

Successful Aging Theory (SAT)에 근거한 여성노인의 성공적 노화 예측요인

김은주¹ · 김영희²

대전대학교 간호학과 부교수¹, 혜천대학 간호과 조교수²

Predictors of Successful Aging in Korean Older Women Based on Successful Aging Theory (SAT)

Kim, Eun Joo¹ · Kim, Younghee²

¹Associate Professor, Department of Nursing, Daejeon University, ²Assistant Professor, Department of Nursing, Hyecheon University

Purpose: The purpose of this study was to explore predictors of successful aging in older Korean women based on a recent mid-range nursing theory, the Successful Aging Theory (SAT). **Methods:** This study utilized a descriptive correlational design. The convenience sample was composed of 174 older women living in the community. Successful aging was measured using the Successful Aging Inventory (SAI). Transcendence was measured using the Self-transcendence Scale (STS). Adaptation was measured using the Coping behavior scale. Stepwise multiple regression was used to identify significant predictors of successful aging. **Results:** Transcendence, adaptation, and religion were shown to be predictive of successful aging. This regression model explained 56% of the variance in successful aging. The factor with the highest influence was transcendence which explained 52% of the variance. **Conclusion:** Gerotranscendence-promoting interventions can be an important consideration in caring for older Korean women. Adaptation and spirituality should be included in a holistic aging care.

Key Words: Women, Aging, Coping behavior

서론

1. 연구의 필요성

2010년 우리나라 노인인구는 전체 인구의 11.0%를 차지하였으며 미국의 경우는 13.0%에 달했다. 인구추이에 의하면, 우리나라 노인 비중은 2026년에는 20.8%, 미국은 2026년에 20.8%에 달할 것으로 예측되고 있다(Statistics Korea, 2010; U.S. Census Bureau, 2010). 이와 같은 노인인구 증가 비율은 전 세계적인 추세라 되고 있으며 이로 인해 고령자 삶의 질과 돌봄에 대한 관심이 고조되고 있다. 노인인구 급증 현상은 젊은 세대와 사회에 부양부담과 책임을 가중

시키며 국가 정책 변화에 큰 과제를 안겨주게 되었다. 또한 노년기에 심화되는 생리적 노화와 사회 심리적 변화로 인해 노인 자신 뿐 아니라 사회 전체에 노화와 노년기에 대한 부정적 이미지를 부각시켰다. 그러나 최근 이러한 부정적 관점의 노년기 삶을 보다 긍정적이며 생산적인 관점으로 보고자하는 노력이 시작되었다. 특히 Rowe와 Kahn (1987, 1997)의 성공적 노화 개념과 이론은 북미와 유럽 선진국 뿐 아니라 우리나라에도 널리 보급되면서 노년기 삶에 대한 희망적 관점과 열망을 갖게 하였다.

사회심리학적 관점과 생의학적 관점에서 개발된 성공적 노화 이론에서는 질병과 장애, 인지 및 신체 기능, 심리적 요소와 사회활동 등을 성공적 노화를 결정하는 주요 요소로

주요어: 여성, 성공적 노화, 대처행동

Address reprint requests to: Kim, Eun Joo, Department of Nursing, Daejeon University, 62 Daehak-ro, Dong-gu, Daejeon 300-716, Korea.
Tel: 82-42-280-2656, Fax: 82-42-280-2785, E-mail: ejkim@dju.kr

투고일: 2011년 10월 24일 / 1차심사완료일: 2011년 10월 28일, 2차심사완료일: 2011년 12월 6일 / 게재확정일: 2011년 12월 6일

제시하고 있다. 그러나 노년기는 죽음을 앞두고 생을 회고 하며 죽음 이후의 것들을 생각하고 준비하는 시기이다. 머지않아 겪게 될 불가항력의 죽음 앞에서 생각해 보는 초월적 존재와 죽음 이후의 세계, 삶의 회고와 수용 등이 생의 어떤 주기에서 보다 절실하다. 따라서 이러한 측면을 고려하지 않은 성공적 노화 이론들은 간호 대상자의 총체적 안녕을 도모하는 전인간호활동을 충분히 가이드하기 어렵다. 이러한 맥락에서 볼 때 Flood (2005)가 개발한 Successful Aging Theory (SAT)는 노인의 신체, 정신, 영적 건강을 총체적으로 돌보는 간호활동과 연구에 유용한 이론적 기틀을 제공한다. SAT의 개념적 틀은 Roy의 적응이론(Adaptation theory)과 Tornstam의 초월감 이론(Theory of Gerotranscendence)에서 도출되었다(Flood, 2005; Roy, 1997; Tornstam, 1997).

SAT에서는 노화를 단순에서 점차 복잡한 적응으로 진행되는 점진적 진행 과정으로 보고 있으며 성공적 노화는 개인의 선택임을 가정하고 있다(Flood, 2002, 2005). 또한, 자아도 늙기 때문에 노년기에는 세계관에 변화가 일어난다고 가정하고 있으며, 세계관에 변화가 올 때 초월감이 형성됨을 강조하고 있다. 노년기 초월감은 개인에게 내재된 세 가지 기본요소, 즉 기능적 수행기전(functional performance mechanism), 정신내적 요소(intrapsychic factors), 영성(spirituality)의 변화에 대한 적응 및 대처과정을 거치며 형성된다(Flood, 2002, 2005). 초월감이 형성된 노인은 죽음에 대한 불안감소, 의미 있는 활동에의 참여, 대인관계의 변화, 자기수용, 지혜 등을 보인다(Flood, 2002, 2005). 이와 같은 관점에서 볼 때, 비록 신체적 기능과 건강을 상실한 상태일지라도 적응과 대처를 거치며 형성된 초월감을 통해 삶의 의미를 찾고 만족감을 느끼는 노인이라면 성공적인 노화를 경험할 수 있다고 본다.

