

노인의 주관적 안녕감에 관한 연구동향 -국내학술지를 중심으로-

김점순*, 홍상욱**

영남대학교 가족주거학과, 영남대학교 교수*

Research Trends on the Subjective Well-being of the Elderly -Focused on Domestic Academic Journals-

Jum-Soon Kim*, Sang-Ook Hong**

Department of Family Residence at Yeungnam University*
Professor Yeungnam University**

요약 연구의 목적은 노인이 주관적 안녕감에 관한 연구 동향을 분석하는 것이다. 이를 위해 RISS를 통해 검색된 논문 49 편의 학술논문(일반적 특성, 연구대상, 연구자 수, 연구 변인, 연구방법)을 기준에 따라 분류하였다. 연구논문은 1988년도에 2편을 시작으로 한두 편이 꾸준히 발표되고 있으나, 2009년과 2010년도에는 소폭 증가하여 각 4편, 2014년에 5편이 발표된 이후로 큰 증가세로 이어지지 않는 것을 알 수 있다. 표본 크기별로는 201~300인 경우가 14편으로 가장 많았으며, 연구 방법으로는 양적 연구가 많았으나 동향 분석을 통해 2편의 질적 연구와 종단연구 2편을 확인할 수 있었다. 연구 주제어로는 여가 스포츠, 신체활동, 생활체육, 댄스 스포츠, 거동 불편 등 신체적 건강과 관련된 변수가 많음을 확인하였다. 노인에 관한 연구의 수가 증가해야 할 것이며, 노년기의 삶 경험과 의미가 탐색 될 수 있는 질적 연구의 필요성을 제안한다.

주제어 노인, 주관적 안녕감, 동향분석, 연구방법, 연구변인

Abstract The purpose of this study was to analyze research trends on subjective well-being in the elderly. To this end, 49 academic papers (general characteristics, research subjects, number of researchers, research variables, and research methods) retrieved through RISS were classified according to criteria. One or two research papers have been steadily published starting with two in 1988, but a slight increase in 2009 and 2010, four each, and five in 2014, respectively. By sample size, 201 to 300 were the most frequent with 14 studies. Quantitative studies were the most common as a research method, but 2 qualitative studies and 2 longitudinal studies were identified through trend analysis. It was confirmed that there are many variables related to physical health such as leisure sports, physical activity, sports for all, dance sports, and mobility discomfort as research topics. The number of studies on the elderly should be increased, and the need for qualitative research to explore the life experiences and meanings of old age is suggested.

Key Words Elderly, Subjective well-being, Research trends, Research methods, Research variables

Received 06 Feb 2023, Revised 08 Mar 2023

Accepted 13 Apr 2023

Corresponding Author: Sang-Ook Hong
(Yeungnam University)

Email: sanguk@yumail.ac.kr

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

우리나라는 급속한 고령화로 2022년 65세 이상의 고령인구의 비율은 전체 인구의 17.5%인 901만 8천 명이며, 고령인구의 비중은 2025년에는 계속 증가하여 20.6%로 초 고령사회에 진입하며, 2035년에는 30.1%, 증가하며, 2050년에는 40%를 넘어설 것으로 전망하고 있다[1].

현대의학의 성장과 생활 수준의 향상, 건강관리의 중요성으로 평균수명이 증가하였으며, 생산인구 감소 때문에 전 세계적으로 노인 인구가 증가하게 되었다. 이 때문에 노인부양과 의료비가 급등하게 되어 사회문제로 나타나게 될 것이다[2].

현대사회의 노인들은 길어진 노년기를 살아가는 동안 단순히 수명이 연장되는 것보다 건강하게 오래 사는 행복한 삶을 살아가기를 바란다. 노년기에 건강하고 행복한 삶에 관하여 관심이 높아졌으며 이는 성별, 나이 등과 같은 객관적 측면과 심리적인 안녕을 강조하는 주관적 측면으로 구분될 수 있다[3].

