

베이비붐 세대 여성의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질

윤정우¹ · 위 휘²

군산대학교 일반대학원¹, 군산대학교 간호학과²

A Study on Death Anxiety, Death Preparation, Gratitude and Quality of Life among Korean Baby-boom Generation Women

Yun, Jeong Woo¹ · Wee, Hwee²

¹Graduate School, Kunsan National University, Gunsan

²Department of Nursing, Kunsan National University, Gunsan, Korea

Purpose: In Korea, people in the baby-boom generation are now experiencing the aging phenomenon and they differ significantly from previous generations with social and historical experience as well as population size. The purpose of this study was to clarify the relationships between death anxiety, death preparation, gratitude and the degree of quality of life in baby-boom generation women. **Methods:** For the study 144 participants who lived in Jeonbuk area were enrolled. A questionnaire survey method including several tools was used. Data were collected from February 23 to March 20, 2016 and analyzed using descriptive statistical analysis, ANOVA, Pearson correlation with SPSS/WIN 18.0. **Results:** The major findings are summarized as follows: (1) Scores for death anxiety, death preparation, gratitude and the quality of life were average. (2) There was significant negative correlation between gratitude and death anxiety. Gratitude had significantly positive relations to death preparation and quality of life. **Conclusion:** The findings show that gratitude is the most important factor in baby-boom generation women, suggesting that further study to verify impact factors is needed, and intervention program which provide for successful later years for baby-boom generation women should be developed.

Key Words: Death, Anxiety, Gratitude, Quality of life

서 론

1. 연구의 필요성

1955년에서 1963년 사이에 태어난 베이비붐 세대는 대한민국 전체 인구의 14.6%를 차지하는 거대 인구집단이다. 2020년까지 우리나라 고령인구 증가율은 연평균 약 4%대이다가 베이비붐 세대가 고령층에 접어드는 2020년에서 2028년 사이에

는 연평균 5%대로 급증할 것으로 예상된다[1]. 우리나라의 고령화와 맞물려 있는 베이비붐 세대들은 인구집단으로서의 크기뿐만 아니라 이들이 경험한 사회적, 역사적 경험이 이전 세대와는 확연히 다르다는 점에서 차별성을 갖는다. 이들은 6.10 민주항쟁 등의 민주화 역사와 급격한 경제성장, 1997년 외환위기, 글로벌 금융위기 등을 경험한 세대로 지금까지 사회에서 중요한 역할을 수행하였으나 최근에는 은퇴를 시작하였다. 이들은 도전과 성취의 역동적인 삶을 살았고, 정보화 시대의 급

주요어: 베이비붐 세대, 죽음불안, 죽음준비, 감사성향, 삶의 질

Corresponding author: Wee, Hwee

Department of Nursing, Kunsan National University, 558 Daehak-ro, Gunsan 54150, Korea.

Tel: +82-63-469-1993, Fax: +82-63-469-7429, E-mail: weehwee@hanmail.net

- This article is a revision of the first author's master's thesis from Kunsan National University.

Received: Jul 22, 2016 | Revised: Aug 10, 2016 | Accepted: Aug 19, 2016

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.

변하는 환경을 포함한 시대적 변화에 적응하는 등 기존세대와는 다른 변화의 속도를 체험한 미래지향적 세대이기도 하다. 이러한 특징을 지닌 베이비붐 세대가 노년기에 어떻게 적응해 나갈 것인가는 한국사회 전반에 중요한 과제이고 이들의 경험과 특징은 다음 세대로 전달되어 우리사회의 안정적인 발전에 바람직한 영향을 미칠 것이다[2].

베이비붐 세대가 경험한 다각적이며 급격한 사회·경제·문화적 변화로 인하여, 이들이 노인 세대로 편입되는 2020년부터는 노인인구 내에서의 다양성이 더욱 심화되고 복지욕구도 다양화될 것으로 전망된다[3]. 특히 베이비붐 세대 여성은 인생을 재평가하고 경제적 자립과 자기개발에 대한 강한 욕구를 갖고 있으며 남은 인생을 어떻게 살 것인가에 대한 높은 관심을 가지고 있어[4] 베이비붐 세대 여성의 노년기 발달, 성공적 노화 및 노년기 적응 등에 대한 연구들이 진행되어 왔다.

베이비붐 세대 여성이 현재 경험하는 발달단계는 후기중년 기인데, 이 시기에는 개인이 자신의 내적 경험과 가치관을 재평가하게 되고, 인생의 긍정적 전환에 중요한 역할을 제공할 수 있으며, 정신·심리적으로 적응하는 과업을 수행하게 된다[5]. 이러한 적응과정에서 부딪히는 사건으로는 질병, 노화와 죽음이 있을 수 있다. 질병과 노화는 죽음과 관련되는 경험이고, 죽음에 대한 불안은 인간 누구에게나 존재하는 기본적인 염려이다. 하지만 죽음은 누구에게도 반드시 찾아오는 보편적이며 절대적인 현실이다[6]. 사람들은 처음에는 죽음이 타인에게는 올 수 있으나 자신에게는 올 수 없는 것으로 생각하지만 죽음에 대한 인식이 점점 달라지면서 공포와 불안정도가 심해지게 되고 회피와 부정의 태도가 나타나게 된다[7]. 그러므로 노년기 진입을 앞둔 베이비붐 세대 여성에게 죽음은 삶을 전제로 한 자연스러운 현상이라는 생각과 함께 죽음을 수용할 수 있도록 돕는 죽음에 대한 이해와 준비 및 죽음불안 대처를 위한 간호가 필요하다.

