



ISSN 1229-8565 (print) ISSN 2287-5190 (on-line)
한국지역사회생활과학회지 33(2): 317~336, 2022
Korean J Community Living Sci 33(2): 317~336, 2022
<http://doi.org/10.7856/kjcls.2022.33.2.317>

노인의 이웃·친구관계망이 성공적 노화에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과를 중심으로

오 경 아 · 이 정 화^{†1)}

전남대학교 일반대학원 사회복지학협동과정 박사과정 · 전남대학교 생활복지학과 교수¹⁾

The Effect of Older Adults' Social Network of Neighbors and Friends on Successful Aging: Focusing on the Mediating Effect of Ego-Resilience

Gyeongah Oh · Jeonghwa Lee^{†1)}

Ph.D Student, Dept. of Social Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea
Professor, Dept. of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea¹⁾

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of older adults' social network of neighbors and friends on their successful aging, and the mediating effect of ego-resilience. The survey was conducted using a structured questionnaire administered to 523 older adults aged 60 or older living in G city. The data were analyzed using the SPSS 21.0 program. The results are summarized as follows: The scores of successful aging and ego-resilience were higher than the median score (three points), which was found to be positive. The average size of the social network of neighbors and friends was 9.62 people and emotional support from neighbors and friends was observed to be higher than informational and instrumental support. Ego-resilience played the role of complete mediation in the relationship between the size of the social network of neighbors and friends and successful aging. Also, this study found that ego-resilience showed a partially mediating effect of the degree of support from neighbors and friends on successful aging. Therefore, the size of the social network of neighbors and friends indirectly influenced successful aging through ego-resilience. The degree of support from neighbors and friends directly influenced successful aging and also indirectly influenced successful aging by increasing ego-resilience. Based on the results of this study, the implications for social welfare policies designed to enhance social networks, ego-resilience, and successful aging were discussed.

Key words: older adults, social network of neighbors and friends, successful aging, ego-resilience

Received: 13 May, 2022 Revised: 30 May, 2022 Accepted: 31 May, 2022

[†]**Corresponding Author:** Jeonghwa Lee Tel: +82-62-530-1326 E-mail: jhlee2@jnu.ac.kr

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.

I. 서론

오늘날 노인인구는 전 세계적으로 증가하고 있고, 우리나라는 OECD 회원국 중에 고령화가 가장 빠른 속도로 진행되고 있다. 저출산 및 고령화에 의한 인구구조의 급격한 변화는 인구 그 자체 뿐만 아니라 여러 분야에 영향을 미치게 되어 가족양양방식, 소비방식, 고용방식 등에 많은 변화를 초래하고 있다. 또한, 평균수명의 연장과 다양한 노년층의 등장으로 은퇴 이후 길어진 노년기의 행복한 삶과 성공적인 노후에 대한 관심이 높아지고 있다. 따라서 현재 노년학, 사회복지학, 심리학, 가족학, 보건의료, 생물학 등 다양한 분야에서 성공적 노화에 대한 연구도 증가하고 있다.

Rowe & Kahn(1998)이 주장한 바와 같이, 성공적인 노화는 신체적·심리적·사회적 측면에서의 성공을 포괄한다. 질병이 없이 신체적·인지적 기능이 유지된다면 이웃·친구 등 다른 사람들과의 친밀한 관계를 잘 유지할 수 있다. 신체적·정서적으로 성공적인 노년을 보내는 노인들은 가까운 사람들과 원만하게 잘 지내고, 자신이 하고 싶은 일을 찾아 꾸준히 노력함으로써 일상생활 속에서 기쁨과 행복을 자주 경험하며, 편안한 노년을 보내고 있다. 사회인구학적 특성에서도 노인의 교육수준(Noh 2014; Lee & Park 2015; Song et al. 2016), 주관적 건강상태(Yoon & Um 2015; Yang 2018; Yoo & Kim 2019; Kim 2020), 주관적 경제상태(Lee & Park 2015; Yoon & Um 2015; Kim 2018; Yang 2018; Jeon 2019) 등 다수의 연구에서 교육수준이 높을수록, 주관적 건강상태 및 경제상태가 좋을수록 성공적 노화에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

그러나 사회구조적인 변화와 함께 노인부부가구 및 노인 1인가구 증가 등 가족구조의 변화로 인

해 노인가구에 대한 보호문제가 심각해지고 있다. 통계청(Statistics Korea 2021) 고령자 통계에 따르면, 가구주 연령이 65세 이상 고령자 가구는 488만 가구로 전체 가구의 23.7%를 차지할 정도로 증가하였다. 또한 고령자 가구 중에 노인부부가구는 33.0%, 노인 1인가구는 34.2%인 것으로 나타나 자녀와 동거하지 않고 노인만으로 이루어진 가구 비중 역시 더 증가하고 있다. 노인의 가족 동거비율이 감소함에 따라 가족의 기능을 보완해 주는 이웃 및 친구와 같은 비공식적 관계망의 중요성이 더욱 커지고 있다. 즉, 지역사회 내에 노인과 함께 거주하는 이웃 주민들뿐만 아니라 동시대를 살면서 비슷한 경험을 공유해 온 친구관계망은 지역공동체 활성화에 대한 사회복지실천현장의 목소리와 맞물려 중요한 화두로 인식되고 있다.

비공식적 관계망으로부터 제공되는 사회적 지지는 여러 연구를 통해 노인의 신체적·심리적 안녕 등 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 우리나라에서도 1990년대부터 여러 학문 분야에서 사회적 관계망에 대한 연구가 많이 진행되면서 Choe & Lee(2003)는 가족이나 친구, 이웃 등의 비공식적 관계망의 중요성을 언급하였고, 이 관계망으로부터의 사회적 지지가 많을수록 삶의 만족도가 높고(Cho 2002; Lee 2006), 성공적인 노화에 긍정적인 영향을 미친다고 보았다(Kang 2012; Kang 2013). Lee(2017)는 가족의 기능이 축소되면서 노인의 친구 관계는 사회적 관계의 중요한 지표가 되고 있으며, 친구는 가족만큼 특별한 의미를 지니고 있지만, 지금까지 개별적으로 인식되지 않았다고 지적하고 있다. 가족돌봄의 사회화로 인해 성공적 노화 요인 중에 이웃·친구의 지지가 차지하는 비중이 커지고 있으므로 가족 지지와 친구지지를 분리시켜 지역사회에서의 노인 돌봄에 대한 의미를 밝히는 것이 중요하다는 연구

(Yoo & Kim 2019)도 있다.

노화과정에서 신체적·경제적 측면뿐 아니라 정서적인 측면에 대한 준비도 필요하다. 이러한 관점에서 주목하게 된 것이 자아탄력성인데, 이는 회복탄력성이라 불리기도 하고 적응유연성과 유사한 개념으로도 많이 쓰인다. 자아탄력성은 인간이 스트레스와 위기상황을 극복하고 성공적으로 회복하는 기능이고(Garmezzy 1993), 인생의 역경을 극복하고 적응해 나가는 능력이다(Reivich & Shatte 2002). 이러한 자아탄력성은 노인들이 삶 속에서 맞닥뜨리게 되는 어려움을 극복하고 원만한 노년 생활을 영위할 수 있게 하는 개인의 내적 요인으로 거론되고 있다(Ko 2018). 지금까지 자아탄력성은 대부분 부작용을 유발할 위험이 큰 환경에 있는 아동·청소년 그리고 역경에 처한 집단들이 정상적인 발달을 이루어가는 것에 초점이 맞춰져 왔다. 간혹, 성인을 대상으로 하는 연구들이 이루어지긴 했지만, 성인 초기나 특정 직업군에 집중되어 있어 노인 대상의 자아탄력성 연구는 미흡한 실정이다. 따라서 자아탄력성에 대한 연구대상을 인생 후반기의 노인까지 확대할 필요가 있다.

사회적 관계망이 제공하는 사회적 지지가 노인의 자아탄력성이나 회복탄력성에 정적인 영향을 미치고(Son 2019; Kwon 2020), 이웃·친구를 포함한 사회적 지지가 성공적 노화에 영향을 미치며(Jang 2014; Son 2019), 회복탄력성이 성공적 노화에 정적영향을 미친다(Dilip et al. 2013; Park 2018)는 연구들이 있다. 이는 사회적 지지가 심리적 안녕감에 직접적인 영향력을 미치기도 하지만 자아탄력성을 매개로(Jang 2017) 성공적 노화 수준을 높이는 것으로 나타났다. Jang(2014)은 노인이 단순히 사회적 지지를 받아 성공적인 노화를 이루는 것이 아니라 노인 자신의 탄력성이 매개효과를 가진다고 하였다. 즉, 다양한 지지자원

을 어떻게 활용하느냐에 따라 노인의 성공적 노화 수준이 달라진다고 보았다. 이러한 선행연구에 근거하여 노인의 이웃·친구관계망이 성공적인 노화에 영향을 미치고, 노인의 이웃·친구관계망과 성공적 노화 간의 관계에서 자아탄력성이 매개역할을 한다고 가정할 수 있다.

