

# 중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식이 생활만족도에 미치는 영향

Effects of The Degree of Preparation for Old Age and Perception of the Successful  
Aging on Life Satisfaction of Middle-aged Women

중앙대학교 가정학과  
박사수료 안 현 선\*  
중앙대학교 가족복지학과  
강 사 김 호 민  
박사수료 안 진 경  
교 수 김 양 희

Dept. of Home economics, Chung-Ang Univ.

*Ph. D. Candidate:* Ahn, Hyun Sun

Dept. of Family Welfare, Chung-Ang Univ.

*Lecturer:* Kim, Hyo Min

*Ph. D. Candidate:* Anh, Jin Kyung

*Professor:* Kim, Yang Hee

## 〈 목 차 〉

- |            |               |
|------------|---------------|
| I. 서론      | IV. 연구결과 및 해석 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언    |
| III. 연구방법  | 참고문헌          |

## 〈Abstract〉

The purpose of this study is to analyze the effects of the degree of preparation for old age and perception of successful aging on the life satisfaction of middle-aged women.

The participants in this study were 300 women ranging in age from 35 years to 65years who reside in Seoul, Gyeonggi-do, and other cities. Two hundred eight

\* 주저자, 교신저자: 안현선 (sejy1995@hanmail.net)

self-reported questionnaires were used for final analysis by SPSS WIN14.

The major results of this study were as follows:

First, there were differences in the degree of preparation for old age of middle-aged women by age, academic career, income, area, and religion. Second, there were differences in self-efficacy in the perception of successful aging by academic career, an income, and area. Third, there were differences in the degree of life satisfaction of middle-aged women by academic career and income. Finally, the most effective variables on the degree of life satisfaction were the degree of preparation for old age, perception of successful aging, and income. Consequently, to improve the life satisfaction of middle-aged women, social groups, local self-governments, and the government have to educate women on economic management for preparation for old age and human relationship progress programs, as well as promote healthy leisure cultures.

**Key Words :** 중년기 여성(middle-aged women), 노후준비도(degree of preparation for old age), 성공적 노후에 대한 인식(perception of the successful aging), 생활만족도(life satisfaction)

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

오늘날 의학의 획기적인 발달, 생활수준 향상 등으로 평균수명이 연장됨에 따라 노인인구가 급격히 증가하고 있다. 특히 한국은 OECD(경제협력개발기구)회원국 가운데 고령화 속도가 가장 빠르게 진행되고 있다. 통계청의 인구추계에 의하면 우리나라의 경우 65세 이상의 노령인구는 평균수명의 연장 및 출산율의 감소로 1995년 5.9% 수준에서 1997년 6.3%, 2000년에는 7.1%로 높아져 본격적인 고령화 사회(aging society)에 돌입하고, 2005년에는 10.0%, 2019년에는 14%를 넘어서 고령사회에 진입할 것이라고 전망하고 있다. 또한 2030년경이면 노인인구가 1,000만명을 넘으면 전 인구의 1/5 이상을 차지하게 될 것으로 예측한다(통계청, 2009). 통계청의 자료와 같이 2019년 고령사회가 된다면 2009년 기준으로 현재 55세가 고령

사회의 첫 노인 인구로 포함될 것이다. 그렇다면 우리나라 현재의 55세 이상은 서구보다 빠르게 고령사회로의 진입으로 인해 예상되는 많은 문제들에 대한 위기감을 갖고 있을 것이다. 고령화 사회로의 진입으로 노인들의 다양한 사회적 문제의 증가와 함께 노년기의 삶의 질에 대한 고민도 증가하고 있다. 노년기에 어떻게 하면 성공적인 삶을 살 수 있을까하는 것은 이제 더 이상 노인들에게만 국한된 관심사가 아니라 고령 사회를 준비하는 한국사회의 화두가 되고 있다. 그러므로 인간의 수명이 연장되고 인생의 주기 중 노년기가 차지하는 기간이 상대적으로 길어짐에 따라 중년기에 노후 준비 및 성공적 노후에 대한 인식에 대한 교육이 적절히 이루어진다면 노년기뿐만 아니라 노년기에 대한 고민이 많은 중년기의 현재 생활에도 영향을 줄 것이며, 그 영향은 지속될 것으로 생각된다.

인생에 있어 중년기는 모순적인 시기이다(이우경·방희정, 2008). 사회생활·직업생활에서

의 대인관계 및 사회 경제적 지위 등에 있어 절정기에 있는 반면, 더 이상의 성취보다는 하강과 은퇴를 감지하기 시작하는 시기이다. 또한 노부모와 성장한 자녀의 중간에 위치한 세대대로 개인적 발달에서는 신체적·생물학적 노화가 시작되는 시기이기도 하다. 그러므로 중년기는 심리적 혼란과 고통이 어느 발달적 전환기보다 심각해서 '전환기'이상의 의미까지 내포하고 있기 때문에 '중년기 위기'라는 용어로 표현되면서 중년기를 위기의 관점에서 보는 연구가 이루어져 왔다. 특히 현재 중년기 여성의 경우는 노년기에 있는 여성들과는 다른 위치에 놓여 있다. 이미 과거의 중년기 여성보다 전후(戰後)에 태어난 중년기 여성들은 대부분 교육의 수준이 상향화 되어져 있으며, 생활태도에 있어서도 가사노동뿐만 아니라 가계수입 및 지출에 상당히 관여하고 있으며, 특히 재테크의 붐에 맞추어 보장성 보험 및 개인연금에 가입하는 등 노후대비에 귀 기울이는 여성이 늘어나고 있는 추세이기 때문이다. 이렇듯 중년 시기에 여성들이 인생을 재평가하고 남은 인생을 어떻게 의미 있게 살 것인가에 대하여 관심이 증가하는 것은 당연시되고 있는 것이다. 신체적, 심리적 위기감에 있는 중년기 여성들이 노후에 대한 관심을 갖는 현재 자신의 생활에 대한 만족은 자신의 미래에 대한 노후 준비 및 성공적인 노후 인식과 무관하지 않을 것이다. 그러므로 현재 자신의 생활만족감을 위해서 중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식의 연구가 필요하다.

최근 고령화 시대를 앞두고 노후에 관련된 연구들은 많이 이루어지고 있는 실정이다. 노후준비에 관한 연구들은 중년층을 대상으로 노후생활 준비 또는 노후 준비 인식에 관한 연구들이 있고(김성희, 1996; 황승일, 2000, 양순미·홍숙자 2002, 임경자, 2002; 김인숙, 2004), 성공적 노후에 대한 연구(강인, 2003; 김미혜·

신경림·강미선·강인, 2004; 박경란·이영숙, 2002; 백지은·최혜경, 2005; 성혜영·유정현, 2002; 윤진, 1985; 최혜경·백지은·서선영, 2005)들이 이루어지고 있었다. 또한 노후 생활의 만족도에 대한 연구도 많이 이루어지고 있는데 임경자(2002)에 의하면, 생활만족도에 관한 연구들은 대부분 생활만족도에 영향을 미치는 사회 인구학적 변인을 밝히거나. 여가활동, 부양실태, 사회활동, 성격유형 등에 초점을 두고 있다고 하였다.

이와 같이 기존연구들을 살펴보면 대체로 중년층의 노후준비 및 노년층의 성공적 노후에 대한 인식에 관한 개별 연구, 노년층의 생활만족도 연구가 주를 이루었고, 중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식을 함께 변인으로 하여 현재 자신의 생활만족도를 분석한 연구는 전무한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 노후준비에 대한 필요성은 높으면서도 실제적인 준비는 미약한 중년기 여성들의 노후준비, 성공적 노후에 대한 인식을 변인으로 생활만족도에 어느 정도 영향을 미치는지 알아봄으로써, 이를 바탕으로 중년기 여성을 위한 바람직한 노후 준비와 성공적 노후에 대한 방안을 다각적으로 모색하고자 하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 중년기 여성

인간의 발달은 연속적 변화와 복합적 상호작용에 의해 이루어지므로 중년기에 대한 명확한 구분은 쉽지 않아 학자마다 그 견해를 달리 한다. 중년기의 범위에 대한 연구자들의 견해를 살펴보면, Erikson(1963)은 40~60세, Vincent는 35~55세, Havighurst는 35~60세, 김재은은 40~60세, 서봉연·유안진은 35~60세, 김에순은

35~60세를 중년기로 구분하고 있다(김명자, 1998). 윤진(1985)은 중년기를 신체적 나이보다는 인생경험에 의해 결정된다고 보고 육체노동을 하는 사람들은 35세에서 55세까지, 전문직에 종사하는 사람들은 40세에서 65세까지로 보았다. 또한 가족생활주기를 지표로 사용했을 때 신체적인 연령보다는 가족관계의 변화과정과 생활사건 등을 고려하여 사회적 연령으로 보는 견해도 있는데, 첫 자녀의 사춘기 시작(11-13세)부터, 갱년기, 폐경을 거쳐 마지막 자녀의 결혼 및 은퇴까지를 중년기로 보기도 한다(황주연, 2007). 이에 근거하고 요즘 자녀의 늦은 초혼이 이루어지는 점 등을 고려하여 본 연구에서는 중년기 여성의 연령범위를 35세에서 65세로 규정하여 접근하고자 한다.

