

중장년층의 노후 준비가 성공적 노화에 미치는 영향 : 사회적 지지의 매개효과를 중심으로

정승권*, 박현승**

안양대학교 글로벌대학원 사회복지학과 석사과정*, 한국복지상담경영학회 회장**

The Effect of Middle-aged People's Retirement Preparation on Successful Aging : Focusing on the mediating effect of social support

Seung-Gwon Jung*, Hyun-Seung Park**

Department of Social Welfare Anyang University*

Korea Academy of Welfare Counselling Management**

요약 본 연구는 늘어난 노년기를 대비하여 다양한 영역의 통합적인 노후 준비가 필요하다는 인식을 바탕으로 중장년층의 노후 준비 실태와 특성을 파악하고 성공적 노화와와의 관계를 밝히는 데 그 목적이 있다. 또한, 중장년층을 대상으로 노후 준비와 성공적 노화 간의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 알아보고자 한다. 이를 확인하기 위해 국민연금연구원에서 시행하고 있는 국민 노후 보장패널(Korean Retirement & Income Study: KRIS)의 제3차 조사, 제4차 조사 그리고 제5차 부가 조사에 모두 응답한 50세 이상 64세 미만의 남녀 1,037명을 분석하였다. 중고령자의 노후 준비가 성공적 노화에 영향을 미칠 때, 사회적 지지의 매개효과를 검증하기 위하여 IBM SPSS 26 Process Macro Model 4와 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 독립변수가 매개변수에 미치는 유의성 검증 결과, 노후 준비는 정(+)적으로 유의하게 나타났다. 즉, 노후 준비가 높을수록 사회적 지지가 높아지는 것으로 검증되었다. 또한, 독립변수인 노후 준비와 매개변수인 사회적 지지가 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향의 유의성을 검증한 결과, 독립변수인 노후 준비는 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 매개변수인 사회적 지지도 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 중장년층의 노후 준비를 통해 성공적 노화를 위한 사회적 지지의 필요성을 시사한다. 노후 준비를 위한 정책적인 시사점을 도출하여 성공적 노화 수준을 높이기 위한 기초자료로 제공하고자 한다.

주제어 중장년층, 고령화, 노후 준비, 성공적 노화, 사회적지지

Abstract Based on the perception that integrated retirement preparation in various areas is needed in preparation for increased old age, this study aims to identify the status and characteristics of retirement preparation of middle-aged people and reveal the relationship with successful aging. In addition, it aims to find out the mediating effect of social support in the relationship between retirement preparation and successful aging for the middle-aged. To confirm this, 1,037 men and women aged 50 to 64 who responded to the third, fourth, and fifth additional surveys of the Korean Retirement & Income Study (KRIS) conducted by the National Pension Research Institute were analyzed. When the preparation of middle-aged people for retirement affects successful aging, bootstrapping with IBM SPSS 26 Process Macro Model 4 was conducted to verify the mediating effect of social support. As a result of verifying the significance of independent variables on the parameters, preparation for retirement was positively (+) significant. In other words, it was verified that the higher the preparation for retirement, the higher the social support. Furthermore, it was discovered that social support, an independent variable, had a significant impact on successful aging, and social support, an independent variable, had a significant impact on successful aging. The results of this study suggest the need for social support for successful aging through the preparation of middle-aged people for retirement. It is intended to derive policy implications for preparing for retirement and provide them as basic data to increase the level of successful aging.

Key Words Middle-Aged People, Aging, Retirement Preparation, Successful Aging, Social Support

Received 15 Jun 2023, Revised 22 Jun 2023

Accepted 03 Jul 2023

Corresponding Author: Hyun-Seung Park
(Korea Academy of Welfare Counselling Management)

Email: geumbat1004@daum.net

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. 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.

1. 서론

의학 기술의 비약적인 발전과 눈부신 경제성장으로 인한 평균수명이 증가하였고, 우리나라의 고령화 속도는 세계 어느 나라보다 빠르게 진행되어 평균수명 100세 시대를 바라보고 있다. 통계청에 따르면 2000년 전체 인구 중 65세 이상인 노인인구는 8.9%로 고령화사회(Aging Society)에 이미 진입하였고, 2021년 65세 이상 고령 인구는 전체 인구의 16.5%로, 앞으로도 계속 증가하여 2025년에는 20.3%에 이르러 우리나라가 초고령사회로 진입할 것으로 전망한다(통계청, 2021)[1].

급속한 고령화는 다양하고 복잡한 사회문제를 초래하고 막대한 사회적 비용과 경제적 부담을 동반한다. 고령자의 의료비 지출은 꾸준히 증가하고 있으며, 생산연령 인구 100명이 부양하는 고령 인구, 즉 노년부양비가 빠르게 증가하고 있다. 그러나 노후에 대한 준비가 부족한 65세 이상 노인인구의 상대적 빈곤율은 43.2%로 OECD 국가 중 가장 높게 나타났다(OECD, 2022)[2]. 따라서 노년기의 연장된 삶을 위해서 국가와 개인은 어떻게 노년기를 잘 보내야 하는가의 성공적 노년기에 대한 많은 관심을 두게 되었으며, 늘어난 노년기를 대비하여 다양한 영역의 통합적인 노후 준비가 필요하다는 인식이 증가하게 되었다.

