

# 노인의 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과

장지혜\*, 박현승\*\*

칼빈대학교 사회복지학과 석사과정<sup>\*</sup>, 서울디지털대학교 사회복지학과 교수<sup>\*\*</sup>

## Effects of family relationship satisfaction on depression in older adults: The mediating effect of self-esteem

Ji-Hye Jang<sup>\*</sup>, Hyun-Seung Park<sup>\*\*</sup>

Master's Course, Social Welfare Calvin University<sup>\*</sup>, Professor, Social Welfare Seoul Digital University<sup>\*\*</sup>

**요약** 본 연구는 노인을 대상으로 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과를 알아보고 이에 따른 사회복지영역에서 함의를 도출하는 것이다. 연구를 위해 [제16차 한국복지패널조사]의 원자료를 분석에 활용하였으며, 응답자 중 65세 이상 4,310명의 노인을 표본으로 분석을 진행하였다. 수집된 자료는 IBM SPSS 24.0 프로그램을 활용하여 빈도분석, 상관관계 분석을 실시하였으며, 매개효과를 살펴보기 위해서 Hayes(2018)가 제안한 SPSS의 Process Macro를 활용하였다. 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 유의성 검증 결과, 가족관계 만족도는 유의하게 나타났다. 즉, 가족관계 만족도의 수준이 높을수록 우울감이 낮아지는 것으로 검증되었다. 또한, 가족관계 만족도와 자아존중감이 우울감에 미치는 영향의 유의성 검증 결과, 가족관계 만족도는 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 매개변수인 자아존중감도 우울감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 본 연구를 통해 노인의 가족관계 만족도의 특성을 파악하고 노인의 우울감 수준을 낮추기 위한 정책적 제안과 사회복지 실천 방향을 제시하고자 한다.

**주제어** 노인, 가족관계 만족도, 자아존중감, 우울감, 한국 복지 패널조사

**Abstract** The purpose of this study is to examine the mediating effect of self-esteem on the effect of family relationship satisfaction on depression among the elderly and to draw implications for the social welfare field. For this study, raw data from the 16th Korean Welfare Panel Survey were used for analysis, and a sample of 4,310 elderly people aged 65 years or older was selected as respondents. The collected data were subjected to frequency analysis and correlation analysis using IBM SPSS 24.0, and the Process Macro of SPSS proposed by Hayes (2018) was used to examine the mediating effect. The results of the significance test of family relationship satisfaction on depression showed that family relationship satisfaction was significant, i.e., the higher the level of family relationship satisfaction, the lower the depression. In addition, the results of the significance test of the effects of family relationship satisfaction and self-esteem on depression showed that family relationship satisfaction had a significant effect, and the mediating variable, self-esteem, had a significant effect on depression. Therefore, this study aims to identify the characteristics of family relationship satisfaction among the elderly and provide policy suggestions and social work practice directions to reduce the level of depression among the elderly.

**Key Words** Elderly, Family relationship satisfaction, Self-esteem, depression, Korean welfare panel survey

Received 02 Jan 2024, Revised 11 Jan 2024

Accepted 16 Jan 2024

Corresponding Author: Hyun-Seung Park

(Seoul Digital University)

Email: geumbat1004@daum.net

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

급속한 고령화로 인하여 2021년 우리나라 전체 인구 중 16.5%가 65세 이상 고령 인구로 나타났으며, 고령 인구 비중은 계속 증가하여 '25년에는 20.3%로 우리나라가 초고령사회에 진입하고, 2036년에는 30.5%, 2060년에는 43.9%에 이를 것으로 전망된다(통계청, 2021)[1]. 2019년 65세 생존자의 기대여명은 21.3년(남자 19.1년, 여자 23.4년)으로 경제협력 개발기구(OECD) 평균 대비 남자는 0.8년, 여자는 1.8년 더 높은 수준이다(OECD, 2021)[2]. 생활 수준의 향상과 과학 및 의료가 발달 등의 영향으로 인한 기대 수명은 늘어났지만, 각종 질환과 신체적 기능 감퇴에서 완전히 벗어날 수 없으며 노인의 대다수가 만성 질환을 앓고 있다. 한국보건사회연구원의 2020년도 노인 실태조사에 따르면 노인이 자신의 주관적 건강상태가 나쁘다고 응답한 비율은 전체 노인의 19.9%, 우울 증상을 갖고 있다는 비율은 13.5%였다. 특히 3개월 이상 지속해서 앓고 있으며 의사의 진단을 받은 만성 질병이 있다고 답변한 비율은 전체 노인의 84.0%로(한국보건사회연구원, 2020)[3], 초기 노년기를 제외하고 다수의 노인이 신체적·정신적 건강 문제를 가지고 있다고 확인하였다.

최근에는 어떻게 하면 노년의 삶을 보다 건강하고 활동적이며 성공적으로 영위할 수 있는가 하는 노년기 삶의 질에 대한 국민적 관심이 점차 커지고 있으며(윤현숙·유희정, 2014)[4], 이 중 노인의 전반적인 삶의 질에 영향을 미치는 주요 요인으로서 우울 및 정신건강이 주목되어 왔다(조유향·정영해, 2014)[5]. 노인들은 노령화에 따라 신체적 질병, 배우자의 죽음, 경제 사정의 악화, 사회로부터의 고립 및 일상생활에 대한 통제 불능 등 여러 가지의 스트레스를 경험하면서 우울증이 더욱더 높아지는 경향이 있다(이민수 외, 2000)[6]. 또한, 노인들이 겪는 우울증은 사망률과 직접적인 연관성을 갖는다는 점에서 임상적 및 실효성 있는 제도적 관심이 요구되는 질환이며, 자살한 노인의 50~87%에서 자살 당시에 우울증이 있는 상태인 것으로 확인되었다(오병훈, 2006)[7].