중년기는 노부모와 성장한 자녀의 중간에 위치한 세대로, 개인적 발달의 관점에서는 신체적·생물학적 노화가 시작되는 시기이고, 인생의 유한성에 직면하여 본질적 자아에 대한 성찰에 관점에서는 사회생활·직업생활에서의 대인관계 및 사회 경제적 지위 등에 있어 절정기에 달하였으나 더 이상의 성취보다는 하강과 은퇴를 감지하기 시작하는 시기이다.

특히 현재 중년기 여성의 경우는 노년기에 있는 여성들과는 다른 위치에 놓여 있음을 알아야 한다. 전후 출생하여 현재 중년기를 맞이하고 노년기에 접어들 여성들의 경우 현 여성 노인에 비하여 교육수준이 향상되었으며, 1930년대 출생여성들의 평균교육연수는 3.8년임에 비하여 1950년대 출생여성들의 평균교육연수는 8.4년으로(통계청, 2000) 현 노인여성이 초등학교 중퇴가 평균수준이라면 현 중년기 여성들은 대체적으로 중학생 수준의 교육을 받았음을 알 수 있다. 이러한 교육수준의 차이를 비롯하여 산업사회의 발달로 인한 경제수준의 향

상과 자아실현에 대한 욕구 증가 등 현 노년여성과 현 중년여성의 심리적, 사회적 기타 여러 상황의 차이를 배제할 수 없는 것이다. 특히 대도시에 오랫동안 거주한 중년여성의 경우는 통계치와는 달리 상당히 높은 수준의 생활을 대다수 하고 있거나 또는 매체나 언론, 주변을 통하여 인지하고 있을 것이라 사료되어진다.

이와 같이 중년여성과 현재 노년여성의 기본적인 수준의 차이를 비롯하여 점차 빠르게 변화하고 발전해 나가는데 비하여 IMF시절 이후 안정된 생활에 대한 불신감에 대비하려는 태도 등에 따라 또 다른 여성노인문제에 대비하여야 할 것이다. 특히 현재 중년기를 맞이한 세대들이 전후 베이비붐 세대이며, 앞으로 점차 늘어날 평균수명(1)을 감안하여야 한다. 한국의 현 중년기 여성의 경우 여성의 사회화에 있어 출발기 및 과도기에 놓여있었음에 또한 혼란이 올 것을 대비하여야 한다. 이미 가정에 존속되어 살아야 함을 가르침 받아 현 노인여성과 같이 현모양처의 대열에 거의 속해있었지만 자신의 딸 세대는 그렇지 않다는 것을 직접 체험하였으며, 과거처럼 살아서는 현재 노인여성들의 대부분처럼 빈곤을 겪을 것이라는 막연한 두려움이 혼재되어 부양에 대한 기대감마저 상실당할 소지가 큰 것이다. 따라서 중년기 여성들은 자신의 노후에 대한 긍정적인 인식과 그것을 위한 노후준비를 위해 적극적이고 능동적으로 계획해야 하는 현실에 놓여 있는 실정이다.

## 2. 생활만족도

생활만족의 용어는 여러 학자에 의해 주로 행복감(Bradburn et al, 1965), 사기(Lawton, 1972), 적응(Palmore et al, 1979), 심리적 복지(Cavan

1) 현재 평균수명이 72.8세인 남성은 77.5세로 여성의 경우 현재 80세에서 84.1세로 증가할 것이다(김인숙, 2004).

et al, 1949; Larson, 1978) 등의 용어와 함께 구분없이 혼용되어 왔다(임경자, 2002; 재인용) 생활만족에 대해서 여러 학자에 의해 다양하게 정의되고 있지만 결국 생활 만족은 자신의 행복에 대한 주관적, 인지적 판단 및 평가로서 개인 생활의 포부와 목적의 조화적 만족을 의미한다고 볼 수 있다. 즉 생활만족도는 가정생활에서 경험하는 목표 및 기대의 달성정도에 대해 주관적으로 느끼는 충족감의 정도라고 할 수 있다.

생활만족도에 영향을 주는 객관적인 요인에 대한 연구들을 살펴보면, 이선미(1991)는 생활정도가 높을수록, 건강상태가 좋을수록, 중·노년기 생활만족도가 높았다고 했으며, 생활만족에 대한 개념의 측정은 대체로 노인층을 대상으로 독립변인으로서 사회경제적 지위, 사회적 상호작용, 여가활동에의 참여, 종속변인으로서 생활만족을 설정하여 연구되어 왔다(황주연, 2007). 또한 노인층 뿐만 아니라 중년기 여성을 대상으로 한 현재 여가활동에의 참여에 따른 생활만족도를 알아본 연구가 많이 이루어지고 있어(성현출, 2003; 이정호·정일호, 2004; 이은정·김을교, 2006; 황주연, 2007) 여가활동이 생활만족도와 관련이 있는 것으로 보여지고 있다.

Gerge(1979)에 의하면 생활만족도는 자신이 바라던 것과 실제 성취한 것을 비교하여 자신의 전반적인 존재태도로 평가하는 것으로서 인생을 장기적인 관점에서 전반적으로 평가하는 것이고 보았다. 최혜경(1984)은 생활에 대한 기대와 현실적인 충족간의 합치에서 오는 주관적인 만족감이 바로 생활만족이라고 보며, 김수연(1987)도 전 생애를 통해 자신이 기대하던 인생과 현재 자신이 살아가는 생활과의 합일정도를 정의하고 있다. 중년층을 대상으로 한 임경자(2002)의 연구에 의하면, 여자보다는 남자가, 생활정도가 높을수록, 건강상태가 좋을수

록 생활만족도는 높은 점수를 나타냈으며, 노후준비도는 생활만족도에 정적 영향을 미치는 것으로 나타나, 노후준비가 잘 된 사람은 생활만족도가 높다는 것을 알수 있었다. 이에 현재의 생활 상태만이 생활만족도에 영향을 주는 요인이 아니라 자신의 미래에 대한 것 또한 현재의 생활만족도에도 영향을 주는 요인임을 알수 있었다. 신체적, 심리적으로 중년의 위기감에 있는 여성들이 노후에 대한 관심을 갖는 현재 자신의 생활에 대한 만족은 자신의 미래에 대한 노후 준비 및 성공적 노후에 대한 인식과 무관하지 않을 것이다.

### 3. 노후준비도

노년기는 누구에게나 어김없이 찾아오는 시기로 피해갈 수는 없을 것이다. 노년기는 인생의 결실기이자 완성기이기도 하지만, 신체적·심리적·사회적 변화를 겪는 시기로 노후의 변화를 현명하게 대처하고 안정된 노후를 맞이하기 위한 것은 우리 모두에게 필수적인 과제라 할 수 있다.

노인문제가 일찍부터 대두된 선진국의 노인들은 젊어서부터 스스로, 혹은 국가에서 노후대책을 세워오고 있는 실정이지만, 우리나라의 노인문제는 과도적인 단계이고, 노후 준비를 해야할 중년기에는 대부분 자녀의 교육비, 가족생계 등으로 거의 지출되며, 자신들의 노후에 대한 준비는 거의 못하고 있으며, 정책적 측면에서도 미약한 실정이다(최순남, 1984). 특히 중년기 여성은 자신보다는 가족의 건강, 자녀의 교육에 대한 관심만을 가지고 있고 자신의 노후 준비를 전혀 못하다가 노년기에 경제수준의 저하와 가정내의 지위하락, 사회활동의 기회 단절로 인하여 노후에 여러 가지 문제를 겪을 가능성이 크다고 할 수 있다. 이러한 측면에서 Gross, Crandall, Knoll(1973)은 은퇴기

에는 건강, 수입, 고독, 은퇴 문제들과 함께 나이에 따라 직면할 문제인 생활에 대한 준비, 시간사용, 재정적인 문제, 결혼한 자녀들과의 상호관계와 같은 문제들이 대두하므로, 미리 예상하고 준비해야 한다고 지적하고 있다(황승일, 2000, 재인용).