노년기 적응의 중요성은 기존의 이론 및 연구에서도 중요하게 다루고 있는 개념이다. 보상을 수반한 선택적 적응화 모델(selective optimization with compensation)에서도 성공적 노화를 성취하는데 적응이 매우 중요함을 강조하고 있다(Baltes & Baltes, 1990; Rossen, Knaf, & Flood, 2008). 대처행동은 적응과정에 필요한 기전으로 개인과 환경의 지속적인 상호과정에서 사용되는 개인의 인지적 행동이다(McCarthy, 2009; Roy, 1997; Youn & Kim, 1994). 대처행동을 통해 노인은 노화에 수반되는 피할 수 없는 변화와 상실에 적응할 수 있는 것이다(Baltes & Baltes, 1990; McCarthy, 2009).

초월감과 대처가 성공적 노화를 예측할 수 있다는 실증적

자료는 SAT 이론에 근거해 저소득층 노인을 연구한 McCarthy (2009)를 통해 제시된바 있다. McCarthy (2009)는 다중회귀분석을 통해 초월감과 대처가 성공적 노화의 45.4%를 설명할 수 있으며, 초월감은 대처의 2.5배나 더 설명할 수 있었음을 밝혔다(McCarthy, 2009). 초월감은 종래의 의학 및 사회심리학 분야의 성공적 노화 이론들에서 간과되었던 개념이었지만 통합적 인간 간호의 관점으로 접근했을 때 성공적 노화를 예측하는 매우 중요한 요소임을 제시한 결과이다. 현재까지 국내에는 Flood의 성공적 노화 개념이 소개된 바 없으나, 국외 연구에서는 SAT 구성 요소간의 관계성이 다음과 같이 검증되었다. 즉, 성공적 노화의 지표인 삶의 목적 및 의미와 삶의 만족 간의 관계(Flood, Nies, & Seo, 2010), 삶의 만족 및 삶의 의미발견과 우울 간의 관계(Flood, 2002, 2005, 2006), 그리고 삶의 목적과 기능적 수행정도 간의 관계(Flood & Scherer, 2006) 등이다.

여성노인과 남성노인의 성공적 노화에 대한 주관적 평가와 관점에는 차이가 있다. 남성노인들은 사회적 활동과 경험, 생산성 등에 비중을 두고 성공적 노화를 평가하는 반면, 여성노인들은 자녀에 대한 기대와 만족, 가족관계에 보다 무게를 두고 있다(Cheng & Chan, 2006; Park, 2011). 이러한 의미에서 Rossen 등(2008)은 여성노인 집단만을 구분하여 성공적 노화를 규명해 보려 했으며, 그 결과 미국 여성노인 표본에서는 SAT에서 제시한 바와 같이 노년기 변화의 수용, 의미 있는 관계와 활동 참여, 주관적 건강과 삶의 긍정적 평가 등이 성공적 노화를 결정하는 중요한 요소임을 밝혔다. 이와 같은 맥락에서 본 연구 수행 시에도 성별에 따른 모집단의 구분이 필요하다고 보았으며, 다음과 같은 이유에서 남성 보다는 여성노인 연구가 선행되어야 할 필요성이 크다고 보았다. 무엇보다 우리나라 여성노인은 남녀 성비 69.8로 노인인구의 다수를 차지하지만 삶의 질은 남성보다 낮다는 점이다(Statistics Korea, 2010; Korean Woman's Development Institute, 2011). 또한, 건강상태와 경제력은 성공적 노화를 결정하는 주요 요인 중 하나인데 우리나라 여성노인은 이 부분이 취약하다는 점이다. 노인의 주관적 건강상태에 따라 삶의 만족과 성공적 노화를 지각하는 정도가 다르다는 점은 최근의 국내 연구에서도 보고된 바 있다(Park, 2011; Sung, 2011). 그런데 우리나라 여성노인은 자신의 건강상태를 나쁘게 지각하고 있으며 우울증 발생률도 남성노인보다 높다(Bak, Kim, & Choi, 2010; Lee, 2007). 경제력의 경우, 여성노인의 경제활동 참가율은 26.9%로 남성노인의 절반 정도 수준에 달하며(Statistics Korea, 2010),

빈곤율은 경제협력개발기구(OECD) 국가 중 최하위인 47.2%이다(Korean Woman's Development Institute, 2011). 그러므로 우리나라 여성노인들이 이러한 노년기 환경 속에서 성공적 노화를 어느 정도 경험하고 있는지를 파악하는 것은 매우 의미 있는 일이라 본다.

이에 본 연구에서는 SAT를 적용하여 우리나라 여성노인이 성공적 노화를 어떻게 지각하고 있는지 탐색하고, 대상자의 인구 사회학적 특성과 건강특성, 특히 주관적 건강상태에 따른 성공적 노화와의 차이를 파악해 보고자 한다. 특히 SAT에서 성공적 노화의 결정 요소로 제시하고 있는 대처행동과 초월감이 우리나라 여성노인의 성공적 노화를 얼마나 예측할 수 있는지 파악해 보려 한다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 성공적 노화의 차이를 파악한다.
- 대상자의 건강특성에 따른 성공적 노화의 차이를 파악한다.
- 대상자의 성공적 노화, 초월감, 대처행동 간의 관계를 파악한다.
- 성공적 노화 예측요인을 파악한다.

