

중·노년층 남성의 성공적 노화 영향요인

홍승정^{1*}, 윤미경², 이세원³, 안혜경⁴, 유시영⁵
¹수원여자대학교 미용예술과, ²성결대학교 생태공동체연구소, ³생활한방연구소,
⁴한방건강증진교육협회, ⁵조선대학교 보건대학원

Influencing Factors on Successful Aging of Middle and Old Aged Men

Seung-Jung Hong^{1*}, Mee-Kyung Youn², Se-Won Lee³, Hea-Kyung Ahn⁴
and Si-Young You⁵

¹Department of Beauty and Art, Suwon Women's College

²Eco Community Institute, Sungkyul University

³Life research institute of Oriental Medicine

⁴Korean Association for Oriental Health Promotion and Education

⁵Graduate School of Public Health, Chosun University

요 약 목적: 본 연구는 중·노년층 남성을 대상으로 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기효능감 등 성공적 노화의 영향요인을 분석하고 검증하는 것이다. **방법:** 서울과 경기 지역의 50~79세의 144명을 대상으로 설문조사하였으며 수집된 자료는 SPSS 18.0으로 분석하였고, 성공적 노화의 영향요인을 파악하기 위하여 단계적 다중회귀분석을 시행하였다. **결과:** 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 사회적지지였으며, 다음은 자기효능감, 지역사회 환경, 주관적 건강의 순이었다. 이들 변인들이 중·노년층 남성의 성공적 노화를 49.5% 설명하였다. **결론:** 중·노년층 남성들의 성공적인 노후를 위한 프로그램과 증재에 이들 변인들을 고려하는 것이 필요하며, 추후 성공적 노화를 위한 복지와 건강증진을 강화하는데 중요한 요인으로 고려할 수 있다.

Abstract Purpose: This study is to verify and analyze the influencing factors of successful aging with social support, self-efficacy, community environment and subjective health status on middle and old aged men. **Methods:** The survey was performed to the men between the ages of 50 and 79 in Seoul and Kyunggi province, Korea. 144 questionnaires were collected and analyzed by SPSS 18.0 program. Stepwise multiple regression was used to identify significant predictors of successful aging. **Results:** The most influencing factor for successful aging was social support, the second was self-efficacy, the third and the fourth was community environment and subjective health status. This regression model explained 56.7% of the variance in successful aging. **Conclusion:** The result shows that these variables should be considered in intervention and program of successful aging for middle and old aged men. It can be an important consideration in enhancing promoting care and welfare for the successful aging.

Key Words : Influencing factor, Middle and old aged men, Successful aging

1. 서 론

2011년도 우리나라 남성의 기대수명은 77.6세이고

2009년도 건강수명(Health-Adjusted Life Expectancy)은 71.4세[1]이므로 일생동안 6.2년간 질병이나 사고로 인한 통증, 신체적 불편, 정서적 불안 및 우울증에 시달린다고

*Corresponding Author : Seung-jung Hong(Suwon Women's College)

Tel: +82-2-777-7777 email: sophy3011@empal.com

Received June 7, 2013

Revised (1st July 2, 2013, 2nd July 5, 2013)

