

한국 노인의 성공적 노화와 영성의 관련성 탐색

정 순 화¹⁾

임 정 하²⁾

고려대학교 가정교육학과

본 연구에서는 한국 노인의 성공적 노화와 영성의 일반적인 수준을 알아보고, 영성이 성공적 노화에 미치는 영향력을 알아보고자 하였다. 서울 및 수도권에 거주하는 60세 이상의 노인을 대상으로 유의표집하여 구조화된 질문지로 면접조사를 실시하였다. 연구대상은 남자노인 118명과 여자노인 197명, 전체 315명이었으며, 이들의 연령범위는 61세에서 91세 사이였다. 첫째, 인구학적 배경에 따른 성공적 노화와 영성의 차이를 살펴본 결과, 성공적 노화 수준은 여성들이 남성들보다 높았다. 종교적 영성 수준은 여성들이 남성들보다, 80대 이상 집단이 70대 집단보다 높았다. 실존적 영성 수준은 60대와 80대 이상 집단이 70대 집단보다, 중류층 이상 집단이 저소득층 집단보다 높았다. 둘째, 종교적 영성과 실존적 영성 모두 성공적 노화와 밀접한 관련성을 보였다. 즉 종교적 영성과 실존적 영성의 수준이 높을수록 성공적 노화의 수준도 높았다. 셋째, 실존적 영성은 인구학적 배경 및 신체 기능과 인지 기능을 통제한 후에도 성공적 노화에 의미 있는 영향을 미쳤다. 다시 말해, 노인들의 실존적 영성 수준이 높을수록 성공적 노화의 수준도 높았다. 이러한 연구결과는 노인 삶의 질을 향상시키고 성공적 노화를 위해 물질적 지원뿐 아니라 영성적 측면, 특히 실존적 영성을 포함하는 통합적 지원이 필요함을 시사한다.

주요어 : 성공적 노화, 실존적 영성, 종교적 영성, 노인

1) 고려대학교 가정교육학과, 전문교수

2) 교신저자 : 고려대학교 가정교육학과, 교수 (E-mail : jhlim@korea.ac.kr)

I. 서론

2012년 말 우리나라의 노인 인구 비율은 11.7%로 나타났으며, 2026년에는 20.8%로 초고령 사회로 진입할 것으로 전망되고 있다(통계청, 2012). 이처럼 노인 인구 비율이 빠른 속도로 증가하고 앞으로 평균수명이 100세에 달할 것으로 전망되면서 사람들은 어떻게 하면 노년기를 성공적으로 보낼 수 있는지의 문제, 즉 성공적 노화에 관심을 갖게 되었다.

또한 Erikson(1968)은 생의 여덟 번째이자 마지막 발달위기인 ‘통합감 대 절망감’에서 노인들은 자신의 죽음에 직면해서 자신의 삶을 되돌아보게 된다고 하였다. 살아온 삶에 대한 회고를 통해 자아통합감을 성취하려는 노력이나 그 과정에서 발달하는 지혜에 대한 Erikson의 견해는 단순히 쇠퇴하는 것이 아니라 전생애적 발달의 관점에서 정신적으로 보다 성숙해지는 노년의 모습을 강조하는 것이다. 평균수명의 증가와 아울러 이러한 전생애발달적 관점은 성공적 노화에 대한 관심과 연구의 필요성을 촉발시키는 요인으로 작용하였다.

성공적 노화에 대한 논의는 1986년 성공적 노화를 주제로 세계노년학회가 개최된 이후 본격적으로 이루어지기 시작하였다. 이를 계기로 Rowe와 Kahn(1987)은 연령증가와 관련된 생리적, 심리적 감퇴에 초점을 맞추어 성공적 노화를 개념화하였고, 평균보다 나은 생리적, 심리적 특성을 가진 사람을 성공한 노인이라고 하였다. 이후 Rowe와 Kahn(1997, 1998)은 활동이론에 근거하여 질병 및 장애 예방, 높은 수준의 신체 및 인지 기능 유지와 적극적인 사회활동참여의 세 가지 요소를 성공적 노화

의 핵심 개념으로 제안하였다. 즉, 성공적 노화란 질병과 장애가 없고 높은 인지 능력과 신체 기능을 유지함으로써 적극적 사회참여가 가능한 것이라고 하였다. 그러나 100세 시대를 앞두고 Rowe와 Kahn의 성공적 노화모델이 젊은 노년층에서는 성공적 노화의 중요한 예측요소가 될 수 있으나 최고령층 노인들의 경우에는 과연 성공적 노화의 현실적인 기준인가에 대해 비판이 제기되었다.

아울러 신체적, 물질적 지원을 중심으로 폭발적으로 증가한 우리나라의 노인복지서비스가 어느 정도 노인 삶의 질을 향상시키고 성공적 노화에 기여하였는지에 대해서도 이견을 보이고 있다(신동민, 2012). 또한 전생애발달의 관점에서 볼 때에 노년기에 노화로 인해 감퇴하고 상실되는 측면만 있는 것이 아니라 오히려 증가하고 새로이 나타나는 발달의 측면도 존재한다. 그러므로 노년기에 상실하는 부분을 중심으로 이를 지원하기 위한 개입뿐 아니라 노년기에 새로이 획득하거나 강화되는 능력을 지지해주고 개발하기 위한 노력도 동시에 이루어져야 한다는 주장이 제기되었다. 즉, 실제로 존재하는 위험요인들을 차단하는 것이 현실적으로 불가능할 뿐 아니라 동일한 위험요인에 노출되더라도 모든 사람들이 똑같이 부적응적인 반응을 보이는 것은 아니다(Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000). 그러므로 개인의 부적응행동을 유발하는 위험요인(risk factor)을 규명하고 제지하기보다는 부적응행동을 개인이 방어할 수 있도록 하는 보호요인(protective factor)을 규명하고 개발하는 데 노력을 기울여야 한다는 것이다.

이러한 이유로 많은 학자들은 노년기 안녕

감의 잠재적인 자원으로써 영성에 대해 관심을 갖게 되었으며, 이는 특히 여러 분야에서 상실되는 것이 많은 최고령층 노인(oldest old)의 경우 더욱더 중요한 의미를 가질 수 있다. 이를 계기로 영성이 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 연구들이 다수 이루어졌으며, Crowther와 동료들(Crowther, Parker, Achenbaum, Larimore, & Koenig, 2002)은 성공적 노화의 구성요소로 Rowe와 Kahn의 모델에 긍정적 영성(positive spirituality)을 추가하였다. 이처럼 영성을 포함한 다차원적 성공적 노화모델을 설정하게 된 것은 세계보건기구에서 건강을 신체적, 정신적, 사회적, 영적 안녕상태로 정의한 것과 맥을 같이 한다(Ng, Broekman, Niti, Gwee, & Kua, 2009).

