

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2024.10.6.151>

JCCT 2024-11-19

노인의 사회활동이 성공적 노화에 미치는 영향 : 사회적 지지의 매개효과

The Influence of Social Activity on Successful Aging of Older Adults : The Mediator of Social Support

이현지*

Lee, Hyun-Ji*

요약 본 연구의 목적은 노인의 디지털 기기 활용이 성공적 노화에 미치는 영향 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 검증하는 것이다. 이를 위해, 대구시와 경북에 위치한 노인복지관을 이용하는 65세 이상의 노인을 대상으로 비확률적 유의 표집과 눈덩이 표집을 적용하여 조사대상 노인을 선정하였으며, 설문조사에 참여한 254명의 노인으로부터 자료를 수집하였다. 수집된 자료는 SPSS와 PROCESS Macro 프로그램을 사용하여 분석하였다. 분석결과, 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지, 성공적 노화는 상호 통계적으로 유의한 정적 상관관계를 가지는 것으로 파악되었으며, 사회활동 참여가 적극적이고, 사회적 지지를 높게 인식하는 노인이 그렇지 않은 노인에 비해 성공적 노화의 수준이 높은 것으로 확인되었다. 또한, 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지는 성공적 노화에 통계적으로 유의한 정적 영향을 미치며, 사회적 지지는 노인의 사회활동 참여가 성공적 노화에 미치는 영향 관계에 통계적으로 유의한 매개효과를 가지는 것으로 검증되었다. 마지막으로, 본 연구결과를 근거로 노인의 성공적 노화의 향상을 위한 실천적 함의와 향후 연구 방안을 제언하였다.

주요어 : 사회활동, 사회적 지지, 성공적 노화, 매개요인

Abstract The purpose of the study was to investigate social support as a mediator in the relationship between social activity and successful aging among older adults. For this purpose, the non-random purposive sampling and snowball sampling procedure were used to select the older adults over 65 years old who registered at the Senior Welfare Center in Daegu and Kyungpook and data were collected from 254 elderly. SPSS and PROCESS Macro Program were utilized to analyze the collected data. Findings of this study showed that participation in social activity, social support and successful aging were positively related among older adults, and those who participate in social activity actively and perceive higher level of social support seemed to experience higher level of successful aging. Moreover, the participation in social activity and social support were statistically significant factors in explaining the variance of successful aging, and social support was a statistically significant mediator in the effect of participation in social activity on the successful aging among older adults. Finally, based on the results of this study, the practical implication for the improving successful aging among older adults and the further research were recommended.

Keywords : Social Activity, Social Support, Successful Aging, Mediator

*정회원, 대구가톨릭대학교 사회복지학과 교수
접수일: 2024년 8월 15일, 수정완료일: 2024년 9월 10일
게재확정일: 2024년 11월 7일

Received: August 15, 2024 / Revised: September 10, 2024
Accepted: November 7, 2024
*Corresponding Author: hjlee@cu.ac.kr
Dept. of Social Welfare, Daegu Catholic Univ, Korea

1. 서 론

의학과 과학기술의 발달과 평균수명의 연장으로 인한 노인 인구의 증가는 노년기 삶의 질에 관한 사회적 관심을 유발하였다. 특히 우리사회는 2020년에 베이비붐 세대가 노년기에 진입하면서 고령화의 가속화와 노인집단의 세대적 변화가 진행되고 있으며, 이에 어떻게 하면 성공적으로 잘 늙을 수 있을 것인가가 중요한 화두가 되고 있다. 이러한 측면에서 성공적 노화와 관련된 이론적 모델을 제시한 학자들은 최소한의 장애, 높은 수준의 신체적, 인지적 기능과 사회참여 활동이 노인의 삶의 질과 삶의 만족도를 담보하는 필수적 요인으로 설명하고 있다[1,2]. 특히, 성공적 노화의 중요한 측면으로, 최근 UN에서도 세계적인 고령화 현상과 관련하여 노인의 적극적 사회활동 참여를 강조하고 있으나, 노년기에 직면하는 은퇴, 배우자와 친구의 사망으로 인한 사회관계망과 사회활동 참여의 축소는 노인이 경험하는 보편적 현상이다. 이와 같은 노년기의 사회적 기능의 상실에도 불구하고, 노인의 적극적인 사회활동 참여는 노인의 신체적, 정신적, 사회적 건강을 유지에 긍정적 영향을 미치며, 잔존하는 생존력과 자신과 주변 세계에 관한 관심과 흥미를 지속시키는 건강한 노년에 기여 하는 것으로 보고되고 있다[3].