생명의 탄생에 대해서는 준비를 많이 하지만, 죽음을 맞이하는 데에는 그렇지 않은 경우가 많다. 게다가 죽음은 예측할 수 없으므로 살아있는 사람은 누구나 죽음에 대한 준비가 필요하다. 죽음에 대한 문제는 죽음의 본질 그 자체보다 죽음을 어떻게 받아들이느냐에 있으므로 죽음준비는 죽음을 수용하는 태도에서부터 비롯된다[8]. 나아가 죽음을 개인적으로 체험할 수는 없으나 죽음을 자신의 문제로 생각하고 삶과 죽음의 의미를 탐구하며, 자각을 가지고 자기와 다른 사람의 죽음에 대비한 마음의 준비를 할 수 있도록 돕는 전 생애를 통한 죽음준비교육의 필요성이 일부 학자들에 의해 주장되고 있다[6]. 그러므로 노년기 진입을 앞둔 베이비붐 세대 여성들에게 죽음은 자신과

상관없거나 두려운 일이 아니라 자신의 삶의 과제임을 인식하여 죽음에 대한 가치와 규범을 탐색을 돕는 죽음준비와 실제적인 죽음의 물리적 준비, 심리적 준비, 사후 준비[9]에 대한 도움이 필요하다.

Lee[10]는 우리나라의 45~64세의 중년기 인구에 비해 베이비붐 세대는 상대적으로 경제와 건강 영역의 노후 준비도는 높고 여가와 사회참여에 대한 노후 준비도가 낮으며, 베이비붐 세대 여성의 경우에는 경제, 건강, 여가와 사회참여의 영역 모두에서 남성보다 노후 준비를 못하고 있는 사람들의 비율이 높게 나타났음을 보고하면서, 노후 준비의 주요 어려움은 경제적 어려움과 시간의 부재 및 정보 부족에서 기인하기에 국가 개입의 당위성을 주장하였다. 하지만 경제적 안정 등 외부 상황이 긍정적으로 갖추어졌다고 하여 심리적 안정감과 행복을 느끼는 것은 아니다. 개인이 경험하는 긍정적 정서 상태인 감사성향은 긍정적 성격 특성이고[11], 부정적인 부분보다는 가지고 있는 것과 긍정적인 부분에 초점을 맞추는 것으로, 행복감을 느끼는데 중요한 요소가 되며 후천적 노력으로 고양될 수 있는 독특성을 가지는 정서적 특징이다[12]. 또한 감사성향은 주관적 웰빙 및 행복감과 밀접히 관련되고, 주관적 웰빙 및 삶의 만족도에 영향을 미친다[13,14].

주관적 안녕을 의미하는 삶의 질은 신체적, 정신적 및 사회적, 경제적 영역을 모두 포함하고[15], 삶의 질에 영향을 미치는 요소는 객관적, 주관적 요소들을 망라하며 개인의 삶과 직결된 다방면의 요소를 포함하고 있다고 인식되나, 노년기 삶의 질에 가장 중요한 요인은 건강과 경제적 수입으로 보고되어 있다[16]. 그러므로 시대적 특성을 가진 현재의 베이비붐 세대 여성들의 삶의 질에 대한 탐색은 의미가 있을 것이다. 앞으로 베이비붐 세대 여성들은 그동안 자기실현을 위한 활동의 삶을 노년기에도 계속하면서 새로운 뉴시니어 문화를 형성하는 집단으로 한국사회 전반에 중요한 역할을 담당할 것으로 본다[2]. 그러므로 이들이 웰다잉(well-dying)과 좋은 죽음(good death)에 대해 인식하고 죽음에 대한 준비와 현실의 삶에 대한 감사를 통해 삶의 질을 더욱 풍요롭게 하는 건강한 장수시대를 열 수 있도록 해야 할 것이다.

간호에는 인간에 대한 총체적 이해와 전인간호 제공이 포함된다. 그러기에 간호사가 우리나라 뉴시니어 문화의 주체인 베이비붐 세대 여성들의 특성에 관심을 갖는 것은 당연하다. 또한 대상자의 삶에서 심리적 안녕에 필요한 감사성향 증진과 삶의 질을 고양시키고, 언젠가 맞이하게 될 죽음에 대해 이해하고 준비할 수 있도록 하기 위해서는 적절한 간호중재가 필요할 것이다. 그러나 아직까지 간호학에서는 베이비붐 세대 여성과 관련

된 연구가 미흡할 뿐만 아니라 삶과 죽음의 요소를 포함하여 이들의 관계를 확인한 연구는 매우 드문 실정이다. 그러므로 본 연구는 아직은 후기중년기에 속해 있지만 곧 노년기 진입을 앞두고 있는 예비노인인 베이비붐 세대 여성의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 정도와 관계를 파악하여 이들을 이해하고 성숙된 노화의 삶을 위한 방안을 모색하여 베이비붐 세대 여성의 삶의 질 향상을 위한 간호중재 프로그램의 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 베이비붐 세대 여성의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 정도를 확인하고 제 변수들 간의 관계를 알아보기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성을 파악한다.
- 대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 차이를 파악한다.
- 대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 간의 관계를 확인한다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 베이비붐 세대 여성의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 정도를 파악하고 제 변수들 간의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 전라북도에 소재한 1개 시와 1개 군에 거주하는 베이비붐 세대 여성이다. 대상자 수는 G*Power 3.1.9.2 version을 이용하여 상관관계분석에 필요한 표본 수를 산정하였는데 유의수준(α) .05, 중간효과크기 .30, 검정력($1-\beta$) .95의 조건을 만족시키는데 필요한 최소 표본수로 111명이 산출되었고 탈락률을 고려하여 총 150명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 대상자 선정기준은 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구에 참여하기로 서면 동의를 한 사람 중에 1955년에서 1963년 사이에 국내에서 태어난 여성이며, 출생 후 국내

에서 거주하고 있는 자로 하였다.