Accepted July 11, 2013

볼 수 있다. 우리나라의 경우 너무 급속한 고령화추세에 따라 중·노년층 건강관리가 미흡한 실정이므로 이에 대한 대응체계 중 가장 중요한 우선순위는 건강수명의 연장을 통한 성공적 노화의 달성이다[2]. 성공적 노화는 1986년 미국 노년학회에서 처음 소개된 개념으로, 대표적 이론으로 Baltes와 Baltes[3]의 보상을 수반한 선택적 적정화 모델과 Rowe와 Kahn[4]의 적극적 사회참여 모형 등을 들 수 있는데, Baltes와 Baltes는 성공적 노화의 개념을 획득을 최대화하고 상실을 최소화 하는 개인과 환경간의 지속적인 상호작용 과정으로 정의하였고, Rowe와 Kahn은 성공적 노화의 3가지 요소로 질병과 장애의 부재, 높은 신체적, 인지적 기능 유지, 삶에 대한 적극적 참여 등을 제시하고 있다. 성공적 노화는 연구자의 관점에 따라 다르게 정의되어져 왔는데 사회심리학적 접근은 삶의 만족, 심리적 유지, 사회적 기능성 등을, 생의학적 접근은 육체적, 인지적 기능성을 강조하고 있다[5]. 국내의 성공적 노화에 대한 연구에서, 성공적 노화의 구성요소는 매우 다각적인 면을 포함하고 있음을 알 수 있는데, (1)신체적 요인에는 신체적 건강 등 (2)심리적 요인에는 자기효능감, 자아존중감, 수용성, 적응성, 자아성취감 등 (4)경제적 요인에는 경제적 안정 등 (5)사회문화적 요인에는 사회적 지지, 부부관계, 가족지향 등을 포함하고 있다[6-12]. Rowe와 Kahn은 건강상태, 사회관계망의 특징, 심리적 특징, 신체적·인지적 기능, 생산적 활동 등의 5가지 영역을 측정하여 이들 간의 영향력 및 관련성을 다각적으로 분석하였다. 질병과 장애가 없으면 신체적·인지적 기능을 유지하기가 더 쉽고, 나아가 신체적·인지적 기능을 유지함으로써 적극적인 인생참여가 가능해진다. 심리적 특징과 사회관계망의 특징은 신체적·인지적 기능과 생산적 활동에 영향을 나타냄으로써 이를 지지해 주는 역할을 한다[4]. 이상의 선행연구를 바탕으로 성공적 노화의 영향 예측요인을 검토한 결과, 본 연구에서는 신체적 요인으로 주관적 건강상태를, 심리적 요인으로 자기효능감을, 사회적 요인으로 사회적 지지와 지역사회 환경을 설정하였다. 성공적 노화를 결정하는 선행변수로 신체적 건강은 가장 오랫동안 중요한 요인으로 인식되어 왔다. 주관적인 건강 상태는 개인차에 따라 환경 상황이 다르지만, 사회활동과 생활만족도를 측정하는 가장 중요한 요인으로 성공적 노화에 영향을 주는 것으로 나타났다[13]. 개인이 인지한 사회적 지지는 자신이 사랑받으며 존중받고 가치 있는 사람이라고 느낄 수 있게 함으로 개인의 심리적 안정에 도움을 줌은 물론 성공적인 노화에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 가족 및 친구 지지를 포함한 사회적 지지가 성공적 노화의 영향요인이라고 많은 연구에서 파악되었다[14]. 지역사회환경은 환경의 다차원적인 특성으로 건

강증진행위를 실천하는데 필요한 자원이나 서비스의 미흡하다[15]. 안정적이며 다양한 서비스 시설들이 가까운 거리에 있는 근린 환경은 노인들의 생활수준을 향상시키고 사회적 고립상태를 탈피하게 하는데 중요한 역할을 한다[16]. 자기효능감이란 자신의 효율성과 능력에 대한 개인의 주관적인 평가로서 특정행위를 수행하기 위한 자신의 능력에 대한 믿음으로 성공적 노화의 주요 영향요인이라고 보고되고 있다[14].

한편 지금까지의 노화연구에서 남성은 여성에 비해 연구의 주된 관심을 받지 못해왔다. 여성에 비해 남성이 더 건강하고 생산성을 유지하고 사회적 활동의 역할이 클 뿐 아니라 평균수명이 짧기 때문에 상대적으로 덜 취약한 집단으로 간주되었기 때문이다[9]. 따라서 그동안 간과되어 왔던 남성 노화에 대한 불균형적 시각과 선행연구들의 한계에 주목하여 이제 더 이상 노인들에게 국한된 관심사가 아니라 고령사회를 준비하는 한국 사회의 화두가 되고 있는[17] 남성의 성공적 노화 연구는 의미 있는 일이라 하겠다. 본 연구에서는 성공적 노화의 준비를 노인시기에 한다는 것은 시기적으로 너무 늦어서 긍정적 효과를 기대하기 어렵고, 건강증진과 노화모델이 젊은 노인(young-old)인 50대와 60대를 표적으로 하는 것이 꼭 필요하다는 지적[18]을 고려하여, 예비노인 집단인 50대부터 70대까지의 중·노년층 남성을 대상으로 선정하였다. 이를 바탕으로 성공적 노화 인식정도를 파악하고 영향을 미치는 요인들을 분석하여 비교해 봄으로서 중·노년층 남성의 생활의 질을 높일 수 있는 방안을 모색하고자 연구를 시도하였다.

2. 연구대상 및 방법

2.1 연구설계

본 연구는 중·노년층 남성의 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기효능감 및 성공적 노화의 정도를 파악하고 성공적 노화에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구대상 및 자료수집 방법

서울과 경기 지역에 위치한 종합사회복지관, 노인대학, 경로당 및 각 종교단체 평생교육원 등을 이용하는 50~79세의 남성으로 편의표집방법으로 추출하였다. 윤리적 측면을 고려하여 대상자에게 연구의 목적과 설문지의 취지를 설명하고 응답을 원하지 않는 경우에는 언제든지 철회할 수 있고 회수된 자료는 익명으로 처리됨을 알려