Baltes 등에 의해 제시된 선택적 최적화의 보상모델(Selective Optimization with Compensation: SOC)에 의하면, 성공적 노화는 다양한 영역에서 진행되는 상실에 적응하는 방식에서 자신의 잔존하는 능력과 자원을 최적화하는 노인의 역량과 관련된 것으로 설명되고 있다[1]. 자원은 노인이 필요할 때 활용할 수 있는 보유물이나 비축물이며, 노년기 상실의 위기에 대한 긍정적 적응은 노인이 선택한 개인적 목적이 활용 가능한 자원과 일치하거나 최적화된 것이다. 이 모델에서 성공적 노화에 중요한 것은 노인이 여가활동을 포함한 가치있는 사회적 활동을 유지하기 위해 선택과 최적화, 보상의 과정을 통해 이러한 자원들을 활용하는 방식이다. 구체적으로 살펴보면, 선택은 더 중요한 목적에 활용하기 위해 잔존하는 자원을 보존하고자 활동을 줄이거나 제한하는 결정을 의미한다. 최적화는 열망하는 목적 성취를 위해 자원을 개선하고 초점화하는 활동을 포함하며, 보상은 노화과정의 상실로 인한 제약에 직면하여 열망하는 목적을 성취하는 방식에 적응하는 것이다[4].

SOC 모델에 의하면, 성공적 노화는 노화에 적응하는 지속적인 과정으로, 노화로 인한 상실의 과정에서도 노인의 웰빙을 예측하는 요인으로 개인적 자원과 사회적 자원을 제시하고 있다. 구체적으로 살펴보면, 개인적 자원은 자존감, 통제감 등을 비롯하여 생활관리전략(life management strategies) 등이 있으며, 사회적 자원은 지역사회에서 성공적 활동을 지지하거나 도구적 또는 정서적 지지 또한 가치 있는 외적 자원으로 인식된다[5, 6]. 이러한 측면에서, 노인의 사회활동과 사회지지 체계는 성공적 노화에 영향을 미치는 중요한 요인이 될 수 있다.

노년기의 사회활동은 보편적으로 은퇴 후 공식적인 활동이 축소되는 경향이 있기에, 자유로운 시간에 선호하는 즐거운 활동에 참여하는 여가활동을 비롯하여 자발적인 사회활동, 경제적 활동에 이르기까지 광범위하다[7]. 사회활동은 개인이 사회적 연계를 위해 참여하는 활동이 너무나 다양하고 많아, 모든 활동을 범주화하기에는 한계가 있으나, 노인의 사회적 활동은 주로 여가시간의 신체적 활동, 학습과 같은 인지적 활동, 가족, 친구, 지인과 시간을 보내는 사회적 활동, TV 시청, 휴식, 독서 등 수동적 활동, 여행 등 능동적 활동, 자원봉사활동, 경제활동 등으로 분류되기도 한다[8,9,19]. 노인의 사회활동과 성공적 노화와의 관계에 관한 기존연구에 의하면, 사회활동 참여는 노인의 정신건강과 신체 건강에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[10, 20]. 또한, 노인의 사회 및 여가활동 참여는 고독감을 해소하고 자아정체성 유지와 삶의 만족도에 정적 영향을 미치는 중요한 요인이 되기도 한다[11,12]. 그 외, 노인은 사회활동 참여를 통해 가족과 이웃, 친구 등 주변인과의 사회적 관계를 형성하게 되며, 이는 사회적 관계망의 확대와 새로운 사회지지 체계에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[13]. 노년기는 사회적 역할과 관계망이 축소되어 고립과 외로움에 노출될 수 있으며, 이에 친목활동이나 여가활동과 같은 사회활동 참여는 노인의 고립과 단절을 예방하고 사회관계망의 확대를 통해 지지체계가 형성되면서 노인의 신체적, 정신적 건강에 영향을 주며, 궁극적으로 삶의 질과 성공적 노화에 영향을 미치게 된다.

