

노인의 자기 성취감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구

왕명자¹ · 서은주² · 차남현³

경희대학교 간호과학대학 교수¹, 경북전문대학 간호과 교수², 가야대학교 간호학과 교수³

A Study on Self-Achievements and Related Factors in Elders

Wang, Myoung Ja¹ · Seo, Eun Ju² · Cha, Nam Hyun³

¹Professor, College of Nursing Science, Kyung Hee University, ²Professor, Department of Nursing, Kyungbuk College,
³Professor, Department of Nursing, Kaya University

Purpose: This study was to identify the relationship among self-management, economic stability, self-esteem, self-achievement and predictor of the self-achievements in elders. **Methods:** A total of 294 subjects aged between 60 and 92 were selected through convenient sampling. Data were collected by self-reported questionnaire from May to June, 2008. Collected data were analysed by the SPSS/WIN 15.0 program. **Results:** Self-management, economic stability, self-esteem, self-achievement were positively correlated. The most significant predictor of self-achievement in elders were self-management and self-esteem. **Conclusion:** These findings suggest that self-achievement is influenced by self-management and self-esteem and needed for aged well

Key Words : Aged, Needs, Economics, Achievement

I. 서 론

1. 연구의 필요성

최근 인구의 급속한 노령화는 생애 주기에서 노년기를 확장시키고 노인 인구의 거대한 양적인 증가와 더불어 과거보다 높은 경제력과 교육능력을 갖춘, 예전과 질적으로 다른 노인 인구의 성장을 가져왔다(Kang, 2003). 이에 따라 노인을 사회적, 심리적 쇠퇴 및 위축 문제, 그리고 이들 문제들과 병행해 나타나는 스트레스를 지닌 존재로, 혹은 복지의 수동적 수혜자로 보았던 과거의 관점에서 개인적으로 잘 노화하고자 하는 요구와 관심이 증가하고 있는 능동적인 삶의 주체로 사회적 관점도 변화하고 있다(Parker, Bellis, Bishop, & Harper, 2002).

또한, 노인의 삶은 과거의 의존적이며 은퇴 후 새로운 가치를 창출할 수 없다는 편견과 고정적인 관념에서 벗어나, 자기관리

를 잘하고 경제적인 안정을 이룬다면 독립적이고 생산적인 가치를 창출할 수 있다는 관점으로의 새로운 조명이 요구되어지고 있다(Kang, 2003).

노년기에도 독립적이고 생산적인 가치를 창출하려면 자기 성취감이 이루어져야 한다. 목표 지향적이고 자기 개발을 위해 애쓰며 적극적이고 생산적 활동을 하게 하는 자기 성취감은 성공적 노화와 관련된 중요 요인으로(Fisher & Specht, 1999) 자신의 일생을 후회없이 수용하고 현재생활에 만족하며 과거, 현재, 미래 간에 조화된 견해를 가지고 궁극적으로 만족한 삶을 살 수 있게 하기 때문이다. 이러한 심리적 만족감은 노인의 행복을 유의미하게 설명해 주는 요인이다(Rie et al., 2006).

노년기가 되어도 건강하고 심리적 만족감을 경험하고 행복하려면 지속적인 직업활동 욕구 실현, 활발한 사회참여 및 자기 관리(Choi, 1999; Chun & Park, 2006)를 통한 신체적 건강과 정신적, 기능적 퇴화방지(Kim et al., 1999)와 자신을 충분히 실

주요어: 노인, 자기관리, 경제적 안정, 자존감, 자기 성취감

Address reprint requests to : Cha, Nam Hyun, Department of Nursing, Kaya University, 60 Samkei-dong, Gimhae 621-748, Korea.
Tel: 82-55-330-1141, Fax: 82-55-330-1113, E-mail: yeoreo@daum.net

투고일 : 2008년 8월 16일 게재확정일 : 2009년 2월 27일

현시켜 자신이 할 수 있는 최상의 것을 해내게 하는 자기 성취감이 필요하다. 자기 성취감은 건강뿐 아니라 성공적 노화수준을 측정하는 지표로 사용(Chun, 2005; Wong, 1989) 되기 때문이다. 또한, 삶의 만족이 높은 상태인 심리적 안녕감이 확보될 때 성공적 노화가 이루어지므로(Wong, 1989) 심리적 안녕상태에 도달하는 감정인 자기 성취감은 성공적인 노화를 위해 중요한 기준이라 하겠다.