성공적 노화, 이웃·친구관계망, 자아탄력성은 노년기에 중요한 심리적, 사회적 자원으로서 삶의 가치와 의미를 부여하는 역할을 한다. 그러나 노인을 대상으로 성공적 노화, 이웃·친구관계망, 자아탄력성의 관계를 살펴본 연구는 거의 없다. 따라서 본 연구는 노인들의 이웃·친구관계망이 성공적 노화에 미치는 영향을 파악하고, 이러한 변수들의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 살펴보고자 한다. 이를 바탕으로 노인의 성공적인 노화를 촉진할 수 있는 노인복지정책 및 실천적 함의를 모색하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 성공적 노화

성공적 노화는 기원전 4세기 키케로(Cicero)가 쓴 훌륭한 노화(good aging)의 본질에 관한 수필에서 기원을 찾을 수 있다(Torres 2002). 1986년 미국노년사회학회에서 '성공적 노화' 주제를 채택하면서 성공적 노화가 주목을 받게 되었고, Rowe & Kahn(1987)이 '인간노화'라는 논문을 발표하면서 성공적 노화에 대한 연구가 활기를 띠게 되었다. 실제로 1980년대 중반까지 심리적 무기력, 생물학적 노쇠 등 노화의 부정적 측면이 강조되었으나, 경제적으로 여유가 있고, 사회활동에 적극적으로 참여하며, 건강하고 지적 수준이 높은 노인 인구가 늘어나면서 노인의 긍정적인 측면인 성공적 노화에 대한 관심이 증가하게 되었다. 성공적

노화의 개념은 학자마다 다양하게 정의되었으며, 잘 늙기, 우아하게 늙기, 건강한 노화, 긍정적 노화, 생산적 노화 등으로 명명되고 있다(Jeon 2007). 또한, 성공적 노화는 노년기 생활만족도, 심리적 안녕감, 삶의 질, 노화에의 긍정적 적응 등과 관련하여 연구되었으며(Kang 2014), 정신건강, 적응, 인생 만족도, 심리적 안녕, 사기 등의 용어와 상호 교환적으로 사용되고 있다.

Rowe & Kahn(1998)은 노인의 건강상태, 신체적·인지적 기능, 심리적 특성, 사회관계, 생산적 활동의 5가지 영역 간의 영향력과 관련성을 분석한 연구에서 성공적 노화의 세 가지 요소를 제시하였다. 이는 질병과 장애 위험을 최소화하고, 높은 수준의 신체적·인지적 기능을 유지하며, 활기차게 인생에 참여하는 것이다. Ryff(1989)는 성공적 노화를 심리적 측면에서의 통합 즉, 자기수용, 자율성, 개인적 성장, 타인과의 긍정적 관계, 생의 목적, 환경에의 적응 등 긍정적 기능과 연관되어 있다고 하였다. Wong(1989)은 신체적으로 쇠퇴하더라도 심리적·사회적으로 건강하고, 삶의 만족도가 높은 것을 성공적 노화로 보았다. Baltes & Baltes(1990)는 선택·적정화·보상(Selective Optimization with Compensation: SOC) 모델로 성공적인 노화를 설명하였는데, 이는 나이가 들수록 신체적, 사회적, 인지적 측면에서 쇠퇴나 감소를 경험할지라도 적절한 활동을 선택하고, 자신이 가지고 있는 기술을 적정화하며, 손상이나 손실된 것을 보상하는 SOC 전략을 사용하면 효율적인 삶을 유지하고 성공적인 노화를 맞을 수 있다는 것이다.

국내연구에서 Lee(2011)는 성공적인 노화를 개인이 심리적, 사회적으로 삶에 잘 적응하고, 높은 수준의 신체적, 심리적, 사회적 기능을 긍정적으로 결합함으로써 주관적 만족감이 높은 복합적 감정

상태를 성공적 노화라고 하였다. Noh(2014)는 신체적, 심리적, 인지적 건강상태를 잘 유지하며, 최적의 건강상태가 지속되도록 건강 행위를 수행하고, 타인과의 친밀한 관계를 유지하면서 생산적 활동에 적극적으로 참여하는 것을 성공적 노화로 정의하였다. Yoo & Kim(2019)은 성공적 노화를 신체적, 인지적, 사회적 측면 등 다차원적인 관점에서 노년기의 삶에 능동적으로 참여하고 적응함으로써 삶의 만족과 의미를 찾아가는 과정이라고 하였다. 따라서 성공적 노화는 노년기에 경험하는 여러 가지 신체적, 심리적, 사회적 변화에 적절히 대처하고 잘 적응해가는 과정으로서 자신의 삶에 어느 정도 만족한다는 전제가 성립할 때 가능하다. 성공적인 노화를 위해 전 연령대에서 노년기를 자신의 미래로 생각하고 대비하는 자세가 필요하다. 특히, 중요한 것은 과거와 현재를 수용하고, 삶을 긍정적으로 바라보며, 나이 들이 정신적으로 성숙해가는 발달과정이라고 인식하는 것이라고 할 수 있다. 본 연구에서는 성공적인 노화를 자율적인 삶을 영위하면서 적극적으로 사회활동에 참여하고, 자기효능감 및 자아통합감 유지를 위한 계속적인 성숙과 발달의 과정으로 정의하고자 한다.

이러한 성공적 노화가 노인의 사회인구학적 특성에 따라 차이가 있는지 살펴본 연구가 많이 이루어졌다. 성공적 노화에 영향을 미치는 사회인구학적 요인을 성별, 연령, 교육수준, 종교 유무, 배우자 유무, 주관적 건강상태, 주관적 경제상태로 나누어 살펴보면 다음과 같다.

먼저, 성별에 따른 성공적 노화를 살펴본 연구에서 여성이 남성보다 성공적 노화 수준이 높다(Noh 2014; Yang 2018; Yoo & Kim 2019; Kim 2020; Yang et al. 2021)는 연구가 있는 반면에 남성이 여성보다 성공적 노화 정도가 높다(Shin & Lee 2009; Kim & Chung 2016)는 연

구가 있으며, 성공적 노화에 성별이 영향을 미치지 않는다(Jeong 2011; Jeon 2019)는 연구도 있어 성별에 따른 성공적 노화 결과가 일치하지 않다는 것을 알 수 있다. 연령에 따른 차이 역시 연령이 낮을수록 성공적 노화 정도가 높다는 연구(Noh 2014; Yoon & Um 2015; Kim 2018)와 연령은 성공적 노화에 유의미한 영향을 미치지 않는다(Jeong 2011; Kang 2012; Jeon 2019; Kim 2020)는 연구도 있어 연령에 따른 성공적 노화 결과가 일치하지 않았다. 교육수준에서는 교육수준이 높을수록 성공적 노화 수준이 높게 나타나(Kim 2008b; Shin & Lee 2009; Kang 2012; Noh 2014; Lee & Park 2015; Song et al. 2016) 전반적으로 연구결과가 일치하였다. 종교 유무와 관련하여 종교가 성공적 노화에 긍정적 영향을 주는 것으로 보고(Hong 2002; Noh 2014; Lee & Park 2015; Yoon & Um 2015; Kim 2018; Yang 2018)하였으나, 종교가 영향을 미치지 않는다(Youn & Park 2010; Kang 2012; Jeon 2019; Kim 2020)는 연구도 많아 종교 유무가 성공적 노화에 미치는 영향이 일치하지 않았다. 배우자 유무는 배우자가 있는 노인이 없는 노인보다 성공적 노화 가능성이 높게 나타났다(Kim 2008b; Shin & Lee 2009; Kang 2012; Noh 2014; Lee & Park 2015; Kim 2018). 노인의 건강상태에서는 노인 스스로 지각하는 주관적 건강상태가 객관적인 건강상태보다 더 중요하며, 노인이 건강하다고 느낄수록 성공적 노화에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Yoon & Um 2015; Yang 2018; Yoo & Kim 2019; Kim 2020). 또한, 주관적 경제상태가 좋다고 인지하는 경우 그렇지 않은 경우보다 성공적 노화 수준이 높았다(Lee 2012; Jeong et al. 2013; Lee & Park 2015; Yoon & Um 2015; Kim 2018;

Yang 2018; Jeon 2019). 특히, Kang(2012)의 연구에서 독거노인의 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치는 것은 경제적 요인인 것으로 나타났다.

사회인구학적 특성과 성공적 노화 간의 선행연구를 종합해 보면, 노인의 교육수준이 높을수록, 배우자가 있는 경우, 그리고 주관적 건강상태 및 경제상태가 좋을수록 성공적 노화에 유의미한 정적영향을 미치는 것으로 파악되었다. 반면 성공적 노화에 대한 성별, 연령, 종교의 영향력은 일치하지 않는 것으로 나타났다.

2. 이웃·친구관계망과 성공적 노화

인간은 모두 사회 속에서 관계를 맺고, 상호작용을 통해 사회적 지지를 주고받는다. 노년기에는 건강 악화와 직장에서의 은퇴, 배우자를 비롯한 가족 또는 친척, 가까운 이웃이나 친구 등의 사망으로 인해 사회적 관계가 위축되고, 사회적 지원도 줄어들게 된다. 사회적 관계는 여러 측면에서 개인의 삶에 많은 영향을 미치므로(Kang 2012) 노년기의 사회적 관계 축소를 예방하고, 이를 유지 및 확장하는 것이 행복한 노년을 보내기 위한 중요한 요소라고 할 수 있다.

