

노인의 우울감과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향: 독거노인과 비독거노인의 비교를 중심으로

최정현¹, 최소연^{2*}

¹남서울대학교 간호학과 교수, ²남서울대학교 사회복지학과 교수

Effects of Depression and Self-Esteem on Life Satisfaction of the Elderly: Comparison between Elderly People Who Live Alone and Those Who Live with Others

Jung-Hyun Choi¹, So-Yun Choi²

¹Professor, Department of Nursing, Namseoul University

²Professor, Department of Social Welfare, Namseoul University

요약 본 연구는 독거노인의 우울감, 자아존중감, 생활만족도의 수준을 비독거노인과 비교하면서 선행변수가 생활만족도에 미치는 영향을 고찰하였다. 2020년에 진행된 한국복지패널 15차 데이터를 활용하여 독거노인 1,533세대와 비독거노인 3,130세대를 대상으로 t-검증과 위계적 회귀분석을 실시하였다. 연구 결과, 독거노인은 비독거노인에 비해 우울감은 높고 자아존중감과 생활만족도가 낮았다. 독거노인은 여성의 생활만족도가 높은 반면, 비독거노인은 남성의 생활만족도가 높았으며, 독거, 비독거노인 모두 나이가 많고 소득수준이 높을수록 생활만족도가 높았다. 우울과 자아존중감은 독거노인과 비독거노인 모두 유의미하게 영향을 미쳤으나 자아존중감 ($\beta=.40, .41$)의 영향이 우울 ($\beta=-.28, -.29$)의 영향보다 큰 것으로 나타났다. 우울과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향은 독거노인 ($R^2=.409$)이 비독거노인 ($R^2=.398$)보다 큰 것으로 확인되었다. 연구 결과를 토대로 독거노인의 자아존중감을 제고하며 생활만족을 증진하기 위한 정책 및 실천의 방향을 제시하였다.

주제어 : 생활만족, 우울, 자아존중, 독거노인, 패널 데이터

Abstract This study examined the effects of antecedent variables on life satisfaction of elderly people who live alone and who live with others by comparing the levels of depression, self-esteem, and life satisfaction. Using the 15th data of the Korean Welfare Panel held in 2020, independent sample t-test and hierarchical regression analysis were conducted. Elderly people who live alone had a high sense of depression, low self-esteem, and low life satisfaction. For both of them, the older the age and the higher the income level, the higher the life satisfaction. The regression model, which added depression and self-esteem, had a significant effect on both of them, but the effect of self-esteem was higher ($\beta=.40, .41$) than that of depression ($\beta=-.28, -.29$). The effects of depression and self-esteem on life satisfaction were higher in elderly people who live alone ($R^2=.409$) than in elderly people who live with others ($R^2=.398$). Based on the research results, this study suggested appropriate policies and practice directions to enhance self-esteem and improve life satisfaction of elderly people who live alone.

Key Words : Life satisfaction, Depression, Self-esteem, Elderly people, Pannel data

*Corresponding Author : So-yun Choi(sychoi@nsu.ac.kr)

Received October 6, 2021

Accepted December 20, 2021

Revised December 1, 2021

Published December 28, 2021

1. 연구의 필요성

'2020년 인구주택총조사'에 따르면 65세 이상 노인은 전체 인구의 16.4%이며, 2025년에는 20.3%로 초고령사회에 진입할 것으로 전망하고 있다[1]. 노인인구의 급증으로 건강한 노후와 능동적 노후에 관한 관심이 증가하면서 정부는 지역사회통합돌봄을 통해 돌봄의 사회적 기능의 강화뿐 아니라 여가, 일자리 사업 등 다양한 서비스를 제공하여 노인이 지역사회에서 안정된 삶을 영위할 수 있도록 지원하고 있다[2].

인구 고령화로 인해 야기되는 노인문제에 대한 정부의 대응 노력에도 불구하고 우리나라 노인의 삶의 질은 심각한 수준이다. 2021년 OECD How's Life 보고서에 따르면 한국의 삶의 만족도는 OECD 국가 중 최저수준으로 33개국 중 32위이며[3], 노인 빈곤율과 자살률은 OECD 국가 중 1위를 기록하고 있다[4]. 또한 한국보건사회연구원이 2020년도에 발표한 한국인 60대 이상 고령층의 행복지수는 전 연령대에서 가장 낮은 점수로 보고되고 있다[5].

노년기는 생애주기 상의 좌절 대 자아 통합의 발달 과업을 경험하는 시기이다. 신체적 변화 및 가족관계와 사회적 역할의 변화로 인해 심리적으로 위축되거나 좌절을 경험하기도 하지만, 역으로 성공적인 노화의 과정을 통해 자아 통합을 이루는 시기이기도 하다[6]. 성공적인 노화는 노인의 행복감과도 연결되는데, 성공적인 노화를 위해서는 신체 및 정신적인 기능 유지와 사회활동 참여가 중요한 것으로 고려된다[7]. 이는 노인의 건강, 경제, 사회적 관계, 여가활동 등 삶의 여러 영역에서의 만족감이 안정된 노후에 필수 요건이기 때문이다. 그러나 한국의 많은 노인은 노후 준비가 불충분한 상태에서 경제적인 어려움과 고독, 질병, 무위 등 4고(苦)의 노출 가능성이 클 뿐 아니라 신체적 건강의 악화와 사회적 역할상실, 배우자와의 사별로 인한 상실감 등을 겪으면서 삶의 무력감과 우울감을 경험하고 있다[8].