주고 연구 참여 동의서에 동의한 대상자에 한하여 설문 조사를 실시하였다. 자료수집기간은 2012년 9월 15일부터 2012년 10월 15일까지였으며, 먼저 본 연구자가 직접 해당 기관을 방문하여 관리자에게 연구 목적과 취지를 설명하고 자료수집의뢰신청서를 제출하여 허락을 얻은 후 실시하였다. 설문지 작성이 가능한 대상자는 직접 작성하도록 하였으며, 혼자하기 어려운 노인들은 본 연구자와 훈련된 연구보조원이 일대일 면접방식으로 조사하여 자료를 수집하였다. 설문에 소요된 시간은 1인당 약 40분 정도였으며, 총 160부의 자료 중 응답이 불충분하여 분석에 적절하지 않다고 판단된 설문지를 제외한 144부를 분석 대상으로 선정하였다.

2.3 연구도구

2.3.1 주관적 건강 상태

Northern Illinois University에서 개발한 Health Self Rating Scale[19]을 수정·보완하여 사용하였다. 3문항 5점 척도로 구성하여, 점수가 높을수록 주관적 건강상태가 좋은 것을 의미한다. 같은 문항으로 측정된 윤미경[14]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .875$ 이었고 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .893$ 이었다.

2.3.2 사회적지지

박지원[20]이 개발한 도구를 근간으로 윤미경[14]이 수정·보완한 설문지를 사용하였다. 10문항 5점 척도로서 점수가 높을수록 사회적지지가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .950$ 이었고 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .903$ 이었다.

2.3.3 지역사회 환경

김혜숙[15]이 개발한 지역사회 환경 척도를 이용하여 측정하였다. 건강관련 서비스의 접근성과 적절성을 포함한 11문항 4점 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 건강증진행위를 촉진하는 지역사회 환경이 좋음을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .863$ 이었고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .925$ 이었다.

2.3.4 자기효능감

특정상황에 국한되지 않은 일반적 상황에서의 자기효능감을 측정하고자 Sherer 등이[21] 개발한 도구를 박선일과 조복희[22]가 수정·보완한 것을 본 연구자가 수정하여 사용하였다. 9개 문항의 5점 척도로 점수가 높을수록 지각된 자기효능감이 높음을 의미한다. 개발 당시의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .710$ 이었으며, 본 연구에서의

Cronbach's $\alpha = .688$ 이었다.

2.3.5 성공적 노화

성공적 노화는 김동배[23]가 한국 노인을 대상으로 개발한 도구를 수정하여 사용하였다. 30문항의 5점 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 성공적 노화를 경험하고 있음을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .901$ 이었고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .944$ 이었다.

2.4 자료분석

수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 첫째, 중·노년층 남성의 일반적 특성과 관련변인들과의 정도를 파악하기 위해 빈도분석 및 기술통계를 실시하였다. 둘째, 일반적 특성에 따른 성공적 노화정도를 알아보기 위해 t-test와 ANOVA, 사후검정은 Scheffe test로 시행하였다. 셋째, 중·노년층 남성의 성공적 노화에 영향을 미치는 변인을 알아보기 위해 각각에 대해 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변인 간의 다중공선성의 문제를 파악하기 위하여 회귀분석 실시 전 상관관계 분석을 하였다.

3. 연구 결과

3.1 대상자의 일반적 특성과 일반적 특성에 따른 성공적 노화

조사 대상자의 연령분포는 50~59세가 58명(40.3%)으로 가장 많았고, 70~79세(36.1%), 60~69세(23.6%)의 순이었으며, 학력은 중·고졸이(50.0%) 가장 많았다. 종교를 가지고 있는 사람이(57.6%) 무교보다 많았고, 대부분이 배우자가 있었다(88.2%). 경제적 상태는 보통이라고 응답한 사람이 가장 많았으며(69.4%), 직업을 갖고 있는 사람(62.5%)이 더 많은 분포를 나타내었다. 만성질환을 가지고 있는 사람은 63.2%로 나타났다[Table 1].

대상자의 일반적 특성에 따른 성공적 노화는 경제상태($F=9.18, p<.001$)와 직업 유무($t=2.18, p<.05$)에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다. 사후 검정 결과 경제 수준이 좋다고 응답한 사람이 보통이나 나쁘다고 응답한 대상자보다 성공적 노화를 잘하는 것으로 나타났다. 직업이 있는 대상자가 없는 대상자보다 성공적 노화를 잘하는 것으로 나타났으며, 나머지 제 변수에 따른 성공적 노화는 차이를 나타내지 않았다[Table 1].