삶의 만족감이 높은 사람은 주관적 안녕감, 행복함 그리고 긍정적 생각을 하고 있다. 부연하면 자신의 삶에 대하여 주관적 안녕감은 삶의 질을 향상할 수 있으며, 긍정적인 면에 집중하는 것으로서 생리적으로 쇠약해진 정신적 신체적인 문제까지도 극복할 수 있다. 즉 노년기 삶의 만족 혹은 정신건강 등은 주관적 안녕감 간의 유의한 관계가 있다[4, 5, 6].

노인의 주관적 안녕감 연구를 살펴보면 자아존중감은 스스로 자신을 존중하며, 소중하게 생각하는 정서적 믿음을 갖음으로써 노년기의 삶에 있어 긍정적 자아개념을 갖도록 격려해 주어야 한다. 부정적인 자아존중감은 타인에 대한 자기방어나 자신에 대한 통제도 불가능하게 한다[7]. Coopersmith(1967)의 견해에 따르면, 노년기에는 자신이 중요하게 느끼는 의미를 목표로 설정하여 이를 달성하지 못할 때는 자아존중감이 저하되어 자신을 낮게 평가하고, 이를 성취하면 자신의 수행을 훌륭하게 평가하여 자아존중감이 높아진다고 하였다[8, 9]. 따라서 노년기를 정서적 안정과 긍정적 삶으로 살아가려면 노인들로 하여금 자아존중감을 향상시켜 노년기의 생애 마지막 발달과정에서 자기 스스로 긍정적인 평가와 흥미를 느낄 수 있다는 것은 중요하다[10].

노년기에는 가족과의 관계가 삶의 안녕감을 유지하고 행복감을 증진하는데 핵심적인 영향력을 지니며 가족관계 만족이 높으면 우울감을 감소시켜 삶의 만족감이 높아지고, 가족의 지지가 높으면 우울감은 감소하고 자아존중감이 높아지면서 주관적 안녕감을 느끼게 된다[11]. 또한, 고령사회에서는 노년기가 오래 지속될수록 삶의 만족도에 결혼상태가 매우 큰 영향을 미친다[12]. 배우자가 없는 노인들은 심리적 적응도나 행복감이 더 낮고 배우자가 있는 노인들은 정신질환도 비교적 적게 나타났으며, 사망률이나 자살률이 더 낮다. 사회 심리적 적응도나 행복감이 더 높다[13].

건강증진행위는 노인의 건강한 생활습관 형성과 질병의 발생과 악화의 위험요인을 낮추고 건강상태 개선에도 영향을 미친다. 또한, 건강한 일상생활 기간을 연장해 신체기능이 장애가 발생하는 기간의 단축에도 긍정적 영향의 요인으로 작용하여 노년기 삶의 질을 높이고[14], 의료비 감소에도 이바지하게 된다. 즉, 노인의 건강증진 행위는 건강한 생활을 하기 위한 활동이며 안녕감을 증진하고 삶의 만족감과 자아실현에도 영향을 미치며 의료비 감소와 노화 예방을 위한 사회적으로 중요한 중재방안이다[15].

즉, 개인이 자신의 생활에 대해 만족하고 일상생활에서 긍정정서를 더욱더 많이 경험한다면 주관적 안녕감이 높고 심리적으로 행복한 사람이라고 할 수 있다.

본 연구에서는 1998년부터 그동안 국내에서 발표된 학술논문을 중심으로 노인 대상 주관적 안녕감에 대한 연구들의 동향을 종합분석하고 파악하여 노인의 주관적 안녕감에 미치는 변인들을 살펴봄으로써 주관적 안녕감에 미치는 다양한 변인들의 필요성을 제시하고 양적 연구의 확대와 더불어 노인의 삶 경험과 의미가 탐색되어 질 수 있는 질적 연구의 필요함을 제시하고자 한다.

연구문제 1, 노인의 주관적 안녕감 학술지 논문의 연구 일반적 특성, 연구대상, 연구자 수, 연구방법, 연구 변인에 대하여 동향을 분석한다.

연구문제 2, 노인의 주관적 안녕감 선행연구들의 질적, 양적 연구들에 대해 종합적인 관점에서 연구방법을 고찰한다.