3. 용어정의

1) 성공적 노화

성공적 노화는 오랜 기간 동안 축적되어온 신체적 기능적 변화에 효과적으로 적응했다는 개인의 자각이며 동시에 삶의 의미나 목적을 발견하고 초월자와 영적 유대감을 경험하는 것이다(Flood, 2002, 2005; McCarthy, 2009). 본 연구에서는 Flood가 개발한 Successful Aging Inventory (personal communication, October 02, 2011)로 측정된 점수를 의미한다.

2) 초월감

초월감은 자신의 경계를 넘어서 실존적이며 초월적인 존재를 인식하는 인간의 본질이다. 초월감이 형성된 노인은 일상의 관심에서 벗어나 생의 의미와 목적을 유지하며 다음 세대를 위해 기여할 것들에 관심을 기울인다(McCarthy, 2009; Reed, 1989; Tornstam, 1997). 본 연구에서 초월감은 Reed (1989, 2003)가 개발한 Self-Transcendence Scale (STS)로 측정된 점수를 의미한다.

3) 대처행동

대처행동은 적응과정에 필요한 기전으로 환경을 변화시키거나 조정하기 위해 사용하는 인지 행동적 노력이다(McCarthy, 2009; Roy, 1997; Smit, Burton, Klein, & Street, 1999). 본 연구에서는 대처행동을 노인이 어떤 환경과 상황에 처했을 때 적응하기 위해 취하는 행동으로 보았으며 이를 측정하기 위해 Youn과 Kim (1994)이 개발한 한국 노인의 대처행동 측정척도를 사용하였다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 구조화된 설문지를 통해 여성노인의 성공적 노화를 탐색하고, 성공적 노화 예측요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 D시에 거주하는 여성노인이다. 대상자 선정기준은 65세 이상인 자, 읽고 쓰기가 가능한 자, 간이인지기능 검사(Short Portable Mental Status Questionnaire-Korean version, SPMSQ-K) (Cheon, Byun, Song, & Oh, 2004; Pfeiffer, 1975)로 측정된 점수가 8점 이상인 자, 그리고 연구에 참여하기로 서면 동의한 자이다.

대상자 수는 G*Power 3.0.10TM를 사용하여 산출하였다. 다중회귀분석을 위한 통계적 검증력(Faul, Erdfelder, Buchner, & Lang, 2009)인 .09를 확보하기 위해 중간수준의 효과 크기 .15, 유의수준 .05, 그리고 예측변수로는 본 연구의 주요변수와 기존연구에서 밝힌 예측 가능한 변수들로 총 12개를 입력하여 최소 필요한 대상자수 157명을 산출하였다. 탈락률을 고려하여 180명의 자료를 수집하였고, 응답편향이 심한 6개 자료를 제외한 174개를 최종 분석에 사용하였다.

3. 연구도구 및 측정

1) 인지기능

인지기능이 정상인 대상자를 선정하기 위해 Pfeiffer (1975)가 개발한 간이인지기능 검사 한국어판(Short Portable Mental Status Questionnaire-Korean version, SPMSQ-K) (Cheon

et al., 2004)을 사용하였다. SPMSQ-K는 시간과 장소에 대한 지남력, 전화번호, 나이, 출생일, 현직 및 전직 대통령 이름, 어머니 이름, 그리고 계산문제를 포함한 10문제로 구성되어 있다. 인지기능은 10점 만점 중 8점 이상인 경우를 정상으로 판단한다.

2) 성공적 노화

Successful Aging Inventory (SAI)의 개발자인 Flood와 그의 이메일 교신을 통해 SAI를 제공 받았으며 도구 사용의 허락을 받았다. 본 연구자가 한국어로 번역하였고 미국에서 10년 이상 거주한 경험이 있는 간호학 전공자가 교정하였다. SAI는 20 항목으로 구성되어 있으며, 노화에 대한 적응, 창의성, 문제해결력, 친구관계 양상, 다음 세대에 대한 관심, 삶의 의미와 목적 등의 내용이 포함되어 있다. Likert 척도로 각 항목에 '전혀 그렇지 않다' 0점에서 '매우 그렇다' 4점까지 자가 보고 하도록 구성되어 있다. 도구의 내적일관도인 Cronbach's $\alpha = .88$, 수렴 타당도 Pearson's $r = .51$ 에서 $r = .58$ 까지의 범위, 판별타당도 Pearson's $r = -.34$ 에서 $r = -.46$ 까지의 범위이다 (personal communication, October 04, 2011). 본 연구에서 분석한 내적일관도는 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

3) 초월감

Self-Transcendence Scale (STS)은 자기수용, 변화에 대한 적응, 죽음의 수용, 지혜 등을 묻는 15 항목으로 구성되어 있다. 각 항목에 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점까지 자가보고 하도록 구성되어 있는 Likert 척도이다. McCarthy (2009)연구에서 보고한 STS의 내적일관도는 Cronbach's $\alpha = .72$ 이며, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .82$ 이었다.