노년기 정신건강 회복에 영향을 미치는 요인으로 친밀한 사회적 관계(social relationships)로부터의 지지 혹은 갈등 등의 주관적 경험은 개인의 정서에 영향을 주는 것으로 나타났다(Borg & Kristiansen, 2004)[8]. 즉, 노년기에 고립되지 않고 사회적 관계로부터 긍정적인 상호작용

을 하는 노인일수록 정신 건강이 좋고 우울 수준이 낮다(Butler & Lewis, 1998)[9]. 사별, 은퇴, 건강 상실 등을 경험하는 노년기에는 주요한 사회적 관계망이 일터에서 가족으로, 생활 범위의 장이 지역사회에서 가정으로 축소되는 경향이 있다. 따라서 노년기 삶에 가장 가깝고 주요한 사회적 관계는 배우자와 자녀가 되므로, 정신 건강의 주요한 관계 요인 또한 배우자의 관계와 자녀와의 관계라고 볼 수 있다. 선행연구에서는 결혼 생활에 대한 만족도와 행복감이 높고, 자녀와 긍정적인 관계를 유지하는 노인일수록 더 건강하고(Wickrama, Lorenz & Elder, 1997)[10], 우울 수준이 낮은 것으로 보고되었다(Kiecolt-Glaser & Newton, 2001; Dean, Kolody & Wood et al, 1990)[11,12]. 그리고, 노인이 가족관계가 친밀할 때 사회적 관계나 활동이 많고 우울과 자살 생각이 낮은 것으로 나타나 노년기의 가족은 중요한 지지체계를 밝혔다(김미호·문재우, 2013)[13]. 따라서 충분한 가족지지를 기반으로 한 가족관계에 대한 만족은 우울을 제거하거나 완화하는 있는 요인으로 작용한다고 할 수 있다(Seo·Shin, 1992)[14].

한편 노인의 건강상태와 더불어 노년기 삶의 질에 영향을 미치는 관계 요인으로 자아존중감을 들 수 있다. 자아존중감은 자기 자신을 존경하고 바람직하게 여기며 자신을 가치 있는 존재라고 생각하는 긍정적인 평가 또는 부정적인 견해로서 삶의 질의 정서적인 측면을 측정하는 수단이다(김종선, 2016)[15]. 특히 신체적 쇠퇴와 사회적 역할 상실의 진행 과정을 겪고 있는 노인들의 자아존중감은 자신이 살아온 삶을 긍정적으로 승화시켜 성공적인 노화를 성취하게 된다(한명자, 2019)[16]. 자아존중감이 높은 노인은 역할상실이나 변화에 잘 적응하며, 일어난 상황들을 잘 이해하고 자신의 정체감을 확립하여 노후를 만족스럽게 살지만(정순돌, 2007)[17], 자아존중감이 낮은 노인은 소외감, 삶에 대한 통제력 상실로 살아갈 의욕이 저하된다(Krause & Benjamin, 2000)[18]. 따라서 노인의 자아존중감은 안정된 노후의 중요한 설명요인으로 다양한 경험과 상호작용을 통해서 성공적인 노화를 예측하는 변수가 된다(정문진, 2017)[19].

기존의 선행연구 결과들을 종합하면, 노인의 건강상태와 우울을 변수로 하는 연구는 많지만, 전국 단위의 패널 자료를 통해 노인의 가족관계 만족도를 포함하여 노인의 가족 구성원 간의 가족관계와 우울감을 체계적으로 연구한 실증 연구는 부족하다고 판단된다. 따라서 본 연구에

서는 노인의 가족관계 만족도와 우울의 관계를 파악하고 자아존중감의 매개효과를 분석하였다. 이를 통해 노인의 우울감 수준을 낮추고 가족관계 만족도 증진을 통해 연장된 노인의 삶의 질을 높일 수 있는 사회복지 실천 방안의 마련에 의미 있는 시사점을 제공하고자 하였다.

연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 가족관계 만족도는 노인의 우울감에 영향을 미치는가?

둘째, 자아존중감은 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향을 매개하는가?

## 2. 이론적 배경

### 2.1 가족관계 만족도

노인에게 가족이란 생물학적 노화 및 사회적 노화로 인하여 사회에서 유리되기 쉬운 노년기에 정서적 지지, 정보의 제공, 물질적 보조 등과 같은 다양한 지원을 주고 받는 매우 중요한 자원이다(정경희, 2018)[20]. 또한, 가족은 개인이 가장 먼저 대인관계를 경험하는 곳이자 노년기에 다시 한 번 사회적 관계의 중심이 되는 단위이다. 게다가 현재 노인 세대는 전통적으로 강한 가족중심주의를 경험해 왔고, 노화를 경험하면서 가족원에 대한 의존성이 증가하며 사회적 관계망은 축소된다는 특징을 가진다(김향아, 2015)[21]. 특히 이러한 사회적 관계망의 축소로 노인이 성인 자녀에게 많이 의지하게 되면서 성인 자녀의 존재 자체가 삶의 만족도에 영향을 미치는 주요한 요인이 된다(가문정, 2018)[22]. 즉 노인의 신체적 능력의 감퇴로 배우자, 자녀 등 가족 의존도가 높아지고, 사회적 관계가 가족관계로 축소됨에 따라 가족관계가 더 중요한 의미가 있다(윤지은·전혜정, 2009)[23].