노년기에는 신체적, 경제적 자원의 고갈을 경험하게 되므로 노인들이 생활에 적응하는 데에 외부로부터의 지원이 중요한 역할을 한다. 특히, 가족 구조의 변화로 인해 자녀와 함께 사는 확대가족이 급격히 줄어든 상황에서 가족의 기능을 보충해 줄 수 있는 이웃이나 친구 등 비공식적 관계망의 중요성은 더욱 커지고 있다. 즉, 이웃·친구가 정서적인 말벗뿐만 아니라 긴급한 일이 생겼을 때 일상생활 속의 도구적 도움 등 가족의 역할을 대신할 수 있다는 것이다. 따라서 지역사회 내에서 노인과 함께 생활하고 있는 이웃 주민들과 동시대를 살아오면서 비슷한 경험을 공유한 친구들에 의한

관계망 구축은 노년기 삶의 질을 높이는데 필수요 소라고 볼 수 있다.

사회적 관계망은 크게 구조적 특성과 기능적 특성으로 나눌 수 있다. 먼저, 구조적 특성은 사회적 지지를 받는 사람에 초점을 두며, 관계망의 크기, 접촉빈도, 접촉밀도, 관계 지속기간 등 지지의 객관적·양적 측면을 의미한다. 기능적 특성은 지각된 사회적 지지를 바탕으로 지지의 내용과 만족감에 초점을 두기 때문에 사회적 지지는 사회적 관계망이 구성원들에게 제공하는 긍정적 기능에 해당한다. House(1981)는 사회적 지지의 기능적 속성을 사랑, 친근감, 신뢰, 감정이입과 같은 정서적 지지와 사회적 서비스, 사회적 자원 등을 이용할 수 있도록 도와주는 정보적 지지, 그리고 실질적인 도움을 제공하는 도구적 지지와 긍정적 자기 평가, 수용, 긍정적 환류와 같은 평가적 지지 등 네 가지로 구분하였다. 또한, 사회적 지지를 정서적 지지, 도구적 지지, 정보적 지지로 분류하였는데, 정서적 지지는 자신이 보호와 사랑을 받고 있다고 느끼는 것으로서 위기 상황에서 신뢰하고 의지할 수 있는 심리적 안정과 애착을 말한다. 도구적 지지는 가사 일이나 간호 등 물질적이고 직접적인 도움을 의미하며, 정보적 지지는 정보, 충고, 환류를 제공받는 것을 의미한다(Sandler et al. 1989). 사회적 관계망은 구조적·기능적 특성을 모두 포함하는 다차원적, 복합적인 개념이며, 구조적인 틀 안에서 기능적인 역할이 가능하므로(Park & Park 2013) 구조적 특성과 기능적 특성을 모두 살펴볼 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 이웃·친구관계망의 크기, 거주군집성, 접촉빈도, 전화통화빈도 등 구조적 특성과 정서적, 도구적, 정보적 지지 등 이웃·친구지지정도를 의미하는 기능적 특성을 함께 살펴보고자 한다.

먼저, 구조적 특성에서, 노인들은 일차적으로

가족, 친구, 이웃 등의 비공식적 관계망의 구성원들로부터 가장 빈번하게 도움을 받고 있는데, 사회적 관계망의 크기가 클수록, 접촉빈도가 높을수록 성공적 노화 수준이 높다고 보았다(Kang 2012). 다음으로 기능적 특성에서, 노인의 이웃·친구는 자신의 선택에 따라 유지되기 때문에 가족보다 좀 더 자발성이 반영된 관계라고 할 수 있다. 다수의 선행연구에서 이웃·친구와의 관계가 좋으며, 이웃·친구의 지지 등 사회적 지지가 높을수록 성공적 노화 수준도 높아지는 경향을 보였다(Choe & Lee 2003; Kang 2012; Jeong et al. 2013; Yeo 2013; Kim 2014; Kim & Park 2015; Yoon & Um 2015; Song et al. 2016; Sa et al. 2017; Seo 2018; Son 2019; Yoo & Kim 2019). 특히, Yoo & Kim(2019)의 연구에서 성공적 노화에 대한 사회적 관계망의 영향을 살펴본 결과, 가족지지보다 친구지지의 영향력이 더 크게 나타났는데, 이는 가족의 역할 및 기능의 감소로 가족보다 이웃·친구에 의지하는 노인들이 많아진 것으로 분석되었다. 즉, 노인은 사회적 관계망을 통해 친구, 이웃, 지역사회 등에 소속감을 느끼고, 타인과의 의미 있는 만남에 대한 충족감을 경험하며, 충분한 사회적 지지를 확보함으로써 자신의 삶을 성공적으로 인지한다는 것이다(Shim & Yoon 2014; Kwon & Hyun 2021).

이러한 연구를 종합해 보면, 노인들은 이웃이나 친구 등의 사회적 지지가 높을수록 성공적 노화 수준이 높아진다고 볼 수 있다. 본 연구에서 이웃·친구관계망을 구조적 측면과 기능적 측면으로 나누어 이러한 특성이 성공적 노화에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

3. 자아탄력성의 매개효과

탄력성(Resilience)은 1950년대에 Block에 의

해 처음으로 제안되었으며, 국내에서는 ‘레질리언스(resilience)’라는 용어가 자아탄력성, 회복탄력성, 적응유연성 등으로 사용되고 있고, 연구자에 따라 탄력성, 심리적 건강성, 회복력, 자아탄력성, 극복력 등 다양하게 혼용되고 있다(Hong 2006). 자아탄력성에 대한 관심은 고위험 아동들을 연구하는 발달 연구자들 사이에서 시작되었으므로(Masten 2001) 초기에는 아동과 청소년을 대상으로 한 연구가 주를 이루었지만, 최근에는 노인을 대상으로 한 연구가 증가하고 있다(Choi 2019; Lee & Yang 2019; Jo 2022). 자아탄력성은 긍정 심리학에서 개인의 주관적 안녕감과 정신건강을 연구할 때 주로 등장하며, 긍정 심리학의 관점에서 탄력성은 개인이 스스로 역경을 잘 극복할 수 있는 긍정적인 힘을 가지고 있다는 것을 전제하고 있어서 노년기 부정적 영향에 대한 보호 기제로 탄력성의 역할과 기여를 살펴볼 필요가 있다(Choi 2010).

자아탄력성에 대해 Ko(2018)는 심각한 삶의 도전에 직면하더라도 다시 일어서고, 나아가 인간의 능력이 더욱 풍부해지는 것으로, Park & Hyun(2007)은 인간이 통제하기 힘든 역경을 견뎌내는 심리·사회적 적응과 관련된 성격차원의 정서적, 인지적, 행동적 요소를 모두 포함하는 다차원적인 개념으로, Choi(2019)는 노년기에 경험하는 여러 가지 상실감으로 발생하는 스트레스를 극복하고, 심리적 안녕감을 높일 수 있는 능력이라고 보았다. 자아탄력적인 노인은 삶의 어려운 문제를 해결해야 될 때 활동적으로 접근을 시도하고, 힘든 경험들을 잘 헤쳐나가며, 고통스러운 상황에서라도 그들이 겪고 있는 것들을 구조적으로 인식하여 스트레스 상황에 잘 적응하며, 자신의 삶에서 긍정적인 신념을 유지하는 능력이 있다. 또한, 정서적으로 안정되어 있고, 높은 자신감과 자기 존중

감을 지니고 있으며, 인지적·사회적 기술도 갖추고 있다고 할 수 있다(Jang 2001). Jo(2022)는 노인들이 노화로 인해 자신의 능력과 힘을 잃더라도 자아탄력성이 높으면 좌절하지 않고 변화하는 환경에 유연하게 대처하여 기존보다 더 나은 방식으로 노년기 삶을 즐기는 기회를 가질 수 있다고 하였다. 이렇듯 자아탄력성은 신체적, 심리적, 사회경제적 변화로 인해 스트레스가 많은 노년기에 더욱 필요한 기능(Lee & Yang 2019)이라고 할 수 있다. 본 연구에서는 노인의 자아탄력성을 스트레스나 역경의 상황일지라도 자아 기능을 잘 회복하여 원래 상태로 되돌아가거나 개인이 더 성숙해지는 긍정적인 내적 적응기제라는 포괄적인 의미로 사용하고자 한다.