영성(spirituality)이라는 단어는 숨이나 호흡을 뜻하는 히브리어에서 유래한 것으로 인간 생명의 근원을 의미하는 말이다. 영성은 그 사용영역에 따라 다양한 의미를 지니고 있으므로 하나의 통합적인 정의를 내리기는 어렵다. McFadden(1996)은 영성을 출생시부터 타고나는 생의 의미와 목적을 추구하고자하는 동기적, 정서적 기초로 정의하였다. Wink와 Dillon(2002)은 넓은 의미로 영성은 물질적인 측면을 넘어서 삶의 의미와 목적을 추구하는 것으로 정의하였다. Canda와 Furman(2010)은 영성을 인간 존재의 근본적이고 총체적인 특성으로 자아초월적 경험을 포함하는 것으로 간주하였다. 권석만(2008)은 영성을 우리를 근원적으로 이끄는 뿌리와 같은 것으로 이를 통해 인생의 의미와 목적을 느끼고 충만한 삶을 살게 된다고 하였다. 또한 영성은 삶의 궁극적 의미를 추구하는 것일 뿐만 아니라 개체를 넘

어서 더 큰 전체 또는 절대자와 연결되기를 바라는 자기초월적 욕구를 포함한다고 하였다. 김종성, 안상섭과 한성렬(2009)은 영성이란 자기초월과 자기포기를 위한 심오하고도 신비스러운 인간적 열망에 대한 반응으로 정의하였다. 따라서 영성은 인간 존재의 근본적이고 총체적인 특성과 관련된 측면과 초월적 관계에 대한 측면을 모두 포함하는 개념으로 볼 수 있다.

이러한 영성의 개념은 종교성과 결부되어 많은 연구가 이루어졌다. 어떤 연구자들은 이들 두 개념이 서로 연관되어 있다고 생각하였으나(Moberg, 2005), 이들 개념은 동일한 구인으로 보기 어려운 각기 독립적인 구인으로 간주되기도 하였다(Wink & Dillon, 2003). Paloutzian과 Ellison(1982)은 영성을 자기와 타인과의 관계를 의미하는 영성의 수평적 차원인 실존적 영성과 신이나 지고의 가치와의 초월적 관계를 의미하는 영성의 수직적 차원인 종교적 영성으로 구분하였다. 실존적 영성은 자신과 타인, 세상과의 초월적 관계를 의미하며, 종교적 영성은 생명의 근원인 절대자와의 초월적 관계를 의미한다. 실존적 영성이 개인의 인생에 의미와 목적을 추구하도록 동기를 부여하는 것이라면, 종교적 영성은 신과의 관계에서 느끼는 영적인 안녕으로 인간이 질병과 고통, 상실 등과 같은 삶의 위기에 어떻게 대처하고 자신의 삶을 어떤 관점에서 보는지에 영향을 미친다. 실존적 영성은 생의 의미와 목적을 추구하는 것으로 정의할 수 있다면 종교적 영성은 주로 특정 종교적 전통에 기초한 체계화된 신념이나 관행으로 정의할 수 있다(Koenig, McCullough, & Larson, 2001).

이처럼 전통적인 종교성을 넘어서는 포괄적인 개념의 영성은 성공적 노화와 밀접한 관련성이 있는 것으로 주목받게 되었다(Ng et al., 2009; Sandler & Biggs, 2006). 영성이 어떻게 성공적 노화에 영향을 미치는지에 대해 Wink와 Dillon(2003)은 나이가 들어가면서 사람은 자신의 영적인 측면을 탐색하기 위해 내면에 초점을 맞추며, 변화하는 자연의 리듬에 보다 수용적이 되기 때문이라고 하였다. Erikson(1950)도 노년기를 자신의 삶의 마지막을 향한 영적인 조화를 이루기 위해 자아통합감과 절망감간의 긴장을 해결하려는 심리적 욕구로서 특징 지워지는 시기로 묘사하였다. 자아통합감은 자신의 과거를 회상하면서 나쁜 것과 좋은 것을 모두 수용하고 다가오는 죽음을 두려움 없이 수용할 수 있는 능력에 좌우된다고 보았다. 이러한 사실은 노년기 안녕감의 핵심적 요소로서 명상이나 숙고, 생의 회고의 중요성을 말해주는 것이다.

Tornstam(1997)에 따르면 노인들은 세계에 대한 물질적, 실용적인 관점으로부터 보다 우주적이고 초월적인 관점으로 변화하며, 이러한 변화는 노년기의 삶에 만족감을 부여한다고 한다. 초월적 변화는 자기(self) 수준, 사회적(social) 수준, 우주적(cosmic) 수준의 세 가지 수준에서 일어난다. 자기 수준의 변화는 자기 중심성의 감소, 물질주의와 신체적 외모에 대한 관심의 감소, 내성적 욕구의 증가를 의미하며, 사회적 수준의 변화는 피상적 사회적 접촉에 대한 관심의 감소, 고독과 명상 욕구의 증가를 포함한다. 또한 우주적 수준의 변화는 자연이나 우주와의 연결감을 반영하는 것으로, 이는 노인들로 하여금 시간, 공간, 삶

과 죽음에 대해 새로운 관점을 갖게 하고, 과거나 미래 세대와의 친밀감도 증대시킨다. 또한 Frankl(1964)에 따르면 인간은 자신의 존재에 직면함으로써 자신의 삶에서 의미를 발견할 수 있다고 하였다. 그는 사람들이 세 가지 방식, 즉 창조적, 경험적, 실존적 가치를 표현함으로써 자신의 삶에서 의미를 발견하는데, 이 가운데 실존적 가치의 표현은 역경에 직면하여 자신의 가치를 재평가하는 과정을 통해 가능하다고 하였다. 그러므로 만성질환의 비율이 높은 노인에게 있어서 영성은 중요한 의미를 지니며(Baltes & Smith, 2003), 그 중에서도 삶에 어려움이 많은 빈곤층 노인들에게 더 중요한 의미를 가진다(Holstein & Minkler, 2003).

그러나 영성의 영향이 항상 긍정적인 것만은 아니며 부정적 영향을 미치기도 한다. 영성은 개인적으로나 사회적으로 안녕감을 저해할 수 있다. 신과 같은 절대적 지도자에게 무조건 복종하고 헌신하도록 강요하거나, 건강에 이상이 생겼을 때 의학적 치료를 배제하고 오로지 종교적 행위에만 몰두하도록 조장하는 영성의 특정 측면들은 부정적인 영향을 미치기도 한다. 반면 긍정적 영성은 질병에 맞서 스트레스를 감소시키고 인생의 목적과 의미를 찾게 해주는 인지적 체계를 마련해준다. 긍정적 영성은 기도나 명상 등의 영성적 활동을 통해 고립감을 감소시키고 적극적 인생참여의 길로 인도해준다는 측면에서 성공적 노화와 관련된 요인으로 주목받고 있다.