한편, 노인의 사회활동 참여가 직접 성공적 노화에 영향을 미치기보다 사회자본을 매개로 성공적 노화에 영향을 미친다는 연구도 있다[13]. 즉, 노인의 여가활동

참여는 도움이 필요할 때 타인이 지원해 줄 것이라는 신념과 참여, 규범과 네트워크를 구성하는 사회자본을 높이며, 높은 수준의 사회자본은 사회활동과 함께 성공적 노화에 정적 영향을 미친다[13]. 이러한 연구결과는 노인의 사회활동은 성공적 노화에 직접적 영향을 미칠 뿐만 아니라, 지역사회에서 타인과 상호 지지를 제공할 수 있는 관계 형성의 기회를 제공하며, 이를 통해 노인의 삶의 질에 기여할 수 있다는 것을 반영하고 있다. 사회적 지지는 개인이 가족, 친구, 중요한 타인 등으로부터 다양한 유형의 도움이나 원조의 상호제공에 관한 주관적 인식으로, 지역사회를 기반으로 한 노인의 사회참여는 지역사회 내 사회적 지지와 사회적 응집을 높이며, 이를 통해 노인의 건강에 영향을 미치는 것으로 보고되었다[14]. 그동안 노인의 성공적 노화에 관한 많은 연구에서 노인의 적극적인 사회활동 참여나 참여만족도와의 영향 관계를 살펴보는 연구가 주를 이루고 있으나, 노인의 사회활동 참여의 정도나 중요도, 지속 의지 등이 성공적 노화와 사회적 지지에 미치는 영향을 살펴본 연구는 매우 제한적이다. 이러한 측면에서 본 연구의 목적은 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지, 성공적 노화와의 관계를 탐색하고, 사회활동 참여와 성공적 노화와의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 살펴봄으로써, 노인의 성공적 노화의 증진을 위한 개입을 모색하는데 필요한 기초 자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 조사대상

본 연구의 조사대상자는 대구시와 경북에 위치한 노인복지관 프로그램을 활용하는 65세 이상 노인으로, 조사대상자는 비확률표본의 유의표본추출 및 눈덩이표집 방법을 적용하여 설문조사를 실시하였다. 자료수집은 유선을 통해 해당 기관관계자와 설문조사에 관한 사전 논의를 한 후, 협의된 일정에 맞추어 본 연구자와 박사학위 학생 1인이 방문하여 기관의 프로그램 이용 노인을 대상으로 설문조사의 목적과 조사 내용, 조사대상자의 비밀보장, 조사와 관련된 참여 동의 및 거부, 참여 중단 등에 관한 윤리적 고려를 충분히 고지한 후, 조사에 동의를 얻은 후 설문조사를 진행하였다. 총 267부의 설문지가 회수되었으며, 설문지의 답변이 불성실한 13부를 제외한 254부를 분석에 활용하였다.

2. 측정도구

1) 사회활동 참여

본 연구의 독립 변수인 사회활동 참여는 Kwon과 Kwon이 노인의 여가활동 참여특성을 측정하기 위해 활용한 도구를 활용하였다[13]. 이 도구는 노인의 사회 및 여가활동의 특성이 시간적, 공간적, 경제적 제약 요인과 노인 개인의 특성에 의해 사회활동 참여 수준이 결정된다는 이론적 근거를 기반으로, 참여정도, 참여중요도, 참여빈도, 참여지속의향에 관한 문항으로 구성되어 있다. 총 4문항 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 현재 참여하고 있는 사회활동의 몰입 수준과 의미와 가치 부여 수준이 높은 것을 의미하며, 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Chronbach's $\alpha=.78$ 로 나타났다.

