

체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 대한 융합적 구조모형 분석

이승희
서원대학교

An Analysis of Convergence Structural Model on Well-Dying Awareness among Retired Seniors Participating in Sports Activities

Seung-Hee Lee

Seowon University Dept. of Physical Education

요약 이 연구는 체육활동에 참가하는 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대해 융합적 모형을 설정하여 각 변인 간 인과관계를 규명하는데 목적이 있다. 은퇴노인 769명을 대상으로 웰다잉인식에 대한 구조모형을 검증한 결과, 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 대한 융합적 연구모형의 적합도를 검증한 결과, 건강증진행동의 하위변인 신체관리와 웰니스의 하위변인 신체건강을 공분산 처리한 후의 최종모형은 적합하였다. 둘째, 은퇴노인의 웰다잉인식에 영향을 미치는 재사회화와 건강증진행동 및 웰니스 간의 영향력을 검증한 결과에서, 구조모형 경로는 총 6개로 재사회화→웰다잉인식, 재사회화→건강증진행동, 재사회화→웰니스, 건강증진행동→웰니스, 건강증진행동→웰다잉인식, 웰니스→웰다잉인식 으로 나타났다.

주제어 : 체육활동, 은퇴노인, 재사회화, 건강증진행동, 웰니스, 웰다잉인식

Abstract An analysis of the Convergence structural model on well-dying awareness has been conducted with a sample of 769 retired seniors who are participating in sports activities, and the results are as follows; First, after testing the goodness-of-fit of our structural model on well-dying awareness among retired seniors participating in sports activities, the final model was a good fit with physical care, which is a sub-variable of health promotion behaviors, and physical wellness, which is a sub-variable of wellness, used as covariates. Second, as a result of influence verification, the structural model showed six paths in total: resocialization→well-dying awareness, resocialization→health promotion behaviors, resocialization→wellness, health promotion behaviors→wellness, health promotion behaviors→well-dying awareness, and wellness→well-dying awareness.

Key Words : Sports Activities, Retired Seniors, Resocialization, Health Promotion Behaviors, Wellness, Well-Dying Awareness

Received 22 September 2015, Revised 22 October 2015
Accepted 20 November 2015
Corresponding Author: Seung-Hee, Lee(Seowon University)
Email: lsh@seowon.ac.kr

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ISSN: 1738-1916

1. 서론

현대사회를 살아가는 인간은 오늘날 생활수준의 향상과 의학의 발전으로 인해 고령화 사회를 맞게 되었다. 최근의 한국통계연감 자료에 따르면 1970년 한국의 65세 이상 인구 비율은 3.1%에 불과했지만 2015년 현재 11.8%를 넘었고 2050년에는 전체인구의 37.4%에 육박할 것으로 내다보고 있다[1]. 이처럼 노령인구가 극대화될 것을 예상하여 대표적인 사회현상문제로 노인문제가 거론되기 시작하였다. 노인문제는 사회은퇴 이전에는 삶의 다양한 영역에서 지혜를 터득하고 직업에서도 높은 지위와 책임을 갖는 시기였지만 은퇴 후에는 사회에 대한 영향력이 소멸되고 가정에서도 주도적 역할을 잃어 노화에 따른 남은 인생의 공허한 삶이 작용한다는 것이다[2].

21세기 사회문제 중 하나인 은퇴노인들에 대한 해결책의 중요성과 필요성이 제기되고 있는 시점에서 김철영[3]은 노인의 스포츠 활동을 통한 재사회화가 건강과 체력증진 등의 신체적 효과를 높인다고 설명하고 있다. 재사회화는 기본적으로 갑작스러운 사회적 상황의 변화와 직장에서 은퇴 후 다시 사회적 관계를 만들어가는 과정의 변화를 의미한다[4]. 정희재와 원영신[5]은 재사회화를 사회역할이 중단된 이후 본인 주변간의 개인과 사회생활에 있어 의도적으로 설정한 저해요인을 제거하여 목표수행에 따른 정상적인 역할행동을 재사회화라고 설명하고 있다. 김옥태와 이승희[6]는 신체 여가활동 경험이 노년기의 적극적 사회활동에 유효한 작용을 하고 현대사회에서 삶의 질적 향상, 자아실현, 행복추구, 건강증진에 효과적으로 부응하여 삶의 질이 크게 증대된다고 보고하고 있으며, 노인의 체육활동이 재사회화에 영향을 미친다는 근거가 많은 연구에서 밝히고 있다[2, 3, 5, 7, 8, 9].

이처럼 은퇴노인에게 체육활동을 통한 재사회화의 기회제공이 신체건강 증진, 삶의 자신감, 성취감 증진, 가치관 향상 등으로 인해 죽음을 앞둔 시기의 인생을 긍정적으로 높일 수 있다는 점[10]에서 죽음을 앞두고 있는 노인들에게 우리사회가 합리적인 틀을 마련해 주고 좋은 삶을 영위할 수 있는 역량을 키워준다면 자신의 죽음에 대해 회피하지 않고 남은 인생의 삶과 시간을 의미 있게 살아갈 수 있을 것이다.

인간의 수명은 한계가 있고 언젠가는 죽음을 맞게 되는 생로병사의 이치를 따르게 된다는 것은 누구나 인지

하고 있다. 그러나 인간이 실제로 죽음 앞에 임하면 인간은 그 죽음의 의미나 태도가 매우 다양하고 복잡하게 나타날 것이다. 송세현[11]은 죽음을 가장 가까이에 두고 있는 노인들에게 자신의 죽음을 이해하고 죽음에 대한 두려움을 줄여 남은 삶을 한층 귀하게 계획하는 원동력이 될 수 있도록 웰다잉인식을 높여줄 필요가 있다고 설명하고 있다. 웰다잉(Well-Dying)은 어의 상 ‘잘 죽는다’는 의미로 ‘좋은 죽음’, ‘품격 높은 죽음’을 의미한다[12]. 유권중[13]은 웰다잉 조건과 방식은 육체적 영역, 사회적 영역, 정신적 영역, 영적영역이 충족되어야 진정한 웰다잉이 될 수 있다고 설명하고 있으며 웰다잉은 웰빙의 완성단계라고 제시하고 있다. 즉, 웰다잉은 ‘사회, 육체, 정신, 영적 영역이 공존되어 인간으로 존엄을 지키고 주변 정리를 잘하여 편안한 마음으로 삶을 마무리 하는 것’이라고 정의되고 웰다잉인식이란 ‘사회영역, 육체영역, 정신영역, 영적영역이 충족되는 상태에서 생명의 기능을 잃어가는 현상을 긍정적으로 인식하는 것’을 의미한다[13]. 김형묵[14]은 삶을 후회 없이 수용하고 생활에 만족할 때 과거와 현재 그리고 미래간의 조화가 죽음에 대한 불안을 낮추고 신체·정신·사회적으로 건강한 사람일수록 죽음을 긍정적으로 수용하며, 신체와 정신건강의 높고 낮음에 따라 자아통합감, 심리적 안녕, 용서수준, 좋은 죽음수용, 우울과 죽음불안의 수준이 각각 상이하게 나타나고 있음을 설명하고 있다[2, 11, 15, 16, 17, 18].