지금까지 성공적 노화에 영향을 미치는 요인을 탐색하기 위한 많은 연구들은 Rowe와 Kahn(1997, 1998)의 모델에 근거하여 이루어졌

다. 즉, 질병과 장애가 없어야 신체 기능과 인지 기능을 유지하기가 용이하고, 신체 기능과 인지 기능을 유지함으로써 사회적 참여가 가능하다는 전제 하에 이루어졌다. 그리고 많은 연구들에서 신체 기능과 인지 기능은 성공적 노화에 영향을 미치는 중요한 변수로 나타났다(김경호, 김지훈, 2009; 성혜영, 조희선, 2005; Seeman, Lusignolo, Albert, & Berkman, 2001; Strawbridge, Wallhagen, & Cohen, 2002; Tabbarah, Crimmins, & Seeman, 2002). 그러므로 신체 기능과 인지 기능이 성공적 노화에 미치는 영향을 통제한 이후에도 영성이 성공적 노화를 추가적으로 설명하는지 살펴 볼 필요가 있다.

성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 대한 우리나라의 연구에서 가장 많이 다루어진 것은 사회경제적 지위, 성, 학력, 연령, 배우자 유무와 같은 사회인구학적 특성들이다. 다음으로 신체적 건강과 기능 유지, 종교 및 영성의 순으로 나타났다(안정신, 정영숙, 정여진, 서수균, Cooney, 2011). 그러나 연령과 성 등의 사회인구학적 특성의 영향에 대한 연구결과가 일관성을 보이지 않을 뿐 아니라 종교 및 영성과 관련된 대부분의 연구들이 영성과 종교성을 별도로 구분하지 않고 단지 종교 활동 여부를 중심으로 이것이 성공적 노화에 미치는 영향을 살펴보고 있었다. 또한 성공적 노화의 개념을 자아통합감이나 생활만족도, 심리적 안녕감 등 다양한 개념들을 사용하여 측정함으로써 성공적 노화와 관련된 요인들의 영향도 연구결과에 따라 차이를 보이고 있다.

이에 본 연구에서는 김동배(2008)의 성공적 노화모델을 근거로 성공적 노화란 중용적인 삶의 태도를 바탕으로 자율적이고 적극적인

삶의 자세를 견지하면서 자기완성을 지향함과 동시에 자기와 타인을 수용하는 정도로 정의하고자 한다. 또한 영성의 실존적 측면과 종교적 측면을 모두 포함하여 이들이 성공적 노화와 어떠한 관련이 있는지 체계적으로 살펴보고자 한다. 정리하면, 본 연구에서는 먼저 한국노인들의 사회인구학적 특성에 따른 성공적 노화 수준의 차이를 살펴보고자 한다. 다음으로, 성공적 노화와 신체 기능 및 인지 기능과 영성의 관련성을 탐색한 후, 사회인구학적 특성과 신체 기능 및 인지 기능의 영향력을 통제한 후에도 영성이 성공적 노화를 의미 있게 설명하는지를 알아보고자 한다. 이를 통해 성공적 노화를 위한 중요한 자원으로서 영성의 의미를 탐색해보고 이를 지원하기 위한 교육의 기초자료를 제공하고자 한다.

이상의 목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 노인의 인구학적 배경에 따라 성공적 노화 및 영성 수준은 차이가 있는가?

연구문제 2. 노인의 성공적 노화는 신체 기능 및 인지 기능, 영성과 관계가 있는가?

연구문제 3. 노인의 영성은 인구학적 배경 및 신체 기능과 인지 기능을 통제한 후에도 성공적 노화를 설명하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 서울 및 수도권에 거주하는

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

특성	범주	빈도 (명)	백분율 (%)
성별	남자	118	37.5
	여자	197	62.5
연령	60대	110	34.9
	70대	160	50.8
	80대	42	13.3
	90대	1	0.3
	무응답	2	0.7
최종 학력	대학졸업	58	18.4
	고등학교 졸업	69	21.9
	중학교 졸업	60	19.0
	초등학교 졸업	120	38.1
	무응답	8	2.5
배우자 유무	유	179	56.8
	무	136	43.2
동거 가족	자녀	178	56.5
	친척/친구	9	2.9
	기타	64	20.3
	없음	50	15.9
	무응답	14	4.4

60세 이상의 사람을 대상으로 선정하였다. 연구대상의 성, 연령대, 생활수준, 활동 여부 등을 고려하여 유의표집 하였다. 총 323명을 대상으로 면접조사를 실시하여 자료를 수집하였는데, 회수된 질문지 가운데 부실 기재되거나 미완성된 8부를 제외한 315부를 분석에 사용하였다.

연구대상의 평균 연령은 약 72세였고, 최소 연령은 61세, 최대 연령은 91세였다. 남자 노

인들의 평균 연령은 71세, 여자 노인들의 평균 연령은 73세였다. 연구대상에서 여자 노인이 남자 노인보다 높은 비율을 차지하였고, 초등학교 졸업이 가장 높은 비율을 차지하였다. 배우자가 있는 가정이 없는 가정보다 높은 비율을 차지하였고, 자녀와 동거하는 가족이 가장 높은 비율을 차지하였다. 연구대상의 일반적 특성은 표 1에 제시되어 있다.

2. 측정도구

성공적 노화

노인의 성공적 노화 정도를 측정하기 위해 김동배(2008)가 한국 노인을 대상으로 개발한 성공적 노화 척도를 사용하였다. 이 척도는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생 참여, 자녀에 대한 만족, 자기수용, 타인수용의 6개 하위 요인, 총 31문항으로 이루어져 있다. ‘전혀 그렇지 않다’(1)에서 ‘매우 그렇다’(5)까지 5점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 성공적 노화의 정도가 높음을 의미한다. 김동배(2008)는 이 척도의 타당도와 관련하여 확인적 요인분석 결과 6개 요인 모형의 적합도 지수가 타당하다고 보고했다. 또한 우리나라에서 노년기를 평가하는 데 있어서 가장 범용적인 척도로 간주되는 ‘노인 삶의 질 척도’와 상관분석을 한 결과 $r = .72$ 로 나타나 공인타당도가 높다고 보고했다. 본 연구에서 성공적 노화 전체의 신뢰도 Cronbach α 값은 .94로 나타났다. 하위요인별로는 자율적 삶 .87, 자기완성지향 .79, 적극적 인생참여 .78, 자녀에 대한 만족 .93, 자기수용 .71, 타인수용 .70으로 나타났다.