선행연구에 따르면, 노인의 가족관계는 노인의 정신건강에 대한 지지적 보호 자원의 역할을 한다(윤현숙·염소림, 2016; 이준상·김향아, 2017)[24, 25]. 그러나 한국 사회의 많은 노인이 가족관계에서의 어려움이나 고민하고 있으며(천재영·이난희, 2011)[26], 그중에서 부부간 다툼이나 자녀와의 견해 차이는 노년 스트레스의 주요 원인이 되고 있다(김재엽 외, 1998)[27]. 통계청의 『사회조사』(2020)에 의하면, 가족관계에 만족도는 20대 미만이 76.9%, 20대가 67.8%, 30대가 66.0%, 40대가 58.5%, 50대가 50.6%, 60대 이상이 50.2%로 연령이 증가함에 따라 만족도는 낮아지

는 모습을 볼 수 있다. 이러한 결과는 노인부양 의식의 약화로 인한 노인 독거 가구의 증가 및 중노년층의 이혼율 증가 등의 결과와 어느 정도 연관성을 가지는 것으로 보인다(한경해, 2019)[28].

노인의 가족관계 구성을 살펴보면 일반적으로 배우자 관계, 자녀 관계 및 자녀들의 형제자매 관계로 구분하는데(양옥경·이민영, 2003)[29], 노년기 삶의 질에 배우자나 자녀 관계 등 가족관계는 큰 영향을 미친다(손의성, 2006)[30]. 노인의 관계망은 점진적으로 기존에 사회적 유대관계가 줄어들며 가족, 친구 등과 같은 집단과의 관계가 중심이 되고 그중 가족과의 관계가 노인의 핵심적인 관계로 정립된다(김동배 외, 2010)[31]. 사회적 관계의 집단을 가족이나 친구 등과 같은 1차 집단과 그렇지 않은 2차 집단으로 구분한 연구에서도 노인의 주요 관계 중심은 1차 집단이 되고 그중에서도 가족관계가 노인의 주요한 관계의 축이 되는 것으로 나타나(권중돈·조주연, 2000)[32], 노인의 연령이 높아질수록 가족관계가 삶에 있어 더 큰 비중을 차지하는 것을 알 수 있다. 가족관계의 정도를 나타내는 척도인 만족도는 생활 만족도의 하위 개념 중 하나로서(서옥경, 2016)[33], 가족생활 속에서 가족 구성원이 상호작용을 통해 전반적으로 느끼는 만족 수준 또는 가족관계에 대한 주관적인 충족감 정도를 의미한다(이승원 외, 2008)[34]. 다른 연구에서는, 삶의 질 및 자족감의 주관적 평가를 삶의 만족도의 부분으로 정의하기도 한다(권중돈·조주연, 2000)[32].

### 2.2 우울감

우울감이란, 슬프고 울적한 기분, 활동에 대한 흥미나 즐거움의 상실, 에너지와 집중력 저하, 활동력 감소, 무가치감 등으로 인해 나타나는 저조한 기분이나 감정을 의미한다(American Psychiatric Association, 2013)[35]. 선행 연구에서는 우울감을 ‘신체적·사회적·환경적 요인으로 인해 개인이 침울함, 근심, 무가치함 및 무력감 등을 나타내는 기분 상태(강희숙·김근조, 2000)[36]’ 또는 ‘슬픈 감정이 심하고 의기소침한 상태와 사고 및 활동의 저하를 나타내는 부정적 감정 반응’으로 정의하였다(Blazer, 2003)[37]. 우울감은 임상적 관심과 치료가 필요한 우울증과는 구분되지만, 우울감이 지속하여 일상생활에 부정적 영향을 미치게 되면 우울증으로 보는 경우가 많으며, 지속적인 우울감은 우울증으로 진전될 가능성이 크고, 다른 형태의

이차적 문제로 이어질 수 있어 적절한 대처가 필요하다(권구영, 2012)[38].

우울감에 영향을 미치는 가족관계 요인으로 개인의 결혼상태와 관련한 영향에서는 결혼상태와 우울감 사이에 유의미한 상관관계가 나타나지 않는다는 연구도 있지만(김진순 외, 1999)[39], 대부분의 선행연구에서 이혼, 사별 등을 이유로 결혼 관계 해체를 경험한 노인들의 경우 우울감 수준이 높게 나타나는 것을 알 수 있다(강희숙·김근조, 2000; 이미애, 2009)[40,41]. 노인에게 있어서 가장 중요한 관계망인 가족관계나 가족 지지의 환경적 요인이 우울감에 영향을 미치는 데 가족 특성에 따른 우울감 정도는 유의미하게 차이가 있는 것으로 보고되었다(정호영·노승현, 2007)[42]. 또한, 동거 배우자나 가족이 있는 노인의 경우 배우자, 가족 등의 정서적 지지를 통한 심리적 안정감이 더 높은 것을 발견할 수 있다. 가족과의 정서적 유대는 노후 생활에 있어 건강 유지와 경제적 안정만큼의 중요한 요인이고, 자녀와의 정서적 유대는 다른 어떠한 사회적 관계로 대신할 수 없는 중요성을 지니고 있다(박봉선, 2018)[43].