[Table 1] The Difference of Successful Aging according to General Characteristics of the Subjects (N=144)

	Characteristics	n(%)	Successful aging	
			M±SD	t or F(p)
Age(year)	50~59	58 (40.3)	3.79 ± 0.50	1.26(.283)
	60~69	34 (23.6)	3.65 ± 0.58	
	70~79	52 (36.1)	3.84 ± 0.58	
Education	≤Elementary school	12 (8.3)	3.79 ± 0.69	2.27(.107)
	Middle & High school	72 (50.0)	3.68 ± 0.58	
	≥College	60 (41.7)	3.88 ± 0.45	
Religion	None	61 (42.4)	3.72 ± 0.46	0.39(.761)
	Christian	35 (24.3)	3.85 ± 0.65	
	Catholic	27 (18.8)	3.76 ± 0.56	
	Buddhism	21 (14.6)	3.80 ± 0.60	
Spouse	Yes	127 (88.2)	3.80 ± 0.56	1.52(.132)
	No	17 (11.8)	3.59 ± 0.46	
Economical status	Very good	10 (6.9)	3.75 ± 0.30	9.18(.000)** a>b
	Good	21 (14.6)	4.25 ± 0.42 ^a	
	Middle	100 (69.4)	3.74 ± 0.50 ^b	
	Bad	10 (6.9)	3.19 ± 0.71 ^b	
	Very bad	3 (2.1)	3.30 ± 0.06	
Job	Yes	90 (62.5)	3.85 ± 0.52	2.18(.031)*
	No	54 (37.5)	3.65 ± 0.57	
Chronic disease	Yes	91 (63.2)	3.78 ± 0.57	-.18(.854)
	No	53 (36.8)	3.76 ± 0.51	

** P<.001, * P<.05

3.2 연구변인 특성

분석 결과 성공적 노화의 평균치가 3.77로 가장 높았고, 사회적지지 3.65, 지역사회 환경 3.53, 자기효능감 3.41, 주관적 건강 3.38의 순이었으며 모든 변수가 중간값 이상이였다[Table 2].

[Table 2] Descriptive Statistics of the Variables (N=144)

Variables	Mean±SD	Range
Subjective health status	3.38 ± 0.96	1 - 5
Social support	3.65 ± 0.65	1 - 5
Community environment	3.53 ± 0.94	1 - 5
Self-efficacy	3.41 ± 0.59	1 - 5
Successful aging	3.77 ± 0.55	1 - 5

3.3 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기 효능감 및 성공적 노화 간의 상관관계

대상자의 성공적 노화의 정도와 주관적 건강($r=.269, p=.001$), 사회적지지($r=.602, p=.000$), 지역사회 환경($r=.441, p=.000$), 자기효능감($r=.491, p=.000$)과는 통계적

으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 주관적 건강은 자기효능감($r=.287, p=.000$)과 양의 상관관계가 있었으며, 사회적지지는 지역사회 환경($r=.376, p=.000$), 자기효능감($r=.330, p=.000$)과 지역사회 환경은 자기효능감($r=.266, p=.001$)과 양의 상관관계가 있었다[Table 3].

3.4 성공적 노화 영향요인

본 연구 대상자의 성공적 노화에 영향을 미치는 변수를 확인하기 위해 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다. 회귀분석 전 다중공선성을 진단한 결과 독립변인 간의 상관계수가 0.90미만이었고 독립변인 간의 공차한계의 범위가 0.1이상이었으며 분산팽창인자도 10이상을 넘지 않아 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 따라서 본 회귀모형은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며($F=36.07, p=.000$), 전체 요인의 모형설명력은 49.5%였다. 성공적 노화에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 사회적지지($\beta=.412$)였으며, 다음은 자기효능감($\beta=.257$), 지역사회 환경($\beta=.222$), 주관적 건강($\beta=.137$)의 순이었다.

[Table 3] Correlation Matrix between Measured Variables

(N=144)

	Subjective health status	Social support	Community environment	Self-efficacy	Successful aging
Subjective health status	1				
Social support	.159	1			
Community environment	-.032	.376**	1		
Self-efficacy	.287**	.330**	.266**	1	
Successful aging	.269**	.602**	.441**	.491**	1

** P<.01

[Table 4] Influencing Factors on Successful Aging

(N=144)

	B	SE	β	t(p)	Multicollinearity Analysis		F(p)	Adj-R ²
					TOL	VIF		
					Constant	.843		
Subjective health status	.078	.036	.137	2.18(.031)*	.893	1.120	36.07 (.000)	.495
Social support	.348	.056	.412	6.17(.000)***	.791	1.264		
Self-efficacy	.278	.072	.257	3.87(.000)***	.803	1.246		
Community environment	.129	.038	.222	3.38(.001)**	.818	1.223		

