

# 자원 봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감 - 참여 노인의 생성감과 가족의 지지를 중심으로 -\*

## The Elderly Volunteers' Psychological Well-being - On the Effects of Old People's Generativity and Family Support -

조윤주\*\*

성신여자대학교 가족문화·소비자학과

Cho, Yoon Joo

Dept. of Family and Consumer Science, Sungshin Women's University

### Abstract

The study aims at exploring a general trend of psychological well-being (PWB) of elderly volunteers and analyzing the variables which give effects on their PWB. The subjects were two hundred men and women over 60 years old currently participating in voluntary service. The data collected from interviewing were analyzed by descriptive statistics,  $\chi^2$  test, Pearson's correlation and hierarchical multiple regression. The main results are: First, PWB of the elderly is higher than the average score of PWB. Second, the elderly's generativity is positively related to PWB. Family support such as an emotional and instrumental support was also positively related to PWB. Third, the variables effecting on PWB of elderly volunteers were education level, participation frequency, generativity level, and an instrumental support of their family members on it. The lower their educational level was, the more frequently they participated in voluntary activity, the higher their generativity level was, and the more support given from their family, the higher PWB scores they showed.

Key Words : the elderly volunteers, generativity, family support, psychological well-being

## I. 문제 제기

### 1. 연구의 필요성 및 목적

최근 우리나라 인구의 평균 수명이 80세에 육박하는 현실을 볼 때 신체적으로나 심리적으로 여러 변화가 수반되는 노인의 적응에 대해 다시금 생각하게 되는 시점이다(통계청, 2007). 노년기의 적응을 설명하는 대표적인 이론으로는 활동 이론(Activity theory)과 유리 이론(Disengagement theory), 그리고 지속 이론(Continuity theory)이 있다. Havighurst와 Albrecht(1953)가 노인의 사회적 활동을 언급한 이래 활동 이론은 노년기의 원활한 적응을 위해서는

사회 활동에 참여하는 것이 중요하므로 노령으로 상실된 역할을 대체할 만한 다른 활동에 참여할 것을 제안한다. 반면 유리 이론(Cumming & Henry, 1961)에 따르면 노인은 신체적 활력의 감퇴와 더불어 모든 사회 활동으로부터 자발적으로 물러나게 되며 이러한 사회적 유리 과정이 노인에게 만족감을 높여 준다고 강조한다. 한편 지속 이론(Atchley, 1971)은 전 생애를 통한 성장 발달의 연속성에 초점을 맞추면서 개인의 인성적 특징에 의한 노년기 대처와 적응 과정을 설명한다. 각각의 이론적 관점에 따라 표방하는 바가 상이할 수 있으나 보다 설득력 있게 수용되는 것은 적극적인 사회 활동이 노년기 적응에 바람직하다는 것이다.

그렇다면 어떠한 활동이 이에 적합한 것인가를 고려할 필요가 있다. 노년기의 대표적인 사회적 활동으로 자원

\* 이 논문은 2008년도 성신여자대학교 학술연구조성비 지원에 의하여 연구되었음(This work was supported by the Sungshin Women's University Research Grant of 2008).

\*\* Corresponding author: Cho, Yoon Joo  
Tel: 02) 920-7620, Fax: 02) 920-2077  
E-mail: bjucho@sungshin.ac.kr

봉사 활동을 생각해 볼 수 있는데, 이는 다른 연령층에 비해 독특한 측면에서 주목을 받기 때문이다. 왜냐하면 이 시기의 노인들은 경제 활동이나 자녀 양육과 같은 일에서 벗어나 봉사 활동에 보다 적극적으로 참여할 수 있다. 그리고 노년기에는 일반적으로 사회적 관계가 축소되기 쉬운데 이 활동은 주로 집단적으로 이루어지기 때문에 타인과의 관계를 형성하는 기회도 제공한다. 또한 자원 봉사 활동이 자아 성장의 계기가 될 수 있다는 점에서 노인들의 삶에 기여할 수 있으며, 노인들의 건강에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고된다(김미혜, 정진경, 2003; 김주현, 한경혜, 2001; 이금룡, 2003). 이와 같이 노인의 자원 봉사 활동은 개인적 차원에서는 노년기 여가 활용의 주요한 대안으로 권장되고 있으며, 사회 정책적 차원에서는 노인들의 풍부한 경험과 지식을 사회에 환원시킬 수 있어 일종의 사회 자본으로 인식되기도 한다.

그러나 자원 봉사 활동이 노인에게 다양한 혜택을 줄 것이라는 예측이 일반적이지만 이에 관한 연구들은 많지 않으며, 그 결과 또한 일관되지 않다. McIntosh와 Danigelis(1995)의 연구에서는 활동에 참여하는 노인들이 삶에 대한 만족도가 높고 우울 증상을 적게 경험하며, 노인들의 능력과 통제감을 증가시켜 심리적 안녕감이 향상되는 것으로 나타났다. 그런가 하면 활동 참여 노인과 비참여 노인간 심리적 안녕감에 차이가 없으며, 공식적인 조직에 참여하여 타인을 돕는 것이 노인의 통제감이나 우울감에 영향을 미치지 못한다는 연구(Krause, Herzog, & Baker, 1992)도 있다. 심지어 Longino와 Kart(1982)의 연구에서는 자원 봉사 활동이 노인의 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나기도 하였다. 이처럼 노인 자원 봉사에 대한 관심과 정책적 중요성이 증대되고 있음에도 불구하고 이 영역에서의 실증적인 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 이는 우리나라 뿐 아니라 전 인구의 50% 이상이 자원 봉사 활동에 참여하고 있는 미국에서도 동일하게 지적되고 있는 사실이다(Willigen, 2000).

또한 기존의 연구들에서 자원 봉사에 관해 여러 변인들이 이용되어 왔으나 참여 빈도나 활동 종류, 활성화 방안 등 실태 조사 위주로 노인이 자원 봉사를 하는 근본적인 이유에 대해서는 심도있는 연구가 충분치 않았던 면이 있다. 예를 들어 남을 도우려는 이타적인 동기에서 출발한다거나, 자기 존재감의 확인을 위한 수단으로, 또는 여가 생활의 일부로 간주하는 등의 여러 동기들이 존재할 수 있다. 즉, 활동에 참여하게 하는 동인이 무엇인가를 고려할 때 생성감(generativity)의 개념을 생각해 볼 수 있다. 생성감은 Erikson(1963)이 처음 제안한 것으로, 이는 "생산성(productivity)과 창조성(creativity)을 포함하는 그 이상의 개념으로 다음 세대를 낳고 키우고 보살피는 것이

며, 타인이 나를 필요로 하는 것에 대한 욕구"로 정의된다. 그리고 그는 생성감을 "본능적인 충동이나 욕구, 동기이며 개인차를 보이지만 발달상의 단계로 적용 또는 성숙의 지표"라 하여, 성인은 책임감 있는 부모, 조연자, 보호자, 안내자로서의 역할이 기대되고, 이러한 역할을 수행하면서 발달적인 측면에서나 심리적 안녕의 측면에서 이점을 얻을 수 있다고 주장하였다(Erikson, 1963). 환언하면 생성감은 매우 다양한 형태로 존재하는 심리사회적인 구인으로 여러 가지 활동과 결과, 개인과 사회간 연결이라고 할 수 있다. 이와 같이 생성감은 개인의 봉사 활동 참여에 내적 동기를 부여하는 하나의 변인으로 포함될 수 있다.

자원 봉사는 단어 자체에서 의미하는 바와 같이 개인의 자발적인 참여를 전제로 한다. 그러나 인간은 사회적 관계를 떠나서는 존재하기 힘들다. 상징적 상호작용론의 주장(Lakey & Cohen, 2000)에서처럼 자원 봉사라는 하나의 상징적 행위를 통해 개인과 환경과의 상호 작용이 증가된다. 자원 봉사자라는 역할 수행은 일련의 정체성, 긍정적인 자기 평가 및 통제력과 지배감을 획득하는 기초를 제공하며, 개인에게 생의 의미와 목적을 부여하여 노인의 건강 증진을 도모할 수 있을 것으로 보인다. 이 과정에서 강조되는 것이 자신에게 의미있는 타인에게서 받는 사회적 지지이다. 자신에게 중요하다고 생각하는 사람들이 본인에게 관심과 지원을 아끼지 않는다면 자신을 사랑받을 만한 가치있는 존재로 생각하게 된다. 따라서 긍정적인 자아 정체성이 형성되고 자아 존중감이 높아져, 결과적으로 안녕감에도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예상된다.