아직까지 노인의 자아탄력성과 성공적 노화에 대한 연구는 미흡한 실정이므로 본 연구에서는 자아탄력성의 매개효과를 알아보기 위해 유사개념인 회복탄력성 연구를 포함하여 살펴보고자 한다. 또한, 노인의 이웃·친구관계망이 성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 확인함에 있어서도 이웃·친구관계망에 대한 연구가 많지 않아서 전반적인 사회적 관계망 및 사회적 지지에 관한 연구를 함께 살펴보았다. 사회적 지지가 자아탄력성이나 회복탄력성에 정적영향을 미친다는 연구들과(Ciarrochi & Scott 2006; Moon & Lee 2018; Park & Kim 2019; Son 2019; Kwon 2020), 높은 회복탄력성이 성공적 노화를 촉진시킨다(Dilip et al. 2013; Lee et al. 2021)는 연구 결과는 노인의 자아탄력성이 사회적 지지와 성공적 노화의 관계에서 매개효과가 있음을 보여준다. 구체적으로 사회적 지지가 심리적 안녕감에 직접적인 영향력을 미치기도 하지만 탄력성의 간접적인 매개경로를 통하여(Jang 2017) 성공적 노화 수준을 높인다는 연구도 있다. 이와같이 자아탄력성

은 노년기의 성공적 노화 수준을 높이는데 주요한 변수이며, 노인의 이웃·친구관계망에 따라 영향을 받고, 성공적 노화에 영향을 주는 매개변인의 역할을 한다고 해석할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 노인의 이웃·친구관계망에 초점을 두고 이러한 변수들 간의 인과적 관계를 규명하고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 G시에 거주하는 60세 이상의 노인 523명을 대상으로 선행연구에서 타당도와 신뢰도가 검증된 구조화된 설문지를 이용하여 1:1 면접과 자기기입식 방법으로 설문조사를 실시하였다. 조사기간은 2020년 3월 9일부터 3월 31일까지였으며, 코로나19 상황에서 노인 관련 시설이 폐쇄되어 조사에 어려움이 있었으므로 주로 공원, 등산로, 시장, 조기축구회 등의 장소에서 활동하는 노인들을 대상으로 설문조사가 이루어졌다. 조사원에게 설문 목적과 방법에 대해 설명한 후, 일부는 자기기입식 방법으로 조사하였고, 설문지를 직접 읽고 응답하기 어려운 노인에게는 1:1 면접방법을 사용하여 자료를 수집하였다. 설문지는 600부를 배부하여 568부가 회수되었으며, 이 중에 응답이 부적절하거나 만 60세가 안 된 경우를 제외하고 최종적으로 유효한 523부를 대상으로 분석하였다.

2. 측정도구

1) 성공적 노화

An et al.(2009)의 중·노년 성인층 대상의 성공적 노화 척도와 Kim(2008a)의 성공적 노화 척도, 그리고 Kim(1988)의 자아통합감 척도를 수정·보완하여 재구성한 Park(2012)의 성공적 노화 척도를 사용하였다. 성공적 노화 척도는 자율적인

삶, 적극적 인생참여, 자기효능감, 자아통합감을 포함하여 총 24문항으로 구성되어 있다. 본 척도의 응답 범주는 '전혀 아니다=1', '항상 그렇다=5'의 Likert 5점 척도로서 24점에서 120점의 범위를 가지며, 점수가 높을수록 성공적인 노년기를 보내고 있음을 의미한다. 이 문항들의 내적 일치도에 대한 신뢰도 계수 Cronbach's α 값은 0.94로 나타났다.

2) 이웃·친구관계망

이웃·친구관계망의 구조적 특성은 이와 관련된 선행연구들(Litwin 1995)을 참조하여 다음과 같이 조작적으로 정의하였다. 이웃·친구관계망의 구조적 특성은 이웃·친구관계망 크기, 거주근접성, 접촉빈도, 전화통화빈도로 구성되었다. 이웃·친구관계망의 크기는 단일문항으로 하여 사람 수가 관계망 크기의 점수로 사용되고 점수가 높을수록 관계망 크기가 크다고 할 수 있다. 거주근접성은 '걸어서 10분 미만' 1점에서 '해외 거주' 7점까지의 범위를 갖고, 접촉빈도 및 전화통화빈도는 '거의 매일' 1점에서 '만나지 않거나 연락하지 않음' 8점까지의 범위를 갖는다. 이는 점수가 높을수록 이웃·친구와의 거리나 접근빈도가 낮음을 의미하므로 역코딩하여 분석하였다. 본 연구에서는 이웃·친구관계망의 구조적 특성을 여러변수를 통해 살펴보았지만, 이웃·친구관계망은 주로 가까이 살면서 자주 접촉하는 것이 특징적이므로 본 연구에서는 이웃·친구관계망의 구조적 특성을 대표하는 변수로 이웃·친구관계망 크기를 사용하였다.

이웃·친구관계망의 기능적 특성은 Yoo(2000)의 사회적 관계망 척도를 Jang(2010)이 9문항으로 재구성한 도구로 측정하였다. 이 척도의 하위요인은 정서적 지지, 도구적 지지, 정보적 지지이며, 하위요인별로 각각 3문항씩 총 9문항으로 구성되

었다. 이는 이웃과 친구에게 얼마나 지지를 받고 있다고 지각하는지를 '전혀 아니다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점까지 Likert 척도로 측정하였다. 노인이 지각하는 이웃·친구관계망의 점수가 높을수록 긍정적 지지를 많이 받고 있음을 의미한다. 본 연구에서는 정서적 지지, 도구적 지지, 정보적 지지를 모두 포함한 이웃·친구지지정도 척도를 이웃·친구관계망의 기능적 특성변수로 사용하였고 이 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 값은 0.89로 나타났다.

3) 자아탄력성

노인의 자아탄력성은 Block & Kremen(1996)이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale: ERS)를 Yoo & Shim(2002)이 변안한 뒤 수정·보완한 14문항 척도를 사용하였다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 '전혀 아니다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점까지이며, 자아탄력성의 점수범위는 14점에서 70점이고, 점수가 높을수록 자아탄력성이 높음을 의미한다. 본 연구에서 사용한 자아탄력성 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 0.88이었다.

4) 사회인구학적 특성

본 연구에서는 통제변수로 사회인구학적 특성을 포함하여 성별, 연령, 학력, 배우자 유무, 종교 유무, 주관적 경제상태, 주관적 건강상태를 측정하였다. 주관적 경제상태 및 주관적 건강상태는 Likert 5점 척도를 사용하였으며, 점수가 높을수록 경제상태는 높게, 건강상태는 양호하게 지각하는 것을 의미한다.

3. 분석방법

본 연구에서 수집된 조사자료는 통계프로그램

SPSS 21.0을 사용하여 분석하였다. 조사대상자의 사회인구학적 변인, 이웃·친구관계망, 성공적 노화, 자아탄력성의 일반적 경향을 파악하기 위해 빈도분석, 백분율(%), 평균, 표준편차 등의 기술통계 분석을 실시하였다. 측정하는 척도의 신뢰도 검증을 위해서 내적합치도 계수인 Cronbach's α 값을 산출하였고, 연구모형을 구성하는 주요 변인 간의 상관관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시하였다. 노인의 이웃·친구관계망, 성공적 노화, 자아탄력성 간의 영향력과 매개효과를 검증하고자 위계적 회귀분석과 Baron & Kenny(1986)의 4단계 분석을 실시하였다. 또한, 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시하여 z값을 제시하였는데, 이 z값이 $z > 1.96$ 또는 $z < -1.96$ 을 만족하는 경우에 매개효과가 있음을 의미한다.

IV. 결과 및 고찰

1. 연구대상자의 사회인구학적 특성

노인의 사회인구학적 특성을 살펴보면 다음 Table 1과 같다. 노인의 성별에 따른 분포는 여성이 남성보다 많았다. 연령은 60대가 가장 높은 가운데 평균연령은 69.70세로 나타났다. 학력은 대학교 졸업 이상이 27.5%로 응답률이 가장 높았고, 고등학교 졸업, 초등학교 졸업, 중학교 졸업, 무학순이었다. 배우자 유무는 배우자가 있는 경우가 75.0%를 차지하였고 동거가족수는 본인과 배우자 2명인 경우가 45.9%로 가장 많았고, 평균 동거가족은 2.53명이었다. 종교 유무에서는 49.2%가 종교를 가지고 있었으며, 월 생활비는 101-150만원이 29.1%로 가장 높았다. 주관적 경제상태는 '보통이다'와 '약간 어렵다'가 각각 55.8%, 22.8%를 차지한 가운데 평균은 2.95점(범위 1-5)으로 중간값보다 약간 낮게 나타났다. 주관적 건강상태는

Table 1. Demographic characteristics of the respondents.

N=523

Variable	Category	Frequency	Percentage (%)	Variable	Category	Frequency	Percentage (%)
Gender	Male	239	45.7	Education level	Uneducated	34	6.5
	Female	284	54.3		Elementary school	115	22.0
Age group	60-69	285	54.5		Middle school	91	17.4
	70-79	182	34.8		High school	139	26.6
	Over 80	56	10.7		University & more	144	27.5
	M (SD)	69.70 (7.00)		Presence of spouse	Have a spouse	392	75.0
Number of families	One person	88	16.8	Bereaved	108	20.7	
	Two people	240	45.9	Separated or divorced	22	4.2	
	Three people	90	17.2	Single	1	0.2	
	Four or more people	105	20.1	Monthly living expenses	Less than 500,000 won	24	4.6
	M (SD)	2.53 (1.25)			510,000-1,000,000 won	105	20.1
Presence of religion	Christianity	108	20.7		1,010,000-1,500,000 won	152	29.1
	Catholic	80	15.3		1,510,000-2,000,000 won	94	18.0
	Buddhism	59	11.3		2,010,000-2,500,000 won	72	13.8
	No religion	266	50.9	2,510,000-3,000,000 won	39	7.5	
	Others	10	1.9	Over 3,010,000 won	37	7.1	
Subjective economic status	Very hard	9	1.7	Subjective health status	Very bad	6	1.1
	A bit hard	119	22.8		Bad	95	18.2
	Normal	292	55.8		Normal	243	46.5
	Well off	97	18.5		Good	130	24.9
	Live very well	6	1.1		Very good	49	9.4
M(SD)	2.95(0.73)		M(SD)	3.23(0.89)			

‘보통이다’가 46.5%로 가장 많았고, 평균은 3.23 점(범위 1-5)으로 중간값보다 약간 높게 나타났다.