** P<.001, ** P<.01, * P<.05

TOL: Tolerance Limit, VIF: Variance Inflation Factor

4. 논의 및 결론

본 연구에서는 여성과 다르게 노화를 경험하고 성공적 노화에 대한 인식도 서로 다른 특성을 가지고 있음에도 불구하고, 남성 노화에 대한 연구에 관심을 기울이지 못하고 있는 현실을 고려하여 50대부터 70대까지의 중·노년층 남성을 대상으로 성공적 노화 인식정도를 파악하고 영향을 미치는 요인들을 분석·비교하고자 하였다. 기존연구들을 통해 성공적 노화의 예측요인으로 밝혀진 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기효능감이 중·노년층 남성의 성공적 노화를 어느 정도 설명할 수 있는지를 논의하였다. 본 연구대상자의 성공적 노화 정도는 5점 만점에 평균 3.77점으로 나타났다. 성공적 노화의 척도는 다르지만 남성노인을 대상으로 한 정여진과 안정신[9]의 연구에서는 4점 만점에 평균 2.86점, 성인 남성을 대상으로 한 이신영[24]의 연구에서는 5점 만점에 3.70으로 본 연구결과와 비슷한 분포를 보였다. 동일한 도구로 측정한 이모숙[25]의 연구에서 남성노인의 성공적 노화정도는 5점 만점에 3.59점으로 나타났다. Depp과 Jastef[26]는 28편의 성공적 노화 관련 논문을 분석한 결과 모든 논문의 평균을 보았을 때 35.8%의 노인이 성공적인 노화를 이뤘다고 하였다. 이는 본 연구의 결과보다 낮은 비율인데 본 연구에서 성공적 노화 정도가 높게 나타난 것은 최근 우

리나라 노인이 성공적 노후에 대한 관심이 증가한 것이 중요한 이유라 생각된다. 본 연구와 이상의 연구로 볼 때 우리나라 중·노년층 남성의 성공적 노화 정도는 보통 이상인 것으로 생각되며 노년기의 기간이 점차 길어지고 있는 요즘, 노인들이 보다 역동적으로 생활에 대처하여 행복한 노후생활과 만족한 삶을 영위할 수 있도록 돕는 일은 노인건강을 담당하는 전문가가 해야 할 책무이므로 노인의 성공적 노화에 대한 인식을 높일 수 있는 방안을 강구해야 할 것이다.

다른 변수들에 대한 인식정도를 보면 사회적지지 3.65, 지역사회 환경 3.53, 자기효능감 3.41, 주관적 건강이 3.38점으로 모든 변수가 중간 값 이상이였다. 이는 본 연구의 대상자들이 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기효능감에 대해 긍정적인 평가를 하고 있음을 나타낸다.

중·노년층 남성이 자신이 처해 있는 상황에 따라서 성공적인 노화에 대해 인식하는 것도 달라질 수 있다는 점을 고려하여 이들의 인구사회학적 특성에 따른 성공적 노화의 영향을 살펴보았다. 그 결과 경제 상태와 직업유무에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다. 경제 수준을 좋다고 응답한 사람이 보통이나 나쁘다고 응답한 대상자보다, 직업이 있는 대상자가 없는 대상자보다 성공적 노화를 잘하는 것으로 나타났다. 이는 노인의 지각된 경제

상태가 좋을수록 성공적 노화 수준이 높음을 보고한 한수정 등의[27] 연구와 유사한 결과를 나타내었다. 따라서 경제적으로 안정된 노후생활을 보내기 위해서는 노년기에 접어들기 전에 노후준비의 필요성에 대한 교육과 함께 다양한 노후설계에 대한 정보제공이 이루어져야 할 것이다.

본 연구의 주요변수인 주관적 건강, 사회적지지, 지역사회 환경, 자기효능감 및 성공적 노화 간에는 통계적으로 유의한 상관관계가 나타났으며, 다중회귀분석 결과 성공적 노화에 영향을 미치는 유의한 변수는 사회적지지가 가장 큰 영향을 미쳤으며, 자기효능감, 지역사회 환경, 주관적 건강이 중요한 변수임이 확인되었다. 이들 변수들이 중·노년층 남성의 성공적 노화를 49.5% 설명하였다.

