



# 중년기 성인의 노화불안, 우울 및 자아존중감에 대한 연구

김 순 이<sup>1)</sup> · 이 정 인<sup>2)</sup>

## 서 론

### 연구의 필요성

인생의 주기에서 중년기는 자신을 돌아보고 내부적인 성숙이 일어나는 시기인 반면 행동과 의식의 변화가 나타나는 전환기로서 개별화되는 과정이 두드러지게 나타나고 생의 부정적인 측면인 질병, 노화, 사망 등에 직면하여 실망과 혼돈을 경험하기도 한다. 신체적 노화가 시작되는 중년기에는 호르몬의 변화와 자율신경계의 과민반응으로 인한 신체적 증상이 나타나는데 생식능력의 상실, 성적 매력 저하 등의 신체상의 위협은 자존심 저하, 무가치함, 자신감의 부족 등과 같이 자신을 부정적으로 평가하게 되며, 불안과 우울 등의 정서적 위기상태를 초래한다(Gould, 1972; Sung, 2002).

노화 불안(aging anxiety)은 노화과정과 관련되어 미래에 야기 될 수 있는 걱정으로 생긴 불안상태를 의미하는 다차원적인 개념으로, 사람은 누구나 나이가 들고 또 나이가 든다는 것은 늙는다는 것과 같은 맥락에서 이해가 되어야한다(Lasher & Faulkender, 1993). 사람이 노화된다는 것은 시간이 경과하면서 정상적으로 변화하는 과정이고 모든 유기체에게 공통으로 나타나는 현상이지만(Choi et al., 2006), 중년기 성인은 노화에 따른 신체, 정신심리, 사회적 변화로 인해 노화불안을 경험하고 있다. 최근 많은 중년기 성인들이 자신의 젊은 모습을 유지하기 위하여 성형수술을 고려하고 있으며 가능한 젊게 보이기 위하여 옷차림에 신경을 쓰고 나이를 밝히기 싫어하는 태도를 보이는데 이는 노화불안의 한 단면을 보여주는

것이다(Kim, 2005).

자아존중감은 자아개념의 평가적 요소로서 자신을 긍정적으로 수용하고 가치 있는 인간으로 인지하는 것으로 자아개념이 자아에 대한 인지적 측면인 반면 자아존중감은 감정적 측면을 강조한다. 자아존중감과 정신건강은 밀접하게 관련이 있어 타인으로부터 신뢰, 사랑, 돌봄, 가치를 보장 받을 때 강화된다(Shin, 2001).

Flint와 Rifat(2002)의 연구에서 인생 중반기 이후의 불안은 우울 정도와 생활사건에 유의하게 영향을 미친다고 보고한 것처럼 나이가 들어가면서 나타나는 신체적, 심리적 변화는 노화불안을 초래하고 이는 중년기 우울을 유발하는 원인이 될 수 있으며(Ho et al., 1999; Kim & Park, 2001), 자아존중감이 높을수록 우울, 불안, 적대감, 강박증 정도가 낮은 것으로 보고되고 있듯이(Hong, 1999; Kim, D. H., 2001) 중년기의 노화불안은 중년기의 우울 및 자아존중감에 부정적 결과를 초래하는 원인이 될 수 있다.

중년기는 연령적으로 전체 인생주기에서 1/4에 해당할 만큼 비중이 커지고 있으며 노령화 사회에 직면하여 중년기 이후의 기간이 점차 길어지고 있음을 볼 때 건강한 중년기를 보낼 수 있는 다양한 간호중재가 필요하다. 그동안 중년기 성인을 대상으로 한 노화불안에 대한 연구는 거의 없고 특히 노화불안, 우울, 자아존중감에 대한 연구는 전무한 상태이다. 이에 본 연구자는 중년기 성인의 노화불안과 우울, 자아존중감의 관계를 살펴봄으로써 그들의 정신건강을 증진하고 나아가 삶의 질을 높일 수 있는 간호중재 개발에 도움이 되는 기초 자료를 마련하고자 본 연구를 시도하였다.

