

# 중년여성의 성공적 노화 측정 도구 개발: 융복합적 접근

정혜윤<sup>1</sup>, 성경미<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>전남과학대학교 간호학과, <sup>2</sup>경상대학교 간호대학·건강과학연구원

## The Development of Healthy Aging Scale for Middle aged Women: Convergent Approach

Hye-Yun Jung<sup>1</sup>, Kyung Mi Sung<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, Chunnam Techno University

<sup>2</sup>College of Nursing · Institute of Health Sciences, Gyeongsang National University

요 약 본 연구의 목적은 중년여성의 노화 도구를 개발하는 것으로 연구대상자는 대도시 중년여성 385명을 대상으로 수집하였고, 개발과정은 예비문항 개발, 내용 타당도와 신뢰성 검증, 최종 문항의 요인분석 및 신뢰도와 타당도를 검증하였다. 요인 분석 결과 본 도구는 9개의 요인으로 구성되었고, '자기성취감', '신체변화적응', '심리변화적응', '대인관계', '갱년기증상적응', '경제적 안정', '신체건강유지', '사회적 지지', '사회변화적응'으로 명명되었다. 본 연구에서 개발한 도구는 전체 설명변량이 64.03%로 충분하였으며, 전체 신뢰도도 Cronbach's  $\alpha$  값 .90으로 높았고, 우울과의 상관관계 분석에서는 부적 상관관계( $r=-.69$ ,  $p<.001$ )가 있는 것으로 나타나 동시타당도가 검증되었다. 본 도구는 높은 타당성과 신뢰도를 가지는 것으로 확인되어 중년 여성의 성공적 노화를 측정하기 위한 도구로 유용할 것이다. 본 연구에서 개발한 도구는 반복 연구를 통해 추후 중년여성의 성공적 노화를 지지하기 위한 프로그램 개발의 기초자료를 마련하는데 기여할 것으로 사료된다.

주제어 : 성공적 노화, 융복합, 도구, 중년, 여성, 신뢰도

**Abstract** The purpose of this study was to develop an assessment scale for healthy aging of middle aged women. The data were collected from 385 middle aged women in two large cities in Korea. The development processes of the scale were followed: Development of preliminary items; Verification of content validity and reliability; Factor analysis and criterion validity of final items. Results: Factor analysis resulted in the creation of the final scale, which consisted of 38 items that were grouped into 9 factors: self achievement, physical change adaptation, psychological change adaptation, interpersonal relationships, menopausal symptom adaptation, economic stability, physical health, social support, social change adaptation. The explanatory variance was 64.03%. The reliability of the scale was Cronbach's  $\alpha = .90$ . Correlation of the scale with healthy aging and depression, established its construct and concurrent validity was  $r=-.69$ ,  $p<.001$ . The scale was confirmed to have a relatively high validity and reliability. The findings of the study can be useful as a measurement to evaluate healthy aging of middle aged women. Future researches with the scale will be helpful for basic data for the program development to support healthy aging of middle aged women.

**Key Words** : Healthy aging, Convergence, Scale, Middle aged, Woman, Reliability

\*Corresponding Author : Kyung Mi Sung(sung@gnu.ac.kr)

Received April 17, 2018  
Accepted May 20, 2018

Revised May 2, 2018  
Published May 28, 2018

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

현대사회는 출산을 감소와 함께 의학의 발달, 생활수준의 향상, 건강에 대한 관심고조 등으로 평균수명이 연장되면서 인구의 고령화가 빠르게 진행되고 있다. 이미 2000년 7월을 기점으로 65세 이상 노인인구가 전체인구의 7.2%를 넘어서 고령화 사회에 진입하였고 2015년에는 13.1%로 높아졌으며, 2026년에는 20.8%로 초고령 사회에 진입할 것으로 보인다[1]. 한국인의 평균수명은 2013년 81.2세에서 2015년에는 84.1세로 매년 증가하고 있으며 [1], 평균수명이 길어지고 과거보다 높은 경제력과 교육을 받은 노인인구가 증가함에 따라 연장된 자신의 노후를 단순한 생존의 차원이 아닌 사회적 생존으로 보다 풍요롭게 살려야 하는 욕구가 증가하고 있다. 즉, 사회구성원들의 인식이 변화함에 따라 노후 생활의 관점이 과거의 단순히 오래 사는 것에서 길어진 노년기를 좀 더 건강하고 행복하게 사는 것으로 바뀌어 가고 있는 것이다[2].

성공적 노화는 어떻게 행복한 노년기를 보낼 것인가에 대한 긍정적 개념이며, 신체적, 사회적, 정서적으로 늙어감이 적면하기 싫은 것이 아니라 노화 혹은 노년기를 전 연령대의 관심사로 확장시키는 동시에 당연히 받아들여야 하는 자신의 미래로 인정하고 대비하는 자세가 요구되고 있다[3]. 이에 중년기에 접어든 사람들 역시 자신의 노년기를 성공적이고 만족스럽게 보내기 위해 다양한 관심을 보이고 있다. 성공적 노화에 대한 정의는 학자마다 다양한 견해가 존재하고 문화권마다 차이가 있으며 [4,5], 수명과 건강 등의 생물학적 측면 뿐 아니라, 심리적 건강의 측면, 개인의 인지적, 사회적 효용성 및 생산성을 포함하는 삶의 긍정적 측면 등 여러 영역을 포함하고 있다[5]. Rowe와 Kahn[6]은 질병이나 장애가 없고 신체기능과 정신기능을 양호하게 유지하고 하루하루를 활동적으로 보내는 것을 성공적 노화로 보고 신체적, 심리적, 사회적 기능의 수준이 높고 삶의 만족과 안녕감이 높은 상태라고 정의하였다[6]. 이들은 신체적 기능의 쇠퇴에 적응하기 보다는 이전의 기능을 최대한 회복하고 유지하도록 노력하고, 축소된 사회적 관계에 적응하기보다는 적극적으로 사회적 관계를 형성하고 생산적인 역할에 참여하는 것을 강조하고 있다[7]. 노년기 바로 전 단계인 중년기에 있는 대부분의 여성은 폐경과 함께 오는 흥조, 관절염, 피로감 등 다양한 신체적인 변화로 노화를 실감하

게 되며 가사 일을 하면서 가족을 돌보는 일에 대해 심리적 부담도 커진다[8]. 이 시기에 여성들은 호르몬 생산 및 분비의 변화와 노화의 가속화로 인해 만성 성인질환의 발생 가능성이 높은 취약한 발달시기 입에도 배우자와 자신의 은퇴로 인한 경제적 부담, 자녀의 독립과 노부모 부양으로 인한 사회적 역할의 변화와 경제적 수입의 감소 등으로 불안, 우울, 그리고 무가치감과 같은 정신심리적 문제가 가중되어 자신을 돌보기 어려운 경우가 많다 [9]. 특히 중년여성은 신체적, 심리적 노화현상을 직접적으로 경험하고 있는 경우 우울이 더 높게 나타났으며 [10], 우울감정은 개인의 행동과 가치, 그리고 신념이나 인격에 부정적 영향을 미쳐 성공적 노화에 걸림돌이 될 수 있다[11].