4) 대처행동

대처행동은 Youn과 Kim (1994)의 대처행동 척도로 측정하였다. 대처행동 척도는 총 22문항의 5점 Likert 척도이다. Youn과 Kim (1994)이 개발 당시 보고한 내적일관도 Cronbach's $\alpha = .68$ 이었다. 또한 요인분석 결과로 신앙에 의지, 문제의 재정립, 감정표출, 수동적 회피의 4개 요인을 보고하였다. 요인들 각각의 내적일관도는 신앙에 의지 Cronbach's $\alpha = .95$, 문제의 재정립 Cronbach's $\alpha = .91$, 감정표출 Cronbach's $\alpha = .75$, 수동적 회피 Cronbach's $\alpha = .73$ 이었다(Park, 2007). 본 연구에서 분석한 내적일관도는 신앙에 의지 Cronbach's $\alpha = .93$, 문제의 재정립 Cronbach's $\alpha = .82$, 감정표출 Cronbach's $\alpha = .71$, 수동적 회피 Cronbach's $\alpha = .70$ 이었으며, 총 22문

항의 내적일관도는 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

4. 자료수집

자료는 2011년 9월 6일부터 10월 7일까지 구조화된 질문지와 면담을 통해 수집하였다. 자료수집에 앞서 연구자는 간호학을 전공한 연구보조원 2명을 훈련하였다. 연구자와 연구보조원은 D시 소재 경로당과 노인복지관을 방문하여 연구의 목적과 기여도, 익명성과 정보비밀의 유지에 대해 설명한 후 참여의사를 밝힌 대상자의 서면 동의를 받았다. 설문지 응답에 소요된 시간은 15~20분이었으며 연구자나 연구보조원이 질문을 읽어주고 대상자가 답을 표기하는 방식으로 진행하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성과 특성에 따른 성공적 노화

본 연구대상자의 평균연령은 73.2세이었다. 종교는 불교가 36.8%로 가장 많았고 그 다음으로 기독교가 25.3%이었다. 교육정도는 중졸이 41.4%로 가장 많았고, 94.3%에 해당하는 대부분의 대상자가 직업이 없었다. 결혼 상태는 사별한 경우가 51.7%이었고, 현재 배우자와 함께 거주하고 있는 경우가 47.1%이었다. 대상자의 83.3%가 운동을 하고 있다고 응답하였고, 흡연은 98.3%가 하고 있지 않았으며, 음주는 96.6%가 하지 않는다고 응답하였다. 식습관은 47.1%가 규칙적으로 하고 있었으며, 44.3%가 매우 규칙적이었다. 수면만족도는 대상자의 36.8%가 좋다고 응답하였으며 27.0%가 보통이었고 16.7%는 불만족하다고 하였다. 대상자의 66.1%가 수면시간이 6시간 미만이라고 응답하였다. 지각된 경제 상태는 70.1%가 보통, 14.9%가 약간 어렵다, 매우 어렵다고 느낀 대상자는 2.3%이었다.

대상자의 일반적 특성에 따른 성공적 노화는 종교($F = 5.71, p < .001$)와 식습관($F = 8.61, p < .001$)에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다. 사후 검정 결과 기독교가 불교 혹은 무교 및 기타 종교를 가진 대상자보다 성공적 노화를 잘하는 것으로 나타났다. 식사를 규칙적으로 하는 대상자가 불규칙적으로 하는 대상자보다 성공적 노화를 잘하는 것으로 나타났다. 나머지 제 변수에 따른 성공적 노화는 차이를 나타내지 않았다(Table 1).

Table 1. The Difference of Successful Aging according to General Characteristics of Subjects

(N=174)

Characteristics	Categories	n (%)	Successful aging	
			M±SD	t or F or r (p)
Age (year)	65~69	50 (28.7)	49.3±11.5	0.07 (.99)
	70~74	48 (27.6)	48.8±12.5	
	75~79	49 (28.2)	48.2±13.6	
	80~84	25 (14.4)	48.4±14.8	
	≥85	2 (1.1)	46.0±7.0	
	Mean		73.2±5.2	
Religion	Protestant	44 (25.3)	52.2±11.4 ^a	5.71 (.00)* a > b
	Catholic	37 (21.3)	50.4±11.8 ^{ab}	
	Buddhist	64 (36.8)	46.1±12.4 ^b	
	Others	29 (16.7)	43.7±13.6 ^b	
Education	Not educated	23 (13.2)	45.6±12.5	0.66 (.61)
	Elementary school	72 (41.4)	48.7±12.3	
	Middle school	40 (23.0)	49.4±13.2	
	High school	33 (19.0)	50.5±13.2	
	≥College	6 (3.4)	45.0±14.6	
Job (income)	Have	10 (5.7)	52.8±12.7	1.04 (.29)
	Non have	164 (94.3)	48.6±12.7	
Spouse	With living	82 (47.1)	48.9±12.9	0.03 (.96)
	Separation by death	90 (51.7)	48.4±12.6	
	Others	2 (1.1)	49.5±20.5	
Exercise	Yes	145 (83.3)	49.2±12.7	1.25 (.21)
	No	29 (16.7)	46.0±12.4	
Smoking	Yes	3 (1.7)	46.6±7.7	-0.27 (.78)
	No	171 (98.3)	48.7±12.8	
Alcohol	Yes	6 (3.4)	45.5±11.0	-0.62 (.53)
	No	168 (96.6)	48.8±12.8	
Regular diet	Very regular	77 (44.3)	51.8±11.8 ^a	8.61 (.00)* a > b
	Regular	82 (47.1)	47.7±12.1 ^a	
	Irregular	15 (8.6)	37.8±14.5 ^b	
Sleep satisfaction	Very good	32 (18.4)	50.7±13.9	1.42 (.22)
	Good	64 (36.8)	48.8±9.3	
	Moderate	47 (27.0)	48.2±14.9	
	Poor	29 (16.7)	48.2±13.8	
	Very poor	2 (1.1)	29.0±11.3	
Sleep duration (time)	<6	115 (66.1)	49.6±12.1	1.32 (.18)
	≥6	59 (33.9)	46.9±13.8	
Perceived economic status	Very good	1 (0.6)	55.0±0.0	0.38 (.81)
	Good	21 (12.1)	46.7±16.4	
	Moderate	122 (70.1)	49.3±12.0	
	Poor	26 (14.9)	47.9±13.6	
	Very poor	4 (2.3)	44.5±10.0	

† Scheffe test.