2. 연구방법

2.1 연구 대상 선정과 논문분석

국내에서 진행된 노인의 주관적 안녕감에 관한 논문을 분석하여 대상으로 선정하였다. 이를 위해 1988년부터 2022년 12월까지 ‘주관적 안녕감’이라는 키워드로 검색하여 총 894편을 확보하였으며 이후 노인이라는 키워드로 논문을 검색하였으며, 학회지에 등재된 논문 총 57편 중 원문을 제공하지 않거나 학위논문을 수정하여 올린 것을 제외하고 49편을 분석하여 대상으로 선정하였으며, 누락을 최소화하기 위해 KCI(한국학술지인용색인), RISS(학술연구정보서비스), DBpia(누리미디어), KISS(한국학술정보), 국회도서관, 스킵라, 교보문고 검색 서비스를 이용하여 자료를 수집하였으며, 분석 논문은 한국연구재단의 학술지에 게재된 학계에서 검증을 거친 논문만을 대상으로 하였다. 검색된 논문은 초록과 key word를 확인하여 연구주제와 불일치하거나 연구내용이 확인되지 않는 논문은 제외하였다.

2.2 자료 분석 및 연구절차

노인들을 대상으로 한 주관적 안녕감 연구에서 선정된 논문들을 토대로 연구동향을 분석하기 위해 선행연구 성공적 노화와 무용에 관한 연구[16], 대학생 창의성 교육프로그램 연구동향[17], 노인요양시설의 공간구성 관련 연구동향[18]을 참고하여 일반적 특성(학술지분야, 게재연도), 연구대상(표본크기, 성별), 연구자 수, 연구방법(질적, 양적, 혼합연구) 및 통계 방법, 연구 변인(독립, 매개, 조절 변인, 종속 변인)에 따라 분류하여 동향분석을 하고 빈도분석을 하였다. 분석 준거는 <표 1>과 같다. 분류하는 과정에서 오류의 최소화, 분석의 타당도, 신뢰도를 확보하기 위해 상담전문가 2명(상담 전공교수 1명과 평정자 1명)과 연구자가 대상 논문을 분류하였다. 평정 내용을 검토하여 의견이 불일치하는 경우에는 회의를 거쳐 합의하여 자료를 수집하였다.

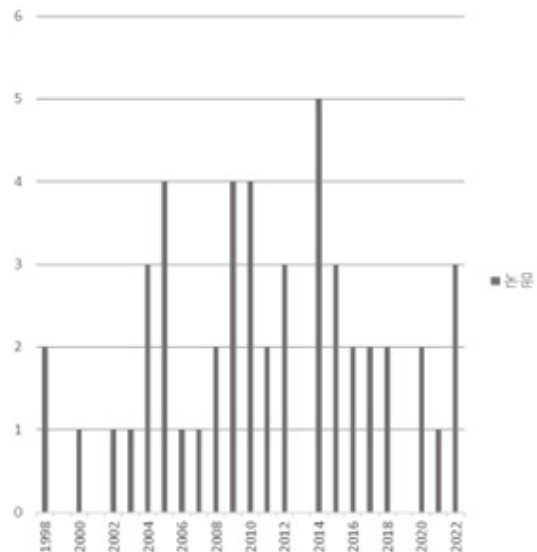
<표 1> 분류기준 및 세부내용

분석준거	세부내용
일반적 특성	- 학술지 게재연도 - 학술지 분야
연구자수	- 단독 및 다수 연구자의 공동연구
연구대상	- 연구대상 성별 - 연구대상 표본크기
연구방법	- 양적연구, 질적연구, 혼합연구(양적+질적) - 통계방법
연구변인	- 독립변인/종속변인/매개변인/조절변인