3. 자료수집

본 연구의 자료수집기간은 2016년 2월 23일부터 3월 20일까지였다. 편의 추출한 전라북도의 1개 시와 1개 군 소재의 베이비붐 세대 여성이 많이 이용할 것이라 기대되는 고교동창회 사무실, 주민자치센터, 보건소, 종교기관, 부녀회, 평생교육기관 등에 연구자가 유선으로 연락하여 기관의 책임자 또는 운영자에게 연구의 목적과 절차를 설명하였다. 허락을 받은 각 1곳씩의 여교 동창회사무실, 주민자치센터, 부녀회, 대학부설 평생교육기관, 보건소와 2곳의 종교기관에 연구자가 직접 방문하거나 훈련된 연구보조원을 활용하여 기관 이용이나 행사참여를 위해 방문한 대상자나 직원을 섭외하였다. 원래의 용무에 방해되지 않도록 휴식 시간이나 대기하는 시간을 이용하였고, 개별적으로 접근하여 본 연구의 목적, 익명성, 비밀보장에 대해 설명하고 연구에 참여할 것을 동의한 자에게 서면동의서를 받은 후 설문지를 배부하였다. 대부분의 설문지는 현장에서 작성 후 수거하였고, 대상자가 원하는 경우에는 귀가 후 설문지를 작성하여 다음 기관 이용 시 가져오게 하여 각 기관의 연구보조원을 통해 수거하였다. 총 150부의 설문지를 배부하여 146부를 회수하였으며, 그 중 내용이 불충분한 자료 2부를 제외한 144부를 본 연구에 사용하였다.

4. 연구도구

1) 죽음불안

본 연구에서는 Thorson과 Powell[17]이 선행연구를 기반으로 개발한 죽음불안 도구(Revised Death Anxiety Scale, RDAS)를 Park[18]이 한국인을 대상으로 변안한 죽음불안 측정도구를 원저자의 허락을 받아 사용하였다. 이 도구는 총 34문항이며, 변안 당시 Hotelling의 주요인 분석법으로 7개의 하위영역이 전체 변량의 57.8%를 설명한다는 구성타당도가 확인되었다. 각 하위영역은 죽음의 의미 11문항, 고립 4문항, 타인에 대한 염려 4문항, 사후 의 불확실성 5문항, 능력 상실 4문항, 부존재 3문항, 죽음의 장소 및 방법 3문항으로 구성되고 각 영역의 상관관계는 r 값이 -.31에서 .43의 범위로 고유성을 비교적 확보하고 있었다. '전혀 그렇지 않다' 1점 '에서 아주 그렇다' 4점까지의 4점 Likert 척도이고, 평균점수가 높을수록 죽음에 대한 염려나 불안정도가 높은 것을 의미한다. Park[18]의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 값은 .96이었고, 본 연구에서도 .96이었다.

2) 죽음준비

Lee[9]가 개발한 죽음준비인식 도구를 저자의 허락을 받아 사용하였다. 전체 문항 중 명목변수인 ‘귀하는 죽음에 대하여 생각해보신 적이 있습니까?’와 ‘귀하는 죽음을 받아들일 수 있습니까?’의 두 문항은 설문에서 제외하였고, 죽음준비에 해당하는 하위 도구만을 설문에 이용하였다. 죽음준비는 총 7문항으로 물리적 준비 4문항, 심리적 준비 2문항, 사후 준비 1문항으로 구성되어 있다. ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘아주 그렇다’ 4점까지의 4점 Likert 척도로, 7점에서 28점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 죽음준비 정도가 높음을 의미한다. Lee[9]의 연구에서 전문가 집단을 통해 내용 타당도를 확인하였고, 신뢰도는 Cronbach's α 값은 .85였으며 본 연구에서는 .78이었다

3) 감사성향

본 연구에서는 McCullough, Emmons와 Tsang[11]이 개발한 감사성향 척도를 Kwon, Kim과 Lee[12]가 한국어로 번안한 한국판 감사성향 척도(K-GQ-6)를 번안자의 허락을 받아 사용하였다. 이 도구는 번안 당시 단일 요인이 전체 변량의 56.9%를 설명하는 것으로 나타났고, 긍정적 정서성, 부정적 정서성, 삶의 만족, 낙관성, 우울, 불안, 고독 척도와와의 상관관계수 r 값이 -.45에서 .48 범위로 유의한 상관관계가 있어 수렴타당도가 있으며, 감사 빈도와 $r = .34$ ($p < .001$)의 유의한 정적상관을 보여 준거타당도가 확인된 바 있다. 이 도구는 총 6문항이며 2개의 역채점 문항을 포함한다. ‘전혀 그렇지 않다’ 1점부터 ‘매우 그렇다’ 7점까지의 7점 Likert 척도이고, 7점에서 42점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. 번안 당시 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .85였으며[12], 본 연구에서도 .85였다.

4) 삶의 질

본 연구에서는 Ro[15]가 우리나라 중년기 성인을 대상으로 개발한 삶의 질 측정도구를 저자의 허락을 받아 사용하였다. 전체 47개 문항이고, 개발 당시 전문가와 일반인 집단을 통해 내용타당도를 확보하였으며, Hotelling의 주요인 분석법으로 6개의 하위영역이 전체 변량의 47.0%를 설명한다는 구성타당도가 확인되었다. 각 하위영역은 정서상태 9문항, 경제생활 11문항, 자아존중감 8문항, 신체상태와 기능 9문항, 이웃관계 4문항, 가족관계 6문항으로 구성되고 각 영역의 상관관계는 r 값이 .04에서 .56으로 고유성을 비교적 확보하고 있었다. 12개의 역채점 문항을 포함하고 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5

점까지의 5점 Likert 척도이다. 47점에서 235점까지의 점수범위를 가지며, 점수가 높을수록 삶의 질 정도가 높음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .94였고[15], 본 연구에서는 .84였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 죽음불안, 죽음준비, 감사성향, 삶의 질 정도는 평균, 표준편차, 빈도와 백분율로 산출하였고, 일반적 특성에 따른 변수의 차이는 independent t-test와 one-way ANOVA, Scheffé test, 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 검정하였다.

