

# 노년기의 삶의 사건들, 사회적 지지가 노인의 건강에 미치는 영향

이 인 정\*

## < 목 차 >

- I. 서 론
- II. 이론적 배경
- III. 연구설계 및 방법
- IV. 연구 결과
- V. 결 론

## I. 서 론

세계적으로 노인인구의 증가가 일어나고 있으며, 우리나라에서도 평균수명의 연장과 함께 노령인구가 다른 연령집단보다 더 빠르게 증가하고 있다. 그러나 수명의 연장이 반드시 건강한 상태의 지속을 뜻하지는 않는다. 실제로 건강이나 신체적 기능의 약화에 대한 취약성은 노년기에 크게 증가한다.<sup>1)</sup> 즉, 이 시기에는 신체적, 정신적 능력에 있어서 주요한 감퇴가 일어나며 이와같은 건강의 약화에 적응하는 것이 노년기의 중요한 과제라고 할 수 있다.

\* 전북대 교수

- 1) Manton, K.G. & Soldo, B.J. Dynamics of health changes in the oldest old: new perspectives and evidence, Milbank Memorial Fund Quarterly/Health and Society, Vol.63, No.2, 1985, pp.206-281.

그렇지만 노인들이 건강에 있어서 다 같이 약화되는 것은 아니며 어떤 노인들은 75세 이후까지 건강과 활기를 유지하기도 한다. 따라서 노년기에는 아직 활동적인가 아니면 활동할 수 없는가, 건강한가 아니면 병들었는가, 지구력이 있는가 아니면 쇠약한가 등에 따라 건강상태가 매우 다양하다. 한 마디로 어떤 사람들은 노년기에 들어서도 건강을 유지하는 반면 어떤 사람들은 그렇지 않아서 신체적 건강의 약화는 모든 노인에게 똑같이 일어나지 않는다는 것이다.

심리적 건강에 있어서도, 노년기에는 많은 상실이 일어나며 그에 따라 삶에 대한 만족이 저하되는 것으로 보고되어 왔다.<sup>2)</sup> 그러나 심리적 만족이나 정신건강에 있어서도 노인들이 보여주는 수준은 다양하다.<sup>3)</sup>

유전적 요소라든가 만성적 질병의 존재 외에 이와같은 노년기의 신체적, 심리적 건강의 차이를 설명할 수 있는 요인들은 심리사회적 변수에서 찾아야 할 것이다. 심리사회적 변수들 가운데서도 우선 노인들이 경험하는 여러가지 상실이나 스트레스를 가져오는 사건들을 보아야 한다. 왜냐하면 노년기에 일어나는 상실이나 부정적인 사건들로 인한 스트레스의 경험은 노인의 심리적, 육체적 질병에 대한 취약성을 증가시키는 중요한 요인이기 때문이다.<sup>4)</sup>

스트레스란 유기체 (organism)에 가해진 요구나 상실이 그가 반응할 수 있는 능력보다 훨씬 커서 결과적으로 그 유기체에 미치는 영향이 유해한 것을 말한다. 이와 같이 스트레스를 가하는 사건들의 건강에 대한 부정적인 영향은 정신신체적 질병 (psychosomatic disorder)과 같은 현상을 통해서도 입증되어 왔다.<sup>5)</sup>

---

2) Campbell, A., Converse, P.E., Rodgers, W.L. The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations, and Satisfaction. New York: Russell Sage, 1976. Herzog, A.R., Rodgers, W.L., Woodworth, J. Subjective Well-being among Different Age Groups. Institute for Social Research, The University of Michigan, 1982. pp. 3.

3) Herzog, et al. (1982)은 연령에 따르는 삶의 만족도의 변화를 여러 영역에 걸쳐서 심층적으로 조사한 결과, 노년기에 들어서서 심리적 만족이 일관성있게 높아지거나 낮아지는 것은 아니라는 것을 발견했다. 그들의 설명에 의하면, 객관적으로 좋은 상황에 있을수록 그리고 심리적인 적응 과정에서 더 효과적일수록 노년기의 삶의 만족도가 높아졌다고 한다.

4) Kasl, S.V. & Berkman, L.F., Some psychosocial influences on the health status of the elderly: the perspective of social epidemiology. In McGaugh, J.L. & Kiesler, S.B. (Ed.), Aging : Biology and Behavior. New York: Academic Press. 1981. pp.345-384.

노년기는 스트레스를 가져오는 삶의 사건들은 증가하는 반면에 그러한 문제들에 대처하기 위한 자원이나 적응능력은 저하되는 시기이며, 이와 같은 문맥에서 사회복지의 관심이 요청된다고 볼 수 있다. 노년기에 일어나는 삶의 사건이나 상실은 대부분 그 자체를 변화시키거나 되돌릴 수 없는 것들이다. 예를 들면 배우자의 사망, 정년퇴직, 만성적 질병의 발생이나 기능 상실은 매우 스트레스가 심한 사건들이지만 개인이 그 사건에 대해 지배력을 발휘할 수 없다. 개인이 사건 자체를 원천적으로 통제할 수 없다면 이러한 사건들이 일으키는 스트레스가 심리적, 신체적 건강의 악화로 이끌어가는 것을 중간에서 막기 위한 방법들이 고려되어야 할 것이다.

부정적인 삶의 사건들이 건강에 미치는 해로운 영향을 중간에서 막아 주는 대표적인 요소로서 사회적 지지 (social support)를 생각할 수 있을 것이다. 사회적 지지는 여러 상황에서 스트레스의 건강에 대한 부정적 영향을 감소시키는 효과가 있는 것으로 나타났으며, 이것이 사회적 지지의 완충효과 (the buffering effect)이다. 사회적 지지의 완충효과를 구체적으로 설명하면, 스트레스를 가하는 사건을 경험하더라도 사회적 지지가 풍부하면 심리적만족이나 신체적건강이 악화되지 않는다는 것이다.

삶의 사건들이 건강에 미치는 영향과 이러한 영향을 완화하는 요인들에 관한 연구는 미국의 경우에 활발하게 이루어져 왔으며 노년기에 초점을 두고 이러한 요인들간의 관계를 분석한 연구들도 많다.<sup>5)</sup> 그러나 우리나라에서는 노년기의 건강에 대한 심리사회적 요인들의 영향에 대한 연구가 드물며 특히 사회복지분야에서는 전혀 이루어지지 않은 것으로 보인다. 노인의 복지에 대한 관심이 높아지고 있지만 노년기의 만족스러운 삶을 보장하기 위해서는 그들이 주로 갖는 상실이나 문제, 사건들이 어떠한 것인지 그리고 그로 인한 스트레스가 심리적, 신체적으로 만족스러운 삶을 얼마나 저해하는가에 대한 이해가 이루어져야 할 필요가 있다. 우리나라의 노인들이 경험하는 삶의 사건들은 그 자체로 고유한 측면이 있을 것이며 따라서 미국의 연구 결과들을 일반화하여 적용할 수는 없을 것이다. 이에 본 연구에서는 우리나라의 노인들이 경험하는 여러가지 상실이나 사건들이 심리적, 신체적 건강에 미치는

---

5) Rosenhan, D.L., Seligman, M.E.P. Abnormal Psychology. 2nd ed., New York: W.W.Norton and Company. 1989. pp.271-302.