사회적지지는 중·노년층 남성에게 있어서 가족관계 및 사회적 관계를 긍정적인 방향으로 선회시켜 성공적 노화로 이행하는 중요한 요인이라 하겠다[8,14]. 사회적지지는 개인의 심리적·신체적 건강과 밀접한 관계가 있으며, 개인의 부정적 요소를 완화시키는 요인으로 연구 되어져 왔다[8]. 나이가 들어갈수록 사회관계망이나 사회적 지원이 중요한 영향을 미치는 것으로 나타나[28] 본 연구결과와 일치하였다. 그러나 사회적지지 제공은 성공적 노화에 정적 영향을 미치지지만 사회적 수혜는 부적 영향을 미친다고 하여 대다수의 한국노인이 사회적 지원망으로부터 일반적으로 수혜를 받는 피동적 존재가 아니라 다른 사람에게 도움을 제공함으로써 만족감을 얻고 이를 통하여 사회에 기여하고 있음을 확인한 연구결과[29] 성공적 노화를 위해서 노인들이 사회적지지를 받는 것보다 제공하는 것이 더 긍정적 요인으로 작용할 수 있음을 시사한다. 따라서 중·노년층 남성의 다양한 자원을 확보하여 재능기부, 자원봉사, 보살핌노동 및 비공식적 도움 제공 등 지역사회 자원으로써 일할 수 있는 사회참여 프로그램 개발이 필요하며 이를 뒷받침할 사회적지지 시스템 마련이 요구된다.

자기효능감은 중·노년층 남성의 인생에서 노년기를 맞이하여 다양한 변화를 성공적으로 적응하도록 돕는 중요한 변수로 나타나, 성공적 노화에 있어서 자기효능감의 중요성과 시사점을 제공하는 결과라고 볼 수 있다. 본 연구결과는 많은 선행연구[8,14,25]를 통하여 지지되었다. 자기효능감은 효능기대로서 자기효능감이 높으면 강한 성취동기를 유발하여 개인이 결과를 얻는데 필요한 행동을 성공적으로 수행하고 업무수행에도 긍정적인 향상을 가져온다. 일차적인 삶의 여건을 넘어서 스스로 할 수 있다는 자신감을 부여하여 그들로 하여금 성취할 수 있는 용기를 부여해주고 도전을 할 수 있게 해주는 것이 곧 중·노년층 남성들의 성공적 노화로 연결이 된다는 것을

의미하는 결과이다. 그러므로 선행 연구결과를 근거로 중·노년층 남성의 성공적 노화 이행을 위한 건강교육 및 중재에서 자기효능감을 높이는 다양한 전략을 수립해야 할 것이다.

본 연구에서 지역사회 환경은 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 변수로 확인되었다. 건강행위를 실천하는데 필요한 자원이나 서비스를 의미하는 지역사회 환경은, 행동을 결정하여 실행하는데 있어 개인적인 인지·지각 요인보다는 환경과 상호작용하는 주변의 영향이 큰 것으로, 행위를 할 수 있는 상태가 되어 있더라도 구체적인 행동이 나타나려면 행동의 계기를 구성하는 변수가 중요한 것으로 해석할 수 있다. 행동의 계기에 많이 노출 될수록 건강행동을 잘 이행하게 되고 건강행동 실천에 효과가 있으므로, 대상자가 필요성을 인식하고 필요에 부응하는 서비스를 받아들일도록 하는 과정으로 구성하여서 서비스에 대한 접근성을 높이는 것이 필요하다[30]. 성공적 노화와 직접적인 인과관계를 규명한 연구가 미흡하여 선행연구와의 비교에 어려움이 있었지만 중·노년층을 대상으로 한 윤미경[14]의 연구결과와 일치하였다. 기존 연구에서 밝혀지지 않았던 성공적 노화의 중요한 예측변수로 새롭게 확인이 된 만큼 추후 연구를 통하여 이를 검증하는 것이 필요하다.

또한 성공적 노화에 주관적 건강이 중요한 변인임을 입증하였다. 건강수준을 좋게 유지시키는 것이 또 다른 주요한 성공적 노화요인이 된다는 것을 의미하며, 이는 Franklin[31], Vailland & Mukamal[12]의 연구결과와 일치하고 있다. 신화진과 전상남[32]은 성공적 노화요인과 주관적 건강의 관계를 연구하면서 불건강집단이 더 민감하게 성공적 노화의 성패에 영향을 받으므로 건강집단보다 성공적 노화를 달성하기 어렵다고 판단하였다. 노인의 성공적 노화[33]에서도 건강상태가 중요한 영향요인으로 밝혀진 점을 비교해 볼 때, 건강수준을 증진시킬 수 있는 좋은 생활습관과 성공적인 노화의 상관성을 적극적으로 활용하여야 한다.

본 연구 결과 사회적지지와 자기효능감이 높고 사회사의 환경적 서비스가 좋고 주관적 건강상태가 좋을수록 성공적 노화수준이 높음을 알 수 있다. 이러한 결과를 토대로 중·노년층 남성의 성공적 노화전략 수립에 기초자료로 활용하여 성공적 노화를 향상시킬 수 있는 보다 현실적이고 체계적인 실천방안을 마련하여야 할 것이다.