3. 연구결과

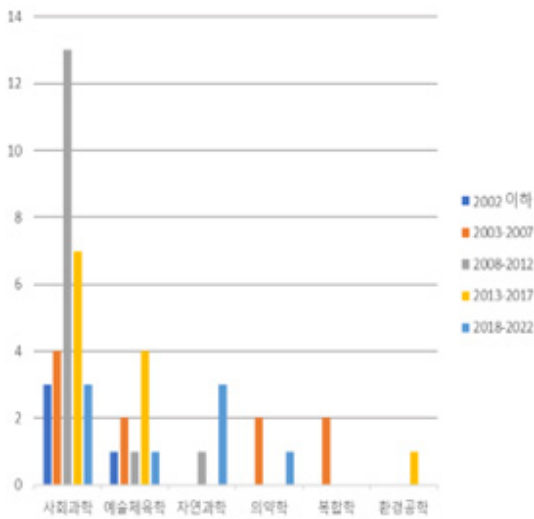
3.1 일반적 특성

노인을 대상으로 주관적 안녕감에 대한 연구논문은 총 49편이다. 국내에서 노인의 주관적 안녕감에 관한 학술연구가 1998년부터 나타나고 있으며, 연도별로 분석된 결과는 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연도별 논문 수

1998년에 2편(4.1%)을 시작으로 2000년 1편(2.0%), 2002년 1편(2.0%), 2003년 1편(2.0%), 2004년 3편(6.1%), 2005년 4편(8.2%), 2006년 1편(2.0%), 2007년 1편(2.0%), 2008년 2편(4.1%), 2009년 4편(8.2%), 2010년 4편(8.2%), 2011년 2편(4.1%), 2012년 3편(6.1%), 2014년 5편(10.2%), 2015년 3편(6.1%), 2016년 2편(4.1%), 2017년 2편(4.1%), 2018년 2편(4.1%), 2020년 2편(4.1%), 2021년 1편(2.0%), 2022년 3편(6.1%)으로 큰 폭으로 증가하지는 않았으나 2009년 4편, 2010년 4편, 2014년 5편으로 논문 수가 증가하였으며 지속해서 연구가 이루어지고 있다.



[그림 2] KCI주제별 출현빈도 분석

학술연구재단의 주제별 8개의 범주 중에서 농수·해양학, 인문학 분야를 제외한 사회과학, 예술·체육학, 자연과학, 의학학, 복합학, 환경공학 부분을 연도별로 분석하였고, 게재동향의 결과는 [그림 2]에 제시하였다.

주제별 동향을 정리해보면 사회과학분야에서 30편의 논문이 게재되었으며, 예술·체육학 9편, 자연과학 4편, 의학 3편, 복합학이 2편, 환경공학분야에서 1편이 게재되었다. 노인의 주관적 안녕감에 대한 논문은 사회과학분야에서 1998년부터 연구가 지속해서 이루어지고 있으며, 2003, 2006, 2007, 2021년은 연구논문이 게재되지 않았다. 신체활동과 주관적 안녕감을 주제로 한 연구는 예술·체육학 분야에서 1998년 1편을 시작으로 2003년 1편, 2007, 2009년에 1편씩 게재되었으며, 2014년에는 2편으

로 증가하였으며, 2015년 2017년 2018에 1편씩 게재되었다. 자연과학분야에서는 2010년을 시작으로 해서 2021년 1편 2022년 2편의 논문이 게재되었으며, 의학분야에서는 2005년에 2편을 시작으로 2020년에 1편이 게재되었으며, 복합학 분야에서는 2005년 2006년에 1편이 게재되었고, 환경공학분야에서도 2014년 1편이 게재되었다.

3.2 연구자 수

연구자 수를 종합해보면, 1인 연구가 18편(36.7%)으로 나타났으며, 2인 연구자 수 또한 18편(36.7%)으로, 3인 연구가 8편(16.3%), 4인 연구가 4편(8.2%), 5인 연구가 1편(2.0%) 순으로 나타났으며 노인의 주관적 안녕감의 연구에서는 2인 이상의 공동연구가 31편(63.3%)으로 1인 연구보다 공동연구의 비율이 훨씬 높게 나타났다.

