활만족도에 부정적인 영향이 있는 것은 여성 노인의 경우 남성 노인과 비교하였을 때 학력이 높을수록 생활만족에 대한 기대 수준이 높으나 이에 있어 불일치를 이루기 때문인 것으로 사료된다. 이점은 향후 보다 심도있는 조사와 분석이 필요할 것으로 보인다. 주관적 경제수준의 선행 연구결과들(김수연, 1987; 김옥수, 1987)과 마찬가지로 경제수준이 높을수록 생활만족에 긍정적인 영향이 있었다. 남성 노인의 경우에도 연령, 주관적 경제수준, 신체적 기능이 생활만족도에 유의한 영향을 나타내었는데 이 경우 역시 연령 증가에 따라

생활만족도가 높아지는 것으로 나타났다. 생산적 활동이 생활만족도에 미치는 영향에 대해서는 여성 노인의 경우 교육 참여 활동에서만 나타났으며 남성 노인의 경우에는 유의한 영향을 주는 변인이 없는 것으로 나타났다.

셋째, 여성 노인의 생산적 활동 중 자원봉사와 가사노동은 우울에 유의한 부정적 영향이 있었으며 남성 노인의 생산적 활동 중 유급 노동, 단체 활동, 가사노동은 우울에 유의한 부정적 영향이 있었다. 여성 노인의 일반적 사항 중 신체적 기능만이 우울에 유의한 영향을 나타내었으며 이것은 신체적 기능의 저하가 우울을 증가시킨다는 선행연구(Blaum et al., 1994; 차미숙, 2000)와 일치된 결과라고 할 수 있다. 남성 노인의 경우에는 연령과 주관적 경제 수준이 유의한 영향이 있었는데 연령의 경우 연령 증가에 따라 우울이 증가한다는 선행 연구(박인옥 등, 1998)와 달리 오히려 감소하는 것으로 나타나 차이가 있었다. 주관적 경제 수준은 낮을수록 우울이 증가하였다. 이처럼 우울에 영향을 주는 변인은 남녀 성별에 따른 차이를 보였다. 여성 노인의 경우 우울을 감소시키는 데 자원봉사와 가사 노동이 도움이 된다는 것을 알 수 있으며 남성 노인의 경우에는 유급 노동, 단체 활동, 가사 노동이 우울을 감소시키는 데 도움을 준다는 것을 알 수 있다.

이상 노인들의 사회경제적 수준이나 신체적 기능 등의 일반적 사항이 심리적 안녕에 영향을 줄 수 있으나 생산적 활동을 유지함으로써 심리적 안녕을 획득할 수 있음을 확인하였다. 심리적 안녕의 하위 변인에 대한 독립 변수의 영향력은 성별에 따라 약간의 차이를 보였다. 남성 노인들의 경우 특히 단체 활동과 가사 노동이 심리적 안녕에 긍정적인 도움을 주는 것으로 나타났는데 이것은 단체활동과 가사노동이 노인의 행복감에 긍정적인 영향을 준다는 연구(Menec, 2003) 및 친밀활동과 단체활동이 노후 적응에 도움을 준다는 선행연구(서병숙, 오경숙, 1990)와 유사한 결과라고 할 수 있다. 단체 활동이란 은퇴로 인해 사회로부터 유리될 위기에 놓인 남성 노인들에게 사회적 소속감을 부여해 주므로 심리적 적응에 긍정적인 요소가 되는 것으로 보인다. 반면 가사 노동의 경우 여성 노인의 심리적 안녕에만 도움이 될 것이라 예상하였으나 남성 노인의 자기 효능감 증진과 우울 감소에 유의한 영향을 주는 것으로 나타나 매우 주목할 만한 결과를 얻었다. 이는 현 도시 거주 노인 세대가 기존의 성역할 고정 관념에서 벗어나는 등 의식이 변화되고 있음을 증명해 주는 것이다. 여성 노인의 경우에도 단체 활동과 가사 노동이 심리적 안녕에 도움이 되는 것으로 나타났으며 남성 노인과 달리 자원 봉사와 교육 참여 활동 등도 심리적 안녕에 도움이 되는 변인으로 나타났다.