### 2.3 자아존중감

자아존중감(self-esteem)이란 1960~1970년대 미국의 경제성장과 더불어 자아실현이 새로운 가치로 떠오르면서 중요시된 개념으로서(최현석, 2018)[44], 자신에 대한 긍정적 혹은 부정적 평가와 관련된 것(Rosenberg, 1979)을 의미한다(이신숙 재인용, 2013)[45]. 개인이 자신을 형성하고 유지하는 중요한 평가로서 역할하며, 스스로 유능하고 중요하며 가치 있는 존재라고 생각하는 심리적 요인으로 작용한다(황세경 재인용, 2023; Blazer, 1995; Rosenberg, 1985; Branden, 1994)[46, 47, 48, 49]. 자아존중감은 인간의 발달과 적응에 중요한 역할을 하며 개인의 행복과 타인과의 비교를 통해 평가되는 과정으로 볼 수 있으며, 일상생활에서 일어나는 과업이나 스트레스에 의해 영향을 받아 감소할 뿐만 아니라 다른 사람에게도 영향을 미치게 된다(황세경, 2023)[46]. 자아존중감이 높은 사람은 환경에 대한 적응력과 통제할 수 있는 능력이 높아 자신의 삶에 대해 만족하게 되며, 높은 자아존중감은 노인의 삶에 있어서 심리적으로도 아주 중요한 요인이 된다(김순분·이재모, 2021)[50].

노인의 자아존중감은 선행연구 결과를 통해 가족관계

에 의해 높은 영향을 받는 것을 확인할 수 있다. 연소 노인, 고령 노인, 초고령 노인으로 구체화하여 분석한 연구에서 가족관계 만족도는 모든 집단에서 자아존중감에 유의미한 영향을 미친다는 것을 밝혔으며, 가족관계 만족도가 높은 노인일수록 긍정적 자아존중감이 높아지고 부정적 자아존중감이 낮아지는 것을 확인하였다(권태연, 2009)[51]. 또한, 가족관계가 노인의 자아존중감을 향상하는 데 유의한 영향을 미치는 요인이라 하였으며, 노인의 가족관계가 좋을수록 자아존중감이 높은 것으로 나타났다(곽아람·박정원·박진희, 2019)[52]. 황세경(2023)[46]의 연구에서는 가족관계 만족도가 노인의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치며, 노인의 자아존중감이 가족관계 만족도와 삶의 만족도 사이의 관계를 부분 매개한다고 확인하였다.

### 2.4 가설 설정

본 연구는 노인의 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향 관계를 규명하고, 자아존중감의 매개효과를 검증하는 데 목적을 두었다. 이를 위해 독립변수인 가족관계 만족도와 종속변수인 우울감에 미치는 영향에서 매개변수인 자아존중감의 매개효과를 확인하기 위해 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1: 노인의 가족관계 만족도는 우울감에 영향을 미칠 것이다.

가설 2: 자아존중감은 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향을 매개할 것이다.

## 3. 연구 방법

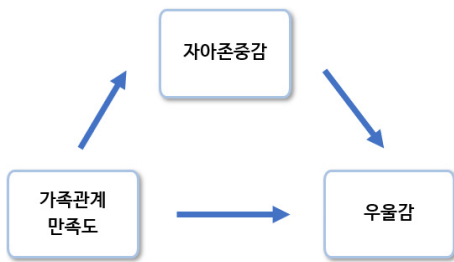
### 3.1 연구 자료 및 대상

본 연구에서는 한국 보건 사회 연구원이 수집한 [제16차 한국복지패널조사] 자료를 활용하였다. 한국복지패널 조사는 서울을 포함한 7개 광역시와 제주도를 포함한 9개의 도의 조사구 규모에 따라 전 국가적인 대표성을 지닌 종단조사이며, 나이, 소득계층, 경제활동 상태 등 다양한 인구집단별 생활 실태와 복지 욕구 등을 역동적으로 파악할 수 있는 자료로서 본 연구에 적합한 데이터라고 할 수 있다(한국보건사회연구원, 2021)[53]. 본 연구에서는 [제16차 한국복지패널조사]에 참여한 대상자는 총 13,144

명이며 이 중 결측값을 제외하고 65세 이상의 노인을 대상으로 총 4,310명을 분석하였다.

### 3.2 연구 모형

본 연구는 노인의 가족관계 만족도가 우울감에 미치는 영향 관계를 규명하고, 자아존중감의 매개효과를 검증하는 데 목적을 두었다. 이를 위해 독립변수인 가족관계 만족도와 종속변수인 우울감에 미치는 영향에서 매개변수인 자아존중감의 매개효과를 확인하기 위해 다음과 같은 연구 모형을 설정하였다.



[그림 3-1] 연구 모형

## 4. 연구 결과

### 4.1 조사대상자의 인구 사회학적 특성

연구대상자의 인구 사회학적 특성은 <표 4-1>과 같다. 연구참여자는 총 4,310명으로 남성 1,586명(36.8%), 여성 2,724명(63.2%)이다. 나이는 75~80세 미만이 1,049명(72.4%)으로 가장 많으며, 70~75세 미만이 947명(22.0%), 80~85세 미만이 930명(21.6%), 65~70세 미만이 822명(19.1%), 85~90세 미만이 450명(10.4%), 90세 이상이 112명(2.6%)으로 나타났다. 교육 수준은 초등학교 이하가 1,765명(41.0%)으로 가장 많았고, 중학교 이하가 812명(18.8%), 고등학교 이하 727명(16.9%), 무학이 725명(16.8%), 대학교(4년제 이상) 237명(5.5%), 대학교(4년제 미만) 44명(1.0%) 순으로 나타났다. 혼인상태의 경우 '배우자 있음'으로 응답한 2,377명(55.2%)으로 가장 많으며, '사별'로 응답한 1,666명(38.7%), 이혼 209명(4.8%), '미혼'으로 응답한 39명(0.9%), '별거'로 응답한 19명(0.4%) 순으로 나타났다.