이 중에서도 가족의 지지는 신체적, 심리적 건강의 약화와 사회적 역할 상실로 인하여 사회 관계망의 축소를 경험하게 되는 노년기에 중요한 자원으로 기능함으로써 노인이 경험하는 소외감 등을 줄이며 생활 사건에 대해 대처할 수 있도록 도움을 준다. 지지의 기능을 정서적 지지와 도구적 지지로 세분화하는 것이 일반적인데 가족이 자원 봉사 활동을 하는 노인에게 이와 같은 지지를 제공하는 것은 노인의 삶에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고된다(김주현, 한경혜, 2001; 한경혜, 1999; Aquino, Russell, Cutrona, & Altmaier, 1996). 이러한 결과는 노인이 사회적 활동에 참여하려는 의욕은 젊은이 못지 않을 수 있으나 발달상의 쇠퇴가 이전 시기보다 많다는 점에서 가족의 지지는 다른 어느 시기보다 더 큰 도움이 될 수 있음을 보여 준다.

따라서 본 연구에서는 노년기 적응의 정도를 측정하는 개념으로 심리적 안녕감을 선정하여 종속 변인으로 연구할 것이다. 그리고 자원 봉사를 하는 노인의 내적 변인으로 생성감을, 외적 변인으로 가족의 지지를 포함하여 이

것이 참여 노인의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴볼 것이다. 이는 생활 수준의 향상과 의식의 변화로 인해 자원 봉사에 대한 관심이 증가하고 있으며, 최근 정부에서 표방하는 노인을 위한 사회적 일자리 사업에 대다수의 자원 봉사 활동이 포함되므로 매우 시의적절한 연구가 될 것으로 생각된다. 또한 UN에서도 노년기에 적합한 생산적인 활동으로 자원 봉사 활동을 우선시하는 것을 감안할 때 자원 봉사의 가치 창출에 대해서 재평가가 필요한 시점이라 할 수 있다. 이에 본 연구는 자원 봉사를 하는 남녀 노인들의 삶을 살펴봄으로써 이들의 안녕감을 고양할 수 있는 방안을 마련하고자 한다.

## 2. 연구 문제

이상의 목적을 위한 본 연구의 연구 문제는 다음과 같다.

- 1) 자원 봉사 활동에 참여하는 노인의 심리적 안녕감 수준은 어떠한가?
- 2) 자원 봉사 참여 노인의 생성감과 자신의 심리적 안녕감과의 관계는 어떠한가?
- 3) 자원 봉사에 대한 가족의 정서적·도구적 지지 정도와 활동 참여 노인의 심리적 안녕감과의 관계는 어떠한가?
- 4) 사회인구학적 변인, 자원 봉사 활동 관련 변인, 자원 봉사 노인의 생성감과 가족의 지지 정도가 활동 참여 노인의 심리적 안녕감에 미치는 상대적인 영향력은 어떠한가?

## II. 선행 연구 고찰

### 1. 자원 봉사 노인의 심리적 안녕감

#### 1) 심리적 안녕감의 구성 요인

개인의 환경에 대한 적응 정도를 판단하기 위해, Campbell, Converse과 Rodgers(1976)는 사회적 지표의 관점에서 심리내적 상태의 구성 요소를 규명하고자 하였다. 이들은 결혼과 가족, 일, 여가, 친구 및 대인 관계, 주거와 지역 사회, 건강, 단체, 자아 등 주요 생활 영역에서의 만족도를 요소로 하여 삶의 만족도에 대한 전반적인 평가는 객관적인 생활 조건과 그러한 조건들에 대한 주관적인 평가에 의해 결정된다고 가정하였다. 이에 Ryff와 Keyes

(1995)는 정서적인 측면만을 위주로 측정하는 기존의 개념과는 달리, 자아 수용, 개인적 성장, 인생의 목표, 타인과의 긍정적 관계, 환경 숙달, 자율성을 심리적 안녕감의 여섯 가지 구성 요인으로 언급, 이와 관련된 심리적 기능을 평가할 것을 주장하였다. 따라서 본 연구에서는 심리적 안녕감(psychological well-being)이 자원 봉사 활동을 하는 노인의 삶의 질을 평가하기에 적합한 개념으로 판단되어 종속 변인으로 연구하고자 한다.

#### 2) 노년기 자원 봉사 활동

노인의 자원 봉사에 관한 연구에서 공통적으로 고려되는 기본 변인들을 종합해 보면 우선 성에 관하여는 여성이 남성보다 더 많이 참여하거나(Caro & Bass, 1993), 참여율에 있어 성차는 나타나지 않기도 하였다(Herzog, Kahn, Morgan, Jackson, & Antonucci, 1989). 연령면에서는 고령 노인보다는 덜 연로한 노인의 참여율이 높았으며(Chambré, 1984), 우리나라의 경우에도 대개 60대가 주류인 것으로 조사되었다(윤미혜, 1995). 활동 참여는 건강 상태와도 긴밀히 연결될 수 있어 건강한 노인이 자원 봉사를 더 많이 하며, 건강이 여의치 않을 경우 아예 자원 봉사 참여를 시도하지 않을 가능성이 높은 것으로 나타났다(Caro & Bass, 1993). 한편 종교를 가지고 있거나 종교 활동에 적극적인 사람들이 자원 봉사에서도 동일한 경향을 보였다(Fischer, Mueller, & Copper, 1991). 또한 교육 수준과 사회경제적 수준이 높을수록 자원 봉사 참여율이 높았으나(Fischer et al., 1991), 소득 수준과 활동 참여가  $\cap$ 자 형태를 보이기도 하는 것으로 나타났다(김주현, 한경혜, 2001). 그리고 배우자가 있는 노인이 더 많이 참여하는 것으로 보고되었다(Chambré, 1984).

이와 같은 사회인구학적 변인들을 기본 변인으로 포함하여, 자원 봉사 활동과 노인의 적응에 대한 연구가 계속되고 있다. Willigen(2000)은 자원 봉사 활동이 노인의 심리적, 신체적 안녕감 증가에 기여하는가의 여부와 노인 중에서도 청년노인과 노노인이 경험하는 자원 봉사 활동에 차이가 존재하는가를 규명하고자 하였다. 그 결과로 노노인이 청년노인보다 생활 만족도가 더 많이 증가되고 자신의 건강이 보다 긍정적으로 변화한 것으로 지각하였다고 한다. 우리나라에서도 자원 봉사 활동에 대한 관심이 높아져 이와 관련된 연구가 증가하고 있는데, 대부분 이론적 설명과 노인 자원 봉사 활성화 방안 등 정책적 연구에 치중해 있다. 최근에는 자원 봉사 활동의 동기, 자원 봉사 활동의 지속 및 만족 요인, 노인 자원 봉사 활동과 생활 만족감 또는 안녕감에 미치는 영향 등을 주제로 하고 있다(김미혜, 정진경, 2003; 김주현, 한경혜, 2001; 이금룡,

2003).

자원 봉사 활동의 대표적인 효과로는 참여 노인이 활동 과정에서 자신이 유용하고 중요한 존재라는 가치감을 갖게 되어 긍정적인 자아상을 유지하고 소외감을 극복할 수 있다는 점이다. 일례로 김주현과 한경혜(2001)의 연구에서는 노인들의 자원 봉사 활동이 자아 존중감에 미치는 영향을 살펴보았는데 참여 집단 노인이 비참여 집단 노인들보다 자아 존중감 수준이 높았다. 봉사 활동 참여 노인은 자원 봉사 활동 보상에 가족의 지지를 상당히 높게 지각하고 있었으며, 봉사 활동에서 보상을 높게 지각할수록 자아 존중감 수준이 증가하는 것으로 나타났다.

김미혜와 정진경(2003)은 활동 이론에 근거하여 자원 봉사 활동이 노인의 생활 만족감에 어떠한 영향을 미치는가를 분석하였는데, 활동에 투입한 시간 양보다는 봉사 활동을 통한 성취감과 활동에 대한 지지, 관심 등 질적인 측면이 보다 중요함을 시사하였다. 자원 봉사 모집 전략에 관한 연구(이금룡, 2003)에서는 나이가 젊을수록, 경제적 상태가 좋을수록, 배우자가 있는 노인일수록, 건강 상태가 좋을수록, 봉사 활동에 대한 정보 습득 정도가 높을수록, 봉사 활동에 대해 긍정적으로 생각할수록, 참여 의지가 높은 것으로 나타났다. 이상과 같이 노년기의 자원 봉사 활동은 상반된 결과들을 보고하기도 하였으나, 대체적으로 노인의 삶에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고된다.

## 2. 생성감

### 1) 생성감의 정의

Erikson(1963)은 생애 발달 이론에서 생성감(generativity)을 “다음 세대를 낳고 이들을 지도하는 것에 대한 관심”으로 정의하고, “다음 세대에게 책임감 있는 부모, 지원자, 그리고 안내자의 역할을 수행하면서 베푸는 돌봄을 통해 자신의 가치를 확인하는 것”이라 하였다. 이를 거시적으로 확장한다면 책임감 있는 시민, 지역 사회에 공헌하는 사람, 지도자의 역할을 의미한다. 또한 다음 세대에 혜택을 주기 위한 목적으로 이루어지는 사물, 사람, 그리고 결과물을 창조하고 생산해 내는 것을 말하기도 한다. 그는 생성감이 부모 역할 외에도 다양한 경로를 통해서 즉, 가르치거나 젊은이에게 조언을 해 주거나, 사회에 예술적·과학적·정치적 기여를 함으로써 표현될 수 있다고 하였다(Erikson, 1963). 또한 성인은 노년기에는 생성감과 정체감을 균형있게 발전시켜야 하며, 성인 자녀를 둔 부모, 조부모, 오랜 친구, 상담가, 충고자, 조언자로서의 역

할을 통해 노년기에 grand-generativity를 경험할 수 있다고 주장한 바 있다(Erikson, Erikson, & Kinvick, 1994).