영성

영성을 평가하기 위해 Paloutzian과 Ellison (1982)이 개발한 영적 안녕 척도(Spiritual Well-Being Scale: SWBS)를 최상순(1990)이 번안한 것을 수정·보완하여 사용하였다. 질문지는 영성의 수직적 차원인 종교적 영성(religious spiritual well-being) 10문항, 영성의 수평적 차원인 실존적 영성(existential spiritual well-being) 10문항으로 구성되어 있다. 종교적 영성은 인간이 신과의 관계에서 느끼는 안녕감을 의미하며, 실존적 영성은 인간의 삶에 대한 목적이나 만족감과 관련된 안녕감을 의미한다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(1)에서 ‘매우 그렇다’(5)까지 5점 척도로 구성되어 있고, 총점은 20점에서 100점까지 분포된다. 점수의 범위는 최저 1점에서 최고 5점의 범위로, 점수가 높을수록 해당 영적 안녕의 정도가 높음을 의미한다. Paloutzian과 Ellison의 연구(1982)에서 보고된 척도의 신뢰도 Cronbach α 값은 종교적 영성 .96, 실존적 영성 .86, 전체 .93으로 나타났으며, 최상순의 연구(1990)에서 Cronbach α 값은 .91로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach α 값은 전체 .91, 종교적 영성 .84, 실존적 영성 .84로 나타났다.

신체 기능

신체 기능을 평가하기 위해서 이윤환과 동료들(2002)이 개발한 신체 기능(Physical Functioning: PF) 척도를 사용하였다. 이 척도는 우리나라 재가노인을 대상으로 개발되었으며, 상·하체 운동능력(mobility), 일상생활수행능력(activities of daily living), 수단적 일상생활능력(instrumental activities of daily living)과 관련된

총 10문항으로 구성되어 있다. 점수는 ‘전혀 어렵지 않다’(3), ‘약간 어렵다’(2), ‘매우 어렵다’(1), ‘전혀 할 수 없다’(0)의 4점 리커트 척도를 사용했으며, 점수가 높을수록 신체 기능이 우수함을 나타낸다. 척도의 점수화는 각 항목의 점수(0-3)를 더한 총점을 문항수로 나눈 후 다시 응답 최고 점수인 3으로 나누어 100을 곱함으로써 최고점수가 100이 되도록 산출하였다. PF척도는 개발 당시 내적 합치도가 .92였고, 준거관련타당도와 구성타당도가 검증되었다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach α 값은 .91로 나타났다.

인지 기능

인지 기능을 평가하기 위해 Treffinger(2000)의 창의적 문제해결(Creative Problem Solving: CPS) 체크리스트를 한국어로 번안하고, 인간발달 전공 교수 3인으로부터 번역내용의 타당도를 확인한 후 사용하였다. 이 척도는 창의적 사고 능력과 인지 능력을 평가하는 것으로, 총 12문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 5점 리커트식으로 응답하게 되어 있다. 점수가 높을수록 인지적 문제해결능력이 높음을 나타낸다. Treffinger(2000)는 이 척도가 창의적 사고 능력 및 인지 능력을 평가하는 검사들과 높은 관련성을 보여 준거관련타당도가 높다고 보고하였다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach α 값은 .91로 나타났다.

3. 연구절차

본 조사에 앞서 서울에 거주하는 노인 20명

을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사를 통해 노인들을 일대일로 면접할 때의 주의할 점을 확인하였고, 문항에 대한 이해도를 체크하였다. 이를 바탕으로 연구자들은 본 조사 실시 전, 총 3회에 걸쳐 8명의 면접자들을 훈련시켰다. 노인들의 경우, 연령, 신체 기능 및 인지 수준에 따라 면접에 소요되는 시간이나 문항 이해도에 차이가 있으므로, 훈련을 통해 면접자들에게 노인 면접 시 태도와 주의할 점 등을 주지시켰다.

본 조사의 연구대상 노인은 연령, 생활수준 등을 고려해 유의표집하였고, 노인복지관, 사회복지관, 교회, 성당 등에 미리 연락을 취해 연구 참여에 동의하는 노인을 대상으로 면접을 실시하였다. 노인 1인당 면접에 소요된 시간은 20~40분 정도였다. 면접 시 직접 설문지에 기입하기를 원하는 노인들의 경우, 직접 설문지에 기입하게 하였고, 그렇지 않은 노인들은 면접원이 구두로 질문한 후 응답을 질문지에 기록하였다.

4. 자료분석

연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도 및 백분율을 산출하였다. 또한 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach α 값을 산출하였다. 다음으로, 배경변인에 따른 성공적 노화와 영성의 차이를 알아보기 위해 평균과 표준편차를 구하고, 이러한 차이가 유의한지를 살펴보기 위해 t 검증과 분산분석을, 사후분석으로 Scheffé검증을 실시하였다. 또한 성공적 노화와 신체 기능 및 인지 기능, 영성 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관계수

를 산출하였다. 끝으로 배경변인 및 신체 기능과 인지 기능이 성공적 노화에 미치는 영향을 통제된 후에도 영성이 성공적 노화에 미치는 영향을 파악하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이상의 자료분석에는 IBM SPSS 20.0과 AMOS 18.0을 사용하였다.

III. 결과 및 해석

1. 성공적 노화 및 영성의 인구학적 배경에 따른 차이

노인의 성, 교육수준, 배우자유무, 경제수준, 연령대에 따른 성공적 노화와 영성에서의 차이를 살펴보기 위해 평균과 표준편차를 산출하고, 이러한 차이가 통계적으로 유의한지를 살펴보기 위해 t 검증과 분산분석을, 사후분석으로 Scheffé검증을 실시하였다. 분석 결과는 표 2에 제시되었다. 먼저, 성공적 노화의 수준은 노인의 성에 따라 유의한 차이가 나타났다($t = -4.45, p < .001$). 즉 여성들이 남성들보다 성공적 노화의 수준이 더 높았다. 하지만 성공적 노화수준은 다른 인구학적 배경변인에 따라서는 유의한 차이가 없었다. 다음으로, 종교적 영성은 성($t = -3.12, p < .01$)과 연령($F = 4.74, p < .01$)에 따라 유의한 차이가 나타났다. 여성들이 남성들보다, 80대 이상 집단에서 70대 집단보다 더 높은 수준으로 나타났다. 실존적 영성은 주관적 경제수준($t = -3.03, p < .01$)과 연령($F = 4.89, p < .01$)에 따라 유의한 차이를 보였는데, 중류층이상 집단이 저소득층 집단보다 더 높은 수준으로 나타났다.

