

# 중년의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계: 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 조절된 매개효과

## The Relationship between Aging Anxiety and Psychological Well-Being in Mid-life Adults: The Moderated Mediation Effect of Cognitive Flexibility and Subjective Economic Status

양옥지, 이수림

가톨릭대학교 상담심리대학원

Ok-Ji Yang(sheepmouse21@naver.com), Su-Lim Lee(sulimhm@hanmail.net)

### 요약

본 연구는 중년의 노화불안이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 과정에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 조절된 매개효과를 확인하고자 하였다. 이를 위해 40세~64세의 성인 317(남159명, 여158명)명을 대상으로 온라인설문지를 실시하였으며, 설문기간은 2017년 9월 3일부터 9월 28일까지였다. SPSS 21.0 및 SPSS Macro를 사용하여 상관분석, 회귀분석, 유의성 검정을 하였다. 연구 결과, 첫째, 상관 분석 결과 노화불안, 인지적 유연성, 주관적 경제수준, 심리적 안녕감 간의 유의한 상관이 나타났다. 둘째, 중년의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성이 유의한 부분매개효과( $\beta = .530, p < .001$ )를 보이는 것으로 나타났다. 셋째, 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과( $\beta = .080, \Delta R^2 = .006, p < .05$ )가 유의한 것으로 나타났다. 넷째, SPSS Macro를 통한 검증 결과, 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 조절된 매개효과가 검증되었다. 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점, 후속연구에 대한 제언을 논의하였다.

■ 중심어 : | 노화불안 | 심리적 안녕감 | 인지적 유연성 | 주관적 경제수준 | 조절된 매개효과 |

### Abstract

This study was aimed to verify moderated mediation effect between cognitive-flexibility and subjective economic status in the process that aging anxiety have an effect on psychological well-being. For this, online survey was conducted to 317(M:159, F:158) adults who ranged from 40 to 64 years old. Survey was conducted from 2017.9.3. to 9.28. Correlation analysis, regression analysis, and significant test was done through SPSS 21.0 and SPSS Macro. First, the analysis showed that meaningful correlation was found among aging anxiety, cognitive flexibility, subjective economic status and psychological well-being. Secondly, cognitive flexibility was found to have meaningful partial mediation effect( $\beta = .530, p < .001$ ) in the relationship between aging anxiety and psychological well-being. Thirdly, subjective economic status was found to have a meaningful moderation effect( $\beta = .080, \Delta R^2 = .006, p < .05$ ) in the relationship between cognitive flexibility and psychological well-being. Fourthly, verification result by SPSS Macro showed that, mediation effect of cognitive flexibility and subjective economic status was existent in the relationship of aging anxiety and psychological well-being. Lastly, implications and limitations of this study and suggestions for future studies were discussed.

■ keyword : | Aging Anxiety | Psychological Well-being | Cognitive Flexibility | Subjective Economic Status | Moderated Mediation Effect |

## I. 서론

인간은 오랫동안 불로장생을 꿈꾸었고, 늙지 않고 살기를 희망한다. 현대사회는 의학의 발달과 꾸준한 노력으로, 과거보다 건강한 신체를 유지하게 되었고 조금 더 젊게 보일 수 있게 되었다. 그래서 현재의 중년세대는 역사상 가장 긴 중·노년기를 보내게 되었다.

노화는 인간의 성장과 발달과정의 한 부분으로 자연스러운 변화임에도 불구하고, 일반적으로 긍정적 특성보다 부정적 특성으로 인식되고, '노화'와 '불안'이 결합된 용어인 노화불안은 중년의 심리적 안녕감과 밀접한 관련이 있다는 연구가 있다[1][2]. 의학적인 발달로 현재 수명은 길어졌으나, 중년들은 퇴직문제, 자녀의 사교육비, 부모부양에 대한 책임, 긴 노년을 위한 노후준비 등의 외부적인 요인으로 인해 다양한 스트레스에 직면하고 있다[3].

과거에 노화는 생물학적 신체구조나 기능상의 변화과정으로 정의되었으나, 점차 심리, 사회적인 측면에서의 적응이나 변화를 포함하는 개념으로 범위가 넓어져 최근 노화에 대한 정의는 생물학적인 부분과 함께 심리적, 사회적 측면을 모두 포함하는 개념으로 정의되고 있다[4]. 삶의 질을 평가하는 개념으로 Reff[5]는 심리적 안녕감을 말하였는데, 심리적 안녕감이 높다는 것은 자신에 대하여 긍정적인 태도와 따뜻하고 만족스러운 신뢰로운 관계를 갖으며, 자신의 기준에 의해 결단력과 독립적으로 행동하고, 자신의 환경을 잘 관리하면서 삶의 목표와 방향 감각을 갖고, 지속적으로 자신이 성장하고 발전되어 감을 느끼는 것이라고 하였다.

중년기부터 나타나는 노화로 인해 느껴지는 상실감은 일상생활적응 및 개인적 자아정체감에 중요한 변화를 일으켜 중년기의 삶의 질을 저하시킨다고 하였고, 성공적 노화를 위한 심리적 측면으로, 자신과 자신의 객관적 환경과 상황을 있는 그대로 평가하고 어쩔 수 없이 받아들여야 하는 상실과 감퇴에 대한 건강한 평가와 통제 전략을 사용하는 것이 중요하다고 하였다[6]. 그런데 성공적 노화를 위해 필요한 인지적 방략은 노화불안으로 인해 부정적 영향을 받을 수 있다. 노화불안이 자기효능감에 부적인 영향을 준다는 연구가 있으며 [7], Fries와 Crapo[8]에 따르면 노인의 자기효능감이

낮아지는 것은 실제적인 기능저하에 의한 것이 아니라 노인 스스로가 자신에 대해 잘못 판단한 결과라고 하였다. 따라서 노화불안은 자기효능감에 영향을 미칠 것으로 예상된다. Martin과 Rubin[9]은 인지적 유연성이란 환경과 상황에 적응하고자 하는 자발성과 당면 상황에서 사용할 수 있는 다양한 대안이 존재한다는 것을 인지하는 것으로 인지의 유연함에 있어서의 자기효능감이라고 하였다. 우울과 불안을 많이 경험하는 사람들이 인지적 유연성이 낮은 것으로 보고가 있다[10]. 불안이 인지적 유연성 부정적 영향을 미친다는 연구 결과에 근거해 볼 때, 중년의 시기에 경험하는 부적 정서인 노화불안으로 인해 인지적 유연성이 떨어질 것으로 예상할 수 있다. 또한 인지적 유연성은 삶의 안녕감에 영향을 미치므로[11], 노화불안은 인지적 유연성과 이를 통해 삶의 안녕감에도 부정적 영향을 미칠 수 있다.