Erikson(1963)의 생성감 개념을 확장, 수정한 Kotre(1984)는 생성감을 “유한성을 넘어서려는 생리-문화적 본능”이라고 정의하고, 생성감의 차원을 유전자의 전수인 생물학적(biological) 생성감, 자녀 양육을 담당하는 어버이로서의(parental) 생성감, 삶의 기술에 대한 전수인 기술적(technical) 생성감, 체계로서의 사회·전통의 보존 및 발전을 위한 문화적(cultural) 생성감으로 구체화하였다. McAdams와 de St. Aubin(1992)은 개인의 자원을 생성감의 근원으로 보고 이는 다음 세대의 유지와 진보에 헌신해야 한다는 사회적 기대인 ‘문화적 요구’와 Erikson(1963)의 필요한 존재로서의 욕구, Kotre(1984)의 상징적 불멸성에 대한 탐구에서 착안한 ‘내적 욕구’로 구성된다고 하였다. 이들은 생성감이 부모 역할 뿐 아니라 인생의 다양한 목적과 환경에서의 일, 전문적 활동, 자원 봉사 활동, 종교나 정치 등 조직 참여, 지역 사회 활동, 우정, 심지어 여가 활동으로 표현된다고 주장하였다(McAdams & de St. Aubin, 1992). 이와 같이 생성감은 성인기 발달과 정신 건강, 안녕과 관련되며, 이것이 발현되는 하나의 형태로 자원 봉사가 해당된다고 할 수 있다.

### 2) 생성감과 심리적 안녕감에 관한 선행 연구

평균 연령 72.7세의 노인들을 대상으로 성공적인 노화, 생활 만족도, 그리고 노년기의 생성감간 관계를 연구한 Fisher(1995)는 생성감이 성공적인 노화에 기여하고 있으며 노년기에도 여전히 중요한 발달 과업이라고 하였다. Keyes와 Ryff(1998)는 생성감이 건강과 안녕에 영향을 미치는가를 살펴보고자 회귀 분석을 통해 심리적 안녕감을 설명하는 변인들을 파악하였다. 결과 생성감은 심리적 안녕감을 예측할 수 있을 뿐 아니라 촉진하여 가장 설명량이 큰 변인으로 나타났다. de St. Aubin과 McAdams(1995)의 연구에서는 생성감에 대한 관심이 생활 만족도, 행복, 자아 존중감, 목표 안정성, 삶의 일관된 느낌, 신체적 안녕감과는 정적 상관을, 그리고 우울과는 부적 상관이 있음을 보여주었다. 또한 우리나라 노인을 대상으로 한 연구(이은희, 김금운, 한규식, 주리애, 2004)에서 생성감과 생활 만족도 사이에 높은 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 결과적으로 생성감은 자신에 관해 만족스러운 느낌을 갖게 하고 자신의 삶을 가치있고 의미있게 판단하도록 작용하는 주요한 변인으로 생각된다.

### 3. 가족의 지지

#### 1) 사회적 지지에 관한 정의

사회적 지지(social support)는 개인이 가족, 친구, 이웃 등 사회적 관계를 통해서 얻을 수 있는 여러 형태의 도움과 원조를 규정하는데 이용되어 왔다. Kaplan, Cassel과 Gore(1977)는 “의지할 수 있는 사람, 돌봐 주고 사랑하며 가치있다는 것을 알게 해 주는 사람의 존재 또는 이용 가능성”을 사회적 지지라고 보고, 사회적 지지의 유형을 ‘정서, 동경, 이해, 수용 및 존중’과 같은 사회정서적 도움과 ‘충고, 정보, 가족의 도움 또는 업무의 책임, 재정적 원조’ 등의 도구적 원조로 분류하였다. 박지원(1985)은 사회적 지지란 “사회적 지지망의 기능적 속성과 구조적 속성을 통해 실제 상황에서 제공받은 지지 정도와 사회망의 구성원을 통해 지지를 제공받을 수 있다고 지각하는 정도 및 지지 욕구의 충족 정도를 반영해 주는 자신의 사회 관계에 있어서의 유대감, 자신감, 신뢰감에 대한 지각 정도”를 의미한다고 하였다. 그리고 이것을 정서적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지, 평가적 지지라는 네 가지 하위 요인으로 범주화하였다.

종합해 볼 때 사회적 지지는 “타인과의 관계를 통해 제공되며 개인에게 도움이 되는 긍정적인 자원”으로 정의할 수 있다(Cohen & Huberman, 1983). 특히 Caplan(1982)은 가족의 기능을 세상에 대한 정보를 수집하여 보급하고, 피드백 안내 체계이며, 신념과 가치의 원천이자 문제 해결, 실질적인 서비스와 구체적인 도움의 근원, 휴식과 회복의 안식처 제공, 행동의 준거와 통제 역할, 정체성의 원천, 정서적 조절에 기여하는 것으로 보았다. 이처럼 가족은 지지의 시발점으로 기능하고 있다. 따라서 본 연구에서는 선행 연구들을 참고하여 사회적 지지의 구조적 측면에서는 지지원을 가족 구성원으로 한정하고, 기능적 측면에서는 정서적 지지와 도구적 지지로 구분하여 살펴보고자 한다.

#### 2) 자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지와 심리적 안녕감에 관한 선행 연구

기존의 연구들에 따르면 사회적 지지가 적응 과정에 있어 긍정적인 역할을 하는 것으로 나타나는데, 자원 봉사 활동과 이에 대한 가족의 지지에 관한 연구들도 동일한 결과를 보고하고 있다. 노인의 자원 봉사 활동에 대해 한경혜(1999)는 자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지는 활동에 대해 관심을 보이고 자랑스러워하는 등의 정서적 측면과 활동에 필요한 비용이나 교통 수단을 제공하는 등의

도구적 측면이 포함될 수 있다고 제안하였다. 김주현과 한경혜(2001)의 연구에서도 자원 봉사 활동을 하는 노인은 가족의 지지를 최고 15점 중 평균 12.3점으로 상당히 높게 지각하였다. 자원 봉사 노인과 사회적 지지, 삶의 만족도간 관계를 살펴본 Aquino, Russell, Cutrona와 Altmaier(1996)는 우울감 수준이 낮을수록, 지각된 사회적 지지가 많을수록, 삶의 만족도 수준이 높았음을 보고하였다. 그리고 사회적 지지는 자원 봉사 활동을 매개하여 삶의 만족도에 정적인 영향을 미쳤다. 이와 같이 자원 봉사 활동과 가족의 지지는 긍정적인 관계임을 다수의 연구 결과들이 뒷받침하고 있다.

## III. 연구 방법

### 1. 연구 대상 및 절차

본 연구는 최소 월 1회 이상 정기적으로 자원 봉사에 참여하는 60세 이상의 남녀 노인 200명(남:43명, 여:157명)을 대상으로 하였다. 해당 노인을 유의 표집하여 예비 조사를 한 결과 심리적 안녕감을 측정하기 위한 Ryff(1989)의 척도에서 응답상의 변별력이 떨어져 6점 척도에서 4점 척도로 수정하였다. 본 조사는 2006년 1월부터 8월까지 본 연구자가 노인에게 설문지를 이용하여 면접을 실시하였으며 면접 소요 시간은 평균 50분이었다. 서울시 종로구와 송파구에 위치한 노인종합복지관을 통해 섭외를 의뢰하여 연구 참여에 동의한 노인을 대상으로 하였으며, 지인들에게서 강남구에 있는 종합병원 등에서 봉사 활동을 하는 노인을 소개받았다. 봉사 활동이 종료된 후 복지관내 식당이나 활동이 이루어지는 노인복지관 또는 병원에서 활동 중 휴식 시간을 이용하여 조사하였다. 또한 활동별로 정기적인 모임이 계획되어 있을 때 모임에 참석하여 자료를 수집하였고, 일부 노인은 자택의 인근 장소에서 면접하였다. 연구가 진행되는 과정에서 설문 조사를 거부하여 중단되었거나 해당 대상에 부적합한 경우, 그리고 조사 내용이 부실하여 탈락된 6명을 제외한 뒤 총 200명의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

### 2. 연구 도구

#### 1) 생성감

McAdams와 de St. Aubin(1992)의 척도(Loyola Generativity

Scale)를 이은희와 동료들(2004)이 요인 분석을 통해 재구성한 생성감 척도를 이용하였다. '다른 사람들은 내가 사회에 나름대로 기여를 했다고 말할 것 같다' 등 6문항으로 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서부터 '매우 그렇다(4점)' 중에 응답하도록 되어 있으며, 가능한 점수의 범위는 6점부터 24점으로 점수가 높을수록 생성감 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 산출된 내적 합치도 계수 Cronbach  $\alpha$ 는 .609였다.