이상과 같이 신체적, 사회 심리적, 경제적으로 취약한 시기인 중년기 여성이 노년기를 맞이하기 전에 성공적 노화를 준비할 수 있도록 돕는 일은 국가와 사회의 건강을 돌보는 간호 전문직에 있어서는 중요한 의미를 갖는다[12]. 현대 중년여성은 가사노동의 기계화로 늘어난 여유시간, 향상된 교육수준과 경제수준, 사회적 지위 및 가치관의 변화 등으로 과거 배우자나 성인자녀에게 의존적이었던 노년기의 삶에서 이제는 독립적이고 생산적인 가치를 추구할 수 있게 되었다[13]. 일반적으로 중년기의 생활양식과 삶은 노년기의 건강, 의존성 정도, 그리고 삶의 질에 크게 영향을 미치기 때문에 노년기를 성공적으로 보내기 위해서는 중년기를 어떻게 보내느냐가 중요하다[14]. 이는 성장발달 과정에서 중년기에도 적절한 돌봄과 간호가 필요하며, 중년여성의 성공적 노화에 기여할 수 있는 다양한 연구에 관심을 가져야 함을 의미한다.

성공적 노화는 노년에만 국한 된 것이 아니며 누구에게나 피할 수 없는 삶의 연속선상 중의 하나로 노화를 받아들이고 과거와 현재를 수용하며 정신적으로 성숙해가는 심리적인 발달과정이다[15]. 그러나 노인에 대한 항노화의 개념은 날로 강조되고 있는 반면 중년여성의 성공적 노화에 대한 관심은 아직 저조한 편이다. 실제 An, Kang, Kim이 한국 중노년 성인을 대상으로 성공적 노화 척도를 개발하였으나[16] 이 도구를 이용한 중년기 노화에 대한 연구는 아직까지 전무한 실정이며 지금까지 발표된 대부분의 성공적 노화 연구들은 노인을 대상으로 이루어졌다[17-19]. 더욱이 우리나라는 빠른 고령화로 고령사회에 대한 준비가 제대로 되어 있지 않아 대부분의 중년기 여성들은 노화와 노인에 대해 부정적인 태도를

가지고 있어 이에 적절히 대처하기 보다는 인위적으로 노화를 늦추거나 은폐하려는 경향을 보인다[20,21]. 그러므로 중년여성의 성공적 노화를 돕기 위해서는 우선 기초연구를 활성화할 필요가 있으며 특히 성공적 노화를 측정할 수 있는 도구의 개발이 필요하다.

이에 본 연구자는 신체적, 정서적 변화와 함께 노화로 인해 발달 위기를 경험하고 있는 중년여성의 특성을 반영하여 성공적 노화 측정도구를 개발하고 신뢰도와 타당도를 검증하였다.

## 1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 중년여성의 성공적 노화를 위한 구성요인을 규명하여, 중년여성의 성공적 노화 개념을 다차원적으로 측정할 수 있는 측정도구를 개발하고 신뢰도와 타당도를 검증하는 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 중년여성의 성공적 노화 측정 도구를 개발하는 방법론적 연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구에서 개발한 예비 도구에 대한 신뢰도와 타당도 검증은 전남과 전북지역에 거주하는 40세에서 65세 이하의 중년여성을 대상으로 실시되었다. 중년기는 청년기와 노년기의 중간시기를 말하며 일반적으로 여성의 경우 40세에서 65세까지의 여성으로 자녀가 독립하기 시작하는 시기부터 직업생활에서 은퇴하는 시기까지의 가족생활 주기상 전환기를 말한다[7]. 도구 개발 시 필요한 대상자 수는 문항수의 최소 5-10배 이상의 대상자가 요구된다[24]. 따라서 예비도구 40문항에 대해 최소 200-400명의 대상자가 요구되므로 본 연구에서는 400명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 그 결과 불성실하게 작성된 설문지 15개를 제외하고 385부가 최종 자료 분석에 이용되었다.

### 2.3 윤리적 고려

본 연구는 대학의 연구윤리심의위원회의 승인(IRB No.0000-A16-Y-0026)을 받은 후 연구의 목적을 이해

하고 연구 참여에 서면으로 동의한 중년여성을 대상으로 하였다. 모든 조사 자료는 연구 목적으로만 사용되고 연구 종료 후 3년 동안 보관 후 소각됨을 설명하였으며 설문조사 결과를 원하는 중년여성에게는 SNS를 이용해 개별적으로 통보해 주었다.

## 2.4 도구개발과정

### 2.4.1 예비문항개발

우리나라 중년여성의 성공적 노화를 포괄적으로 측정할 수 있는 도구를 개발하기 위해 먼저 관련 문헌을 포괄적으로 고찰하고 예비문항을 개발하였다. 성공적 노화는 학자마다 다양하게 표현되고 있지만 공통적으로 질병 및 장애와 관련된 위험 수준의 낮음, 높은 인지적 신체적 기능유지, 적극적 삶의 태도를 보이는 것 등을 말하며, 신체적 노화, 심리적 노화, 사회적 노화, 경제적 안정 등의 구체적이고 측정 가능한 속성들을 포함하고 있다 [6,15,17,20]. 예를 들면 우리나라에서 사용되고 있는 성공적 노화의 도구들은 기능적 상태[6,20], 심리적 상태[6,8], 인지적 상태[6,22], 생산적 활동 상태[6,15,17,20], 사회적 관계의 다양성[6,13], 지지체계[6,7,13]등의 하위범주가 있다.

본 연구자는 성공적 노화와 관련된 문헌고찰과 선행 성공적 노화 측정도구를 토대로 공통적인 하위개념인 신체적 노화적응, 심리적 노화적응, 사회적 노화적응의 3개의 범주와 중복문항을 제거하고 상호배타적인 43개의 설문문항을 진술하였다. 다음으로 연구자는 중년기 변화의 경험이 풍부한 10명의 대상자와의 개별면담에서 성공적 노화의 개념에 대해 충분히 설명하고 질의와 응답의 시간을 갖은 후 예비문항을 보여주고 성공적 노화로 타당하지 않은 문항을 표시하고 자신의 경험과의 차이를 설명하도록 하였으며 면담은 40여분이 소요되었다. 대상자의 의견은 사전 동의하에 녹음하고 면담 직후 연구자가 바로 필사하였다. 면담은 자료가 충분히 포화될 때까지 실시하였다. 그 결과 43개 문항 모두 타당한 것으로 나타났다으며 새로운 경험은 추가되지 않았다.