2. 대상자의 건강특성에 따른 성공적 노화

대상자의 주관적 건강상태는 보통 51.1%, 좋다 22.4%, 나쁘다 19.5%, 매우 나쁘다 5.2%, 매우 좋다 1.7% 순으로 나타났으며, 만성질환의 수는 1개인 경우가 36.8%, 2개인 경우가 32.8%이었고 만성 질병이 없는 경우는 13.8%이었다. 주관적 건강상태에 따른 성공적 노화에서, 주관적 건강상태가 매우 좋다고 응답한 군의 성공적 노화 평균 점수는 51.6 ± 14.5 점으로 매우 나쁘다고 응답한 군의 평균점수 43.3 ± 13.7 점에 비해 높았으나 통계적인 유의한 차이는 없는 것으로 나타났다. 대상자의 만성질환 수에 따른 성공적 노화는 차이를 나타내지 않았다(Table 2).

3. 성공적 노화, 초월감, 대처행동 간의 상관관계

Successful Aging Inventory (SAI)로 측정된 성공적 노화는 평균 48.7 ± 12.8 이었으며, 이는 도구의 가능한 점수 범위인 0~80점의 중간을 조금 넘는 정도의 점수이었다. Self-Transcendence Scale (STS)로 측정된 대상자의 초월감은 45.5 ± 6.5 로 비교적 높은 편이었다. 대처행동의 평균은 45.6 ± 14.9 로 중간 정도로 나타났다(Table 3). 성공적 노화와 예측변수인 초월감과 대처행동 간의 상관관계는 통계적으로 유의하였다(Table 4). 초월감과 성공적 노화 간에는 강한 순상관관계($r = .72, p < .001$)를, 대처행동과 성공적 노화 간에는 중간정도의 순상관관계($r = .55, p < .001$)를 나타냈다. 즉 초월감이 높을수록 대처행동을 더 많이 할수록 성공적 노화를 더 잘했다.

4. 성공적 노화 예측 요인

성공적 노화 예측요인을 파악하기 위해 다단계 다중 회귀분석을 실시하였다. 본 연구에서 성공적 노화에 차이를 나타냈던 종교와 식습관을 포함하여 주요 변수인 초월감과 대처행동을 독립변수로 설정하였다. 회귀분석 결과, 성공적 노화를 설명하는 최종변수는 초월감, 대처행동, 종교의 더미변수인 기독교 순으로 도출되었다. 독립변수들 간의 상관관계는 $r = .13 \sim .57$ 로 존재하였으나 공차한계(tolerance)가 $.67 \sim .91$ 로 높으며, 분산팽창요인(Variance Inflation Factor)도 $1.09 \sim 1.59$ 이므로 다중공선성(multicollinearity)의 문제는 없는 것으로 검증되었다(Tables 4, 5). 성공적 노화의 총 변량 중 초월감이 52%를 설명하였으며, 대처 행동은 3%, 종교의 더미 변수인 기독교는 1%를 설명하였다. 즉, 세 가지 요인이 성공적 노화의 총 56%를 설명한 것으로 초월감이 높을수록, 대처행동을 많이 할수록, 그리고 기독교가 비기독교보다 성공적 노화를 잘 하는 것으로 나타났다(Table 5).

Table 3. Descriptive Statistics of the Variables

Variables	M±SD	Possible range	Actual range
Successful aging	48.7±12.8	0~80	7~76
Self-transcendence	45.5±6.5	15~60	21~58
Coping behavior	45.6±14.9	0~88	7~83

Table 2. The Differences of Successful Aging according to the Characteristics related to Subjects' Health

(N=174)

Variables	Categories	n (%)	Successful aging	
			M±SD	t or F (p)
Subjective health condition	Very good	3 (1.7)	51.6±14.5	0.59 (.66)
	Good	39 (22.4)	49.7±11.4	
	Moderate	89 (51.1)	48.2±12.8	
	Poor	34 (19.5)	49.9±13.8	
	Very poor	9 (5.2)	43.3±13.7	
Chronic disease (number)	Non have	24 (13.8)	50.2±14.1	0.69 (.63)
	1	64 (36.8)	50.0±11.0	
	2	57 (32.8)	46.9±12.4	
	3	18 (10.3)	48.0±15.0	
	4	8 (4.6)	45.1±13.6	
	5	3 (1.7)	55.0±12.9	

Table 4. Correlations among Variables

Variables	Successful aging	Self-transcendence	Coping behavior	Religion
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Successful aging	1	.72 (.00)	.55 (.00)	.25 (.00)
Self-transcendence		1	.57 (.00)	.13 (.03)
Coping behavior			1	.29 (.00)
Religion (dummy)				1

Table 5. Multiple Regression for Successful Aging

Final predictors	R ² change	Cumulative R ²	Standardized β	t	p
Self-transcendence	.52	.52	.61	9.02	< .001
Coping behavior	.03	.54	.17	2.69	.008
Religion	.01	.56	.12	2.28	.024

R = .75 R² = .57 Adj R² = .56

논 의

본 연구에서는 성공적 노화 이론(SAT)을 근거로 우리나라 여성노인의 성공적 노화 실태와 이에 관련된 변인들을 탐색하였다. 기존의 연구들을 통해 성공적 노화의 예측요인으로 밝혀진 인구학적 변인들과 SAT이론에서 제시한 초월감과 대처행동이 본 연구대상자의 성공적 노화를 어느 정도 설명할 수 있었는지 논하고자 한다.