노후 준비는 늙은 이후에 필요한 것을 미리 마련하여 갖추는 것이며, 노년기에 발생할 수 있는 빈곤·질병·무위·고독 등에 사전 대처하는 것이며, 질병과 장애의 위험이 낮고, 높은 수준의 신체적·정신적·인지적 기능을 유지하면서, 적극적 사회 참여를 통한 실제적 활동 유지라는 성공적 노화의 핵심 요소이다(Rowe & Kahn, 1998)[3]. 따라서 노후 준비는 생애주기의 모든 단계에서 미리 준비하여야 하며, 다양하고 통합적인 측면에서 고려해야 한다. 즉, 준비가 부족한 상태에서 은퇴하면 신체적 건강의 악화, 수입 감소 및 생계유지의 곤란, 사회활동 중단과 소외, 역할상실과 정체성 혼란을 경험할 가능성이 있으므로 노후에 발생할 수 있는 신체적·경제적·사회적·심리적·정서적 문제를 구체적으로 대비할 것을 강조한다(이경준·송희경, 2016)[4].

또한, 노년기 삶에 관한 관심이 증대되면서 현명한 노후 대비를 위한 성공적 노화에 대한 개념이 중요하게 다루어지고 있다(Araujo, Ribeiro, Teixeira, & Paul,

2016)[5]. 1986년 세계노년학회에서 성공적 노화가 처음 소개되었는데, 성공적 노화란 신체적, 정신적 건강 등 모든 영역에서 성공적으로 노화를 이루는 것을 의미한다(Flood, 2002)[6]. 즉, 노인의 현재 상황을 최적화해서 효율을 높이는 것이다(Baltes & Baltes, 1990)[7]. 초기 성공적 노화 개념에서는 주로 생물학적 측면을 강조하였으나 이후에는 신체적, 정신적, 사회적, 영적 건강을 모두 포함한 다차원적인 개념으로 다루어지고 있다(Cosco, Prina, Perales, Stephan, & Brayne, 2014)[8].

그리고 노인에 대한 사회적 지지는 성공적 노화에 큰 영향을 미치는 변인으로 노화 과정에서 가족과 친구 등으로부터 받는 사회적 지지는 노년기에 당면하는 많은 종류의 상실을 완충해주는 효과가 있다(김수영 외, 2010; Crawford, 1999)[9]. 또한, 사회적 지지는 노인의 신체 건강이나 정신건강에 긍정적 영향을 주며, 성공적 노화에도 긍정적 영향을 미치는 주요 변인으로 밝혀졌다(Chou & Chi, 2002; Rowe & Kahn, 1998)[10]. 따라서 본 연구는 중장년층의 성공적 노화에 영향을 미치는 변수로 사회적 지지 중 정서적, 정보적, 물질적, 평가적 중심으로 살펴보고자 한다.

기대수명의 연장으로 인한 늘어난 노년기를 대비하기 위해 노후 준비의 필요성이 중요하게 되었고 성공적 노화에 주요한 요인으로 노후 준비를 설정하였다. 그러나 단순히 노후 준비를 통한 성공적 노화의 관계만을 한정하거나 노후 준비와 성공적 노화는 상호 연관이 있음에도 중장년층을 대상으로 사회적 지지를 통한 매개효과를 검증한 연구는 찾아보기 힘들다.

따라서 본 연구는 이러한 문제의식을 바탕으로 중장년층의 노후 준비 실태와 특성을 파악하고 성공적 노화와의 관계를 밝히는 데 그 목적이 있다. 또한, 중장년층의 노후 준비가 성공적 노화의 영향 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 밝혀내고, 연구 결과를 통해 노후 준비를 위한 정책적인 시사점을 도출하여 노년기 노인들의 성공적 노화 수준을 높이기 위한 기초자료로 제공하고 자 한다.

2. 이론적 배경

2.1 노후 준비

노후 준비는 노후설계, 노후 대비, 노후대책과 유사한

개념으로 사전적 의미로 '대비'는 앞으로의 일을 대비해 사전에 준비하는 것이고 '준비'는 미리 필요한 것을 갖추는 것이다. 그러므로 노후 준비는 '노년기에 필요한 것을 미리 마련하고 갖추는 것'이라고 정의할 수 있다. 또한, 노후 준비지원법에서는 노후 준비를 노년기에 발생할 수 있는 빈곤, 질병, 무위, 고독 등에 사전 대처하는 것이라고 정의하고 있다(노후 준비 지원법, 2022)[11].

노후 준비에 관한 개념 정의는 학자마다 다양하고 상이하다. 노후 준비는 노후생활을 성공적으로 유지하기 위해 노후에 필요한 각종 자원을 미리 마련하는 과정과 계획이며(박창재, 2008)[12], 노년기에 발생할 수 있는 다양한 문제를 사전 예측하여 미리 예방하고 그 영향을 최소화하는 것이며(김미령, 2013)[13], 성공적 노화를 위해서 꼭 필요한 전제조건이면서 노년기에 삶의 질을 높이는 준비과정이다(신수민, 2013; 홍영준·이정훈, 2014)[14]. 또한, 자기 행복에 중요한 의미를 내포하는 노후생활에 필요한 자원이 요구되는 상황에서 자기 행복과 만족을 위해 문제를 해결하는 방법이다(배문조, 2009)[15].