6) 이론적 배경 참조.

부정적 영향을 평가하고, 이러한 영향에 대한 사회적지지의 완화효과를 검증하고자 한다. 노년기에 겪게 되는 삶의 사건들은 대개 그 자체를 변화시킬 수 없는 것들이며 이와같이 건강에 대한 부정적 영향의 근원을 지배할 수 없는 상황에서 사회적 지지를 활용하여 건강의 악화를 막을 수 있다는 것은 사회복지의 목표인 인간의 만족스러운 삶과 효과적인 적응을 성취하기 위한 중요한 수단을 제시해 준다. 특히 본 연구에서는 사회적 지지를 여러 측면으로 구분하고 그 중에서 노년기의 사건들을 극복하는 데에 효과적인 차원을 밝혀냄으로서 사건이나 상실을 경험한 노인들의 사회적 지지를 활용한 건강 향상에 보다 구체적인 함의를 제시할 수 있을 것으로 기대한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 스트레스와 건강

노년기의 상실의 증가와 그 결과로서 겪게되는 건강의 악화는 신체적 취약성 - 스트레스 이론 (the diathesis-stress model)으로 잘 설명된다.<sup>7)</sup> 이 모델에 의하면, 신체적으로 취약한 상태 (diathesis)에 있는 사람이 심리적인 동요 (stress)를 경험할 때 질병이 유발된다는 것으로서, 신체적으로 매우 약한 상태에 있다면 조금만의 스트레스로도 건강이 악화되며 강한 신체적 상태에 있는 사람이라도 심한 스트레스를 겪게 되면 질병을 일으킬 수 있다는 것이다. 노년기는 다른 연령층보다 신체적으로 약한 상태인데다가 심리적인 동요를 가져올만한 상실이나 변화가 많이 일어나는 시기이므로 이러한 상실에 의해 초래되는 건강의 악화에 대한 가능성은 매우 크다고 보아야 한다.

Selye (1956)는 신체적 취약성 - 스트레스 이론의 스트레스 측면을 강조하였다.<sup>8)</sup> 그에 의해서 확립된 스트레스적응모델 (the transactional stress adjustment model)

7) *ibid.*, pp. 273.

8) Selye, H. The Stress of Life. New York: McGraw-Hill, 1956.

에 의하면, 스트레스를 일으키는 삶의 사건들은 유기체의 적응적 노력을 유발하며 이러한 노력이 잘못된 것일 때에는 적응이 저하되고 심리적 신체적 건강의 악화로 나아갈 가능성이 커진다는 것이다. 다시 말해서, 어떤 사람이 스트레스를 가져오는 사건에 직면했을 때 그것에 대응하고자 시도하며, 그러한 노력이 성공적일 때에는 그 사건에 의해 유발된 불균형 (disequilibrium: 이제까지 유지해오던 심리적 신체적 균형이 깨어진 상태)을 극복하고 원래의 균형상태 (homeostasis)로 되돌아갈 수 있다. 그렇지만 그 사람이 효과적으로 대응하지 못하는 경우에는 균형을 회복하지 못하고 그 결과로 질병이 일어난다는 것이다.

Seley의 모델에 입각해서 스트레스 - 질병 간의 인과관계를 추구하는 연구들은 스트레스에 대한 반응에 있어서 개인적 차이를 고려하지 않은 경우가 많이 있다. 그러나 같은 사건이나 상실을 경험하였다라도 그것이 사람들의 건강에 미치는 영향에 있어서는 개인적 차이가 존재하며, 따라서 후속하는 연구들에 있어서는 이와같이 스트레스에 대한 다양한 반응을 초래하는 요인들에 관심이 주어지게 되었다.

## 2. 스트레스와 건강의 관계에 대한 사회적 지지의 영향

Kobasa et al.(1981)은 매우 스트레스가 심한 사건을 당해서도 건강의 악화를 일으키지 않는 사람들이 있다는 것을 발견하고, 스트레스에 대한 적응적 반응은 그 개인이 갖는 사회적 자원이나 퍼스널리티, 적응양식 등에 따라 달라지며 그 결과로 건강의 악화의 정도와 시기에 있어서도 차이가 존재한다고 논하였다.<sup>9)</sup> 많은 연구들이 이와같이 스트레스가 심리적, 신체적 건강에 미치는 부정적 영향을 중간에서 매개하는 요인들 - 풍부한 사회적 지지, 효과적인 대응 양식, 강인함과 높은 자기존중감 등의 성격적 특징 - 의 효과에 관하여 보고하였다.<sup>10)</sup>

9) Kobasa, S.C., Maddi, S.R., Courington, S. Personality and constitution as mediators in the stress-illness relationship. Journal of Health and Social Behavior, Vol.22, 1981. pp.368-378.

10) Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., Gruen, R.J. Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. Journal of Personality and Social Psychology. Vol.50, No.6, 1986. pp.992-1003. House, J.S. Work.

사회적지지는 사람들간에 정서적 관심, 위로, 실질적인 도움, 이해등을 교환하는 것으로서, 그러한 관계에 있는 사람은 자신이 관심과 사랑을 받고 있고 가치있는 존재로서 존중받는다고 느끼며, 대화 (communication)와 관계망에 속한 것으로 느끼게 된다. 사회적지지는 여러가지 방식으로 심리적 만족과 신체적 건강을 향상시키는 능력이 있는 것으로 보고되어 왔다. 첫째로, 친밀한 관계에 대한 인간의 기본적인 욕구를 충족시켜 줌으로서 건강과 심리적 만족을 직접적으로 향상시키기도 하고, 둘째로, 스트레스를 가져오는 사건을 경험한 후에 이것이 건강에 미치는 부정적 영향을 중간에서 완화하는 역할을 하기도 한다. 전자를 사회적 지지의 주효과 (the main effect) 라고 부르며 후자를 사회적 지지의 완화효과 (the buffering effect)라고 한다. 사회적 지지의 완화효과를 구체적으로 설명하면, 스트레스를 가져오는 사건이나 상실을 경험했다라도 사회적 지지가 풍부하면 그러한 사건이 건강에 미치게 되는 부정적 영향을 중간에서 감소시켜 준다는 것이다.

Kessler et al. (1985)은 스트레스와 심리적 병리 (psychopathology)의 관계 및 그 관계를 매개하는 변인들에 관해 이루어진 연구들을 광범위하게 종합하여 정리하였다.<sup>11)</sup> 이들에 의하면 심리적 질병의 발생에 사회적 요인들이 중요한 영향을 미치며 부정적인 삶의 사건은 특히 중요한 의미를 지닌다고 하였다. 그러나 똑같은 사건을 경험하더라도 모든 사람이 심리적 병리를 보이지는 않으며 이러한 이유로 해서 스트레스의 영향을 감소시키는 사회적 지지, 적응 양식 등에 관심이 돌려져야 한다고 지적하였다.