6. 윤리적 고려

연구대상자의 권리와 윤리적 고려를 위하여 K대학교 생명윤리위원회의 승인(No:1040117-201601-HR-005-01)을 받은 후 연구에 임하였다. 사전 연구동의서는 간단하고 분명하며 직접적인 표현을 사용하였고, 정보를 충분히 읽고 이해할 수 있도록 하였으며, 동의서 내용은 연구목적, 비밀보장, 익명성, 연구참여 도중 언제라도 중단할 수 있다는 설명을 포함하였다. 연구에 대한 설명을 듣고 자발적으로 연구참여를 희망하는 자에 한하여 서면동의서를 작성한 후 설문에 참여하도록 하였다.

연구 결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구대상자는 총 144명으로 일반적 특성은 연령, 교육정도, 종교, 배우자유무, 배우자관계, 취업여부, 정규직여부, 연금형태, 지각된 경제상태, 지각된 건강상태로 구성되었으며 결과는 Table 1과 같다.

대상자의 연령은 평균 56.9 ± 2.53 세였다. 교육정도는 중졸 이하가 28명(19.5%), 고졸 48명(33.3%), 전문대졸 이상 68명(47.2%)으로 나타났다. 종교는 114명(79.2%)이 종교 있음으로 응답하였고 종교가 없다고 응답한 대상자는 30명(20.8%)이었다. 배우자 유무는 배우자 있음이 132명(91.7%), 배우자 없음이 12명(8.3%)이었고, 배우자가 있다고 응답한 경우 배우자관계에 대해 만족이 113명(85.6%), 불만족이 19명(14.4%)으로 나타났다. 취업여부는 취업이 92명(63.9%), 미취업 52명(36.1

%)으로 응답하였으며, 취업하고 있는 경우에서 정규직 여부에 대해서는 정규직 42명(45.7%), 비정규직 50명(54.3%)이었다. 연금형태는 공적연금이 117명(81.3%), 사적연금 27명(18.7%) 이었고, 지각된 경제상태는 여유있다고 응답한 경우는 90명(62.5%), 곤란하다고 응답한 경우가 54명(37.5%)이었다. 조사 대상자의 지각된 건강상태는 양호하다는 응답이 114명(79.2%), 불량이라고 응답한 경우가 30명(20.8%)이었다.

Table 1. General Characteristics of Research Participants (N=144)

Variables	Categories	n (%) or M±SD
Age (year)		56.9±2.53
Education level	≤ Middle school	28 (19.5)
	High school	48 (33.3)
	≥ College	68 (47.2)
Religion	Have	114 (79.2)
	Have not	30 (20.8)
Spouse	Exist	132 (91.7)
	Does not exist	12 (8.3)
Satisfaction with spouse	Satisfaction	113 (85.6)
	Dissatisfaction	19 (14.4)
Employment status	Employed	92 (63.9)
	Unemployed	52 (36.1)
Employment type	Full-timer	42 (45.7)
	Part-timer	50 (54.3)
Pension system	Public	117 (81.3)
	Private	27 (18.7)
Perceived economic level	Afford	90 (62.5)
	Can't afford	54 (37.5)
Perceived health status	Good	114 (79.2)
	Bad	30 (20.8)

2. 대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 정도

대상자의 죽음불안은 최소 1.09점에서 최대 3.85점의 범위로 나타났으며, 평균 2.41 ± 0.60 점이었다. 죽음불안의 하위영역은 고립이 2.78 ± 0.75 점으로 가장 높았고, 사후의 불확실성이 1.97 ± 0.80 점으로 가장 낮았다. 대상자의 죽음준비는 최소 8점에서 최대 28점의 범위로 나타났으며, 평균 20.10 ± 4.04 점이었다. 죽음불안의 하위영역은 물리적 준비도가 10.76 ± 2.63 점, 심리적 준비도 6.05 ± 1.25 점, 사후 준비 3.28 ± 0.84 점이었다. 대상자의 감사성향은 최소 20점에서 최대 42점의 범위로 나타

났으며, 평균 34.57 ± 5.97 점이었다. 대상자의 삶의 질은 최소 124점에서 최대 187점의 범위로 나타났으며, 평균 155.69 ± 13.10 점이었다. 삶의 질의 하위영역은 정서상태 25.61 ± 5.25 점, 경제생활 37.53 ± 5.70 점, 자아존중감 27.47 ± 3.50 점, 신체상태와기능 29.58 ± 2.66 점, 이웃관계 14.08 ± 1.91 점, 가족관계 21.42 ± 3.21 점이었다(Table 2).

3. 일반적 특성에 따른 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 차이

1) 대상자의 일반적 특성에 따른 죽음불안의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 죽음불안, 죽음준비, 감사성향과 삶의 질의 차이를 확인한 결과는 Table 3과 같다. 죽음불안은 일반적 특성에 따른 차이가 나타나지 않았으며, 죽음준비는 연금형태($t=0.41, p=.014$)에 따라 유의한 차이가 있었는데, 연금형태가 공적연금인 경우가 20.54 ± 3.93 점으로 사적연금의 18.19 ± 4.05 점보다 높았다. 감사성향은 교육정도($F=6.82, p=.001$)와 종교유무($t=2.49, p=.014$)에 따라 유의한 차이가 있었는데, 전문대졸 이상이 36.43 ± 4.82 점으로 고졸의 32.71 ± 6.91 점보다 높았고, 종교가 있는 사람이 35.19 ± 5.84 점으로 종교 없는 사람의 32.20 ± 5.98 점보다 높았다. 삶의 질은 교육정도($F=5.32, p=.006$), 연금형태($t=2.38, p=.019$), 지각된 경제상태($t=3.75, p<.001$), 지각된 건강상태($t=4.89, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있었다. 삶의 질 점수는 교육정도에서 중졸 이하 149.14 ± 12.00 점, 고졸 155.58 ± 13.58 점, 전문대졸 이상 158.46 ± 12.36 점으로 사후 검정 결과 전문대졸 이상이 중졸 이하보다 높았다. 연금형태에 따라서는 공적연금의 경우 156.91 ± 12.75 점, 사적연금의 경우 150.37 ± 13.47 점으로 공적연금 가입자가 사적연금 가입자보다 삶의 질 점수가 높았고, 지각된 경제상태는 여유있다고 응답한 경우가 158.72 ± 12.64 점, 곤란하다고 응답한 경우가 150.63 ± 12.36 점으로 여유있다고 응답한 경우가 곤란하다고 응답한 경우보다 삶의 질 점수가 높았으며, 지각된 건강상태에서는 양호하다고 응답한 경우가 158.23 ± 12.10 점, 불량하다고 응답한 경우가 146.03 ± 12.38 점으로 양호하다고 응답한 경우가 불량하다고 응답한 경우보다 삶의 질 점수가 높았다.