젊음을 중시하는 현대사회에서 노화는 두려움과 불안의 대상이며, 중년의 노화불안은 현재 중년기의 삶의 질에 영향을 미치고 향후 노년기의 삶의 질을 결정하는데 중요한 요인이 된다. 그러나 현재 중년을 대상으로 한 노화불안에 대한 연구는 우울, 건강지각, 생활스트레스, 노후준비, 사회적지지 등의 소수에 불과하였으며[1][2][12][13], 이 연구들에서는 위 변인들이 노화불안에 영향을 미친다는 것을 탐색하였다. 노화불안에 영향을 미치는 변인들이 위 선행연구들로 밝혀지긴 했으나, 중년의 노화불안과 삶의 안녕감에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 더욱이 노화불안이 어떤 경로를 거쳐 심리적 안녕감에 영향을 끼치는지에 대한 탐색은 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구는 중년의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과를 확인함으로써 노화불안으로 인한 삶의 질의 영향을 인지적 유연성의 개입으로 예방하고 치료 개입 방안의 근거를 마련하고자 한다.

한편, Maslow의 욕구이론에서 인간은 정신적 욕구에 앞서 생리적·안전의 욕구가 채워져야 한다고 하였고, 선행연구들에서 경제적 수준은 행복이나 삶의 만족과 관련이 높다고 검증되었다[14-16]. 직접적으로 인지적 유연성과 심리적 안녕감 관계에서 경제적 수준의 조절효과를 검증한 선행연구는 없으나, 다양한 연구들에서 경제 수준이 자기효능감과 삶의 만족 혹은 불만족

변인들의 관계에서 조절효과를 나타내었다[16-19]. 인지적 유연성이 자기효능감과 관련된다[9], 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 개인의 경제적 수준의 영향이 있을 것으로 예상할 수 있다.

즉, 인지적 유연성이 높으면 안녕감이 높다고 예상할 수 있는데, 이 과정에서 경제적 수준이 높고, 낮음에 따라 그 영향이 달라질 수 있다는 것이다. 이 연구를 통해 노화불안을 경험하는 중년들이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 과정에서 인지적 유연성을 확인하고, 경제적 수준에 따른 차이를 고려한다면, 중년에 노화불안에 대한 상담으로 경제 수준을 고려하고 인지적 유연성을 높이는 개입을 하는 데 근거가 될 수 있을 것이다. 이상의 논의를 토대로 본 연구는 중년의 노화불안이 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성이 매개효과를 확인하고 주관적 경제수준이 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 조절효과가 있을 것인지를 살펴보고자 한다[그림 1].

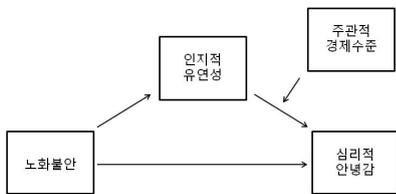


그림 1. 연구모형

## II. 이론적 배경

### 1. 노화불안과 심리적 안녕감

노화는 중년기에 있는 사람들에게 두려움과 불안을 증폭시키고[20], 중년기 성인이 노인보다 노화불안이 더 높다는 연구가 있다[1]. 더욱이 현재의 중년의 삶은 자녀의 사교육비와 부모의 부양, 그리고 긴 노후를 대비해야 하는 등 경제적 부담이 큰 시대적 상황으로 노화불안이 가중될 수 있다[3].

노화불안이 심리적인 적응과 관련이 있으며 삶의 질에 영향을 미친다는 선행연구를 살펴보면, 노화불안은 삶의 질과 부적 상관성이 있었고[21], 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 미쳤으며[22], 심리적 고통[23]과 우울

[24]이 관련이 있는 것으로 확인되었다. 이외에도 노화불안은 성공적 노화에 부정적인 영향을 미쳤고[22], 심리적 안녕감에 부적 상관성이 있음을 보고하였다[2][12].

### 2. 인지적 유연성과 노화불안, 심리적 안녕감 간의 관계

Dennis와 Vander Wal[26]에 의하면, 인지적 유연성 정의의 핵심 요소는 환경자극의 변화에 적응하도록 인지적인 모드를 전환하는 능력이라 하였다. 정서와 인지는 상호 밀접한 관련성을 가지며[27][28], 특히 정서는 인지과정의 변화를 초래한다[29]. Fredrickson[27]의 확장-축적 모델(the broaden- and-build model)에 의하면, 경험하는 정서의 종류에 따라서 사고 및 행동의 범위가 달라질 수 있다고 하였다. 긍정 정서는 개인의 사고를 확장시켜 창의적이고 다양한 대안을 모색하여 효과적으로 문제를 해결할 수 있게 하는 반면, 부정 정서는 사고의 범위를 축소시켜 다양한 대안을 고려하지 못하게 하고 문제 해결을 어렵게 만든다. 특히 부정 정서는 사고의 유연성을 감소시키고[31], 유연한 사고의 전환을 저해하는 것으로 나타났다[11]. 부정정서 중, 우울과 불안을 많이 경험하는 사람들이 인지적 유연성이 낮은 것으로 나타났다[10].

노화불안과 인지적 유연성에 대한 직접적인 연구는 아직 없으나, 노화불안의 연구에서 노화불안이 자기효능감에 부적인 영향을 준다고 하였고[7], 노인의 자기효능감이 낮아지는 것은 실제적인 기능저하에 의한 것이 아니라 노인 스스로가 자신에 대해 잘못 판단한 결과라고 하였다[8]. Martin과 Rubin[9]이 인지적 유연성에 대한 정의로 '인지의 유연함에 있어서의 자기효능감'이라 한 것에 비추어 볼 때, 노화불안이 자기효능감에 부적인 영향을 미친다는 연구들을 통해 인지적 유연성이 노화불안으로 인한 부적인 영향이 있을 것으로 유추할 수 있다.

인지적 유연성과 안녕감을 다룬 연구들을 살펴보면, 인지적인 균형을 유지하는 것은 안녕감을 유지, 향상시키는 데 중요한 역할을 하였으며[32], 대학생을 대상으로 한 연구에서 인지적 유연성이 신체적·심리적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났고[33], 노인을 대상으로 한 연구에서도 인지적 기능이 심리적 안녕감 수준

과 관련이 있는 것으로 보고되었다[34]. 국내 연구에서도 인지적 유연성이 삶의 대한 만족과 안녕감에 영향을 미쳤다는 연구가 있다[11].