노후의 생활의 만족과 관련된 연구(홍성희·이경희·곽인숙·김순미·김혜연·김성희 1998)에서는 신체적 건강이 생활만족도, 노년기의 적응에 정적으로 작용하고 있으며, Rowe와 Kahn(1997)은 성공적인 노화를 맞기 위해서 필요한 것은 질병이나 관련된 능력저하의 가능성을 낮추는 것과 높은 인지적·신체적 기능을 유지하는 것 그리고 적극적인 생활에 참여라고 주장하였다. 이러한 신체적인 건강을 위해서 질병에 대한 예방책과 더불어 치료, 적극적인 생활에의 참여를 가능하게 하는 것은 경제력이라 할 수 있다. 은퇴후 남자노인들은 가장 어렵게 생각하는 것이 경제적 어려움이라 지적(이은영, 1995)하고 있으므로, 노후에 원하는 생활 수준을 유지하려면 신체적인 노후 준비 뿐만 아니라 경제적인 노후 준비도 필요한 것이다.

노년기에는 지금까지 주어졌던 역할상실과 자녀의 독립과 주변사람들의 죽음 등으로 인해 인간관계가 축소되어 공허감, 소외감을 느끼게 된다. 또한 바쁘게 활동하던 중년기에 비해 노년기는 퇴직 등으로 인하여 일에 대한 해방을 맞이하지만 평균수명의 연장으로 인해 노후의 생활시간 활용이라는 문제가 대두된다. 역할상실에 대한 공허감과 여가 시간을 어떻게 변환시키느냐는 노년기의 생활의 질을 크게 좌우하는 관건이라 할 수 있다. 정서적으로 안정된 노후를 위해서는 중년기 때부터 동료와 가족들과의 원만한 관계를 유지하며, 여가 활용을 위해서는 취미나 오락뿐만 아니라 봉사나 교육 문화적 활동 등 상황에 맞는 여가를 즐길 수

있도록 준비해야할 필요가 있다(황승일, 2000)

이와 같이 노후의 생활에 신체적, 경제적, 정서적, 여가측면이 영향을 미친다고 볼 수 있다. 노후준비에 관한 연구들은 중년층을 대상으로 노후생활 준비 또는 노후 준비 인식에 관한 연구들이 있으나(김성희, 1996; 황승일, 2000, 양순미 외 2002, 임경자, 2002; 김인숙, 2004), 위의 결과들은 중년층을 대상으로 하거나 농촌의 여성을 대상으로 하여 이루어진 것이기 때문에 대상과 연구시기 방법이 본 연구와는 다소 차이가 있을 것이라 사료된다.

#### 4. 성공적 노후

성공적 노후란 1986년 미국 노인학회 연례 회의에서 처음 소개되었다(Fisher, 1995). 성공적인 노후는 인생만족, 사기, 심리적 안녕, 정신건강으로 정의된 척도를 이용하여 다양하게 정의되고 있다. 상호 교환적으로 쓰이는 용어로는 정신 건강, 사기(morale), 인생 만족도, 적응, 심리적 안녕 등을 들 수 있다. 그 중 인생만족, 행복이 성공적인 노후 연구에서 가장 많이 사용되었고, 이들을 함께 묶어 주관적 혹은 심리적 안녕이라 부르기도 한다(Ryff, 1982). Babara(2005)는 성공적인 노후를 역동적이고 긴 기간동안 신뢰를 바탕으로 한 상호작용과정, 그리고 개인을 둘러싼 모든 환경(신체적, 사회적, 경제적, 문화적)에 대한 개인의 긍정적 변화라고 제시하였으며, 노후는 개인의 여러 가지 측면 신체, 인지 능력, 사회적 자아, 영혼의 자아까지도 포함한다고 하였다.

지금까지의 우리나라의 성공적 노후에 대한 연구(강인, 2003; 김미혜 외, 2004; 박경란 외, 2002; 백지은 외, 2005; 성혜영 외, 2002; 윤진, 1985; 최혜경 외, 2005)는 이루어지고 있지만 이러한 연구들은 성공적인 노후라는 개념 안에 요인을 제시하고 성공적인 노후라는 개념

이 문화에 따라 얼마나 다를 수 있는지 고려하지 않는 경향이 있다. 그러나, 김미혜와 신경림(2005)은 서구의 성공적 노후의 모델이나 개념을 그대로 우리나라에 적용하는 것은 문화적 차이가 있음을 고려하여 한국 노인을 대상으로 성공적 노후의 성취 수준을 측정하기 위한 척도를 개발하였다. 성공적 노후는 개인의 선택과 행동에 기초하는 것이며 특히 한국인들의 생활문화, 라이프스타일, 가치관은 서구인들과는 많이 다르다(Yeun, 2005). 따라서 중년기의 성공적 노후에 대한 인식을 이해하기 위해서는 한국적인 성공적 노후와 관련된 맥락이 고려되어야 하는 것이다.

한국노인들의 경우 자녀 및 배우자와의 관계는 독립과 자율성을 중시하는 서구와는 생활만족도에 영향을 주는 가장 중요한 요인으로 나타나고 있으며(조명희, 2000; 김희주·주경희, 2008), 자녀의 성공이나 배우자와의 관계 등이 성공적 노후를 인식하는 경향이 상당히 강한 것을 알 수 있다(성혜영 외, 2002; 김미혜 외, 2005). 한국노인들에 있어 자녀들을 많이 가르쳐서 사회적으로 출세하고 노년기에도 지속적인 도움을 주는 등 자녀에 대한 부모로서의 역할을 다하는 것이 노인 자신의 삶에 대해 만족할 수 있는 하나의 중요한 요소가 됨을 나타냈다(최혜경, 2005). 또한 배우자의 관계에 있어 긍정적인 부부관계는 부부들에게 우울증을 낮추고, 친밀감 및 정서적 지원과 자아존중감의 향상을 도모하여 보다 심리적인 안정감을 가져온다고 한다(Tower & Kasl, 1996; 전계영, 2006 재인용). 노인의 건강한 몸과 마음은 생활과 삶에 만족도를 주고 있었으며(김중원, 1995; 이영인, 1996; 김운주, 1998; 김남진, 1999; 김경연·정여진, 2006), 유성호(2000)는 노년에도 여러 형태의 사회활동을 통하여 자아실현을 추구하고 나아가 사회발전에 기여하고자 하는 욕구를 가지고 있기 때문에 사회활동

이 친밀하고 빈번할수록 긍정적인 자아상을 갖게 됨으로써 생활만족도를 높게 유지시킨다고 하였다. 이처럼 노년기의 자녀와의 관계, 부부관계, 자신의 건강한 몸과 마음, 사회활동은 성공적 노후에 있어 중요한 요인이라 볼 수 있다.

이에 본 연구에서는 성공적 노후를 노년기에 경험하는 다양한 신체, 심리, 사회 변화에 잘 적응하고 적절하게 대처해 가는 과정으로 정의하고 이를 알아보기 위해 김미혜 외(2005)의 척도를 사용하였다. 김미혜 외(2005)의 연구에서는 노년기에도 앞으로의 남은 삶에 대해서 희망을 갖고 다양한 활동에 참여하며 주변 사람들로부터 자신이 필요한 사람으로 여기는 것은 ‘자기 효능감을 느끼는 삶’으로, 자녀들이 사회적으로 출세하고 결혼해서 화목하게 살며 경제적으로도 걱정을 끼치지 않고 살아가는 것은 ‘자녀 성공을 통해 만족하는 삶’으로, 부부가 모두 건강하고 서로 이해하는 것은 ‘부부간의 동반자적 삶’ 그리고 규칙적으로 생활하고 자신의 몸과 마음을 잘 다스리는 것은 ‘자기통제를 잘 하는 삶’으로 구성하는(김희주 외, 2008) 척도로 구성되어 있다.

따라서 본 연구에서는 서울 경기를 중심으로 중년기 여성의 생활만족도의 일반적인 경향을 분석하고 현재 준비하고 있는 신체적, 경제적, 정서적, 여가 노후준비와 미래 자신의 성공적 노후에 대한 인식 즉, 자기 효능감을 느끼는 삶, 자녀 성공을 통해 만족하는 삶, 부부간의 동반자적 삶, 자기통제를 잘 하는 삶이 현재의 생활만족도에 영향을 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구 문제

첫째, 중년기 여성의 노후준비도와 성공적

노후에 대한 인식 및 생활만족도의 일반적 경향은 어떠한가?