연구자는 면담내용을 바탕으로 예비문항을 작성하고 간호학 교수 4명, 부부상담 전문가 2명, 전문의 2명으로 구성된 8명의 전문가 집단에게 중년여성의 성공적 노화의 개념을 설명한 후 예비 문항에 대한 전문가 타당도(CVI : Content validity index)를 검증하였다. 타당도는 각 문항에 대하여 4점 척도, 즉 ‘매우 타당하다’를 4점, ‘타당하다’를 3점, ‘타당하지 않다’를 2점, ‘전혀 타당하지 않

다'를 1점으로 응답하도록 한 후 Waltz와 Bausell[23]이 4점 척도의 경우 문항선정기준을 0.75이상으로 제시한 것을 기준으로 각 문항별로 3점과 4점을 부여한 문항을 선정하였다. 또한 문항별로 내용의 적절성, 명확성, 측정하고자 하는 개념과의 관련성, 적절한 어휘 선택 등 수정 및 보완이 필요한 문항에 대한 의견을 적도록 하여 이를 반영하였다. 예를 들어 신체적 노화적응에서 '소변을 자주 보지만 관리하고 있어서 문제는 없다'는 성공적 노화 적응의 과정을 나타내는 문항으로 보기에는 부적절하여 '소변을 자주 보게 되지만 관리를 하고 있다'로 문장을 수정하였고, 심리적 노화적응에서는 '나는 원하는 일을 해낼 자신이 있다'는 중년여성이 현재 갖고 있는 자신에 대한 생각을 반영하기 위해 '나는 지금도 원하는 일을 해낼 자신이 있다'로 문장을 보완하였다. 또한 경제적인 안정에서 경제적 준비와 자립에 대한 질문인 '나는 경제적인 준비가 되어있다.'와 '나는 죽을 때까지 경제적으로 자립할 수 있다.'는 의미가 중복되어 "나는 노후를 위한 경제적 준비가 잘 되고 있다"로 수정하였다.

이상의 과정을 통해 중년여성의 성공적 노화측정을 위한 기초문항은 40문항이 되었으며 문항에 대한대상자의 이해도를 확인하기 위해 중년여성 10명을 대상으로 예비조사를 실시한 결과에서 이해하기 어려운 문항은 없는 것으로 나타났다.

#### 2.4.2 도구 검증단계

본 연구에서는 도구의 신뢰도와 타당도를 검증하기 위해 중년여성 385명의 자료를 분석하였다. 연구 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다. 예비문항은 문항분석을 통해 각 문항-전체 문항 간 상관계수가 .30 이상인 문항을 선정하였으며, 요인분석의 적합성 여부를 판단하기 위해 Kaiser-Meyer-Olkin(KMO)와 Bartlett의 구형성 검정(Bartlett's test of sphericity)을 실시하였다. 준거타당도는 Pearson's correlation coefficient로 검증하였고, 최종 도구의 신뢰도 검증은 Cronbach's  $\alpha$  계수로 산출하였다.

### 2.5 연구도구

#### 2.5.1 우울

본 연구에서는 중년여성의 성공적 노화 측정도구의 동시타당도를 검증하기 위해 연구대상자의 우울을 조사하였다[10,11]. 우울도구는 Beck[25]이 우울 증상을 측정

하기 위해 개발한 BDI(Beck Depression Inventory)를 Lee와 Song[26]이 번안한 한국판 Beck 우울 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 21개 문항으로 이루어져 있으며, 0-3점으로 반응하도록 구성되어 있으며, 총점은 0-63점이다. Kim[27]이 40-64세 이하의 중년 여성을 대상으로 한 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .93이었고, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 값 .86로 나타났다.

#### 2.5.1 중년여성의 성공적 노화

성공적 노화는 질병이나 장애가 없고 신체기능과 정신기능을 양호하게 유지하고 하루하루를 보내는 것으로 [6] 신체적, 심리적, 사회적 기능의 수준이 높고 삶의 만족과 안녕감이 높은 상태이다. 본 연구에서는 중년여성의 성공적 노화를 측정하는 40문항의 예비도구를 사용하였으며 이 도구는 신체적 노화적응, 심리적 노화적응, 사회적 노화적응의 세 개의 하위범주로 구성된 4점 척도로 점수 범위는 0점에서 3점이며 점수가 높을수록 신체적, 심리적, 사회적 기능이 좋은 상태로 성공적 노화 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 값 .90이었다.

### 2.6 자료분석 방법

도구의 신뢰도와 타당도 검증을 위해 SPSS/WIN 18.0을 이용하여 다음과 같이 설문조사 자료를 분석하였다. 먼저, 예비도구의 문항분석은 문항 간 상관계수로 확인하였으며, 도구의 타당성을 검증하기 위하여 주성분법을 이용한 요인분석과 우울도구와의 상관관계를 이용한 동시타당도 검증을 실시하였다. 그리고 도구의 신뢰도 검증은 Cronbach's  $\alpha$  계수로 확인하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 연령은 평균 51.26세로 51-55세가 110명(28.7%)으로 가장 많았고, 배우자의 연령은 평균 54.10세로 51-55세가 127명(33.0%)으로 가장 많았다. 교육수준은 고졸이 192명(49.9%)이었고 대졸이상은 154명(40%)이었다. 자녀수는 2명인 경우가 289명(75.1%)이나 되었으며, 첫째 자녀의 나이는 평균 17.66세였다. 대상자의 직업은 주부인 경우가 165명(42.9%)으로 가장 많았고

전문직 88명(22.9%), 그리고 자영업 74명(19.2%) 순이었다. 경제상태는 가구당 총소득이 200-400만원 미만인 188명(48.9%)으로 가장 많았고, 400만원 이상도 146명(37.9%)이나 되었다(Table 1 참조).

3.2 도구의 신뢰도와 타당도 검증

3.2.1 문항분석

예비도구의 문항분석을 실시한 결과 각 문항과 전체 문항간 상관계수(corrected item-total correlation)의 범위는 .34-.70으로 기여도가 낮은 .30미만의 문항이나 .80 이상의 중복문항은 없는 것으로 나타났다. 즉, 예비도구의 40개 문항은 모두 서로 연관되어 있고 40문항에 대한 전체 신뢰도 계수는 Conbach's  $\alpha$  값 .91로 높은 편이었다(Table 2 참조).