표 2. 인구학적 배경에 따른 성공적 노화 및 영성의 평균 차이

배경변인	구분	성공적 노화 <i>M (SD)</i>	종교적 영성 <i>M (SD)</i>	실존적 영성 <i>M (SD)</i>
성	남성(<i>n</i> =115)	2.86 (0.41)	3.48 (0.90)	3.73 (0.69)
	여성(<i>n</i> =197)	3.08 (0.40)	3.79 (0.80)	3.80 (0.67)
	<i>t</i> 값	-4.45***	-3.12**	-0.88
교육수준	고졸미만(<i>n</i> =178)	3.02 (0.45)	3.67 (0.84)	3.71 (0.69)
	고졸이상(<i>n</i> =126)	2.98 (0.38)	3.71 (0.88)	3.85 (0.65)
	<i>t</i> 값	0.93	-0.41	-1.86
배우자유무	배우자 유(<i>n</i> =176)	2.98 (0.37)	3.65 (0.86)	3.82 (0.62)
	배우자 무(<i>n</i> =136)	3.03 (0.46)	3.72 (0.85)	3.70 (0.74)
	<i>t</i> 값	1.13	0.78	-1.58
주관적 경제수준	저소득층(<i>n</i> =117)	2.97 (0.43)	3.61 (0.86)	3.63 (0.73)
	중류층이상(<i>n</i> =184)	3.03 (0.41)	3.80 (0.68)	3.86 (0.63)
	<i>t</i> 값	-0.97	-1.30	-3.03**
연령	60대(<i>n</i> =110) a	2.97 (0.44)	3.73 (0.83)	3.86 (0.63)
	70대(<i>n</i> =157) b	2.98 (0.38)	3.55 (0.83)	3.65 (0.69)
	80대 이상(<i>n</i> =43) c	3.13 (0.47)	3.98 (0.91)	3.94 (0.69)
	<i>F</i> 값	2.40	4.74**	4.89**
	Scheffé		b < c	b < a = c

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

또한 70대 집단에 비해 60대 집단과 80대 이상 집단에서 더 높은 수준을 보였다. 하지만 성공적 노화, 종교적 영성과 실존적 영성 모두 교육수준이나 배우자 유무에 따라서는 유의한 차이를 보이지 않았다.

2. 연구변인들 간의 관련성

성공적 노화와 신체 기능, 인지 기능 및 영성의 관련성을 살펴보기 위해 Pearson의 적률 상관분석을 실시하였으며, 결과는 표 3에 제

시되어 있다. 성공적 노화는 신체 기능을 제외한 모든 연구변인들과 유의하게 강한 정적 관련성을 보였다. 즉 노인들의 인지 기능($r = .47, p < .001$)이 우수하고, 종교적 영성($r = .43, p < .001$)과 실존적 영성($r = .58, p < .001$)의 수준이 높을수록 성공적 노화 수준도 높게 나타났다. 또한 영성의 하위 요인인 종교적 영성과 실존적 영성 간에도 높은 정적 관련성이 나타났다($r = .67, p < .001$). 즉 어느 한 영성의 수준이 높은 사람은 다른 영성의 수준도 높은 경향이 있음을 나타냈다. 그

표 3. 연구변인들 간의 상관관계

(N = 312)

	M	SD	신체 기능	인지 기능	종교적 영성	실존적 영성
성공적 노화	3.01	.42	.01	.47***	.43***	.58***
신체 기능	3.33	.72	-	.16**	.03	.16**
인지 기능	3.05	.52		-	.18**	.41***
종교적 영성	3.68	.85			-	.67***
실존적 영성	3.78	.68				-

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

밖에 노인의 신체 기능과 인지 기능은 종교적 영성보다는 실존적 영성 수준과 보다 밀접한 관련성을 보였다.

3. 영성이 성공적 노화에 미치는 영향

노인의 인구학적 배경과 신체 기능 및 인지 기능이 성공적 노화에 미치는 영향력을 통제 한 후에 영성이 성공적 노화에 미치는 추가적인 영향력을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 1단계에서는 인구학적 배경변인들을 독립변인으로 투입하였다. 이 때 연령을 제외한 성, 교육수준, 경제수준, 배우자유무는 가변수화해 투입하였다. 2단계에서는 신체 기능과 인지 기능을 추가로 투입하였다. 그런 후, 3단계에서 종교적 영성과 실존적 영성을 독립변인으로 투입하였다.

표 4에서 인구학적 배경변인들만 투입된 1 단계 모형에서는 성($\beta = .29, p < .001$)이 성공적 노화를 설명하는 유의한 변인으로 나타났다. 설명력은 8%였다($F = 4.71, p < .001$). 2 단계로 신체 기능과 인지 기능을 추가로 투입한 결과, 인구학적 배경변인 가운데 성($\beta =$

.20, $p < .01$)은 지속적으로 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, 인지 기능($\beta = .45, p < .001$)이 성공적 노화를 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 2단계 모형은 1단계 모형보다 설명력이 19% 증가하여 전체 성공적 노화 변량의 27%를 설명하였다($F = 15.12, p < .001$). 3단계 모형에 종교적 영성과 실존적 영성을 추가로 투입한 결과, 성($\beta = .16, p < .01$)과 인지 기능($\beta = .27, p < .001$)이 지속적으로 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, 실존적 영성($\beta = .44, p < .001$)이 성공적 노화를 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 3단계 모형의 설명력은 2단계 모형보다 18% 증가하여 성공적 노화 전체 변량의 45%를 설명하는 것으로 나타났다($F = 25.72, p < .001$). 이를 종합해보면, 성공적 노화에 가장 크게 영향을 미치는 요인은 실존적 영성, 인지 기능, 성 순으로 나타났으며, 노인의 실존적 영성은 인구학적 배경 변인과 인지 기능을 통제한 후에도 여전히 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 4. 노인의 영성이 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석 결과

독립변인		1단계 모형		2단계 모형		3단계 모형	
		<i>b</i>	β	<i>b</i>	β	<i>b</i>	β
인구학적 배경	성	.25	.29***	.18	.20**	.14	.16**
	연령	<.01	.08	<.01	.04	<.01	.03
	교육수준	.06	.07	.01	.01	-.02	-.02
	경제수준	.05	.06	.03	.03	-.01	-.02
	배우자유무	.05	.06	.04	.05	<.01	.10
신체/인지기능	신체 기능			<.01	<.01	-.03	-.04
	인지 기능			.37	.45***	.22	.27***
영성	종교적 영성					.03	.05
	실존적 영성					.27	.44***
<i>F</i>		4.71***		15.12***		25.72***	
<i>R</i> ²		.08		.27		.45	
ΔR^2		.08***		.19***		.18***	

주. 성은 남자가 0, 여자가 1로, 교육수준은 고졸미만이 0, 고졸이상이 1로, 경제수준은 저소득층이 0, 중류층 이상이 1로, 배우자유무는 유 1, 무 0으로 코딩되었음.

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

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 한국 노인의 성공적 노화와 영성의 관련성을 탐색하고, 영성이 성공적 노화에 미치는 영향력을 알아보고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 논의해 보면 다음과 같다. 첫째, 인구학적 배경에 따른 노인의 성공적 노화와 영성의 차이를 살펴본 결과, 성공적 노화는 성별에 따라, 종교적 영성은 성별과 연령대별로, 실존적 영성은 경제수준과 연령대별로 유의한 차이를 보였다. 즉, 성공적 노화에서는 남성들보다 여성들이 더 높은 점수를 받았으며, 종교적 영성은 남성들보다 여성들이, 70대 집단보다 80대 이상 집단이 더 높

은 것으로 나타났으며, 실존적 영성은 저소득층보다 중류층 이상이, 70대 집단보다 60대 집단과 80대 이상 집단에서 더 높은 것으로 나타났다.