<표 4-1> 연구대상자의 일반적 특성

변인	분류	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	1586	36.8
	여	2724	63.2
	합계	4310	100.0
나이	65~70세 미만	822	19.1
	70~75세 미만	947	22
	75~80세 미만	1049	24.3
	80~85세 미만	930	21.6
	85~90세 미만	450	10.4
	90세 이상	112	2.6
	합계	4310	100.0
교육 수준	무학	725	16.8
	초등학교	1765	41.0
	중학교	812	18.8
	고등학교	727	16.9
	대학교(4년제 미만)	44	1.0
	대학교(4년제 이상)	237	5.5
	합계	4310	100.0
혼인상태	배우자 있음	2377	55.2
	사별	1666	38.7
	이혼	209	4.8
	별거	19	.4
	미혼	39	.9
	전체	4310	100.0

### 4.2 주요 변인의 기술통계 분석

본 연구의 변수에 대한 기술통계 결과는 <표 4-2>과 같다. 먼저 본 연구에 사용된 사례 수는 4,310개이다. 매개변수인 자아존중감의 평균은 2.38, 표준편차는 1.46이며 최솟값과 최댓값은 각각 1.00, 9.00으로 나타났다. 종속변수인 우울감 평균은 2.11, 표준편차는 1.52이며 최솟값과 최댓값은 1.00 9.00으로 나타났다. 독립변수인 가족관계 만족도의 평균은 4.76으로, 종속, 매개변수보다 다소 높은 수치를 보인다. 또한, 표준편차가 2.06으로 조절, 종속변수보다 높게 나타났으며, 최솟값과 최댓값은 1.00, 9.00으로 측정되었다.

### 4.3 주요 변인의 신뢰도 분석

본 연구에서 측정된 가족관계 만족도, 우울감, 자아존중감의 내적 일관성 신뢰도(internal consistency reliability)에 관하여 알아보기 위하여 신뢰도 분석을 한 결과는

〈표 4-2〉 주요 변인의 기술통계 분석

문항	사례수	결측치	평균	표준편차	최소값	최대값
가족관계 만족도	4310	0	4.76	2.06	1.00	9.00
우울감	4310	0	2.11	1.52	1.00	9.00
자아존중감	4310	0	2.38	1.46	1.00	9.00

〈표 4-3〉과 같다. 먼저, 가족관계 만족도를 측정한 4개 문항에 관한 크롬바흐 알파 계수가 0.757로 나타났으며 우울감을 측정한 11개의 문항에 대한 크롬바흐 알파 계수가 0.976, 자아존중감을 측정한 10개 문항에 관하여 크롬바흐 알파 계수가 0.969로 모든 문항에 관한 크롬바흐 알파 계수가 0.6 이상으로 신뢰도에 문제가 없음을 확인하였다.

〈표 4-3〉 주요 변인의 신뢰도 분석

문항	문항수	크롬바흐 알파
가족관계 만족도	4	0.757
우울감	11	0.976
자아존중감	10	0.969

#### 4.4 주요 변인의 상관관계 분석

본 연구에 사용된 독립변수인 가족관계 만족도, 종속변수인 우울감, 매개변수인 자아존중감의 상관관계 분석 결과는 〈표 4-4〉과 같다. 가족관계 만족도와 우울감의 상관관계는 -0.352로 부(-)적인 상관관계를 보이며, 가족관계 만족도와 자아존중감의 상관계수는 0.420으로 정(+)적인 상관성을 보이며 자아존중감과 우울감과의 상관계수가 -0.590으로 부(-)적인 상관성이 나타났음을 확인하였다.

〈표 4-4〉 상관관계 분석

	가족관계 만족도	우울감	자아존중감
가족관계 만족도	-		
우울감	-.352**	-	
유의확률 (양측)	.000		
자아존중감	.420**	-.590**	-
유의확률 (양측)	.000	.000	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

#### 4.5 자아존중감의 매개효과

노인의 가족관계 만족도와 우울감 간의 영향 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하기 위하여 IBM SPSS 26 Process Macro Model 4를 활용하였다. 자아존중감의 매개효과가 통계적으로 유의한 수준인지 확인하기 위해 실시하였으며, 결과는 〈표 4-5〉와 같다.

〈표 4-5〉 매개효과 분석

독립변수	종속변수: 자아존중감			종속변수: 우울감		
	B	S.E	t	B	S.E	t
상수	2.3548	0.0203	116.1081	3.6092	0.0442	81.7413
가족관계 만족도	0.1255	0.0042	29.7868	-0.0453	0.0049	-9.2384
자아존중감				-0.6448	0.164	-39.3314
R <sup>2</sup> =0.1760, F=887.2528 p=0.000			R <sup>2</sup> =0.3615, F=1175.4705 p=0.000			

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Process Macro 4번 모델에서 총 5,000번의 부트스트래핑 재표집 결과, 독립변수인 가족관계 만족도는 매개변수 자아존중감으로 가는 회귀모형(F=887.2528, p<.001)과 독립변수 및 매개변수가 종속변수인 우울감으로 가는 회귀모형(F=1175.4705, p<.001) 모두 통계적으로 유의하게 나타났다. 독립변수가 매개변수에 미치는 유의성 검증 결과, 가족관계 만족도(B=.1255, p<.001)는 정(+)적으로 유의하게 나타났다. 즉, 가족관계 만족도가 높을수록 자아존중감이 높아지는 것으로 검증되었다.

또한, 가족관계 만족도와 자아존중감이 우울감에 미치는 영향의 유의성 검증 결과, 가족관계 만족도(B=-0.0453, p<.001)은 우울감에 부(-)적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 매개변수인 자아존중감(B=-0.6448, p<.001)도 우울감에 부(-)적인 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

앞서 진행한 회귀분석 결과를 바탕으로, 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트래핑 5,000번 실시 결과 신뢰구간 사이에 0을 포함하지 않으므로 가족관계 만족도와 우울감의 영향 관계에서 자아존중감은 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 우울감에 직접적으로도 유의한 영향을 미치므로, 자아존중감은 부분 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 부트스트래핑 결과는 〈표 4-6〉과 같다.