국민건강보험공단의 발표에 의하면, 지난 10년 동안 고령층의 우울증, 공황장애, 불면증 등 정신질환은 무려 81%나 증가한 것으로 나타났으며[9], 최근 5년간 65세 이상 노인 우울증 환자의 연평균 증가율이 6.4%이고, 노인 우울증 환자가 2016년 전체 우울증 환자의 32.3%를 차지하는 등 노년기 우울증 환자가 지속적으로 증가하고 있다[10]. 노인의 우울은 노년기에 경험할 수 있는 보편적인 정신건강의 문제이지만, 우울감이 심

해질 경우는 삶의 만족에 부정적인 영향을 미칠 뿐 아니라 자살 의도나 심각한 경우 정신질환으로 연결되기 때문에 노인의 우울을 예방하고 생활만족을 높이기 위한 사회적인 노력이 필요하다[11,12].

생활만족도는 삶의 전반적인 영역에 대해 느끼는 개인의 주관적인 만족의 정도를 의미한다. 즉, 경제적인 측면과 건강, 사회활동, 가족관계 등 삶의 여러 영역에 대해 개인이 인지하는 만족 수준을 말한다[13]. 노인의 생활만족도에 관한 연구는 생활만족도를 제고하기 위해 선행변수의 영향력을 규명하고 있는데, 이는 그만큼 노인의 삶의 질과 행복한 노후에 있어 생활에 대한 만족이 필수 불가결한 요소이기 때문이다.

생활만족도의 선행요인은 인구학적인 특성, 경제적 요인, 사회적 요인, 건강요인, 가구 형태, 심리적 상황 등 다양한 요인이 제시된다. 이 중 주목해 볼 요인은 노인의 가구 형태이다. 독거노인은 가족과 동거하는 노인 에 비해 사회적 관계의 단절과 정보로부터의 소외, 그리고 사회적 역할상실과 사회적지지 체계의 취약으로 인해 위축되거나 우울감이 높고, 생활에 대한 불만족을 더 경험하는 것으로 제시되고 있다[14,15].

노인인구의 증가로 우리나라에서 독거노인이 차지하는 비율은 지속적으로 증가하고 있다. 독거노인은 2015년 1,202,854명에서 2020년 1,589,371명으로 5년간 32.1%가 증가하였고, 전체 노인인구 중 독거노인이 차지하는 비율은 2000년 16.0%에서 2021년 19.6%로 증가추세에 있다[1]. 특히 2020~2021년에는 COVID-19라는 특수한 상황으로 인해 독거노인들은 사회적 지지망으로부터 단절과 사회적 관계로부터 소외를 경험하면서 우울과 스트레스 증상을 동시에 경험하거나 삶의 질에 저하를 경험하는 등 독거노인의 생활 안전은 심각한 사회적 이슈로 보고되고 있다[16].

독거노인과 비독거노인을 비교 관점에서 논하고 있는 연구에서는 독거노인의 생활만족도가 비독거노인에 비해 낮으며 우울은 높은 것으로 보고하고 있다. 독거노인의 우울과 생활만족도 관련 연구에서는 "심각한 우울" 집단은 사회적 관계 만족도가 낮으며[17], 노인들의 거주 형태에 따라 우울과 삶의 만족도 수준을 비교한 연구에서도 독거노인 집단이 유의미하게 낮은 것을 확인하고 있다[18].

노인이 지각하는 스트레스가 생활만족도에 부정적인 영향요인이라면, 자아존중감은 생활만족도에 긍정적인 영향을 미치는 요인이다. 노년기에 경험하는 경제적 어

려움과 신체적 기능의 약화, 사회적 관계의 단절 등 노인의 경제·사회·건강의 문제는 행복한 노후에 부정적으로 영향을 미친다. 그러나 이러한 부정적인 요인과는 대조적으로 노인이 자신을 긍정적으로 수용하고 가치 있는 인간으로 평가하는 자아존중감은 생활만족도를 높이는 주요 기제이다. 선행연구에 의하면, 노인의 자아존중감은 삶의 질에 긍정적인 영향을 미칠 뿐 아니라, 우울을 완충하는 것으로 보고되고 있다[19, 20]. 특히 가족관계, 사회관계, 자아존중감이 노인의 생활만족도에 미치는 영향을 분석한 연구에서는 다른 선행변수의 영향력에 비해서 자아존중감이 노인의 생활만족도에 가장 높은 영향력을 미치고 있음을 확인하고 있다[21].

이와 같이 긍정적인 노후를 위해 노인의 생활만족도는 중요하게 고려되어야 하는 요인이다. 따라서 노인인구의 증가와 사회경제적 특성이 다변화되고 있는 현실을 고려하여 노인의 특성에 따른 특수성이 고려된 연구가 필요하다[22]. 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 선행요인을 규명하기 위한 연구가 지속적으로 진행되고 있으나 노인의 우울과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 독거노인과 비독거노인의 비교 관점에서 고찰한 연구는 제한적인 상황이다.

이에 본 연구는 전국적 대표성을 지니는 한국복지패널 자료를 활용하여 독거노인과 비독거노인의 우울감과 자아존중감, 그리고 생활만족도의 수준을 비교하면서 우울과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 확인하고자 한다. 이는 사회적 자원에 취약한 독거노인의 삶의 질을 제고하기 위해 사회복지의 방향과 함의를 도출하기 위한 목적으로, 본 연구의 구체적인 연구 질문은 다음과 같다.