둘째, 중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 및 생활만족도는 사회 인구학적 변인에 따라 차이가 있는가?

셋째, 중년기 여성의 생활만족도에 대한 사회인구학적 변인, 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식의 영향력은 어떠한가?

## 2. 측정도구

### 1) 생활만족도

중년기 여성의 생활만족도는 자신의 생활에 대한 인지적 판단 및 평가로서 Dinner, Emmonson, Larsen, Griffin(1985)이 개발한 생활만족척도(the satisfaction with life scale: SWLS)를 원형중(1989)과 이종길(1992)이 변안, 수정하여 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도에서 총 5문항은 '대체적으로 나의 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다.' '현재 나는 아주 좋은 생활조건들을 가지고 있다.' '나는 나의 삶에 만족한다.' 등의 내용으로 구성되어 있다. 자신의 현재 생활에 만족하는 정도에 따라 매우 그렇다(5점)부터 전혀 아니다(1점)까지의 5점 리커트 척도로 응답하도록 되어 있다. 따라서 응답자가 얻을 수 있는 점수의 평균범위는 1점부터 5점까지로서 점수가 높을수록 자신의 현재 생활만족 정도가 높다는 의미이다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.86$  수준이었다.

### 2) 노후준비도

노후준비 척도는 신체적, 경제적, 정서적, 여가영역에 대한 중년기 여성들의 노후 준비 정도를 측정하기 위하여 황승일(2000)의 연구에서 개발한 노후준비정도 척도를 사용하였다. 이 척도에서 신체적 준비 영역 9문항은 '노후

의 건강한 생활을 위해 과식을 하지 않는다.' '규칙적인 생활로 무리하지 않는다.' 등의 내용으로 구성되었고, 경제적 준비영역 8문항은 '노후를 위해 절약하며 생활한다.' '노후의 생활비는 나 스스로 해결하려고 노력한다.' 등으로, 정서적 준비영역 9문항은 '스트레스가 쌓이지 않도록 나름대로 노력한다.' '언제나 마음을 터놓고 이야기 할 수 있는 상대가 있다.' 등으로, 여가 준비 영역 9문항은 '노후를 위해 규칙적으로 여가활동을 하려고 노력한다.' '노후의 봉사활동을 위해 종교 사회단체에 참여하려 한다.' 등으로 구성되어 총 35문항으로 이루어졌다. 각 문항은 매우 그렇다(5점)부터 전혀 아니다(1점)까지의 5점 리커트 척도로 응답하도록 되어 있다. 점수의 평균범위는 1점부터 5점까지로서 점수가 높을수록 노후에 대한 준비정도가 높음을 의미하며 척도의 하위 영역별 신뢰도는 <표 1> 과 같다.

### 3) 성공적 노후에 대한 인식

중년기 여성의 성공적 노후에 대한 인식을 측정하기 위하여 김미혜 외(2005)의 '한국 노인의 성공적 노후 척도 개발에 관한 연구'에서 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도에서 자기 효능감을 느끼는 삶 13문항은 '비슷한 환경이나 처지의 사람들과 서로 베풀며 산다.' '앞으로의 삶에 대해 희망을 가지고 있다.' 등으로 구성되었고, 자녀 성공을 통해 만족하는 삶 8문항은 '내 자녀들은 사회적으로 출세하였다.' '내 자녀들에게 공부를 많이 시켰다.' 등으로, 부부간의 동반자적 삶 3문항은 '우리 부부는 서로를 이해한다.' '우리 부부는 집안일을 서로 같이 한다.' 등으로, 자기통제를 잘 하는 삶 6문항은 '매일 규칙적으로 생활을 한다.' '몸이 허락하는 한 활동을 계속한다.' 등으로 구성되어 총 30문항으로 이루어졌다. 각 문항은 매우 그렇다(5점)부터 전혀 아니다(1점)까지의 5점



리커트 척도로 응답하도록 되어 있어 점수의 평균범위는 1점부터 5점까지로서 점수가 높을 수록 자신의 노후에 대해 성공적으로 인식하는 것이 높음을 의미하며 척도의 하위 영역별 신뢰도는 <표 1>과 같다.

4) 사회인구학적인 변인

사회인구학적 변인은 연령, 직업, 가계수입, 거주지역, 학력, 혼인여부, 종교로 총 7문항으로 구성되었다.

<표 1> 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 및 생활만족도의 신뢰도

변 인	하위 변인	신뢰도 (Cronbach' $\alpha$ )
노후준비도	신체적 노후준비	.87
	경제적 노후준비	.86
	정서적 노후준비	.84
	여가 노후준비	.85
성공적 노후에 대한 인식	자기효능감을 느끼는 삶	.84
	자녀성공을 통해 만족하는 삶	.84
	부부간의 동반자적 삶	.86
	자기통제를 잘하는 삶	.83
생활만족도		.86

2. 연구절차 및 자료분석

본 연구는 2006년 8월 20일부터 9월 20일 사이에 임의표집방식으로 조사를 실시하였다. 질문지는 서울·경기 지역에 거주하고 있는 35세에서 65세 미만의 중년기 여성을 대상으로 총 300부를 배부하여 220부를 회수하였다. 회수된 설문지 중 성실하게 응답한 설문지 208부(69.3%)를 최종 분석하였다.

수집된 자료는 SPSS WIN14.0을 이용하여 응답 자료를 통계 처리하였으며, 분석절차는

빈도, 백분율, 표준편차, 평균을 산출한 뒤, 일원변량분석(ANOVA)과 Scheffe-test의 사후검증을 실시하였다. 또한 생활만족도에 변인이 성공적 노후 가치관에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위하여 단계적 중회귀분석을 실시하였다. 본 연구는 유의도  $p < .05$ 수준에서 검증되었다. 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach  $\alpha$ 를 산출하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 조사대상자의 일반적 특성 및 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식, 생활만족도

본 연구에 참여한 조사대상자의 연령은 평균 49세였으며, 50대가 103명으로 조사대상자의 50%를 차지하고 있었으며, 40대가 77명(37.4%), 30대가 17명(8.3%)순으로 나타났다. 이 중 51.4%인 107명이 고졸이하의 학력수준을 갖추고 있었으며, 대졸이상 역시 83명으로 39.9%를 차지하여 대체적으로 고학력임을 알 수 있다. 이들의 가계수입은 200만원에서 400만원 이상까지 고루 분포되어 있었다. 또한 서울에 거주하고 있는 자가 113명(54.6%)으로 지역적으로 가장 많았으며, 조사대상자의 84.6%인 176명이 종교생활을 영위하고 있었다. 혼인 유형은 기혼(초혼유지)과 기타(미혼, 사별, 이혼, 재혼 등)로 구분하였는데, 전체의 85.3%인 162명이 기혼(초혼유지)자로 나타났다.

조사대상자의 성공적 노후에 대한 인식 및 노후준비도와 생활만족도의 인식정도를 살펴보기 위해 각 척도별 평균점수를 산출하였다. 본 연구에서 평균점수를 활용한 이유는 각 척도별 문항수가 다양하기 때문에 전체 점수를 이용한 비교 분석에 어려움이 있기 때문이다. 본 결과는 <표 3>와 같다.

〈표 2〉 조사대상자의 일반적 특성

변인	집단	N(%)	변인	집단	N(%)
연령	35세 이상~39세 미만	17(8.3)	지역	서울시	113(54.6)
	40세 이상~49세 미만	77(37.4)		경기도	78(37.5)
	50세 이상~59세 미만	103(50.0)		기타	16(7.7)
	60세 이상~65세 미만	9(4.4)			
학력	중졸 이하	18(8.7)	종교	있다	176(84.6)
	고졸 이하	107(51.4)		없다	32(15.4)
	대졸 이상	83(39.9)			
수입	200만원 미만	43(21.7)	혼인 유형	초혼	162(85.3)
	200만원 이상~300만원 미만	51(25.5)		기타	28(14.7)
	300만원 이상~400만원 미만	50(25.0)			
	400만원 이상	56(28.0)			

〈표 3〉 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 및 생활만족도의 인식정도

변인	M(SD)	하위 변인	M(SD)
노후준비도	2.45(.40)	신체적 노후준비	2.48(.54)
		경제적 노후준비	2.48(.52)
		정서적 노후준비	2.45(.48)
		여가 노후준비	2.43(.62)
성공적 노후에 대한 인식	2.20(.43)	자기효능감을 느끼는 삶	2.29(.43)
		자녀성공을 통해 만족하는 삶	2.25(.50)
		부부간의 동반자적 삶	2.35(.59)
		자기통제를 잘하는 삶	2.33(.55)
생활만족도	2.83(.74)		

노후준비도는 전체평균 2.45점(SD=.40)으로 나타났으며 4개의 하위영역별로 볼 때, 신체적 노후준비가 2.48점(SD=.54), 경제적인 노후준비가 2.48점(SD=.52), 정서적 노후준비가 2.45(SD=.48), 여가에 대한 노후준비정도는 2.43(SD=.62)로 답하였다.