성공적 노화 도구(SAI)로 측정한 본 연구대상자의 성공적 노화 점수는 48.7±12.7이었으며, 같은 도구로 측정한 미국 저소득층 노인의 평균 62.53±9.32보다 현저히 낮았다. McCarthy (2009)는 여성노인의 성공적 노화 정도를 따로 분리하여 보고하지 않았으며 성별에 따른 차이는 없었다고 보고하였는데 평균 62.53±9.32은 특이값을 제외한 자료들의 평균이었다. 따라서 본 연구자료에서도 Boxplot에서 제시하는 특이값 두 개를 제외하고 평균을 재 산출하여 보았다. 이로 인해 본 연구대상자의 성공적 노화 평균은 49.16±12.12로 조금 높아졌으나 여전히 미국 저소득층 노인보다 낮은 수준이었다. 추후 요인분석 연구를 통해 SAI의 하부영역을 규명하고 영역별 자료를 탐색해 본다면 우리나라 여성노인의 성공적 노화 취약 영역을 좀 더 상세히 파악할 수 있으리라 본다.

대상자의 인구학적 특성에 따른 성공적 노화의 차이 검증 결과, 종교와 식습관이 성공적 노화에 유의한 차이를 보

였다. 성별, 나이, 학력, 배우자 유무, 교육수준, 경제수준, 운동양상에 따라 차이(Shin & Lee, 2009; Sung, 2011; Youn & Kim, 1994)를 보인 국내의 기존 연구결과와 상이한 결과이다. 이러한 결과의 차이는 다음의 두 가지 이유 때문으로 추측해 볼 수 있겠다. 첫째, 연구대상자가 기존 연구에서는 남녀 노인을 모두 포함한 반면, 본 연구에서는 여성노인만을 포함했다는 점이다. 이러한 인구학적 특성과 분포의 차이가 기존연구와는 다른 결과를 산출하는데 영향을 미쳤으리라 본다. 둘째, 본 연구에서 사용한 측정도구인 SAI에 포함된 내용과 구성이 기존연구에서 사용한 도구와 다르다는 점이다. 기존 연구에서 사용한 성공적 노화 도구는 신체적 기능, 사회활동, 가족으로부터 얻는 만족감을 중점적으로 측정하려고 한 반면, SAI는 삶의 적응과 만족, 관계의 만족, 영적 측면의 측정을 더 많이 고려한 도구이다. 특히, 주관적 건강 상태와 만성질환 수에 따른 성공적 노화의 차이를 보고한 Sung (2011), Shin과 Lee (2009)의 연구와는 달리 본 연구에서는 대상자의 건강상태나 질환수가 성공적 노화에 영향을 미치지 못했다. 오히려 본 연구의 이러한 결과는 같은 도구를 사용한 McCarthy (2009)의 연구결과와 유사하였다. 본 연구의 기반이 된 SAT이론의 가정을 지지하는 자료가 된 셈이다. 즉, 성공적 노화는 노년기의 기능적 손상이나 질환에 의해 결정되기 보다는 오히려 삶의 목적과 만족 혹은 영성에 의해 더 영향을 받을 수 있다는 점을 확인하였다.

본 연구의 주요변수인 초월감과 대처행동으로 조작적 정의되어 측정된 적응, 그리고 성공적 노화 간에는 통계적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 초월감과 성공적 노화 간의 강한 순 상관관계, 대처행동과 성공적 노화 간의 중간 정도의 순 상관관계는 McCarthy (2009)의 연구와 일치하는 결과였다. 또한, 이론에서 제시한 바와 같이 초월감과 대처행동은 다중회귀 분석을 통해 성공적 노화의 예측요인으로 검증되었다. 초월감은 가장 설명력이 큰 변인으로 예측 요인들의 총 설명력 중 52%를 설명하였다. SAT 이론에서도 주장하듯이 초월감은 적응과 대처를 통해 형성되며 결국 성공적 노화를 이끌어 내는 매우 중요한 요인이다. 즉, 초월감이 형성되기 위해서는 적응과 대처가 필요한데, 특히 노년기에는 개인에게 주어진 현실과 신체적 제한을 수용하고 가장 가치 있는 일과 관계에 집중하기 위해 사소한 일에 허비하는 시간과 에너지를 줄이는 것 등이 적응과정에서 필요하다. 이 같은 적응과정을 통해 가치관의 변화가 일어나며 지혜를 얻고 의미 있는 활동을 추구하는 등 결국, 초월감이 완성된다. 초월감은 결국 의미와 목적 있는 삶을 이끌고 만족감을 주는데 Flood (2005)는 삶의 의미 및 목적과 만족감을 성공적 노화의 지표로 보고 있다. 본 연구에서 예측요인으로 도출된 인구학적 변인은 기독교인 종교였다. 이러한 결과는 영적관점이나 종교성이 정신내적 요인에 영향을 미치고 기능적 수행기전에 적응력을 높여 성공적 노화를 증진시킨다는 SAT이론을 지지하는 근거가 된다. 이와 관련하여 SAT에서는 영적 관점을 풍부하게 기르기 위해 창조적 활동과 자기통제에 힘쓰고 부정적 감성은 줄여갈 것을 제안한 바 있다. McCarthy (2009)의 연구에서는 초월감과 대처가 성공적 노화의 45.4%를 설명할 수 있었으며, 이 변량 중 2/3 정도는 초월감으로, 1/3 정도는 대처로 설명할 수 있었던 결과에 반해, 본 연구에서는 초월감과 대처가 설명할 수 있는 변량인 52% 중 초월감이 대부분을 설명할 수 있었고 대처행동이 설명할 수 있는 변량은 불과 3% 정도에 그쳤다. 이러한 차이는 각기 다른 나라의 표본이기에 발생할 수 있는 표본의 특성차이에서 도출된 결과라 생각할 수도 있으며, 측정도구 선택에 따른 결과 차이일 가능성으로도 볼 수 있겠다. McCarthy (2009)는 대처를 Proactive Coping Inventory (PCI)의 7개 하위 영역 중 하나인 주도적 대처 (proactive coping)영역 14문항을 사용하여 측정하였다. 주도적 대처 영역은 PCI 척도 중 일부이고, 노인을 대상으로 개발된 도구가 아니며, 우리나라 노인에게는 신뢰도와 타당도가 아직 검증되지 않은 도구이므로(Greenglass et