추후연구에서는 성공적 노화 설명력을 높이기 위해 예측력 높은 변수를 추가한 후속연구가 필요하며, 중·노년층 남성의 특성에 맞는 성공적 노화프로그램의 개발과 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

References

- [1] Statistics Korea, Statistics of the Aged, 2012.
- [2] Ministry of Health & Welfare and Hallym University College of Medicine, *An Extensive Investigation on Cost-Effective Ageing-Related Research System in Korea*. pp.17-22, 2007.
- [3] P. B. Baltes, & M. M. Baltes, *Psychological Perspectives on Successful Aging: The Model of Selective Optimization with Compensation*. In P. B. Baltes & M. M. Baltes(Eds.). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge, UK: Cambridge University Press, pp.1-34, 1990.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1017/CBO9780511665684>
- [4] J. W. Rowe, & R. L. Kahn, Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), pp.433-440, 1997.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geront/37.4.433>
- [5] A. Bowling, Aspirations for older age in the 21st century; What is successful aging? *International Journal of Human Development*, 64, pp.263-297, 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2190/L0K1-87W4-9R01-7127>
- [6] H. K. Kim, Gender difference of the influencing factors on successful aging among rural community-dwelling Korean elders. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 32(3), pp.819-834, 2012.
- [7] S. D. Chung, A comparative study on the successful aging for Korean elderly women and elderly men, *Journal of the Korean Gerontological Society*, 27(4), pp.829-849, 2007.
- [8] J. H. Cho, *Prediction Model for the Successful Aging of Middle Aged Women*. Unpublished doctoral dissertation, Hanyang University, Seoul, 2013.
- [9] Y. J. Jeong & J. S. An, The effects of family relationships on successful aging of the elderly men. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 30(2), pp.535-550, 2010.
- [10] K. L. Chou, & I. Chi, Successful aging among the young-old, old-old, oldest-old chinese. *International Journal of Aging and Human Development*, 54(1), pp.1-14, 2002.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2190/9K7T-6KXM-C0C6-3D64>
- [11] R. Crosnoe, & G. H. Elder, Jr, Successful adaptation in the later years: A life course approach to aging. *Social Psychology Quarterly*, 65(4), 309-328, 2002.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/3090105>
- [12] G. E. Vaillant & K. Mukamal, Successful aging. *American Journal of Psychiatry*, 158(6), pp.839-847, 2001.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1176/appi.ajp.158.6.839>
- [13] S .N. Jeon, & H. G. Shin, The effects of perceived health and ageism experience on successful aging. *Journal of Welfare for the Aged*, 46, pp.29-52, 2009.
- [14] M. K. Youn, *An Empirical Analysis on the Influencing Factors of Oriental Health Promotion Behavior for Improving Quality of Life*. Unpublished doctoral dissertation, Wonkwang University, Iksan, 2011.
- [15] H. S. Kim, *A Study of Influential Factors on Health Promoting Behavior among Korean Seniors in Community*. Unpublished doctoral dissertation, Soongsil University, Seoul, 2009.
- [16] M. S. Suk, Ecological-systematic approach to subjective well-being of the aged at local community. *Journal of Welfare for the Aged*, 26, pp.237-261, 2004.
- [17] M. H. Kim & K. R. Shin, The study on the development of the successful aging scale for Korean elderly. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 25(2), pp.35-52, 2005.
- [18] D. Haber, *Health promotion and aging: Practical applications for health professionals*(3rd. ed.). NY: Springer Publishing Company, pp.12-17, 2006.
- [19] M. P. Lawton, M. Moss, & M. Fulcomer, A research and service oriented multi level assessment instrument. *Journal of Gerontology*, 37, pp.91-99, 1982.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geronj/37.1.91>
- [20] J. W. Park, *A Study of Development of a Tool in Measuring Social Support*. Unpublished doctoral dissertation, Yonsei University, Seoul, 1985.
- [21] M. Sherer, & J. E. Maddux, The self-efficacy scale construction and validation. *Psychological Reports*, 51, pp.663-667, 1982.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2466/pr0.1982.51.2.663>
- [22] S. I. Park, & B. H. Cho, A study on the activities of daily living, self-efficacy and the health promoting behavior in stroke patients. *The Korean Journal of Rehabilitation Nursing*, 7(2), pp.149-158, 2004.
- [23] D. B. Kim, The study on the development of the korean elderly's successful aging scale. *Korean Journal of Social Welfare*, 60(1), 211-231, 2008.
- [24] S. Y. Lee, A comparative study on the perception of the successful aging between women and men. *Gender & Culture*, 3(1), pp.99-124, 2010.
- [25] M. S. Lee, A study on the mediating effect of self-efficacy on the relationship between economic status and successful aging among the elderly. *International Journal of Welfare for the Aged* 57, pp.289-313, 2012.