이렇게 성공적인 노화에 긍정적인 영향을 미치는 자기 성취감에 대한 연구는 국내·외적으로 그리 많지 않다(Choi, 2007; Fisher, 1995; Fisher & Specht, 1999; Neugarten, 1994; Seo, 2009). 따라서 성공적 노화를 위한 중요 개념인 자기 성취감에 영향을 미치는 변인에 대한 연구가 필요하다 생각된다.

생리적, 심리적, 육체적, 정서적, 사회문화적, 환경적 변화로 인해 생리적, 신체적 기능의 저하는 물론, 형태적, 외모적 변화와 사회적 은퇴(Park et al, 2004) 등으로 인해 자기관리 부족, 경제능력 상실, 자아상실감이 발생하는 노년기는 인생의 막장으로 죽음을 향해 나아가는 단계가 아니다. 노년기일수록 인생을 만족스럽고 행복하게 살기 위해 젊은이보다 더 자신의 능력에 대한 기대와 신념을 가지고 삶의 목적을 계획하고 실현하며 달성하는 노력이 필요하다고 생각한다. 목표를 달성하는 작은 성취활동이 반복될 때, 노인들은 자신과 삶의 가치는 물론, 만족한 삶과 행복감을 느낄 수 있고 지속적인 활동 및 참여를 통해 신체적, 생리적 기능 저하 속도를 감소시켜 건강에 기여할 수 있기 때문에 자기 성취감은 성공적 노화의 열쇠라고 생각한다. 따라서 본 연구는 성공적인 노화의 중요 개념인 자기 성취감에 영향을 미치는 요인을 파악하고 이들 구성 요소들 간의 영향력 및 관계를 밝힘으로 노인의 성공적인 노화에 대한 기초를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 노인의 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감의 정도를 확인하고 이들 변수 간의 관계를 규명하며 자기 성취감에 영향을 미치는 요인을 파악함으로써 성공적인 노화연구를 위한 기초자료를 마련하고자 함이며 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 노인이 지각하는 자기관리, 경제적 안정, 자존감, 자기 성취감의 정도를 파악한다.
- 노인의 일반적 특성에 따른 자기 성취감의 차이를 분석한다.
- 노인이 지각하는 자기관리, 경제적 안정, 자존감, 자기 성

취감 간의 상관성을 분석한다.

- 노인이 지각하는 자기 성취감에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 노인의 자기 성취감 정도를 알아보고 이에 영향하는 관련 요인을 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상자

본 연구대상자는 B시와 Y시에 소재한 아파트 노인정과 노인대학을 임의 선정하여 그곳에 소속된 60세 이상 노인으로 편의 추출하였다. 윤리적 측면을 고려하여 대상자에게 연구의 취지와 목적을 설명하고 응답을 원하지 않는 경우에는 언제라도 철회할 수 있고 회수된 자료는 익명으로 처리됨을 알려주고 연구 참여 동의 사인을 득한 후 설문조사를 시행하였다.

3. 연구진행 및 자료수집

1) 사전연구

문헌과 선행연구를 고찰하여 종속변수인 성공적인 노화와 독립변수인 자존감, 자기효능감, 인간관계, 자기 성취감 수준을 측정할 수 있는 도구를 선정하여 지도교수 1명과 노인전문간호사 2명과 함께 내용 타당도를 검증하였다. 도구의 구성타당도와 신뢰도 검증을 위해 Y시 노인대학 노인 56명을 대상으로 2008년 1월 20일부터 30일까지 사전조사를 실시하였고 이를 통해 설문지를 수정 보완하였다.

2) 본 연구

본 연구의 자료수집기간은 2008년 5월 13일부터 6월 5일까지이며, 자료수집방법은 연구자와 보조 연구자가 직접 기관을 방문하였으며, 자료수집에 대한 프로토콜 교육을 받은 연구 보조원이 설문지를 배부하고 대상자 스스로 기록하게 하였고, 설문지 이해와 기록이 불편한 대상자는 직접 읽어주고 이해시킨 후 답하게 하거나 보조 연구자가 대상자의 의사를 확인 후 대신 기록하였다. 설문조사에 소요된 시간은 30여분 정도이었다. 설문지는 총 320부 중 300부가 회수되었으며, 그 중 응답이 부실한 설문지 6부를 제외하고 총 294부가 최종 분석되었다.