성공적 노후에 대한 인식은 4개의 하위변인으로 구성되었으며 평균 2.20점(SD=.43)으로 나타났다. 먼저 부부간의 동반자적인 삶에 대한 평균이 2.35점(SD=.59), 자기통제를 잘하는 삶의 평균점수는 2.33점(SD=.55), 자녀성공을 통해 만족하는 삶이 2.25점(SD=.50), 자기효능

감을 느끼는 삶이 평균 2.23점(SD=.43)이었다.

현재생활에 대한 만족정도에 대한 조사결과 평균 2.83점(SD=.74)으로 나타나 성공적 노후에 대한 인식과 노후준비도에 비해 가장 높았다.

<표 3>에서 볼 수 있듯이 조사대상자의 노후에 대한 인식도, 노후준비도, 생활만족도의 평균점수는 모두 2점대로 나타났다. 추측컨대 생활만족도가 낮은 것은 중년기 여성들의 전반적인 주관적 심리상태가 만족스럽지 못한 편이기 때문이라 여겨진다. 그리고 노후에 대한 인식도와 노후준비도가 낮은 이유는 중년여성들

에게 노후준비에 관한 시간적, 정서적, 물질적인 여유가 없거나 혹은 노후에 관한 준비교육 등의 기회가 부족함으로 인해 노후준비 및 노후인식에 관한 인지도 자체가 낮을 수 있기 때문이라 사료되어진다.

2. 조사대상자의 사회인구학적 변인에 따른 성공적 노후에 대한 인식, 생활만족도의 차이

노후준비도에 유의미한 차이를 나타내고 있

는 사회인구학적변인은 <표 4>과 같다. 신체적인 준비도에는 종교(p<.01), 지역(p<.05), 연령(p<.05)이 유의미한 영향을 미치고 있었으며, 특히 서울과 경기도 지역거주집단에 비해 기타 지역에 거주하고 있는 집단의 신체적 준비도가 낮은 것으로 나타났다.

경제적인 준비도는 지역(p<.001)변인에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 지역에 대한 사후검증결과 집단 간 차이가 나타났는데, 서울시에 거주하는 사람들의 점수가 경기도와 기타 지역에 거주하는 사람에 비해 점수가 높

<표 4> 조사대상자의 사회인구학적 변인에 따른 노후준비도의 차이

변인	집단	노후 준비도			
		신체적	경제적	정서적	여가
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)
연령	35세 이상~39세 미만	2.46(.39)	2.33(.50)	2.24(.19)	2.19(.36)
	40세 이상~49세 미만	2.59(.46)	2.52(.53)	2.46(.53)	2.36(.65)
	50세 이상~59세 미만	2.37(.59)	2.48(.52)	2.48(.47)	2.53(.63)
	60세 이상~65세 미만	2.75(.67)	2.56(.42)	2.31(.33)	2.17(.43)
	F-값	3.108*	.684	1.169	2.546
학력	중졸 이하	2.74(.73)	2.55(.48)	2.66(.58)a>c	2.42(.61)
	고졸 이하	2.48(.49)	2.51(.52)	2.51(.44)b>c	2.45(.51)
	대졸 이상	2.42(.54)	2.44(.52)	2.33(.49)	2.41(.74)
	F-값	2.447	.528	4.967**	.102
수입	200만원 미만	2.50(.61)	2.59(.61)	2.58(.44)a>d	2.35(.54)
	200만원 이상~300만원 미만	2.50(.47)	2.58(.43)	2.48(.41)	2.48(.51)
	300만원 이상~400만원 미만	2.45(.49)	2.45(.54)	2.52(.51)	2.64(.74)
	400만원 이상	2.47(.60)	2.39(.49)	2.28(.50)	2.29(.65)
	F-값	.083	1.809	3.761*	2.985*
지역	서울시	2.49(.50)a>c	2.62(.50)a>b	2.49(.47)	2.54(.59)a>b
	경기도	2.53(.58)b>c	2.38(.51)b>c	2.35(.52)	2.23(.58)
	기타	2.11(.55)	2.04(.25)c<a	2.63(.33)	2.52(.80)
	F-값	4.179*	12.424***	2.969	5.547**
종교	있다	2.43(.53)	2.46(.48)	2.40(.47)	2.36(.59)
	없다	2.71(.56)	2.62(.66)	2.72(.49)	2.78(.68)
	t-값	7.023**	2.534	11.995**	12.722***
혼인 유형	기혼(초혼유지)	2.44(.56)	2.46(.52)	2.42(.48)	2.39(.62)
	기타	2.50(.48)	2.52(.61)	2.39(.53)	2.40(.70)
	t-값	.267	.243	.060	.003

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

게 나타났다. 이는 서울과 그 외 지역 간의 경제에 대한 체감 차이 등으로 인한 경제적 부분의 노후 준비정도의 차이로 인한 결과가 아닐까 추측된다.

정서적 준비도에 대해서는 종교( $p<.01$ ), 학력( $p<.01$ ), 수입( $p<.05$ )이 유의미한 변인으로 나타났다. 이 중 대졸이상의 집단이 그 이하의 학력을 소유한 집단에 비해 정서적인 노후준비

도가 낮았으며, 200만원 미만의 수입을 가진 집단이 400만원 이상의 수입을 가진 집단에 비해 정서적인 노후준비가 잘되고 있다고 여기고 있었다. 학력과 수입변인에서의 집단 간 차이가 유의미한 것은 대졸이상 중년여성의 노후 준비도와 400만원 이상의 집단이 노후준비도에 관한 전체평균점수가 낮은 것과는 연관성이 있을 수 있다. 그러나 대졸이상집단의 경우 신

〈표 5〉 조사대상자의 사회인구학적 변인에 따른 성공적 노후에 대한 인식의 차이

변인	집단	성공적 노후에 대한 인식			
		1	2	3	4
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)
연령	35세 이상~39세 미만	2.20(.35)	2.15(.43)	2.23(.51)	2.20(.47)
	40세 이상~49세 미만	2.30(.50)	2.20(.55)	2.22(.62)	2.28(.58)
	50세 이상~59세 미만	2.32(.39)	2.29(.45)	2.44(.55)	2.35(.49)
	60세 이상~65세 미만	2.11(.49)	2.39(.66)	2.66(.66)	2.72(.76)
	F-값	.747	.790	2.929*	1.965
학력	중졸 이하	2.63(.41) <sup>a&gt;b</sup>	2.64(.49) <sup>a&gt;b</sup>	3.09(.50) <sup>a&gt;b</sup>	2.47(.62)
	고졸 이하	2.27(.46)	2.22(.47)	2.35(.57)	2.37(.54)
	대졸 이상	2.23(.37) <sup>c&lt;a</sup>	2.19(.50) <sup>c&lt;a</sup>	2.16(.48) <sup>c&lt;a</sup>	2.24(.53)
	F-값	6.528**	5.732**	21.370***	1.547
수입	200만원 미만	2.34(.42)	2.43(.45)	2.72(.61) <sup>a&gt;b</sup>	2.46(.65)
	200만원 이상~300만원 미만	2.35(.47)	2.20(.41)	2.29(.54)	2.44(.44)
	300만원 이상~400만원 미만	2.38(.38)	2.22(.42)	2.29(.49) <sup>c&lt;a</sup>	2.33(.40)
	400만원 이상	2.15(.43)	2.15(.61)	2.17(.56) <sup>d&lt;a</sup>	2.15(.60)
	F-값	3.016*	2.714*	8.269***	2.893*
지역	서울시	2.37(.43)	2.28(.42)	2.38(.56)	2.43(.46) <sup>a&gt;c</sup>
	경기도	2.22(.45)	2.25(.61)	2.30(.57)	2.29(.67)
	기타	2.18(.26)	2.07(.27)	2.47(.76)	2.02(.20)
	F-값	3.090*	1.254	.695	4.366*
종교	있다	2.28(.43)	2.21(.47)	2.32(.56)	2.31(.54)
	없다	2.33(.48)	2.42(.60)	2.53(.71)	2.44(.60)
	t-값	.250	3.973*	3.106	1.201
혼인 유형	기혼(초혼유지)	2.27(.43)	2.23(.53)	2.32(.58)	2.28(.57)
	기타	2.21(.41)	2.35(.35)	2.40(.66)	2.28(.44)
	t-값	.242	1.011	.407	.000

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

1. 자기효능감을 느끼는 삶.
2. 자녀성공을 통해 만족하는 삶
3. 부부간의 동반자적 삶.
4. 자기통제를 잘하는 삶

체적, 경제적, 여가영역의 준비도에 비해 정서적인 노후준비에 대한 부분이 절대적인 기준에 의한 척도가 없으므로 상대적으로 자가진단하지 못하였거나 정서적인 준비에 대한 만족도가 주관적으로 낮기 때문이라 생각된다. 또한 200만원 이하의 수입을 가진 집단의 정서적 노후준비도가 400만원 이상의 집단에 비해 높은 것은 금전적 기준을 통해 정서적인 만족을 채우려는 성향이 200만원 이하의 수입을 가진 집단이 보다 높기 때문이라 여겨진다.