〈표4-6〉 자아존중감의 Bootstrapping 결과

매개변수	간접 효과	Boot SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
자아존중감	-0.0809	0.0040	-0.0890	-0.0731

## 5. 결론 및 제언

본 연구에서는 노인의 가족관계 만족도와 우울의 관계를 파악하고 자아존중감의 매개효과를 분석하였다. 이를 통해 노인의 우울감 수준을 낮추고 가족관계 만족도 증진을 통해 연장된 노인의 삶의 질을 높일 수 있는 사회 복지 실천 방안의 마련에 의미 있는 시사점을 제공하고자 하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, “가족관계 만족도가 높을수록 노인의 우울감은 낮을 것이다”라는 가설은 지지되었다. 가족관계 만족도가 노인 우울감에 미치는 영향을 확인하기 위하여, 노인의 인구·사회학적 변수 및 성별을 통제변수로 설정하고, 우울감을 종속변수로 설정하였다. 그 결과 가족관계 만족도와 노인의 우울감은 유의한 부적(-) 관계로 나타났다. 즉, 가족과의 관계 만족도가 높은 노인은 낮은 우울감 수준을 나타내며, 이는 노인의 가족과의 관계 만족도가 노인의 우울감에 긍정적으로 작용하는 것을 나타낸다. 이는 긍정적 가족관계가 노인의 우울 수준을 직접적으로 감소시키며, 정신건강 및 심리적 안녕감에 도움이 된다고 보고한 국내 외 선행연구(Krause, 2000; 김동배 외, 2011; 김명숙, 고종욱, 2013; 황세경, 2023)[18, 46, 54, 55]와 일치하는 결과이다. 둘째, “노인의 가족관계 만족도가 우울감에 영향을 미칠 때 자아존중감은 매개효과를 나타낼 것이다.”라는 가설은 지지되었다. 매개효과를 검증하기 위한 가족관계 만족도와 자아존중감이 우울감에 미치는 영향의 유의성 검증 결과, 가족관계 만족도( $B=-0.0453$ ,  $p<.001$ )은 우울감에 부(-)적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 매개변수인 자아존중감( $B=-0.6448$ ,  $p<.01$ )도 우울감에 부(-)적인 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 가족관계 만족도와 우울감의 영향 관계에서 자아존중감은 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 우울감에 직접적으로도 유의한 영향을 미치므로, 자아존중감은 부분 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 가족관계 만족도가 노인의 자아존중감에 유의한 영향을 미치고 가족관계 만족도 수준이 높을수록 노인의 자아존중감

수준이 높아진다는 연구 결과(권태연, 2009)[51]와 배우자 관계와 자녀 관계 만족도의 수준이 자아존중감에 긍정적인 영향을 미치며(곽아람·박정원·박진희, 2019)[52], 가족관계 만족도가 노인의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치며, 노인의 자아존중감이 가족관계 만족도와 삶의 만족도 사이의 관계를 부분 매개한다고 확인(황세경, 2023)[46]하는 기존의 선행연구와도 일치하는 결과이다.

본 연구 결과가 갖는 정책적 시사점과 실천적 시사점은 다음과 같다. 정책적 시사점으로 첫째, 가족관계 만족도와 노인의 우울감 간의 관계에서 유의한 영향 관계가 있음을 확인하였고, 가족관계 만족도 수준이 노인의 건강하고 노년기를 유지할 수 있음을 확인하였다. 이는 현대 사회에 가족의 형태와 가족관계가 변화했으나, 의학의 발달과 식생활 개선 등의 영향으로 늘어난 평균수명은 가족과 함께 노년기를 보내야 하는 노인에게 가족관계의 중요성이 확인된다. 따라서 노인 세대의 가족관계 개선을 위한 구체적인 방안이 마련되어야 하며, 의사소통 기술, 배우자·자녀와의 관계 향상, 퇴직 후 가정 내 역할 정립, 사회적 고립 예방 등의 다양한 프로그램이 지원되어야 한다(최태을·권경주·최미영, 2016)[56]. 둘째, 노인의 우울감 수준을 낮추기 위해서는 노인 스스로 자아존중감 인식의 중요성을 강조한다. 이러한 결과는 노년기에 노인들이 겪는 역할상실, 은퇴, 신체적 약화 등의 다양한 변화 속에서 스스로 정확한 자기 인식을 통해 자아존중감을 함양하는 것이 필요함을 확인한 결과이다. 따라서 노인들이 자기 삶에 대한 긍정적 평가와 가치를 인식할 수 있도록 자아존중감을 고취할 수 있는 프로그램이 개발되고 제공되어야 할 것이다(송종원, 2015; 김순분·이재모, 2021)[57, 50]. 본 연구의 실천적 시사점으로 노인들의 노인의 심리적 적응을 돕기 위한 상담 및 심리치료 전략을 세워 갈 수 있다. 지역의 경로당, 노인대학, 노인 교실, 노인복지관을 노인 참여의 장으로 활성화하고, 자아존중감을 높일 수 있는 지원을 적극적으로 확대함으로써 노인의 자아존중감 회복이 이루어질 수 있는 사회적 구조가 마련되어야 할 것이다(강은미·이영철, 2018)[58].