4. 연구도구

1) 자기관리

Kim과 Shin(2005)의 성공적 노후 척도 개발도구를 수정·보완하여 사용하였다. 이 도구는 총 7문항 5점 척도로 구성되었으며, 점수분포는 최저 7점에서 최고 35점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 자기관리를 잘 하는 것을 의미한다. Kim과 Shin(2005)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었으며, 본 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .87$ 이었다.

2) 경제적 안정

Kwak(2004)이 제시한 5문항 중 요인분석한 결과 요인의 설명력이 낮은 3문항을 제외한 총 2문항을 사용하였다. 본 도구는 5점 척도로 구성되었으며, 점수분포는 최저 2점에서 최고 10점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 경제적 안정이 높은 것을 의미한다. Kwak(2004)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .75$ 이었으며, 본도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .85$ 이었다.

3) 자존감

Tafarodi와 Swann(2001)이 개발한 자존감 척도(Self-Liking/Self-Competence Scale-Revised Version: SLCS-R)를 Yang(2005)이 번안하여 측정한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 16문항 5점 척도로 구성되었으며, 점수분포는 최저 16점에서 최고 80점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높은 것을 의미한다. Tafarodi와 Swann(2001)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .90$ 이었으며 Yang(2005)의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .89$, 본 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .81$ 이었다.

4) 자기 성취감

Roh(2001)의 도구 12문항을 요인분석한 결과 신뢰도와 내용 타당도가 높은 5문항을 사용하였다. 본 도구는 총 5문항 5점 척도로 구성되었으며, 점수는 최저 5점에서 최고 25점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 자기 성취감 정도가 높은 것을 의미한다. Roh(2001)의 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .74$ 이었고, 본 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .79$ 이었다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 15.0 프로그램을 이용하여 연구목적과 측정변수의 특성에 따라 통계처리 하였으며 분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성과 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감의 정도를 파악하기 위해 빈도분석 및 기술통계를 실시하였다.
- 일반적 특성에 따른 자기 성취감 차이는 t-test와 ANOVA, 사후검증은 Tukey's test로 분석하였다.
- 대상자의 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients를 이용하였다.
- 대상자의 자기 성취감에 영향을 주는 요인을 파악하기 위해 Logistic regression으로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적인 특성을 살펴본 결과(Table 1), 총 294명 중 남성이 73명(24.8%), 여성이 221명(75.2%)로 구성되어 있으며, 연령분포는 70~79세가 174명(59.2%)으로 가장 많았고 범주는 60~92세로 평균 70.95세이었다. 학력은 초졸 이하가(60.9%) 가장 많았고, 종교를 가지고 있는 사람이(83.6%) 무교보다 많았다. 결혼한 상태의 사람이 더 많았으나(59.9%), 사별도 114명(38.8%)이었고, 직업은 없는 사람이 많았으며(83.0%), 자기 집을 소유하고 있는 사람이 대부분이었다(79.9%). 흡연과 음주는 안하는 사람이 더 많았으며(각 89.8%, 84.4%) 자신의 건강에 대해 건강하다고 생각하는 사람보다(25.5%) 보통이거나(37.4%) 건강하지 못하다고(37.1%) 답변한 대상자가 많았다. 자신이 성공적으로 노화했다고 생각하느냐에 대해서는 대부분 그렇다(72.9%)고 답했다.

2. 노인의 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감 정도

대상자의 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감 정도를 분석한 결과(Table 2), 자존감의 평균치가 3.51로 가장 높았고, 자기관리 3.40, 자기 성취감 3.28, 경제적 안정 3.12 순이었으며, 모든 변수가 중간값 이상이었다. 이는 본 연구대상자들이 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감에 대해 긍정적인 평가를 하고 있음을 나타낸다.

3. 일반적 특성에 따른 자기 성취감

일반적 특성에 따른 자기 성취감을 분석한 결과 종교, 자기

Table 1. General Characteristics of the Subjects (N=294)

Characteristics	Categories	n (%)
Age (yr)	60 ~ 69	109 (37.1)
	70 ~ 79	174 (59.2)
	≥ 80	11 (3.7)
Gender	Male	73 (24.8)
	Female	221 (75.2)
Educational level	≤ Elementary school	179 (60.9)
	Middle & High school	103 (35.1)
	≥ University	12 (4.0)
Religion	Catholic	115 (39.1)
	Buddhism	98 (33.3)
	Christian	33 (11.2)
	None	48 (16.4)
Marital status	Married	176 (59.9)
	Bereavement	114 (38.8)
	Others (single, divorce)	4 (1.3)
Job	Yes	50 (17.0)
	No	244 (83.0)
Own house	Yes	235 (79.9)
	No	59 (20.1)
Smoking	Yes	30 (10.2)
	No	264 (89.8)
Drinking	Yes	46 (15.6)
	No	248 (84.4)
Recognition on health	Very healthy	11 (8.7)
	Healthy	64 (21.8)
	Average	110 (37.4)
	Not healthy	92 (31.3)
	Very not healthy	17 (5.8)
Successful aging	Yes	214 (72.8)
	No	80 (27.2)