#### 2) 활동에 대한 가족의 지지 정도

자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지 정도는 선행 연구를 참고하여 연구의 목적에 맞게 본 연구자가 수정, 제작 후 가족학 전문가에게 안면타당도 검증을 받았다. 활동에 대한 가족의 지지 정도를 정서적 지지와 도구적 지지로 구분하여 측정하였는데, 정서적 지지에 관한 문항은 '활동에 관심을 갖고 정기적으로 물어본다' 등 4문항, 도구적 지지에 관한 문항은 '활동을 잘 할 수 있도록 정보를 준다' 등 4문항 총 8문항으로 구성하였다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(4점)' 중 응답하게 되어 있으며, 가능한 점수의 범위는 8점부터 32점으로 점수가 높을수록 활동에 대한 가족의 지지 정도가 많은 것을 의미한다. 본 연구의 Cronbach  $\alpha$ 는 .830이었다.

#### 3) 심리적 안녕감

자원 봉사 노인의 심리적 안녕감을 측정하기 위하여 Ryff(1989)의 '심리적 긍정적 기능 척도(Psychological Positive Functioning)' 18문항을 이용하였다. 이 척도는 자아 수용, 타인과의 긍정적 관계, 자율성, 환경에 대한 지배감, 인생의 목표, 개인적 성장 등 6개의 영역으로 구성되어 있다. 본래 Ryff(1989)의 척도는 '전혀 동의하지 않는다(1점)'에서부터 '매우 동의한다(6점)'로 6점 척도이나 예비 조사 결과 연구 대상이 6점 척도로 세분화하여 응답하는 능력이 떨어져 4점 척도로 수정하였다. 본 연구에서 산출된 Cronbach  $\alpha$ 는 .800이었다.

#### 4) 활동에 대한 만족도

활동에 대한 만족도는 단일 문항으로 측정하였으며 '매우 불만족한다(1점)'에서부터 '매우 만족한다(4점)'까지 4점 척도이다.

### 3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS 15.0 윈도우용 프로그램을 이용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다. 우선 연구 대상의 사회인구학적 배경과 각 변인의 일반적인 경향을 파악하기 위해 평균, 표준 편차, 빈도와 백분율을 산출하였고,  $\chi^2$  검증을 하였다. 다음으로 자원 봉사 노인의 생성감, 활동에 대한 가족의 정서적·도구적 지지 정도와 활동 참여 노인의 심리적 안녕감과 관계를 분석하고자 Pearson의 적률 상관 계수를 산출하였다. 이를 바탕으로 자원 봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위하여 위계적 중다 회귀 분석을 실시하였다.

## IV. 연구 결과 및 해석

본 연구 대상자의 특성을 <표 1>에 제시하였는데, 이들의 연령은 60세부터 최고 84세까지로 평균 연령은 68.0세였다( $\chi^2=31.930^{***}$ ). 응답자의 61.5%가 60대로 비중이 높기는 했으나, 70대가 차지하는 비율도 32.0%로 상당하였다. 결혼 상태는 '배우자가 있는 경우(68.5%)'가 가장 많았으며 '사별'은 26.5%로 나타났다( $\chi^2=10.511^{**}$ ). 종교는 '불교(32.5%)'와 '천주교(31.0%)'가 많았으며, '없는 경우'는 11.0%였다( $\chi^2=.614$ ). 총 가계 소득은 '51~100만원(21.5%)', '151~200만원(20.5%)'의 순이었고( $\chi^2=10.536^*$ ), 본인이 지각하는 주관적인 경제 상태는 '좋은 편이다'가 65.0%, '어려운 편이다'가 30.0%였다( $\chi^2=3.599$ ). 건강 상태에 대해서는 '좋은 편이다'와 '매우 좋은 편이다'가 83.5%로 대부분 자신의 건강을 긍정적으로 지각하는 것으로 나타났다( $\chi^2=2.265$ ). 교육 수준은 '대학교 졸업 이상'이 38.0%, '고등학교 졸업'이 31.5%를 차지하였다( $\chi^2=13.939^{**}$ ). 이전 직업으로는 '전업 주부(42.5%)'가 가장 많았으며, 그 다음으로는 '전문직(18.0%)'이 많았다. 주된 소득원은 '본인과 배우자의 재산 소득(36.5%)', '자녀가 주는 생활비(22.5%)'의 순이었다. 현재 거주하는 형태는 '노인 부부만 사는 경우'가 37.0%, '노인 부부와 미혼 자녀와 사는 경우'가 24.0%, '배우자없이 본인과 미혼 자녀가 사는 경우'가 2.0%로 핵가족의 비율이 63.0%였다. 그리고 '독거' 노인은 19.5%를 차지하였다. 자녀 수는 1명에서 6명까지로 '2명(35.5%)', '3명(33.5%)', '4명(17.0%)'의 순으로 2명인 경우가 가장 많았다.

본 연구의 대상을 전국 노인(통계청, 2005)과 비교해 보면, 전국 노인의 교육 수준은 '고등학교 졸업'과 '대학 이

상의 비율이 각각 8.0%와 5.4%에 불과해 본 연구 대상의 교육 수준이 상당히 높음을 알 수 있다. 월 평균 소득은 전국 노인이 평균 112만원으로 보고되었으나 본 연구 대상은 '51만원~100만원'과 '151원~200만원'이 가장 많았

다. 세대 구성은 삼세대 이상 가구가 전국 평균은 30.8% 인데 반해 본 연구 대상은 15.5%로 반수에 불과했다. 종합하면 본 연구의 대상이 교육이나 소득 수준면에서 일반 노인보다는 높은 편이라 할 수 있다.

<표 1> 연구 대상의 특성

변인	전체(N=200) 빈도(%)	남(n=43) 빈도(%)	여(n=157) 빈도(%)
연령			
60세 이상~64세 이하	81(40.5)	4 (9.3)	77(49.0)
65세 이상~69세 이하	42(21.0)	7(16.5)	35(22.3)
70세 이상~74세 이하	36(18.0)	8(18.5)	28(17.9)
75세 이상~79세 이하	28(14.0)	16(37.2)	12 (7.6)
80세 이상~84세 이하	13 (6.5)	8(18.5)	5 (3.2)
배우자 유무			
있음	137(68.5)	38(88.4)	99(63.1)
없음(별거)	4 (2.0)	-	4 (2.5)
(이혼)	6 (3.0)	-	6 (3.8)
(사별)	53(26.5)	5(11.6)	48(30.6)
종교 유무			
없음	22(11.0)	6(14.0)	16(10.2)
있음(개신교)	47(23.5)	15(34.9)	32(20.4)
(불교)	65(32.5)	14(32.6)	51(32.5)
(천주교)	62(31.0)	7(16.2)	55(35.0)
(유교)	2 (1.0)	1 (2.3)	1 (0.6)
(기타)	2 (1.0)	-	2 (1.3)
총 가계 소득			
50만원 이하	32(16.0)	13(30.2)	19(12.1)
51~100만원	43(21.5)	12(27.9)	31(19.7)
101~150만원	13 (6.5)	-	13 (8.3)
151~200만원	41(20.5)	8(18.7)	33(21.0)
201~250만원	20(10.0)	5(11.6)	15 (9.6)
251~300만원	12 (6.0)	-	12 (7.6)
301만원 이상	31(15.5)	5(11.6)	26(16.6)
기타	8 (4.0)	-	8 (5.1)
주관적 경제 상태			
매우 어렵다	6 (3.0)	4 (9.3)	2 (1.3)
어려운 편이다	60(30.0)	15(34.9)	45(28.7)
좋은 편이다	130(65.0)	24(55.8)	106(67.5)
매우 좋은 편이다	4 (2.0)	-	4 (2.5)
건강 상태			
매우 나쁘다	4 (2.0)	1 (2.3)	3 (1.9)
나쁜 편이다	29(14.5)	3 (7.0)	26(16.6)
좋은 편이다	151(75.5)	36(83.7)	115(73.2)
매우 좋은 편이다	16 (8.0)	3 (7.0)	13 (8.3)
교육 수준			
초등학교 졸업 이하	30(15.0)	3 (7.0)	27(17.2)
중학교 졸업	31(15.5)	5(11.6)	26(16.6)
고등학교 졸업	63(31.5)	9(20.9)	54(34.4)
대학교 졸업	69(34.5)	20(46.5)	49(31.2)
대학원 졸업 이상	7 (3.5)	6(14.0)	1 (0.6)