3.2.2 요인분석

예비도구의 구성타당도를 검증하기 위해 먼저 연구대상이 요인분석에 적절한 표본인지 알아보기 위해 Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)과 Bartlett의 구형성 검증(Bartlett's test of sphericity)을 실시하였으며, KMO 검증 결과는 .835, Bartlett의 구형성검증결과  $\chi^2$  값도 7380.328(p<.001)로 문항의 상관계수 행렬이 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구의 자료가 요인분석에 적합한 것으로 판단되었다. 요인분석은 주성분 분석을 실시하였으며, 요인회전은 Varimax 방식을 이용하였다. 40문항에 대해 1차 요인분석을 실시한 결과 9개의 요인이 추출되었고 요인들에 의한 설명 분산의 누적 백분율은 65.62%로 나타났다. 최대요인적재치가 .45보다 작은 문항은 “전과 같은 강도의 일에도 기운이 없고 쉽게 피로감을 느껴 무리하지 않고 일을 조절하고 있다” 1개로 제외되었다. 따라서 39문항에 대해 2차 요인분석을 실시하였으며 그 결과 9개의 요인이 나타났고 2개의 요인

Table 1. Participants' General Characteristics (N=385)

Variables	Categories	n	%	Mean±SD
Age(year)	40-45	80	20.7	51.26±6.22
	46-50	97	25.1	
	51-55	110	28.7	
	<65	98	25.5	
Husband's age	40-45	83	21.6	54.10±6.80
	46-50	108	28.1	
	51-55	127	33.0	
	<65	67	17.6	
Level of education	≤Middle school	39	3.1	
	High school	192	49.9	
	≥University	154	40.0	
The number of children	1	48	12.4	2.01-.56
	2	289	75.1	
	3	42	10.9	
	4	6	1.6	
Age of the first child (year)	≤20	110	28.2	17.66±2.34
	21-25	96	25.1	
	26-30	88	23.0	
	≥31	91	23.8	
Occupation	Office worker	35	9.1	
	Tech worker	23	6.0	
	Self-employment	74	19.2	
	Profession	88	22.9	
	Housewife	165	42.9	
Economic status (million won)	<200	51	13.2	
	<400	188	48.9	
	≥400	146	37.9	

에서 중복된 1문항 “나는 여러 가지 활동(일, 취미활동, 봉사활동 등)을 통해 성취감을 느끼고 있다.” 을 삭제하였다. 다음으로 38문항에 대해 3차 요인 추출을 실시한 결과 9개 요인이 추출되었으며, 요인들에 의한 설명 분산

의 누적백분율은 2차 요인추출 59.32%에서 64.03%로 높아졌다. 또한 모든 문항의 요인에 대한 부하량은 0.45이상으로 나타났으며, KMO 값은 .830, Bartlett 구형성 검증은  $\chi^2$  값6343.328( $p < .001$ ) 유의하였다.

Table 2. Item Analysis

(N=385)

Item contents	M±SD	Corrected item-total correlation	Cronbach's $\alpha$ if item is deleted
1. I have a headache but manage it.	1.82± .88	.45	.91
2. There are times when my heart is palpitations, but manage it.	1.62± .76	.55	.91
3. I have a pain in my lumbar, hip elbow joint, but I manage it.	2.20± .92	.42	.90
4. Feel tingling in my hand and foot, but I manage it.	1.97± .90	.55	.91
5. Sleep is harder than before, but is trying hard to sleep.	2.02± .97	.44	.90
6. Suddenly there is a flush of the face, but trying to endure it.	1.75± .81	.55	.91
7. I often see urine but I am in control.	1.17± .81	.47	.91
8. As I feel tired and tired easily despite the intense work I had before, I am making adjustments without too much effort.	2.11± .83	.40	.90
9. The decrease in vaginal secretion causes pain or inconvenience in couples, but tries to adapt to changes.	1.75± .85	.58	.91
10. It is difficult to achieve sexual excitement and relaxation than before, but I try to adapt myself to change.	1.88± .94	.34	.91
11. Skin and hair are drying up and caring for care.	2.19±1.03	.45	.90
12. Body shape is changing, but I care about body shape management.	2.21± .97	.50	.90
13. I have relatively good physical abilities, try to overcome my aging body.	2.30± .97	.51	.90
14. I keep exercising steadily to maintain my physical abilities.	2.21±1.06	.43	.90
15. I am healthier than my friends.	2.12± .93	.48	.91
16. When I think of life, I feel like I feel uncomfortable and angry, but I can control emotions.	2.12± .91	.43	.91
17. I am afraid that my life as a woman is over, but I am trying to adapt myself to change.	1.87± .88	.51	.91
18. In a similar situation to before, he is easily excited and angry, but controlling emotions.	2.00± .75	.37	.91
19. When I am alone, I feel uneasy and gloomy, but I control feeling.	1.91± .84	.40	.91
20. My memory is dimmed by age things, the name of the product, the name of the place, and a time commitment better than before, I try not to make mistakes.	2.07± .82	.46	.91
21. I am confident that I can still do what I want.	2.34± .95	.39	.90
22. I solve well everyday life problems.	2.64± .99	.48	.90
23. I am now recognized through my work (housework, hobbies, and career).	2.55±1.00	.52	.90
24. I feel fulfilled in my last life.	2.75± .95	.49	.90
25. I am trying to do well to do so as well as before.	2.32± .93	.70	.90
26. I think I can continue to live with my expertise even though I am older.	2.48±1.02	.48	.90
27. I feel a sense of accomplishment through various activities (work, hobbies, volunteer activities, etc.).	1.80± .95	.45	.90
28. I am looking for new jobs because my children's independence.	2.11± .98	.38	.90
29. Recently, I am scared of my family or friend's illness or death, but I try to adapt myself to change.	2.33± .98	.43	.90
30. I am to be hard my husband's(me) retirement(plan), but I accept the circumstances and try to solve the problem.	1.75± .85	.49	.90
31. I have a good relationship with people around me.	3.14± .87	.50	.90
32. I have a close friend or neighbors whom I meet regularly.	3.10± .92	.55	.90
33. I help with my neighbors when I need them.	2.79± .97	.51	.90
34. I usually use social services or resources (free lecture, lectures and social welfare benefits).	1.85± .96	.40	.91
35. I participate in various activities: social gatherings, reunions, learning activities, volunteer activities, and religious activities.	2.23±1.06	.57	.91
36. I work to contribute to my neighbor and society.	1.92± .87	.41	.91
37. I can make a living by myself.	2.57±1.04	.41	.90
38. I am ready for the economic preparations for old age.	2.27± .98	.43	.90
39. I have spare money to spend for my family(event).	2.10± .94	.41	.90
40. I have the economic power to help the hard person around me.	1.77± .76	.39	.91