- 첫째, 독거노인과 비독거노인의 생활만족도, 자아존중감, 우울감은 통계적으로 차이가 있는가?
- 둘째, 인구사회학적인 특성에 따라서 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 차이가 있는가?
- 셋째, 우울감과 자아존중감은 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 영향을 미치며 변수 간 설명력에는 차이가 있는가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 2020년에 실시된 2020한국복지패널 15

차 데이터 전체 6,026가구 중에서 조사 시점에 만 65세 이상인 1955년 이전에 출생한 노인가구 4,663세대를 대상으로 분석하였다. 독거노인 가구는 1,533세대이며 비독거노인 가구는 3,130세대이다.

2.2 측정도구

생활만족도는 패널 데이터에서 건강, 주거, 수입, 사회적 관계, 여가활동, 가족관계 등에 관한 만족의 정도를 측정하는 것으로 7개 문항, 5점 척도이다(최소점수=1, 최대점수=5). 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 해석된다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α = .74이다.

자아존중감은 Rosenberg가 개발한 것을 활용하였다[23]. 자신에 대한 긍정적인 태도, 가치감, 자신에 대한 존중의 정도를 묻는 10개 문항의 5점 척도이다(최소점수=1, 최대점수=5). 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것으로 해석된다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α = .74이다.

우울은 응답자가 느끼는 상태의 빈도를 측정하는 11개 문항, 4점 척도로 Center for Epidemiological Studies Depression (CES-D)을 활용하였다[24]. 점수는 한국복지패널 유저가이드에 의해 '극히 드물다(일주일에 1일 미만)'는 0점, '가끔 있었다(일주일에 1-2일간)'는 1점, '종종 있었다(일주일에 3-4일간)'는 2점, '대부분 그랬다(일주일에 5일 이상)'는 3점으로 코딩을 변경하였으며, 전체 문항점수*20/11로 계산하여 총점을 60점으로 환산하여 활용하였다(최소점수=0, 최대점수=60). 점수가 높을수록 우울 상태가 심한 것으로 해석되며 16점 이상은 우울증을 의심할 수 있다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α = .86이다.

2.3 분석방법

분석은 SPSS Version 23을 활용하였다. 일반적 특성과 주요 변수의 평균은 기술통계로 분석하였다. 비독거노인과 독거노인의 우울, 자아존중감, 생활만족도의 평균 비교와 성별과 소득수준에 따른 변수의 평균 비교는 독립표본 t-검정으로 확인하였다. 우울감과 자아존중감이 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 미치는 영향은 위계적 회귀분석을 활용하였다.

3. 연구결과

3.1 응답자의 일반적 특성

독거노인의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 여성 독거노인의 비율이 82.8%로 남성 17.2%에 비해 높았다. 응답자의 평균연령은 79세였으며 90세 이상의 고령자도 2.3%가 포함되어 있었다. 결혼상태는 사별이 84.1%로 가장 많았으며 이혼이 10.7%였으며 미혼도 1.9%였다. 응답자 중에는 초등학교 졸업이 44.4%로 가장 많았고 다음으로 무학이 28.4%였다. 가구의 연평균 경상소득은 13,520,700원이었다.

Table 1. General Characteristics of Elderly People who Live Alone (n=1,533)

General Characteristics		Frequency (%)
Gender	Male	263 (17.2)
	Female	1,270 (82.8)
Birth Year mean (age=yrs)	1941.24(79)	SD (6.75) 79±6.75
Age Group	60's age	218 (14.2)
	70's age	654 (42.7)
	80's age	625 (40.8)
	90+	36 (2.3)
Marital Status	Mate	22 (1.9)
	Separation by death	1,290 (84.1)
	Divorce	164 (10.7)
	Separation Unmarried	21 (1.4) 29 (1.9)
Educational Status	Illiteracy	436 (28.4)
	Primary school	681 (44.4)
	Middle school	218 (14.2)
	High school	146 (9.5)
	College	11 (0.7)
	University	38 (2.5)
	Master	2 (0.1)
	Doctor	1 (0.1)
Economic level (60% of the median)	Below 60% of median income	730 (47.7)
	More than 60% of median income	802 (52.3)
Income (won per year)	Mean (13,520,700) Min:-200,0000 Max:143,910,000	SD (8,450,000) 13,520,700±8,450,000

비독거노인 가구의 일반적 특성은 Table 2와 같다. 성별은 독거노인의 경우 여성의 비율이 높은 것과는 달리 비독거노인 응답자의 48.3%가 남성으로 남녀 비율에 큰 차이가 없었다. 평균연령은 76세였으며, 83.6%는 배우자가 있었다. 학력은 독거노인가구와 마찬가지로 초등학교 졸업이 39.4%로 가장 많았고,

중졸과 고졸 순이었으며 무학도 12%였다. 경상소득은 연평균 35,117,900원이었다.