최근에 인간의 수명을 연장하고 삶의 질을 높이는 생활양식으로 건강증진행동의 양식을 강조하고 있다. 세계보건기구(WHO)에서도 인간의 삶의 질을 향상시키는 수단으로 건강증진에 대한 행동의 중요성을 강조하고 있다[19]. Walker와 Sechrist 및 Pender[20]는 건강증진행동을 ‘개인의 자아실현이나 성취를 유지·증진시키는 방향의 행동’으로 정의하고 있다. 즉, 은퇴노인의 건강증진행동은 최적의 안녕상태를 위해 신체적 질병예방 뿐만 아니라 자아실현, 건강에 대한 책임, 대인관계, 영양관리, 스트레스관리 등 다양한 측면을 위한 행동이라고 할 수 있다. 노인을 대상으로 건강증진행동과 관련된 연구에서 정영미와 김주희[21]는 건강증진행동을 하는 노인들이 정서적 지지와 대인관계를 통해 생활만족에 영향력을 행사한다는 사실과 건강을 위한 행동이 웰니스, 성공적 노화인식, 죽음수용태도, 여가유능감, 여가만족 등에 영향[10, 15, 21, 22, 23, 24]을 미친다는 사실로 보아 체육활동

을 통해 재사회화를 하는 은퇴노인의 건강증진행동이 신체·정신적 건강의 측면에서 긍정적 웰니스와 웰다잉인식을 가져올 확률이 높을 것이다.

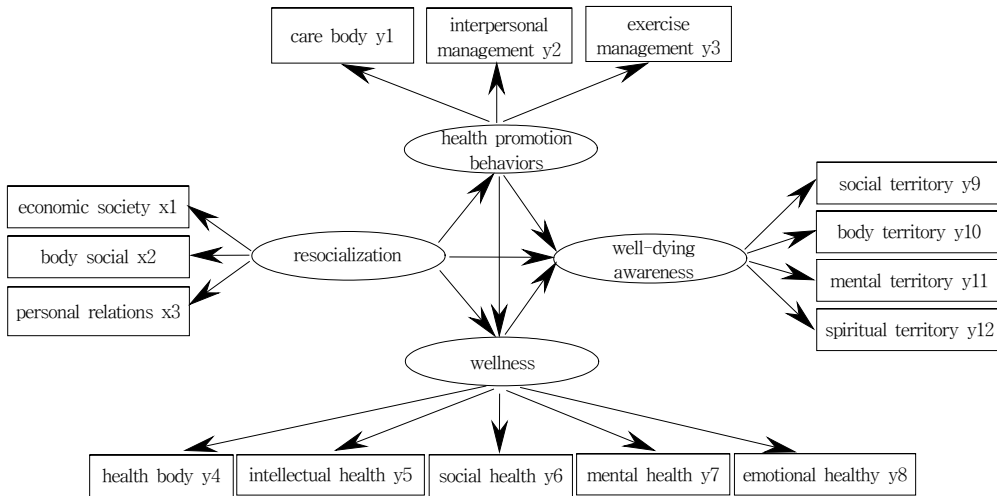
한편, 우리나라는 20세기 후반부터 웰니스 개념을 도입하기 시작하였다[25]. 웰니스는 웰빙과 피트니스의 두 개념을 포함하는 것으로, 웰빙은 ‘육체적, 정신적으로 기분 좋고 상쾌한 느낌과 관련된 어떤 느낌’이며, 피트니스는 ‘육체적, 정신적으로 어떤 생활기능과의 적합성 여부와 관련된 개념’을 의미한다[26]. 김상국[25]은 웰니스를 ‘육체건강과 마음의 안정을 최적의 상태로 만드는 노력과 정서적, 사회적, 지적, 신체적, 정신적으로 잘 조화된 완전한 상태’를 의미하며 건강, 안정, 여유, 행복의 개념을 구체화 시켜 놓은 단어가 웰니스라고 설명하고 있다. 이승희[27]는 생활체육 참가자가 웰니스 지수를 높게 인지할수록 삶의 질에 높은 영향력을 행사하고 여가활동과 높은 심리적 웰빙이 전반적인 삶의 질을 설명하는 주요 변인임을 설명하고 있으며, 노인들이 체육활동을 통해 웰니스가 향상된다는 보고가 있다[27]. 이외에도 웰니스와 관계된 다양한 요인에 관한 연구와 인간의 삶의 질을 높일 수 있는 다양한 접근방법이 진행되고 있다[19, 27, 28]. 이러한 측면에서 은퇴노인 또한 체육활동을 통한 재사회화 경험이 웰니스를 향상시켜 웰다잉인식도 높일 수 있는 한 방안이 될 것으로 사료된다.

종합적으로, 은퇴노인의 체육활동이 재사회화에 영향

을 미친다는 선행적 연구결과의 근거 하에 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 영향을 미칠 개연성이 있는 재사회화와 건강증진행동 및 웰니스의 변인을 융합적인 모형으로 설정하여 각 변인 간에 어떠한 상대적 영향이 있는지 분석하고자 한다. 이러한 다각적 모형연구는 그동안 수행되어 오지 않았을 뿐만 아니라 향후 늘어나는 노인들의 체육활동을 통해 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식을 높일 수 있다는 근거자료가 될 수 있을 것으로, 향후 노인 정책이나 노인체육 전문지도자 양성 및 노인체육 프로그램의 융복합 개발을 위한 의미 있는 작업이라고 판단된다.

이 연구는 은퇴한 노인들에게 체육활동이 긍정적인 사회활동의 일환으로 자리매김하고 체육활동을 통한 재사회화로 인해 건강증진행동과 웰니스 및 웰다잉인식을 이해하기 위한 자료제공에 그 목적이 있다. 즉, 은퇴한 노인의 웰다잉인식에 영향을 미칠 개연성이 있는 재사회화를 외생 잠재변인으로, 건강증진행동과 웰니스를 내생 잠재변인으로 각각 융합적으로 설정하여 각 변인 간에 어떠한 상대적 영향이 있는지 검증하고자 한다. 검증하고자 하는 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 대한 융합적 연구모형은 [Fig. 1]과 같다.