또한 여가준비도에 있어 유의미한 차이를 나타낸 변인으로는 종교( $p<.01$ ), 수입( $p<.05$ ), 지역( $p<.01$ )로 나타났다. 그 밖에 노후준비도와 유의미한 차이를 보인 변인들은 하위영역에 따라 상이하게 나타났지만, 혼인여부에 따른 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

<표 5>는 조사대상자의 사회인구학적 변인에 따른 성공적 노후에 대한 인식의 차이를 살펴본 결과로서 자기효능감을 느끼는 삶에 유의미한 차이를 보이는 변인은 학력( $p<.01$ ), 수입( $p<.05$ ), 지역( $p<.05$ )이었다. 이 중 사후검증결과를 통해 자기효능감을 느끼는 삶에 영향을 미치는 학력변인에서는 집단 간의 차이가 나타났다. 즉 중졸 이하의 학력이 고졸 이상과 대졸 이상의 학력보다 자기효능감을 느끼는 삶에 점수가 높게 나타났다. 이러한 결과는 학력이 높을수록 타인과의 비교를 통한 주관적이고 상대적인 박탈감을 경험할 가능성이 높기 때문으로 해석된다.

자녀성공을 통해 만족하는 삶에 유의미한 차이를 나타내는 변인은 학력( $p<.01$ ), 수입( $p<.05$ ), 종교( $p<.05$ )로 나타났다. 이 중 사후검증결과 차이로 보인 학력변인에서는 중졸이하의 집단이 대졸이상집단에 비해 자녀성공을 통한 만족을 성공적인 노후로 인식하는 경향이 높았다. 이는 학력이 낮은 집단의 경우 자녀의 성공정도와 본인의 성공적인 노후를 동일시하는

것으로 여겨지며, 즉 자녀의 성공여부 및 기대감이 자신의 주관적인 만족도에 큰 영향을 미칠 것으로 예측된다.

부부간의 동반자적인 삶의 유의미한 차이를 보인 변인은 연령( $p<.05$ ), 학력( $p<.001$ ), 수입( $p<.001$ )이었으며, 사후검증결과 학력과 수입은 집단 간 차이를 보이고 있었다. 중졸이하의 집단은 고졸이하집단과 대졸이상의 집단에 비해 부부간의 동반자적인 삶을 보내는 것을 성공적인 노후로 인식하고 있었다. 그리고 200만원 미만의 수입을 가진 집단은 300만원 이상의 수입을 가지고 있는 집단들에 비해 부부간의 동반자적인 삶을 성공적 노후라고 인식하고 있었다. 학력과 수입이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 부부간의 동반자적인 삶을 성공적 노후로 인식하는 현상은 예측컨대 노후의 성공감에 대해 개인적인 성공보다는 부부간의 동반자적인 관계에서 따르는 높은 만족감을 자아실현의 측면으로 해석하기 때문이라 생각된다.

또한 자기통제를 잘하는 삶이 성공적 노후에 대한 인식에 유의미한 영향을 주는 변인은 수입( $p<.05$ )과 지역( $p<.05$ )으로 나타났다.

즉, 성공적 노후에 대한 인식의 차이의 하위영역에 유의한 차이를 보이고 있는 변인은 수입이었으며, 종교는 자녀성공을 통해 만족하는 삶에 대하여서만 차이를 보였으며, 학력은 자기통제를 잘하는 삶에 대한 인식에 대해서 유의한 차이를 보이고 있었다. 반면 혼인여부는 성공적 노후에 대한 인식의 모든 하위영역에 있어서 유의미한 결과를 보이지 않았다.

조사대상자의 생활만족도에 유의미한 차이를 보이는 변인은 <표 5>와 같이 학력과 수입이었다. 그리고 이들 변인의 사후검증결과 생활만족도는 학력이 낮을수록 학력이 높은 집단에 비해 높게 나타나 본 연구에서는 학력변인 간 차이에서의 생활만족도가 부적관계를 보이고 있었다. 수입변인의 경우 400만원 이상의

집단이 그 이하의 수입을 가지고 있는 집단들에 비해 생활만족도가 모두 낮게 나타나 경제적인 생활능력과 생활만족도 또한 비례하지 않음을 알 수 있었다. 학력과 수입이 변인 간 차이에 있어 낮은 집단들의 생활만족도가 보다 높은 것은 학력과 수입이 높은 집단에 비해 상대적으로 심리·정서적으로 안정적임을 의미하며, 이는 주관적인 만족감을 인지하는데 있어 타인과의 비교로 인한 심리적인 위축감, 좌절감 등이 없이 자신의 상황을 객관적으로 받아들이고 스스로 만족하고 있음을 추론할 수 있다.

### 3. 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식이 생활만족도에 미치는 영향

중년여성의 생활만족도에 영향을 미치는 제반변인들에 대한 상대적 영향력을 관찰하고자 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 변인을 투입하여 단계적 중회귀분석을 실시하여 상대적 영향력의 변화정도를 분석하였다.

회귀분석을 하기에 앞서 <표 7>과 같이 각 변인간의 상관관계를 조사하여 변인간의 상관성을 살펴본 결과 독립변수들 간의 상관계수가

<표 6> 조사대상자의 사회인구학적 변인에 따른 생활만족도의 차이

변인	집단	생활만족도
		M(SD)
연령	35세 이상~39세 미만	2.90(.70)
	40세 이상~49세 미만	2.83(.69)
	50세 이상~59세 미만	2.81(.81)
	60세 이상~65세 미만	2.84(.71)
	F-값	.067
학력	중졸 이하	3.41(.69) <sup>a&gt;b</sup>
	고졸 이하	2.88(.75) <sup>b&gt;c</sup>
	대졸 이상	2.62(.67) <sup>c&lt;a</sup>
	F-값	9.675 <sup>***</sup>
수입	200만원 미만	3.26(.74) <sup>a&gt;d</sup>
	200만원 이상~300만원 미만	2.87(.71) <sup>b&gt;d</sup>
	300만원 이상~400만원 미만	2.90(.69) <sup>c&gt;d</sup>
	400만원 이상	2.46(.63)
F-값	10.807 <sup>***</sup>	
지역	서울시	2.86(.72)
	경기도	2.78(.75)
	기타	2.88(.87)
	F-값	.292
종교	있다	2.79(.74)
	없다	3.00(.75)
	t-값	1.960
혼인유형	기혼(초혼유지)	2.82(.76)
	기타	2.99(.79)
	t-값	1.114

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

(표 7) 성공적 노후에 대한 인식과 노후준비도 및 생활만족도간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 연령	-								
2. 학력	-.047	-							
3. 수입	.053	.412**	-						
4. 거주지역	-.149*	-.043	-.071	-					
5. 종교	.007	-.128	.103	-.095	-				
6. 혼인유형	-.092	-.130	-.385**	-.201**	.091	-			
7. 성공적 노후에 대한 인식	.100	-.235**	-.246**	-.120	.091	-.008	-		
8. 노후준비도	.033	-.179*	-.131	-.177*	.292**	.047	.631**	-	
9. 생활만족도	-.024	-.287**	-.355**	-.022	.098	.077	.513**	.439**	-
M	2.50	2.31	.80	1.53	1.15	1.15	2.20	2.45	2.83
SD	.71	.62	1.11	.63	.36	.35	.43	.40	.74

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

.80을 넘지 않았다. 이러한 결과는 일반적으로 독립변수들 간의 상관관계수가 .80을 넘지 않으면 다중공선성을 무시해도 좋다는 가정을 충족하는 것으로 나타났다(황해익, 송연숙, 최혜진, 손원경, 2008). 그리고 각 회귀모형의 적합도를 검증하는 Durbin-Watson 계수를 산출하였다. 본 회귀모형에서는 DW계수가 2.01로 자귀 회귀 현상의 가능성이 낮아 회귀분석의 기본가정을 충족하는 것으로 나타났다. 본 연구에 포함된 독립변인들의 VIF 값은 최고 1.0으로서 다중공선성의 가능성이 낮은 것으로 나타났다(Belsky, Kuh, & Welsch, 1980).