Table 2. Mean of the Self-Management, Economic Stability, Self-Esteem, and Self-Achievement (N=294)

Variables	M ± SD	Range
Self-management	3.40 ± 1.03	7 - 35
Economic stability	3.12 ± 1.18	2 - 10
Self-esteem	3.51 ± 0.95	25 - 76
Self-achievement	3.28 ± 0.96	6 - 25

집 소유 및 성공적 노화 여부가 통계적으로 유의하게 나타났다 (Table 3). 종교별 자기 성취감을 사후분석한 결과 불교(M=16.68)와 기독교(M=17.95) 점수간이 통계적으로 유의하였다 (F=3.25, p<.05). 자기 집을 소유하고 있는 대상자가 그렇지 않은 대상자보다 자기 성취감이 유의하게 높았으며(t=3.09, p<.01), 성공적 노화를 했다고 생각하는 사람의 자기 성취감이 그렇지 않은 대상자보다 높았다(t=2.12, p<.05).

4. 대상자의 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감과 의 상관관계

노인이 지각하는 자기관리, 경제적 안정, 자존감 및 자기 성취감과 의 상관관계는 Table 4와 같다. 대상자의 자기 성취감이 높을수록 자기관리(r=.55, p=.000), 경제적 안정(r=.39, p=.000), 자존감(r=.55, p=.000)과 양의 상관관계를 나타냈다. 또한, 자기관리를 잘하면 경제적 안정(r=.57, p=.000)과 자존감(r=.54, p=.000)도 긍정적으로 형성되고, 경제적 안정이 되어 있을수록 자존감(r=.47, p=.000)이 높은 것으로 나타났다.

5. 자기 성취감에 영향을 미치는 요인

자기 성취감에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 자기관리, 경제적 안정, 자존감을 독립변수로 투입하는 회귀모형을 분석하였다. 이 분석으로 얻어진 회귀계수는 Table 5와 같다.

독립변수에 대한 상관분석을 한 결과, 상관계수가 0.8 미만으로 나타나 모든 요인을 분석에 이용하였다. 그러나, 케이스 진단 시 절대값 3보다 큰 이상점(outlier) 1개를 제거한 후 앞의 요인을 입력(enter) 방식을 이용하여 분석하였다.

회귀분석의 가정을 검정한 결과 모두 충족하는 것으로 나타났다. Durbin-Watson을 이용하여 오차의 자기 상관을 검정한 결과 2.027로 검정통계량(1.74)보다 크기 때문에 자기 상관 없다고 할 수 있다. 다중공선성을 검정한 결과 Tolerance(공차 한계)가 0.1 이하이거나 VIF 값이 10보다 크지 않으므로 모든 변수는 다중공선상의 문제는 없는 것으로 나타났다.

따라서 본 회귀모형은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며 (F=47.70, p<.001), 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수(R²)는 .326으로 나타났다. 자기 성취감에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 자기관리(β=.469)이었으며, 다음은 자존감(β=.174, p<.01)이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이들 요인은 자기 성취감을 32.6% 설명해 주었다. 그러나 경제적 안정은 자기 성취감에 영향을 유의하게 미치지 못하는 것으로 나타났다.

IV. 논 의

노화는 피할 수 없는 인생의 단계로 볼 때 노령단계에서 인지하는 자기 성취감은 성공적인 노화의 척도일 뿐 아니라 성공적인 노화에 영향을 미치는 주제이다. 본 연구의 일반적 특성에서 여성노인이 75.2%로 Korean National Statistic Office(2006)에서 발표된 국내 여성노인 60.2% 보다 더 높게 나타났다. 이는

Table 3. Difference of Self-Achievement according to General Characteristics

(N=294)