Total Cronbach's  $\alpha$ =.91

Table 3. Factor Analysis

Categories	Items	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	Cronb ach's α
Self achievement	20. I am confident that I can still do what I want.	.802									.89
	21. I solve well everyday life problems.	.797									
	22. I am now recognized through my work (housework, hobbies, and career).	.718									
	25. I think I can continue to live with my expertise even though I am older.	.639									
	24. I am trying to do well to do so as well as before.	.583									
Physical change adaptation	23. I feel fulfilled in my last life.	.543									.90
	4. Feel tingling in my hand and foot, but I manage it.	.763									
	1. I have a headache but manage it.	.756									
	2. There are times when my heart is palpitations, but manage it.	.737									
	3. I have a pain in my lumbar, hip elbow joint, but I manage it.	.681									
Psychological Change Adaptation	5. Sleep is harder than before, but is trying hard to sleep.	.452									.90
	17. In a similar situation to before, he is easily excited and angry, but controlling emotions.			.735							
	15. When I think of life, I feel like I feel uncomfortable and angry, but I can control emotions.			.726							
	16. I am afraid that my life as a woman is over, but I am trying to adapt myself to change.			.725							
	18. When I am alone, I feel uneasy and gloomy, but I control feeling.			.641							
Interpersonal relationship	19. My memory is dimmed by age things, the name of the product, the name of the place, and a time commitment better than before, I try not to make mistakes.			.569							.89
	29. I have a good relationship with people around me.			.732							
	30. I have a close friend or neighbors whom I meet regularly.			.727							
Menopausal symptom adaptation	31. I help with my neighbors when I need them.			.683							.90
	9. It is difficult to achieve sexual excitement and relaxation than before, but I try to adapt myself to change.					.807					
	8. The decrease in vaginal secretion causes pain or inconvenience in couples, but tries to adapt to changes.					.795					
	6. Suddenly there is a flush of the face, but trying to endure it.					.520					
Economic stability	7. I often see urine but I am in control.					.469					.90
	37. I have spare money to spend for my family(event).					.820					
	36. I am ready for the economic preparations for old age.					.762					
	38. I have the economic power to help the hard person around me.					.741					
Physical Health	35. I can make a living by myself.					.684					.90
	11. Body shape is changing, but I care about body shape management.							.781			
	12. I have relatively good physical abilities, try to overcome my aging body.							.701			
	13. I keep exercising steadily to maintain my physical abilities.							.588			
	10. Skin and hair are drying up and caring for care.							.564			
Social support	14. I am healthier than my friends.							.523			.90
	32. I usually use social services or resources (free lecture, lectures and social welfare benefits).							.761			
	34. I work to contribute to my neighbor and society.							.651			
Social change adaptation	33. I participate in various activities: social gatherings, reunions, learning activities, volunteer activities, and religious activities.							.650			.89
	27. Recently, I am scared of my family or friend's illness or death, but I try to adapt myself to change.								.796		
	26. I am looking for new jobs because my children's independence.								.642		
	28. I am to be hard my husband's(me) retirement(plan), but I accept the circumstances and try to solve the problem.								.608		
Eigenvalue		3.72	2.91	2.88	2.50	2.42	2.40	2.21	2.07	1.91	.90
Variance(%)		10.34	8.10	8.01	6.94	6.73	6.67	6.15	5.77	5.32	
Cumulative Variance(%)		10.34	18.44	26.45	33.39	40.12	46.79	52.94	58.71	64.03	

Table 4. Correlation between Healthy aging and Depression

(N=385)

Instruments	Depression r(p)
Healthy aging	-.69(<.001)
Self achievement	-.37(<.001)
Physical change adaptation	-.32(<.001)
Psychological change Adaptation	-.37(<.001)
Interpersonal relationship	-.63(<.001)
Menopausal symptom adaptation	-.45(<.001)
Economic stability	-.47(<.001)
Physical health	-.35(<.001)
Social support	-.68(<.001)
Social change adaptation	-.31(<.001)

### 3.2.3 요인명명

요인분석에서 추출된 9개 요인에 대한 명명은 각 요인마다 가장 크게 부하된 문항을 참고하여 명명하였다. 제1요인은 6번 문항이 부하량이 가장 높았는데 주로 원하는 일을 잘 할 수 있는 자신감, 문제해결능력, 일을 통해 인정받고 있는 것 등의 내용을 포함하고 있어 ‘자기성취감’으로 명명하였으며 설명 변동량은 10.34%였다. 제2요인은 5번 문항 등이 신체에 나타나는 증상을 받아들이고 적응하는 과정을 포함하고 있어 ‘신체변화적응’으로 명명되었고 설명 변동량은 8.10%였다. 제3요인은 5번 문항으로 서러움, 노여움 등의 감정을 이해하고 받아들이는 과정을 포함하고 있어 ‘심리변화적응’으로 명명하였으며, 설명 변동량은 8.01%였다. 제4요인은 3번 문항 등이 주변 사람들과의 관계에 대한 내용으로 정기적으로 만나는 친구 등의 문항을 포함하고 있어 ‘대인관계’로 명명하였고 설명 변동량은 6.94%였다. 제5요인은 4번 문항 등이 갱년기에 경험하는 주요 증상들을 포함하고 있어 ‘갱년기 증상적응’ 명명하였고, 설명 변동량은 6.73%였다. 제6요인은 3번 문항 등이 노후를 위한 경제적 준비와 여유자금에 대한 내용을 포함하고 있어 ‘경제적 안정’으로 명명하였으며 설명 변동량은 6.67%였다. 제7요인은 7번 문항 등이 현재 신체적 건강의 유지 문항을 포함하고 있어 ‘신체건강유지’로 명명하였고 설명 변동량은 6.15%였다.

제8요인은 32번 문항 등 3문항으로 사회서비스의 활용, 다양한 활동의 문항을 포함하여 ‘사회적 지지’로 명명하였으며 설명 변동량은 5.77%였다. 제9요인은 27번 문항 등 3문항으로 사회적 지위와 역할의 변화의 문항을 포함하므로 ‘사회변화적응’으로 명명하였고 설명 변동률은 5.32%로 나타났다. 이상과 같이 중년여성의 성공적 노화 측정도구는 총 9개 요인에 38문항으로 구성되었으며 전

체 설명력은 64.03%였으며, 요인명은 내용타당도 검증을 받은 전문가에게 최종 동의를 받았다(Table 3 참조).