---

Stress, and Social Support Mass : Addison-Wesley. 1981. Kobasa, S.C., Maddi, S.R., Kahn, S. Hardiness and health: a prospective study. Journal of Personality and Social Psychology. Vol.52, No.2. 1982. pp.244-252. Perlin, L.I., Schooler, C. The structure of coping. Journal of Health and Social Behavior. Vol.19. 1978. pp.2-21. Thoits, P.A. Conceptual, methodological and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. Journal of Health and Social Behavior. Vol.23. 1982. pp.145-159.

11) Kessler, R.C., Price, R.H., Wortman, C.B. Social factors in psychopathology: stress, social support, and coping processes. Annual Review of Psychology. Vol.36. 1985. pp.531-572.

Berkman과 Syme (1979)<sup>12)</sup>은 4500여 명의 30 - 60세의 남녀를 대상으로 1965년부터 1974년까지 9년에 걸친 종단적 조사를 한 결과, 네 가지 수준의 지지적 관계 - 결혼, 친구와의 접촉, 교회 및 조직에의 소속 - 가 결여되어 있는 사람들이 더 높은 사망률 (mortality)을 보이는 것을 밝혀냈다. House et al (1982)은 Tecumseh 지역건강조사에서, Berkman과 Syme의 연구에 의료적 검진을 첨가하여 1967 - 69년 사이에 조사하고 1979년에 조사대상자들의 사망률을 측정한 결과 역시 사회적 관계와 사회적 활동이 결여된 사람들에게서 높은 사망률이 존재하는 것을 발견하였다. 이러한 결과는 연령과 의학적 요인을 통제하였을 때에도 성립함으로써, 사망에 대한 사회적 지지의 영향을 증명하였다.<sup>13)</sup>

또한 임상적 실험을 통해서 입증된 바에 의하면 스트레스가 심한 상황에서도 친근한 사람들과 같이 있을 때에는 심리적 불안과 육체적 긴장이 감소되는 것이 관찰되었다.<sup>14)</sup> 그러나, 이와같이 친근한 타인의 존재가 정확히 어떤 생화학적 경로를 통해서 스트레스나 기타 건강에 해로운 요인들의 부정적 영향을 감소시키는지는 뚜렷하지 않다고 하였다.

Newman과 Newman (1993)은 사회적 지지가 세 가지 방식을 통해서 특히 노인의 신체적, 정신적 건강에 이바지한다고 설명하였다. 첫째로, 사회적 지지는 의미 있는 관계를 지속시켜 줌으로서 고립을 막아주며 따라서 노년기에 친근한 관계를 가진 사람은 심리적으로 훨씬 건강하다는 것이다. 둘째로, 노년기의 사회적 지지는 노인의 실제적인 일상생활에 도움이 된다고 한다. 즉, 친근한 사람들은 노인에게 정보, 조언, 교통 편의, 건강에 관련된 실질적인 도움을 제공한다. 셋째로, 지지적 관계망에 존재하는 사람들은 흔히 노인으로 하여금 건강을 위해 해야 하는 치료 작업을 지

12) Berkman, L.F. & Syme, S.L. Social networks, host resistance, and mortality: a nine-year follow-up study of Alameda county residents. *American Journal of Epidemiology*. Vol.109. No.2. 1979. pp.186-204.

13) House, J.S., Robbins, C., Metzner, H.M. The association of social relationships and activities with mortality: Prospective evidence from the Tecumseh Community Health Study. *American Journal of Epidemiology*. Vol.116. 1982. pp.123-140.

14) Wrightsman, L.S., Jr. Effects of waiting with others on changes in level of felt anxiety. *Journal of Abnormal and Social Psychology*. Vol.61. 1960. pp.216-222.

속하도록 격려하거나, 필요할 때 진단이나 의료적 처치를 추구하도록 격려함으로써 노년기의 건강 유지에 직접적인 도움을 줄 수 있다는 것이다<sup>15)</sup>

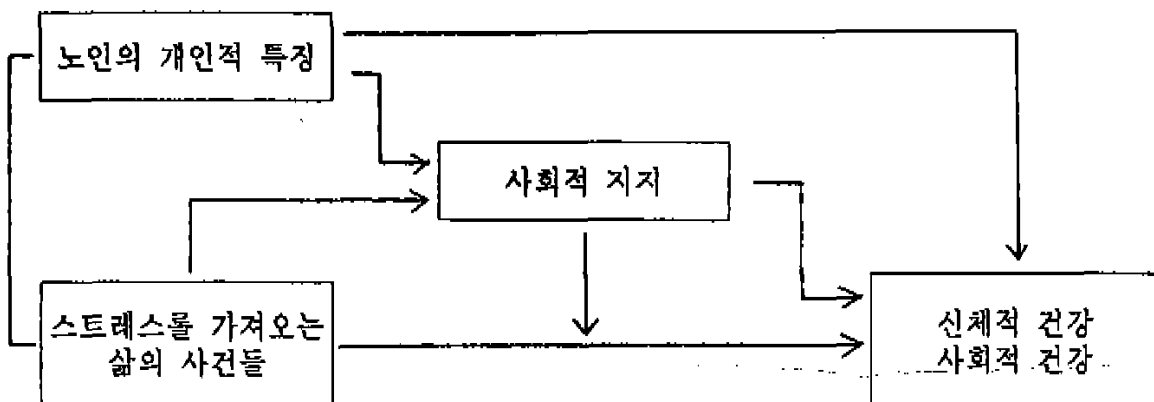
요컨대, 많은 연구들이 삶의 사건이나 상실로 인한 스트레스와 사회적 지지를 신체적, 심리적 질병에 영향을 미치는 중대한 요인으로 제시하고 있다. 더 구체적으로 설명하면, 사건이나 상실로 인한 스트레스가 심했을수록 그리고 이러한 경험에 대한 가족과 친지로부터의 사회적 지지가 불충분하고 부적절하였을수록 정신적, 신체적 질병의 발생이나 건강의 악화로 나아갈 가능성이 크다는 것이다.

### III. 연구설계 및 방법

#### 1. 연구 과제

본 연구를 통하여 조사될 주요 내용은 다음과 같다. 첫째로, 우리나라 노인들이 겪는 삶의 사건은 어떠한 것들인가? 둘째로, 노년기에 삶의 사건들이 심리적 만족과 신체적 건강에 미치는 영향은 어떠한가? 셋째로, 사회적 지지가 노년기의 삶의 사건들이 건강에 미치는 부정적 영향을 완화하는가?

조사연구의 모델은 다음과 같이 표시될 수 있다.



<그림 1> 노인의 건강에 영향을 미치는 요인

15) Newman, B.M. & Newman, P R. Development through Life: a Psychosocial Approach. 5th ed., Chicago: The Dorsey Press. 1993. pp.629-631.



이 모델에 입각해서 다음과 같은 연구과제와 그에 따르는 가설들이 확립되었다.

연구과제 1 : 우리나라 노인들이 경험하는 삶의 사건들은 어떠한 것들인가?

연구과제 2 : 우리나라 노인들의 사회적지지의 수준은 어느 정도인가?

연구과제 3 : 1) 삶의 사건들이 노인의 신체적, 심리적 건강에 미치는 영향은 어떤 것인가?