Characteristics	Categories	n (%)	Self-achievement	
			M ± SD	t or F (p)
Age (yr)	60 ~ 69	109 (37.1)	17.41 ± 3.21	1.09 (.34)
	70 ~ 79	174 (59.2)	17.53 ± 3.01	
	≥ 80	11 (3.7)	16.09 ± 4.64	
Gender	Male	73 (24.8)	17.14 ± 2.78	-0.93 (.36)
	Female	221 (75.2)	17.53 ± 3.27	
Educational level	≤ Elementary school	179 (60.9)	17.27 ± 3.28	0.72 (.49)
	Middle & High school	103 (35.1)	17.74 ± 3.02	
	≥ University	12 (4.0)	17.33 ± 2.23	
Religion	Catholic	115 (39.1)	17.22 ± 2.70	3.25 (.02)* a < b
	Buddhism	98 (33.3)	16.68 ± 2.86 ^a	
	Christian	33 (11.2)	17.95 ± 3.60 ^b	
	None	48 (16.4)	17.85 ± 2.64	
Marital status	Married	176 (59.9)	17.62 ± 3.16	1.15 (.32)
	Bereavement	114 (38.8)	17.21 ± 3.19	
	Others (single, divorce)	4 (1.3)	15.75 ± 0.96	
Job	Yes	50 (17.0)	17.36 ± 2.96	-0.21 (.83)
	No	244 (83.0)	17.46 ± 3.20	
Own house	Yes	235 (79.9)	17.72 ± 3.09	3.09 (.003) †
	No	59 (20.1)	16.28 ± 3.18	
Smoking	Yes	30 (10.2)	17.33 ± 3.38	-0.17 (.86)
	No	264 (89.8)	17.44 ± 3.14	
Drinking	Yes	46 (15.6)	16.89 ± 2.97	-1.27 (.21)
	No	248 (84.4)	17.53 ± 3.18	
Recognition on health	Very healthy	11 (8.7)	17.55 ± 4.80	2.00 (.09)
	Healthy	64 (21.8)	17.91 ± 3.62	
	Average	110 (37.4)	17.76 ± 2.62	
	Not healthy	92 (31.3)	16.96 ± 2.90	
	Very not healthy	17 (5.8)	16.06 ± 4.08	
Successful aging	Yes	214 (72.8)	17.67 ± 3.19	2.12 (.04)*
	No	80 (27.2)	16.80 ± 3.00	

*p<.05; †p<.01; Tukey's test.

Table 4. Correlations among Variables

(N=294)

Variables	Self-achievement	Self-management	Economic stability	Self-esteem
Self-achievement	1			
Self-management	.57 [†]	1		
Economic stability	.34 [†]	.57 [†]	1	
Self-esteem	.43 [†]	.58 [†]	.48 [†]	1

†p<.01.

Table 5. Influencing Factors on Self-Achievement

(N=294)

Variables	B	S.E.	β	t	Adj R ²	F
Constant	7.384	1.069		6.908		
Self-management	0.270	0.037	.468	7.223 [†]	.326	47.70 [†]
Economic stability	-0.023	0.084	-.017	-0.276		
Self-esteem	0.072	0.025	.174	2.869 [†]		

†p<.01; *p<.001.

본 연구조사 장소인 노인대학 및 아파트 노인정이 남성보다는 여성노인의 참여율이 더 높기 때문과 관련되어 나타난 것으로 생각된다. 본 연구대상자들이 평소 성공적인 노화를 했다고 생각하는 빈도는 72.8%, 아니다 27.2%로 대부분의 노인들이 성공적으로 자기 성취감을 이루었다고 인식하고 있는 것으로 나타났다. 이는 성공적인 노화를 했다고 응답한 Kim과 Jung(2006)의 연구대상자 응답율인 65.8%, Strawbridge 등(2002)의 대상자 응답율 50.3% 보다 높게 나타났다. 이러한 결과는 본 연구대상자가 자기 집을 대부분 소유하고 있고(79.9%) 건강이 보통 이상이라고 생각하고(62.9%) 있는 점을 감안하며, 본 연구대상자들 수준이 경제적인 문제 및 신체적, 기능적 문제도 그리 크지 않고 대상자 자신이 인생이나 생활에 대해 긍정적으로 사고하려는 노력과 관련되어 나타난 높은 응답률이라 생각된다.

