

▶ 가족

자아존중감과 자기효능감이 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구

배 나 래* (대구대학교 사회과학대학 가정복지학과 강사)

박 충 선 (대구대학교 사회과학대학 가정복지학과 교수)

본 연구는 자아존중감과 자기효능감이 노인의 삶의 질에 어떠한 영향을 미치는가를 조사하고자 한다. 본 연구의 대상은 60세 이상 노인으로서 조사대상자는 총 443명이다. 조사 방법은 구조적 면접 조사를 실시하였으며, 자료분석은 SPSS프로그램을 이용하여 빈도와 백분율, 평균, 분산분석을 실시하였다.

연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 조사 대상자가 지각하는 자아존중감의 경우 3.05점으로 평균 이상의 점수로 자아존중감이 높은 것으로 나타났다. 자기효능감은 3.22점으로 중간 이상의 점수를 보여, 조사 대상 노인들의 자기효능감은 높은 것으로 나타났다. 그리고 삶의 질의 경우 3.01로 나타나 조사대상 노인의 삶의 질은 비교적 높은 것으로 나타났다.
2. 노인의 자아존중감과 자기효능감이 노인의 삶의 질에 미치는 영향을 살펴본 결과, 삶의 질에 따른 자아존중감의 차이를 살펴보면, 자아존중감이 '보통이다'라고 응답한 노인의 삶의 질 만족도가 가장 높았고, 자아존중감이 '높다'라고 응답한 노인의 삶의 질 만족도도 상대적으로 높은 경향을 보였다. 반면, 자아존중감이 '낮다'라고 응답한 노인의 삶의 질 만족도는 가장 낮게 나타났다. 그러나 통계적 차이는 보이지 않았다. 자기효능감의 경우, 자기효능감이 '높다'라고 응답한 노인이 삶의 질의 만족도가 가장 높았다. 자기효능감이 '보통이다'라고 응답한 노인의 삶의 질 만족도도 상대적으로 높은 경향을 보였다. 반면, 자기효능감이 '낮다'라고 응답한 노인의 삶의 질은 가장 낮게 나타나 삶의 질은 자기효능감에 따라 통계적 차이가 있었다.
3. 자아존중감과 자기효능감이 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구 결과, 노인의 삶의 질 향상을 위해서는 노인 자신의 자아존중감이나 자기효능감을 향상 시킬 수 있는 의식의 변화가 필요 하겠다. 이러한 의식의 변화는 노인 스스로 노력해야 하겠지만, 가족·지역사회 등의 주변의 지지와 더불어 프로그램 개발과 적용에 관한 연구도 절실히 필요하다고 하겠다.