체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식을 설명하기 위해 제안된 융합적 모형을 기초로 구체적으로 다음과 같은 연구문제를 해결하고자 한다.



[Fig. 1] An analysis of convergence structural model on well-dying awareness

연구문제 1. 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 대해 제안된 융합적 인과모형은 적합한가?

연구문제 2. 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 영향을 미치는 재사회화, 건강증진행동, 웰니스의 상대적 영향력은 어느 정도인가?

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 표집방법

이 연구는 체육활동에 참가하는 은퇴노인을 모집단으로 선정하였다. 연구대상 목표표집은 서울·경기도 지역과 충청도(충남, 충북, 대전) 지역에 거주하여 체육활동에 참가 중인 은퇴노인을 대상으로 무선직락표집법을 사용하였다. 즉, 서울시, 경기도, 충청남도, 충청북도, 대전시에 위치한 각 운동종목별 생활체육 현장에서 운동경험이 6개월 이상인 은퇴노인 참가자를 중심으로 표집하였고 객관성을 확보하기 위해 시·군·구 단위별 20개 지역으로 나누어 지역별 40명씩, 총 800명을 표본으로 수집하였다. 참가종목은 이강우와 이승희[29]가 제시하고 있는 생활체육활동 구분유형을 기초로 하여 율동형(체조, 포크댄스, 댄스스포츠), 경쟁형(게이트볼, 탁구, 배드민턴), 야외형(골프, 자전거, 등산), 단련형(웨이트트레이닝, 조깅, 수영) 4개의 유형별 총 12종목을 선정하였다. 수집자료 중 5문항 이상을 답변하지 않은 표본과 불성실한 자료로 인해 신뢰성이 낮을 것으로 판단된 31명의 표본은 분석에서 제외하였다. 최종적 분석된 자료는 769명으로 연구대상의 개인적 특성은 <Table 1>과 같다.

2.2 조사도구

이 연구의 조사도구는 체육활동참가 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 융합적 인과관계를 규명하기 위하여 설문지를 사용하였다. 본 조사에 앞서 사용할 설문지의 신뢰도와 요인 타당도를 확인하기 위해 2015년 4월에 사전조사를 수행하였으며, 사전조사는 은퇴 후 체육활동참가 노인을 대상으로 각 운동유형별 30명씩 총 120명을 대상으로 실시하였다. 설문지 구성은 개인적 특성을 조사하기 위한 3문항, 재사회화 9문항, 건강증진행동 10문항, 웰니스 20문항, 웰다잉인식 17문항의 총 59문항으로 구성하였다.

<Table 1> Individual characteristics of the research participants

	factor	persons	frequency(%)
gender	man	512	66.58
	woman	257	33.42
exercise type	dance routine type	103	13.39
	competition type	307	39.92
	field type	245	31.86
	training type	114	14.83
recognized health	high	211	27.44
	middle	456	59.30
	low	102	13.26

2.2.1 개인적 특성

개인적 특성을 조사하기 위한 변인은 성별, 운동유형, 인지된 건강정도로 구성하였다. 성별과 인지된 건강정도는 자신의 성별(남·여)과 인지된 건강정도(상·중·하)에 응답하도록 폐쇄형으로 구성하였으며, 운동유형은 개방형으로 제시한 후 자료입력 시 각각 범주화하였다.

2.2.2 재사회화

재사회화는 경제사회, 신체사회, 대인관계 3개의 요인으로 조은혜[9]와 배진희[7]가 사용한 설문문항을 기초로 하여 이 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 재구성하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)~‘매우 그렇다’(5점)로 점수가 높을수록 재사회화가 높음을 의미한다. 각 하위요인별 신뢰도는 .654~.772로 나타났으며, 요인별 적재치는 .618~.793으로 나타났다. 누적 분산율은 65.322%로 나타나 재사회화의 변인을 비교적 정확하게 측정할 수 있을 것으로 판단된다.

2.2.3 건강증진행동

건강증진행동은 신체관리, 대인관리, 정신관리 3개 요인으로 이강우와 이승희[29]가 사용한 설문문항을 이 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 재구성하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)~‘매우 그렇다’(5점)로 점수가 높을수록 건강증진행동이 높음을 의미한다. 각 하위요인별 신뢰도는 .702~.848이었으며, 요인별 적재치는 .544~.808로 나타났다. 누적 분산율은 62.331%로 건강증진행동의 변인을 비교적 정확하게 측정할 수 있을 것으로 판단된다.

2.2.4 웰니스

웰니스는 신체건강, 지적건강, 사회건강, 정신건강, 정

서건강 5개 요인으로 오진숙[28]이 사용한 설문문항을 기초로 하여 이 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)~‘매우 그렇다’(5점)로 점수가 높을수록 웰니스 지수가 높음을 의미한다. 각 하위요인별 신뢰도는 .714~.882이었으며, 요인별 적재치는 .573~.893으로 나타났다. 누적 분산율은 69.174%로 웰니스의 변인을 비교적 정확하게 측정할 수 있을 것으로 판단된다.

2.2.5 웰다잉인식

웰다잉인식은 사회영역, 육체영역, 정신영역, 영적영역 4개 요인으로 Schwart 등[30]이 개발하고 이승희[2]가 사용한 설문문항을 이 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 재구성하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)~‘매우 그렇다’(5점)로 점수가 높을수록 웰다잉인식이 높음을 의미한다. 각 하위요인별 신뢰도는 .678~.894이었으며, 요인별 적재치는 .595~.892로 나타났다. 누적 분산율은 63.627%로 웰다잉인식의 변인을 비교적 정확하게 측정할 수 있을 것으로 판단된다.