본 연구의 관련 변인들 간의 관계에서 자기 성취감은 자기관리, 경제적 안정, 자존감과 높은 양적 상관관계가 있는 것으로 나타나 자기 성취감이 높을수록 자기관리, 경제적 안정과 자존감이 높은 것으로 나타났다. 이는 자기 성취감이 높을수록 자기관리(Hochschild, 1997), 경제적 안정(Kim & Han, 2004; Hochschild, 1997; Baltes & Baltes, 1990), 자존감(Kim & Han, 2004) 수준이 높다는 선행연구를 지지하는 결과이다. 또한 독거노인을 연구한 Kim과 Han(2004)의 노인의 자아존중감과 심리적 안녕감이 정적인 상관관계를 나타내며 경제 등 생활상의 스트레스가 낮을수록 심리적 안녕감 수준이 높인다는 연구결과와 자아 존중감이 생활만족도에 가장 강한 관련성을 가지고 있으며, 자아 가치가 높을수록, 물질적 지지가 높을수록 자기돌봄 및 관리상태가 높을수록 생활만족도가 높게 나타났다고 보고한 Cho(2007)의 연구결과, 지속적인 경제적 능력에 대한 욕구가 실현될 때 심리적 만족상태인(Choi, 1999) 자기 성취감을 경험할 수 있으며, 노인의 경제적 능력은 심리적 안녕감에 기여하여(Mutchler, Burr, Massagli, & Pienta, 1999) 자기 성취감을 달성하게 할 수 있다는 연구결과를 지지하였다.

마지막으로 본 연구의 회귀모델에서 나타난 자기 성취감에 영향을 미치는 변수는 자기관리와 자존감이었다. 즉, 자기관리를 잘하고 자존감이 높을수록 자기 성취감 정도는 높게 나타나는 것으로 설명력은 32.6% 이었다.

자기관리가 자기 성취감에 가장 크게 영향을 미치는 변수로 나타나 자기 성취감이 높을수록 자기관리(Hochschild, 1997)를 잘한다는 선행연구결과를 지지하였다. 그 외, 자기 성취감에 직접적으로 관련되는 선행연구는 거의 없으나, 노년기에도 남은 삶에 대해 계속적으로 적극적으로 참여하는 자기관리는 성공적 노화의 예측요인(Paik & Choi, 2005)이며 자긍심 회복, 성취감

의 경험, 지능저하 및 노화방지 효과가(Son, 2005) 있다는 연구결과를 고려할 때 자기관리를 잘하는 노인은 건강증진 행위로 잘 수행하므로 삶의 질 향상은 물론, 자기 성취감에 크게 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 노년기에도 남은 삶에 대해 희망을 갖고 자기 개발을 계속적으로 활동을 하며 새로운 것을 배우는 것 등의 다양한 활동에 참여하는 것은 보다 적극적이고 능동적인 자기 삶을 이끌어가는 것으로 노인의 자기 성취감에 중요한 요인이라 할 수 있다.

자존감이 자기 성취감에 영향을 미치는 두 번째 변수라고 나타난 본 연구결과는 Kim과 Han(2004), Seo(2009)의 결과와 일치하였다. 또한, 자존감이 노인의 성공적 노화와 연관있다고 보고한 선행연구들(Neugarten, 1994; Seo, 2009)의 연구를 지지하였다. 즉, 나이가 들어도 전과 같이 적극적인 태도를 유지하면서 활발하게 목적한 바를 달성하는 수준이 높을수록 개인의 긍정적인 자기가치감을 유지할 수 있게 되며, 이는 심리적 만족감을 높일 수 있음을 의미한다. 그러므로 성공적 노화를 목적으로 하는 프로그램에는 노화가 진행되더라도 자신의 가치를 올바르게 지각할 수 있도록 교육하고 참여적 기회를 제공할 수 있는 프로그램이 통합적으로 개발되어야 할 것이다.