2) 성공적 노화

노인의 성공적 노화는 노인의 심리적, 신체적, 사회적 차원의 기능을 고려한 것으로 Park이 사용한 척도를 사용하였다[13]. 본 연구에서 성공적 노화는 노인이 경험하고 체감하는 자신의 노화 과정에 관한 총체적이며 주관적인 정서적 반응으로, 인지적 기능과 신체적 건강, 적극적인 활동을 유지하는 정도를 반영하고 있다. 이 척도는 성공적 노화를 신체적 측면, 심리 정서적 측면, 사회적 측면의 3개의 하위요인으로, 총 20문항, 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 합산점수가 높을수록 노인의 성공적 노화의 정도가 높은 것을 의미하며, 본 연구에서 척도의 신뢰도는 Chronbach's $\alpha=.93$ 으로 내적일관성이 높은 것으로 나타났다.

3) 사회적 지지

본 연구에서 사회적 지지는 Zimet 등이 개발한 척도를 Shin과 Lee가 번안한 척도로 측정하였다[15]. 이 척도의 사회적 지지는 가족 지지, 친구 지지, 타인 지지로, 총 12문항 5점 Likert 식 문항으로 구성되어 있다. 합산점수가 높을수록 사회적 지지를 높게 인식하는 것을 의미하며, 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Chronbach's $\alpha=.87$ 로 나타났다.

3. 자료분석

본 연구는 SPSS와 PROCESS Macro 프로그램을 활용하여 수집된 자료를 분석하였다. 먼저 조사대상자의

일반적 특성과 각 변인의 정도는 빈도 및 기술분석을 실행하였으며, 각 변인의 측정도구의 신뢰도는 Chronbach's α 를 실시하여 내적 일관성을 확인하였다. 또한, 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지, 성공적 노화와와의 관계와 사회활동 참여가 사회적 지지와 성공적 노화에 미치는 영향은 상관관계 분석 및 회귀분석을 실시하여 분석하였다. 마지막으로, 노인의 사회활동 참여가 성공적 노화에 미치는 영향 관계에서 사회적 지지의 매개효과 및 유의성 검증은 Baron & Kenny가 제안한 3단계의 회귀분석과 PROCESS Macro 프로그램의 Bootstrapping 분석을 실행하여 검증하였다[16,17].

III. 결 과

1. 조사대상자의 특성

본 연구의 조사대상 노인은 총 254명으로 여성노인이 166명(65.4%), 남성노인이 88명(34.6%)으로 구성되어 있으며, 평균연령은 75.05세로 70-74세가 33.9% (n=86)로 가장 많았으며, 연령의 범위는 65세에서 최고 93세로 나타났다. 조사대상자의 학력은 고졸이 29.5% (n=75)로 가장 많았으며, 중졸이 22.8%(n=58), 대졸이 22.4%(n=57), 초등졸이 22.0%(n=56), 무학이 3.1%(n=8) 순으로 나타났으며, 결혼상태는 결혼한 노인이 71.3% (n=181)로 가장 많았다. 또한, 노인이 인식하는 주관적 건강수준은 보통이 40.2%(n=102)로 가장 많았으며, 이어 좋음이 39%(n=99), 나쁨이 10.2%(n=26), 매우 좋음이 7.9%(n=20), 나쁨이 2.8%(n=7)로 나타났다. 마지막으로, 노인의 주관적 경제상태는 보통이 53%(n=160)로 가장 많았으며, 좋음이 28.0%(n=71), 어려움이 5.1% (n=13), 매우 좋음이 2.8%(n=7), 매우 어려움이 1.2%(n=3)의 순으로 나타났다.

2. 변인 간의 상관관계

조사대상자의 사회활동 참여와 사회적 지지, 성공적 노화와와의 관계 및 변인의 수준을 분석한 결과는 표 1에서 제시한 바와 같다. 우선, 노인의 사회활동 참여는 사회적 지지($r=.371$, $p<.001$)와 성공적 노화($r=.428$, $p<.001$)와 유의미한 정적 상관관계를 가지는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 사회활동 참여수준이 높은 노인일수록 주관적으로 인식하는 사회적 지지의 수준이

높으며, 성공적 노화의 수준이 높은 것으로 해석된다.