4. 대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 간의 관계

대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 간의 상

Table 2. Level of Death Anxiety, Death Preparation, Gratitude and Quality of Life

(N=144)

Variables	Possible range	M±SD	Actual range	
			Min	Max
Death anxiety	1~4	2.41±0.60	1.09	3.85
Meaning of death	1~4	2.31±0.61	1	3.91
Isolation	1~4	2.78±0.75	1	4
Warring for others	1~4	2.07±0.70	1	4
Uncertainty after death	1~4	1.97±0.80	1	4
Lose of ability	1~4	2.31±0.77	1	4
Disappear of existence	1~4	2.43±0.70	1	4
Place and mode dying	1~4	2.44±0.73	1	4
Death preparation	7~28	20.10±4.04	8	28
Physical preparation	4~16	10.76±2.63	4	16
Psychological preparation	2~8	6.05±1.25	2	8
Preparation after death	1~4	3.28±0.84	1	4
Gratitude	7~42	34.57±5.97	20	42
Quality of life	47~235	155.69±13.10	124	187
Emotional life	9~45	25.61±5.25	14	40
Economic life	11~55	37.53±5.70	25	50
Self-esteem	8~40	27.47±3.50	17	35
Physical state and function	9~45	29.58±2.66	21	37
Relationships with neighbours	4~20	14.08±1.91	9	19
Family relationships	6~30	21.42±3.21	12	28

Table 3. Difference in Death Anxiety, Death Preparation, Gratitude and Quality of Life according to General Characteristics (N=144)

Variables	Categories	Death anxiety		Death preparation		Gratitude		Quality of life	
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p) Scheffé	M±SD	t or F (p) Scheffé
Education level	≤ Middle school ^a	2.56±0.57	1.12	19.36±3.87	2.88	33.25±5.60	6.82	149.14±12.00	5.32
	High school ^b	2.39±0.61	(.328)	19.33±4.61	(.059)	32.71±6.91	(.001)	155.58±13.58	(.006)
	≥ College ^c	2.35±0.59		20.94±3.55		36.43±4.82	b < c	158.46±12.36	a < c
Religion	Have	2.38±0.64	-1.19	19.89±3.96	-1.17	35.19±5.84	2.49	156.08±12.40	0.70
	Have not	2.49±0.39	(.238)	20.87±4.32	(.243)	32.20±5.98	(.014)	154.20±15.60	(.486)
Spouse	Exist	2.41±0.60	0.39	20.16±4.03	0.61	34.74±5.88	1.15	156.11±12.79	1.28
	Does not exist	2.34±0.57	(.701)	19.42±4.36	(.544)	32.67±6.85	(.250)	151.08±15.99	(.204)
Employment status	Employed	2.38±0.58	-0.75	19.97±4.29	-0.51	34.59±6.06	0.05	155.35±13.14	-0.41
	Unemployed	2.45±0.62	(.456)	20.33±3.59	(.610)	34.54±5.59	(.963)	156.29±13.13	(.680)
Pension system	Public	2.42±0.59	0.44	20.54±3.93	2.79	34.55±5.93	-0.09	156.91±12.75	2.38
	Private	2.36±0.62	(.658)	18.19±4.05	(.006)	34.67±6.26	(.926)	150.37±13.47	(.019)
Subjective economic level	Afford	2.42±0.58	0.19	20.43±4.05	1.29	35.19±5.58	1.62	158.72±12.64	3.75
	Can't afford	2.40±0.64	(.848)	19.54±4.01	(.199)	33.54±6.50	(.108)	150.63±12.36	(<.001)
Subjective health status	Good	2.39±0.60	-0.69	19.91±4.12	-1.07	34.74±5.90	0.66	158.23±12.10	4.89
	Bad	2.47±0.58	(.492)	20.80±3.72	(.286)	33.93±6.29	(.514)	146.03±12.38	(<.001)

관관계를 분석한 결과 죽음불안과 감사성향($r=-.17, p=.048$)은 음의 상관관계가 있었으며, 죽음준비와 감사성향($r=.29, p=.001$), 감사성향과 삶의 질($r=.35, p<.001$) 사이에 유의한 양의 상관관계가 있었다(Table 4).

논 의

본 연구는 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질의 개념을 사용하여 한국전쟁이 종료된 1955년에 태어나 산아제한이

Table 4. Correlations of Death Anxiety, Death Preparation, Gratitude, and Quality of Life

(N=144)

Variables	Death anxiety	Death preparation	Gratitude	Quality of life
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Death anxiety	1			
Death preparation	.04 (.633)	1		
Gratitude	-.17 (.048)	.29 (.001)	1	
Quality of life	-.00 (.994)	.13 (.122)	.35 (<.001)	1

시작되기 직전인 1963년까지 출생한 베이비붐 세대 여성을 이해하고, 이들의 성숙된 노화와 삶의 질 개선을 위한 간호중재 개발의 기초자료를 제공하고자 시도되었다.