신근영(2016)[16]은 노후 준비를 경제적, 정서적, 신체적, 여가적 노후 준비로 구분하고 인간의 생애주기 마지막 단계인 노년기에서 노후생활의 삶의 질 향상을 위한 준비라고 정의하였고, 손덕화(2017)[17]는 노후 준비를 은퇴 이후 노년기에서도 안정적이며 독립적인 삶을 영위하려는 목적으로 미리 계획하고 준비하는 정도라고 정의하였다. 송기영(2018)[18]은 노후 준비를 성공적 노후생활의 유지를 위한 나이와 관계없이 경제적, 신체적, 사회·정서적 측면에서 지속적인 준비를 하는 과정으로 정의하였으며, 이명희(2020)[19]는 베이비붐 세대의 자기효능감과 노후 준비의 관계 연구를 통해서 노년기에서 삶의 질과 성공적 노후를 위한 노력이 베이비붐 세대가 건강, 경제, 여가, 사회적 관계 등 생활영역 전반에 걸쳐서 준비하는 것이라고 정의하였다.

2.2 성공적 노화

노화에 대한 개념을 세계보건기구(WHO)는 '노화란 개인의 생물학적, 심리학적 그리고 사회학적 차원에서 점진적인 변화가 일어나는 과정'이라고 정의했으며, 윤형준(2010)은 인간의 출생으로부터 사망에 이르기까지의 일련의 과정으로, 성장하면서 겪게 되는 신체, 심리,

육체적인 기능과 활동의 쇠퇴과정이라고 할 수 있다(윤형준, 2010)[20].

성공적 노화라는 개념은 1970년 중반 이래 경제적 성장과 함께 물질 위주의 삶의 질 향상에서 질적 가치 증진으로 관심이 확대되면서 주목받기 시작하였으며, 이후 1986년 미국 노년학회의 주제로 성공적 노화가 등장한 이래 노년학의 중심 주제로 다루어져 왔다(Fisher & Specht, 1999)[21]. Rowe와 Kahn이 1987년에 Science에 기재한 'Human aging'을 통하여 노화를 노년기에 나타나는 이질적인 노화 과정을 무시하고 노화를 나이와 관계된 신체적 손상만을 강조하고 있음에 주목했다. 나이 변화에 따라 평균적인 신체적, 정신적 감퇴를 보여주는 사람들 가운데, 상대적으로 젊은 사람의 평균치와 비교했을 때 최소한의 생리적 현상의 감소나 전혀 생리적 현상의 감소를 경험하지 못한 사람들을 발견할 수 있었다(조은혜, 2017)[22]. 두 사람은 이와 같은 경험을 한 사람들을 성공적으로 나이를 먹는다고 규정하면서 생리학 용어로 '성공적 노화'라는 개념을 사용했다(김미혜·신경림, 2005)[23]. 또한, 질병과 장애가 없이 신체적으로 건강한 기능을 유지하면서 적극적인 삶의 태도를 보이고 활동에 참여하는 것을 성공적 노화의 개념으로 정의하였다(Rowe & Kahn, 1999; 조은혜, 2017 재인용).

2.3 사회적 지지

사회적 지지는 1970년대 들어 예방심리학(Preventive Psychology)의 대두로 관심을 가지기 시작하였다. 사회적 지지(social support)라는 용어는 Cassel(1974)[24]에 의해 처음 언급되었는데 주로 자신이 사랑과 돌봄을 받고 있다고 믿고 의지할 수 있는 사람, 혹은 자신을 돌봐주고 사랑하고 가치가 있다는 것을 알게 해 주는 사람이나 도움받을 가능성을 사회적 지지로 정의하였다(caplan, 1976)[25]. 또한, 사회적 지지는 개인 집단 지역 사회에 의한 사회적 결속의 속성을 지니며 정서적 물질적 원조를 모두 포함하는 개념으로 타인과의 상호작용을 통해 사회적 욕구를 충족시키는 중에 얻게 되는 긍정적 요소로 사회적 지지의 영향은 양적 구조보다는 관계 속에서 제공되는 지원의 내용과 질에 따라 달라진다고 보고 있다(Antonucci, 2001)[26].

인간은 다양한 사회적 관계망 속에서 타인과 지속적인 상호작용을 하며 살아가는 사회적존재로 타인과 상

호작용을 통해 충족하는 기본적인 욕구를 가지고 있다 (이은혜, 2015)[27]. 하지만 중장년층은 직장에서의 은퇴, 자녀의 독립, 배우자 또는 친구 등을 상실하는 경험, 사회적 변화와 역할상실로 인한 사회적 관계망이 축소되어 고립감과 소외감을 경험하기도 한다(김미령, 2013)[28]. 이는 인간이 기본적으로 가지고 있는 사회적 욕구가 충족되지 않아 환경에 적응하는 데 중요한 기능을 하지 못하므로 이를 유지할 수 있도록 노력해야 한다 (이현진, 2009)[29].

사회적 지지에 대한 선행연구를 살펴보면 Cobb (1976)[30]는 사회적 지지를 개인이 타인에게 존경과 존중을 받는다고 생각하게 하는 것과 사랑과 돌봄을 받고 있다고 믿게 하는 것, 그리고 소속되어 있다고 믿게 하는 것이라 정의하고 있으며, 박지원(1985)[31]은 실질적인 상황에서 받는 지지와 사회구성원을 통해서 지지받을 수 있다고 지각하는 정도, 사회관계 속에서의 자신감, 유대감, 신뢰감에 대한 지각 정도를 사회적 지지라고 정의하고 있다.

결론적으로 사회적 지지는 다양한 관계 속의 영향에 관한 선행연구를 통해 긍정적 변인으로 확인할 수 있었고 사회구성원들과의 지속적인 상호작용을 통해 살아야 한다. 즉, 중장년기부터 사회적 지지 체계나 자원들의 지지를 지각하는 정도가 높으면 심리적 안정감이 증가하여 노년의 삶의 질 향상에 중요한 자원이 될 수 있다(김정희, 박지영, 2015)[32]. 그러므로 사회체계 안에서 구성원들과의 상호작용을 통해 정서적·신체적 안정과 변화로 인한 적응과정의 긍정적인 영향을 미치는 사회적 지지를 본 연구에서는 중장년층의 노후 준비와 성공적 노화의 관계에서 어떠한 매개효과를 미치는지 연구하고자 한다.

2.4 노후 준비, 성공적 노화, 사회적 지지의 관계

노년기의 안정된 생활을 보장하기 위한 노후 준비는 노인의 사회·경제적 지위와 자존감을 유지함으로써 성공적인 노후의 삶을 영위할 수 있도록 한다(김효신, 2008)[33]. 성공적 노화를 위한 노후 준비 관련 연구를 살펴보면 노후 준비가 성공적 노화에 정(+)적인 영향을 미친다는 결과를 나타내는 것을 알 수 있다(홍영준·이정훈, 2014; 신근영, 2016; 송기영, 2018; 이지모, 2021)[34].

또한, 노후 준비와 성공적 노화 간의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 검증한 선행연구를 살펴보면 이지모(2021)의 연구에서는 중·고령자의 노후 준비도와 성공적 노화 간의 관계에서 사회적 지지와 가족 탄력성의 매개효과를 검증한 결과 유의한 간접효과를 확인하여 매개효과가 있는 것으로 나타났다(이지모, 2021)[35].

2.5 가설 설정

본 연구는 중장년층 노후 준비가 성공적 노화에 미치는 영향 관계를 규명하고, 사회적 지지의 매개효과를 확인하는 데 그 목적을 두었다. 이를 위해 노후 준비를 독립변수로, 성공적 노화를 종속변수로 그리고 사회적 요인인 사회적 지지를 매개변수로 설정하였다. 이를 위해 먼저, 중장년층의 노후 준비와 성공적 노화의 영향 관계를 확인하기 위한 가설과 두 변인 사이의 사회적 지지의 매개효과를 확인하기 위한 가설을 설정하였다.

본 연구의 목적을 위해 설정한 연구가설은 다음과 같다.

- 가설 1: 중장년층의 노후 준비가 성공적 노화에 정(+)
의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 2: 중장년층의 노후 준비가 성공적 노화에 미치는
영향에서 사회적 지지는 매개효과를 나타낼 것
이다.

3. 연구 방법

3.1 연구 방법 및 대상

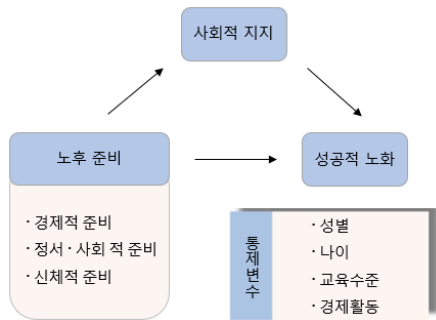
본 연구에서 활용한 자료는 전국의 만 50세 이상 가구가 있는 가구와 그 가구에 속하는 만 50세 이상으로, 무작위로 표본 추출하여 소득·자산·지출 등 경제 상황, 중·고령자의 고용과 퇴직, 건강, 가족관계, 삶의 질, 노후보장 현황 등 노후생활 등에 관한 내용을 격년마다 조사하고 있는 종단면조사(Longitudinal Survey)로서 05년부터 격년으로 국민연금연구원에서 시행하고 있는 국민 노후 보장패널(Korean Retirement & Income Study: KReIS)의 부가 조사 자료이다(국민연금공단, 2022).

본 연구의 분석에 활용한 자료는 독립변수인 ‘노후 준비’는 제3차 부가 조사(2010년) 자료, 종속변수인 ‘성공적 노화’는 제4차 부가 조사(2012년) 자료, 매개변수인

‘사회적 지지’는 제5차 부가 조사(2013년) 자료를 활용하였다. 연구 대상은 2013년도 기준으로 제3차 조사, 제4차 조사 그리고 제5차 부가 조사에 모두 응답한 50세 이상 64세 미만의 남녀 1,037명을 분석하였다.

3.2 연구 모형

중장년층의 노후 준비 실패와 특성을 파악하고 성공적 노화에 미치는 영향을 밝히고 노후 준비와 성공적 노화의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 밝혀내고자 한다. 이를 위해 독립변수인 노후 준비 하위요인으로 국민노후보장패널(Korean Retirement & Income Study: KReIS)이 자체 개발한 경제적 노후 준비 10문항, 정서·사회적 노후 준비 10문항, 신체적 노후 준비 10문항 총 30문항으로 구성되어 있으며, 종속변수는 성공적 노화, 매개변수를 사회적 지지로 하여 연구모형을 설정하고자 한다.



[그림 3-1] 연구모형

4. 연구 결과

4.1 조사대상자의 인구 사회학적 특성

본 연구에 참여한 인구집단은 조사대상자의 인구 통계적 특성은 다음 <표 4-1>과 같다. 우선 성별 분포는 성별 분포를 보면 남성 347명(33.5%), 여성 690명(66.5%)으로 여성이 남성보다 많았다. 이는 평균수명이 여성이 남성보다 길기 때문이며, 전체 패널 자료도 여성이 더 많이 표집된 결과를 확인했다. 나이는 60세 이상 64세 이하인 60대 618명(59.6%)가 가장 많으며, 55세 이상 59세 이하 50대 357명(34.4%), 50세 이상 54세 이하인 50대 62명(6.0%)의 순이며, 전체 평균 연령은 59.87세

(SD=3.092)로 나타났다. 교육 수준은 초등학교 이하가 334명(32.2%)으로 가장 많았고, 고등학교 이하 332명(32.0%), 중학교 이하 281명(27.1%), 대학교(4년제) 45명(4.3%), 대학교(4년제 미만) 21명(2.0%), 무학 15명(1.4%), 대학원 이상 9명(0.9%) 순으로 나타났다. 경제 활동 상태의 경우 ‘비취업’으로 응답한 433명(41.8%)보다 ‘취업’으로 응답한 604명(58.2%)이 많았다.

<표 4-1> 연구대상자의 일반적 특성

변인	분류	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	347	33.5
	여	690	66.5
나이	50~54세	62	6.0
	55~59세	357	34.4
	60~64세	618	59.6
평균: 59.87세(SD=3.092)			
교육 수준	무학	15	1.4
	초등학교	334	32.2
	중학교	281	27.1
	고등학교	332	32.0
	대학교(4년제 미만)	21	2.0
	대학교(4년제)	45	4.3
	대학원	9	0.9
경제 활동	취업	604	58.2
	비취업	433	41.8

4.2 주요 변인의 기술통계 분석

본 연구에서 사용된 변수에 대한 기술통계의 결과는 다음의 <표 4-2>와 같다. 본 연구에 사용된 사례 수는 1,037개이다. 매개변수인 사회적 지지의 평균은 3.28, 중앙값은 3.28, 표준편차는 0.606이며 최솟값과 최댓값은 각각 1, 5로 나타났다. 종속변수 성공적 노화의 평균은 3.56, 중앙값은 3.6, 표준편차는 0.572이며 매개변수와 마찬가지로 최솟값과 최댓값은 1, 5로 나타났다. 본 연구의 독립변수인 노후 준비의 평균은 2.97, 중앙값은 3으로 종속, 매개변수보다 다소 낮은 수치를 보인다. 또한, 표준편차가 0.468로 마찬가지로 조절, 종속변수보다 낮게 나타났으나 최솟값이 1.07로 근소하게 높게 나타났으며 최댓값이 4.67로 근소하게 낮게 측정되었다.

〈표 4-2〉 주요 변인의 기술통계 분석

문항	사 례 수	결 측 치	평 균	중 양 값	표 준 편차	최 솟 값	최 댓 값
노후 준비	1037	0	2.97	3	0.468	1.07	4.67
성공적 노화	1037	0	3.56	3.6	0.572	1	5
사회적 지지	1037	0	3.28	3.28	0.606	1	5

4.3 주요 변인의 신뢰도 분석

본 연구에서 측정된 노후 준비와 성공적 노화, 사회적 지지의 내적 일관성 신뢰도(internal consistency reliability)에 관하여 알아보기 위하여 신뢰도 분석을 한 결과는 아래의 <표 4-3>과 같다. 먼저, 노후 준비를 측정하는 30개의 문항에 대한 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.831로 나타났으며 성공적 노화를 측정하는 30개의 문항에 대한 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.929, 사회적 지지를 측정하는 모든 문항에 대하여 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.933으로 모든 문항에 대한 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.6 이상으로 신뢰도에 문제가 없음을 확인하였다.

〈표 4-3〉 주요 변인의 신뢰도 분석

문항	문항수	크론바흐 알파
노후 준비	30	0.831
성공적 노화	30	0.929
사회적 지지	18	0.933

4.4 주요 변인의 상관관계 분석

본 연구에 사용된 독립변수(노후 준비), 종속변수(성공적 노화), 매개변수(사회적 지지)의 상관관계 분석 결과는 다음의 <표 4-4>와 같다. 독립변수와 종속변수의 상관관계를 분석한 결과 0.293으로 정(+)적인 상관성을 보이며, 사회적 지지-성공적 노화의 상관계수가 0.361로 정(+)적인 상관성을 보이며 독립변수와와의 상관관계 분석 결과, 사회적 지지-노후 준비와의 상관계수가 0.149로 정(+)적인 상관성을 보인다. 상관관계 분석을

통하여 모든 변수 간 상관성이 정(+)적으로 나타났음을 확인하였으며 이로써 한 변이 증가하면 다른 변인도 증가한다는 사실을 확인하였다.

〈표 4-4〉 상관관계 분석

	노후 준비	성공적 노화	사회적 지지
노후 준비	-		
성공적 노화	0.293***	-	
사회적 지지	0.149***	0.361***	-

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

4.5 사회적 지지의 매개효과 분석

중고령자의 노후 준비가 성공적 노화에 영향을 미칠 때, 사회적 지지의 매개효과를 검증하기 위하여 IBM SPSS 26 Process Macro Model 4를 활용하였다. 이는 Hayes(2013)가 매개효과와 조절 효과에 대한 가설을 검증하기 위해 제안한 통계적 모의실험의 절차이며, 직접 및 간접효과의 추정 및 해석, 상호작용의 조사에 사용할 수 있다. 사회적 지지의 매개효과가 통계적으로 유의한 수준인지 확인하기 위해 Process macro와 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였으며, 결과는 다음 <표 4-5>와 같다.

Process Macro 4번 모델에서 총 5,000번의 부트스트래핑 재표집 결과, 독립변수인 노후 준비가 매개변수 사회적 지지로 가는 회귀모형(F=37.7791, p<.001)과 독립변수 및 매개변수가 종속변수 성공적 노화로 가는 회귀모형(F=193.754, p<.001) 모두 통계적으로 유의하게 나타났으며, 회귀모형의 설명력은 독립변수가 매개변수로 가는 회귀모형은 2.22%, 독립변수 및 매개변수가 종속변수로 가는 회귀모형은 18.9%로 나타났다. 독립변수가 매개변수에 미치는 유의성 검증 결과, 노후 준비(B=.1931, p<.001)는 정(+)적으로 유의하게 나타났다. 즉, 노후 준비가 높을수록 사회적 지지가 높아지는 것으로 검증되었다.

또한, 독립변수인 노후 준비와 매개변수인 사회적 지지가 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향의 유의성 검증 결과, 노후 준비(B=.299, p<.001)는 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 매개변수인 사회적 지지(B=.306, p<.001)도 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

〈표 4-5〉 매개효과 분석

독립 변수	종속변수: 사회적 지지			종속변수: 성공적 노화		
	B	S.E	t	B	S.E	t
상수	2.7027	0.0944	28.6232	1.665	0.0991	16.8086
노후 준비	0.1931	0.0314	6.1465 ***	0.299	0.0273	10.9676 ***
사회적 지지				0.306	0.0211	14.5302 ***
R ² =0.0222, F=37.779, p=0.000			R ² =0.189, F=193.754, p=0.000			

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

앞서 진행한 회귀분석 결과를 바탕으로, 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트랩 5,000번 실시 결과 신뢰구간 사이에 0을 포함하지 않으므로 노후 준비와 성공적 노화 사이에서 사회적 지지는 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 노후 준비는 성공적 노화에 직접적으로도 유의한 영향을 미치므로, 사회적 지지는 부분 매개 역할을 하는 것으로 검증되었다. 부트스트랩 결과는 <표4-6>과 같다.

〈표 4-6〉 사회적 지지의 Bootstrapping 결과

매개변수	간접 효과	Boot SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
사회적 지지	0.059	0.012	0.0363	0.0837

5. 결론 및 제언

5.1 결론

본 연구는 인구의 고령화에 따라 노년기 삶의 질에 관한 관심으로 시작하여 중장년층부터 노후 준비를 통해 노년기의 성공적 노화 수준을 높이고 늘어난 노년기를 준비하기 위한 목적으로 수행되었다. 이를 위해 중장년층의 성공적 노화에 대한 노후 준비의 영향과 사회적 지지의 매개효과를 검증하고자 하였다. 특히 노후 준비가 전 생애 발달의 시각에서 중년기부터 노후 준비가 필요하다는 시각으로 접근하였다. 또한, 노후 준비의 영역을 신체적·경제적 측면에서 협소하게 살펴보았던 것과는 다르게 정서·사회적 측면까지 다차원적으로 분석하였다. 이에 본 연구의 분석 결과를 요약하면 다음과 같다.

먼저 주요 변수인 노후 준비, 성공적 노화, 사회적 지지의 기술 통계량을 살펴보면, 매개변수인 사회적 지지의 평균은 3.28, 중앙값은 3.28, 표준편차는 0.606이며 최솟값과 최댓값은 각각 1, 5로 나타났다. 종속변수 성공적 노화의 평균은 3.56, 중앙값은 3.6, 표준편차는 0.572이며 매개변수와 마찬가지로 최솟값과 최댓값은 1, 5로 나타났다. 본 연구의 독립변수인 노후 준비의 평균은 2.97, 중앙값은 3으로 종속, 매개변수보다 다소 낮은 수치를 보인다.

노후 준비와 성공적 노화, 사회적 지지의 내적 일관성 신뢰도(internal consistency reliability) 분석을 한 결과는 다음과 같다. 먼저, 노후 준비는 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.831로 나타났으며 성공적 노화의 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.929, 사회적 지지의 크론바흐 알파 계수(Cronbach's alpha)가 0.933으로 모든 문항에 대한 크론바흐 알파 계수가 0.6 이상으로 신뢰도에 문제가 없음을 확인하였다.

주요 변인 간의 관계를 분석한 결과는 독립변수인 노후 준비와 종속변수인 성공적 노화의 상관관계는 0.293으로 정(+)적인 상관성을 보이며, 사회적 지지- 성공적 노화의 상관관계는 0.361로 정(+)적인 상관성을 보이며, 사회적 지지- 노후 준비와의 상관관계는 0.149로 정(+)적인 상관성을 보인다. 따라서 상관관계 분석을 통하여 모든 변수 간 상관성이 정(+)적으로 나타났음을 확인하였다. 이 결과는 노후 준비와 성공적 노화의 관계를 분석한 기존의 선행연구들(홍영준 · 이정훈, 2014; 신근영, 2016; 송기영, 2018; 이지모, 2021)과 일치한다고 할 수 있다.

중고령자의 노후 준비가 성공적 노화에 영향을 미칠 때, 사회적 지지의 매개효과를 검증하기 위한 결과는 독립변수인 노후 준비가 매개변수 사회적 지지로 가는 회귀모형(F=37.7791, p<.001)과 독립변수 및 매개변수가 종속변수 성공적 노화로 가는 회귀모형(F=193.754, p<.001) 모두 통계적으로 유의하게 나타났으며, 독립변수가 매개변수로 가는 회귀모형은 2.22%, 독립변수 및 매개변수가 종속변수로 가는 회귀모형은 18.9%로 나타났다. 독립변수가 매개변수에 미치는 유의성 검증 결과, 노후 준비(B=.1931, p<.001)는 정(+)적으로 유의하게 나타났다. 즉, 노후 준비가 높을수록 사회적 지지가 높아지는 것으로 검증되었다. 또한, 독립변수인 노후 준비와 매개변수인 사회적 지지가 종속변수인 성공적 노화에 미치는 영향의

유의성 검증 결과, 노후 준비($B=.299, p<.001$)는 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 매개 변수인 사회적 지지($B=.306, p<.001$)도 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 이지모(2021)의 중·고령자의 노후 준비도와 성공적 노화 간의 관계에서 사회적 지지와 가족 탄력성의 매개효과를 검증한 결과로 유의한 간접효과를 확인하여 매개효과가 있는 것으로 나타난 선행연구와 연구 결과가 일치한다.

연구 결과의 요약을 바탕으로 본 연구의 정책적·실천적 함의 및 제언은 다음과 같다. 노후 준비는 성공적 노화에 대해 매개효과를 통한 직접영향을 발휘한다는 연구 결과를 토대로 성공적 노화의 수준을 높이기 위해서는 다양한 방면의 노후 준비가 필요하다. 종합적 측면에서 살펴보면 중장년층을 위한 경제적, 신체적, 정서·사회적 노후 준비를 위한 서비스가 체계적으로 제공되기 위해서는 지속적이고 중점적으로 관리할 수 있는 시스템을 마련해야 한다. 중장년층이 노후를 준비하는 데 안정적인 환경이 조성된다면 성공적 노화를 통한 더욱 행복한 노년기를 보낼 수 있을 것이다.

이를 위해 노후 준비를 위한 개인 맞춤형 사례관리의 필요성이 있다. 즉, 개별적인 욕구 및 특성에 근거한 사례관리를 통하여 개인별 노후 준비 서비스를 제공하는 것이다. 사례관리 원칙에 따라 종합적인 상태와 개인별 욕구 사정 그리고 결과에 기초하여 노후 준비에 필요한 개인별 맞춤형 서비스와 지속적 모니터링을 통해 성공적 노화를 지원할 수 있을 것이다.

또한, 중장년층의 사회적 지지를 통해서 그들이 가고자 하는 삶의 방향과 새로운 도전에 대한 원동력을 제공하고 정서적 안정을 통한 정신적 건강은 삶의 만족감의 수준을 높이는 변수로 작용할 수 있게 되는 것이다. 따라서, 중장년층의 성공적 노화를 위한 삶의 만족감을 높이기 위해 사회적 지지를 토대로 정신적 건강 수준을 높이는 방안의 모색이 필요하다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다. 첫째, 국민 노후 패널 조사는 본 연구 주제를 대상으로 조사된 자료가 아니므로 본 연구가 필요한 폭넓은 변수를 제공해 주지 못하는 한계점이 있다. 따라서 후속 연구를 통해 연구 주제에 적합한 설문지를 활용하여 조사한다면 연구목적에 부합하고 정확한 연구 결과를 도출할 수 있을 것이다. 둘째, 각 변수가 2010년 ~ 2013년의 종단적

인 자료를 활용하였지만, 자료의 기간이 짧아 장기적인 영향을 밝히지 못했다는 한계점을 갖는다. 후속 연구를 통해 중장년층의 인생에 과정에서 나타나는 변인 간의 인과관계를 밝히는 추가적인 종단적 연구가 필요하다. 셋째, 양적 조사의 특성상 심층적인 사실 발견에 한계점을 가지고 있다. 중장년층의 노후 준비, 성공적 노화, 사회적 지지와 관련된 주관적 지표들의 경우 질적 조사를 통해 연구 대상의 상황과 맥락에 맞는 심층적이고 다양한 자료를 얻을 수 있을 것이다.

참고문헌

- [1] 통계청(2021). 국민의 삶의 질 2021
- [2] OECD(2022). 『OECD 보건통계 (Health Statistics) 2022』
- [3] Rowe, J.W., and R. L. Kahn(1998). Successful Aging. New York: Pantheon 87 Books.
- [4] 이경준·송희경 (2016). 중고령자의 노후 준비가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대한 연구 : 성별 비교를 중심으로. 『한국콘텐츠학회논문지』, 16(4): 757-769.
- [5] Araujo, Ribeiro, Teixeira, & Paul(2016). Successful aging at 100 years: the relevance of subjectivity and psychological resources. International Psychogeriatrics. 28(2). 179-88.
- [6] Flood, M.(2002). Successful aging: A concept analysis. The Journal of Theory Construction and Testing, 6(2), 105-108.
- [7] Baltes, P.R., Baltes, M.M.(1990). Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences. New York: Cambridge University Press.
- [8] Cosco, T. D., Prina, A. M., Perales, J., Stephan, B. C., & Brayne, C.(2014). Operational definitions of successful aging: A systematic review. International Psychogeriatrics, 26(3), 373-381.
- [9] 김수영·모선희·원영희·최희경 (2010). 『노년사회학』, 서울:학지사.
- [10] Crawford, E.L.(1999). "A Relationships among Coping Strategies, Perceived Control and Successful Aging", Dissertation Abstracts International: Section B: the Science & Engineering, 59:6485.
- [10] Chou, K, & Chi, I.(2002). "Successful aging among t