위에서 언급한 선행연구들을 종합해 볼 때, 중년의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계를 인지적 유연성이 매개할 것임을 가정하게 한다. 즉, 노화불안은 심리적 안녕감에 직접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라, 인지적 유연성을 통해 심리적 안녕감에 간접적인 영향을 미칠 것임을 예상해 볼 수 있다.

### 3. 주관적 경제수준과 인지적유연성, 심리적 안녕감 간의 관계

인지적유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과가 검증된 바는 없으나 선행연구들을 통해 추론해볼 수 있다. 인지적 유연성은 자기효능감의 한 형태로 정의함을 감안할 때[6], 인간의 자기효능감은 경제적 수준에 따라 영향이 미칠 수 있음을 다양한 연령대에서 연구한 보고가 있다[16][35]. 이를 통해 자기효능감과 관련된 인지적 유연성이 경제적 수준과 관련이 있을 것으로 추측해 볼 수 있다.

심리적 안녕감은 경제적 수준이 높을수록 더 높은 수준을 누리고 있는 것으로 여겨지고[14], 경제수준이 좋을수록 삶의 만족이 높다[36]. Linz와 Semykina[37]는 직업적 불안정성 등 경제적 불안정에 대한 개인의 인식이 삶의 만족도에 부정적인 영향을 준다는 것을 밝혔고, 개인이 느끼는 경제적 불안감은 개인의 신체적, 정신적 안녕감에 직접적 영향을 주며 삶의 만족을 낮추고 우울, 감정적 폭발 등의 불안정 정서를 높이는데 관련이 있다[17-19]. 이는 개인의 지각된 주관적 경제수준이 낮을수록 심리적 안녕감이 낮게 나타날 것으로 예상된다.

따라서 인지적 유연성이 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준에 따라 차이가 있을 것으로 예상할 수 있다. 이로써 선행연구들을 종합해 볼 때, 중년의 노화불안이 인지적 유연성을 통해 심리적 안녕감에 미치는 매개효과와 주관적 경제수준의 조절효과가 있음을 가정하여 노화불안이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 과정에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다.

## III. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 중년의 노화불안, 인지적 유연성, 주관적 경제수준, 심리적 안녕감의 관계 및 경로를 검증하기 위하여 자기보고식 온라인설문지를 사용하였으며 설문 기간은 2017년 9월 3일부터 9월 28일까지였다. 설문 대상은 성인 남녀 40세 ~ 64세로, 이는 Berk[38]이 초기 성인기의 과업들이 어느 정도 달성되는 40세에서 노년기에 접어들기 시작하는 65세까지의 시기를 중년기로 정의한 것과, 노인을 65세 이상으로 규정한 노인 복지법과 기초노령연금법을 참조하였다.

본 연구는 생명윤리위원회(Institutional Review Board: IRB)의 공식적인 절차를 통해 승인을 받아 진행되었고, IRB 규정에 따라 연구 설명 및 참여에 대한 안내문을 설문지에 제공하였다. Joreskog과 Sorbom[39]의 관측변수의 수가 12개 미만일 경우 표본크기가 200정도이어야 한다는 제안을 반영하여 200명 이상에게 설문을 실시하였다. 설문에 성인 총 321명이 참여하였으며, 불성실하게 응답한 4명을 제외하고 총 317명의 자료를 분석자료로 사용하였다.

### 2. 측정도구

#### 2.1 노화불안 척도(AAS)

Lasher와 Faulkender[40]가 제작한 노화불안 척도(Anxiety about Aging Scale)의 20문항을 김옥[41]이 번안하여 신뢰도 검증한 자기보고형 검사를 사용하였다. 노화불안척도는 4개의 하위요인으로 상실에 대한 두려움 5문항, 노인에 대한 두려움 5문항, 외모에 대한 걱정 5문항, 심리적 불안정 5문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 리커트식 5점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서 5(매우 그렇다)로 응답하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 노화불안이 높음을 의미한다. Lasher와 Faulkender[40]의 연구에서 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .82이었고, 김옥[41] 연구의 검사에서는 .85이었다. 본 연구의 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .83이었다.

#### 2.2 심리적 안녕감 척도(PWBS)

Ryff[5]가 제작한 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale)의 54문항을 김명소와 김혜원, 차경호[42]가 번안하고 선별한 46문항으로 자기보고형 검사를 사용하였다. PWBS는 6개 하위요인으로 자율성(autonomy) 8문항, 자아수용(self acceptance) 8문항, 개인적 성장(personal growth) 8문항, 삶의 목적(purpose in life) 7문항, 긍정적인 대인관계(positive relations with other) 7문항, 환경에 대한 지배력(environmental mastery) 8문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 리커트식 6점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서 6(매우 그렇다)로 응답하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다. 김명소 등 [42]연구에서는 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .66~.76이었다. 본 연구의 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .94이었다.

### 2.3 인지적 유연성 척도(CFI)

Denis와 Vander Wal[23]이 제작한 인지적 유연성 척도(Cognitive Flexibility Inventory)의 20문항을 허심양[10]이 번안, 타당화하여 19문항으로 선별한 자기보고형 검사를 사용하였다. CFI는 2개의 하위요인으로 대안하위척도(alternative subscale) 12문항과 통제하위척도(control subscale) 7문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 리커트식 7점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서 7(매우 그렇다)로 응답하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 인지적 유연성이 높음을 의미한다. Denis와 Vander Wal[23]의 연구에서 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .90이었고, 허심양[10] 연구의 검사에서는 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .86이었다. 본 연구의 전체 내적 합치도 Cronbach's  $\alpha$  값은 .92이었다.

### 2.4 주관적 경제수준

주관적 경제수준을 측정하기 위해 연구대상자가 주관적으로 느끼는 경제상태를 5점 척도로 나누어 구성하였다. 문항은 '귀하의 주관적 경제상태는?'의 질문으로 1(매우 나쁜 편이다)에서 5(매우 좋은 편이다)로 응답하도록 되어 있다. 본 연구에 참여한 연구대상자들의 주관적 경제수준의 평균은 3.02이었고, 표준편차는

0.79였다. 분석자료 총 317부에서 1점(매우 나쁜 편이다)은 12명(3.8%), 2점(나쁜 편이다)은 60명(18.9%), 3점(보통이다)은 157명(49.5%), 4점(좋은 편이다)은 87명(27.4%), 5점(매우 좋은 편이다)은 1명(3%)이었다.