한편, 이 연구의 변인 간 조사 자료를 토대로 탐색적 요인분석 후 다음과 같이 확인적 요인분석을 통해 연구에서 설정한 융합적 인과모형을 구성하는 각 변인의 타당도를 검증하였다. 그 결과, <Table 2>에서 보는 바와 같이 초기 측정모형의 적합도 수치인 카이제곱치(χ^2)는 974.631로 나타났으며, 자유도(df)는 163, 유의도(P)는 .000, 적합지수(GFI)는 .837, 조정적합지수(AGFI)는 .851, 원소 간 평균차이(RMR)는 .059, 표준적합지수(NFI)는 .875, 터커루이스지수(TLI)는 .823, 근사원소 평균자승오차(RMSEA)는 .085로 적합도 지수가 기준 적합지수에 비해 낮게 나타나 측정모형의 적합도 수치를 충족하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 확인적 요인분석 결과에서 표준오차가 2.5이상으로 나타난 외생변인인 재사회화

의 측정변인 경제사회(x1), 내생변인인 웰니스의 측정변인 지적건강(y5), 웰다잉인식의 측정변인 영적영역(y12)을 제거한 결과, 수정된 모형의 적합도에서 카이제곱치(χ^2)는 507.394로 나타났으며, 자유도(df)는 89, 유의도(P)는 .000, 적합지수(GFI)는 .902, 조정적합지수(AGFI)는 .908, 원소 간 평균차이(RMR)는 .047, 표준적합지수(NFI)는 .907, 터커루이스지수(TLI)는 .887, 근사원소 평균자승오차(RMSEA)는 .077로 적합도 지수가 전체적으로 상승하였다. [Fig. 2]는 확인적 요인분석의 과정을 통해 확정된 외생변인 및 내생변인의 수정모형과 추정계수를 나타내고 있다.

2.3 조사절차

연구자가 조사대상의 지역으로 선정한 곳을 설문조사 경험이 풍부한 연구보조원 3명과 연구자가 사전에 연락된 각 지역의 은퇴노인이 참가하는 체육활동 현장에 찾아가 조사에 필요한 설문지를 배포 후 수합하였다. 설문지에 자기평가기입법을 통하여 설문내용에 응답하도록 하였으며, 성실한 응답내용을 유도하기 위해 참여자들에게 연구의 취지를 설명한 후 설문하였다. 조사대상 지역, 운동종목, 조사인원 등은 각 은퇴노인의 체육활동 현황을 방문하기 이전에 연구자가 명확히 한정하였다.

2.4 자료처리 방법

이 연구는 최종자료 분석에 유용한 설문지를 SPSS WIN 20.0K와 AMOS 12.0을 이용하여 다음과 같은 통계 방법을 사용하여 해결하였다. 첫째, 연구대상자의 분포를 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 각 설문문항의 신뢰성과 요인타당도를 알아보기 위해 신뢰도 분석과 탐색적 요인분석 및 확인적 요인분석을 실시하였다. 셋째, 각 하위변인 간 상관관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 마지막으로, 연구문제 1과 2는 각 변인

<Table 2> The goodness of fit index in confirmatory factor analysis of the initial measurement model

model	modification	χ^2	df	P	GFI	AGFI	RMR	NFI	TLI	RMSEA
beginning model		974.631	163	.000	.837	.851	.059	.875	.823	.085
modification model	x1, y5, y12 removal	507.394	89	.000	.902	.908	.047	.907	.887	.077
standard		-	-	-	>.900	>.900	<.050	>.900	>.900	<.080
comparison		▽	▽	-	△	△	▽	△	△	▽

GFI: goodness-of-fit-index, AGFI: adjusted goodness-of-fit-index, RMR: root mean square residual, NFI: normed fit index, TLI: Turker-Lewis index, RMSEA: root mean square error of approximation

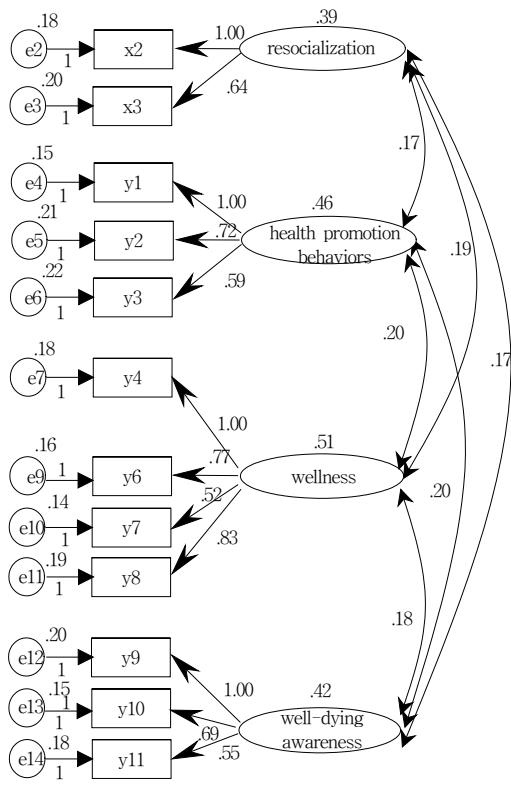
간 상대적 영향력을 검증하기 위해 구조방정식 모형분석을 통한 인과관계를 실시하였다. 추리통계 적용 시 가설 검증의 유의수준은 $\alpha=.05$ 로 설정하였다.

3. 연구결과

3.1 웰다잉인식에 대한 연구모형의 적합성

이 연구에서는 융합적으로 설정된 구조모형의 적합성을 위한 모형검증에 앞서 외생 잠재변인 재사회화의 측정변인과 내생 잠재변인 건강증진행동, 웰니스, 웰다잉인식의 측정변인 간에 상호 관련성을 알아보고 다중공선성을 확인하기 위하여 상관관계를 분석하였다. 모형의 적합도를 높이기 위해서 확인적 요인분석을 통해 제거된 재사회화의 측정변인 경제사회와 웰니스의 측정변인 지적건강 및 웰다잉인식의 측정변인 영적영역을 제외한 각 변인의 측정변인 간에 상관관계를 분석한 결과, <Table 3>에서 보는 바와 같이 각 측정변인 간에 가장 높은 상관관계를 보인 신체건강과 신체관리의 상관계수가 $r=.602$ 로 나타나 다중공선성의 기준계수인 .800이하로 다중공선성에 문제가 없음을 시사하고 있었다[31]. 즉, 측정변인들 간의 상관계수가 상호 독립적이라는 사실이 확인되었다. 확인적 요인분석과 상관관계분석의 결과를 토대로 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 구조방정식모형을 검증하였다.