중년여성의 생활만족도에 영향을 미치고 있

는 성공적 노후에 대한 인식, 노후준비도 및 생활만족도에 대한 조사 결과 <표 8>과 같이 모든 변인이 투입되었을 경우 42%의 영향력을 갖고 있었다. 생활만족도에 가장 큰 영향을 미친 변인은 노후준비도로서 31.1%의 영향력이 미치고 있음이 나타났다. 성공적 노후에 대한 인식변인이 투입되자 6.7%의 추가영향력이 증가하였으며, 더미처리된 수입변인이 투입되어 4.2%의 영향력이 증가함을 알 수 있다.

노후준비도( $\beta=.46$ )가 높을수록, 성공적 노후에 대한 인식( $\beta=.27$ )이 높을수록 생활만족도는 높았으며, 400만원 이상의 높은 수입( $\beta =-.19$ )을 가진 집단일수록 생활만족도는 낮게

(표 8) 생활만족도에 미치는 변인들의 상대적 영향력

독립 변인	생활만족도					
	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
노후준비도	.46	5.517***	.42	.40	.311	23.872***
성공적 노후에 대한 인식	.27	3.220**			.067	
수입	-.19	-2.737**			.042	

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*<.001, (수입1 = 400만원 이상)

나타났다. 이는 노후에 대한 성공적인 이미지를 인식하고 노후에 대한 준비를 하고 있는 집단은 현재생활에 대한 만족도 역시 높게 나타나 자기 삶에 대한 주관과 목표를 가진 집단은 현재생활에 대해서도 긍정적인 인식을 하고 있다고 생각된다. 반면 200만원 전 후의 수입을 가진 집단들에 비해 고소득을 가지고 있는 400만원 이상의 수입을 가진 집단들이 절대적 수입의 기준이 아닌 상대적인 기준으로 소득에 대한 만족도가 떨어지고 이는 바로 현재생활에 대해 낮은 만족감을 갖도록 영향을 미치고 있다고 해석된다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 중년기 여성의 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 및 생활만족도가 사회인구학적 변인에 따른 차이가 어떠한지에 관해 알아본 뒤, 생활만족도에 미치는 사회인구학적 변인과 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식의 영향력에 대해 살펴보고자 실시되었다. 본 연구의 결과를 토대로 연구문제의 결론을 요약하면 다음과 같다.

중년기여성의 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식, 생활만족도는 사회인구학적 변인에 따라 차이가 나타남을 알 수 있었다.

첫째, 중년기 여성의 노후준비도에 있어서 연령, 학력, 수입, 지역, 종교에 따른 유의한 차이가 나타났다. 특히, 신체적 노후준비도는 연령과 지역, 그리고 종교에 따라 차이가 나타나는 것을 알 수 있다. 경제적 노후준비도는 중년기 여성의 지역에 따른 차이만 나타났고, 정서적 노후준비도는 학력, 수입, 종교에 따른 차이가 나타났다. 마지막으로 여가 노후준비도는 수입과 지역, 그리고 종교에 따라 차이가 나타났다.

둘째, 중년기 여성의 성공적 노후에 대한 인식이 사회인구학적 변인에 따른 차이를 살펴본 결과, 자기효능감을 느끼는 삶은 학력과 수입, 지역에 따라 유의미한 차이가 나타났다. 자녀 성공을 통해 만족하는 삶은 학력, 수입, 종교에 따라 유의미한 차이가 나타났으며, 부부간의 동반자적 삶은 연령과 학력, 수입에서 차이가 나타났다. 자기통제를 잘하는 삶은 수입과 지역에 따른 차이가 나타났다.

셋째, 중년기 여성의 생활만족도는 학력과 수입에 따라 유의한 차이만 나타났다.

넷째, 생활만족도에 상대적 영향을 미치는 변인은 노후준비도와 성공적 노후에 대한 인식 그리고 수입 순으로 나타났다.

이상과 같은 연구결과를 통해 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 중년기여성의 노후준비도에 대한 하위 영역의 중요성에 따른 일반적인 경향은 신체적 노후준비도, 경제적 노후준비도, 정서적 노후준비도, 여가 노후준비도 순으로 나타났다. 신체적 노후준비도가 중년기 여성이 노년기의 생활을 예측함에 있어 건강은 대단히 중요한 문제라 할 수 있다. 또한 경제적 노후준비도는 여유있고 보람있는 노후를 보내기 위하기 위함이고 남편의 조기 은퇴와 중년기여성의 재취업의 곤란문제로 경제적인 노후준비는 필요하다고 볼 수 있다. 또한 여가 노후준비도에 대한 경향은 낮게 나타났는데 이것은 황승일(2000)의 중년기 농촌 여성의 노후 준비정도에 대한 연구결과와 일치한다. 중년기 여성은 여러 가지 역할을 하며 여가나 레저활동, 사회활동이 생활화되지 못하고, 시간에 대해 상대적으로 제약을 받기 때문이라고 할 수 있다.

또한 중년기여성의 성공적 노후에 대한 인식에 대한 일반적인 경향은 부부간의 동반자적 삶, 자기통제를 잘 하는 삶, 자녀성공을 통해 만족하는 삶, 자기 효능감을 느끼는 삶 순



으로 나타났다. 이것은 부부간의 동반자적인 삶을 성공적 노후로 인식한다는 결과로 배우자와의 관계가 사회적 삶의 활동의 측면에서 중요한 성공적 노후의 한 요소라는 김미령(2007), 김희주 외(2008)의 연구와 일치한다고 할 수 있다. 그러나 한국의 노인들이 성공적 노후에 대한 인식을 자녀의 성공으로 보고 있는 연구 결과(성혜영 외 2002; 김미혜 외 2006)와 일치하지 않아 중년기 여성의 성공적 노후에 대한 인식은 독립과 자율성을 중시하는 서구적인 인식의 전환이 이루어지고 있음을 알 수 있다.

둘째, 전반적으로 중년기 여성의 생활만족도는 높은 노후준비도와 높은 성공적 노후에 대한 인식에 의해 영향을 받는 것으로 나타났다. 따라서 중년기 여성의 생활만족도를 높이기 위해서는 신체적, 경제적, 정서적, 여가측면의 노후준비를 위한 사회교육과 정책마련이 필요하다. 특히 신체적 측면의 노후준비를 위해 건강관리와 예방을 위한 건강대책이, 경제적 측면에서 안정적인 가계경제를 위해 노후대비를 위한 경제관리 교육이, 인간관계가 축소되는 소외감에 따른 정서적 변화를 극복하기 위한 인간관계 프로그램 등의 사회교육이 필요하다. 뿐만 아니라 중년기에 증가하는 시간 관리 측면에서 바람직한 여가문화 조성을 위한 사회적 대책마련에 관심을 가져야 할 것이다. 또한, 중년기 여성들의 성공적인 노후를 위하여 가족의 중요성을 강조하는 것과 더불어 가족관계를 다시 점검해야 할 것이며, 부부관계향상 프로그램 등을 적극적으로 실시하는 것이 필요하다. 자기 통제와 자기 효능감에 대한 노후 인식이 현재의 생활만족도에도 영향을 미치므로, 이것을 위하여 자원봉사과 같은 사회활동 프로그램, 건강 프로그램 등이 개발되어야 할 것이다.

본 연구는 다음과 같은 제한점이 있다. 첫째 표본의 수가 서울과 경기지역에 거주하는 대상

자들에 비해 기타지역에 거주하고 있는 중년여성의 수에 비해 적었기 때문에 지역적 한계가 있어 이 결과를 전체 의견으로 일반화하는데 무리가 있다.

둘째, 조사대상자들의 심리적 자아존중감의 상태 및 정서적인 안정감과 가족관계의 질 등에 따른 심리적 복지감의 차이로 인한 생활만족도의 차이를 살펴보지 못하였다. 따라서 추후연구에 심리적 복지감에 따른 생활만족도에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다.