Table 2. General Characteristics of Elderly People who Live with Others (n=3,130)

General Characteristics		Frequency (%)
Gender	Male	1,511 (48.3)
	Female	1,619 (51.7)
Birth Year mean (age=yrs)	1944.07 (76)	SD (6.99) 76±6.99
Age Group	60's age	814 (26.0)
	70's age	1,494 (47.7)
	80's age	749 (23.9)
	90+	73 (2.3)
Marital Status n=3,130	Mate	2,617 (83.6)
	Separation by death	429 (13.7)
	Divorce	39 (1.2)
	Separation Unmarried	8 (0.3) 14 (0.4)
	etc.	23 (0.7)
Educational Status	Illiteracy	377 (12.0)
	Primary school	1,233 (39.4)
	Middle school	644 (20.6)
	High school	627 (20.0)
	College	32 (1.0)
	University	178 (5.7)
	Master Doctor	36 (1.2) 3 (0.1)
Economic level (60% of the median) n=3,130	Below 60% of median income	866 (27.7)
	More than 60% of median income	2,264 (72.3)
Income (won per year)	Mean (35,117,900) Min:3,510,000 Max:490,140,000	SD (29,078,640) 35,117,900±29,078,640

3.2 주요변수의 집단 간 평균비교

주요 변수의 집단 간 평균 비교는 Table 3- Table 5와 같다. Table 3은 독거노인과 비독거노인의 변수 간 평균을 비교한 것으로, 음주량은(1=전혀 안 마심, 2=월 1회 이하, 3=월2-4회, 4=주2-3회, 5=주4회 이상) 독거노인보다 비독거노인이 많은 것으로 나타났다. 생활만족도와 자아존중감, 우울감의 평균은 비독거노인이 높았으며 두 집단 간 통계적으로 유의미한 것으로 확인되었다.

Table 3. Mean Difference between Elderly People who Live Alone and who Live Others (n=4,663)

Variables	Elderly Living Alone	Elderly Living Others	t
	M±SD	M±SD	
Amount of alcohol	1.33±.93	1.68±1.28	9.41***
Life satisfaction	3.28±.47	3.37±.45	6.14***
Self-esteem	2.85±.40	2.99±.37	11.36***
Depression	11.89±10.11	7.86±8.56	13.15**

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

성별에 따른 변수의 집단 간 평균은 Table 4와 같이 독거노인은 생활만족도와 자아존중감이 있어 성별에 따른 유의미한 차이를 보이지 않았다. 그러나 우울감은 여성노인이 남성노인에 비해 높은 것으로 나타났다. 비독거노인은 생활만족도, 자아존중감, 우울감에 있어 성별에 따른 평균의 차이를 나타냈다. 비독거 남성노인은 여성노인에 비해 생활만족도와 자아존중감이 높았으며 우울감은 낮았다.

Table 4. Mean of Variables by Gender

Variables	Male	Female	t	
	M±SD	M±SD		
Elderly People who Live Alone (n=1,533)	Life satisfaction	3.25±.48	3.29±.46	1.09
	Self-esteem	2.85±.43	2.84±.40	.12
	Depression	10.68±10.05	12.14±10.11	2.12*
Elderly people who Live Others (n=3,130)	Life satisfaction	3.41±.45	3.34±.45	4.04***
	Self-esteem	3.01±1.16	2.97±.97	2.84**
	Depression	6.45±7.93	9.12±8.89	8.48***

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

소득수준은 가구원에 따른 중위소득에 차이가 있어 독거노인은 1인 가구의 중위소득 60%를 기준으로 하였으며 비독거노인은 2인 가구의 중위소득 60%를 기준으로 하여 각기 분석하였다. Table 5와 같이 독거노인과 비독거노인 모두 중위소득 60% 이상인 가구의 경우 60% 미만인 가구에 비해서 생활만족도와 자아존중감이 높았으며 우울감은 낮았고, 두 집단 간 평균은 $p < .001$ 수준에서 유의미하였다.

Table 5. Means of Variables According to Income

Variables	Lower 60%	More than 60%	t	
	M±SD	M±SD		
Elderly People who Live Alone (n=1,533)	Life satisfaction	3.14±.44	3.41±.45	11.56***
	Self-esteem	2.72±.40	2.96±.37	12.14***
	Depression	13.83±10.52	10.16±9.40	7.09***
Elderly people who Live Others (n=3,130)	Life satisfaction	3.19±.46	3.44±.43	12.79***
	Self-esteem	2.87±.37	3.03±.35	10.53***
	Depression	10.25±9.56	6.72±7.95	8.50***

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

3.3 선행변수가 생활만족도에 미치는 영향

독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 미치는 선행 변수의 영향을 확인하기 위해 위계적회귀분석을 활용하였다. 모형1은 성별(남자=0, 여자=1), 연령 (60-70대=0, 80-90대 이상=1), 소득수준(중위소득 60%이하=0, 중위소득 60% 이상)이 생활만족도에 미치는 영향을 확인하기 위한 것이며, 모형2는 모형1에 우울감과 자아존중감을 추가하였다. 다중공선성은 공차와 분산팽창지수로 확인하였다. 공차는 .68-.99, VIF(분산팽창지수)는 1.01-1.48로 다중공선성의 문제는 없었다.

독거노인의 우울감과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향은 Table 6과 같다. 독거노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인은 소득수준($\beta = -.30, p < .001$)과 성별($\beta = .05, p < .05$) 순이었으며, 모형1에서 이들 변인의 생활만족도에 대한 설명력은 8.7%였다. 즉, 여성이고 중위소득 60% 이상인 독거노인의 생활만족도가 높았다.

모형2에서는 자아존중감($\beta = .40, p < .001$), 우울($\beta = -.28, p < .001$), 소득수준($\beta = .15, p < .001$), 연령($\beta = .11, p < .001$), 성별($\beta = .05, p < .05$)의 순으로 독거노인의 생활만족도에 영향 미치고 있어서 다른 변수에 비해서 자아존중감의 영향이 큰 것으로 확인되었다. 모형2의 ΔR^2 은 .324이며 F값의 변화량은 $p < .001$ 에서 유의미하였으며, 모형2는 생활만족도를 40.9% 설명하고 있었다.