본 연구에서는 여성노인들의 성공적 노화 수준이 남성노인들보다 높게 나타났다. 선행 연구들(박상연, 전영미, 정정혜, 이선희, 2013; 신동민, 2012)에서도 여성노인들의 성공적 노화점수가 남성노인들보다 높게 나타났으며, 남성노인들보다 여성노인들의 자아통합감 수준이 높게 나타난 것도 이와 유사한 맥락에서 이해할 수 있다. 이러한 결과는 남성의 삶에서 여전히 중시되는 도구적, 직업적 역할과 관련하여 해석할 수 있다. 평생을 도구적 역

할에 초점을 맞추어 살아왔고, 임금노동을 통해 자신의 존재가치를 확인해온 남성의 입장에서 상실된 경제적 자원을 다른 자원으로 대체하여 그 가치를 인정하고 수용하기가 어려울 수 있다. 따라서 상실감은 상대적으로 크게 느껴지고 삶에 대한 만족도는 감소할 것으로 추론할 수 있다. 반면 여성노인의 경우에는 남성노인보다 뛰어난 친화력으로 인간관계나 사회적 참여의 범위가 급격하게 축소되지 않을 뿐 아니라 종교 활동 등의 사회적 참여로 인해 정신건강이나 신체건강에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

그러나 이와는 달리 남성노인이 여성노인보다 성공적 노화점수가 높다는 연구결과도 다수 제시되었다. 신영희와 이해정의 연구(2009)에서도 남성노인들이 여성노인들보다 성공적 노화에서 높은 점수를 받았고, 윤현숙과 원성원의 연구(2010)에서도 남성노인들이 여성노인들에 비해 생활만족도가 높은 것으로 나타났으며, 백지은의 연구(2010)에서도 남성노인들이 여성노인들에 비해 심리적 안녕감을 더 높게 인식하는 것으로 나타났다. 또한 Abdel-Khalek(2006)도 남성노인집단이 여성노인집단에 비해 행복이나 정신건강의 자기평가점수가 더 높은 것으로 나타났다. 이처럼 남성노인들의 성공적 노화수준이 여성노인들보다 높은 이유는 교육수준이 높고 경제수준이 높을수록 성공적 노화수준이 높은 것과 관련하여 설명하였다. 즉, 노년기 여성노인은 남성노인에 비해 상대적으로 열악한 사회경제적 지위를 가지고 있기 때문이라고 본 것이다. 반면, 성공적 노화를 자아통합으로 정의한 홍현방의 연구(2002, 2003)에서는 성별에 따른 차이가 나

타나지 않았다. 이처럼 성별에 따른 연구결과가 일치하지 않는 것은 성공적 노화의 개념을 재정립할 필요성을 말해주는 것이기도 하다. 지금까지 성공적 노화의 개념은 자아통합감, 생활만족도, 심리적 안녕감 등 다양한 개념을 중심으로 측정해 왔으므로 개념상의 문제도 배제할 수 없다.

다음으로, 종교적 영성은 남성들보다 여성들이, 실존적 영성은 저소득층보다 중류층 이상이 높게 나타났으나 종교적 영성과 실존적 영성 모두 70대보다는 80대에서 높게 나타났다. 선행연구에서는 성별에 따라 영성의 차이가 나타나지 않거나(Kirby, Coleman, & Daley, 2004) 남성들의 영성수준이 여성들보다 높게 나타나기도 하였다(Ford et al., 2000). 대부분의 연구들에서 남정보다 여성이 종교적 영성 수준이 높고(신동민, 2012; 윤현숙, 원성원, 2010; Abdel-Khalek, 2006; Wink & Dillon, 2003), 사회계층이 높은 집단에서 실존적 영성 수준이 높게 나타났다(신동민, 2012; Wink & Dillon, 2003). 본 연구에서 여성들의 종교적 영성수준이 남성보다 높게 나타난 것은 여성의 높은 친화력이나 사교성과 관련된 것으로 볼 수 있다. 여성은 남성에 비해 관계지향적인 속성이 강하므로 새로운 종교집단에 참여하고 구성원들과 관계를 형성하는 것이 비교적 용이할 수 있다. 또한 사회계층이 높은 집단에서 실존적 영성 수준이 높게 나타난 것은 실존적 영성이 삶의 의미를 추구하는 것과 관련된 것이기 때문일 수 있다. Maslow가 욕구위계이론에서 주장한 바와 같이 먹고 사는 문제를 해결하기에 급급한 저소득층의 경우 생존의 욕구가 제대로 충족되지 못한 상황에서 상위의 욕구인 자

기실현의 욕구를 추구하는 것이 용이하지 않을 수 있다.

또한 종교적 영성과 실존적 영성 모두에서 70대보다 80대가 높게 나타난 것은 연령대가 낮은 노인집단에서는 외형적으로 드러나는 장애 예방이나 양호한 건강상태에 보다 치중하고 이를 유지하느라 영성에 대한 관심이 비교적 낮은 반면, 연령대가 높은 노인집단에서는 생물학적 능력이 감퇴하면서 건강이나 신체활동 및 사회적 관계에 가치를 덜 부여하며, 대신 긍정적 태도, 개인적 성장의 기회, 자기이해, 삶의 의미 등 내면적 측면에 보다 가치를 두기 때문이다(Knight & Ricciardelli, 2003; Tate, Lah, & Cuddy, 2003). 성공적 노화의 중요 요소로 질병 및 장애예방, 높은 수준의 신체 기능과 인지 기능 그리고 적극적 사회활동참여를 강조하는 Rowe와 Kahn의 모델에 근거해보면 이러한 능력을 상실하는 최고령층 노인의 경우 성공적 노화수준이 그다지 높지 않을 것으로 추론해 볼 수 있다. 그러나 70대보다 80대에서 종교적·실존적 영성이 증가한 연구결과를, 성공적 노화는 연령과 관련된 변화에의 적응 과정이며, 신체적 능력의 감퇴를 수용하고 영성적 측면으로 관심을 전환하는 것과 관련될 수 있음을 시사한다. 또한 70대에 비해 60대의 실존적 영성 수준이 높게 나타난 것은 Jung의 중년기 위기와 관련된 것으로 추론해 볼 수 있다. 최근 평균수명의 연장으로 100세 시대를 앞둔 시점에서 60대는 물리적으로는 노년기에 해당하지만 심리적으로는 중년기의 연장선상에 있다고 볼 수 있다. 그러므로 60대의 실존적 영성 점수가 높게 나타난 것은 중년기 위기를 해결하는 과정에서 삶의 의미

와 목적을 찾고자 하는 실존적 욕구에 기인하는 것으로도 추론해 볼 수 있다.