2. 성공적 노화, 이웃·친구관계망, 자아탄력성의 일반적 경향

성공적 노화 척도는 24문항으로 구성되어 있는데, 문항별 응답 중에서 ‘나는 움직일 수 있는 한 계속 활동을 할 수 있다(M=4.04, SD=0.90)’ 문항의 점수가 가장 높게 나타난 반면에 ‘나는 다양한 사회활동에 참여를 많이 하는 편이다(M=3.04,

SD=0.91)’ 문항이 가장 낮은 점수를 나타냈다. 이는 노인들이 활동을 하고자 하는 욕구는 있으나 코로나19라는 상황 등으로 인해 다양한 활동에의 참여가 낮았기 때문으로 보인다.

노인의 이웃·친구관계망을 살펴봄에 있어서 Table 2 구조적 특성을 보면, 노인의 이웃·친구 관계망의 크기는 5-9명이 31.4%로 가장 높은 비율을 차지하였고, 친밀감을 느끼는 대상은 동네 이웃이 40.7%로 가장 높은 응답율을 보였으며, 관계 지속기간은 평균 25.5년으로 나타났다. 이웃·친구와의 거주근접성은 ‘걸어서 30분 미만의 근거리

에 사는 비율이 56.0%로 절반 이상을 차지하였다. 접촉빈도 및 전화통화빈도는 '주일에 1-2번'이 각각 31.4%, 37.7%로 응답률이 가장 높았고, '거의 매일'도 각각 12.0%, 13.6%로 나타나 이웃·친구와의 접촉빈도 및 전화통화빈도가 비슷한 양상을 보이는 것을 알 수 있다.

이웃·친구관계망의 기능적 특성인 이웃친구지지를 살펴보면, 조사대상 노인은 이웃·친구에게 정서적 지지(M=3.79, SD=0.73)를 가장 많이 받고 있으며, 다음으로 정보적 지지(M=3.68, SD=0.73), 도구적 지지(M=2.85, SD=0.84) 순으로 높게 나타났다. 전체 이웃·친구지원망(M=3.44,

SD=0.63)은 중간점수인 3점보다 다소 높았다.

자아탄력성 척도는 14문항으로 구성되어 있는데, 문항별 응답 중에서 '나는 내 주변 사람들이 대부분 좋은 사람이라고 생각한다(M=3.85, SD=0.77)'가 가장 높은 점수를 나타냈고, '나는 늘 가던 길 보다는 새로운 길을 좋아한다(M=2.91, SD=0.96)'가 가장 낮은 점수를 나타냈다. 전체 성공적 노화와 자아탄력성의 평균점수는 각각 3.52점, 3.33점으로 중간점수인 3점보다 모두 높게 나타나 조사대상 노인이 인지하는 성공적 노화와 자아탄력성 수준이 다소 긍정적이라고 볼 수 있다.

3. 이웃·친구관계망크기, 이웃·친구지지정도가

Table 2. Structural and functional characteristics of the social network of neighbors and friends

N=523

Variable	Category	Frequency (%) M(SD)	Variable	Category	Frequency (%) M(SD)	
<u>Structural Characteristics</u>	1-4 people	157(30.0)	Contact frequency	Almost every day	63(12.0)	
	5-9 people	164(31.4)		3-4 times a week	123(23.5)	
	10-14 people	101(19.3)		1-2 times a week	164(31.4)	
	15 or more people	101(19.3)		1-2 times a month	106(20.3)	
Network size (M=9.62 people)				No more than 1-2 times in 3 months	67(12.8)	
	Neighbors	213(40.7)	Frequency of telephone conversation	Almost every day	71(13.6)	
	Friend (home, school)	163(31.1)		3-4 times a week	126(24.1)	
	A member of a social gathering	50(9.6)		1-2 times a week	197(37.7)	
Fellows (religion, workplace)	95(18.1)	1-2 times a month		85(16.3)		
Intimacy target (average relationship period =25.5 years)	Others	2(0.4)		No more than 1-2 times in 3 months	44(8.5)	
Residence proximity	Less than 10 minutes on foot	144(27.5)	<u>Functional Characteristics</u>	Emotional support	3.79(0.73)	
	Less than 10-30 minutes on foot	149(28.5)		Instrumental support	2.85(0.84)	
	30 minutes on foot-less than an hour by car	157(30.0)		Support of neighbors and friends (range=1-5)	Informational support	3.68(0.73)
	Less than 1-2 hours by car	46(8.8)		Total support of neighbors and friends	3.44(0.63)	
	More than 2 hours by car	27(5.2)				

성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과

노인의 이웃·친구관계망이 성공적 노화에 영향을 미치는지, 이때 자아탄력성이 매개효과를 갖는지 살펴보기 위하여 Baron & Kenny(1986)의 회귀분석을 통한 매개효과 분석과 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시하였다. 이웃·친구관계망의 구조적, 기능적 특성을 나누어 자아탄력성의 매개효과를 각각 살펴보았는데, 이웃친구관계망의 구조적 특성변수는 친밀하게 지내는 이웃과 친구 수를 의미하는 이웃·친구관계망크기를, 기능적 특성변수는 전체 이웃·친

구지지정도를 사용하였다.

회귀분석을 실시하기 전에, 회귀분석을 위한 기본가정의 충족 여부를 살펴보았다. 노인의 성공적 노화에 대한 독립변수 간의 다중공선성에 문제가 있는지를 확인한 결과, 변수들의 분산팽창계수(VIF)의 범위가 1.21~1.95로 나타나 10보다 현저히 작았다. 또한, 잔차의 독립성을 확인하고자 Durbin-Watson 검정을 실시한 결과, 계수값이 2에 근접한 1.78로 나타나 잔차항 간에 상관이 없다는 것을 확인하였다.

노인의 이웃·친구관계망크기가 성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과에 대한

Table 3. Mediation effect of ego-resilience in the relationship between the size of the social network of neighbors and friends and successful aging

N=523

Variable		Step 1 (independent variable → parameter)		Step 2 (independent variable → dependent variable)		Step 3 (independent variable, parameter → dependent variable)	
		neighbors/friends network size → ego-resilience		neighbors/friends network size → successful aging		neighbors/friends network size, ego-resilience → successful aging	
		B	β	B	β	B	β
Control variable	Gender	0.008	0.007	-0.032	-0.025	-0.037	-0.029
	Age groups	0.028	0.033	-0.039	-0.040	-0.057	-0.059*
	Education level	0.082	0.183**	0.151	0.297***	0.098	0.191***
	Presence of spouse	-0.048	-0.036	-0.029	-0.019	0.002	0.001
	Presence of religion	0.074	0.064	0.101	0.078*	0.053	0.041
	Subjective economic status	0.100	0.115*	0.096	0.098*	0.031	0.032
	Subjective health status	0.074	0.092	0.298	0.327***	0.249	0.274***
Indep- endent variable	Neighbors/friends network size	0.098	0.186***	0.072	0.120**	0.008	0.013
Para- meter	Ego-resilience					0.655	0.578***
R ²		0.15		0.40		0.68	
F		11.46***		41.80***		120.00***	

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

*Dummy variables: Gender(female=0, male=1), Spouse & Religion(have not=0, have=1)

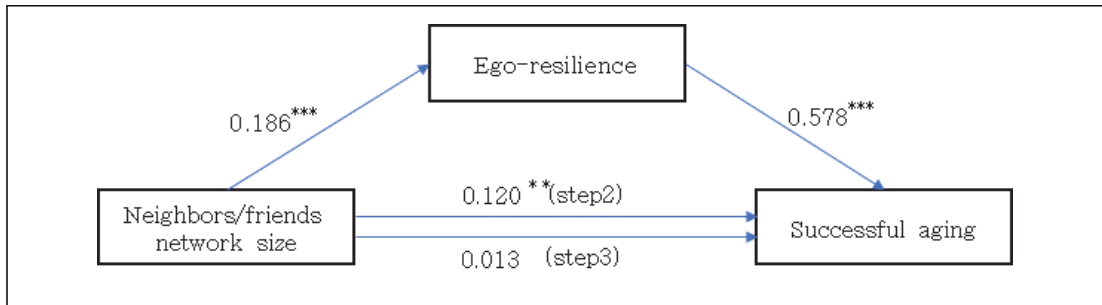


Fig. 1. Mediation effect of ego-resilience in the relationship between the size of the social network of neighbors and friends and successful aging.