2) 노년기의 사회적지지는 스트레스가 건강에 미치는 부정적 영향을 완화하는가?

가설 1. 삶의 사건들로 인한 스트레스가 심할수록 그리고 노인의 개인적 특징이 취약할수록 노인의 신체적 건강의 수준은 낮을 것이다. 노인의 개인적 특징에 포함되는 변수들은 연령, 성별, 경제적수준, 교육수준, 만성적 질병의 정도이다.

가설 2. 삶의 사건들로 인한 스트레스가 심할수록 그리고 노인의 개인적 특징이 취약할수록 노인의 심리적 건강의 수준은 낮을 것이다.

가설 3. 사회적 지지는 삶의 사건으로 인한 스트레스가 신체적건강에 미치는 영향을 완화할 것이다. 즉, 삶의 사건들로 인한 스트레스가 심하더라도 사회적 지지가 많이 주어졌으면 노인의 신체적 건강의 수준은 낮지 않을 것이다.

가설 4. 사회적 지지는 삶의 사건으로 인한 스트레스가 심리적건강에 미치는 영향을 완화할 것이다. 즉, 삶의 사건들로 인한 스트레스가 심하더라도 사회적 지지가 많이 주어졌으면 노인의 심리적 건강의 수준은 낮지 않을 것이다.

## 2. 표 본

위에서 논한 심리사회적 변수들과 심리적, 신체적 건강 간의 관계를 검증하기 위하여 전주에서 60세 이상의 지역사회에 거주하는 노인들을 대상으로 표집하였다. 노년기의 부정적인 사건의 경험이나 신체적, 심리적 건강의 악화의 수준이 과장되어 나타나는 것을 막고 보다 일반적인 노인들에 있어서 이러한 요인들간의 관계를 관

찾하기 위하여 기관이나 병원에 수용되어 있는 노인들은 표집대상에서 제외시켰다. 전주시의 다양한 지역과 사회적 계층에 속하는 노인을 표본에 확보할 수 있도록 중산층 이상의 거주지역, 빈곤 지역, 상가, 농촌인근지역등을 포함하는 23개 동에서 표집이 이루어졌으며 대략 한 동에서 10 명의 노인을 면접하도록 배정하였다.<sup>16)</sup> 면접은 사전에 훈련받은 대학생들이 변수들을 측정하기 위한 문항으로 구성된 질문지를 사용해서 직접 면접하였다. 수집된 230개의 질문지 중에서 201개가 분석을 위한 표본으로 사용되었다.

### 3. 변수

독립변수는 Holmes & Rahe (1967) 의 Social Readjustment Scale을 참고로 하여 선택조정한 13개 항목의 삶의 사건들로 구성된 척도로서 측정하였다. 구체적으로, 최근 6개월 동안에 건강 문제, 사고, 경제적 문제, 부부 관계의 불화, 가족 성원의 사고나 질병, 자녀와의 불화, 거처의 옮김, 퇴직, 가족성원의 죽음, 친구의 죽음 등의 13개 항목들 중에서 어떤 문제를 경험했으며 그러한 사건의 경험이 노인에게 얼마나 심각하게 스트레스를 주었는가를 주관적인 심각성이 측정되었다.

매개변수는 사회적지로서 그 구조적 측면은 마음을 터놓고 의논할 수 있는 상대자 (confidant)의 수로 측정하였으며, 기능적 측면은 도구적 지지(instrumental support)의 정도와 정서적지지 (emotional support)의 수준을 재는 각각의 척도로서 측정하였다. 도구적 지지는 주로 자녀들로부터 주어지는 경제적 도움, 아플 때 돌봐주기, 집안 일에 대한 도움등의 세 항목들로 구성되며, 정서적 지지는 문제가 있을 때 가족이나 친지들이 제공하는 위로, 안심시켜 주기, 이해와 격려, 함께 해결 방법을 모색해 주기 등의 구체적인 정서적 도움의 내용을 재는 네 항목으로 이루어졌다.

종속변수는 신체적 건강과 심리적 건강이다. 신체적 건강은 노인의 제시하는 자신의 신체적 건강상태에 대한 반응을 재는 9개 항목으로 구성된 지표로서 측정하였

---

16) 본 연구에서 사용한 표집방법은 무작위 표집이 아니며 지적인 몇몇 기준을 만족시키도록 의도적 표집하였다.

다.17) 심리적 건강은 Jung's depression scale로 측정하였다.

그 밖에 통제변수로서는 연령, 성별, 교육수준, 경제적 수준, 만성적 질병의 정도가 사용되었다. 경제적 수준은 노인이 함께 살고 있는 가족전체의 월수입으로 측정되었고, 만성적 질병의 정도는 신경통, 암이나 종양, 백내장, 고혈압, 당뇨, 간질환 등 9개 항목의 만성적 질병이 얼마나 심각한 정도로 존재하는가로서 측정되었다.

#### 4. 자료분석

모든 변수에 대해서 빈도분포가 추구되었으며 척도에 대하여 내적신뢰도 (Cronbach's alpha)가 측정되었다.18) 연구과제 1, 2 에 대해서는 기술적 통계가 사용되었다. 가설 1과 가설 2를 검증하기 위해서는 회귀분석이 사용되었다. 가설 3과 가설 4를 검증하기 위해서는 회귀분석하되 삶의 사건과 사회적 지지의 상호작용효과 (interaction term)를 포함시켜 사회적지지의 완화효과를 검증하였다. 모든 가설들의 검증에는 통제변수들을 포함시켜 회귀분석하였다.

### IV. 연구 결과

#### 1. 삶의 사건으로 인한 스트레스와 노인의 건강

우선 조사대상자들의 개인적 특징은 <표 1>과 같이 나타났다.

---

17) 신체적 건강에 대한 반응을 구성하는 항목들은 예전보다 건강이 나빠졌다, 건강에 대해 염려하지 않는다, 비슷한 나이의 다른 사람들보다 더 건강에 대해 걱정이 많다, 미래에 지금보다 더 건강이 나빠질 것이다 등이다. 이것은 The National Survey of Black Americans 에서 자신의 신체적 건강에 대한 반응을 측정하기 위하여 사용된 지표로부터 선택조정된 항목들이다.

18) 모든 척도에 대하여 내적 신뢰도를 측정한 결과, 신체적 건강에 대한 반응 척도는  $\alpha=.77$ , 심리적 건강을 측정하는 척도는  $\alpha=.82$ , 삶의 사건을 측정하는 척도는  $\alpha=.52$ , 정서적 지지를 측정하는 척도는  $\alpha=.94$ , 도구적 지지를 재는 척도는  $\alpha=.77$ 로서 대부분의 지표가 높은 신뢰도를 보여주고 있다.