<표 2> 연구자 수

연구자 수	1인	2인	3인	4인	5인 이상	합계
빈도	18	18	8	4	1	49
비율(%)	36.7	36.7	16.3	8.2	2	100

3.3 연구대상 표본의 크기 분류

연구에 사용된 표본을 보면 <표 3>에서와 같이 표본 크기가 201-300인 경우가 14편(29.2%)으로 가장 많이 나타났으며, 그다음으로 101-200인 13편(27.1%), 301-400인 6편(12.5%), 100 이하 5편(10.4%), 401-500인 3편(6.3%), 801-900인 3편(6.3%), 1000이상 3편(6.3%), 501-600인 이상연구가 1편(2.1%)으로 나타났다. 표본의 성별은 여성과 남성의 표본을 확인할 수 없는 7편(8,250명)을 제외한 전체 12,836명 중에서 남성이 5,090명(39.7%)으로 여성 7,744명(60.3%)에 비해 작은 것으로 나타나 노인의 주관적 안녕감에 대한 연구가 여성 노인을 대상으로 더 많이 진행되었음을 확인되었다.

〈표 3〉 연구대상 표본크기 분석

표본 크기	100 이하	101-200	201-300	301-400	401-500	501-600	801-900	1000 이상	계
연구 수	5	13	14	6	3	1	3	3	48
비율 (%)	10.4	27.1	29.2	12.5	6.3	2.1	6.3	6.3	100
남	5,090		39.70%			12,836(100%)			
여	7,746		60.30%						

3.4 연구방법에 따른 분류

논문의 분석대상 연구방법은 양적 연구와 혼합연구로 분류하였다. 그 결과는 <표 4>와 같다.

〈표 4〉 연구방법에 따른 분류

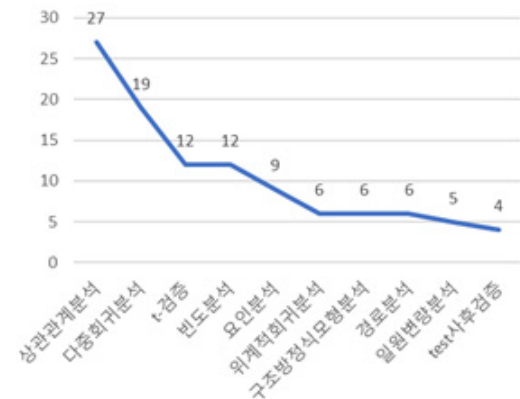
	구분	빈도	비율(%)
양적연구	서베이(질문)	44	89.8
	실험연구	1	2
	종단연구	2	4.1
혼합연구	양적+ 질적	2	4.1
합계		49	100

이 연구에서 주로 사용된 연구방법론을 살펴보았다. 먼저 양적 연구와 혼합연구방법으로 나누어 살펴본 결과 논문 총 49편 중 서베이, 실험연구, 종단연구를 포함하여 양적 연구를 이용한 연구(n=89.8%)가 대부분을 차지했으며, 혼합연구(n=4.1%)보다 현저히 많았다. 노인의 주관적 안녕감의 연구에서는 종단연구가 2편이 나타났으며, 1편은 2009년에 게재하였으며 2003~2007년에 걸쳐 2년마다 조사하여 2003년 2005년 2007년의 조사 중 3차 조사까지 동일참가대상자 844명을 대상으로 연구되었으며, 남성 340명, 여성 540명 평균연령은 남성 71.4세, 여성 71.1세로 조사되었다. 다른 1편의 연구는 2006년부터 2013년도의 자료로서 8차년도 2013년도까지 연구가 이루어졌으며, 2016년도에 게재되었다.

양적연구 방법에서는 서베이조사가 44편(89.8%), 실험연구가 1편(2.0%), 종단연구가 2편(4.1%), 양적 실험연구 2편(4.1%)으로 대부분 서베이(질문)를 통한 연구

가 이루어지고 있다.