위계적 회귀분석을 실시한 결과는 Table 3과 같다. 단계 1에서 통제변수와 함께 독립변수인 이웃·친구관계망크기가 매개변수인 자아탄력성에 미치는 영향을 살펴보았다. 통제변수 중에서는 학력, 주관적 경제상태가 자아탄력성에 영향을 미치고 있었고, 이웃·친구관계망크기는 사회인구학적 특성을 통제하고도 매개변수인 자아탄력성에 통계적으로 유의미한 영향($\beta=0.186$, $p<0.001$)이 있는 것으로 나타났다. 단계 2에서 독립변수인 이웃·친구관계망크기가 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향도 통계적으로 유의미($\beta=0.120$, $p<0.01$)한 것으로 나타났다. 이 회귀모형의 설명력은 40% ($F=41.80$, $p<0.001$)로 단계 1보다 25%포인트 증가하였다. 단계 3에서는 매개변수인 자아탄력성이 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향을 살펴본 결과, 통계적으로 유의미($\beta=0.578$, $p<0.001$)하게 나타났다. 하지만 단계 2에서 이웃·친구관계망크기의 영향력이 0.120에서 0.013으로 감소함과 동시에 유의미하던 관계가 유의미하지 않게 되었다. 이는 자아탄력성이 이웃·친구관계망크기와 성공적 노화와의 관계에서 완전매개 효과가 있음을 보여주는 것으로서 이웃·친구관계망크기는 자아탄력성을 통해 성공적 노화에 간접적인 영향을 미친다고 할 수 있다. 이 회귀모형의 설명력은 68% ($F=120.00$, $p<0.001$)로써 단계 2보다 28%포인트 증

가하였다.

매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시한 결과(Fig. 1), 매개모형에서의 Z값이 1.96보다 큰 4.16($p<0.001$)으로 나타나 이웃·친구관계망크기와 성공적 노화 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과가 검증되었는데 이때, 자아탄력성은 완전매개 역할을 하는 것으로 나타났다. 즉, 자아탄력성을 함께 고려했을 때 이웃·친구관계망의 크기가 성공적인 노화에 직접적인 영향을 미치기보다는 먼저 자아탄력성에 영향을 미치고, 자아탄력성이 성공적 노화에 영향을 미치는 간접적인 경로로 영향을 미친다는 것이다. 이러한 간접효과는 0.108로 나타났다.

노인의 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 파악하기 위해 실시한 위계적 회귀분석 결과는 Table 4와 같다. 단계 1에서 통제변수와 함께 독립변수인 이웃·친구지지정도가 매개변수인 자아탄력성에 미치는 영향을 살펴보았다. 통제변수 중에서는 학력, 주관적 경제상태, 주관적 건강상태가 자아탄력성에 영향을 미치고 있었고, 이웃·친구지지정도는 사회인구학적 특성을 통제하고도 매개변수인 자아탄력성에 통계적으로 유의미한 영향($\beta=0.352$, $p<0.001$)이 있는 것으로 나타났다. 단계 2에서 독립변수인 이웃·친구지지정도가 종속변수인 성공

Table 4. Mediation effect of ego-resilience in the relationship between the support of neighbors and friends and successful aging

N=523

Variable	Stage	Step 1 (independent variable ->parameter)		Step 2 (independent variable ->dependent variable)		Step 3 (independent variable, parameter ->dependent variable)	
		neighbors/friends support -> ego-resilience		neighbors/friends support -> successful aging		neighbors/friends support, ego-resilience -> successful aging	
		B	β	B	β	B	β
Control variable	Gender	0.043	0.038	0.006	0.005	-0.020	-0.015
	Age groups	0.011	0.013	-0.059	-0.062	-0.066	-0.068*
	Education level	0.060	0.132*	0.125	0.245***	0.089	0.175***
	Presence of spouse	0.039	0.029	0.049	0.033	0.026	0.017
	Presence of religion	0.047	0.041	0.065	0.050	0.037	0.028
	Subjective economic status	0.092	0.106*	0.085	0.087*	0.030	0.031
	Subjective health status	0.081	0.101*	0.301	0.331***	0.252	0.277***
Indepe- ndent variable	Neighbors/friends support	0.322	0.352***	0.334	0.322***	0.141	0.136***
Para- meter	Ego-resilience					0.601	0.530***
R ²		0.24		0.48		0.69	
F		19.73***		58.71***		128.48***	

*p<0.05, ***p<0.001

*Dummy variables: Gender(female=0, male=1), Spouse & Religion(have not=0, have=1)

적 노화에 미치는 영향도 통계적으로 유의미($\beta = 0.322, p < 0.001$)한 것으로 나타났다. 이 회귀모형의 설명력은 48%($F = 58.71, p < 0.001$)로 단계 1보다 24%포인트 증가하였다. 단계 3에서는 매개변수인 자아탄력성이 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향을 살펴본 결과, 통계적으로 유의미($\beta = 0.530, p < 0.001$)하였으며, 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 미치는 영향($\beta = 0.136, p < 0.001$)도 단계 2($\beta = 0.322, p < 0.001$)보다 유의미하게 줄어들었다. 따라서 노인의 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성이 부분매개 효과가 있음을 알 수 있다. 이를 통해 이웃

·친구지지정도는 성공적 노화에 직접적인 영향뿐만 아니라 자아탄력성을 통하여 간접적으로도 영향을 미친다고 볼 수 있기 때문에 이웃·친구지지정도는 성공적 노화에 중요한 변수가 된다. 이 회귀모형의 설명력은 69%($F = 128.48, p < 0.001$)로 단계 1보다 21%포인트 증가하였다.

매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시한 결과(Fig. 2), 매개모형에서의 Z값이 1.96보다 큰 7.73($p < 0.001$)으로 나타나 이웃·친구지지정도와 성공적 노화 간의 관계에서 자아탄력성의 매개효과가 검증되었다. 자아탄력성은 이웃·친구지지정도와 성공적 노화 간의 관계를

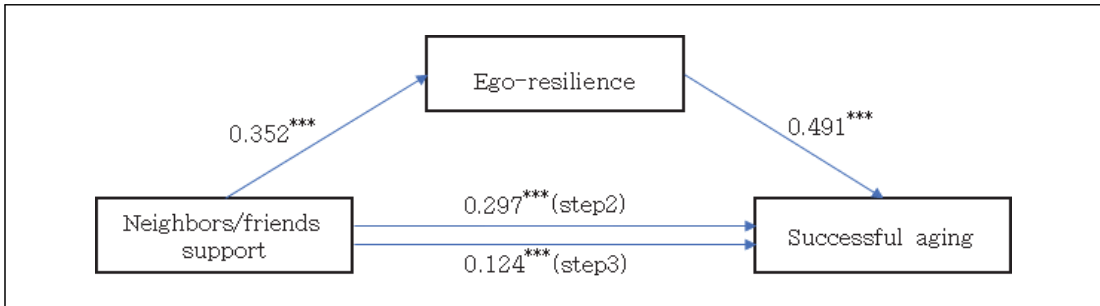


Fig. 2. Mediation effect of ego-resilience in the relationship between the support of neighbors and friends and successful aging.

부분매개하였는데 이는 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 직접 영향을 미치기도 하고(직접효과 0.322), 자아탄력성을 거쳐 간접적으로도 영향을 미친다는(간접효과 0.187) 것이다. 총효과는 0.509로 높게 나타났다.

V. 요약 및 결론

본 연구는 성공적 노화에 노인의 이웃·친구관계망이 어떠한 영향을 미치는지, 그리고 이러한 관계에서 노인의 자아탄력성이 매개효과를 가지는지를 분석함으로써 노인들의 성공적 노화를 높일 수 있는 방안을 마련하고자 하였다.

이웃·친구관계망의 특성을 구조적 특성과 기능적 특성으로 나누어 살펴본 결과, 구조적 특성에서 이웃·친구관계망크기는 5-9명이라고 응답한 비율이 가장 높았고, 친밀감을 느끼는 대상은 동네 이웃과 고향친구가 절반 이상을 차지하였다. 친밀한 대상과의 관계 기간은 10-20년이 가장 많았으며, 거주근접성은 ‘걸어서 30분 미만’의 근거리에서 사는 비율이 56.0%, 접촉빈도나 전화통화빈도는 ‘1주일에 1-4번’이 각각 과반수를 차지하여 전반적으로 친밀한 대상과 가까운 거리에서 빈번한 접촉을 하고 있는 것으로 나타났다. 노인의 이웃·친구관계망의 기능적 특성에서는 정서적 지지와 정

보적 지지를 도구적 지지보다 더 많이 받는다고 지각하는 것으로 나타났으며, 조사대상자의 성공적 노화와 자아탄력성의 전체평균은 각각 3.52점, 3.33점으로 모두 중앙값인 3점보다 높아 비교적 긍정적으로 인식하고 있었다.

노인의 이웃·친구관계망크기 및 이웃친구지지 정도와 성공적 노화와의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 자아탄력성은 이웃·친구관계망크기와 성공적 노화 간의 관계에서 완전매개 역할을 함으로써 이웃·친구관계망크기는 자아탄력성을 통해 성공적 노화에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 노인의 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 살펴본 결과, 부분매개 효과가 있는 것으로 나타나 이웃·친구지지정도는 성공적 노화에 직접적인 영향을 주기도 하지만, 자아탄력성을 높임으로써 성공적 노화에 간접적인 영향을 준다는 것을 밝혔다. 이는 사회적 지지가 자아탄력성이나 회복탄력성에 영향을 미치고(Park & Kim 2019; Son 2019; Kwon 2020), 이는 다시 성공적 노화를 촉진시킨다(Dilip et al. 2013; Lee et al. 2021)는 연구결과와 그 맥을 같이 한다.