### 3.3 신뢰도 검증

최종 38개 문항 도구의 신뢰도 계수는 Cronbach's  $\alpha$  값 .90였으며, 하위영역인 자기성취감 .89, 신체변화적응 .90, 심리변화적응 .90, 대인관계 .89, 갱년기증상적응 .90, 경제적 안정 .90, 신체건강유지 .90, 사회적지지 .90, 사회변화적응 .89였다.

### 3.3 동시타당도 검증

본 연구 대상자의 성공적 노화는 우울과 부적 상관관계( $r=-.69, p<.001$ )가 있는 것으로 나타났으며, 9개의 요인들과도 모두 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 있었다( $.31 \leq r \leq .68, p<.001$ )(Table 4 참조).

## 4. 논의

본 연구자는 중년여성이 노화를 어떻게 인식하고 준비하는지에 따라 미래 노년기의 삶의 태도나 방식에 많은 영향을 미치므로[13] 중년여성이 노화에 대해 긍정적으로 인식하고 성공적인 노년의 삶을 준비할 수 있도록 돕는 기초연구의 일환으로 중년여성의 성공적 노화 측정도구를 개발하였다. 하지만 지금까지 중년여성을 대상으로 성공적 노화의 개념을 적용한 연구가 미비하여 본 연구결과를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

본 연구 결과 중년 여성의 성공적 노화와 관련된 자기성취감, 신체적 변화적응, 심리적 변화적응, 대인관계, 갱년기 증상적응, 경제적 안정, 신체적 건강, 사회적지지,



사회적 변화적응의 9개 요인이 포함된 총 38개 문항의 도구를 개발하였다. 자기성취감은 6문항으로 '나는 지금도 원하는 일을 해낼 자신이 있다.' '나는 일상생활 문제들을 잘 해결하고 있다.' '나는 지금 하는 일(집안일, 취미활동, 직장생활등)을 통해 인정을 받고 있다.' '나는 나이가 많아도 전문성을 살려 계속 활동 할 수있다고 생각하고 생각한다.' '나는 것처럼 주어진 여러 역할을 잘하기 위해 노력하고 있다.' '나는 지난 삶에 보람을 느낀다.'의 6문항으로 나타났다. 자기성취감은 성공적 노화에 열쇠이며 생산성을 유지하고 성공적인 활동을 만들어 내고 사용할 기회의 방법을 발견하는 것으로 목표 지향적이고 자기 개발을 위해 애쓰며 적극적이고 생산적 활동을 하는 것이 중요하다고 하였다[6,15]. 중년여성의 자기 성취감은 독립적이고 생산적인 가치를 창출할 수 있으며, 목표 지향적이고 자기 개발을 위해 애쓰며 적극적인 활동을 하게 하여 성취감은 성공적 노화에 주요 요인으로 볼 수 있겠다.

신체변화적응은 '손발이 쭈시지만 관리하고 있다.' '나는 두통이 생기지만 관리를 하고 있다.' '허리 팔꿈치 어깨 손관절 등의 통증이 있지만 관리하고 있다.' '잠들기가 전보다 어렵지만 숙면을 위해 노력하고 있다.' 5문항으로 구성되었다. 중년여성의 신체적 변화는 정상적인 노화과정에서 나타나는 것으로 다양한 신체적 증상을 경험하면서 심리적 불편감까지 더해져 상실감과 좌절감을 느끼게 된다[8,9].

신체적 기능 및 건강은 개인이 신체적 독립 상태를 유지하고 일상생활을 기능적으로 영위해 나가며 사회생활에서 기대되는 역할 수행 및 사회적 통합을 이루기 위한 조건으로[20], 중년여성이 신체적 변화를 자각하고 자신의 건강관리에 깊은 관심을 갖고 적극적인 대처방법 찾을려고 노력하고 변화에 적응한다면 중년의 삶 전반에 긍정적인 영향을 줄 것이다.

심리변화적응은 '전과 비슷한 상황에서 쉽게 흥분하고 화가 나지만 감정을 조절하고 있다.', '나는 지나온 삶을 생각하면 서러움과 노여움을 느낄 때가 있지만 감정조절이 가능하다', '여성으로 서의 인생이 끝난 것 같아 두렵지만 변화에 적응하려고 노력하고 있다.', '혼자 있을 때 불안하고 우울한 느낌이 들지만 감정을 조절하고 있다.', '전보다 물건이나 장소의 이름, 시간약속 등이 생각나지 않지만 실수하지 않으려고 노력하고 있다.' 등의 5문항으로 구성되어 있다. 중년여성은 그동안 자신의 많은 부분

에 있어 어머니 역할에 비중을 두어 살았기 때문에 자녀가 독립하는 것을 고통스러워하며, 배우자의 은퇴로 인한 사회경제적 지위의 변화는 중년여성에게 막대한 두려움으로 다가오게 된다[10]. 중년여성이 심리적 변화의 시기에 자신이 추구하던 관심분야로 삶을 돌아보며 배우자나 친구와 더 많은 시간을 보낼 수 있다는 행복한 시기로 지각해 스스로 변화에 적응해 간다면 성공적 노화에 긍정적인 영향을 줄 것이다.

대인관계는 '나는 주변사람들과 사이가 좋은 편이다.', '나는 정기적으로 만나는 친한 친구나 이웃이 있다.', '나는 필요할 때 이웃과 도움을 주고 받는다'의 3문항으로 구성되어 있다. 중년여성은 자신을 둘러싸고 있는 사회환경의 지지 정도에 따라 스트레스로 인해 심리적 혼란과 고통을 겪을 수도 있지만, 반대로 대인관계를 통해 관심 주고 받으며 상호의무 관계망의 일원임을 확인하고 젊은 시절보다 안정적인 대인관계를 발전시켜나갈 수 있다[13]. 이는 대인관계를 통해 얻게 된 긍정적인 자원이 중년여성의 심리적 적응을 돕고, 좌절을 극복하고 문제를 해결해 나갈 수 있도록 능력을 강화시켜주기 때문이다. 즉, 중년여성이 우울감과 스트레스를 극복해 나가는 데 대인관계는 중요한 부분이라고 할 수 있다[7,13].