통계 방법에 따른 분류를 살펴보면[그림 3]과 같이 상관분석 27회(22.9%)로 가장 많이 나타났으며, 그 다음으로 회귀분석(단순, 중 다) 19회(16.1%), t-검증 12회(10.2%), 빈도분석 12회(10.2%), 요인분석 9회(7.6%), 위계적 회귀분석 6회(5.1%), 구조방정식 모형분석 6회(5.1%), 경로분석 6회(5.1%), 일원변량분 5회(4.2%), Scheffe 사후검증 4회(3.4%), 공분산분석 4회(3.4%), 다변수분석 2회(1.7%), 공 변량구조분석 2회(1.7%), 잠재집단분석 1회(0.8%), 다항로지스틱분석 1회(0.8%), 다수준분석 1회(0.8%), 부트스트래핑 1회(0.8%) 순으로 나타났다. 분석 결과 [그림 3]과 같이 두 변인의 관계 정도를 나타내는 상관분석이 27회로 가장 많이 사용되었다. 다음으로 독립변인이 종속 변인에 미치는 예측력이나 영향력을 알아보기 위한 회귀분석이 19편, 집단 간 평균 차이를 검증하는 t 검증이 12편으로 나타났다. 연구결과를 보면 다양한 통계 방법이 사용되고 있음을 알 수 있다.



[그림 3] 통계방법에 따른 분류

3.5 연구변인에 따른 분류

연구 변인별 논문을 살펴보면 <표 5>에서와 같이 주관적 안녕감의 종속 변인으로 활용된 연구가 42편(85.7%)으로 가장 많이 나타났으며, 다음으로는 독립변인으로 설정된 경우가 5편(10.2%), 매개 변인으로 설정된 경우가 2편(4.1%) 순으로 사용되었다. 연도별로 살펴보면 주관적 안녕감을 종속변수로 하는 연구가 많이 사용되고 있음을 볼 수 있다.

〈표 5〉 연구변인에 따른 분류

변인	1998-2007	2003-2012	2013-2017	2018-2022	합계
독립변인	3	1	1	-	5(10.2)
종속변인	11	14	10	7	42(85.7)
매개변인	-	-	1	1	2(4.1)
조절변인	-	-	-	-	-
계	14(28.6)	15(30.6)	12(24.5)	8(16.3)	49(100)

4. 결론 및 제언

노인을 대상으로 주관적 안녕감에 관한 연구들을 개관하여 연구내용의 분석 동향을 살펴봄으로써 주관적 안녕감과 관련 변인들의 특성과 분석을 통해 체계적으로 이해하며 향후 주관적 안녕감 연구의 방향에 대해 논의하고자 한다.

이러한 목적을 달성하기 위해 1988년부터 2022년까지 이루어진 국내 학술지 49편을 분석하였으며, 이를 자료로 하여 일반적 특성(학술지분야, 게재연도), 연구자수(공동 및 단독), 연구대상(표본크기), 연구방법(질적 연구, 양적 연구, 혼합연구, 통계 방법), 연구 변인(독립 변인/ 종속 변인/매개 변인/조절 변인) 동향을 분석하였다. 분석결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 학술지에 게재된 노인의 주관적 안녕감 논문은 1998년 2편을 시작으로 연구되었으며, 2005년, 2009년, 2010년에는 4편 2014년에 5편으로 증가하였으나 큰 폭으로 증가하지는 않으나 꾸준히 이어지는 추세를 보이고 있다. 1988년을 시작으로 사회과학 분야에서 30편의 연구가 진행되었으며, 예술체육학 분야에서 9편, 자연과학 4편, 의약학 3편, 복합학 2편, 환경공학 1편으로 지속적인 연구가 이루어지고 있다.

둘째, 연구자 수는 1인의 연구와 2인의 연구비율이 같이 나타났다. 전체적으로 볼 때 1인 연구가 18편(36.7%)으로 나타났고, 2인 연구가 18편(36.7%), 3인 연구가 8편(16.3%), 4인 연구가 4편(8.2%), 5인 연구가 3편(2.0%) 순으로 나타났으며, 1인 단독으로 진행한 연구보다 2인 이상 공동연구가 31편 63.3%로 공동연구의 비율이 매우 높은 것으로 나타났다.

셋째, 연구대상에 따른 분석의 결과로는 표본크기가 201-300인 경우가 14편(29.2%)으로 많았으며, 101-200인 13편(27.1%)이고, 301-400인 6편(12.5%), 100인 이하인 경우가 5편(10.4%)이고, 401-500인, 801-900인 표본은 3편(6.3%)으로 동일하게 나타났으며, 501-600인 표본은 1편(2.1%), 1000명 이상의 표본도 3편(6.3%)으로 나타났다.

넷째, 통계 방법에 따른 분류를 보면 두 변인의 관계 정도를 나타내는 상관분석이 27편(22.9%)으로 많이 사용되었다. 이어서 독립변인이 종속 변인에 미치는 영향력이나 예측력을 알아보기 위한 회귀분석이 19편(16.1%), 집단 간 평균 차를 검증하는 t-검증이 12편(10.2%)으로 나타났다. 연구가 거듭될수록 다양한 통계 방법이 사용되고 있다.

다섯째, 주관적 안녕감과 관련된 주요변수들의 결과를 보면, 주관적 안녕감이 종속변수로 설정된 경우에는 독립변수로 신체활동참여에 관련된 변인이 많이 설정되었으며, 신체활동참여를 매개하는 변인으로는 사회적 지지, 자기효능 감, 주관적 건강이 설정된 것으로 나타났다. 매개변수나 조절변수로 설정은 매우 저조하였으며, 주관적 안녕감에 영향을 미치는 다른 변인들이 종속변수로 활용된 연구가 42편(85.7%)으로 많았다.

노인들을 대상으로 주관적 안녕감 논문을 분석한 결과는 다음과 같다. 연구의 방향과 시사점에 대하여 논의하고자 한다.

첫째, 본 연구에서는 등재지에 게재된 학술논문만을 대상으로 하였기에 연구의 수가 작았으며 전체적인 연구의 경향성을 보는 데 한계가 있었으므로 학위논문으로 범위를 넓혀서 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 양적 연구의 비율이 높았으나 질적 연구 2편과 종단연구가 2편 이루어졌음을 알 수 있었다. 종단연구의 논문은 2006년도부터 2013년까지 8차년도에 걸쳐 “초고령 노인의 주관적 안녕감”에 관한 종단연구(삶의 만족과 우울 수준)가 진행됨을 알 수 있었으며, 또 다른 한 편의 논문은 “노년기 정서 경험의 변화와 주관적 안녕감”(정서 최적화, 정적, 부적정서,)에 관한 연구로써 2003년에서 2007년까지 2년마다 조사하여 동일인을 대상으로 3차 조사로 이루어진 연구를 확인할 수 있었다. 양적 연구뿐만 아니라 노인의 삶의 질, 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있는 질적 연구와 함께 중

단연구의 수도 증가하여야 함을 시사한다.

셋째, 노인의 주관적 안녕감 연구동향에서 살펴볼 수 있듯이 노인계층에 관한 연구 논문 수가 적은 것으로 나타났다. 노년층에 대한 연구자들의 관심이 부족한 상황이다. 앞으로 한국 사회가 불과 몇 년 이내에 급속도로 노령화됨에 따라 초고령 사회에 진입할 것으로 예측되는 상황에서, 사회적 관심을 두고 초고령 노인을 대상으로 주관적 안녕감 연구나 심리적 행복감 연구가 필요한 시점이라 할 수 있겠다.

넷째, 노년기에는 건강과 관련된 주제가 중요한 변인임을 알 수 있었으며, 신체활동과 관련된 주관적 안녕감을 주제로 한 연구에서 노인들은 수명이 연장되어 단순히 오래 사는 것보다는 건강하게 사는 것을 원하고 있음을 알 수 있었다. 신체적 자기개념이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 이는 운동을 통해 개인의 신체적 능력을 증진하여 주관적 행복감을 향상할 수 있도록 신체적 여가 활동이나 운동을 통해 노년기의 긍정적인 삶을 강화시켜준다. 사회 정책적 차원에서 신체적 여가 활동을 위해 바람직한 발전 방향을 제시하고 노년층의 삶의 질에 영향을 미치는 변인들을 다양하게 적용한 후속 연구가 이루어져 초고령 사회에 진입한 노인들의 안녕감에 이바지할 수 있는 연구가 필요하다.

References

- [1] 통계청 (2022). 장래인구 추계: 2020~2070. <http://kostat.go.kr> 검색 일자: 2022. 2. 4.
- [2] 이현정, 김현경(2017). 서울시 노인종합복지관의 스포츠 시설 및 체육 프로그램 현황에 관한 연구. 한국체육과학회지, 22(1), 473-488.
- [3] 김은희, 이종한(2005). 노인의 사회적 지지와 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집, pp.156-157.
- [4] Steverink, N., Westerhof, G., Bode, C., & Dittmann-Kohli, F. (2001). The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 56B, 364-373.
- [5] 권태연(2009). 노년기 연소 노인, 중 고령 노인, 초고령 노인 집단의 스트레스 요인과 자아존중감이 우울에 미치는 영향-자아존중감 2 요인의 매개효과를 중심으로-*사회복지연구*, 40(1), 163-196.
- [6] 이인정(2009). 초고령 노인의 삶의 만족에 영향을 미치는 심리 사회적 요인들에 관한 연구, *한국 사회복지학*, 61(1), 359-382.
- [7] 김영희, 오세근, 조준, 최정민(2012). 노인의 우울감과 죽음 불안 간 관계에서 자아존중감의 조절 효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 12(12), 243-254. (Kim, Y. H., Oh, S. G., Cho, J., & Choi, J. M.(2012). Influence of Depression on Psychological Death Anxiety of the Elderly: Moderate Effect of Self-esteem. *The Journal of the Korea Contents Association*, 12(12), 243-254).
- [8] 이봉진, 홍상욱(2012). 노인의 여가 활동이 자아존중감과 생활 만족도에 미치는 영향. *동북아관광연구*, 8(2), 139-156. (Lee, B. J. & Hong, S. W.(2012). The Effect of Older People's Leisure Activities on Their Self-Esteem and Life Satisfaction. *Northeast Asia Tourism Research*, 8(2), 139-156).
- [9] Coopersmith, S.,(1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Co., (19, 81, Reprint Edition).
- [10] 정순돌(2004). 시설 노인의 자아존중감에 미치는 영향요인 탐색. *한국노년학*, 24, 107-122. (Jeong, S. D.(2004). Predictors of Self-Esteem Among Older Adults in Nursing Home. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 24, 107-122).
- [11] Jeun E, H(2008). The effects of family support recognized by elderly on one's psychological well-being, *Kyungsung University Master's thesis*.
- [12] 권중돈(2007). 노인복지론. 학지사. (Kwon, J. D. (2007). *Elderly welfare*. Hakjisa).
- [13] 홍주연(2000). 성격과 자아통합감이 노인회상 기능에 미치는 영향. *이화여자대학교 대학원 박사학위논문*. (Hong, J. Y.(2000). Reminiscence functions predictors in the elderly. *Ewha Womans University, Ph.D. Dissertation*).
- [14] 문보영, 이경희, 문혜영(2013). 노인의 여가 활동, 여가만족도 및 생활만족도와의 관계. *관광·레저연구*,

25(5), 273-287.

- [15] 이용미, 김근면, 정유희(2014). 중년여성의 건강증진 생활양식에 영향을 미치는 요인. 한국콘텐츠학회논문지, 14(10), pp.570-582.
- [16] 최수영, 홍예주(2021). 성공적 노화와 무용에 관한 연구동향. 한국무용과학회지, 38(4), pp.119-132.
- [17] 하석영, 이정민(2019). 대학생 창의성 교육프로그램 연구동향. 창의력교육연구, 19(3), pp. 87-102.
- [18] 오찬옥(2017). 노인요양시설의 공간구성 관련 연구 동향. 한국실내디자인학회, 26(2), pp.33-44.

김 점 순(Jum Soon Kim)



- 2011년 2월 : 영남대학교 가족주거학과 가족복지상담 박사수료
- 관심분야 : 가족상담
- E-Mail: digkek70@hanmal.net

홍 상 옥(Hong, Sang Ook)



- 2023년 2월 : 영남대학교 생활과학대학 가족주거학과 교수
- 1990년 3월: 일본 오사카 시립대학학술박사(생활복지학전공)
- 현재: 한국복지상담학회 회장
- 관심분야 : 가족코칭상담 및 복지, 부모교육
- E-Mail: sanguk@yu.ac.kr