둘째, 주요 연구변인들 간의 관련성을 살펴본 결과, 성공적 노화는 신체 기능을 제외한 모든 변인, 즉, 인지 기능과 종교적 영성, 실존적 영성은 모두 성공적 노화와 밀접한 관련성을 보이는 것으로 나타났다. 이는 인지 기능이 우수하고 종교적 영성과 실존적 영성수준이 높은 노인들이 성공적 노화도 용이하다는 것을 말해준다. 또한 영성의 하위요인인 종교적 영성과 실존적 영성 간에도 유의한 정적 상관을 보였으며, 노인의 신체 기능과 인지 기능, 성공적 노화는 종교적 영성보다 실존적 영성과 보다 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다.

먼저 성공적 노화가 인지 기능과 높은 정적 상관을 보이는 것으로 나타난 본 연구결과는 기존의 연구결과(김경호, 김지훈, 2009; Strawbridge et al., 2002; Tabbarah et al., 2002)와 일치한다. Rowe와 Kahn(1997, 1998)도 성공적 노화모델에서 인지 기능과 성공적 노화와의 관련성을 강조하였고, Seeman과 동료들(2001)도 노인의 인지 기능 수준이 성공적 노화와 관련이 있음을 강조하였다. 이러한 연구결과는 노인을 대상으로 교육프로그램을 실시한 집단이 그렇지 않은 집단보다 생활만족도가 향상되었다는 연구결과(신복기, 성향숙, 김수영, 2006)와 유사한 맥락에서 이해할 수 있다. 그러므로 평생교육이나 복지프로그램 등을 통해 지속적으로 노인교육의 기회를 제공하는 것은 노년기의 삶의 질을 향상시키고 성공적 노화를 용이하게 하는 효율적인 방법이라고 볼 수 있다.

또한 종교적 영성과 실존적 영성은 모두 성공적 노화와 관련이 있는 것으로 나타났는데, 이는 영성과 성공적 노화에 대한 기존의 연구결과(Fry, 2000; Kirby et al., 2004; Koenig, George, & Titus, 2004; Wink & Dillon, 2003)와 일치한다. Emmons, Cheung과 Tehrani(1998)는 영적 추구는 다른 어떤 형태의 추구보다도 안녕감과 높은 상관성이 있다고 하였다. 또한 노인의 영성 수준이 높을수록 노인의 불안과 우울은 낮아지는 반면, 삶의 질은 높아진다고 한다(염형욱, 정성덕, 서완석, 구본훈, 배대석, 2005). 호스피스 환자들을 대상으로 한 연구(Thomson, 2000)에서도 영적 안녕이 삶의 질에 영향을 미치는 주요 변인으로 나타났다. 이처럼 영성은 개인이 고통스러운 상황에 처했을 때에도 자기초월로 인한 낙관적 관점을 갖게 함으로써 심리적 안녕감을 유지하게 해준다(Strawbridge, Shema, Cohen, Robert, & Kaplan, 1998). 이는 성공적 노화를 위해서는 물질적 요인 못지않게 관념적 요인이 중요하다는 것을 의미하므로(Collings, 2001), 성공적 노화를 위해 영성 개발을 지원할 필요가 있음을 시사한다.

또한 성공적 노화와 신체 기능, 인지 기능은 종교적 영성보다 실존적 영성과 더 밀접한 관련성을 보이는 것으로 나타났다. 이는 성공적 노화와 영성에 대한 기존의 연구결과(염형욱 외, 2005; Coleman & Hozemer, 1999)와 일치하는 것으로, 실존적 영성이 자기실현과 관련된 측면을 내포하고 있기 때문일 수 있다. Fry의 연구(2000)에서는 내적 평화 수준으로 측정된 영성, 즉, 실존적 영성은 지역사회에 거주하는 노인들의 안녕감과 정적 상관을 보이는

반면, 종교성(교회 참석 여부, 종교 텔레비전 시청 등)은 시설에 거주하는 노인들의 안녕감의 주요한 근원이 되는 것으로 나타났다. 이는 종교적 영성은 활동반경이 제한된 시설거주노인들에게는 활동반경을 확장시켜주고 적극적 사회참여를 유도함으로써 성공적 노화에 기여한다면, 실존적 영성은 적극적 사회참여보다는 자기실현의 욕구를 충족시킴으로써 성공적 노화에 기여하는 것으로 볼 수 있다. Wink와 Dillon(2003)도 종교성은 타인과의 긍정적 관계나 지역사회 참여와 같은 사회적 측면의 안녕감과 정적 상관을 보이는 반면, 실존적 영성 수준의 증가는 개인적 성장, 지혜와 같은 안녕감의 자기지향적 측면과 상관이 있다고 하였다. 종교적 영성과 차별화되는 실존적 영성의 이러한 속성으로 인해 실존적 영성이 성공적 노화나 신체 기능 및 인지 기능과 상관이 높게 나타났다고 볼 수 있다.

셋째, 성공적 노화에 유의한 영향을 미치는 요인은 실존적 영성, 인지 기능, 성의 순으로 나타났으며, 일반적 배경변인 가운데 연령, 교육수준, 경제수준, 배우자 유무와 신체 기능 및 종교적 영성은 유의한 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다. 이는 경제수준과 신체 기능은 성공적 노화에 직접적으로 영향을 미치지 않고 개인적 자원을 통해 간접적으로 영향을 미친다는 연구결과(정옥분, 임정하, 정순화, 김경은, 2013)와 관련해서 설명할 수 있다. 배우자 유무가 영향을 미치지 않은 것은 연구대상에서 남성노인에 비해 여성노인이 상당히 높은 비율을 차지하였고, 자녀와 동거하는 비율이 높았던 사실로 설명할 수 있다. 그리고 연령이 영향을 미치지 않은 것은 연구대상의 연

령이 거의 60대와 70대에 분포되어 있었던 점으로 설명할 수 있다. 또한 노인의 실존적 영성은 인구학적 배경변인 및 신체 기능과 인지 기능을 통제한 후에도 성공적 노화에 의미있는 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대부분의 연구들에서 영성은 성공적 노화에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 영성의 수직적 차원(종교적 영성)보다 수평적 차원(실존적 영성)이 보다 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 실존적 영성이 자기효능감과 상호호혜적이고 순환적인 관계를 가지고 있어서 개인의 자기효능감을 증진시키며, 자기효능감이 높은 사람일수록 영성수준도 높아지기 때문이다(박경묘, 2007; 박종일, 2009; Miller, 1998; States, 2001). 또한 영성은 노인의 자아통합감과도 관련이 있는 것으로 나타났다(신동민, 2012; 최금주, 제석봉, 2007). 노년기는 불안과 우울이 증가하지만 이와 동시에 자아통합의 과정에서 영성이 발달되는 시기이다(Wilber, 1997). 노인들을 영성유형에 따라 실존적 영성중심군, 실존적·종교적 영성중심군, 종교적 영성중심군으로 구분한 연구(주은애, 2006)에서도 실존적·종교적 영성중심군이 가장 자아통합감 수준이 높게 나타난 반면, 종교적 영성중심군의 자아통합감 수준이 가장 낮게 나타났다. 이는 종교적 영성은 더 큰 힘에 대한 굴복과 자기포기로 볼 수 있으므로 자기효능감과 역의 관계를 예측할 수도 있으나 실존적 영성은 자신과 타인, 환경과의 초월적 관계를 의미하므로 이는 인간관계의 개선이나 개인의 자기효능감을 증진시키는 것으로 볼 수 있다. 이러한 관점에서 본다면 영성, 특히 실존적 영성은 노년기에 직면하는 여러