주요어 : 노화불안, 우울, 자아존중감, 중년기

1) 혜천대학 간호과 부교수, 2) 혜천대학 간호과 전임강사(교신저자 E-mail: jilee@hcc.ac.kr)

투고일: 2007년 1월 2일 심사완료일: 2007년 2월 2일

## 연구의 목적

본 연구의 목적은 중년기 성인의 노화불안, 우울 및 자아존중감을 파악하고 그 관계를 확인하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 노화불안, 우울, 자아존중감 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 노화불안, 우울, 자아존중감 정도를 파악한다.
- 대상자의 노화불안, 우울, 자아존중감의 관계를 파악한다.

## 용어의 정의

### ● 노화불안

노화불안은 노화와 불안이라는 합성어로 자신의 개별적 노화 과정과 관련된 두려움과 과정으로서가 아닌 상태로써 늙었다는 것에 대한 두려움, 늙어간다는 것 대한 두려움을 의미하는 것(Watkins, Coates, & Ferroni, 1998)이다. 본 연구에서는 Watkins 등(1998)이 개발한 노화불안 측정도구(AASE : anxiety about aging scale for the elderly)를 Kim(2005)이 변안한 도구를 사용하여 측정한 점수를 의미한다.

### ● 우울

우울은 정상적인 기분변화에서 병적인 상태에 이르는 근심, 침울감, 실패감, 무기력감 및 무가치함을 나타내는 상태(Battle, 1978)이다. 본 연구에서는 일반 인구 집단을 대상으로 우울증에 관한 역학적 연구를 하기 위해 미국 정신 보건 연구원에서 개발한 CES-D(The Center for Epidemiological Studies Depression Scale)로 측정한 점수를 의미한다.

### ● 자아존중감

자아존중감은 개인이 자신에 대해 형성한 가치판단 혹은 평가로 자신을 중요하다고 생각하거나 성공적이고 가치가 있다고 믿는 정도(Coopersmith, 1967)이다. 본 연구에서는 Jon(1974)이 번역한 Rosenberg Self-esteem Scale(Rosenberg, 1965)을 사용하여 측정한 값을 의미한다.

## 연구 방법

### 연구 설계

본 연구는 중년기 성인의 노화불안, 우울 및 자아존중감의 정도를 파악하고 이들의 관계를 알아보기 위한 서술적 상관관계 연구(Descriptive correlation study)이다.

## 연구대상

본 연구의 대상자는 대도시에 거주하고 있는 만 40세에서 64세 사이의 중년기 성인으로서 연구의 취지를 이해하고 참여하기에 동의한 사람에 한하여 임의로 추출하였다. 조사연구의 경우 표본이 크면 클수록 타당도가 높은 정확한 연구결과를 얻을 수 있으나 표본수 결정 시 모집단이 동질성이면 이질성일 때 보다 적은 수로도 가능하다(Lee, Lim, & Park, 1998). 본 연구의 대상자 수는 184명이었다.

## 연구도구

### ● 노화불안

노화불안 측정도구는 Watkins 등(1998)이 개발한 AASE (Anxiety about Aging Scale for the Elderly)도구를 Kim(2005)이 우리나라 실정에 맞게 번안한 것으로 전체 20문항으로 구성되었다. 각 문항마다 1점에서 4점까지 점수가 주어지게 되며 부정적인 문항은 역환산 처리하여 점수가 높을수록 노화불안정도가 높음을 의미한다. 본 도구의 개발당시 Cronbach' a 값은 .84이었고 본 연구에서는 .72였다.

### ● 우울

우울 측정도구는 Cho와 Kim(1993)이 번역한 한국어판 CES-D(The Center for Epidemiological Studies Depression Scale)를 사용하였다. 본 도구는 20문항으로 이루어진 자가 보고형 우울증 선별 검사 도구이며, 각 항목마다 0점에서 3점까지 점수가 주어지고 점수가 높을수록 우울 정도가 심한 것을 의미한다. 본 도구의 Cronbach's a 값은 Cho와 Kim(1993)의 연구에서 .91로 나타났으며, 본 연구에서는 .86이었다.

### ● 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg(1965)가 개발하고 Jon(1974)이 번역한 Rosenberg Self-Esteem Scale을 사용하였다. 이 도구는 4점 척도로 된 10개 문항으로 5개 문항은 긍정형, 다른 5개 문항은 부정형으로 구성되어 있다. 가능한 점수는 최저 10점에서 최고 40점까지이며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. Jon(1974)의 연구에서 Cronbach's a 값은 .85였으며 본 연구에서는 .76으로 나타났다.