베이비붐 세대 여성의 죽음불안은 2.41점으로 중간 수준이었다. 이는 동일한 도구를 사용하여 노인을 대상으로 한 3.00점 [19] 보다 낮은 수준이었고, 선행연구와 본 연구결과를 비교했을 때 중년이 노인보다 죽음불안이 낮다는 연구결과[20]와 유사하였다. 이는 보편적으로 베이비붐 세대 여성이 노인보다는 젊고 건강하며 가정과 직장을 비롯한 사회활동을 하고 있어 죽음보다는 삶에 더 의미와 기반을 두고 생활하기 때문에 죽음에 대해 불안감이 적다고 추측할 수 있겠다. 한편 본 연구대상자의 죽음불안 정도는 일반적 특성에 따른 차이가 없는 것으로 나타났으므로 추후 반복연구를 통해 베이비붐 세대 여성의 죽음불안 정도와 관련된 요인들을 재차 확인하는 것이 필요하다고 사료된다.

베이비붐 세대 여성의 죽음준비는 20.10점이었고 본 연구와 동일한 도구를 이용하여 노인을 대상으로 한 연구에서의 20.02점 [9]과 유사한 수준이었다. 이처럼 베이비붐 세대 여성들이 죽음불안 정도는 노인에 비해 낮지만 죽음준비 정도가 유사한 이유는 이들이 노년기를 보다 의미 있게 보내기 위해 노후준비의 한 차원으로 죽음준비를 진행하기 때문이며, 죽음에 대한 인식이 웰빙의 연장선인 웰다잉으로 변화했기 때문이라고 여겨진다. 죽음준비 정도는 연금형태에 따라 차이가 있었다. 공적 연금으로 죽음을 준비하는 경우가 사적연금으로 준비하는 경우보다 죽음준비 정도가 높았고, 이러한 결과는 베이비붐 세대들이 이전 세대와 비교해 공적연금 가입자가 경제적 노후준비를 더 잘하고 있다고 한 선행연구결과[21]와 맥락을 같이한다고 볼 수 있다. 죽음을 준비한다는 것은 죽음의 순간만을 준비하는 것이 아니라 물리적 준비, 심리적 준비와 사후 준비를 모두 포함하므로 [9] 미래에 대한 제도적인 경제적 보장과 그로 인한 심리적 안정이 공적연금자들이 죽음준비를 좀 더 가능하게 했을 것으로 사료된다. 그러므로 베이비붐 세대 여성의 죽음준

비를 위해 연금제도를 포함한 사회경제적 간호사정이 필요하며, 이러한 요소를 고려하여 대상자를 이해하고 특성을 고려하여 개발한 죽음준비교육이 필요하다고 생각한다.

감사성향은 총점 34.57(평균 5.76)점으로 나타나 보통 이상의 수준이었으며, 여대생의 5.27점 [12], 여성노인의 5.36점 [22] 보다 높았다. 감사성향은 연령에 따른 차이는 없다고 보고되어 있으나 [12] 베이비붐 세대 여성들이 경험한 역동적 세대적 특성이 반영된 결과라고 사료된다. 또한 감사성향은 교육정도와 종교유무에 따라 차이가 있었다. 감사성향은 전문대졸 이상이 고졸보다 높았고, 종교가 있는 경우가 없는 경우보다 높았다. 이는 고등학생에게서 종교를 가진 사람이 감사성향이 높고 [23]와 대학생에게서 종교의 종류와 관계없이 종교의 깊이에 따라 감사성향 정도에 차이가 있으며 [12], 여성노인에서는 학력이 높을수록 감사성향이 높다고 보고한 연구결과 [24]와 맥락을 같이 한다. 이와 같은 결과는 종교적 교리나 내재적 종교성향이 감사성향과 관련된다고 할 수 있고, 교육수준이 높을수록 감사에 대한 인지할 수 있기 때문으로 유추해 볼 수 있겠으나 세대적 특성이 있을 수도 있으므로 추후 반복연구를 통한 확인이 필요하다. 또한 본 연구결과를 활용한다면 감사성향을 증진시킬 목적으로 간호중재를 계획하고 수행할 때 대상자의 교육정도와 종교 상황을 간호사정 영역에 포함시키고, 개인별 상황과 특성에 맞는 다양한 중재방안을 개발하는 것이 필요할 것이다.

본 연구결과 베이비붐 세대 여성의 삶의 질은 총점 155.69(평균 3.31)점으로 보통 수준이었으며 서울 지역 중년기 여성의 154.16점 [15]과 유사하였다. 삶의 질의 하위영역은 비교를 위해 평균으로 환산했을 때 가족관계 3.57점, 이웃관계 3.52점, 자아존중감 3.43점, 경제생활 3.41점, 신체 상태와 기능 3.29점, 정서 상태 2.85점으로 정서상태가 가장 낮으며 불만스러운 영역으로 나타났다. 따라서 본 연구결과를 바탕으로 베이비붐 세대 여성의 삶의 질 향상을 위한 간호중재를 계획할 때 정서 상태 영역의 삶의 질이 개선될 수 있도록 더욱 관심을 가져야 할

것이다. 대상자의 삶의 질 정도는 교육정도, 연금형태, 지각된 경제상태, 지각된 건강상태에 따라 차이가 있었다. 이러한 차이는 중년기 성인들의 주관적 삶의 질이 교육수준, 사회적 자본, 주관적 신체건강의 영향을 받는다고 보고한 선행연구결과[25]와 맥락을 같이한다. 또한 본 연구에서 전문대졸 이상의 학력을 가진 대상자의 삶의 질 점수가 높았는데, 이는 중년기 여성의 교육수준이 삶의 질 하위영역 중 자아존중감, 신체기능, 경제수준, 이웃과의 관계에 영향을 미친다는 연구결과[26]와 유사했다. 연금형태에서는 공적연금인, 지각된 경제상태에서는 여유 있다고 응답한 경우에 삶의 질 점수가 높았고, 이는 노년기 삶의 질은 건강과 수입이 가장 중요하다는 보고[16]와 같이 성인기 이후 중년기와 노년기의 삶에서 실제의 객관적인 소득액수가 아닌 개인이 지각하고 있는 경제상태가 삶의 질에 중요하며 긍정적으로 관련됨을 알 수 있었다. 한편 만19세 이상의 우리나라 국민 중 60.7%가 노후에 가장 중요한 요소로 건강을 선택했으며, 노후생활에서 가장 염려되는 점으로 90.1%가 건강을 잃게 되는 것이라고 조사되었는데[27], 본 연구에서는 지각된 건강상태가 양호할수록 삶의 질 점수가 높게 나타나 노년기를 앞둔 베이비붐 세대 여성들의 질 높은 삶을 위해서도 자신이 건강하다고 지각할 수 있도록 돕는 건강관리 프로그램이 필요하다는 것을 알 수 있었다.