경제적 능력은 자기통제, 즉 자기관리 능력과 성취감을 느끼게 해(Hochschild, 1997) 노인의 심리, 정서와 생활만족감인 심리적 안녕감에 상당한 효과를 미치므로 경제적인 조건이 노년의 삶에 있어 매우 큰 영향을 끼친다는 선행연구에 의해 본 연구에서 설정한 경제적 안정 요인은 자기 성취감에 유의하게 영향을 미치는 변수가 아닌 것으로 나타났다. 본 연구결과는 Kwak(2004), Paik과 Choi(2005), Seo(2009)의 연구결과를 지지하였지만, 일부 선행연구결과와는(Kalish, 1975; Min, 2006; Rie et al., 2006) 반대적인 결과이었다. 이러한 결과는 우리나라 노인이 건강문제 다음으로 경제적 어려움이 생활상의 어려움으로 인지하고는(Korean national statistic office, 2004) 있으나 경제적 수준이 성공적 노화와 관련된 중요한 변수는 아니라는 인식을 가지고 있음을 의미한다. 즉, 경제적 수준이 노인의 소득 상실로 발생할 수 있는 역할상실, 생활관계의 축소, 생활만족도 저하, 여가활동 및 외로움과 소외감 등의 심리적 측면의 스트레스 원인으로서(Chun & Park, 2006) 작용을 할 수는 있으나, 성공적인 노화를 결정하는 주된 변수로서의 핵심 개념을 아니라는 것을 의미한다. 본 결과는 성공적인 노화에 경제적인 안정이 중요하지 않다고 생각하기 보다는 다른 변수가 성공적 노화에 미치는 영향이 더 크기 때문으로 생각된다. 본 연구결과로 인해 간과해서는 안되는 것은 한국의 노인들이 겪는 어려움 중 2순위에 해당하는 경제적 문제이므로 이를 해결하기 위해 노인

스스로 경제적인 측면에서의 소득을 획득할 수 있는 노동시장 참여에 대한 지원대책이다.

이상의 논의를 통해 노인이 자신이 처한 상황이나 능력에 대해 스스로 만족하고 현재 있는 그대로의 모습을 수용함으로써 긍정적인 마인드를 갖게 하고, 자신에 대한 인식을 올바르게 하면서 자신을 통제하며 상황에 따른 생활 및 건강관리를 긍정적이고 적극적으로 하는 자기관리 능력을 갖출 때, 노인의 자기 성취감이 형성될 수 있다. 자기 성취감을 자주 달성할 때 노인은 노년기에 발생하는 생리적, 신체적 심리적 기능의 저하는 물론, 인생의 만족감과 행복을 느끼게 되어 삶의 질을 향상시킬 수 있다. 따라서 노인들이 스스로 자기 성취감을 달성할 수 있도록 신체적, 기능적, 심리적 측면을 고려한 교육과 중재 프로그램의 개발이 요구된다. 또한, 본 연구에서 직접적인 영향력은 없는 것으로 나타났으나, 경제적 능력이 상실된 노인들이 사회적 활동과 참여를 통해 자신의 가치를 향상시킬 수 있는 대책도 요구되며 이를 위한 공적 기관과 가정에서의 지원이 필요하다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 노인의 자기관리, 경제적 안정, 자존감이 자기 성취감에 미치는 영향요인을 파악하여 노화에 대한 이해와 성공적인 노화연구를 위한 기초자료로 제시하고자 하였다. 연구결과 평소 성공적인 노화를 했다고 생각하는 대상자의 빈도는 72.8%이었고, 자기 성취감은 자기관리, 경제적 안정, 자존감이 양의 상관관계가 있어 자기 성취감이 높을수록 자기관리, 경제적 안정과 자존감이 높은 것으로 나타났다. 노인의 자기 성취감에 영향을 미치는 변수는 자기관리와 자존감이었다.

본 연구를 토대로, 자존감이 높고 자기관리를 잘하는 노인은 자기 성취감을 이룰 가능성이 높은 경향이 있는 것으로 나타났다. 따라서, 노인의 긍정적인 자기 성취감을 이루게 하기 위해서는 개인의 자존감을 높일 수 있는 심리적 기제와 생활 및 건강과 관련된 자기관리 능력을 향상시킬 수 있는 신체적, 교육적 기제를 고려할 필요성이 대두된다. 본 연구를 통해 얻은 결과로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 노인의 긍정적인 자기 성취감 형성과 관련된 다른 변수를 적용한 확대연구 시행과 이를 통한 선행연구에서 제시하는 성공적 노화에 영향을 미치는 변수의 영향력을 연구할 필요가 있다.

둘째, 노령화 사회에 대비해 노인들의 성공적 노화를 위한 자기관리와 자존감 향상 교육 프로그램 개발이 필요하다.

셋째, 노인의 자기 성취감 향상을 위한 중재 프로그램 개발을

제언한다.