한편, 조사대상 노인의 사회활동 참여 및 사회적 지지, 성공적 노화의 수준을 살펴본 결과, 5점 척도의 중앙치 값보다 평균이 높은 것으로 나타나, 전반적으로 조사대상 노인의 사회활동 참여와 주관적으로 인식하는 사회적 지지와 성공적 노화 수준이 높은 것으로 해석된다. 또한, 각 변인의 왜도와 첨도가 절대치 3과 8 이내로 나타나, 각 변인의 정규성 가정이 충족된 것으로 검증되었다.

표 1. 각 변인 간 관계 및 기술통계
Table 1. Descriptive statistics & correlations among variables

주요 변인	1	2	M(SD)	왜도	첨도
1. 사회활동	-	-	3.71(.745)	1.038	1.285
2. 사회적 지지	.371***	-	3.74(.695)	.621	.740
3. 성공적 노화	.428***	.447***	3.67(.453)	.822	.983

*** $p<.001$

3. 사회활동이 사회적 지지와 성공적 노화에 미치는 영향

노인의 사회활동 참여가 사회적 지지를 매개로 성공적 노화에 미치는 영향력을 분석하기 위해 Baron & Kenny의 3단계 모델을 근거로 분석한 결과는 표2에서 제시하고 있다. 모형 1은 노인의 사회활동 참여가 종속 변수인 성공적 노화에 미치는 영향 분석으로, 사회활동 참여는 성공적 노화에 통계적으로 유의한 정적인 영향을 주는 것으로 확인되었으며($\beta=.428$, $p<.001$), 노인의 사회활동 참여는 성공적 노화를 예측하는 변량의 약 25% ($R^2=.249$)의 설명력이 있는 것으로 나타났다.

모형 2는 노인의 사회활동 참여가 매개변수인 사회적 지지에 미치는 영향 분석으로, 노인의 사회활동 참여는 사회적 지지에 통계적으로 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었으며($\beta=.371$, $p<.001$), 사회활동 참여는 사회적 지지를 예측하는 변량의 약 13.4% ($R^2=.134$)의 설명력이 있는 것으로 분석되었다.

마지막 모형 3은 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지가 성공적 노화에 미치는 영향의 분석결과로, 노인의 사회활동 참여($\beta=.310$, $p<.01$)와 사회적 지지($\beta=.219$, $p<.01$)가 통계적으로 유의한 정적 영향을 주는 것으로

확인되었다. 또한, 노인의 사회활동 참여가 모형 1과 비교하여 모형 3에서 성공적 노화에 미치는 영향의 크기가 감소하였으며($\beta=.428 \rightarrow \beta=.310$), 모형 3에서 사회적 지지가 성공적 노화에 유의한 영향을 미치며, 성공적 노화를 예측하는 변량의 설명력이 모형 1 대비 모형 3에서 통계적으로 유의한 차이가 있어($R^2 \text{ change}=.103, p<.001$), 노인의 사회활동 참여와 성공적 노화의 관계에서 사회적 지지가 부분 매개역할을 하는 것으로 나타났다.

표 2. 사회활동 참여가 사회적 지지와 성공적 노화에 미치는 영향

Table 2. Results of regression analyses of participation of social activities, social support and successful aging

변인	성공적 노화 모형 1		사회적 지지 모형 2		성공적 노화 모형 3	
	B(SE)	β	B(SE)	β	B(SE)	β
사회활동	.329 (.033)	.428** *	.338 (.052)	.371** *	.261 (.034)	.310**
사회지지	-	-	-	-	.205 (.039)	.291**
F	97.351***		40.294***		68.028***	
R ²	.249		.134		.352	
R ² change					.103***	

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

4. 사회활동과 성공적 노화와의 관계에 사회적 지지의 매개 효과

노인의 사회활동 참여와 성공적 노화와의 관계에서 사회적 지지의 매개 효과의 유의성을 bootstrapping을 사용하여 분석한 결과, 95%의 CI에서 사회활동 참여가 사회적 지지를 매개로 성공적 노화에 이르는 총 효과와 직접 효과, 간접 효과가 0을 포함하지 않아, 사회적 지지의 매개 효과가 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다.