본 연구의 조사 대상자는 연령, 학력, 지역적인 면에서 편향되고 있음을 제한점으로 지적 할 수 있다. 즉 60대가

58.1%였으며, 고졸이상이 총 204명으로 전체의 51.5%를 차지하였고, 지역적으로는 서울에 거주하는 노인들만을 조사 대상으로 함에 따라 농촌지역이나 소도시 지역 노인들의 특성이 반영되지 못한 점을 들 수 있다. 조사 대상자들의 학력이 특히 높은 이유는 노인복지관을 이용하는 남성 노인들 학력 수준이 높았기 때문인 것으로 사료된다. 그러나 향후 노인 세대의 학력 수준은 현재에 비해 상승되리라 예상할 수 있기 때문에 본 연구의 결과는 미래 노인세대의 성향의 유추하는데 도움이 될 것이라 생각된다.

■참고문헌

- 김기태, 박봉길(2000). 독거노인의 생활만족도와 사회지망 - 지역복지관의 서비스를 받고 있는 노인들을 중심으로-. 한국노년학, 20(1), 153-168.
- 김미옥(2003). 장애노인의 특성과 생활만족도에 관한 연구. 노인복지연구, 21, 73-97.
- 김선희(1996). 시부모 부양 며느리의 안녕감에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수연(1987). 도시노인의 생활만족도와 관련변인에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김옥수(1987). 노인의 자아존중감과 불안에 관한 연구. 중앙의학, 58(8), 517-524.
- 박광희, 한혜경(2002). 농촌노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인. 한국노년학연구, 11, 43-61.
- 박인옥, 김진세, 이강중, 정인파(1998). 한국노인의 우울요인. 노인정신의학, 2(1), 47-63.
- 박충선(1990). 여성 노인의 삶의 질에 관한 분석적 연구. 여성연구, 8(3), 115-153.
- 서병숙, 오경숙(1990). 활동을 중심으로 한 노후 적응. 한국노년학, 10, 125-145.
- 오홍식 역(2002). 노년에 관하여. 서울: 궁리.
- 윤순덕, 한경혜(2004). 농촌노인의 생산적 활동과 심리적 복지. 한국노년학, 24(2), 57-77.
- 이선미, 김경신(2002). 노년기 부부의 생활만족도와 우울 및 관련변인 연구. 한국노년학, 22(1), 139-157.
- 이철우, 장현(1996). 노인 생활만족도에 관한 시간적 차원의 연구. 한국노년학, 16(2), 137-150.
- 이호성(2005). 도시노인의 사회적 유대와 생활만족도 연구. 한국노년학, 25(3), 123-138.
- 정태연, 조은영(2005). 노년기의 외로움 및 생활만족도와 관련된 변인탐색. 한국노년학, 25(1), 55-71.
- 정혜정, 김태현, 이동숙(2000). 독거노인의 생활만족도 연구 -전북지역을 중심으로-. 한국노년학, 20(2), 49-70.