마지막으로 본 연구의 제한점으로는 가족 내부의 관계 만족도만을 고려했다는 한계점이 있다. 16차 한국 복지 패널조사가 포함하고 있는 가족관계 만족도의 측정 도구는 가족생활, 배우자, 자녀, 자녀의 형제·자매의 만족도로 이루어져 손자녀, 친지 간 등의 노인이 가진 폭넓은

관계 만족도를 비교·분석할 수 없었다는 점에서 한계를 가진다. 후속 연구를 통해 다양한 노인의 가족관계 만족도를 비교·분석을 통해 그에 따른 우울감 변화를 확인해 보기를 제언하는 바이다.

## References

- [1] 통계청(2021), 『장래인구추계』, 주요 연령 계층별 추계인구.
- [2] OECD(2021), 『Health Status』.
- [3] 한국보건사회연구원(2020), “2020년도 노인실태조사”, 서울: 한국보건사회연구원.
- [4] 윤현숙·유희정(2014), 가족관계가 성공적 노화에 미치는 영향. 한국가족복지학, 18, 5-31.
- [5] 조유향·정영혜(2014), 한국 전·후기 노인의 삶의 질 관련 요인과 성별 차이. 농촌의학·지역보건, 39(3), 176-186.
- [6] 이민수·최윤경·정인과·곽동일(2000), 한국 어느 도시 지역의 노인성 우울증 역학조사. 노인정신의학, 4, 54-163.
- [7] 오병훈(2006), 노인자살문제와 예방. 2006 대한임상노인의학회 춘계학술대회 자료집.
- [8] Borg, M & Kristiansen, K(2004), Recovery-oriented professionals: Helping relationships in mental health services, Journal of Mental Health, 13:5, 493-505.
- [9] Butler, R. N., & Lewis, M. I(1998), Aging and Mental Health: Positive Psychological and Bio-medical Approaches. 5th edition. Allyn and Bacon. 28-118.
- [10] Wickrama, K. A. S., Lorenz, R. D. O. and Elder, G. 1997. Marital Quality and Physical Illness: A Latent Growth Curve Analysis. Journal of Marriage and Family, 59, 143-155.
- [11] Kiecolt-Glaser, J, K., & Newton, T, L. (2001). Marriage and health: His and hers. Psychological Bulletin, 127(4), 472-503.
- [12] Dean, A., Kolody, B., & Wood, P. (1990). Effects of Social Support from Various Sources on Depression in Elderly Persons. Journal of Health and Social Behavior. 31(2), 148-161. Published by: American Sociological Association.
- [13] 김미호·문재우(2013), 노인의 가족관계와 사회적 관계가 우울과 자살 생각에 미치는 영향. 한국케어매니지먼트연구, 10, 1-26.
- [14] Seo, B. S., & Shin, H. S. (1992), The influence of the aged parents-adult children solidarity on the psychological distress of aged parents, Journal of the Korea Gerontological Society, 12(2), 99-108.
- [15] 김종선(2016), “한국노인의 사회기여활동 참여가 당사자들의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구.” 박사학위논문, 서울대학교, 2016.
- [16] 한명자(2019), “노인의 대인관계능력과 분노조절능력이 집단활동에 미치는 영향: 생활만족도와 자아존중감의 매개효과 검증.” 박사학위논문, 서울벤처대학원대학교.
- [17] 정순들(2007), 한국여성의 성공적 노후에 관한 연구: 청년, 중년, 노년층의 비교. 노인복지연구, 36: 210-220.
- [18] Krause, N. & Benjamin A. (2000), “Role-Specific Feelings of Control and Mortality.” Psychology and Aging 15: 617-626.
- [19] 정문진(2017), “고령장애인의 경제적 특성과 건강특성이 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로.” 박사학위논문, 서울시립대학교.
- [20] 정경희(2018), 노인의 가족 현황과 전망. 보건복지포럼, 6-18.
- [21] 김향아(2015), 노인의 가족관계가 삶의 만족도에 미치는 영향: 우울의 매개효과. 한국사회복지학회 학술대회 자료집, 616-634.
- [22] 가문정(2018), “성인 자녀와의 관계와 노인의 건강: 접촉 빈도, 금전적 지원, 지리적 근접성을 중심으로”. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- [23] 윤지은·전혜정(2009), “중고령자의 경제활동상태와 정신건강·소득 수준과 가족관계만족도의 매개효과 검증”. 한국노년학, 29(2): 743-759.
- [24] 윤현숙·염소림 (2016). 노인의 우울이 자살생각에 미치는 영향에 대한 가족연대감의 매개효과. 한국사회복지학, 68(1), 53-71.
- [25] 이준상·김향아 (2017). 노인의 가족관계가 삶의 만족