갱년기증상적응은 폐경기는 월경의 중지와 더불어 오는 생리적인 새로운 변화의 현상이다. 중년여성이 경험하는 갱년기 증상은 난소 기능의 감퇴로 인하여 월경 불순을 비롯한 열성 홍조및 불면증의 단기적 증상과 시간이 경과함에 따라 비뇨생식기의 위축으로 인하여 요실금, 배뇨장애, 성교통, 노인성 질염 등이 나타날 수 있다. 골다공증, 심혈관계질환, 치매 등과 같은 장기적인 문제점이 서서히 발생한다[8]. 또한 전신 열감, 많은 땀, 두통, 체중증가, 질벽이 얇아지고 건조해짐 등이 있다. 이 모든 증상들은 난소 호르몬의 저하에 원인이 있지만 증상의 수 또는 증상의 격렬함과 호르몬의 양과는 관련이 없다고 보고한바 있다[12].

따라서 중년여성이 갱년기 증상을 질병의 신호가 아니라 새로운 삶의 시작과 긍정적인 경험의 현상으로 인식한다면 여성의 삶의 질을 향상시키는 데 도움을 줄 수 있다. 이러한 갱년기 증상에 적응할 수 있는 밝혀진 대안들은 자기 스스로 주체성을 향상시키려는 개인의 노력에 달려 있으며, 충분한 정보를 제공받고 건강한 폐경을 경험하도록 여성 스스로 준비를 하는 것이 중요하다[8,12].

경제적 안정은 '나는 스스로 생계를 유지할 수 있다.',

‘나는 노후를 위한 경제적 준비가 잘 되고 있다.’, ‘나는 가족(행사)을 위해 쓸 수 있는 여유자금이 있다.’, ‘나는 주변의 어려운 사람을 도와줄 수 있는 경제력이 있다.’ 등의 4문항으로 구성되어 있다. 경제적 안정과 성공적 노화간의 정적인 상관관계가 있다고 보고한 것과 같이[13], 경제적 안정은 노후에 다양한 영역에 참여를 가능하게 하고 스트레스에서 벗어나 성공적 노화인식을 가능하게 하고 경제적 자립이 가능한 것 건강유지와 여가활동 자아실현과 관련된 욕구의 충족과 직결되는 중요한 요인으로 볼 수 있다.

신체건강유지는 ‘나는 신체기능이 비교적 원활하고 몸의 노화를 극복하려고 노력한다.’, ‘나는 신체기능을 유지하기 위해 꾸준히 운동한다.’, ‘나는 친구들 보다 건강한 편이다.’ 등의 3문항으로 구성되어 있다. Rowe와 Kahn은 [6]성공적 노화의 구성요소 중 첫째로 질병과 장애가 없는 신체적 기능을 유지하는 것으로 들고 있다. 신체적 건강은 자기 스스로 일상생활이 가능하고 운동이나 규칙적인 생활, 적절한 식습관, 금연등과 같은 라이프 스타일로 신체적 기능을 유지하는 것이 성공적인 노화를 하는 것으로 보았다[6,21].

사회적 지지는 ‘나는 평소 필요한 사회서비스나 자원(무료강의, 강습, 사회복지 혜택)을 활용한다.’, ‘나는 다양한 활동(친목회, 동창회, 학습활동, 봉사활동, 종교활동 등)에 참여하고 있다.’, ‘나는 이웃과 사회에 기여하는 일을 한다.’ 등의 3문항을 포함하고 있다. 사회적 지지는 한 개인이 가족, 이웃, 지역사회 및 국가사회의 집단속에서 성장함에 따라 지위를 획득하고 역할을 수행하며 사회적 관계를 맺게 되는 과정에서 일어나는 모든 형태의 행위와 사로를 의미하는 것으로 Riddick과 Daniel[28], Peppers[29]는 사회적 관계속에서 느끼는 유대감, 사회생활에서 대한 자신감, 주위사람에 대한 신뢰도에 대한 지각정도를 이야기하고 사회적지지가 높은 사람들은 고립된 사람들에 비해 생활만족도가 높게 나타난다고 보고하였고, 정신건강과 삶에 질에 영향을 준다고 하였다[13]. 따라서 중년여성의 다양한 활동은 소속감을 부여하여 타인과의 상호작용이 일어날 빈도가 많아져 자신이 가치 있는 존재로 지각하고 중년여성의 삶에 긍정적인 영향을 준다.

사회변화적응은 ‘나는 자녀의 독립으로 새로운 일을 찾고 있다.’, ‘최근 가족이나 친구의 질병 또는 죽음으로 두려움을 느끼고 있지만 변화에 적응하려고 노력한다.’, ‘앞으로 나(남편)의 은퇴(예정)로 힘들지만 주어진 상황

을 받아들이고 문제를 해결하기 위해 노력하고 있다.’ 등의 3문항으로 구성되어 있다. 사회변화적응은 사회와 가족내의 역할과 관련된 압박감과 공허함, 죄책감, 부적당감등의 갈등을 경험하게 되어 새로운 방향으로 전환되는 시기임을 인식하고 적용하는 것이 성공적 노화에 보다 긍정적으로 진행된다고 할 수 있겠다.

이상과 같이 본 연구에서는 중년여성의 성공적 노화에 대한 포괄적이고 구체적인 경험내용들을 토대로 성공적 노화를 측정할 수 있는 도구를 개발하였다. 따라서 본 연구의 도구를 이용하여 중년여성의 성공적 노화 정도를 사정하고 성공적 노화의 어려움과 장애요인 등을 밝힐 수 있을 것으로 사료되며, 더 나아가 중년여성의 성공적 노화를 지지해줄 수 있는 간호중재방안 마련에 중요한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다. 그러나 본 연구는 일부지역의 중년여성을 편의추출하여 실시한 것으로 도구의 일반화를 위하여 우리나라의 전 지역의 중년여성을 대상으로 조사-재조사를 포함한 반복 연구를 실시할 필요가 있다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 중년여성의 성공적 노화 측정도구를 개발하는 방법론적 연구로 관련 선행문헌을 통해 예비문항을 작성하고 전문가 타당도와 대상자 개별면접을 통해 예비도구를 개발한 후 40세에서 65세 미만의 중년여성을 대상으로 도구의 내적일관성과 신뢰도, 그리고 타당도를 검증하였다. 그 결과 최종 38개 문항의 4점 Likert 척도의 중년여성을 위한 성공적 노화 측정도구를 개발하였다. 이 도구는 9개의 요인으로 구성되었고 ‘자기성취감’, ‘신체변화적응’, ‘심리변화적응’, ‘대인관계’, ‘갱년기증상적응’, ‘경제적 안정’, ‘신체건강유지’, ‘사회적 지지’, ‘사회변화적응’으로 명명되었다. 본 연구에서 개발한 도구는 전체 설명변량이 63.03%로 충분하였으며, 전체 신뢰도도 Cronbach’s α 값 .90으로 높았고, 우울과의 상관관계 분석에서는 부적 상관관계( $r = -.69, p < .001$ )가 있는 것으로 나타났다.