구조방정식모형을 검증한 결과에서 <Table 4>와 같이 초기 연구모형의 적합도는 비교적 양호한 것으로 나타났다. 그러나 터커루이스지수(TLI) 값이 .900을 넘지 않아 수정모형의 적합도를 높이기 위해 공분산이 4이상 되는 지수 중 논리적으로 타당한 1개의 오차항 경로(신체관리e4 ↔ 신체건강e7)를 공분산 처리하였다. 공분산을 처리한 결과, 카이제곱치(χ^2)는 486.659로 나타났으며



[Fig. 2] Revised model and estimated coefficients

<Table 3> Correlation between measured variables

factor	body social	personal relations	care body	interpersonal management	exercise management	health of body	social health	mental health	emotional healthy	social territory	body territory	mental territory
body social	1											
personal relations	.254**	1										
care body	.487**	.238**	1									
interpersonal management	.310**	.482**	.279**	1								
exercise management	.187**	.277**	.192**	.159**	1							
health of body	.455*	.262**	.602**	.232**	.285**	1						
social health	.202**	.364**	.320**	.371**	.241**	.328**	1					
mental health	.286**	.212**	.276**	.214**	.532**	.267**	.429**	1				
emotional healthy	.115**	.198**	.221**	.155**	.365**	.182**	.371**	.410**	1			
social territory	.169**	.354**	.205**	.322**	.289**	.255**	.586**	.207**	.354**	1		
body territory	.462**	.255**	.472**	.232**	.254**	.448**	.445**	.266**	.319**	.328**	1	
mental territory	.223**	.167**	.261**	.184**	.428**	.257**	.227**	.575**	.276**	.263**	.457**	1

**p<.01

(Table 4) The goodness of fit index of the final model

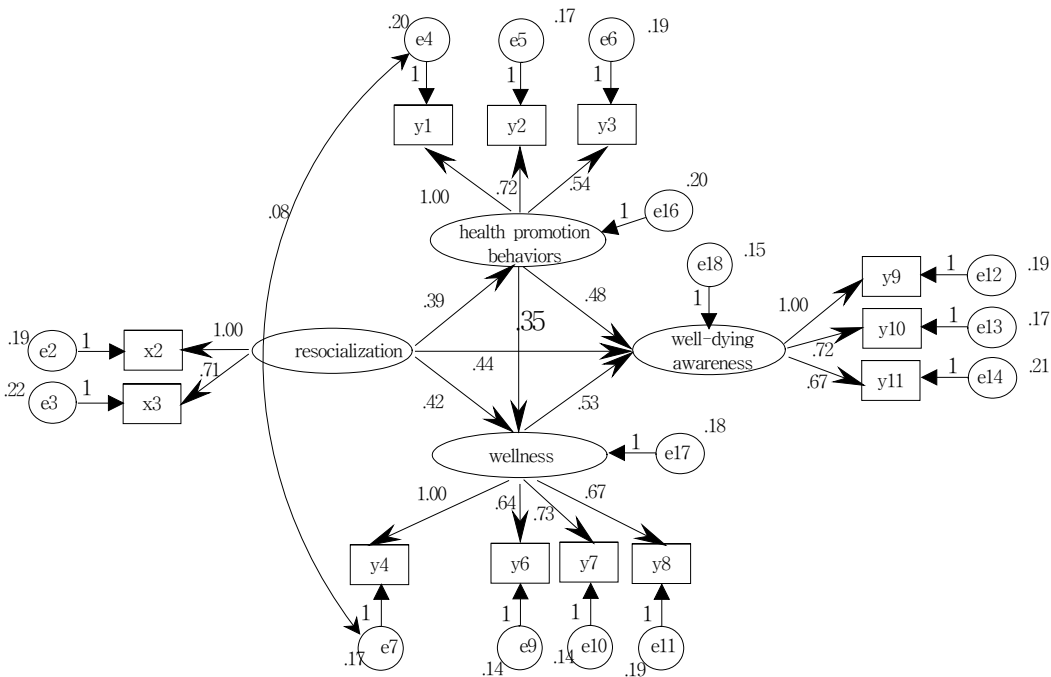
model	modification	χ^2	df	P	GFI	AGFI	RMR	NFI	TLI	RMSEA
beginning model		510.762	90	.000	.904	.908	.047	.907	.885	.078
final model	e4 ↔ e7	486.659	87	.000	.909	.910	.045	.915	.903	.075
standard		-	-	-	>.900	>.900	<.050	>.900	>.900	<.080
comparison		▽	▽	-	△	△	▽	△	△	▽

GFI: goodness-of-fit-index, AGFI: adjusted goodness-of-fit-index, RMR: root mean square residual, NFI: normed fit index, TLI: Tucker-Lewis index, RMSEA: root mean square error of approximation

자유도(df)는 87, 유의도(P)는 .000, 적합지수(GFI)는 .909, 조정적합지수(AGFI)는 .910, 원소 간 평균차이(RMR)는 .045, 표준적합지수(NFI)는 .915, 터커루이스지수(TLI)는 .903, 근사원소 평균자승오차(RMSEA)는 .075로 나타나 최종 수정모형의 전체적인 적합지수가 상승한 것으로 나타났다. 위의 과정을 통해 얻은 최종 구조모형과 추정계수는 [Fig. 3]에서 보는 바와 같으며, 수정된 연구모형은 최종적으로 채택하기에 비교적 우수한 간명모형으로 판명되었다.

3.2 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식의 상대적 영향력

체육활동참가 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 융합적 구조모형 분석에서 최종적으로 채택된 모형을 살펴본 결과, [Fig. 3]과 <Table 5>에서 보는 바와 같이 채택된 구조모형 경로는 재사회화→웰다잉인식, 재사회화→건강증진행동, 재사회화→웰니스, 건강증진행동→웰니스, 건강증진행동→웰다잉인식, 웰니스→웰다잉인식의 총 여섯 가지 경로로 유의한 영향이 나타났다.



[Fig. 3] Estimated coefficients in the final structural model

(Table 5) Path testing in the model and direct indirect effects among the variables

hypothesis course	course coefficient	standard error	critical	statistical	result	personally effect	indirectness effect	total effect
resocialization → well-dying awareness	.443	.038	8.571	.000	adopt	.443	.478	.921
resocialization → health promotion behaviors	.388	.030	5.353	.000	adopt	.388	-	.388
resocialization → wellness	.416	.034	7.127	.000	adopt	.416	.136	.552
health promotion behaviors → wellness	.351	.028	4.288	.000	adopt	.351	-	.351
health promotion behaviors → well-dying awareness	.478	.041	10.554	.000	adopt	.478	.178	.656
wellness → well-dying awareness	.532	.047	13.268	.000	adopt	.532	-	.532

체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식에 직접적으로 가장 높은 영향을 미치는 요인은 웰니스(.532), 건강증진 행동(.478), 재사회화(.443)의 순으로 나타났으며, 재사회화(.478)와 건강증진행동(.178)은 웰다잉인식에 간접적인 영향도 미치는 것으로 나타났다. 즉, 재사회화는 외생 독립변인으로 나타났고 건강증진행동과 웰니스는 재사회화와 웰다잉인식에 관계하는 의미 있는 내생 매개변인이라는 사실로 나타났다.

4. 논의

이 연구는 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식과 관련된 선행연구의 이론을 기초로 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식으로 구성되는 융합적 구조모형을 설정한 후, 각 변인들 간의 영향력을 규명하여 사회활동 은퇴 이후의 체육활동 중요성과 웰다잉인식을 높이기 위한 근거자료 제시에 연구목적이 있었다. 따라서 각 변인 간의 인과관계분석을 통해 나타난 결과를 선행연구와 비교하여 그 시사점을 논하고자 한다.

첫째, 체육활동참가 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 인과모형을 규명하기 위해 융합적 구조모형을 설정하고 모형의 적합도를 검증한 결과, 먼저 확인적 요인분석에서 외생 잠재변인인 재사회화의 하위변인 경제사회와 내생 잠재변인인 웰니스의 하위변인 지적건강, 웰다잉인식의 하위변인 영적영역은 구조모형 적합성을 유지하는데 기여하지 못한 것으로 나타나 제거되었다. 이후 채택된 모형의 경로결과에서 TLI(표준적합지수)가 적합하지 않아 건강증진행동의 하위변인 신체관리와 웰니스의 하위변인 신체건강을 공분산 처리한 후의 최종모형은 적합한 것으로 나타났다. 즉, 재사회화는 외생 독립변인으로, 건강증진행동과 웰니스는 재사회화와 웰다잉인식에 관계하는 내생 매개변인

으로 나타나 기존의 융합 가설을 확증시켜 주었으며 결과적으로, 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식을 설명하는 간명모형이라는 사실로 밝혀졌다.

둘째, 체육활동참가 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 융합적 인과관계를 검증한 결과, 채택된 구조모형 경로는 총 6개가 채택되었다. 채택된 구조모형 경로는 재사회화→웰다잉인식, 재사회화→건강증진행동, 재사회화→웰니스, 건강증진행동→웰니스, 건강증진행동→웰다잉인식, 웰니스→웰다잉인식의 여섯 가지 경로로 유의한 정(+)적인 영향이 나타났다.

먼저, 구조모형 내의 경로 중 하나인 재사회화와 웰다잉인식의 인과관계에서 유의한 영향을 미쳐 경로가 채택되었다. 은퇴노인이 죽음을 앞둔 시점에서 체육활동을 통한 재사회화 경험이 웰다잉인식에 영향력을 미친다는 것은 매우 의미 있는 결과로 볼 수 있다. 웰다잉이 평안하게 잘 죽을 수 있는가에 대해 긍정적으로 인식하는 것이라는 점에서 체육활동을 통한 재사회화로 인해 웰다잉인식을 높일 수 있다는 것은 노년기인 노인에게 중요한 시사점을 제시할 수 있을 것이다. 위의 결과에 대해 이승희[2]는 노인의 체육활동을 통한 재사회화 경험이 웰다잉인식의 하위변인 육체영역, 정신영역, 사회영역, 영적영역의 순으로 영향을 미친다고 보고하고 있으며, 백순기와 김동아 및 김준희[32]는 생활체육에 참가하는 노인이 참가하지 않은 노인에 비해 죽음에 대한 사후불안, 임종에 대한 불안이 낮고 죽음에 대한 수용태도가 긍정적인 것으로 보고된 결과가 이 연구의 결과를 뒷받침하고 있었다.

재사회화와 건강증진행동의 인과관계도 유의한 영향을 미쳐 경로가 채택되었으며, 이는 은퇴이후 재사회화를 경험하여 이를 통해 나타난 체육의 역할활동이 중요한 요소로 나타나 건강에 대한 지향행동과 건강증진행동을 하는 것으로 설명된다. 박정숙[33]은 노인의 건강증진 프로그램을 통해 나타난 노인의 역할이 많을수록 심리적

만족이 높아져 건강에 대한 지향행동과 증진행동을 하는 것으로 보고하고 있으며, 건강증진을 위해 운동실천과 사회역할에 있어 서로 간의 유의한 인과관계가 형성되어 있다는 연구결과[34]가 위의 결과를 뒷받침해 주고 있었다. 은퇴노인에게 있어 체육활동참가는 체육의 가치를 이해하고 체육활동에서 나타나는 사회적 가치를 내면화여 재사회화를 통해 보다 질 높은 건강증진행동을 실천할 확률은 매우 높을 것이다. 따라서 체육활동을 통한 재사회화의 경험과 건강증진행동의 실천은 생애 마지막 삶의 본질을 이해할 수 있다는 점에서 그 중요성이 높다고 할 수 있을 것이다.

재사회화와 웰니스의 인과관계도 유의한 영향을 미쳐 경로가 채택되었다. 이는 은퇴이후 체육활동을 통한 재사회화로 인해 심신의 건강도모, 즉 신체건강을 비롯한 지적건강, 사회건강, 정신건강, 정서건강의 만족도가 높아져 나타난 결과로 판단된다. 이승희[2]는 은퇴노인의 체육활동을 통한 재사회화의 경험으로 나타난 결과로 신체적인 건강과 사회건강 및 마음의 안정을 최적의 상태로 만든다고 보고하고 있었으며, 정희재와 원영신[5]의 연구에서도 은퇴한 남성노인의 여가스포츠활동 참가동기와 재사회화 및 행복한 삶에 간에 유의한 상관관계가 있다고 보고하고 있다. 이 외에도 체육활동을 통한 대인관계와 사회역할이 웰니스, 생활만족, 여가유능감, 삶의 질, 여가만족 등을 높인다는 많은 선행연구[5, 21, 22, 35, 36, 37, 38]의 결과가 이 연구의 결과를 뒷받침해 주었다.

건강증진행동과 웰니스의 인과관계도 유의한 영향을 미쳐 경로가 채택되었다. 이는 건강증진행동이 신체·정신적 건강의 측면에서 체육활동을 이해하여 웰니스에 긍정적인 역할을 한다는 사실로 설명되며, 건강증진행동을 통해 웰니스에 대해 긍정적 감정을 느껴 노후생활을 원활하게 수행할 수 있을 것이다. 김옥태와 이승희[19]는 건강증진행동의 높은 건강관리, 대인관리, 정신관리는 신체·정서적 행복감의 웰니스를 높인다고 보고하고 있다. 김경애[39]는 노인의 건강지각 정도가 높을수록 건강증진행동에 적극적으로 임해 삶의 질이 높아진다는 사실과 신체건강과 정신건강 상태가 높을수록 삶의 질이 높아지고 건강을 위한 생활체육참가와 건강증진행위가 삶의 질에 영향을 미친다고 보고[22]하고 있어 위의 연구결과를 뒷받침해 주었다.

건강증진행동과 웰다잉인식의 인과관계도 유의한 영

향을 미쳐 경로가 채택되었다. 이는 은퇴한 노인이 체육활동을 통해 나타난 효과가 건강증진행동의 중요성을 인지하여 웰다잉인식, 즉 죽음에 대한 태도의 인식이 긍정적으로 나타난 결과로 설명된다. 김영미[34]에 의하면 재가 노인이 운동실천 정도에 따라 건강지향행동이 높은 노인이 심리적 복지감에 영향을 미쳐 웰다잉에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하고 있으며, 건강상태나 지각된 건강평가가 죽음에 대한 태도와 건강지향행동이 노인의 삶에 질과 관련[38, 40]되어 있다는 점에서 본 연구의 결과인 건강증진행동이 웰다잉인식에 긍정적으로 작용한다고 나타난 사실을 미리 예견해 주고 있었다.

웰니스와 웰다잉인식의 인과관계도 유의한 영향을 미쳐 경로가 채택되었다. 이러한 사실은 체육활동으로 인해 웰니스 행동의 중요성을 인식하고 단순히 죽음에 대한 태도인식이 아닌 얼마 남지 않은 죽음 앞에서 보다 즐거운 삶을 통해 남은 인생을 아름답게 마무리하려는 의도의 결과로 설명된다. 은퇴노인의 웰니스와 웰다잉인식의 관계를 밝힌 연구는 아직까지 발견되지 않아 웰니스와 웰다잉인식과의 관계를 확고히 입증할 지속적인 후속연구가 요구되며, 유사선행연구에서 오진숙[22]은 운동참가 노인이 삶의 질이 높아져 죽음수용태도를 높인다는 사실과 운동실천을 통해 심리적 복지감이 삶의 질을 높여 노인의 웰다잉에 영향을 미친다는 연구결과[4]가 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침 하고 있었다.

종합적으로, 이 연구를 통해 체육활동참가 은퇴노인의 웰다잉인식을 설명하는 인과적 구조모형에서 독립요인으로 재사회화, 매개요인으로 건강증진행동과 웰니스로 구성되는 간명모형이라는 사실이 발견되었으며, 각 변인간의 경로분석을 통해서도 인과관계의 효과가 나타났다. 즉, 은퇴노인의 재사회화는 건강증진행동과 웰니스를 높여 웰다잉인식에 영향력을 행사할 것이라는 기존의 융합적 구조모형을 입증해 주었다.

따라서 노인의 복지와 관련된 행정기관과 노인 스포츠지도자는 은퇴 후에 발생하는 가정과 사회에서 소외감 및 역할상실 등과 같은 노인문제를 해결하기 위해서는 체육활동을 통한 성공적인 재사회화가 건강증진행동과 웰니스를 높여 긍정적 웰다잉인식을 높인다는 사실을 각 인해야 할 것이다. 이에 따른 기반을 마련하기 위해서는 행·재정적 지원을 통해 노인스포츠 시설확충, 노인체육 프로그램개발, 노인체육지도자양성 등의 노력과 실천이

필요하다. 이러한 노력과 실천은 결국, 한국의 미래사회를 보다 건강하고 풍요롭게 하여 안정된 복지생활 건립에 크게 기여할 것이다.

5. 결론 및 제언

체육활동참가 은퇴노인 769명을 대상으로 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 구조모형을 검증한 결과, 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 연구모형의 적합도를 검증한 결과, 일부 측정변인들로 인해 TLI(표준적합지수)가 적합하지 않아 건강증진행동의 신체관리와 웰니스의 신체건강을 공분산 처리한 후의 최종모형은 적합하다.

둘째, 체육활동참가 은퇴노인의 재사회화와 건강증진행동, 웰니스 및 웰다잉인식에 대한 인과관계를 검증한 결과, 채택된 구조모형 경로는 총 6개로 재사회화→웰다잉인식, 재사회화→건강증진행동, 재사회화→웰니스, 건강증진행동→웰니스, 건강증진행동→웰다잉인식, 웰니스→웰다잉인식 이다. 은퇴노인의 웰다잉인식에 직접적으로 높은 영향을 미치는 요인은 웰니스(.532), 건강증진행동(.478), 재사회화(.443) 순이며, 재사회화(.478)와 건강증진행동(.178)은 웰다잉인식에 간접적인 영향도 미친다.

따라서 은퇴노인의 안정된 죽음의 수용과 웰다잉인식을 높이기 위해서는 체육활동을 통한 재사회화의 경험, 신체적 건강에 초점을 둔 건강증진행동에 대한 교육환경 및 건강프로그램, 노인의 삶에 대한 본질을 높이기 위한 웰니스의 홍보 및 실천이 절실하며, 보다 다양한 측면에서의 웰다잉과 관련된 질 높은 후속연구가 필요하다고 판단된다.

REFERENCES

[1] Statistics Korea, <http://kostat.go.kr/wsearch/search.jsp>, 2014.
 [2] S. H. Lee, Effects of Re-Socialization Through Sports Activities on Wellness and Well-Dying Awareness among Retired Seniors. Korean journal

of sports science, Vol. 23, No. 5, pp. 247-262, 2014.
 [3] C. Y Kim, The effect on re-socialization and social role that senior citizens joins in sports activities. Ph.D. dissertation, Dong-Eui University, 2002.
 [4] McPherson, B.(1994). Socicultural Perspectives on Aging and Physical Activity, Journal of Aging and Physical Activity.
 [5] H. J. Jung, & Y. S. Won, The Effect of Leisure Sports Participation Motive of Retired Male Elderly on Re-socialization and Happiness of Life. Journal of Korean Society for the Study of Physical Education, Vol. 15, No. 3, pp. 209-220, 2010.
 [6] O. T. Kim, & S. H. Lee, Effects of Elderly People's Experience of Recreational Sports Participation and Leisure Competence on Satisfaction with Quality of Life : On the Basis of Elderly. Vol. 4, pp. 1-17, 2011.
 [7] J. H. Bea, The Effects of Sports Social Factors on Continuous Physical Activity and Resocialization in Old Women. Korea sport research, Vol. 15. No. 4, pp. 869-879, 2004.
 [8] B. Y Yoon, The effects of sports social factors on continuous physical activity and resocialization in old women. Unpublished master's thesis, Hanyang University, 2002.
 [9] E. H. Cho, A study on the Resocialization and Continuity of Involvement in Physical Activity among Elderly. Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women, Vol. 17, No. 1, pp. 99-114, 2003.
 [10] K. W. Lee. & S. H. Lee, An Analysis on the Causal Relationships Model among Participation Motivation, Health Perception, Leisure Competence and Quality of Life of Elderly Participants in Sports for All. Korean journal of sports science, Vol. 19, No .4, pp. 211-224, 2010.
 [11] S. H Song, Recognition of preparation for death and well-dying of Won-Buddhist. Unpublished master's thesis, Hanyang University, 2010.
 [12] Schwartz, C, E, Major, K, Rogers, J, Yunshen, MA, & Reed, G.(2003). Validation of a New Measure of Concept of a Good Death. J Pallat Med, 6(4),

- 575-584.
- [13] K. J. Yoo, Conditions and Direction of Well-dying from the viewpoint standing on the Contemporary Cultural Context of Korean's. *東洋哲學研究*, Vol. 55, 2008.
- [14] H. M. Kim, A Study on Exercise Participation and Acceptance Attitude toward Death of the Old. *Journal of Korean Society for the Study of Physical Education*, Vol. 12, No. 1, pp. 103-115, 2007.
- [15] J. J. Kim, The Relationship between Health Promotion Behaviors, Successful Aging Concept, and Acceptant of Death Attitude among Dance Program Participating Elders. Ph.D. dissertation, Dan-Kook University, 2011.
- [16] J. J. Kim, & H. I. Cho, & S. R. Cho, The Relationship between Health Promotion Behaviors, Successful Aging Concept, and Acceptant of Death Attitude among Dance Program Participating Elders. *Korean journal of sports science*, Vol. 22, No. 1, pp. 217-231, 2013.
- [17] N. S. Moon, The Influence of Death Preparation and Forgiveness of the Elderly on Successful Aging. Ph.D. dissertation, Cheong-Ju University, 2009.
- [18] H. K. Suh, The Relationship between Selected Personal Demographic Variables and the Four Dimension of Death Anxiety. *Korean Society for Health Education and Promotion*, Vol. 24, No. 1, pp. 109-125, 2007.
- [19] O. T. Kim, & S. H. Lee, A Study on the Relationship among Lifestyle, Health Promotion Behavior and Wellness of Elderly Participants in Leisure Sports. *Korean journal of sports science*, Vol. 20, No. 4, pp. 19-33, 2011.
- [20] Walker, S. N, Sechrist, K. R., & Pender, N. J.(1995). *The Health-Promoting Lifestyle Profile II*. College of Nursing, University of Nebraska Medical Center, Omaha.
- [21] Y. M. Jung, & J. H. Kim, An Effect of Health Promotion Program on Health Behavior, Perceived health Status and Life Satisfaction in the Elderly. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, Vol. 14, No. 3, pp. 327-336, 2002.
- [22] Y. M. Kim, & S. H. Hyeon, & H. S. Song, The relationship among health status, health promoting behavior, depression and quality of Life of health program participants. *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 32, No. 4, pp. 33-46, 2008.
- [23] H. J. Na, An Ethnographic Study on Leisure Activity of Program Participant of the School for the Elderly. Ph.D. dissertation, Chung-Ang University, 2002.
- [24] M. R. Suk, The influence of physical ability and sociability of the aged on the participation and satisfaction of leisure. Ph.D. dissertation, Kei-Myung University, 2005.
- [25] S. K. Kim, Development of Lifestyle Assessment Inventory for Wellness of Korean Adults. *Korean journal of physical education*, Vol. 9, No. 4, pp. 963-982, 2000.
- [26] J. S. Lee, & W. B. Chun, The Relationship of Tourism Activity, Psychological Well-Being, Subjective Well-Being. *Journal of Korea Tourism Research Association*, Vol. 19, No. 1, pp. 149-172, 2005.
- [27] S. H. Lee, Relations among weight controlling acts, wellness and the quality of life of participants in Sports for All. *Korean journal of sports science*, Vol. 19, No. 2, pp. 41-54, 2010.
- [28] J. S. Oh, The relationship among participation in adults' yoga activity, spiritual capacity and wellness. *Korean journal of physical education*, Vol. 46, No. 1, pp. 269-281, 2007.
- [29] K. W. Lee. & S. H. Lee, Effects of Health Perception and Health Promotion Behavior on Leisure Satisfaction among the Middle-Aged Participants in Physical Activities. *Korean journal of sports science*, Vol. 20, No. 3, pp. 293-308, 2011.
- [30] Schwartz, C, E, Major, K, Rogers, J, Yunshen, MA, & Reed, G.(2003). Validation of a New Measure of Concept of a Good Death. *J Pallat Med*, 6(4), 575-584.
- [31] K. S. Kim, Amos18.0 Structural equation modeling

analysis. Seoul: Hannarea, 2010.

- [32] S. G. Beck, & D. A. Kim, & J. H. Kim, The effects of Leisure sports participation of the aged on the subjective age perception and the acceptant attitude of death. *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 31, No. 4, pp. 69-84, 2007.
- [33] J. S. Park, The Effects of an Elderly Health Promotion Program on Health Promotion Lifestyles, Health Status and Quality of Life in the Elderly. *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol. 34, No. 7, pp. 1194-1204, 2004.
- [34] Y. M. Kim. The Relationship Among Participation in Exercise and Sports, Health Oriented Behavior and Well-dying of the Elderly in the Home. *Korean journal of physical education*, Vol. 50, No. 3, pp. 87-106, 2013.
- [35] M. R. Suk, The influence of physical ability and sociability of the aged on the participation and satisfaction of leisure. Ph.D. dissertation, Kei-Myung University, 2005.
- [36] E. J. Cho, The Relationship among the Leisure Activities Lifestyle and Quality of Life of the Aged. Ph.D. dissertation, Gyeong-Sang National University, 2009.
- [37] H. W. Han, A Study on the Type of Leisure Sports Participation and Quality of Life for the Elderly. *Korean journal of physical education*, Vol. 44, No. 5, pp. 713-725, 2005.
- [38] S. G. Hyun, The Effect of Health-Related Behaviors on Quality of Life in the Elderly. Ph.D. dissertation, Hanyang University, 2004.
- [39] K. A. Kim, A Study on the relationship of perceived health status, ADL, and health promoting behavior of the elderly. Unpublished master's thesis, Hanyang University, 2002.
- [40] J. H. Kim, & J. S. Han, Attitudes to Death and Influencing Factors in Community-Dwelling Elders. *Journal of Korean Gerontological Nursing Society*, Vol. 4, No.1, pp. 93-103, 2002.

이 승 희(Lee, Seung Hee)



- 2008년 2월 : 단국대학교 대학원 체육학과(이학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 서원대학교 체육교육과 교수
- 관심분야 : 스포츠사회학/생활체육/계절스포츠
- E-Mail : lsh@seowon.ac.kr