<표 1> 조사대상노인들의 개인적특징

	구 분	빈 도	백분율
성 별	남자	100	49.8
	여자	101	50.2
연 령	60-65	31	15.4
	66-70	68	33.8
	70-75	43	21.4
	76세 이상	59	29.4
수 입	10만원 이하	7	3.5
	11-50만원	38	18.9
	50-100만원	101	50.2
	101-150만원	32	15.9
	151만원 이상	23	11.4
교육수준	무학	100	49.8
	국민학교졸	56	27.9
	중학교졸	23	11.4
	고등학교졸	13	6.5
	대학교졸	9	4.5
만성질환의 정도*	전혀없음	30	14.9
	조금심함	136	67.7
	심함	13	15.5
	매우심함	4	2.0
합 계		201	100.0

\* 만성질환의 정도<sup>19)</sup>

19) 만성적 질병의 정도를 측정하는 척도에 대해서는 합계 대신에 평균을 취했다. 이것은 대부분의 응답자들이 9개 항목중에서 단지 한 두개정도의 만성적 질환을 가지고 있는 것으로 보고함으로써 질환의 총수를 취하는 것이 별로 의미가 없으며, 그보다는 한개의 만성적 질환을 갖고 있더라도 얼마나 정도가 심각한가가 더 유의한 측정이라고 판단하였기 때문이다.

<표 1>에서 성별은 남자와 여자가 반반 정도의 비율이며, 연령에 있어서는 평균 연령이 72.4세로서 75세 이상의 노년기 후기에 속하는 노인들이 대략 1/3에 가까운 비율로 포함되어 있음을 알 수 있다. 경제적 수준에 있어서는 함께 거주하는 가족전체의 월수입이 50-100만원인 노인의 비율이 50%를 차지하며 평균 수입은 78만원 정도이다. 교육 수준은 학교 교육을 제대로 받아보지 못한 노인이 반 정도이다. 만성적 질환의 정도에 있어서는 병이 전혀 없는 노인이 15%, 그리고 조금 심하다고 대답한 노인이 68%를 차지함으로써 표본에 포함된 노인들이 비교적 건강하다고 볼 수 있다. 이것은 병원이나 기관에 수용된 노인을 표집에서 제외시켰기 때문인 것으로 보인다.

노년기에 경험할 수 있는 상실이나 사건들 중에서 노인에게 심각한 스트레스를 가져오는 사건은 어떤 것들인가 하는 것이 <표 2>에 나타나 있다.

<표 2>에서 보면 건강문제가 노인들에게 가장 스트레스를 많이 가져오는 사건임을 알 수 있다. 건강문제로 인한 스트레스가 전혀 없다고 대답한 노인들은 50% 미만이고 조금 심하다는 비율이 25%, 스트레스가 심하다고 한 노인들이 16%, 매우 심하다고 대답한 노인들도 10%이상 되며 건강문제로 인한 스트레스의 평균점수도 .89로 다른 항목들에 비해 제일 높다. 이러한 결과는 응답자들이 지역사회에서 자유롭게 활동하는 비교적 건강한 노인들로 구성되었음에도 불구하고 역시 노년기에는 건강의 상실이 가장 중요한 삶의 사건이라는 것을 확인하게 해 준다. 만일 병원이나 기관에 수용되어 있는 노인들을 표본에 포함시켰더라면 건강문제로 인한 스트레스는 더 심하게 나타났을 것이다

경제적인 문제도 많은 노인들에게 스트레스를 가져오는 것으로 보인다. 경제적인 문제로 스트레스가 조금 심하다고 대답한 노인들이 23%, 스트레스가 심하다고 대답한 비율이 9%이며, 스트레스가 매우 심하다는 노인들도 8%정도이다. 경제적 문제로 인한 스트레스의 평균점수는 .62이다. 이것은 퇴직 이후에 노인들의 수입이 급격히 감소하며 따라서 노년기에 경제적인 문제가 주요한 관심사라는 여러 선행연구들과 일치하는 결과라고 할 수 있을 것이다.

그 다음으로는 가족 성원의 질병이나 사고가 노인들에게 스트레스를 가하는 주요 사건으로 보고되었다. 이러한 문제로 조금 스트레스를 받는 노인들이 17%, 스트레

스가 심하다는 비율이 7%이며, 매우 스트레스가 심하다고 보고한 노인들도 6%이다. 스트레스의 평균점수는 .49이다. 가족 성원에는 배우자와 자녀가 포함되는데, 배우자 또한 대개 노년기에 있으며 따라서 질병에는 응답자와 마찬가지로 취약하다. 그리고 노인의 자녀들도 중년기에 있거나 노년기에 들어서기 시작하는 연령에 있는 경우가 많으므로 건강문제에 점점 취약해진다고 볼 수 있다. 이러한 면에서 노인들이 가족의 질병에 의해 스트레스를 많이 경험한다고 볼 수 있을 것이다.

또다른 주요한 사건은 친구의 죽음이다. 스트레스의 평균점수는 .46이다. 친구의 죽음으로 약간의 스트레스를 경험한 사람들이 15%, 심하게 스트레스를 경험하는 비율이 12%, 스트레스가 매우 심했다는 노인들은 3% 미만로서 친구의 죽음이 매우 심한 스트레스를 가져오는 비율은 상대적으로 작다고 할 수 있다. 어쨌든 노년기에 심리적 만족의 중요한 원천인 친한 친구를 잃는 것이 노인에게 스트레스를 가져오는 주요 사건중의 하나라는 것은 확인되었다.

그밖에 자녀와의 불화도 많은 노인들에게 스트레스를 가져오는 것으로 보인다 (평균점수=.29).

<표 2>에서 볼 때, 전반적으로 표본에 포함된 노인들에 있어서 삶의 사건으로 인한 스트레스의 정도가 낮음을 파악할 수 있다. 왜냐하면, 각 항목의 사건에 대한 스트레스의 평균점수들이 0점 (이 문제로 인한 스트레스가 전혀 없다) 에서 3점 (이 문제로 인한 스트레스가 매우 심하다) 사이의 점수기준상에서 모두 1점 미만에 분포하기 때문이다. 이것은 위의 12개 항목에 대한 노인들의 반응을 합산했을 때에 더 분명히 알 수 있다. 즉, 전체항목을 합산한 점수는 0점에서 33점까지 분포하며 0점에 가까울수록 스트레스의 정도가 낮고 33점에 가까울수록 그 정도가 높은 것인데 이러한 전체항목합산점수의 평균이 3.47이므로 삶의 사건으로 인한 노인들의 스트레스의 정도가 매우 낮다는 것을 보여준다.