본 연구에서 개발한 성공적 노화 측정도구는 한국 중년여성을 대상으로 개발하여 기존의 노인 중심의 성공적 노화 도구와는 달리 중년기의 발달적 특성이 반영되었고 아직 국·내외적으로 중년여성의 성공적 노화에 대한 개념이 미미한 시점에 개발되었다는데 그 의의가 있다. 따

라서 이 도구는 성공적 노화와 관련된 연구나 실무개발에 적극 활용할 수 있으므로 앞으로 중년여성의 전반적인 건강상태를 증진시키는데 유용하다고 본다. 궁극적으로 본 연구의 결과는 중년여성이 신체적, 사회 심리적 노화에 적응할 수 있는 다양한 중재프로그램을 개발하고 이를 평가할 수 있는 기반을 마련하고, 중년여성의 성공적 노화를 지지하는 간호실무 발전에 기여할 수 있다.

## REFERENCES

- [1] Statistics Korea. (2015). Social indicators. Seoul: Statistics Korea.
- [2] J. S. Ann, Y. S. Chong & S. G. Seo. (2010). The relationships among the matured aging attitude, successful aging, and psycho-social maturation: The examination of the matured aging. *The Korean Journal of developmental Psychology*, 26(3), 127-143.
- [3] K. R. Park & Y. S. Yi. (2002). A Study on Perceptions of Successful Aging in Later Life. *Journal of the Korea Gerontological Society*, 22(3), 53-66.
- [4] C. L. Fry. (1980). *Aging in culture and society: Comparative viewpoints and strategies*. New York: Praeger.
- [5] L. E. Tomas & K. O. Chambers. (1989). Phenomenology of life satisfaction among elderly men: Quantitative and qualitative view. *Psychology and Aging*, 4, 284-289.
- [6] J. W. Rowe & R. L. Kahn. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- [7] Y. E. Jeon & Y. K. Ju. (2014). Development of Successful Aging Scale for Elderly Women. *Journal of Lifelong Learning Society*, 10(3), 145-180. DOI :10.26857/JLLS.2014.08.10.3.145
- [8] G. H. Jeong et al. (2003). Bone mineral density, health-promoting behavior, and self-efficacy in middle-aged women. *Korean J Women Health Nurs*, 9(2), 170-178.
- [9] J. H. Kim & H. S. Mun. (2006). Health Perception, Body Image, Sexual Function and Depression in Menopausal Women according to Menopausal Stages. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 36(3), 449-456.
- [10] S. M. Kim & S. Y. Kim. (2008). A Study on Aging Anxiety and Self-Efficacy of Middle Aged Adults. *Journal of Psychiatr Ment Health Nursing*, 17(3), 281-291.
- [11] Y. J. Lee & J. S. Park. (2015). Relationship between Perception for Successful Aging and Health Promotion Behavior of Late Middle Aged Women. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 17(2), 1073-1086. DOI: <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2017.23.3.181>
- [12] S. L. Seo et al. (2006). Senior health promotion. Seoul: Hyunmoon.
- [13] M. J. Lee & J. H. Yang. (2012). Recognition of Successful Aging among Middle aged Women. *Journal of Korean Gerontological Nursing*, 14(2), 79-90. <http://jkgn.org/journal/crossRefTDM.php?number=301>
- [14] P. Moen & E. Wethington. (1999). Midlife development in a life course context. In S. L. Willis JD ,Reid (Eds.), *Life in the middle: Psychological and social development*, 3-23.
- [15] I. Kang. (2003). A study on perception of successful aging. *Journal of Welfare for the Aged*, 20, 95-116.
- [16] J. S. An, I. Kang, & Y. J. Kim. (2009). Development of successful aging measurement for Korean mid to later adults. *Journal of family relations*, 13(4), 225-245.
- [17] M. H. Kim & K. R. Shin. (2005). The study on the development of the successful aging scale for korean elderly. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 25(2), 35-52.
- [18] J. E. Paik & H. K. Choi. (2005). Successful aging according to korean elderly: the definition, types, and predicting variables. *Journal of Korean Home Management Association*. 23(3), 1-16.
- [19] D. B. Kim. (2008). The study on the development of the korean elderly's successful aging scale. *Korean Journal of Social Welfare*, 60(1), 211-231. DOI : 10.20970/kasw.2008.60.1.009
- [20] H. B. Hong. (2005). The relationship between productive activities and successful aging among the aged. *Journal of Welfare for the Aged*, 29, 203-235.
- [21] G. J. Conrad & S. K. Elizabeth. (1984). Middle Age: A Time for Thinking About Being Old. *Journal of extension*. 22(1). <https://joe.org/joe/1984january/a4.php>
- [22] J. H. Park. (2005). Successful aging : concept and strategies. *Journal of Korean Geriatric Psychiatry*, 9, 37-49.
- [23] C. F. Waltz & R. B. Bausell. (1981). *Nursing research: Design, statistics, and computer analysis*. Philadelphia: F. A. Davis Company.
- [24] R. L. Gorsuch. (1983). *Factor Analysis(2nd ed.)*. NJ: Lawrence Eelbaum.
- [25] A. T. Beck. (1967). *Depression: clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- [26] Y. H. Lee & C. Y. Song. (1991). A study of the

reliability and the validity of the BDI, SDS, and MMPI-D scales. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 98-113.

- [27] N. H. Jo & C. H. Seong. (2017). Effects of Stress and Self-esteem on Depression in Middle-aged Women and Middle-aged Men. *Journal of Digital Convergence*, 7(6), 89-97. DOI : 10.15207/JDC.2016.7.6.089
- [28] C. C. Riddick & S. N. Daniel. (1984). The relative contributions of leisure activities and other factors. *Journal of Leisure Research*, 15(2), 96-118.
- [29] L. G. Peppers. (1977). Patterns of leisure and adjustment to retirement. *Journal of The Gerontologist*, 16, 441-446.

정혜윤(Jung, Hye Yun) [정회원]



- 2013년 8월 : 서남대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2016년 2월 : 경상대학교 간호학과 (간호학박사수료)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 전남과학대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 간호교육, 성인간호
- E-Mail : jhy017@cntu.ac.kr

성경미(Sung, Kyung Mii) [정회원]



- 1992년 9월 : 연세대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2003년 2월 : 연세대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2008년 9월 ~ 현재 : 경상대학교 간호대학 교수

- 관심분야 : 청소년 정신건강, 조현병, 양육스트레스
- E-Mail : sung@gnu.ac.kr