대상자의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질 간의 관계를 검정한 결과 감사성향과 죽음불안은 약한 음의 상관관계가 있었으며($r = -.17, p = .048$), 감사성향과 죽음준비($r = .29, p = .001$), 감사성향과 삶의 질($r = .35, p < .001$) 사이에 양의 상관관계가 있었다. 이러한 결과를 통해 첫째, 감사성향이 높을수록 죽음불안이 낮으며, 선행연구에서 감사경험과 긍정심리학으로 죽음불안을 낮출 수 있다고 보고[13]한 것과 맥락을 같이한다. 하지만 상관관계 정도가 크지 않았으므로 추후 반복 연구를 통해 확인하는 것이 필요하다. 둘째, 감사성향이 높을수록 죽음준비 정도가 높다는 것을 알 수 있었다. 감사성향이 높다는 것은 긍정적으로 삶을 대하는 것을 의미하므로 좋은 삶의 준비와 대등한 비중으로 죽음을 이해하면 죽음도 삶의 연장으로 이해할 수 있어 죽음준비를 가능하게 할 것이다. 우리나라는 죽음을 두려워하고 터부시하는 부정적인 감정이 팽배해 있어 죽음에 대해 공개적으로 논의하고 학습하는 것을 거부하는 경향이 있고, 이러한 부정적인 편견은 죽음준비교육의 보급에 커다란 걸림돌이 되고 있으므로 죽음을 삶의 마무리로 자연스럽게 받아들이 수 있게 하는 인식전환 운동이 필요한데 [6] 이를 위해 감사성향이 활용될 수 있을 것이다. 그리고 본 연구에서 죽음불안과 죽음준비는 유의한 상관관계가 나타나지

않은 결과($r = .04, p = .633$)처럼 죽음준비는 죽음불안과 같은 부정적 감정과 관련되는 것이 아니라, 감사성향을 비롯한 개인적이고 감정적인 부분과 연결되어 있으리라 예상된다. 죽음준비를 위한 간호에서 감사성향은 죽음의 어두운 이미지를 밝은 이미지로 변환시키고 죽음의 수용을 가능하게 할 수 있을 것이라고 생각한다. 그러므로 감사성향을 바탕으로 중재방안을 마련하여 베이비붐 세대 여성들이 안정된 정서 안에서 죽음에 대한 태도를 정립하고 대응하여 현재의 삶을 후회 없이 살 수 있도록 도움을 주는 것이 필요하다. 셋째, 감사성향이 높을수록 삶의 질이 높다는 것을 알 수 있었다. 감사성향은 삶의 행복감을 느끼는데 중요한 요소가 되며 후천적 노력으로 고양될 수 있는 독특성을 가지는 정서적 특징일 뿐만 아니라 감사성향이 높은 사람일수록 신체적으로 건강하고 심리적 안녕감도 높으며 우울, 불안 스트레스와 같은 부정적 상황 하에서도 낙관적인 시각을 가지고 문제 상황에 유능하게 대처하는 행동의 유연성을 지닌다[28]. 또한 감사는 우리가 소유하고 있는 것과 경험하는 것, 그리고 삶 자체에 대한 연대감뿐만 아니라 행복감 즉, 안녕감과 삶에 대한 만족감을 쉽게 가지게 하고 강화시킨다[29]. 이러한 감사성향과 삶의 질의 관계를 종합하여 볼 때, 베이비붐 세대 여성들의 삶의 질 향상을 증진시키는 방안으로 감사를 생활화할 수 있는 능력을 향상시키는 간호중재를 개발하여 베이비붐 세대 여성들이 정신적·육체적으로 건강하게 새로운 삶을 살면서 성공적 노후의 삶도 준비할 수 있도록 해야 할 것이다.

결론

이상에서와 같이 본 연구결과를 토대로 다음과 같은 결론을 도출하였다. 우리나라 베이비붐 세대 여성의 죽음불안과 삶의 질은 보통 수준이었으며, 죽음준비와 감사성향은 약간 높은 수준이었다. 또한 감사성향이 죽음불안과는 음의 상관인, 죽음준비와 삶의 질과는 양의 상관관계가 있는 것으로 나타나 의미 있는 중요한 변수임이 확인되었다. 이는 예비노인이자 뉴시니어 문화의 주체인 베이비붐 세대 여성의 세대 특성을 고려하여 죽음에 대한 올바른 태도를 형성하고 죽음에 대한 불안을 낮출 수 있는 방안이 필요하며 죽음준비도 실질적 죽음준비뿐 아니라 죽음준비교육 등 여러 영역에서 전문적이고 체계적인 간호가 이루어질 수 있도록 하고 감사성향의 증진을 위하여 더욱 적극적이고 지속적인 관심과 행정적 지원을 기울이는 것이 필요하다. 또한 베이비붐 세대 여성의 삶의 질과 관련된 요인을 다각적인 차원에서 접근해 보는 연구와 베이비붐 세대 여성들이 성공적인 노후를 보낼 수 있는 전문적인 교육 프로그램 개발 및

정책지원이 필요하다. 본 연구결과들은 베이비붐 세대 여성들의 죽음불안, 죽음준비, 감사성향 및 삶의 질에 대한 상관관계를 규명하였고 감사성향이 이 변인들과 관계하고 있다는 것을 밝혀 베이비붐 세대 여성의 성공적인 삶을 효과적으로 조력할 수 있는 방법을 찾았다는 데에 중요한 의의가 있다. 하지만 이 연구는 편의 표본 추출 방법을 사용함으로써 연구결과가 베이비붐 세대 여성 전체를 대변한다고 할 수 없기에 해석에 신중을 기해야 한다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflict of interest.