Table 6. The Effects of Depression and Self-Esteem on Life Satisfaction of Elderly People who Live Alone (n=1,533)

	Model 1		Model 2	
	β	t	β	t
Gender (male=0)	.05	1.96*	.05	2.47*
Age (under 80=0)	.06	1.10	.11	4.41***
Income (lower=0)	.31	11.56***	.15	6.63***
Depression			-.28	-11.81***
Self-esteem			.41	16.66***
Constant	3.07		1.95	
R ²	.085		.409	
Adjusted R ²	.083		.407	
F	46.31***		206.11***	

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

선행변수가 비독거노인의 생활만족도에 미치는 영향은 Table 7과 같이, 모형1에서 소득수준($\beta = .431$, $p < .001$), 성별($\beta = .06$, $p < .05$), 연령($\beta = .05$, $p < .05$)의 순서로 나타났다. 즉, 남성이고 연령이 70대 이하이며 중위소득 60% 이상인 집단의 생활만족도가 높았으며 모형1에서 이들 변인이 생활만족도에 미치는 영향력은 8.5%였다. 모형2에서 비독거노인의 생활만족도에 미치는 선행변인의 영향은 자아존중감($\beta = .41$, $p < .001$), 우울($\beta = -.29$, $p < .001$), 소득수준($\beta = .12$, $p < .001$), 연령($\beta = .14$, $p < .001$)의 순으로 확인되어 독거노인과 마찬가지로 다른 변수에 비해 자아존중감의 영향이 큰 것으로 나타났으며 연령의 영향은 모형1과 반대로 확인되었다. 즉, 비독거노인은 80대 이상이며 중위소득 60% 이상이고, 우울감이 낮고, 자아존중감이 높은 경우 생활만족도가 높았다. 모형2의 ΔR^2 은 .332이였으며 F값 변화량은 $p < .001$ 에서 통계적으로 유의미하였다. 모형2는 비독거노인의 생활만족도를 39.8% 설명하고 있었다.

Table 7. The Effects of Depression and Self-Esteem on Life Satisfaction of Elderly People who Live Others (n=3,130)

	Model 1		Model 2	
	β	t	β	t
Gender (male=0)	-.08	4.11***	-.01	.31
Age (under 80=0)	-.06	3.32**	.04	2.42*
Income (Lower=0)	.23	11.83***	.12	7.70***
Depression			-.29	17.38***
Self-esteem			.41	24.56***
Constant	3.35		1.89	
R ²	.066		.398	
Adjusted R ²	.065		.397	
F	67.14***		377.30***	

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

4. 논의 및 결론

본 연구는 한국복지패널 15차 자료를 활용하여 노인의 우울감과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 독거노인과 비독거노인의 비교관점에서 고찰하여 사회적 자원과 관계가 취약한 독거노인의 삶의 질 향상을 위한 복지정책과 실천의 방향을 모색하고자 진행하였다.

연구 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 65세 이상 노인가구의 우울감과 자아존중감, 생활만족도의 평균을 성별, 소득, 가족과의 동거여부에 따라 비교한 결과 여성노인은 남성노인에 비해, 중위소득 60%를 기준으로 그 이하의 가구는 그 이상의 가구에 비해, 그리고 독거노인 가구는 비독거노인 가구에 비해 우울감의 평균이 높고 생활만족도와 자아존중감은 낮았다. 이러한 연구 결과는 노인의 생활만족도의 영향요인이나 독거노인과 비독거노인의 자아존중감과 우울을 비교한 선행연구와 같은 결과이다[25, 26]. 인구사회학적 특성에 따른 노인의 우울감과 자아존중감, 그리고 생활만족도의 차이는 단지 성별, 가구 형태, 경제 상황 등의 단일변수의 영향보다는 다양한 변수의 복합적인 영향임을 시사하는 부분이다.

둘째, 독거노인과 비독거노인의 음주빈도의 차이를 확인한 결과, 비독거노인이 독거노인에 비해 음주 빈도가 많은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 성별과 연령의 영향이 반영된 것으로 볼 수 있다. 즉, 독거노인은 여성 비율이 높으며 비독거노인보다 고령자가 많기 때문에 상대적으로 낮은 연령의 남성인 비독거노인이 고령의 여성 독거노인에 비해 음주빈도가 많은 것으로 해석된다.

셋째, 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 영향을 미치는 인구사회학적 특성과 심리적 특성의 영향을 위계적 회귀분석으로 확인한 결과, 성별은 회귀모형에 따라서 그리고, 가구 형태에 따라서 생활만족도에 미치는 영향이 다른 것으로 확인되었다. 독거노인의 경우는 회귀모형1에서 연령이 통계적으로 유의미하지 않았으나 모형2에서 80세 이상 고령인 노인의 생활만족도가 높았다. 비독거노인의 경우는 모형1에서 성별이 통계적으로 유의미하여 배우자 및 가족과 동거하는 남자 노인의 생활만족도가 여자 노인보다 높았으나 모형2에서 성별은 통계적으로 유의미하지 않았다. 이러한 연구 결과는 배우자가 없는 여자노인의 생활만족도가 낮다는