al., 1999), 본 연구에서는 우리나라 노인의 대처를 연구할 목적으로 개발한 도구이자 도구검증을 거친 대처행동 척도를 선택하여 사용하였다. 두 측정개념 간의 이론적 정의가 일치하는 점으로 보아 동일한 속성과 구성개념을 측정하는 도구라 판단하였기 때문이었다. 그러나 본 연구와 McCarthy (2009) 연구결과에서의 설명력에는 차이가 발생했다. 결과의 차이가 표본에 의한 것인지, 선택 도구에 의한 것인지, 아니면 다른 요인에 의한 것인지는 추후 연구들을 거치며 결론지어야 할 문제라 본다.

우리나라 여성노인은 사회로부터 소외되어 우울증 발생률이 높으며, 자신의 정체성을 자식의 성공이나 관심 속에서 찾으려는 특성이 있다. 본 연구결과에서도 나타났듯이 우리나라 여성노인의 성공적 노화 정도는 미국의 저소득층 집단의 성공적 노화 수준 보다 낮았다. 자기 자신과 환경을 수용하고 삶의 의미를 찾을 수 있는 활동에 참여할 수 있도록 격려하고 영적 성찰과 긍정적 가치관을 증진시킬 수 있는 계기를 제공해야 할 것이다. Rossen 등(2008)도 노인을 돌보는 건강요원들에게 여성노인들이 노년기 신체, 환경, 관계의 변화들을 최선을 다해 수용하며 살 수 있도록 끊임없이 격려할 것을 강조하였다. 특히, Flood (2006)는 스토리텔링, 노래 부르기, 그림그리기와 같은 창조적인 활동이 우울을 경감시키고 성공적 노화를 촉진시키는데 효과적임을 보고했다. 따라서 우리나라 여성노인을 위해 성공적 노화를 촉진시킬 수 있는 창조적 활동을 개발하고 이를 활용하여 적극적인 간호중재를 제공하는 것이 필요하다고 본다.

본 연구의 결과로 볼 때, SAT는 한국 노인의 성공적 노화를 위한 간호활동과 연구에 적용 가능한 이론이다. SAT에서 주장하는 성공적 노화는 자신의 가치 기준과 삶의 목적을 만족시키는 삶을 살 때에만 성취할 수 있다. 따라서 가치기준이 다른 개개인이 가치 있게 여기는 일을 만족스럽게 달성할 수 있도록 개별적으로 활용 가능한 성공적 노화 중재 프로그램을 개발하고 제공하는 것이 필요하다고 본다. 특히 우리나라 여성노인을 위해서는 개개인을 둘러싼 환경과 노화로 인한 제한을 수용할 수 있도록 돕는 것, 긍정적 가치관과 세계관을 확립하도록 돕는 것, 그리고 성공적 노화를 적극적으로 성취해 나가도록 중재하는 것이 필요하다고 본다.

결론

본 연구에서는 최근에 개발된 성공적 노화 간호이론을 적용하여 우리나라 여성노인의 성공적 노화 정도를 파악하

였으며, 성공적 노화에 영향을 미치는 요인을 탐색하였다. 본 연구를 통해 밝혀진 주요 결과는 다음과 같다. 우리나라 여성노인의 성공적 노화 정도는 측정도구의 가능한 점수범위의 중간을 조금 넘는 수준이었으며 국외 연구 보고와 비교할 때 낮은 수준이었다. 성공적 노화의 예측요인은 초월감, 대처행동, 종교로 총 56%의 설명력을 나타냈다. 특히, 초월감은 인생의 노년기에 형성되는 변화된 세계관이며 동시에 성공적 노화에도 영향을 미치는 중요한 요인으로 가정되어졌는데 본 연구에서도 성공적 노화를 가장 많이 설명할 수 있는 요인으로 확인되었다. 또한, 종교와 영적 측면을 포함한 노년기 삶에 대한 적응도 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 따라서 우리나라 여성노인의 성공적 노화를 증진시키기 위해 영적측면을 포함한 노년기 삶의 적응과 초월감을 향상시킬 수 있는 간호중재가 필요하다고 본다.