## 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2006년 3월 15일부터 6월 10일까지이며, 연구대상자에게 연구의 목적을 설명하고 동의를 구한 뒤 자료를 수집하였다. 설문지는 220부를 배부하여 190부

를 회수하였으며, 이중 응답이 불성실한 6부를 제외한 총 184 부를 분석에 이용하였다.

**자료분석**

수집된 자료는 SPSS PC+ ver 12.0 통계프로그램을 이용하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 노화불안, 우울 및 자아존중감 정도는 실수, 백분율, 평균, 표준편차를 구하였다.
- 대상자의 일반적 배경에 따른 노화불안, 우울 및 삶의 만족도 정도는 t-test, ANOVA로 분석하였다.
- 대상자의 노화불안, 우울 및 자아존중감의 관계는 Pearson Correlation Coefficient로 분석하였다.

**연구 결과**

**대상자의 일반적 특성**

본 연구 대상자의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다.

**노화불안, 우울 및 자아존중감**

대상자의 노화불안은 총 80점 중 평균 48.38로 나타났으며, 우울은 총 60점 중 평균 16.49, 그리고 자아존중감은 총 40점 중 평균 29.08로 나타났다<Table 2>.

**일반적 특성에 따른 노화불안, 우울 및 자아존중감**

대상자의 일반적 특성에 따른 노화불안 정도는 <Table 1>과 같다. 교육정도에 따른 노화불안은 대졸 이상인 경우(47.34)에 낮고 중졸인 경우(50.52) 가장 높은 것으로 조사되었으며 이는 통계적으로도 유의하였다(F=4.221, p=.007). 통계적으로 유의하지는 않으나 남성보다 여성의 노화불안 점수가 높았으며, 미혼인 경우에 기혼이나 기타의 경우에 비해 노화불안 점수가 낮았고, 경제 상태는 하의 경우에 중상의 경우보다 점수가 높게 나타났다. 건강상태가 좋다고 한 경우에 나쁘다고 한 경우보다 노화불안 점수가 낮았으며, 혼자 사는 경우에 대가족이나 핵가족의 경우보다 노화불안 점수가 높게 조사되었다.

일반적 배경에 따른 우울은<Table 1>과 같다. 남성은 14.65

<Table 1> Mean difference of score of anxiety about aging, depression, and self esteem (N=184)

		n(%)	Anxiety about aging				Depression				Self esteem			
			Mean	SD	t or F	p	Mean	SD	t or F	p	Mean	SD	t or F	p
Gender	Male	55(29.9)	47.65±4.10	1.002	.318	14.65± 5.84	9.500	.002**	29.51±2.91	1.249	.265			
	Female	129(70.1)	48.69±4.98			17.28± 8.96			28.90±3.63					
Age(yrs)	31-40	32(17.4)	48.69±5.18	.462	.631	15.34± 7.63	.631	.533	30.13±3.08	3.697	.027*			
	41-50	104(56.5)	48.09±4.49			16.41± 7.71			29.22±3.20					
	51-60	48(26.1)	48.81±5.03			17.44± 9.65			28.08±3.93					
Educational level	Elementary school	21(11.4)	49.76±5.89	4.221	.007**	20.29±10.54	4.821	.003**	28.95±4.86	1.179	.319			
	Middle school	33(17.9)	50.52±4.76			19.67± 8.58			28.18±3.50					
	High school	89(48.4)	47.74±4.20			15.38± 7.24			29.18±3.11					
	Graduate school	41(22.3)	47.34±4.69			14.41± 7.54			29.66±3.16					
Marriage	Married	156(84.8)	48.46±4.50	.808	.447	16.01± 7.61	2.430	.091	29.17±3.17	.580	.561			
	Single	7( 3.8)	46.14±6.72			16.14± 8.90			29.43±3.51					
	Others	21(11.4)	48.52±5.80			29.19±11.40			28.33±5.05					
Religion	Yes	122(66.3)	48.50±4.57	1.113	.337	16.54± 7.93	5.288	.002**	29.13±3.21	.872	.457			
	No	62(33.7)	48.71±4.61			17.58± 7.76			29.23±3.32					
Employed	Yes	126(68.5)	48.25±4.36	1.166	.282	15.86± 7.60	1.776	.184	29.34±3.34	.184	.666			
	No	58(31.5)	48.67±5.53			17.88± 9.37			28.52±3.59					
Economic status	Middle & Upper	113(61.4)	47.27±4.31	.790	.375	14.18± 6.69	5.727	.018*	29.84±3.02	.699	.405			
	Low	71(38.6)	50.15±4.90			20.18± 9.11			27.87±3.72					
Disease	Yes	50(27.2)	48.60±4.77	.275	.600	18.34± 9.84	3.829	.052	28.74±4.14	2.036	.155			
	No	134(72.8)	48.30±4.75			15.81± 7.46			29.21±3.14					
Health status	Good	124(67.4)	47.52±4.53	.001	.973	14.27± 6.98	2.289	.132	29.67±3.23	.009	.924			
	Bad	60(32.6)	50.17±4.72			21.10± 8.75			27.87±3.56					
Family	Extended	24(13.0)	48.63±4.15	.560	.572	16.67± 8.56	.064	.938	29.25±3.14	.035	.965			
	Nuclear	153(83.2)	48.26±4.90			16.52± 8.37			29.05±3.55					
	Alone	7( 3.8)	50.14±3.08			15.43± 2.88			29.14±1.68					