표 3. 사회활동 참여와 성공적 노화와의 관계에서 사회적 지지의 매개효과 검증

Table 3. Mediation analysis of the relationships between participation of social activities and successful aging

경로		β	SE	t _{stat}	LLC I	ULC I
사회활동 →	총효과	.3286	.0333	9.8667***	.2630	.3942

사회적 지지 → 성공적 노화	직접 효과	.2614	.0341	7.6715**	.1943	.3285
	간접 효과	.0672	.0187		.0336	.1072

IV. 결론

본 연구의 목적은 노인의 사회활동 참여가 사회적 지지와 성공적 노화에 미치는 영향을 살펴보고, 노인의 사회활동 참여와 성공적 노화와의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 분석하기 위한 것으로, 이를 위해 대구시와 경북에 위치한 노인복지관을 이용하는 65세 이상인 254명의 노인으로부터 자료를 수집하였다. 수집된 자료를 분석한 결과를 근거로 관련 기존연구 결과를 참조한 논의는 다음과 같다.

첫째, 분석결과, 노인의 사회활동 참여는 사회적 지지 및 성공적 노화와 정적 상관관계가 있는 것으로 나타나, 사회활동 참여의 중요도와 가치비중이 높고 참여 수준이 적극적일수록, 주관적으로 인식하는 사회적 지지 수준과 성공적 노화 수준이 높은 것으로 분석되었다. 이러한 결과는 노인의 사회활동 참여가 신체적, 정신적 건강과 정적 관계이며, 여가활동 참여가 적극적이며, 가치 비중이 높을수록, 노인이 인식하는 성공적 노화 수준이 높다는 기존연구 결과와 일맥상통한다[3,13]. 즉, 상실이 증가 되는 노화 과정에도 불구하고, 자신의 삶에 가치와 의미를 부여할 수 있는 활동을 찾아 참여하는 노인은 그렇지 않은 노인에 비해 지역사회 내 사회적 지지 체계와 높은 수준의 유대감과 소속감을 경험하며, 삶의 만족도와 적응 수준이 높은 것으로 추론된다[3]. 실제로 은퇴 후 공식적 역할로 부여된 경제활동 시간이 남는 시간으로 더해지면서, 일상생활에서 연장된 여가를 어떻게 보내는가는 노년기 삶의 적응과 성공적 노화에 영향을 미치는 중요한 과업으로 제시되고 있다. 이러한 맥락에서 노인이 도움을 주고받을 수 있는 사회적 지지와 노년기의 적응을 의미하는 성공적 노화의 향상을 위해 노인이 참여할 수 있는 다양한 사회활동의 기회를 확대하고 노인의 사회활동 참여의 동기를 강화시킬 수 있는 다양한 개입을 고려할 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 분석결과, 노인의 사회활동 참여는 사회적 지지와 성공적 노화에 유의한 정적 영향을 미치며, 이러한 결과는 여가활동 참여가 노인이 인식하는

사회자본과 사회적 지지, 성공적 노화에 긍정적 영향을 미친다는 기존연구 결과와 일치한다[13,18]. 즉, 사회활동 참여에 적극적이면서 삶의 가치를 높게 부여하는 노인은 사회활동 참여를 통해 가족과 이웃, 친구 등 중요한 타인과의 교류와 네트워크를 강화하며, 노화로 인해 상실된 사회적 관계를 회복하고 유지할 수 있도록 지원할 수 있다. 또한, 노인의 사회활동 참여는 은퇴로 인해 야기되는 공식적인 사회적 역할상실과 사회관계망의 축소를 보완할 수 있는 새로운 비공식적 역할과 대인관계 형성의 기회를 제공하기도 한다. 특히 연령증가에 따른 신체적, 정신적 기능의 상실 정도가 심각한 만성 질환을 경험하는 노인을 대상으로 한 연구에서도 제한된 기능을 고려한 여가활동 참여와 가치가 부여된 여가활동은 성공적 노화에 긍정적 영향을 미치는 중요한 자원으로 보고되고 있다[14]. 급격한 노인 인구의 증가로 초고령사회의 진입에 직면하고 있는 우리 사회도 노인의 사회활동 참여의 중요성을 인식하고 노인복지관, 경로당 등의 노인 여가시설에서 노인을 위한 다양한 사회활동 프로그램을 제공하고 있으나, 프로그램 이용 노인이 매우 제한적인 것이 현실이다. 특히 노화로 인한 신체적, 인지적 기능 상실이 심각한 노인이 참여할 수 있는 사회활동 프로그램은 매우 제한적이며, 이러한 측면에서 노인의 연령과 건강 등 개인적 특성을 고려한 차별화된 다양한 사회활동 프로그램의 개발과 확대가 시급함을 알 수 있다.