이상의 연구결과 및 논의를 통해 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 노인의 이웃·친구관계망크기와 이웃·친구지지정도가 성공적 노화에 미치는 영향을 분석한 결과, 이웃·친구관계망크기와 이웃·친구지지 모두 성공적 노화에 중요한 영향을 미치는 것으로 나타난 가운데 성공적 노화에 이웃·친구지지의 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 따라서 교류하는 이웃·친구의 수도 중요하지만 친밀하고 의지가 되는 이웃·친구와의 지원교환이 더 중요하다는 것을 알 수 있다. 노인들에게 이웃·친구는 가족과 함께 일차적이고 비공식적인 관계로서 중요한 역할을 하며, 비슷한 생활주기를 함께 경험하면서 다양한 변화 속에서 서로 의지해 온 사회적 관계라는 점에서 중요하다. Yoo & Kim(2019)의 연구에서 가족지지보다 친구지지의 영향력이 더 크게 나타났듯이 노인만으로 구성된 가구가 증가하는 상황에서 이웃과 친구는 가족 이상의 기능을 하는 관계망으로 존재한다는 것을 보여주고 있다. 따라서 노인이 서로의 자원을 공유하는 이웃이나 친구와 친분관계를 유지하는 것은 이들의 성공적 노화 수준을 높이는데 필수요소라고 할 수 있다. 이웃·친구와의 관계가 좋고, 이웃·친구의 지지 등 사회적 지지가 높을수록 성공적 노화 수준도 높아진다는 연구결과(Song et al. 2016; Sa et al. 2017; Seo 2018; Son 2019)와 일치하는 것을 알 수 있다.

요보호 노인에 대한 일상적이고 정서적인 돌봄을 제공하는 국가중심의 공식 돌봄지원 체계와 별도로 지역에 기반한 다양한 맞춤형 돌봄공동체 방식의 운영방안이 확충되어야 하는 상황에서 이러한 이웃·친구와 같은 사적 관계망이 기능할 수 있도록 하는 방안이 강구되어야 한다. 즉, 지역을 기반으로 하여 돌봄이 제공되도록 조직하고, 지역주민을 비롯한 이웃, 친구 등 다양한 주체들이 돌봄 제공자로 참여할 수 있도록 사업을 마련해야 한다는 것이다. 이러한 공동체 방식의 돌봄은 노인들이

친근한 이웃과 친구의 돌봄을 받으면서 원래 살던 지역에서 친숙한 사람들과 함께 생활하는 것을 가능하게 한다. 나아가 지역자원을 활용한 일상 돌봄이 가능하다면, 노인들은 더 오랜기간 동안 자립적인 노년기를 보낼 수 있을 것이다. 구체적으로 이웃 만들기, 친구 맺기, 인터넷 및 SNS를 통해 이웃이나 친구와의 교류를 촉진하고, 관계 증진을 위한 교육프로그램을 활성화하며, 지역적 인프라와 네트워크망을 구축하여 관계망의 유지 및 확장에 필요한 정보를 수시로 제공하는 시스템 마련 등의 실천방안이 필요하다. 이를 위해 지역사회에 대한 투자를 강화하고, 노인 개인의 특성과 지역 환경에 맞는 맞춤형 지원프로그램의 개발 및 운영 등 다양한 정책이 마련되어야 한다.

둘째, 노인의 이웃·친구관계망크기, 이웃·친구지지정도와 성공적 노화와의 관계에서 자아탄력성의 매개효과를 살펴본 결과, 이웃친구관계망의 크기와 이웃·친구지지정도가 모두 자아탄력성에 영향을 주고, 이 자아탄력성이 성공적 노화를 높이는 것으로 나타났다. 이는 노년기의 성공적 노화에 자아탄력성의 중요성을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 일반적으로 심리적 특성에 대한 노인의 인식이 부족하고, 정보의 부재로 인해 자아탄력성 증진에 어려움이 있다. 따라서 자아탄력성을 비롯한 심리적 특성에 대한 올바른 이해 및 증진을 위해 노인을 대상으로 한 심리프로그램을 개발·보급하고, 노년을 긍정적으로 받아들이면서 자신의 삶에 만족을 느낄 수 있는 상담프로그램을 활성화할 필요가 있다. 노인의 일상생활과 정신적·심리적 환경개선을 위한 서비스 및 심리적 안정을 위한 실천기술을 경험할 프로그램을 지속적으로 제공함으로써 노인의 자아탄력성이 증진되고, 이로 인해 이들의 성공적 노화 수준을 높이는 결과를 가져올 수 있다. 본 연구결과는 노인의 성공적 노화에 이

웃·친구관계망의 구조적 특성과 기능적 특성의 중요성과 함께, 노인의 자아탄력성이 미치는 영향을 분석적으로 보여주었다. 이를 토대로 성공적인 노화를 증진할 수 있는 구체적인 일상생활 및 심리적 서비스 및 프로그램의 필요성을 강조하였다. 본 연구에서 발견한 이웃·친구관계망은 노인에게 대한 폭넓은 설명을 제공하고, 노인의 삶에 대한 이해를 확장시키며, 이웃·친구관계망 증진을 위한 프로그램을 개발하고 확대할 수 있는 정책 수립에 유용한 정보를 제공할 것이다. 또한, 내실 있는 정책 수행을 통해 사회에서 노인들이 유기적으로 기능함으로써 궁극적으로는 성공적 노화를 높이는데 도움이 될 것으로 기대한다.

본 연구의 제한점과 의의, 그리고 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

본 연구는 G시에 거주하는 만 60세 이상의 노인들을 대상으로 코로나19라는 특수한 상황에서 상대적으로 건강상태가 양호하고 사회활동이 활발한 60대 대졸 이상의 젊은 노인들이 많이 표집되었다는 점, 그리고 대규모의 체계적 표집이라기 보다는 편의 표집으로 조사대상자를 확보하였다는 제한점이 있다. 그러나 노인에게 중요한 자원으로써 이웃·친구관계망의 중요성을 인식하고, 이웃·친구관계망의 구조적, 기능적 특성을 구분하고 이러한 특성들이 노인에게 각각 어떠한 영향을 미치는지, 그리고 자아탄력성의 매개효과를 확인하는 등 다차원적으로 노인의 성공적 노화에 미치는 영향을 살펴보았다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있다. 노인집단이 커지고 다양해지고 있는 만큼 후속 연구에서는 노인집단을 계층, 성, 연령 등으로 구분하여 이웃친구관계망의 의미를 더 분석적으로 접근할 필요가 있다고 여겨진다.

References

- An JS, Kang I, Kim YJ(2009) Development of successful aging measurement for Korean mid to later adults. *J Fam Relat* 13(4), 225-245
- Baltes PR, Baltes MM(1990) *Successful aging: perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press
- Baron, RM, Kenny, DA(1986) The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *J Person Soc Psychol*, Vol 51(6), 1173-1182
- Block J, Kremen AM(1996) IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *J Person Soc Psychol* 70(2), 349
- Cho KW(2002) The study on the degree of life-satisfaction of the female single aged. *J Welfare Aged* 17, 85-125
- Choe YM, Lee SJ(2003) Relationship between the quality of life and the social support network for single home-owned old people. *J Welfare Aged* 22, 193-217
- Choi JM(2010) A study on the relationship between stress and suicidal ideation of elderly: focus on the moderation effect of resilience. *Study Soc Welfare Survey Korea* 24, 233-252
- Choi YM(2019) An influence of leisure activity satisfaction of elderly that uses social welfare facility on psychological well-being-centering on the mediating effect of interpersonal relationship and moderating effect of ego resilience. Doctoral Dissertation, Sungkyul University
- Ciarrochi J, Scott G(2006) The link between emotional competence and well-being: a longitudinal study. *Br J Guidance Couns* 34(2), 231-243
- Dilip VJ, Gauri NS, Wesley KT, Ipsit VV, Danielle KG, A'verria SM, Barton WP, David R, Shahrokh G, Helena CK, Colin AD(2013) Older age is associated with more successful aging: role of resilience and depression. *J Psych* 170(2), 188-196
- Garmezy N(1993) Children in poverty: resilience despite risk. *Psych* 56, 127-136