[26] C. A. Depp, & D. V. Jeste, Definitions and predictors of successful aging: a comprehensive review of larger quantitative studies. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 14(1), pp.6-20, 2006.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/01.JGP.0000192501.03069.bc>

[27] S. J. Han, J. S. Han, & Y. S. Moon, Factors influencing successful aging in elders. *Korean Journal of Adult Nursing*, 21(4), pp.423-433, 2009.

[28] J. S. Ann, *A Study on Perception of Successful Aging in Adult Developmental Stages*. Unpublished doctoral dissertation, Dong-A University, Busan, 2009.

[29] H. W. Kang, *A Study on Successful Aging of Korean Eders: Focused on the Effects of Social Relationships on Successful Aging*. Unpublished doctoral dissertation, Kangnam University, Yongin, 2012.

[30] H. S. Yoon, H. Y. Lee, & S. K. Lee, Factors associated with uses of health promotion program-Seoul community health center. *The Korean Research for Health and Social Affairs*, 28(2), pp.157-184, 2008.

[31] N. C. Franklin, C. A. Tate, Lifestyle and successful aging: An overview. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 3, pp.6-11, 2009.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/1559827608326125>

[32] S .N. Jeon, & H. G. Shin, The effects of perceived health and ageism experience on successful aging. *Journal of Welfare for the Aged*, 46, pp.29-52, 2009.

[33] K. W. Sung, Relation of successful aging and wisdom in korean older adults, *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 13(1), pp.48-57, 2011.

홍 승 정(Seung-jung Hong) [정회원]



- 1999년 2월 : 한국방송통신대학교 교육학과 학사
- 2001년 8월 : 중앙대학교 보건학과 보건학 석사
- 2003년 3월 ~ 현재 : 수원여자대학교 미용예술학과 겸임교수
- 2003년 3월 ~ 2006년 2월 : 서경대학교 미용예술학과 및 학점대학 외래교수
- 2003년 3월 ~ 2003년 8월 : 숙명여자대학교 평생교육원 학점대학 외래교수
- 2008년 11월 ~ 현재 : 국가기술자격검정 피부미용사 실기시험 감독위원
- 2009년 2월 ~ 현재 : 홀리스틱 테라피 연구소 소장

<관심분야>
피부미용적 측면에서의 테라피, 건강증진(위생)

윤 미 경(Mee-kyung Youn) [정회원]



- 1983년 2월 : 한양대학교 의과대학 간호학과 학사
- 2007년 2월 : 경기대학교 대체의학대학원 대체의학과(미용치료전공) 석사
- 2011년 8월 : 원광대학교 한의학전문대학원 한의학 박사
- 2007년 3월 ~ 2008년 7월 : 경기대학교대체의학대학원 외래교수
- 2009년 1월 ~ 2011년 8월 : 퀴텀테라피연구소 소장
- 2010년 3월 ~ 현재 : 성결대학교 외래교수
- 2010년 3월 ~ 현재 : 성결대학교 생태공동체연구소 연구위원
- 2012년 12월 ~ 현재 : 한방건강증진교육협회 연구교수

<관심분야>
한방건강증진교육, 한방건강심리

이 세 원(Se-won Lee) [정회원]



- 2013년 2월 : 원광대학교 한의학전문 대학원 한의학 석사
- 2013년 3월 ~ 현재 : 원광대학교 한의학대학원 박사과정
- 2012년 12월 ~ 현재 : 한방건강증진교육협회 회장
- 2013년 3월 ~ 현재 : 서경대학교 생활한방연구소 소장

<관심분야>
생활한방, 한방건강증진

안 혜 경(Hea-kyung Ahn) [정회원]

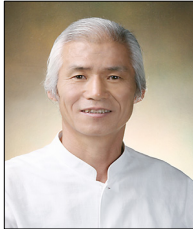


- 2007년 2월 : South Baylo University (California, USA) 석사
- 2011년 3월 ~ 현재 : 원광대학교 한의학전문대학원 박사과정
- 2012년 12월 ~ 현재 : 한방건강증진교육협회 연구교수

<관심분야>
한방분초, 한방건강증진, 한방교육심리

유 시 영(Si-young You)

[정회원]



- 2008년 2월 : 원광디지털대학교
요가명상학 학사
- 2010년 2월 : 조선대학교 보건대
학원 대체의학과 석사
- 2012년 8월 : 조선대학교 일반대
학원 보완대체의학과 박사 수료
- 2008년 3월 ~ 2008년 8월 : 송
원대학 외래교수

- 2005년 5월 ~ 현재 : 요가사랑 대표
- 2010년 3월 ~ 현재 : 조선대학교 보건대학원 시간강사

<관심분야>

보완대체의학, 요가, 명상