마지막으로, 본 연구결과, 노인이 인식하는 사회적 지지가 노인의 사회활동 참여가 성공적 노화에 미치는 영향 관계에서 유의한 매개효과를 가지는 것으로 분석되었다. 이러한 결과는 노인의 사회활동 참여가 사회적 지지와 성공적 노화에 영향을 미치며, 노인의 여가활동 참여와 성공적 노화와의 관계에서 사회자본이 매개한다는 기존연구 결과와 유사하다[11,13]. 이러한 연구결과는 노인의 사회활동 참여가 성공적 노화에 직접적 영향을 미칠 뿐만 아니라 사회적 지지를 통한 간접적 영향을 보여주는 것으로, 노인의 성공적 노화의 증진을 위해 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지의 향상을 함께 고려할 필요가 있음을 시사하고 있다. 성공적 노화는 노화로 인한 신체적, 인지적, 사회적 상실의 예방 및 적응과 관련된 것으로, Baltes 등의 선택적 최적화 보상 모델에 의하면, 연령증가로 인해 기능상실을 경험하더라도 노인은 잔존하는 기능과 자원을 최적화할 수 있는

능력을 발휘할 수 있다[1,5]. 즉 이 모델에 의하면, 노인은 제한된 기능과 자원 내에서 선택과 최적화, 보상의 과정을 통해 자신의 신체적 정신적 건강과 삶의 의미를 부여할 수 있는 가치 있는 활동 유지를 위해 노력할 수 있으며, 노인의 사회활동 참여는 이러한 노인의 성공적 노화에 영향을 미치는 중요한 요인임을 밝히고 있다 [4,5]. 노인의 사회활동 참여는 단지 취미나 소일거리를 통한 흥미 위주의 시간을 보내는 것을 의미하는 것이 아니라 노인 개인이 삶의 의미를 부여하는 활동의 참여와 유지를 통해 개인적 가치실현뿐만 아니라 사회구성원으로서 사회적 가치를 생산할 수 있는 활동으로 연계되어야 할 것이다. 이를 위해 우선 노인이 적극적인 사회활동 참여를 유발할 수 있는 지역사회를 기반으로 한 환경적 체계가 구축될 필요가 있으며, 노인의 다양한 사회활동 프로그램을 제공하고 있는 노인여가시설에서는 노인의 다양한 욕구와 특성에 따른 사회활동 프로그램의 개발과 적용을 통해 노인의 사회활동 프로그램의 접근성을 높일 수 있을 것이다.

본 연구의 의의는 노인의 사회활동 참여와 사회적 지지가 성공적 노화를 예측할 수 있는 중요한 선행요인임을 확인하였으며, 이를 근거로 노인의 성공적 노화의 향상을 위해 노인을 위한 다양한 사회활동 참여의 기회 확대 및 사회적 지지의 강화를 위한 사회적 차원의 개입을 모색하는데 필요한 기초자료를 제공한다는 측면이다. 하지만, 본 연구는 두 지역의 노인복지관을 이용하는 노인을 대상으로 일회성 설문조사를 실시하여 연구결과의 일반화가 제한적이며, 이에 향후 연구에서는 전국 단위의 확률적 표본을 적용한 연구와 성공적 노화와 관련된 노인의 사회활동 참여에 관한 심층적 질적 연구를 고려할 필요가 있다.

References

- [1] M.M. Baltes and I.L. Carstenson, "The Process of Successful Aging," *Aging and Society*, Vol. 16, pp. 397-422, 1996.
- [2] J.W. Rowe and R.L. Kahn, "Successful Aging," *The Gerontologist*, Vol. 37, pp. 433-440, 1997.
- [3] S.L. Hutchinson and G. Nimrod, "Leisure as a Resource for Successful Aging by Older Adults with Chronic Health Conditions," *International Journal of Aging and Human Development*, Vol.