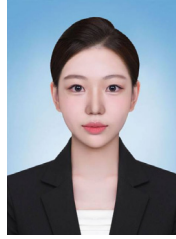


- 도에 미치는 영향. 한국웰니스학회지, 12(2), 27-36.
- [26] 천재영·이난희(2011), 노인의 우울에 대한 가족갈등 대처방식의 매개효과 연구.
- [27] 김재엽·김동배·최선희(1998), 노인부부의 스트레스와 갈등, 우울증, 그리고 권력. 한국노년학, 18(3), 103-122.
- [28] 한경혜(2019), 가족과 가구 영역의 주요 동향. 한국의 사회동향 2019, 56-68.
- [29] 양옥경·이민영(2003), “가족관계적도 활용을 위한 타당도 연구”. 한국사회복지학, 54(0), 5-34.
- [30] 손의성(2006), “노인이 인지한 자녀지원, 자녀관계 만족이 노인의 삶의 질에 미치는 영향: 노인의 자립적인 삶의 조절효과를 중심으로”. 임상사회사업연구, 3(2): 69-94.
- [31] 김동배·박은영·김세진(2010), “손자녀 주양육자 및 공동양육자의 사회참여가 우울에 미치는 영향: 가족관계 만족도의 매개효과 검증”. 한국가족관계학회지, 14(4): 183-209.
- [32] 권중돈·조주연(2000), “노인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인”, 한국노년학, 20(3): 61-76.
- [33] 서옥경(2016), “중국가정의 가족여가활동이 가족기능과 가족관계 만족도에 미치는 영향”. 고려대학교 대학원 가정학과 석사학위 논문.
- [34] 이승원·김동배·이주연(2008), “중·고령자의 은퇴유형이 우울에 미치는 영향: 가족관계 만족도의 조절효과를 중심으로”. 한국가족자원경영학회지, 12(1): 107-125.
- [35] American Psychiatric Association(2013), Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- [36] 강희숙·김근조(2000), 일부지역 노인들의 신체적 건강과 우울과의 관련 성. 대한보건연구, 26(4), 451-459.
- [37] Blazer, D. G. (2003), Depression in late life: review and commentary. The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences, 58(3), 249-265.
- [38] 권구영(2012), 조손가정 아동의 우울감과 학교적응 유연성간 관계: 임파워먼트의 조절효과를 중심으로. GRI 연구논총, 14(1), 205-230.
- [39] 김진순·손태용·금란·홍금덕(1999), 일 지역의 보건소 및 경로당 이용노인의 우울성향과 관련요인. 한국노년학, 19(3), 141-153.
- [40] 강희숙·김근조(2000), “일부지역 노인들의 신체적 건강과 우울과의 관련성”. 대한보건협회학술지, 26(4): 451-459.
- [41] 이미애(2009), 노인의 스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 우울의 매개효과와 사회적 지지 및 스트레스 대처방안의 조절효과를 중심으로. 한국인간복지 실천연구, 5, 170-192.
- [42] 정호영·노승현(2007), 노인 자살생각에 영향을 미치는 요인에 관한 연구-우울과 스트레스의 매개효과를 중심으로. 한국노년학회지, 27(4): 789-805.
- [43] 박봉선(2019), 노인 우울감이 자살생각에 미치는 영향. 박사학위논문 한세대학교 대학원.
- [44] 최현석(2018), 인간의 모든 성격: 나를 나이게 하는 것은 무엇인가. 서해문집.
- [45] 이신숙(2013), 노부모가 인지하는 성인자녀에 대한 양가감정에 관한 연구. 한국생활과학회지, 22(6), 633-647.
- [46] 황세경(2023), 가족관계가 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향. 석사학위논문 이화여자대학교 사회복지대학원.
- [47] Blazer, D. G.(1995). Social support and mortality in an elderly community population. American Journal of Epidemiology, 11(5), 684-694.
- [48] Rosenberg, M.(1985). Self-concept and psychological well-being in adolescence. FL: Academic Press.
- [49] Branden, N.(1994). Our urgent need for selfesteem. Executive Excellence.
- [50] 김순분·이재모(2021), 사회적 관계망과 자아존중감이 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향. 대한정치학회보, 29(1), 113-135.
- [51] 권태연(2009), 노년기 연소노인, 중고령노인, 초고령노인 집단의 스트레스 요인과 자아존중감이 우울에 미치는 영향: 자아존중감 요인의 매개효과를 중심으로. 사회복지연구, 40(1), 163-196.
- [52] 락아람·박정원·박진희(2019), 노인의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 대한 체계적 고찰과 메타분

석. 사회복지상담연구, 3(1), 5-32.

- [53] 한국보건사회연구원(2021), 제16차 한국복지패널조사, 서울: 한국보건사회연구원.
- [54] 김동배·유병선·민정선(2011), 노인 집단에서 나타나는 건강 수준 차이의 요인 분석. 사회복지연구. 42(3), 267-290.
- [55] 김명숙·고종욱(2013), 여가활동이 노인건강에 미치는 영향과 가족지지의 매개역할. 60, 35-54.
- [56] 최태을·권경주·최미영(2016), 베이비붐 세대의 노후 준비상태가 삶의 만족도에 미치는 영향. 노인복지연구, 71(4), 221-242.
- [57] 송종원(2015), 가족지지와 자아존중감이 노인의 삶의 만족에 미치는 영향. 상담심리교육복지, 2(2), 31-47.
- [58] 강은미·이영철(2018), 경로당 이용 노인 삶의 만족도에 미치는 영향 요인 분석: 서울특별시 경로당을 중심으로. 융합정보논문지, 8(5), 173-181.

**장 지 혜 (JI Hye Jang)**



- 2014년 03월~2021년 08월 : 신한대학교 글로벌관광경영학과 경영학사 졸업
- 2023년 03월~현재 : 칼빈대학원 사회복지학과 석사과정
- 관심분야 : 노인복지, 노인 상담, 청소년 복지, 사회복지
- E-Mail : rhaal1219@naver.com

**박 현 승 (Hyun Seung Park)**



- 2022년 03월~현재 : 서울디지털대학교 사회복지학과 교수
- 2010년 05월 : 미국 Calvin Bible 대학교 대학원 철학박사(Ph.D)
- 2020년 08월 : 한성대학교 행정대학원 사회복지학과 석사(M.S.W)
- 2023년 03월~현재 : 세한대학교 교수
- 한국복지상담경영학회 회장
- 2016년 01월~현재 : (사)대한노인복지진흥회 대표이사
- 관심분야 : 노인복지, 노인상담, 청소년복지, 사회복지
- E-Mail : geumbat1004@daum.net