이신숙의 연구와는 다른 연구결과로[27], 그 동안 독거 여성은 경제적으로 취약한 상황에서 낮은 생활만족도를 보이고 있었으나 노인을 대상으로한 복지정책의 시행으로 국민기초생활보장을 비롯하여 노인기초연금 등 복지의 확충에 따라 복지안전망의 혜택을 받고 있어 생활만족도에 있어 연령에 따른 영향이 다르게 나타나고 있는 것으로 해석되는 부분이다. 또한 본 연구에서 독거남성의 생활만족도가 낮은 것은 남성 독거노인의 경우 가사역할 수행의 어려움으로 인해서 생활에 불편을 경험하고 있다는 선행연구를 통해서도 확인 가능한 결과이다[28, 29]. 즉, 가사 역할 등의 부담이 어려운 독거남성은 독거여성에 비해서 생활만족도가 낮으나, 가족원이 가사역할을 전담하거나 부담이 가능한 남성은 비독거여성노인에 비해서 생활만족도가 높은 것을 알 수 있는데, 이러한 결과는 향후 노인의 생활만족도 제고를 위해서 가구형태의 영향력을 고려해야 할 필요성이 있음을 시사하는 것이다.

또한, 선행연구에서 연령별 집단에 따라서 생활만족도와와의 관계가 상이하고 대부분 연령이 증가할수록 생활만족도가 낮아진다고 보고하고 있으나[30], 본 연구에서 독거노인의 경우 연령대가 높아질수록 생활만족도와 정의 관계를 보이고 있었다. 그러나 비독거노인의 경우는 모형1에서는 연령이 낮은 경우에 생활만족도가 높았으나 우울과 자아존중감을 추가한 모형2에서는 반대의 결과를 보이고 있었다. 이와 같은 결과는 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 성별의 영향과 마찬가지로 다양한 변수 간의 관계 속에서 노인의 상황에 따라서 생활만족도가 달라질 수 있음을 나타내는 결과이다. 그리고 연령이 생활만족도에 미치는 영향이 선형관계라기보다는 연령 집단에 따라서 생활만족도에 차이가 있기 때문으로 해석된다. 이신숙의 연구에서 70대 노인의 생활만족도가 60대와 80대보다 높다는 것을 참고할 경우[27], 나이가 많다고 생활만족도가 높거나 낮다는 해석보다는 연령 집단과 다양한 선행변수의 영향을 고려하여 연령이 생활만족도에 미치는 영향을 고려해야 할 필요성이 있을 것이다.

셋째, 우울과 자아존중감이 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 미치는 영향은 인구사회학적인 변수의 영향을 통제한 회귀모형 2에서 F값의 변화량이 통계적으로 유의미하여 우울과 자아존중감의 영향은 통계적으로 검증되었다. 생활만족도에 미치는 변수의 영

향력에 있어, 다른 변수에 비해 자아존중감의 영향력이 가장 큰 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 노인의 생활만족도에 미치는 자아존중감의 영향을 확인한 김이정과 백진아의 연구와도[21] 유사한 결과이다.

넷째, 우울과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향은 독거노인과 비독거노인 모두 유사한 영향을 미치고 있었으나 전체 모형의 효과 크기에서는 독거노인은 모형2의 R^2 이 .409였으나 비독거노인의 R^2 은 .398로 우울감과 자아존중감의 영향은 독거노인이 다소 큰 것으로 나타났다. 모형1에서 모형2의 R^2 의 변화량의 경우도(모형2의 R^2 -모형1의 R^2) 독거노인이 .324이고 비독거노인이 .332로 괄목할만한 차이는 없었다. 이러한 연구 결과는 노인의 자아존중감은 독거나 비독거의 가구 구성과 무관하게 노인의 생활만족도에 영향 미치는 주요 변수이고, 독거노인에게 있어 그 의미가 더 중요함을 확인한 결과이다. 무엇보다도 가족과의 교류나 사회관계가 제한된 독거노인은 타인과의 상호작용을 통해 자신에 대한 긍정적인 피드백을 받을 기회가 적기 때문에, 자신에 대한 긍정성(자아존중감)이 낮을 수 있으며 낮은 자아존중감이 생활만족도에 미치는 부정적인 영향이 비독거노인에 비해 클 수 있다. 마찬가지로 독거노인은 우울감의 영향을 완충하기 위한 사회적 교류의 기회가 적기 때문에 비독거노인에 비해 우울감이 생활만족도에 미치는 영향이 클 수 있다. 따라서 노인의 생활만족도를 향상하기 위해서는 노인이라는 공통성을 고려한 접근과 독거와 비독거라는 차별적인 특성을 감안한 접근이 동시에 진행되어야 할 것이다.

연구 결과를 토대로 노인의 삶의 만족을 제고하기 위해서 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 노인의 우울이나 생활만족도에 관한 연구는 대부분 독거노인을 중심으로 독거노인의 취약성을 부각하고 있으나 노인의 생활만족은 가구의 형태뿐 아니라 인구사회학적인 여러 특성에 따라서 달라질 수 있음을 고려해야 한다. 이는 소득이 낮고, 연령이 높거나 낮고, 독거일 경우에 생활만족도가 낮을 가능성이 크지만, 노인의 우울이나 자아존중감의 영향에 따라서 성별과 연령의 영향은 달라지기 때문이다. 따라서 인구사회학적인 특성 변수의 단순비교보다는 노인의 심리·정서적인 상황이 미치는 영향을 함께 고려할 필요가 있다.

둘째, 독거노인과 비독거노인 모두 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향이 큰 것으로 확인되었기 때문

에 노인의 자아존중감을 제고하기 위한 다양한 활동을 전개하여 초고령사회의 진입을 앞둔 시점에서 긍정적 노후를 위해 노인의 생활만족도를 향상하기 위해 노력해야 할 것이다. 무엇보다도 독거노인의 자아존중감을 촉진하기 위한 실효성 있는 프로그램개발과 시행이 필요하다. 독거노인은 주로 지역사회 사레관리 대상으로 급식 서비스나 돌봄서비스의 주된 대상으로 고려되고 있어 독거노인의 능동적인 노후를 위한 프로그램은 활성화되지 못하고 있다. 독거노인이 사회적 상호작용을 통해 자신의 강점을 인식하고 자아존중감을 증진할 수 있도록 소집단 활동의 활성화가 요구된다.

셋째, 독거노인과 비독거노인의 성별에 따른 생활만족도의 차이에 주목하여 독거 남성노인의 일상생활 수행능력 향상을 위해 개입해야 한다. 가구 형태와 가사역할 수행과 관련된 욕구를 기초로 가사역할 수행을 위한 학습프로그램을 지원해야 하며, 예비노인을 대상으로 생활만족의 증진과 우울감 감소를 위한 예방적이고 선제적인 대응이 있어야 한다.

넷째, 노인의 경제상황에 따라 생활만족도에 차이가 있으므로 근로능력이 있는 노인에게는 경제활동의 기회를 제공하며 저소득 노인에게는 지역사회 자원을 연결하여 경제적 스트레스를 완충해야 할 것이다. 노인에 대한 정부의 정책은 취약계층을 최우선으로 하기 때문에 공적서비스에서 배제된 사각지대 노인은 경제적으로 더욱 취약한 상황에 처할 수 있다. 이에 복지 사각지대의 취약 노인을 효과적으로 지원하도록 지역사회 통합돌봄사업이 확대되어야 할 것이다.

본 연구는 노인인구의 증가와 노인의 우울과 자살률이 심각한 사회적 이슈로 부각되고 있는 상황에서 독거노인과 비독거노인의 비교 관점에서 노인의 우울과 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 파악하여 함의를 제공하고자 하였다는 점에서 의미가 있다. 그러나 패널 데이터를 활용하는 관계로 독거노인과 비독거노인의 생활만족도에 영향을 미치는 주요 변수인 자아존중감의 선행변수에 관한 논의를 충분하게 진행하지 못한 한계가 있다. 노인의 자아존중감이 독거나 비독거노인의 생활만족도에 미치는 영향을 클 뿐 아니라, 특히 비독거노인의 생활만족도에 미치는 자아존중감의 의미가 더욱 중요한 것으로 확인되었기 때문에 후속 연구를 통해 노인의 자아존중감을 제고하기 위해 어떤 선행변수들이 자아존중감을 설명하는지와 관련된 포괄적인

연구가 제시되어야 할 것이다.

REFERENCES

- [1] Statistics Korea. (2020). *Estimated Population by Major Age Groups*. Statistics Korea. <http://kostat.go.kr/>
- [2] W. H. Cho, H. Kawakubo. (2020). Possibilities and Challenges of Community Integrating Service in Aged Society: Japan's experiences and Korea's direction. *Korean Journal of Social Welfare Studies*, vol. 51(1), 207-236. DOI : 10.16999/kasws.2020.51.1.207
- [3] OECD Better Life Initiative. (2020). How's life in 2020. https://drive.google.com/file/d/16amZj6QIKBBRpq9IrcDTWB67ezp8A_O6/view
- [4] B. K. Kim. (2021). *Korea is aging the fastest, but the poverty rate among the elderly is already ranked first in the OECD*(Online). <https://www.yna.co.kr/view/AKR2021021706860003>
- [5] The Hankyoreh Newspaper. (2021). *Koean Happiness Index*. (Online). <https://www.hani.co.kr/arti/science/future/993331.html>
- [6] J. D. Kwon. (2021). *Human Behavior and Social Environment*. Seoul: Hakjisa.
- [7] S. C. Kim et al. (2017). *Social Welfare*. Seoul: Hakjisa.
- [8] H. S. Kim & B. S. Kim. (2008). A Comparative Study on Suicidal Ideation in the Elderly and the Adolescents. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 28(2), 325-343.
- [9] Y. N. Kim. (2021). *Health insurance medical expenses reached 87 trillion won*. Yanhap News Agency(Online). <https://www.yna.co.kr/view/AKR20210520061900530>
- [10] Healthcare Bigdata Hub. (2017). *Depression*(Online). <http://opendata.hira.or.kr/op/opc/olapMfrnIntrslnsInfo.do#none>
- [11] M. S. Lee. (2010). A Study on the Effects of Depression on Death Anxiety and the Moderating Effect of Life Satisfaction of Elders. *Korean Journal of Gerontological Social Welfare (KJGSW)*, 49, 241-266. DOI : 10.21194/kjgs.w.49.201009.241
- [12] Y. D. Choi & S. Y. Shin. (2014). Moderating Effect of Sense of Belonging in the Association of Depression and Suicidal Ideation Among the