- Hong ES(2006) Conceptual understanding of resilience and instructional suggestion. *Korean J Special Educ* 41(2), 45-67
- Hong HB(2002) Successful aging and religiosity among the aged. *Korea Gerontol Soc* 22(3), 245-259
- House JS(1981) *Work stress and social support: reading*. MA: Addison- Wesley
- Jang HS(2001) Resilience as a factor interrupting psychological disorders. *Korean J Dev Psychol* 14(1), 113-127
- Jang JW(2014) A study on the factors affecting in successful aging: focused on stress and resilience. Doctoral Dissertation, Daegu University
- Jang YE(2010) The influence of social network on suicide ideation of the elderly : focus on the mediation effect of depression. Master's Thesis, Chonbuk University
- Jang YS(2017) The effects of depression, death anxiety, and social support on psychological well-being of elderly living alone: mediating effect of resilience. Doctoral Dissertation, Kongju University
- Jeon JS(2007) Concept of ageing. *J Korean Soc Biol Ther Psychiatry* 13(2), 129-137
- Jeon SN(2019) The effects of elderly's depression and social capital on successful aging. *J Korean Soc School Community Health Educ* 20(3), 29-42. doi:10.35133/kssche.20191231.03
- Jeong YJ(2011) The effect of marital intimacy and attachment to children on successful aging of the elderly. Doctoral Dissertation, Pusan National University
- Jeong OB, Lim JH, Jeong SH, Kim KE(2013) The mediating effects of personal resources in the relationship between social resources and the successful aging of older adults. *Korean J Human Dev* 20(1), 79-99
- Jo SH(2022) The relationship between leisure flow, self-elasticity, and quality of life of the senior participating in health promotion programs. *J Humanities Soc Sci* 13(1), 3001-3012. doi:10.22143/hss21.13.1.212
- Kang HJ(2012) The effects of aging anxiety on successful aging the elderly: comparing elders living alone with ones not living alone. *J Welfare Aged* 57, 191-220
- Kang HJ(2013) The effects of elders' stress on successful aging: moderating effects of selection, optimization, compensation coping strategies and social support. Ph. D. Dissertation, Kyonggi University
- Kang HW(2012) A study on successful aging of Korean elders: focused on the effects of social relationships on successful aging. Doctoral Dissertation, Kangnam University
- Kang SO(2014) The impacts of the middle aged's perception of successful aging and attitudes toward older persons on preparation for old age. Doctoral Dissertation, Hoseo University
- Kim BM(2018) A study on the effects of physical and mental health on successful aging of the elderly and the moderating effect of family resiliency. Doctoral Dissertation, Dongguk University
- Kim DB(2008a) The study on the development of the korean elderly's successful aging scale. *Korean J Social Welfare* 60(1), 211-231
- Kim HY, Chung BK(2016) The moderating effect of social support and the moderated mediating effect of resilience in the relationship between stress and depression in the elderly. *J Emot Behav Disord* 32(4), 183-204
- Kim JH, Park JY(2015) The influence of anxiety over aging of the elderly group on successful aging and the mediation effect of social support. *The Korea Contents Soc* 15(9), 210-222. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.09.210>
- Kim JJ(2008b) A study on influential factors for successful aging. Doctoral Dissertation, Baek-seok University
- Kim JS(1988) A study of social activities and ego integrity of the aged. Doctoral Dissertation, Ewha Womans University
- Kim NS(2020) The effect of social participation activity of retired teachers on self-efficacy, Spirituality and Successful. Doctoral Dissertation, Kyungsoong University
- Kim YJ(2014) The effect of social relationship and recreational activities on mental health of the elderly. Doctoral Dissertation, Daegu Haany University
- Ko JI(2018) The analysis of an effect of the ego-resilience and social support on the subjective happiness in elderly. Master's Thesis, Kunsan National University
- Kwon MA(2020) Mediating effects of social networks and moderating effect of ego-

- resilience in the relationship between life stress and life satisfaction of the elderly. Doctoral Dissertation, Daegu Catholic University
- Kwon SH, Hyun YS(2021) A Mediating Effect of Participation in Lifelong Learning between Social Capital and Successful Aging of Baby Boomers. *J Lifelong Learning Soc* 17(2), 167-199. doi:10.26857/jlls.2021.5.17.2.167
- Lee GS(2011) A study on the factors affecting on successful aging of the retired elderly-focusing on the moderating effects of religious life. Doctoral Dissertation, Chosun University
- Lee HJ(2017) The experiences of friendship of the urban oldest old. Master's Thesis, Seoul National University
- Lee JH, Yang SJ(2019) On the moderating and mediating effects of ego-integrity and resilience in the relationship between daily stress and depression in the elderly. *Korean J Dev Psychol* 32(4), 151-169. doi:10.35574/kjdp.2019.12.32.4.151
- Lee KS(2006) The relationship among leisure sports participation, social support, loneliness and social network of the elderly. Doctoral Dissertation, Myongji University
- Lee MS(2012) A study on the mediating effect of self-efficacy on the relationship between economic status and successful aging among the elderly. *J Welfare Aged* 57, 289-314
- Lee SH, Im SA, Heo JM(2021) Choral singing, resilience and successful aging among North Korean older female defectors with post traumatic stress disorder. *Korean J Physical Educ* 60(4), 273-286. <https://doi.org/10.23949/kjpe.2021.7.60.4.21>
- Lee YJ, Park JS(2015) Relationship between perception for successful aging and health promotion behavior of late middle aged women. *J Korean Data Analysis Soc* 17(2), 1073-1086
- Litwin H(1995) The social networks of elderly immigrants: a analytic typology. *J Aging Stud* 9(2), 155-174
- Masten AS(2001) Ordinary magic: resilience process in development. *Am Psychol*, 56(3), 227-238
- Moon SY, Lee BG(2018) The mediating effects of social support from family, friend, and professor on the relation between resilience and adaptation to university life of university students majoring in physical education. *Korea Sport Soc* 16(4), 461-473
- Noh JH(2014) Successful aging model of rural elderly women. Doctoral Dissertation, Ewha Womans University
- Park KS(2012) A study on the effects of professional volunteering activities of the elderly on successful aging. Doctoral Dissertation, Hansung University
- Park SJ, Kim SH(2019) The effects of social support and recovery resilience on self care behavior among the elderly with hypertension in the senior welfare center. *J Korea Acad-Indust Cooper Soc* 20(7), 182-191. doi:10.5762/KAIS.2019.20.7.182
- Park YR, Park KS(2013) Social support network and welfare of the elderly in Korea: research trends and future tasks. *J Welfare Aged* 60, 323-352
- Park YS(2018) Effects of resilience on self-management and successful aging in participants of elderly welfare facilities exercise program. Master's Thesis, Dankook University
- Park YS, Hyun EM(2007) Ego-resilience and stress coping styles of adolescents. *J Korean Home Manag Assoc* 25(6), 83-94
- Reivich K, Shatte A(2002) The resilience factor: seven essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. NY: Broadway Books
- Rowe JW, Kahn RL(1987) Human aging: usual and success. *Sci* 237, 143-149
- Rowe JW, Kahn RL(1998) Successful aging. New York: Random House
- Ryff CD(1989) Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *Int J Behav Dev* 12, 34-55
- Sa HJ, Lee CW, Kim MJ(2017) Structural relationship between leisure participation, successful aging, and social support among older adults in korea. *Korean J Physical Educ* 56(5), 511-521. doi:10.23949/kjpe.2017.09.56.5.37
- Sandler IG, Miller P, Short J, Wolchik SA(1989) Social support as a protective factor for children in stress. In D. Belle(Ed.), *Children Soc Networks Soc Supports* 277-307
- Seo DS(2018) In the relationship between social

- activities and successful aging mediating effect of aging anxiety and moderating effect of social support. *Korea Contents Soc* 18(10), 575-583. doi:10.5392/JKCA.2018.18.10.575
- Shim SS, Yoon SS(2014) The study of casual relationship model between social capital, health promotion lifestyle and successful aging of participator in dance sport. *Korea J Sports Sci* 23(3), 419-435
- Shin YH, Lee HJ(2009) Factors associated with successful aging of Korean older people living in a city. *Korea Gerontol Soc* 29(4), 1327-1340
- Son JY(2019) A study on influence of social support of elderly participating in leisure sports on successful aging recognition and resilience relation. *J Leis Recreat Stud* 43(4), 17-34. doi:10.26446/kjlrp.2019.12.43.4.17
- Song JH, Chae KS, An JW(2016) Influencing factors on successful aging in community-dwelling and institutionalized Korean elderly. *Korean Soc Living Environ Sys* 23(1), 1-14. doi:10.21086/ksles.2016.03.23.1.1
- Statistics Korea(2021) Statistics of the elderly
- Torres S(2002) Relational values and ideas regarding successful aging. *J Comparative Fam Stud* 33(3), 417-448
- Wong PT(1989) Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychol* 30(3), 516-525
- Yang G(2018) The effect of social participation attitude of elderly living alone on successful aging: Focused on the moderating effects of accessibility to community facilities. *Kukje Theological University & Seminary. Doctoral Dissertation, Kukje Theological University & Seminary*
- Yang SK, Noh JR, Kim ML(2021) Relationships between the health promotion behavior, family resilience, marital communication, and successful aging of new middle-aged in rural areas. *J Korean Acad Rural Health Nurs* 16(2), 37-44. doi:10.22715/jkarhn.2021.16.2.37
- Yeo MO(2013) A study on the factors of successful aging of elders. *Doctoral Dissertation, Mokwon University*
- Yoo JA(2000) The effect of supportive and negative interactions upon low-income single-mother's psychological distress. *Master's Thesis, Seoul National University*
- Yoo SK, Shim HW(2002) Psychological protective factors in resilient adolescents in Korea. *Korean J Educ Psychol* 16(4), 189-206
- Yoo YM, Kim SH(2019) Successful ageing among the elderly: influence of support from family and friends. *Korea Fam Res Manag Assoc* 23(1), 1-16
- Yoon JW, Um KW(2015) A study on the moderating effect of female elders' positive social network function on the relationship between the frequency of contacts with social networks and successful aging. *Korean J Gerontol Soc Welfare* 69, 171-192
- Youn YA, Park YE(2010) A study on the elements that affect successful aging. *J Welfare Aged* 1(1), 15-39