REFERENCES

- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful aging-Perspective from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cho, H. W. (2007). *The effects on life satisfaction of self-esteem, social support, health in rural elderly*. Unpublished master's thesis. Presbyterian College and Theological Seminary University, Seoul.
- Choi, I. Y. (2007). *Research on sense of value and perception on successful aging of Korean middle aged people*. Unpublished doctoral dissertation. Ewha Womans University, Seoul.
- Choi, N. K. (2001). Relationship between life satisfaction and post-retirement-employment among older women. *International Journal of Aging and Human Development*, 52(1), 45-70.
- Choi, S. N. (1999). *Modern elderly's welfare*. Osan: Hanshin University.
- Chun, J. W. (2005). *The motivation for job performance, job satisfaction and psychological well-being in elderly: A test of causal model*. Unpublished doctoral dissertation. Sookmyung Women's University, Seoul.
- Chun, J. W., & Park, M. S. (2006). A test of causal model for motivation for job performance, job satisfaction and psychological well-being of the elderly. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 26(3), 521-545.
- Fisher, B. J. (1995). Successful aging, life satisfaction, and generativity in later life. *International Journal Aging and Human Development*, 41(3), 239-250.
- Fisher, B. J., & Specht, D. K. (1999). Successful aging and creativity in later life. *Journal of Aging Studies*, 13, 457-472.
- Hochschild, J. L. (1997). Achieving racial balance: Case studies in contemporary school desegregation by Sondra Astor Stave. *American Journal of education*, 105(2), 227-230.
- Kalish, R. A. (1975). *Late adulthood: Perspective on human development*. Berkeley, CA: Cole Publishing Co.
- Kang, I. (2003). A study of perception of successful aging. *Journal of Welfare for the Aged*, 20, 95-116.
- Kim, I. K., Kim, D. B., Mo, S. H., Park, K. S., Lee, Y. S., & Cho, S. N. (1999). *Life of Korean elderly: Diagnosis and prospect*. Seoul : Future Manpower Study Center.
- Kim, K. Y., & Jung, Y. J. (2006). The study on elements of successful aging by physical health and economic status. *Journal of Welfare for the Aged*, 34, 31-54.
- Kim, M. H., & Shin, K. R. (2005). The study of the development of the successful aging scale for Korean elderly. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 25(2), 35-52.
- Kim, T. H., & Han, E. J. (2004). Relationship of self-esteem, stress and social support experience to psychological well-being among living-alone elderly people. *Journal of family relations*, 9(3), 81-106.
- Korean national statistic office (2004). *Statistics of the old*. Seoul: Korean national statistic office.
- Korean national statistic office (2006). *Population estimation*.

Seoul: Korean national statistic office.

- Kwak, M. S. (2004). *A study of factors influencing successful aging*. Unpublished master's thesis. Korean Baptist Theological University, Seoul.
- Min, K. J. (2006). *A study on the effect of the daily activities on the quality of life for the aged*. Unpublished doctoral dissertation. Hansung University, Seoul.
- Mutchler, J. E., Burr, J. A., Massagli, M. P., & Pienta, A. (1999). *Work transitions and health in later life*. *Journal of Gerontology*, 54B(5), S252-S261.
- Neugarten, B. L. (1994). The changing meanings of age. *Psychogeriatrics-East Hanover*, 2, 10.
- Paik, J. E., & Choi, H. K. (2005). Successful aging according to Korean elderly: The definition, types, and predicting variables. *Journal of Korean Home Management Association*, 23(3), 1-16.
- Park, M. H., Ko, J. K., Kim, E. S., Kim, H. J., Paik, J. S., Yang, H. J., et al. (2004). *Geriatric nursing*. Seoul: Jungdam Media Pub.
- Parker, M. W., Bellis, J. M., Bishop, P., & Harper, M. (2002). A multidisciplinary model of health promotion incorporating spirituality into a successful aging intervention with African American and white elderly groups. *The Gerontologist*, 42, 406-415.
- Rie, J. I., Cheong, J. W., & Lee, J. M. (2006). Comparison of psychological factors affecting happiness of the Korean elderly residing in USA and Korea. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 12(5), 169-203.
- Roh, H. J. (2001). *A Study on the Perception of Self-realization through Leisure Dance Activities of Adult Women*. Unpublished master's thesis. ChungAng University, Seoul.
- Seo, E. J. (2009). *Constructing the successful aging model of the older adults*. Unpublished doctoral dissertation. Kyunghee University, Seoul.
- Son, D. S. (2005). *Study on factors that contribute to satisfaction in the senior citizens' volunteer activity program*. Unpublished master's thesis. Sungkyul University, Seoul.
- 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.
- Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Journal of Personality and Individual Differences*, 31, 653-673.
- Wong, P. T. P. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology*, 30(3), 516-525.
- Yang, J. Y. (2005). *Effect of attachment style, self-esteem, silencing the self on relationship satisfaction*. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul.