ISSN 2093-5986(Print)
ISSN 2288-0666(Online)

The Korean Journal of Health Service Management
Vol.8 No.4 pp.257-270 December 2014
http://dx.doi.org/10.12811/kshsm.2014.8.4.257

중년여성의 자아존중감과 자기효능감이 노후생활 준비행동에 미치는 영향

박지영‡
대구보건대학교 치위생과

An Effect of Self-Esteem and Self-Efficacy in Middle-Aged Women's on the Behavior for Preparing Their Old Age

Ji-Young Park‡
Department of Dental Hygiene, Daegu Health College

<Abstract>

This article tried to find how they foster their emotion and promote their health, as examining the effect of self-esteem and self-efficacy on self-esteem and self-efficacy in middle-aged women. This paper conducted a survey for women in 40・50s who live in Daegu Metropolitan for one month from the 1st of May, 2013. As the result of analysis on primary factor, it was classified into 5factors of organizing such as the physical behavior for preparing their old age, the behavior for preparing their old age of participation in social activities, the behavior for preparing their old age of preparing death, the emotional behavior for preparing their old age and the economic behavior for preparing their old age. The self-efficacy had the positive effect on the physical, emotional and economic behavior for preparing their old age, on the other hand, the self-esteem and the self-efficacy had the positive effect on the behavior for preparing their old age of participation in social activities and of preparing death. It can be said to be more important that the middle aged-women have to make an effort to develop self-esteem and self-efficacy for improving the behavior for preparing their old age, in addition, this article suggests to develop a systematic program that may inspire a belief for the behavior that needs to get the desired result, and to require continuing interest.

Key Words : Physiology Health, Social Activity, Preparation Death, Emotional, The Economic Behavior for Preparing Their Old Age

‡ Corresponding author : Ji-Young Park(pjy8604@hanmail.net) Department of Dental Hygiene, Daegu Health College
• Received : Aug 10, 2014 • Revised : Dec 14, 2014 • Accepted : Dec 19, 2014

Ⅰ. 서론

현대사회에 있어서 노인문제는 사회적인 문제로 대두되고 있으며, 2013년 우리나라 총인구에서 65세 이상 고령자가 차지하는 비율은 12.2%로 1970년 3.1%에서 지속적으로 증가하여 2030년 24.3%, 2050년 37.4% 수준에 이를 것으로 전망된다[1].

노인인구의 비율이 전체 인구에서 7%를 넘으면 '고령화사회(aging society)', 14%를 넘으면 '고령사회(aged society)'라고 말하는데, 고령화 사회란 전체 인구 대비 노인 인구의 비율이 계속해서 증가하는 상태, 즉 인구의 고령화가 진행 중에 있는 사회를 의미한다[2].

우리나라는 이미 2000년에 노인 인구가 340만명으로 전체 인구 4,701만명의 7.2%를 넘어서 이미 고령화사회에 진입하였으며, 2005년에 노인 인구는 437만명으로 전체 인구 4,725만명의 9.2%였으며, 2018년에 14.4%를 넘어 고령사회에 도달하고 2026년에는 20.0%로 초고령 사회가 될 것이다[1].

따라서 고령화 사회에서 발생할 수 있는 현상들을 노인문제라고 말하는 것은 마치 노인이 문제의 근원이 된다거나 노인들에게만 해당되는 문제로 비춰질 수 있다[2].

이러한 인구고령화는 정부와 개인에게 큰 부담이라 할 수 있으며, 정부에서는 이런 노인관련문제 등으로 인해 노인관련 서비스에 대한 정책적 부담이 될 수 있고, 개인적으로는 노후준비를 위한 충분한 시간적 여유가 없이 불안정한 노후를 맞이할 수 있어서 노인관련 서비스의 부담이 되기도 한다[3].

통계청[1]에 따르면, 2013년 노년부양비는 16.7%로써 생산가능인구 6명이 고령자 1명을 부양하는 개인적 부담이 현재의 저출산이 지속될 경우 2018년에는 생산가능인구 약 5명이 고령자 1명을, 2050년에는 약 1.4명이 고령자 1명을 부양해야 함으로 개인적 부담이 증가할 것으로 전망하였다.

통계청[1] 동 자료에서 2012년 1인당 고령자 진료비는 293만원으로 2011년에 비해 2.5% 증가하였으며, 매년 증가하는 추세에 있다고 보고하였다.

이러한 노인관련문제는 노후준비를 통해 부담을 경감시키는 효과를 가져올 수 있는데 개인적으로는 성공적인 노후를 맞이할 수 있으며, 국가적으로는 정책적 측면에서 매우 중요하다고 할 수 있다[4].

특히 중년기의 여성은 신체적 변화와 더불어 자녀의 독립과 결혼 등으로 가족의 구조가 다시 구성되는 과정에서 심리적으로 허탈감을 느끼고, 삶의 목표와 현실의 차이로 인한 정서적 혼란을 경험하는 시기로[5], 고령화 사회에 진입으로 노후준비에 대한 관심이 높아지고 있으며[6], 신체적, 정신적, 사회적으로 큰 변화를 겪고 있는 중년여성[7]은 자아존중감과 자기효능감의 저하를 가져올 수 있다.

반면에 이 시기의 중년여성들은 학력수준의 향상과 핵가족화, 자녀의 사회진출 등으로 다양한 형태의 사회적 욕구가 강해지는 시기로써 자아존중감과 자기효능감의 향상을 도모하여 자신의 정체성 확립으로 노년기까지의 삶의 질을 결정짓는 중요한 요소로 생각할 수 있을 것이다.

따라서 중년여성들은 구체적으로 노후대책을 준비하기도 하고, 막연하게 노후문제를 접하기도 하기 때문에 노후준비를 위해 중년기부터 다양한 사회활동을 통하여 사회적으로나 심리적으로 자신의 삶에 대한 필요와 욕구를 충족시키면서 자신의 노후에 대한 근본적이고도 세부적인 대책이 필요하다.

하지만 노후의 삶의 질 향상을 위한 대책이 대부분 건강과 경제적 요인에 대한 대책에 관한 연구는 많으나 전반적인 측면에서의 노후준비에 관한 연구는 미진하였다.

이에 본 연구는 고령사회 진입을 앞둔 중년여성을 대상으로 자신의 자아존중감과 자기효능감이

신체적 건강에 대한 노후생활 준비행동, 사회활동 참여에 대한 노후생활 준비행동, 죽음준비 노후생활 준비행동, 정서적 노후생활 준비행동, 경제적 노후생활 준비행동 등에 어떠한 영향에 미치는지에 대한 분석을 통해 중년여성들이 보다 행복한 노년기를 위해 현시점에서의 자아존중감과 자기효능감을 높일 수 있는 실질적이고 구체적인 방안 모색과 노후준비에 대한 의식 전환을 유도하여 향후 노후의 삶의 질을 향상시키기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대구광역시에 거주하는 만 40-59세까지의 중년여성을 대상으로 하였으며, 40명에게 예비조사를 시행한 후, 문화센터와 지역 부녀회의 도움을 받아 2013년 5월 1일부터 5월 30일까지 설문조사를 실시하였다.

연구자의 연구목적에 동의한 총 600명에게 편의표본추출방법에 의한 자기기입식 설문조사를 실시하였으며, 이 가운데 불성실한 답변을 한 60부를 제외하고, 최종분석에 540부의 설문지를 최종 실증적 분석에 사용하였다.

2. 연구가설

본 연구에서 설정한 가설은 다음과 같다.

가설1. 중년여성의 자아존중감과 자기효능감은 노후생활 준비행동 구성요인 중 신체적 건강에 대한 노후생활 준비행동에 영향을 미칠 것이다.

1-1. 자아존중감은 신체적 건강에 대한 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

1-2. 자기효능감은 신체적 건강에 대한 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설2. 중년여성의 자아존중감과 자기효능감은 노후준비행동 구성요인 중 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 영향을 미칠 것이다.

2-1. 자아존중감은 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

2-2. 자기효능감은 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설3. 중년여성의 자아존중감과 자기효능감은 노후생활 준비행동 구성요인 중 죽음준비 노후생활 준비행동에 영향을 미칠 것이다.

3-1. 자아존중감은 죽음준비 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3-2. 자기효능감은 죽음준비 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설4. 중년여성의 자아존중감과 자기효능감은 노후생활 준비행동 구성요인 중 정서적 노후생활 준비행동에 영향을 미칠 것이다.

4-1. 자아존중감은 정서적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

4-2. 자기효능감은 정서적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설5. 중년여성의 자아존중감과 자기효능감은 노후생활 준비행동 구성요인 중 경제적 노후생활 준비행동에 영향을 미칠 것이다.

5-1. 자아존중감은 경제적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

5-2. 자기효능감은 경제적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3. 측정변수

본 연구에서 사용한 척도인 자아존중감, 자기효능감, 노후생활 준비행동 척도는 기존 선행 연구된 노후준비 의식 및 대책 연구[7]에서 사용된 척도를 수정·보완하여 사용하였다.

자아존중감은 개인의 삶을 바람직하게 이끌어

가는 내적인 힘으로 자아존중감이 높을수록 적응력이 높아지고 보람 있는 삶을 영위하게 되는 것으로[8] Likert 5점 척도를 사용하였고, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미하며, 총 25문항으로 구성되었다.

자기효능감이란 자기 자신이 바람직한 기대결과를 얻는데 필요한 행동을 하기 위한 신념을 의미하는 것으로[9] Likert 5점 척도를 사용하였고, 점수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미하며, 척도 27문항으로 구성되었다.

또한, 노후생활 준비행동은 성공적 노후에 질병이 없이 신체기능을 정상적으로 유지하며, 가족지지 체계 내에서 자신의 삶을 만족감과 행복감을 느끼고, 능동적이며 적극적으로 노후의 삶과 생활에 적응하는 것을 의미하는 것으로[10] Likert 5점 척도를 사용하였고, 점수가 높을수록 노후생활 준비행동이 높은 것을 의미하며, 29문항을 사용하였다.

4. 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료의 분석은 요인분석과 Cronbach-α계수를 이용한 신뢰도 검증, 상관관계 분석, 다중회귀분석 등을 실시하였으며, SPSS/WIN 18.0을 이용하였으며, 통계적 유의성 판정을 위한 유의수준은 0.05로 고려하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 연구대상자의 인구사회학적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 연령이 40-49세가 50.9%였으며, 학력은 고등학교 졸업이 47.6%, 종교는 불교가 40.4%, 월평균 가구수입은 400만원이상이 31.7%였으며, 건강상태는 보통이 48.7%, 자녀수는 2명이 65.9%였다<Table 1>.

<Table 1> General characteristic of the subjects

Classification	Item	N	%
Age(year-old)	40-49	276	50.9
	50-59	266	49.1
Education	≦Middle school	92	17.0
	High school	258	47.6
	≧College	192	35.4
Religion	Atheist	162	29.9
	Buddhism	219	40.4
	Christianity	100	18.5
	Catholicism	61	11.3
Monthly income	<1,000,000	11	2.0
	1,000,000-<2,000,000	82	15.1
	2,000,000-<3,000,000	147	27.1
	3,000,000-<4,000,000	130	24.0
	≧4,000,000	172	31.7
State of health	Bad	67	12.4
	Normal	264	48.7
	Good	211	38.9
Number of children	Childless	22	4.1
	1 child	75	13.8
	2 child	357	65.9
	3 child	76	14.0
	≧4 child	12	2.2
Total		542	100.0

2. 요인분석 및 신뢰도 검정

노후생활 준비행동 측정 도구에 대한 타당도 검증을 위하여 문항 선택기준인 고유값(eigen value)은 1.0 이상, 요인 적재치는 0.4 이상을 기준으로 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 신체적 노후생활 준비행동, 사회활동 참여 노후생활 준비행동, 죽음준비 노후생활 준비행동, 정서적 노후생활 준비행동, 경제적 노후생활 준비행동의 5개 요인으로 구분되었고 5개 구성요인의 총 분산 설명력은 56.976%였다<Table 2>.

노후생활 준비행동의 요인분석을 통해 확인된 신체적, 사회활동 참여, 죽음준비, 정서적, 경제적 노후생활 준비행동에 대한 상관관계 분석결과는 <Table 3>과 같다.

<Table 2> Factor analysis of the behavior of preparing for their old age

Question	Factor analysis				
	Physiology health	Social activity	Preparation death	Emotional	Economic
Anti-stress	0.816				
Eating habit	0.798				
Life habit factor	0.783				
Have regular checkups	0.688				
Regular exercise	0.611				
Nutrient taking	0.493				
Business plan		0.833			
Preemployment efforts		0.810			
Determine reemployment		0.746			
Living determine reemployment		0.714			
Job maintenance		0.600			
Discuss post countermeasure(family)			0.802		
Discuss post countermeasure(couple)			0.796		
Problem of funeral			0.757		
Succession to property			0.668		
Preparation of death			0.578		
Personal relations				0.754	
Take hobby				0.701	
Leisure activity				0.683	
Psychology consultation				0.621	
Voluntary service				0.616	
Social preparation					0.787
National pension subscriber					0.767
Become a member of individual annuity					0.619
Thrifty habit					0.521
Eigen-value	6.600	2.753	2.160	1.419	1.312
R^2(%)	26.399	11.013	8.641	5.676	5.247
Total R^2(%)	26.399	37.412	46.053	51.728	56.976

<Table 3> Inter-construct correlations of preparing for their old age

	1	2	3	4	5
1. Physiology health	1				
2. Social activity	.220**	1			
3. Preparation death	.269**	.251**	1		
4. Emotional	.554**	.326**	.332**	1	
5. Economic	.470**	.164**	.128**	.415**	1

** : p<0.01

<Table 4> Reliability coefficients of scale

	Factor	Item	Cronbach-α
Preparing for their old age	Physiology health	6	0.843
	Social activity	6	0.814
	Preparation death	5	0.793
	Emotional	6	0.792
	Economic	6	0.700
Self-esteem	-	25	0.704
Self-efficiency		28	0.907

신체적 노후생활 준비행동은 사회활동 참여 노후생활 준비행동 r=0.220, 죽음준비 노후생활 준비행동 r=0.269, 정서적 노후생활 준비행동 r=0.554, 경제적 노후생활 준비행동 r=0.470의 상관계수 값으로 나타났으며, 사회활동 참여 노후생활 준비행동은 죽음준비 노후생활 준비행동 r=0.251, 정서적 노후생활 준비행동 r=0.326, 경제적 노후생활 준비행동 r=0.164의 상관계수 값으로 나타났다.

죽음준비 노후생활 준비행동은 정서적 노후생활 준비행동 r=0.332, 경제적 노후생활 준비행동 r=0.128의 상관계수 값으로 나타났으며, 정서적 노후생활 준비행동과 경제적 노후생활 준비행동은 r=0.415의 상관계수 값으로 나타났다.

노후생활 준비행동과 자아존중감, 자기효능감에 대한 신뢰도 분석결과는 <Table 4>와 같다. 노후생활 준비행동의 구성요인에 대한 신뢰도 분석결과 Cronbach-α 값이 신체적 0.843, 사회활동 참여 0.814, 죽음준비 0.793, 정서적 0.792, 경제적 0.700으로 5개 구성요인 모두 신뢰성 계수가 0.6이상인 것으로 나타났으며, 자아존중감의 Cronbach-α 값은 0.704, 자기효능감은 0.907인 것으로 나타나 문항 제거 없이 모두 사용하였다.

3. 신체적 노후생활 준비행동에 미치는 영향

노후생활 준비행동 하위요인인 신체적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 종교에서 무교보다는 불교, 수입에서는 100만원 미만보다는 400만원 이상이, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 보통, 좋다가, 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 2명, 3명, 4명이상에서 신체적 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 신체적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 검정결과 자기효능감 t값 -4.536(p=0.000)으로 가설 1-2는 채택된 반면, 자아존중감은 t값 -0.500(p=0.617)으로 가설 1-1은 기각되었다<Table 5>.

회귀모형 전체에 대한 적합성 검정결과 F=9.277, 유의확률 0.000 이므로 유의수준 5%에서 회귀모형은 적합함을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 23.9%였다.

<Table 5> Multiple regression analysis of physiology health

Dependent variable	Independent variable	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T-value	p-value	Research hypothesis
		B	S.E	β			
Physiology health	(Constant)	3.058	.305		10.026	.000	
	Age(year-old)						
	40-49 vs 50-59	-.018	.052	-.014	-.341	.733	
	Education						
	≦Middle school vs High school	.029	.077	.024	.384	.701	
	≦Middle school vs ≧College	.134	.087	.103	1.542	.124	
	Religion						
	Atheist vs Buddhism	.128	.058	.101	2.227	.026	
	Atheist vs Christianity	-.072	.071	-.045	-1.018	.309	
	Atheist vs Catholicism	.072	.084	.036	.855	.393	
	Monthly income(won)						
	<1,000,000vs1,000,000-<2,000,000	.099	.184	.057	.535	.593	
	<1,000,000 vs2,000,000-<3,000,000	.203	.184	.145	1.104	.270	
	<1,000,000 vs 3,000,000-<4,000,000	.106	.187	.072	.564	.573	
	<1,000,000 vs ≧4,000,000	.466	.187	.349	2.490	.013	
	State of health						
	Bad vs Normal	.197	.079	.158	2.494	.013	
	Bad vs Good	.336	.083	.263	4.043	.000	
	Number of children						
	Childless vs 1 child	.497	.135	.274	3.685	.000	
	Childless vs 2 child	.322	.122	.245	2.651	.008	
	Childless vs 3 child	.465	.133	.259	3.483	.001	
	Childless vs ≧4 child	.624	.199	.146	3.127	.002	
	Self-esteem(Hypothesis 1-1)	-.051	.103	-.020	-.500	.617	Reject
	Self-efficiency(Hypothesis 1-2)	-.314	.069	-.187	-4.536	.000	Accept
	F=9.277 p=0.000 R^2=0.239 Adjusted R^2=0.213						

4. 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 미치는 영향

노후생활 준비행동 하위요인인 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 수입에서는 100만원 미만보다는 100-200미만, 200-300미만이, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 좋다가 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 사회활동 참여노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 검정결과 자아존중감은 t값 2.084(p=0.038), 자기효능감 t값 -4.284(p=0.000)로 가설 2-1과 2-2 모두 채택되었다<Table 6>.

회귀모형 전체에 대한 적합성 검정결과 F=4.749, 유의확률 0.000 이므로 유의수준 5%에서 회귀모형은 적합함을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 13.8%였다.

5. 죽음준비 노후생활 준비행동에 미치는 영향

노후생활 준비행동 하위요인인 죽음준비 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 연령에서 40-49세보다는 50-59세가, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 좋다가, 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 2명, 3명에서 죽음준비 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 죽음준비노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 검정 결과 자아존중감은 t값 2.337(p=0.020), 자기효능감 t값 -4.762(p=0.000)로 가설 3-1과 3-2 모두 채택되었다<Table 7>.

회귀모형 전체에 대한 적합성 검정결과 F=4.234, 유의확률 0.000 이므로 유의수준 5%에서 회귀모형은 적합함을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 12.5%였다.

<Table 6> Multiple regression analysis of social activity

Dependent variable	Independent variable	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T-value	p-value	Research hypothesis
		B	S.E	β			
Social activity	(constant)	2.365	.381		6.209	.000	
	Age(year-old)						
	40-49 vs 50-59	.016	.065	.011	.247	.805	
	Education						
	≦Middle school vs High school	-.161	.096	-.110	-1.676	.094	
	≦Middle school vs ≧College	.084	.109	.055	.774	.439	
	Religion						
	Atheist vs Buddhism	-.019	.072	-.013	-.263	.793	
	Atheist vs Christianity	.145	.088	.077	1.645	.100	
	Atheist vs Catholicism	.023	.104	.010	.224	.823	
	Monthly income(won)						
	<1,000,000 vs1,000,000-<2,000,000	.473	.230	.232	2.058	.040	
	<1,000,000 vs2,000,000-<3,000,000	.451	.230	.274	1.962	.050	
	<1,000,000 vs3,000,000-<4,000,000	.401	.234	.234	1.717	.087	
	<1,000,000 vs ≧4,000,000	.148	.234	.095	.635	.526	
	State of health						
	Bad vs Normal	.124	.099	.085	1.262	.208	
	Bad vs Good	.292	.104	.195	2.811	.005	
	Number of children						
	Childless vs 1 child	-.014	.169	-.007	-.085	.932	
	Childless vs 2 child	-.132	.152	-.086	-.871	.384	
	Childless vs 3 child	-.063	.167	-.030	-.381	.703	
	Childless vs ≧4 child	-.405	.249	-.081	-1.626	.104	
	Self-esteem(Hypothesis 2-1)	.268	.128	.089	2.084	.038	Accept
	Self-efficiency(Hypothesis 2-2)	-.371	.087	-.188	-4.284	.000	Accept
	F=4.749 p=0.000 R^2=0.138 Adjusted R^2=0.109						

<Table 7> Multiple regression analysis of preparation death

Dependent variable	Independent variable	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T-value	p-value	Research hypothesis
		B	S.E	β			
Preparation death	(Constant)	2.250	.376		5.975	.000	
	Age(year-old)						
	40-49 vs 50-59	.263	.064	.183	4.107	.000	
	Education						
	≦Middle school vs High school	-.148	.095	-.103	-1.556	.120	
	≦Middle school vs ≧College	-.124	.107	-.082	-1.154	.249	
	Religion						
	Atheist vs Buddhism	.005	.071	.003	.065	.948	
	Atheist vs Christianity	-.097	.087	-.052	-1.114	.266	
	Atheist vs Catholicism	-.047	.103	-.021	-.454	.650	
	Monthly income(won)						
	<1,000,000 vs1,000,000-<2,000,000	-.098	.227	-.049	-.430	.668	
	<1,000,000 vs2,000,000-<3,000,000	-.163	.227	-.101	-.716	.474	
	<1,000,000 vs3,000,000-<4,000,000	-.148	.231	-.088	-.641	.522	
	<1,000,000 vs ≧4,000,000	-.097	.231	-.063	-.420	.674	
	State of health						
	bad vs normal	.161	.097	.112	1.651	.099	
	bad vs good	.303	.103	.206	2.953	.003	
	Number of children						
	childless vs 1 child	.506	.167	.242	3.036	.003	
	childless vs 2 child	.493	.150	.326	3.288	.001	
	childless vs 3 child	.630	.165	.305	3.825	.000	
	childless vs ≧4 child	.260	.246	.053	1.057	.291	
	self-esteem(Hypothesis 3-1)	.297	.127	.101	2.337	.020	Accept
	self-efficiency(Hypothesis 3-2)	-.407	.086	-.211	-4.762	.000	Accept
	F=4.234 p=0.000 R^2=0.125 Adjusted R^2=0.096						

6. 정서적 노후생활 준비행동에 미치는 영향

노후생활 준비행동 하위요인인 정서적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 종교에서 무교보다는 불교, 기독교, 천주교가, 월평균 소득에서 100만원 미만보다는 400만원이상이, 주관적 건강상태에서는 나쁘다보다는 보통, 좋다가 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 3명에서 정서적 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 정서적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 검정결과 자기효능감 t값 -5.495(p=0.000)로 가설 4-2는 채택되었지만, 자아존중감은 t값 0.564(p=0.573)로 가설 4-1은 기각되었다<Table 8>.

회귀모형 전체에 대한 적합성 검정결과 F=8.955, 유의확률 0.000 이므로 유의수준 5%에서 회귀모형은 적합함을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 23.3%였다.

<Table 8> Multiple regression analysis of emotional

Dependent variable	Independent variable	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T-value	p-value	Research hypothesis
		B	S.E	β			
Emotional	(constant)	2.807	.313		8.977	.000	
	Age(year-old)						
	40-49 vs 50-59	.019	.053	.015	.350	.727	
	Education						
	≦Middle school vs High school	.035	.079	.027	.443	.658	
	≦Middle school vs ≧College	.146	.089	.109	1.634	.103	
	Religion						
	Atheist vs Buddhism	.130	.059	.100	2.196	.029	
	Atheist vs Christianity	.176	.073	.107	2.422	.016	
	Atheist vs Catholicism	.283	.086	.140	3.302	.001	
	Monthly income(won)						
	<1,000,000 vs 1,000,000-<2,000,000	.185	.189	.104	.980	.328	
	<1,000,000 vs 2,000,000-<3,000,000	.284	.189	.199	1.509	.132	
	<1,000,000 vs 3,000,000-<4,000,000	.204	.192	.137	1.064	.288	
	<1,000,000 vs ≧4,000,000	.491	.192	.361	2.563	.011	
	State of health						
	Bad vs Normal	.243	.081	.191	3.004	.003	
	Bad vs Good	.345	.085	.264	4.044	.000	
	Number of children						
	Childless vs 1 child	.328	.138	.177	2.370	.018	
	Childless vs 2 child	.182	.125	.135	1.458	.146	
	Childless vs 3 child	.346	.137	.189	2.528	.012	
	Childless vs ≧4 child	.092	.204	.021	.450	.653	
	Self-esteem(Hypothesis 4-1)	.060	.105	.023	.564	.573	Reject
	Self-efficiency(Hypothesis 4-2)	-.390	.071	-.228	-5.495	.000	Accept
	F=8.955 p=0.000 R^2=0.233 Adjusted R^2=0.207						

7. 경제적 노후생활 준비행동에 미치는 영향

노후생활 준비행동 하위요인인 경제적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 월평균 가구소득에서 100만원 미만보다는 300-400미만, 400만원이상이, 주관적 건강상태에서는 나쁘다보다는 보통, 좋다가 자녀수에서는 4명이상보다는 없는 경우에서 경제적 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아존중감과 자기효능감이 경제적 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미칠 것이라는 가설 검정결과 자기효능감 t값 -4.353(p=0.000)으로 가설 5-2는 채택되었지만, 자아존중감은 t값 1.512(p=0.131)로 가설 5-1은 기각되었다<Table 9>.

회귀모형 전체에 대한 적합성 검정결과 F=7.834, 유의확률 0.000 이므로 유의수준 5%에서 회귀모형은 적합함을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 21.0%였다.

<Table 9> Multiple regression analysis of economic

Dependent variable	Independent variable	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T-value	p-value	Research hypothesis
		B	S.E	β			
Economic	(Constant)	3.040	.325		9.357	.000	
	Age(year-old)						
	40-49 vs 50-59	-.063	.055	-.049	-1.145	.253	
	Education						
	≦Middle school vs High school	.068	.082	.052	.826	.409	
	≦Middle school vs ≧College	.130	.093	.095	1.399	.162	
	Religion						
	Atheist vs Buddhism	.102	.061	.077	1.666	.096	
	Atheist vs Christianity	.105	.075	.062	1.395	.164	
	Atheist vs Catholicism	.104	.089	.050	1.167	.244	
	Monthly income(won)						
	<1,000,000 vs 1,000,000-<2,000,000	.134	.196	.074	.682	.496	
	<1,000,000 vs 2,000,000-<3,000,000	.287	.196	.196	1.463	.144	
	<1,000,000 vs 3,000,000-<4,000,000	.388	.199	.254	1.947	.052	
	<1,000,000 vs ≧4,000,000	.610	.199	.438	3.065	.002	
	State of health						
	Bad vs Normal	.221	.084	.170	2.627	.009	
	Bad vs Good	.265	.089	.198	2.991	.003	
	Number of children						
	Childless vs 1 child	-.016	.144	-.009	-.112	.911	
	Childless vs 2 child	-.109	.129	-.079	-.841	.401	
	Childless vs 3 child	.049	.142	.026	.348	.728	
	Childless vs ≧4 child	-.440	.212	-.099	-2.070	.039	
	Self-esteem(Hypothesis 5-1)	.166	.110	.062	1.512	.131	Reject
	Self-efficiency(Hypothesis 5-2)	-.321	.074	-.183	-4.353	.000	Accept
	F=7.834 p=0.000 R^2=0.210 Adjusted R^2=0.183						

Ⅳ. 고찰 및 결론

본 연구는 만 40-59세까지의 중년여성을 대상으로 자아존중감과 자기효능감이 노후생활 준비행동에 미치는 영향을 알아보았으며, 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 변인이 무엇인지 파악하고자 하였다.

먼저, 노후생활 준비행동 하위요인인 신체적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 종교에서 무교보다는 불교, 수입에서는 100만원 미만보다는 400만원 이상이, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 보통, 좋다, 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 2명, 3명, 4명이상에서 신체적 노후생활 준비행동에 영향에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기효능감에서 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 건강을 위한 신체적 노후생활 준비행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있는 개인의 신념과 자신감의 정도가 높을수록 신체적 노후생활 준비행동에 영향을 보인 것으로 생각된다. 이러한 연구결과는 노인의 건강상태에 대한 만족이 삶에 대한 만족도와 관련이 있다고 한 연구[11]와 일치하였다. 따라서 노년기에 건강한 삶을 유지하기 위해서는 중년기에 건강을 위한 스트레스예방과 규칙적인 식생활 습관의

유지, 정기적인 건강검진, 규칙적인 운동, 건강식품, 영양제 복용 등 노후를 위해 육체적 건강 등 신체적 노후생활 준비행동에 중점을 두고 있음을 알 수 있다.

노후생활 준비행동 하위요인인 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 수입에서는 100만원 미만보다는 100-200미만, 200-300미만이, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 좋다가 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아존중감과 자기효능감에서 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 사회활동 참여 노후생활 준비행동을 위해 자기 존중과 자신이 가치있다고 생각되며, 자신의 한계와 성장의 발판을 인식하는 정도가 높을수록, 어떠한 과업을 성공적으로 수행해 낼 수 있는 신념과 자신감의 정도가 높을수록 사회활동 참여 노후생활 준비행동에 영향을 보인다고 할 수 있다. 이러한 연구결과는 길어진 노후를 맞이하기 위해서 합리적이고, 장기적인 노후경제대책을 위한 대책마련이 필요하다[12]는 연구와 일치하였다. 따라서 노년에 맞는 사업 구상과 노후에 맞는 취업 준비, 재취업을 위한 평생교육의 참여, 경제 및 건강관리를 위한 재취업과 현재의 직업유지 계획 등 중년기의 사회활동 참여 노후생활 준비행동이 필요하다고 할 수 있다.

노후생활 준비행동 하위요인인 죽음준비 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 연령에서 40-49세보다는 50-59세가, 주관적인 건강상태에서 나쁘다보다는 좋다가, 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 2명, 3명에서 죽음준비 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아존중감과 자기효능감에서 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이러한 연구결과는 노년기에서 다른 어떤 시기보다도 죽음을 준비해야할 시기이기 때문에 죽음에 대하여 수용적이고 개방적인 태도로 변화시킬 수 있는 준비가 필요하다[13]는 연구와 일치하였다. 따라서 죽음준비 노후생활 준비행동을 위해서는 죽음에 대한 두려움을 벗고 의미있는 노년기를 맞이할 수 있도록 전문적이고 체계적인 교육이 이루어져야 할 것이며, 이를 위하여 향후 정부 차원에서의 죽음준비교육 프로그램 개발에 대한 지원과 다양한 연령층을 대상으로 한 죽음준비교육이 요구된다.

노후생활 준비행동 하위요인인 정서적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 종교에서 무교보다는 불교, 기독교, 천주교가, 월평균소득에서 100만원 미만보다는 400만원이상이, 주관적 건강상태에서는 나쁘다보다는 보통, 좋다가 자녀수에서는 없는 경우보다 1명, 3명에서 정서적 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기효능감에서 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났는데, Crosnoe & Elder[14]는 친구, 사회단체와의 교류와 관계유지는 만족스러운 노후를 가능하게 하는 요인이 된다고 한 연구와 유사하여 본 연구의 결과를 지지하였다. 따라서 정서적으로 안정된 노후생활을 위해서는 중년기부터 가족, 친구 등과 원만한 관계를 유지하고 여가를 즐길 수 있도록 정서적 노후생활 준비행동이 필요하다고 생각된다.

노후생활 준비행동 하위요인인 경제적 노후생활 준비행동에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 월평균소득에서 100만원 미만보다는 300-400미만, 400만원이상이, 주관적 건강상태에서는 나쁘다보다는 보통, 좋다가 자녀수에서는 4명이상보다는 없는 경우에서 경제적 노후생활 준비행동에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기효능감에서 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 보험, 저축 등의 경제준비, 국민연금과 개인연금의 가입, 지출의 합리적 습관 등의 경제적 노후생활 준비행동을 성공적으로 수행해 낼 수 있는 개인의 신념과 자신감의 정도가 높을수록 경제적 노후생활 준비행동에 영향을 보인다고 할 수 있다.

이러한 연구결과는 중년기에 적절한 재정적 준비를 하는 것은 중년기가 은퇴를 편안하게 수용하는데 기여할 수 있다[15]고 하여 본 연구 결과를 지지하였다. 따라서 만족스러운 노후생활을 위해서는 중년기부터 스스로 노후에 필요한 자금에 대해 판단하고 준비하는 것이 필요하다고 할 수 있다.

이상의 결과를 살펴볼 때 자기효능감은 노후생활 준비행동에 정(+)의 영향을 미치는 것을 알 수 있었으며, 일부요인에서 자아존중감이 정(+)의 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 따라서 노년기에 만족스러운 삶을 유지하기 위해서는 노후생활 준비행동은 어느 한 영역만 고려해서는 안 되며 신체적, 사회활동 참여, 죽음준비, 정서적, 경제적 측면 모두가 고려되어야 한다.

결론적으로 노후의 신체적, 사회활동 참여, 죽음준비, 정서적, 경제적 노후생활 문제에 대한 삶의 질 향상을 위해 적극적인 준비가 필요하지만, 정책적 제도가 체계화 되지 못하고 있다. 이에 정부는 노후생활 준비대책의 필요성과 그에 대한 사회전반의 노후생활 준비대책에 대한 대국민 의식전환을 위한 홍보와 노후생활 준비에 관한 근본적인 대책 수립이 다각적으로 접근되어져야 할 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점을 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구의 표집대상은 대구광역시 수성구, 남구, 북구, 동구에 거주하는 만 40-59세 중년여성으로 제한되어 있어 그 결과를 일반화하기 어려우며, 이러한 한계를 보완하기 위하여 중년 남성을 대상으로 연구대상을 확대하고, 범위도 확장하여 광범위한 표집연구가 필요하다.

둘째, 앞으로 고령화 사회의 진입에 따른 중년여성의 자아존중감 및 자기효능감과 노후대책의 관계를 규명하였다는 데에 이론적 시사점을 둘 수 있을 것이다. 그러나 국가적 차원의 노력이 계속되어야 할 것이며, 노후생활 준비를 할 수 있도록 다양한 교육프로그램 개발과 지식의 체계적인 제공은 물론, 관련된 문제 인식에 대한 추후연구가 지속적으로 진행될 필요가 있다.

REFERENCES

1. S.L. Choi, S.H. Jeoung, H.S. Bae, Y.A. Yu, Y.H. Choi, K.B. Song(2005), A Survey of Denture Satisfaction and Oral Health Related Quality of Life Among Recipients of the Senile Prosthetic Restoration Program for National Basic Livelihood Security, Journal of Korean Academy of Oral Health, Vol.29(4);474-483.
2. S.D. Chung, H.J. Park, B.G. Kim(2011), Public Perception and Countermeasures on an 'Aging Society' - A Content Analysis of Newspaper Articles, Korean Journal of Social Welfare, Vol.63(4);203-224.
3. H.J. Kim(2012), The Effects of the Middle Aged Recognition Towards Later Life on Preperation Behavior for their Old Age and Moderate Effect of Knowledge About Policy for Olderly People, Korean Journal of Social Welfare Research, Vol.32;53-80.
4. M.J. Bae(2009), Middle Aged People's Attitudes Toward Elderly and Preparations for Their Old Age, Journal of the Korean Gerontological Society, Vol.29(3);1107-1122.
5. R. Helson, S. Srivastava(2001), Three Paths of Adultd Evelopment: Conservers, Seekers, and Achievers, Journal of Personality and Social Psychology, Vol.80(6);995-1010.
6. J.D. Lim(2012), Degree of Execution and Preparation for the Retirement of Hospital Employees, The Korean Journal of Health Service Management, Vol.6(3);53-66.
7. H.S. Park, E.K. Byun, C.Y. Lee, N.H. Kim(2012), Factors Influencing Sexual Dysfunction among

Middle Aged Women, The Korean Journal of Health Service Management, Vol.6(2);201-209.

8. S.H. Lee, S.J. Kim(2012), The Degree of Perceived Stress, Depression and Self Esteem of University Students. Journal of Korean Public Health Nursing, Vol.26(3);453-464.
9. A.A. Bandura(1977), Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, Psychological Review, Vol.84(2);191-215.
10. M.S. Lee, J.H. Lee(2013), Attitudes toward Aging and Retirement Planning of Clinical Nurses, Journal of Korean Public Health Nursing, Vol.27(1);129-141.
11. P.F. Maria-Eugenias, M.J. Antonio, F.M. Gloria, R.P. Fermina, J.F. Maria(2012), The Relative Contribution of Health Status and Quality of Life Domains in Subjective Health in Old Age, Social Indicators Research, Vol.106(1);27-39.
12. S.J. Kye, H.S. Park(2000), A Study on the Urban Housewives' Economic Preparation for their Retirement Planning based on the Attitudes of their Personal Asset's Management and Perception on it, Journal of Korean Family Resource Management Association, Vol.4(1);29-45.
13. S. Kim, J.R. Han(2012), Adults' Death Perception Death Preparation and Death Anxiety, Korea Journal of Population Education, Vol.5(1);23-48.
14. R. Crosnoe, G. Elder(2002), Successful Adaptation in the Later Years: A Life Course Approach to Aging, Social Psychology Quarterly, Vol.65(4);309-328.
15. M. Anderson, Y. Li, F. Bechhofer, D. McCrone, R. Stewart(2000), Sooner Rather than Later? Younger and Middle-Aged Adults Preparing for Retirement, Ageing and Society, Vol.20(4);445-466.