본 연구에서 조사된 중년기 여성의 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식, 생활만족도는 중년기 여성의 삶의 질을 높이기 위한 교육을 실시하고 있는 현장에서 프로그램 기획 시에 기초자료로 활용되어야 할 것이다. 본 연구 결과에 따르면 인구사회학적 변인에 따라 노후준비도, 성공적 노후에 대한 인식, 생활만족도에 유의미한 차이가 나타났다. 이는 중년기 여성을 한 집단으로 교육하기 보다는 인구사회학적 변인에 따라 대상 집단을 나누어서 교육을 실시되도록 기획되어야 할 것이다. 또한 중년기 여성의 노후준비도가 생활만족도에 가장 영향을 많이 주는 것으로 나타났는데, 중년기 여성의 삶의 질을 높이기 위해서는 중년기 여성을 위한 신체, 경제, 정서, 여가의 노후준비에 관한 다양한 프로그램들이 요구된다. 신체적 및 여가의 노후준비를 위해서는 이들이 지역사회 내의 다양한 기관들이 진행하는 있는 프로그램들에 참여할 수 있도록 정보를 제공해야 할 것이다. 또한 경제적 측면은 중년기 이후 경제적으로 어려워질 수 있는 여성들을 위한 취업알선 및 취업상담 등의 사업을 지역 내의 복지기관에서 실시하여 사회경제지위가 낮아져서 삶의 질이 떨어지는 것을 예방하여야 할 것이다. 마지막으로 중년기 여성의 정서적 노후준비를 위해 중년기 이후 가족건강성이 유지될 수 있도록 건강가정지원센터 등의 부부관계 개선 및

갈등대처방법 등의 가족상담 프로그램 등이 지속적으로 연계되어 실시되어 중년기 여성의 풍요로운 삶에 기여하기를 희망한다. 더 나아가 미래 성공적 노후를 위한 인식을 위해서 자신의 효능감을 느끼고 자기통제를 잘 하는 삶을 유지할 수 있는 방법론에 대한 교육을 실시하고, 부부간의 동반자적인 삶의 의미를 생각하는 인식교육이 실시되어 늘어나는 노년의 생활이 보다 윤택하게 영위될 수 있도록 사회가 지원해야 할 것이다.

### 【참 고 문 헌】

- 1) 강 인(2003). 성공적 노화의 지각에 관한 연구, 노인복지 연구 20, 95-106.
- 2) 김경연, 정여진(2006). 건강 및 경제수준에 따른 집단별 성공적 노화의 요소탐색, 노인복지연구 34, 겨울호, 31-54.
- 3) 김남진(1999). 규칙적인 운동참여 여부와 그 정도가 노인의 생활만족도에 미치는 영향. 한국노년학 19(3), 51-64.
- 4) 김명자(1998). 중년기 발달. 서울 : 교문사.
- 5) 김미령(2007). 성공적 노후의 구성요소가 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향. 2007년 추계연합 학술대회 자료집.
- 6) 김미혜, 신경림(2005). 한국 노인의 '성공적 노후 척도' 개발에 관한 연구. 한국노년학회 25(2), 35-52.
- 7) 김미혜, 신경림, 강미선·강인(2004). 한국 노인의 성공적 노후에 대한 체험 연구. 한국노년학 24(4), 53-67.
- 8) 김미혜, 신경림, 최혜경·강미선(2006). 한국노인의 성공적 노후 삶의 유형에 영향을 미치는 요인. 한국노년학 26(1), 91-104.
- 9) 김성희(1996). 중년여성의 노후생활 준비에 관한 조사연구. 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 10) 김윤주(1998). 노인들의 스포츠활동참가가 생활만족에 미치는 영향. 경희대 대학원 석사학위논문.
- 11) 김인숙(2004). 중년여성의 노후생활준비에 관한 연구. 경희대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 12) 김중원(1995). 노인의 생활체육참여와 생활만족도와와의 관계연구. 조선대학교 대학원석사학위논문.
- 13) 김희주, 주경희(2008). '한국적 성공적 노후척도'를 활용한 노인의 삶의 만족에 관한 연구. 노인복지연구 41, 125-158.
- 14) 박경란, 이영숙(2002). 성공적 노화에 대한 인식 조사연구. 한국노년학 22(3), 53-66.
- 15) 백지은, 최혜경(2005). 한국노인들이 기대하는 성공적인 노화의 개념, 유형 및 예측요인. 한국가정관리학회지 23(3), 1-16.
- 16) 서병숙(1998). 노후적응에 관한 연구. 동국대학교 대학원 박사학위논문.
- 17) 성현출(2003). 중년여성의 불림참여 전·후 및 참여정도에 따른 생활만족도 연구. 한국스포츠리서치 14(4), 673-683.
- 18) 성혜영, 유정현(2002). 성공적 노화 개념의 인식에 관한 연구 : Q방법론적 접근. 한국노년학 22(2), 75-93.
- 19) 양순미, 홍숙자(2002). 중년기 농촌여성의 노후준비와 관련변인 연구. 한국가정관리학회 20(6), 141-149.
- 20) 원형중(1989). 여가활동 기능척도(국문판)의 번역 개발을 위한 연구. 한국여가레크레이션학회지 6(1), 101-106.
- 21) 유성호(2000). 노인과 성인자녀의 별거를 결정하는 변인 : 그 이론적 탐색2. 한국노년학회 2000년 춘계학술대회, 45-54.
- 22) 윤 진(1985). 노인 생활만족도 생활 척도 연구. 한국심리학회 초록집.
- 23) 이선미(1991). 중·노년기 여가활동 유형

- 과 인생만족도에 관한 연구. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 24) 이영인(1996). 노인의 스포츠참가와 생활만족의 관계. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 25) 이우경·방희정(2008). 사회, 정서발달 : 성인기 여성의 스트레스, 마음챙김, 자기-자애, 심리적 안녕감 및 심리 증상 간의 관계. 한국심리학회지 21(4), 127-146.
- 26) 이은영(1995). 은퇴남자 노인들의 가족관계와 신체적, 심리적 건강. 이화여자 대학교 석사학위.
- 27) 이은정, 김을교(2006). 중년기혼여성들의 댄스스포츠 참여에 따른 여가만족과 생활만족의 관계. 예술체육논집 17, 73-83.
- 28) 이정호, 정일호(2004). 중년 여성의 무용참여가 생활만족에 미치는 영향. 한국스포츠리서치 15(4), 977-986.
- 29) 이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 30) 이지은(2000). 중년기 직장남성의 노후생활계획에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 31) 임경자(2002). 중년층의 노후준비가 중년기 위기감과 생활만족도에 미치는 영향. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 32) 전계영(2006). 빈곤노인의 삶의 만족도에 미치는 영향 요인 연구 -부부관계를 중심으로-. 목원대학교 대학원 석사학위논문.
- 33) 조명희(2000). 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인. 응용과학연구 9(1), 213-223.
- 34) 최순남(1984). 현대사회와 노인복지, 서울 : 홍익제.
- 35) 최혜경, 백지은, 서선영(2005). 노인들의 인식을 통한 한국적인 성공적 노화의 개념. 한국가정관리학회지 23(2), 1-10.
- 36) 통계청(2000). 한국통계연감(2000). 서울 : 통계청.
- 37) 통계청(2009). 장래인구추계. www.nso.go.kr.
- 38) 홍성희, 이경희, 박인숙, 김순미, 김혜연, 김성희(1998). 노년기 생활설계 프로그램 개발을 위한 기초연구-중노년층의 노후생활계획을 중심으로-. 대한가정학회 36(10), 1-22.
- 39) 황승일(2000). 초기노인의 노후관련태도와 노후준비에 관한 연구. 대구효성가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 40) 황주연(2007). 중년기여성의 생활만족도 및 삶의 질 향상방안에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 41) 황혜익, 송연숙, 최혜진, 손원경(2008). 영유아·아동연구에서의 SPSS 자료분석. 서울 : 창지사.
- 42) Fisher, B. J.(1995). Successful aging, Life satisfaction, and generativity in later life. International Journal Aging and Human Development 41(3), 239-250.
- 43) Ryff, C. D.(1982). Successful aging : A developmental approach. The Gerontologist 22, 209-214.
- 44) Yeun, E. J.(2005). Attitudes of elderly Korean patients toward death and dying : an application of Q-methodology. International Journal of Nursing Studies 42, 871-880.
- 투 고 일 : 2009년 7월 15일
  - 심 사 일 : 2009년 7월 22일
  - 심사완료일 : 2009년 8월 20일