- Elderly. *Korea Academy of Care Management (KACM)*, 13, 155-180.
- [13] Community Chest of Korea Sharing Research Center. (2018). *Scale Book for Performance Measurement*. Seoul: Korea Community Chest.
- [14] Ko, Y. M & Y. T. Cho. (2013). Different influence of Risk Factors on Self-rated Health between the Economically Poor and Non-poor Elderly Populations Living Alone: based on One Sub-area in Seoul. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 30(2), 41-53.
- [15] M. P. Gorrochategi, A. E. Munitis, M. D. Santamaria & N. O. Etxebarria. (2020). Stress, Anxiety, and Depression in People Aged over 60 in the COVID-19 Outbreak in a Sample Collected in Northern Spain". *The American journal of geriatric psychiatry: official journal of the American Association for Geriatric Psychiatry* 28(9), 993-998.
DOI : 10.1016/j.jagp(2020.05.022).
- [16] J. A. Yoon, J. S. Kang, M. J. Bae, N. Y. Lee, C. M. Lee & W. J. Jeon. (2016). Comparison of Psychological Well-being, Self-esteem and Satisfaction on Life between the Elderly Living Alone and Elderly Living with Other. *The Journal of Korea Aging Friendly Industry Association*, 8(2), 63-69.
DOI : 10.1177/089826439300500202
- [17] J. H. Park, S. Min, Y. Eoh & S. H. Park. (2020). The Elderly Living in Single-person Households in South Korea: a latent profile analysis of self-esteem, life satisfaction, and depression. *Qual Life Res*, 30, 1083-1092.
DOI : 10.1007/s11136-020-02693-1
- [18] B. J. Jeon. (2017). A Short-term Longitudinal Study of Depression and Life Satisfaction of the Elderly: Focusing on Living Arrangement. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 37(4), 853-870. <http://www.tkgs.or.kr>
- [19] Y. R. Park, H. J. Kwon, K. H. Kim, M. H. Choi & S. E. Han. (2005). A Study on Relations Between Self-Esteem, Self Efficacy and Quality of Life of the Elderly. *Korean Journal of Gerontological Social Welfare*, 20, 237-258.
- [20] H. S. Kim & B. S. Kim. (2007). The Effects of Self-Esteem on the Relationship between the Elderly Stress and Depression. *Journal of the Korea Gerontological Society*. 27(1). 23-37.
- [21] Y. C. Kim, J. A. Baik. (2016). The Effects of Family Conflict, Social Support and Self-Esteem on Life Satisfaction of the Aged. *Journal of Digital Convergence*, 14(7), 279-287.
DOI : 10.14400/JDC.2016.14.7.279
- [22] M. S. Ko. (2020). Comparative Analysis of Factors Related to Activities of Daily Living, Depression and Cognitive Function Between Elderly Living Alone and Elderly Living with Others. *The Journal of Humanities and Social science*, 11(6), 2173-2188.
DOI : 10.22143/HSS21.11.6.153
- [23] M. Rosenberg. (1979). *Conceiving the Self*. New York: Basic Books.
- [24] F. J. Kohout, L. F. Berkman, D. A. Evans & J. Cornoni-Huntley. (1993). Two Shorter Forms of the CES-D Depression Symptoms Index. *Journal of Aging and Health*, 5(2), 179-193.
DOI : 10.1177/089826439300500202.
- [25] J. A. Yoon, J. S. Kang, M. J. Bae, N. Y. Lee, C. M. Lee & W. J. Jeon. (2016). Comparison of Psychological Well-being, Self-esteem and Satisfaction on Life between the Elderly Living Alone and Elderly Living with Other. *The Journal of Korea Aging Friendly Industry Association*, 8(2), 63-69.
DOI : 10.1177/089826439300500202
- [26] S. J. Lee. (2017). The Effect of Elderly Life Stress and Self-esteem on Satisfaction of Life. *The Journal of Humanities and Social science (HSS21)*, 8(3), 1077-1092.
DOI : 10.22143/HSS21.8.3.58
- [27] S. S. Lee. (2009). The Effects of Age, Economic State, Physical Satisfaction on Life Satisfaction of Widowed and Married Elderly Women. *Journal of Korean Home Management Association*, 27(6), 215-227.
- [28] S. Y. Lee. (2009). Living Arrangement and Life Satisfaction among the Female and Male Elderly. *Gender and Culture*, 2(1), 125-149.
- [29] K. H. Jung, S. H. Nam, E. J. Jung, J. H. Lee, Y. K. Lee, J. S. Kim, H. Y. Kim & M. J. Jin. (2012). *Policy Implications of Changes in Family Structure: Focused on the Increase of Single Person Households in Korea*. Korea Institute for Health and Social Affairs.
- [30] E. H. Jang & S. H. Hong. (2020). Factors Influencing Life Satisfaction in Widowhood among Older Women: A Comparison of Three Age Groups. *Journal of Family Resource Management and Policy Review*, 24(2), 89-108.
DOI : 10.22626/jkfrma.2020.24.2.005

최 정 현(Jung-Hyun Choi)

[정회원]



- 1999년 3월 : 동경대학교 보건대학원(보건학 석사)
- 2002년 8월: 가톨릭대학교 간호대학(간호학 박사)
- 2009년 3월 ~ 현재: 남서울대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 노인간호, 지역사회 간호, 보건교육, 청소년 도박예방교육
- E-Mail : jhc@nsu.ac.kr

최 소 연(So-Yun Choi)

[정회원]



- 2005년 2월 : 이화여자대학교 문학박사(사회복지학 전공)
- 2009년 3월 ~ 현재 남서울대학교 사회복지학과 교수
- 관심분야 : 사례관리, 슈퍼비전, 사회복지윤리와 철학
- E-Mail : sychoi@nsu.sc.kr