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

점, 여성은 17.28점으로 여성이 우울점수가 높았으며 통계적으로도 유의하였다( $t=9.500, p=.002$ ). 교육정도는 대졸의 경우 14.41점으로 고졸 15.38점, 중졸 19.67점, 초졸 20.29점에 비해 우울 점수가 높았으며 통계적으로도 유의하였다( $F=4.821, p=.003$ ). 종교는 없는 경우(17.58)에 있는 경우(16.54)보다 우울 점수가 높았고 통계적으로 유의하였다( $t=5.288, p=.002$ ). 경제상태는 하의 경우(20.18)에 중상의 경우(14.18)보다 우울 점수가 높고 통계적으로 유의하였다( $t=5.727, p=.018$ ). 연령은 통계적으로 유의하지 않으나 31세-40세 경우에 51세-60세 경우보다 우울점수가 낮았고, 직업이 있는 경우에 없는 경우보다 우울 점수가 낮게 나타났다. 질병이 있다고 응답한 경우에 질병이 없는 경우보다 우울 점수가 높았으며, 건강상태가 나쁜 경우가 좋은 경우보다 우울 점수가 높게 조사되었다. 혼자 사는 경우에 대가족이나 핵가족의 경우보다 우울 점수가 높게 나타났다.

일반적 배경에 따른 자아존중감은<Table 1> 연령이 31-40세인 경우(30.13)에 자아존중감이 가장 높았으며(41-50세 29.22, 51세-60세, 28.08) 이는 통계적으로도 유의하였다( $F=3.697, p=.027$ ). 통계적으로 유의하지는 않으나 여성보다 남성이 자아존중감이 높았고, 교육정도는 대졸의 경우 자아존중감이 가장 높게 나타났다. 경제 상태는 하의 경우보다 중상의 경우에 자아존중감이 높았고, 질병이 없는 경우에 있는 경우보다 자아존중감이 높게 조사되었다. 건강상태가 좋은 경우에 나쁜 경우보다 자아존중감이 높게 나타났다.

<Table 2> Degree of anxiety about aging, depression and self esteem (N=184)

Classification	Mean±SD	Observed range	Original range
Anxiety about aging	48.38±4.75	33-67	20-80
Depression	16.49±8.23	1-53	0-60
Self-esteem	29.08±3.43	14-37	10-40

노화불안, 우울, 삶의 만족도와 관계

본 연구의 대상자들은 노화불안과 우울 간에( $r=.404, p=.000$ ), 노화불안과 자아존중감 간에( $r=.454, p=.000$ ) 유의한 순상관관계를 나타냈으며, 우울과 자아존중감 간에( $r=-.577,$

$p=.000$ )는 유의한 역상관관계를 나타냈다. 즉 중년기 대상자들은 노화불안이 높을수록 우울 정도가 높고, 자아존중감이 높은 경우 노화불안도 높은 것으로 조사되었다. 우울이 낮은 경우에 자아존중감은 높은 것으로 나타났다<Table 3>.