<표 2> 노인들이 경험하는 삶의 사건들과 그로 인한 스트레스의 정도

	스트레스 없음 %	조금심함 %	심함 %	아주심함 %	합계 %(N)	평균점수*
건강문제	43.8	24.9	15.9	10.9	100(N=201)	.90
사 고	95.0	2.5	2.0	5	100(N=201)	.08
경제적문제	61.2	22.9	8.5	7.5	100(N=201)	.62
부부간의 불 화	93.5	5.0	1.0	5	100(N=201)	.09
가족의 병 또는 사고	70.1	16.9	7.0	6.0	100(N=201)	.49
자녀와의 불화	79.1	14.4	5.0	1.5	100(N=201)	.29
친구나 이웃 과의 불화	95.0	4.0	1.0	.0	100(N=201)	.06
거처의 옮김	91.5	5.5	2.0	1.0	100(N=201)	.12
퇴 직	98.5	.5	.5	5	100(N=201)	.03
친구의 죽음	70.6	14.9	11.9	2.5	100(N=201)	.46
가족의 죽음	93.5	1.5	2.0	3.0	100(N=201)	.14
기 타	90.5	2.0	5.0	2.5	100(N=201)	.19

\* 평균점수<sup>20)</sup>

20) 각 항목에 삶의 사건에 대한 반응은 네 수준: 전혀 이러한 문제로 인한 스트레스가 없다= 0점, 이 문제로 인한 스트레스가 조금 심하다= 1점, 스트레스가 심하다= 2점, 스트레

노인들의 신체적, 심리적 건강에 대한 분석 결과를 살펴 보면 다음과 같다. 응답자들의 신체적 건강에 대한 반응의 수준은 9개의 항목에 대하여 부정적 반응=0점, 긍정적 반응=1점으로 측정했으므로 전체항목을 합산한 점수가 0점에서 9점 사이에 분포한다. 0점에 가까울수록 자신의 건강에 대하여 부정적 반응을 보이는 것이고 9점에 가까울수록 긍정적 반응을 보이는 것이라고 할 수 있다. 전체항목을 합산하여 산출한 평균점수가 3.33이며 따라서 부정적 반응에 치우쳐 있는 것으로 나타났다. 즉, 표본에 포함된 노인들은 자신의 신체적 건강상태를 건강하지 못한 것으로 간주하고 있는 것으로 보인다. 심리적 건강은 우울증의 증상을 나타내는 11개 항목들에 대해서 항상 그렇게 느낀다=0점, 자주 그렇게=1점, 가끔 그렇게=2점, 전혀 그렇게 느낀 적이 없다=3점으로 측정했을 때 전체항목을 합산한 점수가 0점에서 33점 사이에 분포한다. 전체항목을 합산하여 산출한 평균점수가 22.3으로서 노인들은 가끔 우울증적 증상들을 경험하는 것을 알 수 있다.

노인의 신체적 건강 및 심리적 건강에 대한 삶의 사건과 개인적 특징의 중다회귀 분석의 결과는 <표 3>과 같다.

---

스가 매우 심하다= 3점으로 이루어져 있다. 각 항목에 있어서 평균점수는 사람들이 그 문제에 관해서 네가지 수준중의 하나로 대답한 것이 대한 평균을 낸 것으로서 0점에서 3점 사이에 분포한다.



<표 3> 개인적 특징과 삶의 사건으로 인한 스트레스가 노인의 신체적건강 및 심리적 건강에 미치는 영향

	신체적 건강 (N=201)	심리적 건강 (N=201)
성 별	Beta	Beta
연 령	-.06	-.05
수 입	.04	-.02
교육수준	.07	-.01
만성적질환의 정 도	.12	.07
삶의 사건이 주는 스트레스	-.42***	-.21**
F	17.58***	14.27***
R-square	.59	.55

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

<표 3>에 의하면, 만성적 질환의 정도와 삶의 사건으로 인한 스트레스가 노인의 신체적 건강과 심리적 건강에 중요한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 즉, 만성적 질환의 정도가 심할수록 그리고 삶의 사건으로 인한 스트레스가 심할수록, 노인의 신체적 건강과 심리적 건강은 더 부정적 영향을 받는 것으로 보인다.

노인의 신체적 건강에 있어서는 만성적 질환의 정도(Beta=-.42)가 삶의 사건으로 인한 스트레스(Beta=-.18)보다 더 강력한 영향력을 발휘하는 요인이다. 역시 신체적 건강의 상태를 설명하는 데는 실질적인 질병의 존재나 그 심각한 정도가 삶의 문제로 인한 정신적인 스트레스보다 더 영향력이 있는 것으로 보인다. 반면에, 노인의 심리적 건강에 있어서는 삶의 사건으로 인한 스트레스(Beta=-.39)가 만성적 질환의 정도(Beta=-.18)보다 더 중요한 요인이다. 다시 말해서, 정신적인 스트레스가 신체적 질병보다는 노인에게 우울증적 증상을 가져오는 데에 더 큰 역할을 한다고 볼 수

있다.

이러한 결과에 의하여 가설 1과 가설 2는 지지되었다.

## 2. 스트레스와 노인의 건강의 관계에 대한 사회적 지지의 영향

우선 노인들의 사회적 지지의 수준을 의는 상대자의 수, 정서적 지지, 도구적 지지, 공적 서비스의 네 차원으로 구분하여 분석 결과를 설명하고자 한다. 첫째로, 노인들이 문제가 있을 때에 마음을 터놓고 의논할 수 있는 사람의 수는 <표 4>와 같다. <표 4>에 의하면 많은 노인들 (60%)이 한 두명의 의논 상대자를 갖고 있는 것으로 보인다. 그러나 의논 상대자가 한 명도 없다고 보고한 노인들도 1/5정도 된다. 평균 의논상대자의 수는 1.56 명이다.

<표 4> 노인들의 의논상대자의 수

	구 분	빈 도	백분율
	없음	39	19.4
	1명	66	32.8
의논상대자수	2명	56	27.9
	3명	27	13.4
	4명이상	13	6.5
합 계		201	100.0

정서적 지지의 수준은 사건이나 문제에 관해 의논상대자와 의논하였을 때 주어지게 되는 네 항목의 구체적인 정서적 도움에 대해서 0=없다, 1=있다 의 점수기준에 의해서 측정하였다. 그러므로 전체 항목의 정서적 지지의 합산은 0점에서 4점까지 분포하며 0점에 가까울수록 정서적 지지의 수준이 낮고 4점에 가까울수록 그 수준이 높은 것이다. 이러한 전체항목합산점수의 평균을 내었을 때 그 점수가 2.82로서 노인들에게 비교적 높은 정도의 정서적 지지가 제공되고 있음을 알 수 있다.

도구적 지지의 수준은 주로 자녀로부터 주어지는 경제적 도움, 집안 일 도와주기, 아플 때 돌봐주기 등 세 가지 측면에 대해서 0=없음, 1=조금 도와줌, 2=많이 도와

중, 3=아주 많이 도와줌의 네 기준으로 측정하였으며 세 항목을 합산한 점수는 0점에서 9점까지 분포한다. 이러한 전체항목합산점수의 평균이 4.14로서 조금 또는 그보다 약간 높은 수준으로 노인들에게 도구적 지지가 주어진다고 볼 수 있다.

사회복지기관의 서비스를 비롯한 공적서비스를 받은 노인들의 비율은 <표 5>에서 전체 응답자의 1/5에 불과하는 것으로 나타났다.<sup>21)</sup> 이러한 결과로부터 공적서비스의 이용이 우리나라 노인들에 있어서 아직 일반화되어 있지 못하다는 것을 추론할 수 있다.