## 3. 분석방법

본 연구에서 수집된 자료를 분석하기 위해서 SPSS 21.0 프로그램 및 SPSS Macro를 사용하였다. 구체적인 자료처리 방법은 다음과 같다.

첫째, 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 기술통계를 실시하였다. 둘째, 본 연구에서 사용된 측정도구들의 신뢰도를 확인하기 위해 측정된 참가자들의 노화불안, 인지적 유연성, 심리적 안녕감에 대해서 신뢰도 분석을 실시하여 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였다. 셋째, 노화불안, 심리적 안녕감, 인지적 유연성, 주관적 경제수준 간의 관계를 살펴보기 위하여 Pearson 적률상관분석을 실시하였다. 넷째, 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 영향을 미치는지를 검증하기 위하여 인지적 유연성을 잠재적 매개변인으로 설정한 후, Baron과 Kenny[43]가 제안한 4단계 회귀분석방법을 실시하여 간접적으로 매개효과를 확인하였다. 다음으로, 부트스트래핑(bootstrapping)을 통하여 매개효과의 통계적 유의성을 직접 확인하였다. 다섯번째, 위계적 중다회귀분석(Hierarchical Multiple Regression Analysis)을 통하여 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과를 검증하였다. 마지막으로 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 영향을 미치는 간접효과를 주관적 경제수준이 조절하는지 확인하기 위하여 조절된 매개 지수(INDEX OF MODERATED MEDIATION)를 통해 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 조사 대상자의 인구통계학적 특징

본 연구에 참여한 연구대상자들의 평균연령은 만 51.92세(SD=6.78)였으며, 연구 대상자 317명 중 40대(40~49세)는 138명(43.5%), 50대(50~59세)는 104

명(32.8%), 60대(60~64세)는 75명(23.7%)이었다. 남녀분포는 남성이 159명(50.2%), 여성이 158명(49.8%)이었다. 성별과 연령대에 따른 심리적 안녕감을 기술통계 분석 결과, 성별에 따른 심리적 안녕감은 남성은 3.97점( $SD=.54$ ), 여성은 3.90점( $SD=.55$ )로 성별에 따른 심리적 안녕감은 유의한 차이가 없었으며, 연령에 따른 심리적 안녕감을 분석한 결과, 40대 3.90점( $SD=.59$ ), 50대 3.92점( $SD=.55$ ), 60대 4.00점( $SD=.42$ )로 연령에 따른 심리적 안녕감 역시 통계적으로 유의하지 않았다.

## 2. 주요 변인들 간의 상관분석

우선 변인 간의 Pearson 상관계수 및 각 변인의 평균과 표준편차를 구하고 이를 [표 1]에 제시하였다. [표 1]에서 보듯이, 변인들 간에는 거의 모두 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 노화불안은 인지적 유연성, 경제 수준, 심리적 안녕감과 유의한 부적상관을 나타냈다(각각  $r = -.38, p < .01$ ;  $r = -.34, p < .01$ ;  $r = -.51, p < .01$ ). 반면, 인지적 유연성은 경제 수준 및 심리적 안녕감과 유의한 정적상관을 나타냈다(각각  $r = .28, p < .01$ ;  $r = .65, p < .01$ ). 경제 수준과 심리적 안녕감 간의 관계에서도 정적 상관이 유의한 것으로 나타났다( $r = .47, p < .01$ ).

표 1. 변인들 간의 상관

	1	2	3	4
1. 노화불안	-			
2. 인지적유연성	-.38**	-		
3. 경제수준	-.34**	.28**	-	
4. 심리적안녕감	-.51**	.65**	.47**	-
평균	61.17	95.45	3.02	177.41
표준편차	9.61	13.99	0.79	24.80

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

## 3. 노화불안과 심리적 안녕감 간의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과

Baron과 Kenny[43]가 제안한 매개효과 분석절차를 통해 노화불안과 심리적 안녕감 간 인지적 유연성의 매개효과를 검증한 결과, 인지적 유연성의 매개효과가 유

의하였다. 1단계 회귀분석 결과, 노화불안의 인지적 유연성에 대한 설명변량은 14.1%이며, 회귀계수는  $\beta = -.375(p < .001)$ 으로 노화불안은 인지적 유연성에 유의한 영향력을 가진 것으로 나타났다. 다음으로 2단계 분석 결과, 노화불안의 심리적 안녕감에 대한 설명변량은 25.5%이며, 회귀계수는  $\beta = -.505(p < .001)$ 으로 노화불안은 심리적 안녕감에 유의한 영향력을 가진 것으로 나타났다. 3단계 분석 결과, 노화불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 통제할 상태에서 매개변인인 인지적 유연성이 심리적 안녕감에 미치는 영향이 유의하였다( $\beta = .530, p < .001$ ) 또한, 4단계 분석절차를 수행한 결과[표 2], 매개변인인 인지적 유연성의 효과를 통제할 상태에서, 노화불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향이 감소하기는 하였으나 여전히 유의하였다( $\beta = -.307, p < .001$ ).

따라서 노화불안과 심리적 안녕감의 관계를 인지적 유연성이 부분매개하는 것으로 나타났으며, 이러한 부분매개모형을 [그림 2]에 제시하였다. 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과를 직접 검증하기 위하여 본 연구에서는 PROCESS 4번 모형을 사용하였다. 총 10,000개의 부트스트랩 표본을 사용하여 간접효과의 부트스트랩 추정치를 분석한 결과, 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값은 각각 -0.687과 -0.362로 나타난 바, 부트스트랩 신뢰구간에는 0이 포함되지 않았다. 이는 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 간접적으로 심리적 안녕감에 미치는 효과가 통계적으로 유의함을 시사한다.