논 의

대상자의 노화불안은 총 80점 중 평균 48.38로 나타났으며, 우울은 총 60점 중 평균 16.49, 그리고 자아존중감은 총 40점 중 평균 29.08로 중간보다 약간 높게 나타났다. 노인을 대상으로 한 Kim(2005)의 연구에서 노화불안 정도는 49.96이었으며, 역시 노인을 대상으로 한 Watkins 등(1998)의 연구에서는 45.7-46.7의 범위에서 노화불안 정도가 조사되었다. 이와 비교할 때 본 중년기 성인의 노화불안 정도는 비교적 높게 나타난 것이며 이는 우리나라 중년기 성인의 노화에 대한 태도를 일부 반영한 것이라고 본다.

교육정도에 따른 노화불안은 대졸 이상인 경우에 가장 낮게 조사되었는데 이는 Klemmack과 Roff(1984) 연구의 교육을 잘 받은 사람이 노화불안을 적게 표현한다는 결과와 일치하는 것으로 교육정도가 높은 사람은 노화과정에 대한 지식과 이해로 노화불안 정도도 낮게 표현된다고 여겨진다. 학력이 낮은 노인의 경우 노화불안이 낮게 나타난 Kim(2005)의 연구와는 다르게 나타났는데 이는 연구 대상자에 따른 차이로 여겨지며 이에 대한 추후 연구가 필요하다. 본 연구에서 남성보다 여성의 노화불안 점수가 높게 나타난 것은 Kim(2005)의 연구 결과와 일치하며 이는 여성이 남성에 비해 노화와 관련된 신체변화에 민감하게 반응하기 때문인 것으로 사료된다. 경제 상태가 낮은 경우에 중상의 경우보다 노화불안 점수가 높게 나타난 것은 수입과 복지상태가 노화불안과 관계가 있다는 Kim(2005)의 연구 그리고 Klemmack과 Roff(1984)의 연구 결과와도 일치하는 것이다. 건강상태가 좋다고 한 경우에 나쁘다고 한 경우보다 노화불안 점수가 낮게 나타난 것은 Klemmack과 Roff(1984)의 연구 및 Kim(2005)의 연구결과와 같이 노화불안과 지각된 건강상태는 의미 있는 상호관계가 있음을 지지하는 것이다. 혼자 사는 경우에 대가족이나 핵가족의 경우보다 노화불안 점수가 높게 조사된 것은 지지체계인 가족과 함께 할 때 신체적, 정서적 건강이 증진됨과 맥을

<Table 3> Correlation among anxiety about aging, depression and self esteem (N=184)

	Anxiety about aging r(p)	Depression r(p)	Self esteem r(p)
Anxiety about aging	1.000		
Depression	.404(.000)**	1.000	
Self-esteem	.454(.000)**	-.577(.000)**	1.000

\*\* p<.01

같이 하는 것이라 여겨진다.

일반적 배경에 따른 우울에서 남성보다 여성의 우울점수가 높고 통계적으로도 유의하였는데, 이는 여성이 남성에 비해 우울 정도가 높다는 일관된 기존의 연구결과를 지지하는 것이다(Han, Lee, Ok, Ryff, & Marks, 2002; Kim, O., 2001; Min, 1995). 대상자의 학력에 따른 우울 정도는 교육정도가 낮은 경우에 우울 점수가 유의하게 높게 나타났는데 중년 남성을 대상으로 한 Lee, Kim과 Oh(2003)의 연구, 중년여성을 대상으로 한 Jho(2000)의 연구와 일치하는 것이다. 종교는 없는 경우에 있는 경우보다 우울 점수가 높았고 통계적으로 유의하였는데 이는 종교가 정서적 안정에 도움이 됨을 입증하는 것으로 Lee 등(2003)의 연구 결과와도 일치하였다. 경제 상태는 중상의 경우보다 낮은 경우에 우울 점수가 유의하게 높은 것으로 나타났으며 이는 경제적 상황과 우울 간에 관계가 있다는 기존의 연구 결과와 일치하는 것이다(Jho, 2000; Kim, D. H. 2001; Lee et al., 2003). 연령은 통계적으로 유의하지 않으나 연령이 낮은 경우에 우울점수가 낮았는데 이는 연령이 증가하면서 나타나는 신체적 변화는 불안, 우울 등의 정서적 변화를 동반한다는 이론을 지지하는 것으로 고연령층의 경우 우울 정도가 높게 나타난 Sung(2002)의 연구 결과와 일치한다. 질병이 있다고 응답한 경우에 질병이 없는 경우보다 우울 점수가 높고, 건강상태가 나쁜 경우가 좋은 경우보다 우울 점수가 높게 나타난 것은 신체증상을 경험한 중년여성의 경우 우울 정도가 높게 나타난 Sung(2002)의 연구와 유사한 것으로 신체 변화와 정서 상태는 서로 관계가 있음을 지지하는 것이다.