변인	전체(N=200) 빈도(%)	남(n=43) 빈도(%)	여(n=157) 빈도(%)
이전 직업			
전문직	36(18.0)	9(20.9)	27(17.3)
관리직	12(6.0)	10(23.3)	2(1.3)
사무직	23(11.5)	9(20.9)	14(8.9)
생산직	4(2.0)	4(9.3)	-
단순노무직	4(2.0)	-	4(2.5)
영업직	3(1.5)	1(2.3)	2(1.3)
자영업	24(12.0)	7(16.3)	17(10.8)
서비스직	2(1.0)	-	2(1.3)
농업	2(1.0)	2(4.7)	-
전업주부	85(42.5)	-	85(54.1)
기타	5(2.5)	1(2.3)	4(2.5)
주 소득원			
일해서 버는 돈	33(16.5)	1(2.3)	32(20.4)
연금	32(16.0)	7(16.3)	25(15.9)
퇴직금	12(6.0)	4(9.3)	8(5.2)
부부의 재산 소득	73(36.5)	16(37.2)	57(36.3)
자녀가 주는 생활비	45(22.5)	13(30.2)	32(20.4)
기타	5(2.5)	2(4.7)	3(1.9)
거주 형태			
독거	39(19.5)	3(7.0)	36(22.9)
노인 내외만	74(37.0)	29(67.4)	45(28.7)
결혼한 아들 내외	24(12.0)	3(7.0)	21(13.4)
결혼한 딸 내외	7(3.5)	3(7.0)	4(2.5)
본인+미혼 자녀	4(2.0)	-	4(2.5)
자식 이외 친척	2(1.0)	-	2(1.3)
노인 내외+미혼 자녀	48(24.0)	4(9.3)	44(28.0)
기타	2(1.0)	1(2.3)	1(0.7)
자녀 수			
1명	13(6.5)	1(2.3)	12(7.6)
2명	71(35.5)	13(30.2)	58(36.9)
3명	67(33.5)	12(27.9)	55(35.0)
4명	34(17.0)	9(20.9)	25(15.8)
5명	13(6.5)	6(14.1)	7(63.7)
6명	2(1.0)	2(4.6)	-

한편 이번 연구에서 상정한 연구 문제에 대한 결과를 제시하기 전에 연구 대상 노인들이 현재 참여하고 있는 자원 봉사 활동의 특징을 <표 2>에 제시하였다. 자원 봉사 참여가 자발적인 선택이었는가에 대해 응답자의 99.0%가 '본인이 희망해서'라고 답하였다. 참여하게 된 동기는 '남에게 무엇인가 도움이 되려고(41.5%)'가 가장 많아 이 타주의적인 동기에서 출발하는 것을 알 수 있었다. 활동 정보를 습득한 경로는 '복지 기관'과 '종교 기관'을 통해서라는 응답이 각각 37.0%, 30.5%였으며, '친구 등 지인의 소개'는 15.5%를 차지하였다. 이들이 주로 하는 활동은 '노인복지관내 식당 급식 관리(21.0%)'와 '노숙자 무료 급식(21.0%)'이 가장 많았으며, '노인복지관/병원 안내 또는

접수 등 사무 보조(15.5%)', '담골 공원 또는 청계천 환경 정리(13.5%)'의 순이었다. 자원 봉사를 하는 장소는 정보 습득원과 유사하게 '복지 기관'이 49.0%로 가장 많았으며, '의료 기관'은 16.5%로 그 다음이었다.

자원 봉사를 한 기간은 '2~4년 미만(25.0%)', '4~5년(15.0%)'의 순으로 나타났다. 5년 이하의 비율이 61.5%로 반수 이상이기도 하나, 11년 이상, 길게는 40년 동안 이 활동에 참여한 노인도 14.5%로 상당하였다. 그리고 응답자 중 다수가 복수 이상의 자원 봉사를 하고 있었는데, 이들은 노년기 이전부터 활동에 참여하여 자원 봉사가 거의 생활화되어 있는 것으로 나타났다. 참여 횟수는 '1주일에 2회(36.5%)', '1주일에 1회(46.0%)'가, 1회 활동에 소요되는



<표 2> 자원 봉사 활동의 특징

(N=200)

내용	빈도(%)	내용	빈도(%)
자발성 여부	원함 198(99.0) 원하지 않음 2 (1.0)	활동 기간	1년 미만 20(10.0) 1~2년 미만 23(11.5) 2~4년 미만 50(25.0) 4~5년 30(15.0) 6~8년 26(13.0) 9~10년 22(11.0) 11~20년 23(11.5) 21~40년 6 (3.0)
참여 동기	남에게 무엇인가 도움이 되려고 83(41.5) 자원 봉사 활동을 하는 것이 즐거워서 39(19.5) 종교적인 신념을 실천하기 위해 26(13.0) 시간을 보내기 위해 13 (6.5) 지식과 경험을 활용하기 위해 13 (6.5) 사람들과 교류를 증대시키려고 12 (6.0) 새로운 지식과 경험을 얻기 위해 7 (3.5) 주위 사람의 권유로 6 (3.0) 기타 1 (0.5)	참여 횟수	1주일에 2회 73(36.5) 1주일에 1회 92(46.0) 2주일에 1회 5 (2.5) 1개월에 1회 28(14.0) 기타 2 (1.0)
정보 제공원	복지 기관 74(37.0) 종교 기관 71(30.5) 친구 등 지인의 소개 31(15.5) TV, 신문 등 대중 매체 19 (9.5) 자녀의 소개 3 (1.5) 기타 2 (1.0)	1회 활동 시간	1시간 미만 2 (1.0) 1-2시간 30(15.0) 2-3시간 38(19.0) 3-4시간 54(27.0) 4-5시간 44(22.0) 5시간 이상 32(16.0)
활동 종류	노인복지관내 식당 급식 관리 42(21.0) 노숙자 무료 급식 42(21.0) 노인복지관/병원 안내·접수 사무 보조 31(15.5) 탐골 공원 또는 청계천 환경 정리 27(13.5) 병원내 의료용품 관리 3 (1.5) 양로원 말벗 도우미 16 (8.0) 외국어 번역 14 (7.0) 프로그램 도우미 9 (4.5) 시민단체(대한적십자사/시민연대/법률상담) 9 (4.5) 기타(구청 민원/물리치료실/반찬 봉사 등) 7 (3.5)	금전적 보상	없음 199(99.5) 있음 1 (0.5)
활동 장소	복지 기관 98(49.0) 종교 단체 27(13.5) 시민 단체 9 (4.5) 문화 예술 단체 27(13.5) 의료 기관 33(16.5) 행정 기관 4 (2.0) 도움이 필요한 개인 2 (1.0)	활동 만족도	매우 불만족한다 6 (3.0) 불만족한다 10 (5.0) 만족한다 148(74.0) 매우 만족한다 36(18.0)
		개선 부분	금전적인 보상이 더 많아졌으면 16 (8.0) 맡은 일이 보다 다양해졌으면 46(23.0) 사교적인 기회가 더 많아졌으면 19 (9.5) 건강에 신경 쓸 여유가 있었으면 20(10.0) 새로운 것을 배울 수 있었으면 50(25.0) 맡은 일이 보다 쉬워졌으면 4 (2.0) 없음 45(22.5)
		향후 활동 여부	계속 할 것이다 198(99.0) 그만 둘 것이다 2 (1.0)

시간은 '3~4시간(27.0%)'과 '4~5시간(22.0%)'이 가장 많았다. 자원 봉사 기관에 따라 주 단위로 월 단위로 일정이 계획되어 주로 당번제로 운영되기 때문에 노인이 정기적으로 큰 부담없이 활동할 수 있는 것으로 보인다. 자원 봉사시 금전적인 보상을 받는 노인은 한 명이었는데 활동에 필요한 재료 구입비였다. 나머지 응답자는 '없다'고 답하였고, 활동 기관에 따라 점심 식사를 제공받기도 하였다.

활동에 대한 만족도는 '만족한다(74.0%)'와 '매우 만족한다(18.0%)'가 92.0%로 만족도가 높게 나타났는데 불만이 많은 참여자는 이미 활동을 그만 두었을 가능성도 배제할 수 없을 것으로 생각된다. 개선되었으면 하는 부분은 '새로운 것을 배울 수 있었으면(25.0%)', '맡은 일이 보다 다양해졌으면(23.0%)'의 순으로 단순반복적인 활동에서 탈피하기를 바라는 내용이 많았다. 그리고 활동에 대한

만족도가 높았기 때문인지 개선되었으면 하는 부분이 '없음(22.5%)'도 상당하였다. 향후 활동의 계속성 여부에 대해 응답자의 99.0%가 '계속 할 것이다'라고 답하였다. 활성화 방안에 관하여는 '자원 봉사자의 동기 부여를 위한 활동 제공(27.0%)', '자원 봉사자의 투철한 봉사 의식과 책임감(24.0%)', '자원 봉사 활동의 홍보(22.0%)', '체계적인 자원 봉사 활동 훈련(12.0%)', '자원 봉사자에 대한 신분 보장과 사고 대책(12.0%)', '자원 봉사 활동을 총괄하는 법과 조직(3.0%)'의 순으로 조사되어, 난이도가 다양한 활동에 대한 요구가 많음을 알 수 있었다.

### 1. 자원 봉사 참여 노인의 심리적 안녕감

첫 번째 연구 문제인 자원 봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감 정도는 어떠한가를 알아보기 위해 기술 통계를 실시하였으며, 이에 대한 결과는 <표 3>과 같다.

본 연구 대상의 심리적 안녕감은 49.8점으로 가능한 점수 범위(18~72점)를 고려해 볼 때, 보통 수준 이상으로 나타났다. 심리적 안녕감을 하위 영역별로 살펴보면 '환경에 대한 지배감(M=8.66)' 영역이 가장 높았고, 그 다음은 '자율성(M=8.53)'과 '타인과의 긍정적 관계(M=8.53)' 영역으로 나타났다. Ryff와 Keyes(1995)는 '환경에 대한 지배감'과 '자율성' 영역은 연령이 증가할수록 일반적으로 증가되는 반면, '인생의 목표'와 '개인적 성장' 영역은 감소되는 경향을 보인다고 하였다. 본 연구 결과에서도 '환경에 대한 지배감'과 '자율성' 영역이 하위 영역 중 가장 높아 이들의 연구 결과를 지지하였다.

<표 3> 자원 봉사 참여 노인의 심리적 안녕감 (N=200)

변인	점수 범위	평균	표준 편차
자율성	3~12점	8.53	1.31
타인과의 긍정적 관계	3~12점	8.53	1.71
인생의 목표	3~12점	7.81	1.16
개인적 성장	3~12점	8.43	1.20
자아 수용	3~12점	7.80	1.39
환경에 대한 지배감	3~12점	8.66	1.00
심리적 안녕감	18~72점	49.76	5.40

### 2. 자원 봉사 노인의 생성감 및 가족의 지지 정도와 참여 노인의 심리적 안녕감과의 관계

자원 봉사 노인의 생성감과 심리적 안녕감과의 관계,

자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지 정도와 자원 봉사 노인의 심리적 안녕감과의 관계를 알아보고자 Pearson의 적률 상관 계수를 이용하여 산출하였으며, 결과는 <표 4>에 제시하였다. 자원 봉사 노인의 생성감과 심리적 안녕감과의 관계는  $r=.490$ 으로( $p<.001$ ), 정적인 상관 관계를 보였다. 즉, 봉사 활동을 하는 노인의 생성감 수준이 높을수록, 자신의 심리적 안녕감도 높았다. 생성감에 관한 연구(이은희, 김금운, 한규식, 주리아, 2004)에서 생성감과 삶의 질 간에 높은 정적 상관을 보고하였는데, 이와 일치하는 결과이다.

한편 자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지 정도를 정서적 지지와 도구적 지지로 구분하여 살펴본 결과, 정서적 지지 정도와 도구적 지지 정도는 심리적 안녕감과의 관계에서 각각  $r=.283$ ( $p<.001$ ),  $r=.351$ ( $p<.001$ )이었다. 다시 말하면 봉사 활동에 대한 가족의 정서적 지지가 많을수록 참여 노인의 심리적 안녕감은 높은 것으로 나타났으며, 도구적 지지 역시 가족으로부터 많이 받을수록 자원 봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감이 높다고 할 수 있다.

<표 4> 노인의 생성감 및 가족의 지지 정도와 노인의 심리적 안녕감과의 관계 (N=200)

변인	r
자원 봉사 노인의 생성감	.490***
활동에 대한 가족의 정서적 지지 정도	.283***
활동에 대한 가족의 도구적 지지 정도	.351***

\*\*\*  $p<.001$

### 3. 자원 봉사 참여 노인의 심리적 안녕감을 설명하는 변인들의 상대적인 영향력

위계적 중다 회귀 분석에 앞서 회귀 분석에 적합한 모형인가를 검증하기 위해 변인간 상호 상관 계수를 산출하여 독립 변인간 다중공선성을 점검하였다. 이 중 가장 높은 상관 계수는 가족의 정서적 지지와 도구적 지지로 ( $r=.629$ \*\*\*) 다소 높았으나 지지의 세분화된 측면을 파악할 필요가 있다고 생각되어 모두 투입하였으며, 그 외 나머지 계수는 분석에 큰 무리가 없는 것으로 판단하였다(<부록 1>). Eigen 값과 Durbin-Watson 계수는 각각 14.058, 1.594였는데 Eigen 값이 15이하이고, Durbin-Watson 계수가 2에 근접하여 회귀 분석에 적절한 모형으로 나타났다. 먼저 제 1단계에서는 사회인구학적 변인을, 제 2단계에서는 자원 봉사 활동과 관련된 변인들을 투입하였다. 이 중

<표 5> 자원 봉사 참여 노인의 심리적 안녕감에 대한 회귀 분석 결과 (N=200)

변인	1단계 $\beta$	2단계 $\beta$	3단계 $\beta$
성	-.325***	-.277**	-.146
연령	.147	.113	.051
배우자 유무(0=없음, 1=있음)	.011	.035	-.003
종교 유무(0=없음, 1=있음)	.010	-.001	-.046
총 가계 소득	.094	.066	.052
주관적 경제 상태	.000	.000	-.055
건강 상태	.101	.109	.057
교육 수준	-.354***	-.350***	-.256***
활동 기간		-.027	-.038
참여 횟수		-.152*	-.106**
1회 활동 시간		-.018	-.024
활동에 대한 만족도		.094	.075
노인의 생성감			.361***
가족의 정서적 지지 정도			.013
가족의 도구적 지지 정도			.167*
$\Delta R^2$	.22***	.3***	.17***
$R^2$		.25	.42
$F$	6.66***	5.17***	8.73***

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

금전적인 보상 변인은 응답자가 한 명에 불과하여 제외하였다. 마지막 제 3단계에서는 노인의 생성감과 자원 봉사 활동에 대한 가족의 지지 정도를 투입하였으며, 이에 대한 결과는 <표 5>와 같다.

회귀 분석 결과, 자원 봉사를 하는 남녀 노인들의 심리적 안녕감에 대한 사회인구학적 변인의 설명력은 22%였다 ( $p<.001$ ). 이 중, 성( $\beta=-.325, p<.001$ )과 교육 수준( $\beta=-.354, p<.001$ )이 남녀 노인의 심리적 안녕감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다시 말하면, 남성인 경우, 교육 수준이 낮을수록, 이들의 심리적 안녕감이 높았다. 제 2단계에서 자원 봉사 활동과 관련된 변인이 첨가됨으로써 3%의 변량이 추가로 설명되었으며( $p<.001$ ), 전체적으로는 25%의 변량이 설명되었다. 성( $\beta=-.277, p<.01$ )과 교육 수준( $\beta=-.350, p<.001$ )은 여전히 유의한 변인으로 남아 있었으며, 참여 횟수( $\beta=-.152, p<.05$ )는 남녀 노인의 심리적 안녕감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 남성 노인이며, 교육 수준이 낮을수록, 활동에 참여하는 횟수가 빈번할수록, 노인의 심리적 안녕감이 높다고 할 수 있다.

마지막 제 3단계에서는 개인의 내적, 외적 변인이 첨가됨으로써 17%의 변량이 추가로 설명되었으며( $p<.001$ ), 남녀 노인의 심리적 안녕감 전체 변량의 42%를 설명하였다. 교육 수준( $\beta=-.256, p<.001$ )과 참여 횟수( $\beta=-.106, p<.01$ )는 계속적으로 유의한 변인으로 남아 있었으며, 노인의 생성감( $\beta=.361, p<.001$ )과 활동에 대한 가족의 도구적 지지 정도( $\beta=.167, p<.05$ )는 남녀 노인의 심리적 안녕감에 정적인

영향을 미치는 것으로 나타났다. 정리하면 노인의 교육 수준이 낮을수록, 활동에 자주 참여할수록, 참여 노인의 생성감 수준이 높을수록, 활동에 대해 가족으로부터 도구적 지지를 많이 받을수록, 자원 봉사를 하는 남녀 노인의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다.

## V. 논의 및 결론

노년기의 주요 생애 사건들은 퇴직이나 사별 등 사회적, 관계적 역할로부터의 퇴조를 의미한다. 활동 이론 옹호자들은 노인의 생활 만족과 안녕감이 사회적 상호 작용을 유지함으로써 증진될 수 있으므로, 이 시기에 새로운 사회적 관계망을 창조하면 사회적 역할로부터 분리된 노인들보다 신체적, 정신적으로 건강해 질 수 있다고 주장한다(Havighurst & Albrecht, 1953). 이에 자원 봉사 활동이 노년기에 적합한 대표적인 사회적 활동으로 판단되어 본 연구는 자원 봉사자들의 심리적 안녕감에 관해 살펴보고자 실시되었다.

첫째, 자원 봉사를 하는 노인의 심리적 안녕감은 가능한 점수 범위에서 평균 이상의 점수를 보였다. 한국노동연구원(2004)의 조사에 따르면 우리나라 인구의 퇴직 연령은 54.1세로, 극빈층의 경우 재취업이 불가피하지만 재취업 대신 자원 봉사를 선택한 노인은 자기 계발과 자아

실현을 우선하는 계층일 가능성이 높다. 남성의 경우 세계 부양자로서 공적 영역에서의 작업이 정형화되어 있는 것이 현실이므로 지속적으로 외부 활동을 유지해 나가는 것이 남성 노인의 안녕감을 증진하는데 도움이 되었던 것으로 생각된다. 또한 자녀 양육과 진수를 마친 여성 노인은 빈 등우리 시기를 경험하면서 느끼는 일상의 공허함이 자원 봉사를 통해 경감될 수 있고 자기 존재감을 확인하는 기회로 이용할 수 있어 심리적 안녕감 수준이 높았을 것으로 보인다.