본 연구를 바탕으로 다음을 제언한다. 본 연구는 여성노인을 대상으로 실시되었다. 성공적 노화는 성별에 따라 차이가 있을 수 있으므로 추후 남성노인 집단의 연구 혹은 남녀 노인을 비교하는 연구를 제언한다. SAT이론에서는 노년기 변화에 대한 수용과 적응이 초월감을 형성시키는 기본이 되며, 초월감을 통해 성공적 노화를 실현할 수 있다고 하였다. 본 연구를 통해 적응과 초월감의 성공적 노화와의 관계와 설명력을 확인하였다. 따라서 추후 연구를 통한 이들 변수간의 경로 분석을 제언한다. 성공적 노화를 측정하는데 사용한 SAT는 국외에서 개발되어 신뢰도와 수렴, 판별 타당도가 검증되었다. 본 연구에서는 내적 일관도를 검증하였다. 이외에도 우리나라 노인에게 적용한 신뢰도 검증과 요인분석을 포함한 타당도 검증을 제언한다. 본 연구의 반복연구를 제언하며 그 결과들을 근거로 성공적 노화 증진 프로그램 개발과 활용을 제언한다.

REFERENCES

- Bak, S. S., Kim, K. S., & Choi, J. H. (2010). Quality of life of older women living alone: National basic livelihood act recipients. *Journal of Gerontological Nursing, 12*(3), 248-255.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cheng, S., & Chan, A. C. (2006). Relationship with others and life satisfaction in later life: Do gender and widowhood make a difference? *Journal of Gerontology: Series B: Psychological Science and Social Science, 61B*(1), 46-54.
- Cheon, J. S., Byun, I. W., Song, H. R., & Oh, B. H. (2004). Factors related to the morale of Korean elderly. *Journal of Korean Geriatric Psychiatry, 8*, 56-62.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. R. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods, 41*(4), 1149-1160.
- Flood, M. (2002). Successful aging: A concept analysis. *Journal of Theory Construction & Testing, 6*(2), 105-108.
- Flood, M. (2005). A mid-range nursing theory of successful aging. *Journal of Theory Construction & Testing, 9*(2), 35-39.
- Flood, M. (2006). Exploring the relationships between creativity, depression, and successful aging. *Activities, Adaptation & Aging, 31*(1), 55-72.
- Flood, M., & Scharer, K. (2006). Creativity enhancement: Possibilities for successful aging. *Issues in Mental Health Nursing, 27*(9), 939-959.
- Flood, M., Nies, M. A., & Seo, D. (2010). Successful aging: Selected indicators in a southern sample. *Home Health Care Management & Practice, 22*(2), 111-115.
- Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L., & Taubert, S. (1999). *The Proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument*. Retrieved August 2, 2011, from <http://www.psych.yorku.ca/greenglass/pci.php>
- Korean Woman's Development Institute. (2011). *161th Korean woman's trend*. Retrieved October 11, 2011, from <http://www.kwdi.re.kr/noticeView.kw?sgrp=S01&siteCmsCd=CM0001&topCmsCd=CM0003&cmsCd=CM0025&pnum=4&cnum=1&ntNo=1767>
- Lee, I. J. (2007). Difference between older women and older men of factors for depression and life satisfaction. *Journal of Welfare for the Aged, 36*, 159-179.
- McCarthy, V. L. (2009). *Exploring a new theory of successful aging among low-income older adults in an independent and assisted living community*. Unpublished doctoral dissertation, The University of Louisville, Kentucky, USA.
- Park, J. (2007). *A study on the effects of older adults' coping strategies on depression: Focused on senior centers located in Pusan, Korea*. Unpublished master's thesis, Dong-Eui University, Busan.
- Park, Y. M. (2011). *A comparative study on the perception of successful aging and life satisfaction between elderly men and women*. Unpublished Master's thesis, Inje University, Gimhae.
- Pfeiffer, E. (1975). Short portable mental status questionnaire for the assessment of organic brain deficit in elderly patients. *Journal of American Geriatric Society, 23*, 433-

441.

- Reed, P. G. (1989). Self-transcendence in aging scale: Mental health of older adults. *Western Journal of Nursing Research*, 11(2), 161-163.
- Reed, P. G. (2003). Middle range theory for nursing. In M. E. Smith and P. R. Liehr(Ed.), *The theory of self-transcendence*. (pp. 145-165). New York: Springer.
- Rossen, E. K., Knafl, K. A., & Flood, M. (2008). Older women's perceptions of successful aging. *Activities, Adaptation & Aging*, 32(2), 73-88.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237(4811), 143-149.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Roy, C. (1997). Future of the Roy model: Challenge to redefine adaptation. *Nursing Science Quarterly*, 10(1), 42-48.
- Shin, Y., & Lee, H. (2009). Factors associated with successful aging of Korean older people living in a city. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 29(4), 1327-1340.
- Smit, B., Burton, I., Klein, R. J. T., & Street, R. (1999). The science of adaptation: A framework for assessment. *Mitigation & Adaption Strategies for Global Change*, 4(3), 199-213.
- Statistics Korea. (2010). *2010 statistics for older adults*. Retrieved September 28, 2011, from http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=180000
- Sung, K. (2011). Relation of successful aging and wisdom in Korean older adults. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 13(1), 48-57.
- Tornstam, L. (1997). Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies*, 11(2), 143-154.
- U.S. Census Bureau. (2010). *2010 census data-2010 census*. Retrieved September 28, 2011, from <http://2010.census.gov/2010census/data/index.php>
- Youn, H., & Kim, M. (1994). The stress, coping behavior, and well-being of older adults. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 14(1), 17-32.