일반적 배경에 따른 자아존중감은 연령이 낮은 경우에 자아존중감이 유의하게 높게 나타났는데 이는 여고생보다 중년 여성의 자아존중감이 낮게 나타났다고 한 Kim, Kim과 Park(2005)의 연구와 유사하며 중년기를 기점으로 자아존중감이 저하되기 시작하였다는 Trzenniowski, Donnellan과 Robins(2003)의 연구결과를 지지한다. 통계적으로 유의하지는 않으나 여성보다 남성의 자아존중감이 높게 나타났는데 이는 남성이 여성에 비해 사회생활이 활발하며 가부장적인 한국사회의 분위기와 관련이 있는 것으로 사료된다. 질병이 없고 건강 상태가 좋은 경우에 자아존중감이 높게 조사되었는데 이는 Shim(2005)의 연구결과와 일치하며 감정적 측면이 강조된 자아존중감이 신체적 건강 상태와 관련이 있음을 뒷받침하는 것이다.

본 연구의 대상자들은 노화불안이 높을수록 우울 정도가 높고, 자아존중감이 높은 경우 노화불안도 높은 것으로 조사되었다. 이는 Kim과 Park(1997)의 노인을 대상으로 한 연구에서 자아존중감이 높은 경우 불안정도가 낮게 나타났다고 보고한 것과는 다른 결과이다. 노화불안은 불안과는 다르게 신

체, 심리적 변화의 노화과정에서 생긴 불안으로(Lasher & Faulkender, 1993), 중년기 대상자들이 변화한 자신의 모습을 부정적으로 평가한다는 것을(Sung, 2002) 생각할 때, 자신을 가치 있게 여기는 자아존중감이 높은 사람일수록 노화불안도 높게 나타난 것이라 사료되며 이에 대한 추후 연구가 필요하다. 본 연구에서 자아존중감이 높은 경우에 우울이 낮게 나타난 것은 부정적인 자아존중감은 우울상태를 유발하는 요인이 되고, 긍정적인 자아존중감은 자신을 객관적으로 평가하고 능동적으로 현실과 이상을 잘 조화시켜 가면서 적응을 하도록 도와주는 요인이 될 수 있음을 의미하며 이는 Seo와 Kim(2003), Chang, Sohn과 Cha(2006)의 연구와 일치되는 결과이다.

중년기는 신체적 노화가 본격적으로 일어나는 시기로서 이로 인한 정서적 문제를 초래할 수 있고 이때 자신에 대한 가치 있는 평가는 중년남녀의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미칠 것이다. 이에 본 연구의 결과는 중년기 성인의 삶의 질을 증진시키기 위한 간호 중재 프로그램 개발의 기초 자료로 활용 될 것이다.

## 결론 및 제언

본 연구는 중년기 성인의 노화불안과 우울, 자아존중감의 관계를 살펴봄으로써 그들의 정신건강을 증진하고 나아가 삶의 질을 높일 수 있는 간호중재 개발에 도움이 되는 기초자료를 마련하고자 실시한 서술적 상관관계 연구(Descriptive correlation study)이다. 연구 대상은 대도시에 거주하고 있는 만 40세에서 64세 사이의 중년기 성인 184명이었으며, 자료수집 기간은 2006년 3월 15일부터 6월 10일까지이고, 수집된 자료는 SPSS PC+ ver 12.0 통계프로그램을 이용하였다.

본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

- 대상자의 노화불안은 평균 48.38, 우울은 평균 16.49, 그리고 자아존중감은 평균 29.08로 나타났다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 노화불안 정도를 본 결과 교육정도에 따른 노화불안은 대졸 이상인 경우(47.34)에 낮고 중졸인 경우(50.52) 가장 높은 것으로 조사되었으며 이는 통계적으로도 유의한 차이가 있었다( $F=4.221, p=.007$ ). 일반적 배경에 따른 우울은 남성(14.65)보다 여성(17.28)이 우울 점수가 높았으며 통계적으로도 유의하였다( $t=9.500, p=.002$ ). 교육정도는 대졸의 경우(14.41)보다 교육정도가 낮은 경우(고졸 15.38, 중졸 19.67, 초졸 20.29)에 우울 점수가 유의하게 높았으며 ( $F=4.821, p=.003$ ), 종교는 없는 경우(17.58)에 있는 경우(16.54)보다 우울 점수가 높았고 통계적으로 유의하였다( $t=5.288, p=.002$ ). 경제 상태는 하의 경우(20.18)에 중상의 경우(14.18)보다 우울 점수가 높고 통계적으로 유의한

차이가 있었다( $t=5.727, p=.018$ ). 일반적 배경에 따른 자아존중감은 연령이 31-40세인 경우(30.13)에 자아존중감이 가장 높았으며(41-50세 29.22, 51세-60세, 28.08) 이는 통계적으로도 유의하였다( $F=3.697, p=.027$ ).

- 대상자의 노화불안과 우울 간에( $r=.404$ ), 노화불안과 자아존중감 간에( $r=.454$ ) 유의한 순상관관계를 나타냈으며, 우울과 자아존중감 간에는( $r=-.577$ ) 유의한 역상관관계를 나타냈다.

이상의 결과를 통해 중년기 성인의 노화불안은 높을수록 우울 정도가 높고, 자아존중감이 높은 경우 노화불안도 높은 것으로 조사되었으며, 우울이 낮은 경우에 자아존중감은 높은 것으로 나타났다. 중년기는 우리 사회의 근간을 이루는 연령 집단으로서 이들의 신체적, 정신적 건강은 개인에게만 국한된 문제는 아니다. 이에 중년기 성인의 건강한 삶을 위한 간호 중재 프로그램의 개발이 필요하며 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본격적인 노화가 이루어지는 중년기에 노화불안이 초래될 수 있으나 이에 대한 연구가 부족하므로 중년기 성인의 노화불안과 관련된 질적연구 및 중년기 성인의 노화불안과 관련된 요인에 대한 연구가 필요하다.

둘째, 일반적으로 자아존중감이 높은 경우 불안 정도가 낮은 것으로 보고되고 있으나 본 연구에서는 자아존중감이 높은 경우 노화불안 정도가 높게 나타나, 앞으로 노화불안과 자아존중감의 관계에 대한 반복 연구가 필요하다.