표 2. 인지적 유연성의 매개효과를 검증하기 위한 회귀분석

단계	독립 변인	종속 변인	B	SE	$\beta$	t	$R^2$	F
1	노화불안	인지적 유연성	-.547	.076	-.375	-7.190***	.141	51.697***
2	노화불안	심리적 안녕감	-1.304	.125	-.505	-10.396***	.255	108.070***
3	노화불안	심리적 안녕감	-.791	.112	-.307	-7.094***	.496	154.805***
	인지적 유연성	심리적 안녕감	.939	.077	.530	12.260***		

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

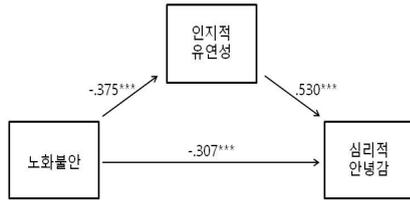


그림 2. 인지적 유연성의 매개효과를 나타낸 모형과 표준화 계수 추정치

#### 4. 인지적 유연성과 심리적 안녕감 간의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과

인지적 유연성과 심리적 안녕감의 간의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하여[44], 그 결과를 [표 3]에 제시하였다. 분석 결과, 1단계에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준은 참가자의 심리적 안녕감 전체 변량의 50.7%를 설명하였고( $F = 161.172, p < .001$ ), 2단계에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준, 인지적 유연성과 주관적 경제수준을 곱한 상호작용항을 동시에 투입한 결과, 심리적 안녕감에 대한 전체 설명량은 51.3%로 1단계와 비교하여 설명량이 0.6% 증가하였다( $\Delta R^2 = .006, p < .05$ ).

표 3. 주관적 경제수준의 조절효과를 검증하기 위한 회귀분석

	독립 변인	B	SE	$\beta$	t	$R^2$	F
1 단계	(상수)	53.362	7.058		7.560***		
	인지적 유연성	.990	.073	.559	13.548***	.507	161.172***
	경제수준	9.796	1.289	.313	7.601***		
2 단계	(상수)	53.553	7.026		7.623***		
	인지적 유연성	.974	.073	.550	13.310***		
	경제수준	10.053	1.289	.322	7.798***	.513	109.802***
	인지적 유연성 x 경제수준	.188	.094	.080	1.998*		

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

이러한 조절효과의 방향성을 구체적으로 살펴보기 위해서 위와 동일한 위계적 중다회귀분석을 수행하여 나온 예측변인별 비표준화된 회귀계수와 상수를 토대

로 원점수 회귀방정식을 구성하였다. 주관적 경제수준의 경우, 평균( $M = 3.02$ )과 표준편차( $SD = 0.79$ )를 사용하여 평균에서 1 표준편차 아래 점수를 저수준, 평균 점수를 중수준, 그리고 평균에서 1 표준편차 위에 점수를 고수준으로 사용하였다. 이렇게 해서 나온 결과는 [그림 3]에 제시되어 있으며, 그림에서 보듯이 주관적 경제수준의 수준이 높아질수록(저수준에서 고수준으로 갈수록), 인지적 유연성의 증가에 따른 심리적 안녕감 수준이 더욱 증가하는 양상이 나타났다. 즉, 인지적 유연성이 심리적 안녕감에 미치는 영향은 주관적 경제수준의 수준에 따라서 상이한 양상이 나타났으며, 이는 인지적 유연성과 심리적 안녕감과의 간의 관계에서 주관적 경제수준의 조절효과가 유의함을 시사한다.

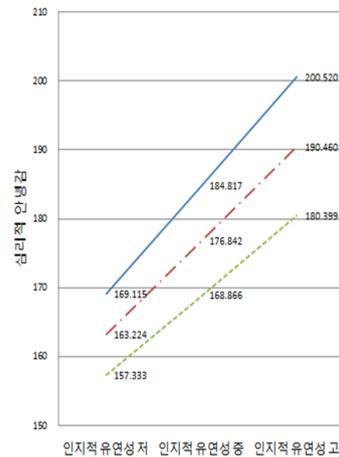


그림 3. 주관적 경제수준의 조절효과

다음으로, 구체적으로 조절변인의 어떠한 조건에서 주관적 경제수준의 조절효과가 나타나는지 살펴보기 위해 본 연구에서는 특정값 선택방법(pick-a-point approach)을 활용하였다. Aiken와 West[44]의 제안에 따라 조절변인인 경제수준 원점수의 평균( $M = 3.02$ )과 표준편차( $SD = 0.79$ )를 사용하여 평균에서 1 표준편차 아래 점수를 저수준, 평균 점수를 중수준, 그리고 평균에서 1 표준편차 위에 점수를 고수준으로 사용하여 세 조건에서 조절효과의 유의성을 검증하였다. 이를 위해 PROCESS를 이용하여 조절변인의 각 조건 값에 따른 조절효과를 검증하였다[표 4]. 인지적 유연성이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 주관적 경제수준이

조절하는 효과는 세 조건에서 모두 유의한 것으로 나타났다.

표 4. 주관적 경제수준에 따른 조절효과 유의성 검증 결과

	주관적 경제수준	B	S.E.	t	LLCI (B)	ULCI (B)
M-1SD	2.222	0.824	0.110	7.467***	0.607	1.042
M	3.016	0.973	0.073	13.291***	0.829	1.117
M+1SD	3.809	1.122	0.098	11.417***	0.929	1.316

주. B = 비표준화 계수; S.E = 표준오차; LLCI(B), ULCI(B) = B의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, 하한값.  
\*\*\*p < .001.

### 5. 조절된 매개효과 검증

노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과가 주관적 경제수준에 의해 조절되는지를 검증하였다. 조절된 매개효과 검증을 위해서는 조절된 매개 지수(INDEX OF MODERATED MEDIATION)를 사용하라는 권고에 따라[45], 본 연구에서는 PROCESS 14번 모형 분석을 통해 조절된 매개 지수(INDEX OF MODERATED MEDIATION)를 구한 후, 유의성을 검증하였다. 그 결과, 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값은 각각 -0.200과 -0.012로 나타난바, 부트스트랩 신뢰구간에는 0이 포함되지 않았다. 이는 인지적 유연성에 대한 주관적 경제수준의 조절효과, 즉 조절된 매개효과가 유의함을 시사한다.

다음으로, 조절변인의 수준에 따라 인지적 유연성의 매개효과가 어떻게 달라지는지를 구체적으로 살펴보았다. 이를 위해 조절변인인 주관적 경제수준의 세 가지 수준에 따른 매개효과에 대한 95% 신뢰구간과 추정치들을 구하여 [표 5]에 제시하였다. [표 5]에서 보듯이, 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과의 크기는 주관적 경제수준의 세 가지 수준에 따라 다르게 나타나기는 하였으나, 세 수준 모두에서 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 이러한 결과는 인지적 유연성은 주관적 경제수준이 낮은 사람부터 높은 사람에게까지 매개효과를 나타내는 것을 시사한다. 아울러, 주관적 경제수준이 높아질수록 인지적 유연성의 매개효과가 음의 방향으로 더욱 증가하는 것으로 나타났다. 이는 노화불안이

심리적 안녕감에 미치는 영향을 인지적 유연성이 매개하는 경향은 주관적 경제수준이 상대적으로 높은 사람들에게 더욱 강하게 나타남을 시사한다. 아울러, 주관적 경제수준이 낮은 사람들은 노화불안의 영향력이 심리적 안녕감에 전달되는 과정에서 주관적 경제수준이 높은 사람들에 비해 인지적 유연성의 통한 경로를 상대적으로 덜 경우함을 시사한다.