<표 5> 공적 서비스를 받은 노인의 수

	구 분	합계(N)	백분율
서비스를 받은 경험	없 다	163	81.1
	있 다	38	18.9
	합 계	201	100.0

삶의 사건이 가져오는 스트레스가 노인의 신체적, 심리적 건강에 미치는 부정적 영향을 사회적 지지가 중간에서 막아주는 완화효과 (the buffering effect)가 있는지를 사회적 지지의 세 차원 - 의논상대자의 수, 정서적 지지, 도구적 지지 - 에 관해서 검증한 결과가 <표 6>에 요약되어 있다.<sup>22)</sup>

<표 6>에서, 우선 노인이 가진 의논상대자의 수는 상실이나 바람직하지 않은 사건으로 인한 스트레스가 노인의 신체적건강과 심리적 건강에 미치는 부정적 영향을 완화해 주는 효과를 갖지 못한다는 것을 알 수 있다. 다시 말해서 노인의 신체적 건강과 심리적 건강을 예측하는 데 있어서, 의논상대자의 수라는 변수의 개입은 노

21) 이들이 주로 받은 서비스는 경제적 도움이었으며 이러한 도움은 도움 안됨, 조금 도움됨, 많이 도움됨, 아주 많이 도움됨의 네 수준으로 측정하였을 때에 서비스이용자의 의 대다수 (70% 정도)가 조금 도움이 되었다고 보고하였다. 공적 서비스를 통해 받은 도움에 대해서는 약간 만족한다고 대답한 응답자가 이용자의 25%정도였으며 만족한다고 대답한 비율이 70%정도로 나타났다.

22) 공적서비스는 서비스를 받은 노인의 수가 너무 적어서 완화효과를 검증할 수 없었으므로 사회적지지의 완화효과를 테스트하는 데서 제외하였다.

년기의 삶의 사건으로 인한 스트레스와 노인이 가지고 있는 만성적 질환의 정도가 갖는 영향력에 아무런 효과를 발휘하지 못하는 것으로 보인다. 그러므로, 노년기의 상실이나 문제의 경험이 가져오는 스트레스가 심할 경우에 단지 노인이 마음을 터놓고 의논할 수 있는 상대자들이 주변에 존재하는 것만으로는 신체적 건강과 심리적 건강이 저하되는 것을 막을 수 없다고 보아야 한다.

노인에게 주어지는 정서적 지지의 수준은 노년기에 일어나는 부정적인 사건으로 인한 스트레스가 심리적 건강에 미치는 악영향을 완화해 주며, 이와같은 정서적 지지의 완화효과는 상당히 높은 것으로 나타났다 ( $Beta=.33$ ). 그러므로, 노인이 경험하는 상실이나 사건이 가져오는 스트레스가 크더라도 가족이나 친지들로부터 위로, 이해와 같은 정서적 지지가 풍부하게 주어지면 심리적 건강이 악화되거나 우울증에 걸리지 않는다는 것을 알 수 있다. 정서적 지지 또한 노인의 신체적 건강에 대한 반응을 결정하는 데 있어서는 통계적으로 유의미한 영향력을 전혀 갖지 못하는 것으로 나타났다.

노인이 가지고 있는 도구적 지지의 수준도 노년기의 상실이나 문제의 경험이 가져오는 스트레스가 노인의 심리적 건강을 해치는 것을 중간에서 막아주는 완화효과를 지니고 있음을 알 수 있다 ( $Beta=.27$ ). 즉, 노인이 바람직하지 않은 사건의 경험으로 인해 스트레스를 심하게 겪더라도 자녀들로부터 경제적도움, 간병, 생활상의 도움과 같은 도구적 지지가 많이 제공되면 심리적 건강은 낮아지지 않는다는 것이다. 그러나, 노인의 신체적 건강에 대해서는 도구적 지지도 아무런 영향을 미치지 못한다.

그러므로 가설 3은 거부되었고 가설 4는 정서적 지지와 도구적 지지에 대하여 지지되었다.

<표 6> 삶의 사건으로 인한 스트레스와 노인의 신체적, 심리적 건강의  
관계에 대한 사회적지지의 완화효과<sup>23)</sup>

	신체적 건강 (N=201)	심리적 건강 (N=201)
만성적 질환의 정도	Beta -.42***	Beta -.24***
삶의 사건이 주는 스트레스	-.19*	-.50***
의는 상대자의 수	-.01	-.01
스트레스×의는 상대자의수	.03	.19
F	13.06***	11.64***
R-square	.59	.57
만성적질환의 정도	-.41***	-.22**
삶의 사건이 주는 스트레스	-.14	-.60***
정서적 지지	-.01	-.03
스트레스 × 정서적 지지	-.06	.33
F	13.28***	13.64***
R-square	.52	.60
만성질환의 정도	-.41***	-.23***
삶의 사건이 주는 스트레스	-.09	-.60***
도구적 지지	.05	-.03
스트레스 × 도구적 지지	-.10	.27*
F	13.18***	11.67***
R-square	.50	.57

\*\*\* p<.001

\*\* p<.01

\* p<.05

23) 분석에서는 성, 연령, 교육수준, 경제적 수준과 같은 개인적 특징들을 포함시켰으나 분석 결과 회귀계수가 통계적으로 유의미하지 않았으므로 결과를 도표로 요약하는 데 있어서는 포함시키지 않았다.

요컨대, 본 연구에서는 사회적 지지의 여러 차원들 중에서 정서적 지지와 도구적 지지가 노년기의 삶의 사건으로 인한 스트레스가 노인의 심리적 건강을 저하시키거나 우울증적 성향으로 나아가는 것을 중간에서 막아주는 완화효과를 가지고 있음이 입증되었다. 그러나 노인의 신체적 건강에 대한 반응을 결정하는 데 있어서는 실제적인 만성적 질환의 유무와 그 심각한 정도가 중요한 요인이며 사회적 지지의 어떠한 측면도 의미를 지니지 못함이 밝혀졌다.

또하나 <표 6>에서 관찰할 수 있는 것은, 사회적지지의 주효과 (the main effect) - 스트레스의 유무와 상관없이 사회적지지의 존재는 사회적 교류 (social interaction)와 친밀한 관계에 대한 인간의 기본적인 요구를 충족시켜줌으로서 건강을 향상시키는 효과가 있다는 것 - 가 본 조사에서는 전혀 입증되지 않았다는 것이다. 다시 말해서, 정서적 지지와 도구적 지지도 노인이 삶의 사건이나 상실로 인한 심각한 스트레스에 직면했을 때 그 완화효과를 발휘하며, 그러한 사건이나 스트레스가 존재하지 않는 상황에서는 노인의 건강 향상에 별 영향력이 없는 것으로 간주하여야 할 것이다.

## V. 결 론

본 연구는 노년기의 건강에 대한 심리사회적 요인들의 영향을 조사하였다. 구체적으로, 노년기에 일어날 수 있는 상실이나 바람직하지 않은 사건들로 인한 스트레스가 노인의 신체적, 심리적 건강에 미치는 부정적 영향을 평가하고, 이러한 영향에 대한 사회적 지지의 완화효과를 검증하였다.

연구과제는 세 가지 - 첫째로, 우리나라 노인들에게 흔히 일어나는 삶의 사건의 유형과 그러한 사건이 초래하는 스트레스의 정도; 둘째로, 이러한 삶의 사건들로 인한 스트레스가 노인의 신체적 건강과 심리적 건강에 미치는 영향; 셋째로, 노인들에게 주어지는 사회적 지지의 수준, 그리고 이러한 사회적 지지가 노년기의 상실이나 사건들로 인한 스트레스의 건강에 대한 부정적 영향을 완화시켜 주는 정도 - 로 구별되었다. 이러한 연구과제들에 대한 분석결과를 요약하고 그것을 바탕으로 사회사

업실천에 대한 의미를 파악하고자 한다.