REFERENCES

1. Statistics Korea. Estimated future population: 2010-2060 [Internet]. 2011 Dec [cited 2016 Mar 5]. Available from: http://kosis.kr/ups/ups_01List.jsp?grp_no=&pubcode=PJ
2. Shin KA, Han MJ. The Korean baby boomers as new seniors: their attitudes and perceptions about life after retirement and their content needs for successful transition. *Media, Gender & Culture*. 2013;25:113-44.
3. Chung KH. Characteristics and welfare needs of the Korean baby boom generation. *Health and Welfare Policy Forum*. 2011; 174:5-10.
4. Byun M. Baby boomers in Seoul, change the future of the city. *Policy Reports*. Seoul: Seoul Institute; 2010 September. Report No. 71.
5. Erikson EH. *The life cycle completed, a review*. New York: Norton; 1982. 108 p.
6. Lee LJ. A study on the current state of death education and urgent problem. *Korean Journal of Educational Gerontology*. 2016;2(1):69-88.
7. Choo YJ. *The meaning of death*. Seoul: Ikseon Publishers; 1980. 207 p.
8. Bae YK. *The death of the world*. Seoul: Gyomoom Publishers; 1992. 512 p.
9. Lee YJ. A study on the relationship between elderly consciousness regarding preparation for death and anxiety of death [master's thesis]. [Seoul]: Catholic University; 2005. 74 p.
10. Lee SJ. Baby boomer's retirement preparation and direction of plan support of retirement. *Issue & Focus* [Internet]. 2011 Aug [cited 2016 Mar 5]; 98. Available from: https://www.kihasa.re.kr/web/publication/periodical/issue_view.do?menuId=50&tid=38&bid=21&searchForm=Y&keyField=title&searchStat=2016&key=%EB%85%B8%ED%9B%84%EC%A4%80%EB%B9%84&aid=98&ano=1
11. McCullough ME, Emmons RA, Tsang J. The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *J Pers Soc Psychol*. 2002;2:112-27. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
12. Kwon SJ, Kim KH, Lee HS. Validation of the Korean version of gratitude questionnaire. *Korean Journal of Health Psychology*. 2006;11(1):177-90.
13. Kim KM, Kim JH. A qualitative study on the gratitude experience based on the ground theory. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 2011;23(3):739-59.
14. Son S, Park JY, Suh KH. Relationships between gratitude disposition, subjective well-being, and feeling of happiness among female workers: focused on mediating effects of job attitude. *The Korean Journal of Stress Research*. 2015;23(4):215-23.
15. Ro YJ. A study on the analysis of quality of life of middle-aged adults in Seoul [dissertation]. [Seoul]: Yonsei University; 1988. 86 p.
16. Bowling A, Windsor J. Towards the good life: a population survey of dimensions of quality of life. *J Happiness Stud*. 2001; 2:55-81.
17. Thorson JA, Powell FC. A revised death anxiety scale. *Death Stud*. 1992;16(6):507-21. <http://dx.doi.org/10.1080/07481189208252595>
18. Park EK. Development of an instrument for the measurement of death concern [master's thesis]. [Seoul]: Korea University; 1995. 46 p.
19. Oh MN, Choi WS. A study on self-esteem, death anxiety and depression of the elderly in home and facilities. *Family and Environment Research*. 2005;43(3):105-18.
20. Jo KH, Lee HJ. The impact of death anxiety and personal meanings of death on the attitude of dignified death among Korean mid-life and the elderly: mediating effect of family communication process. *Korean J Adult Nurs*. 2011;23(5):482-93.
21. Chung S, Kim SH, Koo MJ. The relationship between death related factors and death preparation: a comparison of pre-elderly and baby-boomers. *Korea Journal of Population Studies*. 2014;37(1):131-53.
22. Park DS, Park MK, Moon KR. Effects of group art therapy using reality therapy on the gratitude tendency, hopelessness depression, and life satisfaction level of the elderly with chronic illness. *Korean Journal of Art Therapy*. 2010;17(6):1473-95.
23. Kim JS. The impacts of gender and religion on gratitude disposition. *Journal of North-east Asian Cultures*. 2014;38:197-208.
24. Jo HN, Chong YS. Exploring the positive function of grateful disposition in Korean elderly women. *Korean J Dev Psychol*. 2011;24(4):163-88.
25. Lim SJ, Auh S. The research on the ecological influential factors of the perceived quality of life among the middle aged adults. *Journal of Korean Family Resource Management Association*. 2011;15(4):129-47.
26. Lee DH, Kim SC. The effects of the quality of life on the mid-

- dle-aged women according to the participation of sports activity. Korean Society of Sport Psychology. 2003;14(4):127-47.
27. Ministry of Health and Welfare. 2011 National survey on low fertility and aging [Internet]. 2011 Nov [cited 2016 Mar 3]. Available from:
http://www.mohw.go.kr/front_new/jb/sjb030301vw.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=0328&CONT_SEQ=267427&page=1
 28. Cryder CH, Kilmer RP, Tedeschi RG, Calhoun LG. An exploratory study of post traumatic growth in children following a natural disaster. *Am J Orthopsychiatry*. 2006;76(1):65-9.
<http://dx.doi.org/10.1037/0002-9432.76.1.65>
 29. Adler MG, Fagley NS. Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *J Pers*. 2005;73(1):79-114.
<http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00305.x>