표 5. 조절효과의 수준에 따른 인지적 유연성의 매개효과

	주관적 경제 수준	Effect	Boot S.E.	95% 신뢰구간 (bias-corrected)	
				LLCI	ULCI
M-1SD	2.222	-.392	.079	-0.566	-.252
M	3.016	-.472	.078	-0.637	-.330
M+1SD	3.809	-.552	.094	-0.756	-.383

주. Bootstrap 표본은 10,000번 추출하였음, Boot S.E. = 부트스트랩 방법에 의해 산출된 표준오차; LLCI, ULCI = 95% 신뢰구간 내에서의 하한값 및 상한값.

## V. 논 의

본 연구는 중년을 대상으로 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성이 매개효과를 가지는지 검증하고자 하였다. 또한 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준이 조절효과를 가지는지 확인하여, 최종적으로 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다.

본 연구의 결과 및 그에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 설정한 주요 변인들 간 상관관계를 분석한 결과, 노화불안, 심리적 안녕감, 인지적 유연성, 주관적 경제수준 간의 유의한 상관관계가 나타나 변인들 간 연관성이 존재함을 확인할 수 있었다. 구체적으로 살펴보면, 노화불안과 심리적 안녕감의 관계는 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 선행 연구에서 보고한 연구들[2][12]과 일치하는 결과이다. 노화불안과 인지적 유연성의 관계는 유의한 부적 상관을 나타내 노화불안이 자기효능감에 부적인 관련이 있다는 연구[7]와 맥을 같이 하였다. 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계는 유의한 정적 상관을 보였으며, 이는 인지적 유연성이

심리적 안녕감과 긍정적 관계가 있다는 선행 연구들 [11][32-34]와 일치하는 결과이다. 주관적 경제수준과 심리적 안녕감의 관계는 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 경제상태가 심리적 안녕감과 관련된다는 연구들 [17][18]과 맥을 같이 하였다. 인지적 유연성과 주관적 경제수준의 관계는 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 경제상태가 자아존중감, 자기효능감과 정적으로 관련된다는 연구들 [16][35]과 맥을 같이 하였다. 이로써 선행 연구를 토대로 본 연구에서 보고자 하는 변인들 간의 상관관이 모두 유의미함을 확인하였고, 선행 연구에서 함께 다루지 않았던 노화불안, 심리적 안녕감, 인지적 유연성, 주관적 경제수준과의 관련성을 확인하였다.

둘째, 중년의 노화불안과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성이 유의한 부분매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 이는 중년의 노화불안이 심리적 안녕감에 직접적으로 영향을 미쳤고, 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 영향이 미쳤음을 의미한다. 즉, 중년의 높은 노화불안이 심리적 안녕감에 직접적으로 부정적인 영향을 미친다는 선행연구와 일치했으며 [21-23], 그 과정에서 매개변인인 인지적 유연성을 낮추어 심리적 안녕감을 떨어뜨리는 것을 알 수 있었다. 이는 선행연구에서 노화불안이 자기효능감에 부정적으로 영향을 미치는 결과와 인지적 유연성이 심리적 안녕감에 부정적 영향을 미쳤던 것에 일치하는 결과이다 [31][32]. 본 연구에서는 자기효능감의 인지적 요인으로 인지적 유연성의 매개효과를 살펴보았는데 자기효능감의 매개효과와 같은 영향이 있었다.

셋째, 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주관적 경제수준이 조절효과가 유의미한 것으로 나타났다. 이는 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에 대한 주관적 경제수준의 영향이 유의함을 시사한다. 구체적으로 주관적 경제수준이 높은 사람들이 낮은 사람들에게 비해 심리적 안녕감에 미치는 인지적 유연성의 효과가 상대적으로 크다는 것을 의미한다. 이는 선행연구에서 인지적 유연성이 삶의 만족과 안녕감에 영향을 미친다는 결과와 경제적 수준이 자기효능감과 심리적 안녕감에 정적 영향을 미친다는 연구와 일치하는 결과이다 [11][14][16]. 자기효능감과 자아존중감이 하나의 요인을 재는 것이라는 주장 [46]으로, 자아존중감이 생활만

족도에 미치는 영향에서 경제적 수준이 높은 집단에서 상대적으로 조절효과를 더 크게 보였다는 연구 [47]와 맥을 같이 한다. 이로써 중년이 주관적으로 지각하는 경제수준이 높을수록 심리적인 안녕감 수준이 인지적 유연성의 영향을 많이 받을 가능성을 확인하였다.

마지막으로, 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과가 주관적 경제수준에 의해 조절됨이 나타났다. 주관적 경제수준을 세 가지 수준으로 나누어 인지적 유연성의 매개효과가 어떻게 달라지는지 구체적으로 살펴본 결과 세 수준 모두 매개효과가 유의하게 나타났고, 주관적 경제수준이 높아질수록 인지적 유연성의 매개효과가 음의 방향으로 더욱 증가하는 것으로 나타났다. 선행연구에서는 경제수준이 삶의 만족도에 영향을 미침을 발견한 것에 추가하여 [36][37], 인지적 유연성이 삶의 만족도에 영향을 미치는 과정을 조절하는 것을 검증하였다. 이는 노화불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 인지적 유연성이 매개하는 경향은 주관적 경제수준이 상대적으로 높은 사람들에게 더욱 강하게 나타날 수 있음을 시사한다. 아울러, 주관적 경제수준이 낮은 사람들은 노화불안의 영향력이 심리적 안녕감에 전달되는 과정에서 주관적 경제수준이 높은 사람들에 비해 인지적 유연성의 통한 경로를 상대적으로 약한 정도로 경유할 가능성을 확인하였다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 중년의 심리적 안녕감과 밀접한 관련이 있을 것으로 알려진 노화불안이 심리적 안녕감을 낮추는 과정에서 인지적 유연성을 부분적으로 매개함을 확인함으로써, 중년의 심리적 안녕감을 위해 노화불안과 함께 인지적 유연성에 대한 개입과 치료적 방향이 필요함을 보여주었다는 데에 의의가 있다. 선행연구에서 노화불안과 심리적 안녕감과의 관련성에 관한 연구는 있지만, 어떤 경로를 통해 심리적 안녕감에 영향을 미치는지에 대한 연구는 미흡하였고, 인지적 변인을 통한 연구는 이루어지지 않았다. 본 연구는 인지적 변인인 인지적 유연성이 부분매개임을 밝힘으로써, 인지적 유연성의 증진을 통해 중년의 심리적 안녕감의 예방과 치료를 위한 근거를 마련하였다.