첫번째 연구과제에 대한 분석에서 우리나라 노인들에 있어서 스트레스를 가장 심하게 초래하는 삶의 사건은 건강의 상실로 나타났다. 이것은 노년기의 가장 중요한 과제가 건강의 약화에 잘 적응하는 것이라는 기존 연구들의 주장에 부합하는 결과이다.<sup>24)</sup> 그외에 경제적인 문제, 가족의 질병이나 건강문제, 친구의 죽음, 자녀와의 불화등이 노년기에 흔히 발생하며 심각한 스트레스의 근원이 되는 문제들로 부각되었다. 노년기의 경제적인 문제는 정년퇴직으로 인한 직업의 상실과 그로 인한 수입 감소라는 측면에서 자주 다루어져 왔으며, 가족의 질병이나 건강문제로 인한 스트레스는 건강을 상실한 노년기의 배우자에 대한 간병에 관한 연구들에서 지적되었다.<sup>25)</sup> 또한, 친구의 죽음은 노년기의 삶의 만족을 결정하는 데 중요한 역할을 하는 지지적 관계망의 축소를 초래하는 사건이라는 측면에서 관심을 가져야 할 것으로 보인다. 그리고, 노년기에 들어서면 부모 - 자녀의 관계가 호혜적인 것으로부터 자녀가 부모를 돌보아야 하는 일방적인 것으로 점점 변화하며 이와같은 支持의 불균형이라는 측면에서 자녀와의 불화문제가 유발된다고 볼 수 있다. 이러한 분석 결과는 노인들에 대한 사회복지 프로그램이나 서비스를 고안함에 있어서 어떤 문제들에 초점을 두어야 하는가에 의미를 갖는다. 즉, 우리나라 노인들에 있어서 빈번하게 일어나며 또한 심각한 스트레스를 초래하는 것으로 밝혀진 위의 문제들에 관심과 자원을 집중하는 것이 프로그램의 효율성을 높여줄 수 있다고 본다.

둘째로, 노년기에 일어나는 상실이나 사건들로 인한 스트레스는 노인이 가지고 있는 만성적 질환의 정도와 더불어, 노인의 신체적 건강과 정신적 건강에 부정적 영향을 미치는 것으로 입증되었다. 삶의 사건들로 인한 스트레스는 노인의 심리적 건강을 예측하는 데에 더 영향력을 발휘하는 반면, 만성적 질환의 정도는 노인의 신체적 건강에 대한 반응을 결정하는 데 더 중요한 역할을 하는 것으로 보인다. 여하

---

24) Newman, B.M. & Newman, P.R., op. cit., pp.606-608.

25) Lee, I.J. Family Caregivers of the Impaired Older Persons: Comparison of Their Burden According to the Type of a Primary Caregiver, Ph.D. Dissertation, University of Michigan, 1989. Fitting, M.; Rabins, M.; Lucas, M.J.; Eastham. Caregivers for Dementia patients: comparisons of husbands and wives. The Gerontologist. Vol.19. No.2. 1986. pp.175-183.

튼 노년기에 일어나는 문제나 사건들이 가하는 스트레스가 노인의 신체적건강과 심리적 건강을 저해한다는 것이 확인되었으므로, 실천가들은 이러한 사건에 직면한 노인들을 대할 때에 이들에게서 급격한 건강의 악화가 일어날 수 있다는 점에 유의해야 할 것이다.

셋째로, 우리나라 노인들의 사회적 지지의 수준을 보면 대개 한 두명의 의논 상대자를 가지고 있으며, 문제나 바람직하지 않은 사건을 경험했을 때 이들로부터 주어지는 정서적 지지의 정도는 상당히 높은 편이다. 그리고, 경제적 측면이나 생활상의 도움이 필요할 때에는 자녀로부터 조금 또는 그보다 약간 높은 수준의 도구적 지지가 제공되며, 사회복지기관을 비롯한 공식적 근원에서 주어지는 서비스의 활용도는 낮은 것으로 보인다.

여러 차원의 사회적 지지 중에서 정서적 지지와 도구적 지지는 노년기의 삶의 사건으로 인한 스트레스가 노인의 심리적 건강을 해치는 것을 중간에서 막아주는 완화효과를 지니고 있는 것으로 밝혀졌다. 이러한 발견은 노년기의 문제나 사건에 직면한 노인을 보호하기 위한 방법의 고안에 중요한 의미를 갖는다고 볼 수 있다. 즉, 지배할 수 없는 상실이나 사건에 직면한 노인에게 의논 상대자들로 하여금 위로, 이해, 문제해결을 도와주고자 하는 의도의 표현과 같은 정서적 지지를 풍부하게 제공하게 하거나, 또는 자녀들로 하여금 경제적 도움이나 간병, 생활상의 도움등의 도구적 지지를 충분히 제공하게 함으로서 문제로 인한 스트레스에 의해 노인의 심리적 건강이 악화되거나 우울증에 걸리는 것을 방지할 수 있는 것이다.

본 연구는 다음과 같은 몇 가지 한계를 지닌다. 우선 표집이 전주에 국한됨으로서 연구의 결과를 우리나라 전체의 노인에게 일반화시키기는 어렵다고 보아야 할 것이다. 또한 표집방법이 무작위 표집이 아니라는 것도 연구의 한계로서 지적되어야 한다고 본다.

또한, 사회적 지지의 차원들 중에서 사회복지에 특히 중요성을 갖는다고 볼 수 있는 공적 서비스를 활용한 노인의 수가 충분히 확보되지 못하였다. 그 결과로, 노년기의 삶의 사건으로 인한 스트레스가 노인의 건강에 미치는 부정적 영향에 대한 공적 서비스의 완화효과를 검증할 수 없었다. 그러나 우리나라와 같이 노인들에 있어서 아직 공적 서비스의 활용이 보편화되어 있지 못하고 가족을 비롯한 사적인 근



원으로부터 주어지는 도움이 전혀 없는 경우에 그 대체물로 사용되는 경향이 짙은 상황에서는, 공적 서비스를 활용한 경험이 있는 노인들의 확보에 치중하면 상실이나 문제의 정도와 건강 악화의 수준이 과장되어 나타날 위험도 있을 것이다.

마지막으로, 종속변수의 하나인 신체적 건강의 측정도구로서 의사의 진단 대신 응답자들의 자신의 신체적 건강에 대한 반응을 사용하였다는 것이다. 그러나 선행 연구들에서 이러한 신체적 건강에 대한 응답자 자신의 보고는 의사의 진단과 잘 맞아들어가는 것으로 입증되어 왔으므로 문제가 되지는 않는다고 본다.<sup>26)</sup>

---

26) Gibson, R.C. Stress, Social Support and the Disability Reports of Older Black Americans, presented at Annual Meetings of Gerontological Society, November, 1988.