## References

- Battle, J. (1978). The relationship between self-esteem and depression. *Psychol Rep, 42*, 745-746.
- Chang, H. K., Sohn, J. N., & Cha, B. K. (2006). A study of the relationship of chronic pain, pain coping, fatigue, self-esteem, and depression in elders. *J Korean Acad Fundam Nurs, 13*(1), 86-95.
- Cho, M. J., & Kim, K. H. (1993). Diagnostic validity of the CES-D(Korean version) in the assessment of DSM-III-R major depression. *J Korean Neuropsychiatr Assoc, 32*(3), 381-399.
- Choi, Y. H., Shin, K. L., Kim, S. Y., Cho, M. O., Lee, Y. H., & Kim, M. A. (2006). *Elderly and health*. Seoul: Hyunmoonsa
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Flint, A. J., & Rifat, S. L. (2002). Relationship between clinical variables and symptomatic anxiety in late-life depression. *Am J Geriatr Psychiatry, 10*, 292-296.
- Gould, R. L. (1972). The phase of adult life. *Am J Psychiatry, 129*(5), 521-531.
- Han, G. H., Lee, J. H., Ok, S. H., Ryff, C., & Marks, N. (2002). Gender, social roles and mental health in mid-life. *J Korea Gerontol Soc, 22*(2), 209-225.
- Ho, S. C., Chan, S. G., Yip, Y. B., Cheng, A., Yi, Q., & Chan, C. (1999). Menopausal symptoms and symptom clustering in Chinese women. *Maturitas, 33*(19), 219-227.
- Hong, J. W. (1999). *The effect of self-esteem and social support in the mental health of the elderly*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Jho, M. Y. (2000). *A study on the correlation between depression and quality of life for woman*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Womans University, Seoul.
- Jon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *YonSei Nonchong, 11*, 107-129.
- Kim, C. S., & Park, M. H. (1997). A study on the relationship between self-esteem and anxiety of the aged. *Korean Cent J Med, 62*(4), 375-387.
- Kim, D. H. (2001). A study on the correlation among family support, self-esteem, and depression in elderly. *J Welfare Aged, 13*(1), 113-144.
- Kim, K. H., Kim, H. S., & Park, K. S. (2005). The effects of family function, self-esteem, and loneliness on subjective health status in middle-aged women. *J Korean Acad Adult Nurs, 17*(2), 200-207.
- Kim, O. (2001). Sex differences in social support, loneliness, and depression among Korean college students. *Psychol Rep, 88*(2), 521-526.
- Kim, S. O., & Park, Y. J. (2001). Relationships between depression and social support in elderly women. *J Korean Gerontol Nurs, 3*(2), 230-239.
- Kim, S. Y. (2005). A study on the aging anxiety of the elderly. *J Korean Acad Soc Nurs Educ, 11*(1), 7-15.
- Klemmack, D. L., & Roff, L. L. (1984). Fear of Personal aging and objectives well-being in later life. *J Gerontol, 39*(6), 756-758.
- Lasher, K. P., & Faulkender, P. J. (1993). Measurement of aging anxiety: Development of anxiety about aging scale. *Int J Aging Hum Dev, 37*(4), 247-259.
- Lee, J. I., Kim, K. H., & Oh, S. H. (2003). Depression and life satisfaction of middle-aged man. *J Korean Acad Adult Nurs, 15*(3), 422-431.
- Lee, Y. O., Lim, N. Y., & Park, H. Y. (1998). *Nursing & medical study and statistic analysis*. Seoul: Soomoonsa.
- Min, S. K. (1995). *Modern Psychiatry*. Seoul: Ilchokak.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Seo, K. H., & Kim, Y. S. (2003). Self-esteem and depression of the elderly people living alone. *Korean Journal of Psychological and Social Issues, 9*(1), 115-137.
- Shim, M. S. (2005). A study on self-esteem, social support and health promoting behavior of the low income elderly. *J Korean Gerontol Nurs, 7*(1), 63-70.
- Shin, H. S. (2001). Self-esteem, health status, and life satisfaction in elderly women according to the spouse's perspective. *J Korean Acad Nurs, 31*(6), 1119-1128.

Sung, M. H. (2002). Self-reported climacteric symptoms, self concept and depression in middle-aged women. *J Korean Acad Adult Nurs*, 14(1), 102-113.

Trzenniewski, K. H., Donnellan, M. B., & Robins, R. W. (2003). Stability of self-esteem across the life span. *J*

*Pers Soc Psychol*, 84(1), 205-220.

Watkins, R. E., Coates, R., & Ferroni, P. (1998). Measurement of aging anxiety in an elderly Australian population. *Int J Aging Hum Dev*, 46(4), 319-332.

## A Study on Aging Anxiety, Depression, and Self-esteem of Middle-aged People

Kim, Soon Yi<sup>1)</sup> · Lee, Jung In<sup>2)</sup>

1) Associate Professor, Department of Nursing, Hyecheon College

2) Full-time Professor, Department of Nursing, Hyecheon College

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate the relationship among aging anxiety, depression, and self-esteem of middle-aged people. **Method:** The study was designed as a descriptive correlation study. Data were collected using a structured questionnaire which included general characteristics, and measures of aging anxiety, depression, and self-esteem. Data collection was done between March 15 and June 10, 2006 with 184 middle-aged participants. **Results:** The average score of the participants for aging anxiety was 48.38, for depression 16.49, and for self-esteem 29.08. There were positive correlations between aging anxiety and depression, aging anxiety and self-esteem. There was a negative correlation between depression and self-esteem. The correlations were statistically significant. **Conclusion:** Therefore, nursing program should be developed to improve the mental health and increase the qualitative life of middle-aged people.

**Key words :** Aging, Anxiety, Depression, Self-esteem, Middle aged

• Address reprint requests to : Lee, Jung In

Department of nursing, Hyecheon College

15-3 Boksoo-Dong, Seo-Gu, Daejeon 302-715, Korea

Tel: 82-42-580-6284 Fax: 82-42-580-6289 E-mail: jilee@hcc.ac.kr