둘째, 인지적 유연성과 심리적 안녕감의 관계에서 주

관적 경제수준에 따른 영향을 살펴봄으로써, 주관적 경제수준이 높은 사람일수록 인지적 유연성의 증가에 따른 심리적 안녕감 수준이 더욱 증가할 수 있음을 확인하였다. 선행연구에서는 인지적 유연성과 심리적 안녕감과의 관련성에 관한 연구는 있지만, 두 변인의 관계를 조절하는 변인에 대한 연구는 이루어지지 않았다. 본 연구는 상담 장면에서 심리적 안녕감을 위한 인지적 유연성에 대한 치료개입 시, 내담자의 주관적 경제수준에 따른 치료적 효과가 차이가 있을 수 있음을 보여준다는 데 의의가 있다.

셋째, 중년의 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과가 주관적 경제수준에 의해 조절됨을 확인함으로써, 주관적 경제수준이 낮은 사람에 비해 상대적으로 높은 사람이 노화불안으로 인한 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 유연성을 상대적으로 더 경유할 수 있음을 보여주었다는 데에 의의가 있다. 이는 상담장면에서 노화불안으로 인한 심리적 안녕감이 낮을 때, 주관적 경제수준이 높은 내담자에게 인지적 유연성에 대한 탐색과 치료적 개입의 필요성에 대한 근거를 마련하였다.

본 연구에서의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 표본은 40세~64세의 성인남녀로 자기보고식 설문지만을 사용하였다. 자기보고식 설문지는 연구대상자가 자신의 모습을 왜곡했을 가능성이 있으며, 회상해서 측정하는 것이기 때문에 일상생활에서 개인들이 보이는 감정, 생각, 행동이 정확히 반영되지 못했을 가능성이 있다.

둘째, 본 연구는 횡단자료를 통한 연구로 노화불안이 인지적 유연성을 경유하는 게 아니라 인지적 유연성이 노화불안을 경유할 수도 있으므로 인과관계를 파악하는데 한계를 가진다. 이를 보완하기 위해 질적연구, 종단연구 등의 방법을 통한 후속연구로 인과적 관계설정의 불확실성을 명확히 할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 주관적 경제수준을 하나의 문항으로 측정함으로써 연구대상자의 단회의 판단으로 측정할 한계가 있다. 연구대상자가 지각한 주관적 경제수준을 다양한 시각에서 다각도로 확인할 수 있는 척도를 사용할 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구에서 중년의 노화불안이 인지적 유연성을 경유하여 심리적 안녕감에 미치는 간접효과를 확인하고, 특히 노화불안으로 인한 심리적 안녕감의 간의 관계에서 주관적 경제수준이 높은 사람에게 인지적 유연성이 상대적으로 더 경유할 수 있음을 보여줌으로써, 주관적 경제수준이 높은 사람에게 인지적 유연성에 대한 치료적 개입을 제안하였다. 그러나 주관적 경제수준이 통계적으로 유의미하게 나타났으나 설명량 증가가 다소 작음으로 이에 대한 후속 연구와, 이런 개입의 치료적 효과가 실제 확인되지 못하였으므로 개입 프로그램을 개발하여 이를 확인할 것을 제안한다.

#### 참고 문헌

- [1] 김신미, 김순이, “중년기 성인의 노화불안과 자기효능감에 관한 연구,” 정신간호학회지, 제17권, 제3호, pp.281-291, 2008.
- [2] 신순옥, *중년기 노화불안요인 탐색 및 노화불안과 노후준비도, 심리적 안녕감의 관계*, 한국상담대학교 석사학위논문, 2012.
- [3] 조진희, *중년여성의 성공적 노화 예측모형*, 한양대학교 박사학위논문, 2013.
- [4] 최성재, 장인협, *노인복지학*, 서울: 서울대학교 출판부, 2002.
- [5] C. D. Ryff, “Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.57, pp.1069-1081, 1989.
- [6] 이수림, 조성호, “나이 들과 지혜: 성공적 노화의 통합적 개념화,” *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 제13권, 제3호, pp.65-87, 2007.
- [7] 최현보, *노인의 노화불안이 자기효능감에 미치는 영향에 관한 연구: 노인 자원봉사 활동의 조절효과를 중심으로*, 서울대학교, 석사학위논문, 2014.
- [8] J. F. Fries and L. M. Crapo, *Vitality and aging: Implications of the rectangular curve*, San Francisco: Freeman, 1981.
- [9] M. M. Martin and R. B. Rubin, “A new measure of cognitive flexibility,” *Psychological reports*, Vol.76, No.2, pp.623-626, 1995.
- [10] 허심양, *완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 인지*