심리적 안녕감의 하위 영역 중에서 '환경에 대한 지배감', '자율성'과 '타인과의 긍정적 관계' 영역의 점수가 높았는데 다른 활동에 비해 자원 봉사 활동의 난이도나 강도가 상대적으로 낮고 본인의 의지로 선택할 수 있다는 점에서 '환경에 대한 지배감'과 '자율성' 영역이 높았던 것일 수 있다. 또한 '타인과의 긍정적 관계' 영역도 대인간 상호 작용이 많은 자원 봉사 활동의 경험을 통해서 타인에게 수용되고 집단감과 소속감을 느껴서 높은 점수를 보인 것으로 유추할 수 있다. 남성 노인의 경우 '자율성' 영역이, 여성 노인은 '타인과의 긍정적 관계' 영역이 가장 높았는데, 남성 자원 봉사자들은 주로 외국어 번역이나 법률 상담 등 다소 전문적인 지식을 요하는 활동들을 수행하는 경향이 있어 자율성을 높게 지각하였을 가능성이 있다. 반면 여성 노인은 주로 급식이나 병원 잡무와 관련된 일을 많이 하고 있었는데 이는 노인들이 집단으로 하는 경우가 대부분이어서 대인 관계를 형성, 유지할 수 있는 기회로 활용 가능하다.

둘째, 자원 봉사 노인의 심리적 안녕감을 설명하는 변인들은 참여 노인의 교육 수준, 자원 봉사 활동 참여 빈도, 노인의 생성감 수준, 그리고 활동에 대한 가족의 도구적 지지 정도였다. 즉, 노인의 교육 수준이 낮을수록, 봉사 활동에 자주 참여할수록, 노인의 생성감 수준이 높을수록, 활동에 대해 가족으로부터 도구적 지지를 많이 받을수록, 자원 봉사를 하는 남녀 노인의 심리적 안녕감이 높았다. 그리고 이 변인들 중에서 상대적인 영향력이 가장 큰 변인은 참여 노인의 생성감 수준이었다. 이는 Keyes와 Ryff(1998)의 연구 결과를 지지하는 것으로 이러한 결과를 통해 생성감이 봉사 활동에 참여하게 하는 개인의 내적 동기로 상당한 역할을 함을 알 수 있다.

Erikson, Erikson과 Kinick(1994)이 노년기에는 grand-generativity를 경험할 수 있다는 주장에서처럼 생성감은 중년 이후 노년기에 성취해야 할 발달 과업으로도 적합한 것으로 보인다. 중년기의 생성감이 자녀 양육에 우선적으로 할애되었다면, 노년기의 생성감은 자신의 혈족 이외에 타인이나 지역 사회로 확장하여 도움을 제공함으로써 유·무형의 성과물을 창출할 수 있고, 이 과정에서 자신

의 존재 의미를 재확인할 수 있는 기회로 구현되기에 자원 봉사 활동이 최적일 수 있기 때문이다. 즉, 타인을 도움으로써 내가 필요하고 쓸모있는 존재라는 느낌을 갖게 되고, 타인과의 유대를 통해 자신이 사회적 관계에서 수용된다고 지각하게 된다. 그리고 봉사 활동은 자신의 고유한 지식과 지혜를 후대에까지 전달시킬 수 있는 하나의 수단이 될 수 있다.

본 연구에서 흥미로운 결과 중의 하나는 심리적 안녕감에 미치는 교육 수준 변인으로 일반 노인들을 대상으로 한 연구(박기남, 2004)에서는 대체적으로 교육 수준이 높을수록, 안녕감도 높은 것으로 보고된다. 그러나 자원 봉사를 하는 노인들을 대상으로 한 본 연구에서는 기존의 연구 결과와 상반되는 결과가 나타났는데, 이에 대해 안녕감을 설명하는 이론 중 하나인 '상향 對 하향적 접근(Bottom-up vs. Top-down Theory)'을 생각해 볼 수 있다.

상향적 접근이란 행복한 삶은 행복한 순간에 대한 경험의 축적에 의한 것이며, 하향적 접근은 개인의 긍정적인 신념 덕분에 행복과 기쁨을 느끼는 것이지 객관적 의미에서 행복의 요소를 더 많이 가졌기 때문은 아니라는 것이다. 상향적 접근을 강조하는 입장에서는 사람들은 생활에서 긍정적인 사건이 축적될 때 밝은 기질과 낙천적인 전망을 한다고 주장한다(Diener, 1984). 반면 하향적 접근에서는 낙천적인 기질을 가진 사람은 사건을 긍정적으로 해석한다고 한다. 중요한 것은 어떤 것을 가졌느냐가 아니라 어떻게 반응하느냐가 안녕감에 더 큰 영향을 미친다고 할 수 있다. 따라서 교육 수준이 높은 사람들은 자신과 동등한 위치에 있는 사람들과의 수준을 비교함으로써 자신의 삶에 대한 평가에 영향을 미칠 수 있으며 자신이 객관적으로 우등한 위치임에도 불구하고 자신의 처지를 평가절하하게 될 수 있다.

하지만 교육 수준이 낮은 사람의 경우 본인의 기대 수준이 그다지 높지 않을 뿐더러 자신이 남에게 뭔가 도움을 주었다는 사실에 만족도가 높아질 수 있다. 즉, 타인과의 비교를 통해 인지적 평가가 변화될 가능성이 있다. 면접 조사하는 과정에서 일부 노인들은 자신의 생활 여건이 다른 노인들에 비해 월등히 뛰어나진 않았지만 긍정적으로 평가하는 경향이 있음을 알 수 있었다. 이는 연구 대상 노인의 개인적인 성향이 본래 낙천적이어서일 수도 있지만, 노인이 자신보다 다소 어려운 상황에 있는 사람들을 도와주는 과정에서 상대적인 박탈감보다는 우월감을 느끼게 되고 자신의 상황을 실제보다 긍정적으로 평가하게 되어 (Usui, Keil, & Durig, 1985), 심리적인 안녕감을 높게 유지할 가능성도 있다. 이와 같이 개인의 인성적인 성향에 따라 주관적인 평가가 달라질 수 있으므로 후속 연구에서는 이러한 내용을 반영하는 변인을 포함할 필요성이 제기

된다.

다음으로 가족의 지지 중 도구적 지지만이 자원 봉사 참여 노인의 심리적 안녕감에 영향을 미쳤는데 Kahn과 Antonucci(1980)는 가족의 지지가 안녕감의 중요한 결정 요인이며 가족은 정서적, 도구적 지지를 제공하는 근원이라고 하였다. 이와 같이 인간이 사는 동안 다수의 대인 관계를 형성, 유지하지만 노년기의 가족 관계는 가장 친밀한 동시에 가장 오래 지속되는 관계라는 점에서 다른 사회적 관계보다 중요할 수 있다. 그러나 자원 봉사자들은 지지 제공의 구조적 측면에서 가족이외에 또 다른 지지원들을 형성할 수 있다. 하나의 예로 봉사 활동 중 하나였던 '말벗 도우미' 활동은 노인이 활동을 제공하는 동시에 수혜자가 될 수 있어서 노인들의 정서적 지지원으로 역할할 수도 있다. 또한 자원 봉사 활동은 단체로 활동하거나 활동 평가와 친목을 도모하는 기회가 정례화되어 있는 경우가 대부분이어서 이들에게는 가족만이 유일한 지지원이 아닐 가능성이 높다. 하지만 외부 활동이다 보니 활동시 필요한 교통편을 제공해 준다든지 정보를 주는 등의 도구적인 지지가 이들에게는 더 유용할 수 있기 때문에 도구적 지지가 설명 변인에 포함된 것으로 보이며, 이러한 결과는 한경혜(1999)의 연구와 일관된 결과이다.

끝으로 봉사 활동에 자주 참여할수록, 안녕감에도 긍정적이었는데 응답자의 대부분이 자발적으로 활동에 참여하기로 결정한 것에서처럼 타의가 아닌 본인의 자유 의지로 선택하였고, 자신이 의미를 부여하고 하는 활동이기 때문에 참여 빈도가 안녕감을 높이는데 기여한 것으로 보인다. 활동 기간이 최장 40년에 이른다는 응답자도 있어서 자원 봉사가 이들에게는 생활의 일부로 역할하고 있음을 알 수 있었다. 이는 지속 이론(Atchley, 1971)에서 주장하는 바와 같이 노년기 이전부터 수행하여 온 역할을 계속하여 일관성 있는 태도와 행동 유형을 지켜나감으로써 자아 존중감과 삶의 만족도를 지속적으로 확보하는 것으로 해석 가능하다. 더욱이 퇴직 이후 자원 봉사 활동에 참여하는 남성의 경우 직장에 출근하는 것과 유사하게 매일 계획된 일정이 심적인 안도감을 줄 수도 있다.