- 74, No. 1, pp. 41-65, 2012.
- [4] F.R. Lang, N. Rieckmann, and M.M. Baltes, "Adapting to Aging Losses: Do Resources Facilitate Strategies of Selection, Compensation, and Optimization in Everyday Functioning?" *Journal of Gerontology: Social Sciences*, Vol. 57B, pp. 501-509, 2002.
- [5] D. Jopp and J. Smith, "Resources and Life-Management Strategies as determinants of Successful Aging: On the Protective Effect of Selection, Optimization, and Compensation," *Psychology and Aging*, Vol. 21, No. 2, pp. 253-265, 2006.
- [6] L. Heylen, "The Older, The Lonlier? Risk Factors for Social Loneliness in Old Age," *Aging and Society*, Vol. 30, No. 7, pp. 1177-1196, 2010.
- [7] J.W. Kim and K.W. Lim, "Longitudinal Analysis of the Effects of Various Leisure Activities of the Elderly on Quality of Life" *Korean Journal of Leisure, Recreation & Park*, Vol. 44, No. 4, pp. 11-24, 2020.
- [8] J. Dumazedier, "Toward a Society of Leisure," *Journal of Cultural Policy*, Vol. 16, No. 1, pp. 45-47, 2010.
- [9] S.B. Choi and Y.B. Lee, "The Relationships between Wisdom and Successful Aging among Leisure Activity Types of Elderly," *The Korean Journal of Aging and Physical Activity*, Vol. 4, No. 1, pp. 1-12, 2017.
- [10] Z. Gabriel and A. Bowling, "Quality of Life from the Perspectives of Older People," *Aging and Society*, Vol. 24, pp. 675-691, 2004.
- [11] S.Y. Jeon, "Leisure Satisfaction and Psychological Well-being of Elderly Using Community Welfare Center: Focusing on the Mediating Effect of Social Support," *Journal of Community Welfare*, Vol. 57, pp. 1-29, 2016.
- [12] C.M. Heo, "Relationships between Meaning of Life, Happiness and Successful Aging of Elderly Physical Activity Participants," *The Korean Journal of Sports Science*, Vol. 29, No. 2, pp. 293-306, 2020.
- [13] K.C. Kwon and S.S. Kwon, "The Effect of the Participation in Leisure Activity on the Successful Aging of Elderly: The Mediating Effect of Social Capital," *Korean Public Management Review*, Vol. 34, No. 4, pp. 255-277, 2020.
- [14] K.J. Bourassa, M. Memel, C. Woolverton, and D.A. Sbarra, "Social Participation Predicts Cognitive Functioning in Aging Adults over time: Comparisons with Physical Health, Depression, and Physical Activity," *Aging and Mental Health*, Vol. 21, No. 2, pp. 133-146, 2017.
- [15] J.S. Shin and Y.B. Lee, "The Effects of Social Supports on Psychosocial Wellbeing of the Unemployed Korean," *Journal of Social Welfare Research*, Vol. 37, pp. 241-269, 1999.
- [16] R.M. Baron and D.A. Kenny, "The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Consideration," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51, No. 6, pp. 1173-1182, 1986.
- [17] K. Preacher, and A.F. Hayes, "Asymptotic and Resampling Strategies for Assessing and Comparing Indirect Effects in Multiple Mediator Models," *Behavior Research Methods*, Vol. 40, pp. 879-891, 2008.
- [18] H.J. Lee, and H.J. Nam, "Correlates of the Use of Digital Devices, Social Support, and Successful Aging Among the Elderly," *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, Vol. 10, No. 3, pp. 405-411, 2024.
- [19] J.W. Han, "Predictive Factors of Self-control in Contactless Online Learners' Self-determination Motivation : Mediated Effect of Self-efficacy," *International Journal of Advanced Smart Convergence*, Vol. 10, No. 2, pp. 31-36, 2021.
- [20] D.J. Kim, "The Effect of Tennis Participation on Optimism and Aggression," *International Journal of Advanced Culture Technology*, Vol. 12, No. 4, pp. 123-130, 2023.

※ 이 논문은 2023년도 대구가톨릭대학교 교
내연구비 지원에 의한 결과임