- 적 유연성의 역할, 서울대학교, 석사학위논문, 2011.
- [11] 김완일, "자기복잡성과 인지적 유연성이 심리적 적응에 미치는 영향," 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제20권, 제3호, pp.715-734, 2008.
- [12] 신용태, *노화불안과 죽음불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 정서인식명확성의 조절효과*, 충북대학교, 석사학위논문, 2016.
- [13] 홍금희, *중년기의 노화불안과 성공적 노화요소 및 노후준비*, 부산대학교, 석사학위논문, 2014.
- [14] Diener, Edward, Weiting Ng, James Harter, and Raksha Arora, "Wealth and happiness across the world: material prosperity predicts life evaluation, where as psychosocial prosperity predicts positive feeling," *Journal of personality and social psychology* Vol.99, No.1, pp.52-61, 2010.
- [15] 가영희, "성인의 직장-가정갈등이 영역별 만족도와 주관적 삶의 질에 미치는 영향," 한국심리학회지: 여성, 제11권, 제2호, pp.163-186, 2006.
- [16] 이묘숙, "자기효능감을 매개로 한 노인의 경제상태가 성공적 노화에 미치는 영향에 관한 연구," 노인복지연구, 제57권, 가을호, pp.289-314, 2012.
- [17] 강현옥, 박경민, *도시와 농촌노인의 우울에 미치는 영향요인 비교*, 한국노년학, p.321, 2012.
- [18] 최미경, 이영희, "중년성인의 우울과 무력감, 사회적 지지 및 사회경제적 상태," 정신건강간호학회지, 제19권, 제2호, pp.196-204, 2010.
- [19] 김미정, 김영희, "가정의 경제적 불안, 아버지의 우울감, 부부관계 및 강압적 양육방식과 유아의 문제행동," *Family and Environment Research*, 제49권, 제5호, pp.59-70, 2011.
- [20] A. Kruger, "The midlife transition: crisis or chimera?," *Psychology Report*, Vol.75, pp.1299-1305, 1994.
- [21] 김정선, 강숙, "베이비붐세대의 자녀돌봄 부담감, 노화불안, 노후준비 및 삶의 질," 한국보건간호학회지, 제26권, 제3호, pp.440-452, 2012.
- [22] D. L. Klemmack and L. L. Roff, "Fear of personal aging and objective well-being on later life," *Journal of Gerontol*, Vol.39, No.6, pp.756-758, 1984.
- [23] E. M. Kessler, J. Tempel, and H. W. Wahl, "Concerns about one's aging: The role of work context and psychological distress," *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, Vol.27, No.2, pp.81-86, 2014.
- [24] 김재희, 김옥, "노인의 노화불안이 우울에 미치는 영향과 자아통제감의 매개효과," *정신보건과 사회사업*, 제42권, 제4호, pp.233-260, 2014.
- [25] 강해자, "노인의 노화불안이 성공적 노화에 미치는 영향에 관한 연구-독거노인과 비독거노인 비교를 중심으로," *노인복지연구*, pp.191-220, 2012.
- [26] J. P. Dennis and J. S. Vander Wal, "The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity," *Cognitive therapy and research*, Vol.34, No.3, pp.241-253, 2010.
- [27] R. J. Dolan, "Emotion, cognition, and behavior," *Science*, Vol.298, No.5596, pp.1191-1194, 2002.
- [28] J. R. Gray, T. S. Braver, and M. E. Raichle, "Integration of emotion and cognition in the lateral prefrontal cortex," *Proceedings of the National Academy of Sciences*, Vol.99, No.6, pp.4115-4120, 2002.
- [29] J. P. Forgas, "Mood and judgment: the affect infusion model(AIM)," *Psychological Bulletin*, Vol.117, No.1, pp.39-66, 1995.
- [30] B. L. Fredrickson, "Cultivating positive emotions to optimize health and well-being," *Prevention & Treatment*, Vol.3, No.1, 1a, 2000.
- [31] A. M. Isen, "Missing in action in the AIM: Positive affect's facilitation of cognitive flexibility, innovation, and problem solving," *Psychological Inquiry*, Vol.13, No.1, pp.57-65, 2002.
- [32] B. A. Wallace and S. L. Shapiro, "Mental balance and well-being: building bridges between Buddhism and Western psychology," *American Psychologist*, Vol.61, No.7, pp.690-710, 2006.
- [33] J. Koesten, P. Schrodte, and D. J. Ford, "Cognitive flexibility as a mediator of family communication environments and young adults' well-being," *Health Communication*,

Vol.24, No.1, pp.82-94, 2009.

[34] D. J. Llewellyn, I. A. Lang, K. M. Langa, and F. A. Huppert, "Cognitive function and psychological well-being: findings from a population-based cohort," *Age and Ageing*, Vol.37, No.6, pp.685-689, 2008.

[35] 서우석, "대학생의 진로성숙도와 부모의 사회경제적 지위, 자아 존중감 및 자기 효능감의 인과적 관계," *한국실과교육학회지*, 제28권, 제4호, pp.149-171, 2015.

[36] 임은경, 박경란, "베이비 붐 세대의 노후준비도, 노후 불안과 삶의 질 간의 관계," *한국생활과학회 학술대회 논문집*, pp.236-237, 2012.

[37] S. J. Linz and A. Semykina, "Perception of economic insecurity: evidence from russia," *Economic Systems*, Vol.34, No.4, pp.357-385, 2010.

[38] L. E. Berk, *생애발달*, (이옥경, 박영신, 이현진, 김혜리, 정윤경, 김민희 역), 서울: 시그마프레스, 2007.

[39] K. G. Joreskog and D. Sorbom, *LISREL 7: A guide to the program and application*, Chicago: SPSS Publications, 1989.

[40] K. P. Lasher and P. J. Faulkender, "Measurement of aging anxiety: Development of the anxiety about aging scale," *International Journal of Aging and Human Development*, Vol.37, No.4, pp.247-259, 1993.

[41] 김옥, "한국노인과 미국노인의 노화불안 비교연구," *노인복지연구*, 제47권, pp.71-94, 2010.

[42] 김명소, 김혜원, 차경호, "심리적 안녕감의 구성개념 분석," *한국심리학회: 사회 및 성격*, 제15권, 제2호, pp.19-39, 2001.

[43] R. M. Baron and D. A. Kenny, "The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.51, No.6, pp.1173-1182, 1986.

[44] L. S. Aiken, S. G. West, and R. R. Reno, *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*, Sage, 1991.

[45] A. F. Hayes, "An index and test of linear moderated mediation," *Multivariate Behavioral*

Research, Vol.50, pp.1-22, 2015.

[46] T. A. Judge, A. Erez, J. E. Bono and C. J. Thoresen, "Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct?," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.83, No.3, pp.693-710, 2002.

[47] 박민주, *경제적 요인이 생활만족도에 미치는 영향*, 충북대학교 대학원, 박사학위논문, 2014.

저 자 소 개

양 옥 지(Ok-Ji Yang)

정희원



- 2018년 2월 : 가톨릭대학교 상담심리대학원(상담심리학석사)
- 2019년 8월 ~ 현재 : 수원시청소년상담복지센터 시간제 청소년동반자

〈관심분야〉 : 청소년상담, 성인상담, 부부 및 가족상담

이 수 림(Su-Lim Lee)

정희원



- 2011년 ~ 2017년 8월 : 한국열린사이버대학교 상담심리학과 교수
- 2017년 9월 ~ 현재 : 가톨릭대학교 심리학전공 교수

〈관심분야〉 : 심리상담, 외상, 정신역동, 상담자 교육