흔히 자원 봉사는 경제적인 여유나 재능이 있는 특수한 소수 계층만이 할 수 있는 것으로 생각하기 쉽다. 그러나 개선점과 활성화 방안에서 언급되었던 것처럼 봉사 활동의 수준을 노인의 연령이나 경력, 학력 수준에 알맞게 선택할 수 있도록 종류를 다양화하여 개발한다면 더 많은 노인들의 참여가 가능할 것으로 보인다. 그리고 금전적인 보상의 바램도 일부 공존하였는데 임금 노동과 봉사 활동의 결합을 노년기의 이상적인 활동으로 규정된 UN의 제안처럼 약간의 금전적인 지원을 수반한다면 노인들의 참여가 확대될 수 있을 것으로 생각된다. 본 연구의 제한점

과 제언으로는 조사 대상이 수도권 거주자에 한정되어 일반화에 주의할 필요가 있으며, 자원 봉사 참여 전과 후의 안녕감 차이를 비교할 수 있도록 단기 종단 연구를 실시한다면 적응상의 변화에 대해 보다 심층적인 정보 수집이 가능할 것으로 예상된다. 기존의 노년기 자원 봉사에 관한 연구들은 참여 동인에 대해서는 간과해 온 점이 있었던 바 본 연구에서는 이에 대표적인 개념으로 생성감을 포함하여 연구함으로써 참여 기제에 대한 기초 자료를 수집하였고 이와 더불어 점차 약화되어 가고는 있지만 여전히 가장 친밀한 지지원인 가족의 영향력을 함께 살펴보았다는 점에서 연구의 의의가 있다.

**주제어** : 자원 봉사 참여 노인, 생성감, 가족 지지, 심리적 안녕감

## 참 고 문 헌

- 김미혜, 정진경 (2003) 노인 자원 봉사자의 봉사 활동 헌신과 생활 만족에 관한 연구-활동이론을 중심으로-. *한국 사회복지학*, 54(8), 221-243.
- 김주현, 한경혜 (2001) 노년기 자원 봉사 활동과 자아 존중감. *한국노년학*, 21(2), 209-224.
- 박기남 (2004) 노년기 삶의 만족도의 성별 차이. *한국노년학*, 24(3), 13-29.
- 박지원 (1985) 사회적 지지 척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 윤미혜 (1995) 노인의 고독감과 자원 봉사 활동에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이금룡 (2003) 노인 자원 봉사 활성화를 위한 모집 전략 방안: 자원 봉사 경험이 없는 노인들에 대한 분석을 바탕으로. *한국노년학*, 23(3), 79-94.
- 이은희, 김금운, 한규석, 주리에 (2004) 노인의 안녕감에 미치는 생성감의 역할. *한국노년학*, 24(3), 131-152.
- 통계청 (2005) 고령자 통계.
- 통계청 (2007) 2006년 생명표.
- 한경혜 (1999) 노인의 자원 봉사 활동. 노인과 한국 사회. 서울, 사회문화연구소.
- 한국노동연구원 (2004) 인구 고령화와 노동 시장.
- Aquino, JA, Russell, DW, Cutrona, CE, Altmaier, EM (1996) Employment status, social support, and life satisfaction among the elderly. *J. of Counseling Psychology*, 43(4), 480-489.
- Atchley, RC (1971) "Retirement and leisure participation: Continuity or crisis?" *The Gerontologist*, 11, 13-17.
- Campbell, A, Converse, PE, Rodgers, WL (1976) *The Quality*

- of *American Life*. New York, Russell Sage Foundation.
- Caplan, G.(1982). The family as a support system. In McCubbin, HI, Patterson, JM (eds.), *Family stress, coping, and social stress*(pp. 200-220). A. Elizabeth Cauble Charles C. Thomas Publication.
- Caro, FG, Bass, SA (1993) Increasing volunteering among older people. In Bass, SA, Caro, FG, Chen, Y (eds.), *Achieving a productive aging society*. Westport Connecticut, Auburn House.
- Chambré, SM (1984) Is volunteering a substitute for role loss in old age? An empirical test of the activity theory. *The Gerontologist*, 33, 221-228.
- Cohen, S, Huberman, H (1983) Positive events and social support as buffering of life change stress. *J. of Applied Social Psychology*, 13, 99-125.
- Cummings, E, Henry, WE (1961) Growing old: *The process of disengagement*. New York, Academic Press.
- de St. Aubin, E, McAdams, DP (1995) The relations of generative concern and generative action to personality traits, satisfaction/happiness with life, and ego development. *J. of Adult Development*, 2, 99-112.
- Diener, E (1984) Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-547.
- Erikson, EH (1963) *Childhood and society*. New York, Norton.
- Erikson, EH, Erikson, JM, Kinvick, HQ (1994) *Vital involvement in old age*. Norton & Company.
- Fisher, B (1995) Successful aging, life satisfaction, and generativity in later life. *International J. of Aging and Human Development*, 41, 239-250.
- Fischer, LR, Mueller, DP, Copper, PW (1991) Older volunteers: A discussion of the Minnesota senior study. *The Gerontologist*, 31(2), 183-194.
- Havighurst, R, Albrecht, R (1953) *Older people*. New York, Longmans, Green.
- Herzog, AR, Kahn, R, Morgan, JN, Jackson, JS, Antonucci, TC (1989) Age differences in productive activities. *J. of Gerontology*, 44(4), 129-138.
- Kahn, RL, Antonucci, TC (1980) Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. *Life Span Development and Behavior*, 3, 253-286.
- Kaplan, BH, Cassel, JC, Gore, S (1977) Social support and health. *Medical Care*, 15, 47-58.
- Keyes, CM, Ryff, CD (1998) Generativity in adult lives: Social structural contours and quality of life consequences. In McAdams, DP, de St. Aubin, E (eds.), *Generativity and adult development*(pp. 227-264). Washington, American Psychological Association.
- Kotre, J (1984) *Outliving the Self: Generativity and the interpretation of lives*. Baltimore, The Johns Hopkins University Press.
- Krause, N, Herzog, ER, Baker, E (1992) Providing support to others and Well-being in later life. *J. of Gerontology*, 47(5), 300-311.
- Lakey, B, Cohen, S (2000) Social support theory and measurement. In Cohen, S (ed.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*(pp. 29-52). New York, Oxford University Press.
- Longino, CF, Kart, CS (1982) Explicating activity theory: A formal replication. *J. of Gerontology*, 37(6), 713-722.
- McAdams, DP, de St. Aubin, E (1992) A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *J. of personality and Social Psychology*, 62, 1003-1015.
- McIntosh, R, Danigelis, NL (1995) Race, gender, and the relevance of productive activity for elders' affect. *J. of Gerontology*, 50(4), 229-239.
- Ryff, CD (1989) Happiness is everything or is it?: Explorations on the meaning of psychological well-being. *J. of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, CD, Keyes, LM (1995) The structure of psychological well-being revisited. *J. of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Usui, W, Keil, TJ, Durig, KR (1985) Socioeconomic comparisons and life satisfaction of elderly adults. *J. of Gerontology*, 40(1), 110-114.
- Willigen, MV (2000) Differential benefits of volunteering across the life course. *J. of Gerontology*, 55(5), 308-318.

(2007. 10. 29 접수; 2008. 4. 14 채택)

<부록 1> 독립 변인들간의 상호 상관 계수

변인	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)
(1)성	1.000	-.421***	-.174**	.055	.202**	.180***	-.040	-.216**	.199**	.277***	.179**	.000	-.222**	-.198**	-.256**
(2)연령		1.000	-.323***	-.042	-.327***	-.136*	-.140*	-.056	-.062	-.266***	-.214**	.087	.214**	.067	.052
(3)배우자 유무			1.000	.106	.344***	.093	.174**	.217**	.127*	.115	.050	.037	.027	.158*	.212**
(4)종교 유무				1.000	.091***	.018	.024	.074	.050	.042	-.077	.131*	.02	.087	.171**
(5)총 가계 소득					1.000	.397***	.152*	.364***	.153*	.072	.167	.160	-.049	-.0033	.019
(6)경제 상태						1.000	.234***	.137*	.162*	.051	.138	.090	.062	-.003	.079
(7)건강 상태							1.000	.068	.145	.079	.085	.075	.156*	.042	.070
(8)교육 수준								1.000	.022*	-.010	.070	.097	-.067	-.052	-.089
(9)활동 기간									1.000	.043	.107	.047	.008	-.041	.031
(10)참여 횟수										1.000	.046	-.079	-.077	.012	-.021
(11)1회 활동시간											1.000	-.031	-.015	-.123*	-.103
(12)활동 만족도												1.000	.045	.104	.095
(13)생성감													1.000	.309***	.311***
(14)정서적 지지														1.000	.629***
(15)도구적 지지															1.000

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