- 차미숙(2000). 노인들의 건강상태, 일상생활 활동능력이 우울증에 미치는 영향. 인제대학교 보건대학원 석사학위논문.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.
- Beauvoir, S. (1970). *La Vieillesse*. Les Editions Gallimard, Paris; 홍상희, 박혜영 역(2002). 노년. 서울: 책세상.
- Blaum, C. S., Liang, J., & Lie, X. (1994). The relationship of chronic disease and health status to the health services utilization of older Americans. *Journal of the American Geriatrics Society*, 42, 1087-1093.
- Chou, K. L., & Chi, I. (2002). Successful aging among the young-old, old-old, and oldest-old chinese. *International Journal of Aging and Human Development*, 54(1), 1-14.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The life satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dupuy, H. J. (1978). *Self-representation of general psychological well-being of American Adults*. Los Angeles, Ca.: Paper Presented at American Public Health Association Meeting.
- Everard, K. M. (1999). The relationship between reasons for activity and older adults well-being. *Journal of Applied Gerontology*, 18, 325-340.
- Glass, T. A., Seeman, T. E., Herzog, A. R., Kahn, A., & Berkman L. F. (1995). Change in productive activity in late adulthood: MacArthur studies of successful aging. *The Journal of Gerontology: Social Sciences*, 50(2), 65-76.
- Hall, E. (1983). *A conversation with erik erikson*. *Psychology Today*, June. 22-33.; 한성역 편역(2000). 노년기의 의미와 즐거움. 서울: 학지사.
- Herzog, A. R., Franks, M. M., Markus, H. R., & Holmberg, D. (1998). Activities and well-being in older age: Effects of self-concept and educational attainment. *Psychology and Aging*, 13, 179-185.
- Herzog, A. R., Kahn, R. L., Morgan, J. N., Jackson, J. S., & Antonucci, T. C. (1989). Age differences in productive activities. *The Journal of Gerontology: Social Sciences*, 44(4), 129-138.
- Lawton, M. P., Winter, L., Kleban, M. H., & Ruckdeschel, K. (1999). Affect and quality of life: objective and subjective. *Journal of Aging and Health*, 11(2), 169-198.
- Lemon, N., Bengtson, V., & Peterson, J. (1972). An exploration of the active theory of aging: Active types and life satisfaction among in-movers to a retirement community. *Journal of Gerontology*, 27(4), 511-523.
- Lennartsson, C., & Silverstein, M. (2001). Does engagement with life enhance survival of elderly people in sweden? The role of social and leisure activities. *The Journal of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56, 335-342.
- Leviatan, U. (1999). Contribution of social arrangement to the attainment of successful aging- the experience of the israeli kibbutz. *The Journal of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences*, 54, 205-213.
- McAuley, E., Elavsky, S., Motl, R. W., Konopack, J. F., Hu, L., & Marquez, D. X. (2005). Physical activity, self-Efficacy, and self-esteem: Longitudinal relationships in older adults. *The Journal of Gerontology Series: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60, 268-275.
- McDowell, I., & Newell, C. (1990). *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*. Oxford.
- Menec, V. H. (2003). The relation between everyday activities and successful aging: A 6-year longitudinal study. *The Journal of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences*, 58, 74-82.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Rodin, J., & McAvay, G. (1992). Determinants of change in perceived health in a longitudinal study of older adults. *The Journal of*

- Gerontology*, 47, 373-384.
- Rowe, J., & Kahn, R. (1997). Successful aging. *Gerontologist*, 37, 433-440.
- Rowe, J., & Kahn, R. (1998). *Successful aging*. New York: Dell Publishing a division of Random House.
- Seeman T. E., Rodin, J., & Albert, M. (1993). Self-efficacy and cognitive performance in high-functioning older individuals: MacArthur studies of successful aging. *Journal of Aging and Health*, 5(4), 455-474.
- Skinner, B. F. (1983). *Enjoy old age living fully in your later years*, Cambridge Massachusetts.; 주영숙 역 (1987). 노년을 즐기는 지혜. 서울: 배영사.
- Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., & Cohen, R. D. (2002). Successful aging and well-being: self-rated compared with Rowe and Kahn. *The Gerontologist*, 42(6), 727-733.
- Tate, R. B., Lah, L., & Cuddy, T. E. (2003). Definition of successful aging by elderly canadian males: The manitoba follow-up study. *The Gerontologist*, 43(5), 735-744.
- Wong, P. T. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology*, 30(3), 516-525.
- 기타자료
- 대통령비서실 고령사회대책 및 사회통합기획단(2004). 저출산·고령사회 대응을 위한 국가실천전략.
- 삼성경제연구소(2005). 고령화·저성장 시대의 기업 인적 자원 관리방안.
-
- (2006년 1월 28일 접수, 2006년 4월 27일 채택)