- he young-old, old-old, and oldest-old chinese”,*International Journal Aging and Human Development*, 54 (1):1-14.
- [11] 법제처(2022). 노후 준비 지원법, 제2조
- [12] 박창제(2008). “중고령자의 경제적 노후 준비와 결정 요인.” 『한국사회복지학』 23.1 : 207-75.
- [13] 김미령(2013). “노후연령인식 여부에 따른 성공적 노화 구성요소 차이 및 삶의 만족도에 미치는 영향.” 『한국사회복지학』 65.1: 227-245.
- [14] 신수민(2013). “과거 노후 준비가 노년기의 활동성에 미치는 영향: 심리사회적 자원의 매개효과”. 『사회복지연구』 44.3 : 57-83.
- 홍영준 · 이정훈(2014). 노후 준비도가 노인의 생활만족도에 미치는 영향 연구: 생산적 활동 매개효과. *한국가족자원경영학회지*, 18(4), 91-110.
- [15] 배문조(2009). “중년기 성인이 노인에 대한 태도와 노후준비에 관한 연구.” 『한국노년학회』 29.3 : 1107-1122.
- [16] 신근영(2016). 노인의 라이프스타일이 성공적 노후에 미치는 영향: 노후 준비를 매개효과로. *한국케어매니지먼트연구*, 20(1), 65-91.
- [17] 손덕화(2017). “은퇴세대의 노후준비와 삶의 만족도 간의 인과구조.” 박사학위논문 대구대학교 대학원.
- [18] 송기영(2018). “노인의 노후준비가 성공적 노화에 미치는 영향과 삶의 만족도의 매개효과.” *노인복지연구* 73.1 : 469-503.
- [19] 이명희 (2020). 『베이비 부머의 자기효능감이 노후 준비에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절 효과를 중심으로』. 박사학위논문, 목원대학교 대학원.
- [20] 윤형준 (2010). “성공적 노화에 미치는 영향요인과 인식에 관한 연구”, 강원대학교 대학원 박사학위논문.
- [21] Fisher., B. J. & Specht, D. K. “Successful aging and creativity in later life.” *The Journal of Aging Studies* 13.4 (1999): 457-472.
- [22] 조은혜(2017). “베이비 부머의 사회적 자본이 성공적 노화에 미치는 영향.” *국내석사학위논문 경북대학교 대학원*,
- [23] 김미혜, 신경림(2005). 한국노인의 성공적 노후 척도 개발에 관한 연구. *한국노년학*, 25(2), 35-52.
- [24] Cassel, J.(1974). Psychological processes and stress“ Theoretical formulation. *International Journal of Health Service* 4: 471-482
- [25] Caplan, G., & Killilea, M.(1976). *Support systems and mutual aid*. New York, NY: Grune & Stratton.
- [26] Antonucci, T. C. (2001). Social relations: An examination of social networks, social support, and sense of control. In J. E. Birren & K.W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging* (pp.427-453). San Diego, CA, US: Academic Press.
- [27] 이은혜(2015). 중장년층 경력단절 여성들의 진로결정 자기효능감과 직업준비행동과의 관계에서 사회적 지지 인식의 매개효과. *숭실대학교 대학원 석사학위논문*.
- [28] 김미령(2013). “노후연령인식 여부에 따른 성공적 노화 구성요소 차이 및 삶의 만족도에 미치는 영향.” 『한국사회복지학』 65.1 : 227-245.
- [29] 이현진(2009). 대학생이 지각한 사회적 지지와 진로태도 성숙 및 진로 준비 행동과의 관계. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*
- [30] Cobb, S,(1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314
- [31] 박지원(1985). 사회적 지지 척도개발을 위한 연구. *연세대학교 대학원 박사학위논문*
- [32] 김정희, 박지영(2015). 노인의 노화 불안이 성공적 노화에 미치는 영향과 사회적 지지의 매개효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 15(9), 210-222.
- [33] 김효신 (2008). 노후 준비와 우울에 관한 연구. 『벤처창업연구』, 3(4): 117-128.
- [34] 홍영준 · 이정훈 (2014). 노후 준비도가 노인의 생활만족도에 미치는 영향 연구: 생산적 활동의 매개효과. 『한국가족자원경영학회지』, 18(4): 91-110.
- 신근영 (2016) 노인의 라이프 스타일이 성공적 노후에 미치는 영향: 노후 준비를 매개효과로. 『한국케어매니지먼트연구』, 20(1): 65-91.
- 송기영(2018). “노인의 노후 준비가 성공적 노화에 미치는 영향과 삶의 만족도의 매개효과.” *노인복지연구* 73.1 : 469-503.
- [35] 이지모(2021). “중·고령자의 노후 준비도가 성공적 노화에 미치는 영향.” *국내박사학위논문 칼빈대학교 대학원*,

정 승 권(Seung Gwon Jung)



- 2021년 7월~현재: (사)대한노인복지진흥회 사무총장
- 2001년 3월~2006년 2월: 순천향대학교 이학사
- 2021년 9월~현재: 안양대학교 글로벌대학원 사회복지학과 석사과정
- 관심분야: 사회복지, 노인복지, 장애복지, 노인상담, 복지정책
- E-Mail: goldplus2745@naver.com

박 현 승(Hyun Seung Park)



- 2023년 현재: 한국복지상담경영학회 회장
- 2010년 5월: 미국 Calvin Bible 대학교 대학원 철학박사(Ph.D)
- 2020년 8월: 한성대학교 행정대학원 사회복지학과 석사(M.S.W)
- 경기대학교 일반대학원 사회복지학과 박사
- 2016년 1월~현재: (사)대한노인복지진흥회 대표이사
- 2023년 현재: 안양대학교, 서울디지털대학교, 세한대학교 교수
- 관심분야: 노인복지, 노인상담, 청소년복지, 사회복지
- E-Mail: geumbat1004@daum.net