가지 위험요인들의 효과를 상쇄시켜줄 수 있는 보호요인으로 작용할 수 있다. Kirby와 동료들(2004)도 실존적 영성은 연령증가에 따른 심리적 안녕감의 저하를 완화시킴으로써 성공적 노화에 기여하는 것으로 보인다고 하였다. 따라서 여러 가지 측면에서 상실을 경험하는 노년기의 성공적인 적응을 위해 실존적 영성은 이를 보상해줄 수 있는 중요한 자원이 될 수 있을 것이다.

본 연구를 종합해보면 지금까지 성공적 노화와 관련된 사회인구학적 변인 가운데 성별에 따라 여성들이 남성들보다 성공적 노화수준이 높은 것으로 나타났으며, 인지 기능 및 영성은 성공적 노화와 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 그리고 실존적 영성은 인구학적 배경변인 및 신체 기능과 인지 기능을 통제한 이후에도 성공적 노화를 예측하는 중요한 변인으로 나타났다. 따라서 본 연구결과는 성공적 노화를 위해 실존적 영성을 개발하기 위한 지원이 필요함을 시사한다. 노인에게 대한 통합적 복지가 이루어지기 위해서는 이러한 영성적, 실존적 욕구를 평가하고 충족시키는 것이 필요하다. 따라서 노인들이 일상생활 속에서 자신의 실존적 영성을 함양할 수 있도록 하는 다양한 지원이 필요하다. 현재 주로 우울, 상실, 죽음의 문제와 관련되어 있는 노인 대상 서비스를 확장하여 실존적 영성의 개발을 지원하는 일에도 관심과 노력을 기울인다면 노인들의 성공적인 노화를 돕는 일에 실질적인 기여를 하게 될 것이다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 추후연구를 위해 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다. 먼저, 본 연구에서는 성공적 노화와 관련된 주요 변

인들을 모두 자기보고식으로 평가하였으므로 자료가 단일보고자 평가치였다는 한계가 있다. 그러나 연령증가에 따른 신체적·인지적 능력의 감퇴를 고려해 볼 때 추후연구에서 다중보고자 방식을 통해 성공적 노화모델을 검증해 볼 필요가 있다. 또한 여자노인이 남자노인보다 높은 비율을 차지한 점이나 초등학교 졸업의 학력이 상당 비율을 차지한 점 등은 이후 연구대상의 표집과정에서 고려해야 할 부분이다. 마지막으로 기존의 성공적 노화모델에서 영성이 배제된 이유는 개념적, 방법론적 문제에 기인한 것이다. 이후 영성이 성공적 노화에 영향을 미치는 중요한 변인으로 인식되면서 이와 관련된 다수의 연구가 이루어지고 있으나 아직까지 명확한 개념정립은 이루어지지 않은 상황이다. 서구의 영성 척도에서 사용하고 있는 ‘신’의 개념을 우리나라 문화에 그대로 번역하여 접목시키는 것은 한계가 있다. 그러므로 영성이 성공적 노화에 미치는 영향을 파악하는 데 있어서 우리나라의 문화적 특수성을 고려한 영성척도의 개발과 아울러 이를 근거로 한 명확한 개념정립이 이루어져야 할 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 인구학적 배경변인 및 신체 기능과 인지 기능을 통제한 후에도 실존적 영성이 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 나타난 본 연구결과는 성공적 노화를 위해 신체적·물질적 지원뿐 아니라 영적 측면을 포함하는 통합적 지원이 필요함을 말해준다. 연령이 증가하면서 생물학적 능력의 감퇴는 필연적이다. 그러므로 이러한 능력의 감퇴를 다른 관점에서 보완하고 대처해나갈 수 있는 다른 능력의 개발이 필수적이다.

그러한 보호요인으로서 영성은 중요한 의미를 지니고 있으며, 본 연구결과는 이러한 능력을 지지해주고 향상시켜나가기 위한 지원이 필요함을 제시해주었다. 특히 실존적 영성이 성공적 노화에 미치는 영향을 고려할 때 물질적 지원에 치중해 온 지금까지의 노인복지정책과는 상이한 접근이 필요하며, 관념적 지원을 강화하기 위한 노인상담서비스제도의 도입과 확충이 필요하다는 것을 시사한다. 아울러 실존적 영성은 사회적 차원의 지원 못지않게 개인적 차원에서 함양이 가능한 노년기의 중요한 자원이다. 그러므로 노인을 위한 복지예산의 확충이나 지원이 어려운 경제침체상황에서 실존적 영성은 성공적 노화를 위해 더욱더 유용한 자원이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 권석만 (2008). 긍정심리학: 행복의 과학적 탐구. 서울: 학지사.
- 김경호, 김지훈 (2009). 한국 노인의 성공적인 노화요인의 구조분석. *한국노년학*, 29(1), 71-87.
- 김동배 (2008). 한국 노인의 성공적 노화 척도 개발을 위한 연구. *한국사회복지학*, 60(1), 211-231.
- 김종성, 안상섭, 한성렬 (2009). 영성의 긍정적 기여. *한국심리학회지: 사회문제*, 15(1), 207-226.
- 박상연, 전영미, 성정혜, 이선희 (2013). 노인의 역할활동과 자아존중감이 성공적 노화에 미치는 영향. *노인간호학회지*, 15(1),

- 43-50.
- 박정묘 (2007). 심리경향에 따른 중년기 생의 의미 분석. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 박종일 (2009). 사회복지사의 자기효능감이 직무 만족에 미치는 영향에서 영적 안녕의 중재 효과. 서울기독대학교 대학원 박사학위논문.
- 백지은 (2010). 남성노인과 여성노인의 사회적 지지 경험이 심리적 건강에 미치는 영향. 한국심리학회지, 15(3), 425-445.
- 성혜영, 조희선 (2005). Rowe와 Kahn의 구성요소를 활용한 성공적 노화모델. 한국노년학, 26(1), 105-123.
- 신동민 (2012). 노인의 지각된 자기효능감이 자아통합감에 미치는 영향: 영성의 매개 및 조절효과 검증. 노인복지연구, 57, 261-288.
- 신복기, 성향숙, 김수영 (2006). 성공적 노화를 위한 노인교육프로그램의 효과성 연구. 노인복지연구, 34, 313-336.
- 신영희, 이해정 (2009). 일 도시 노인의 성공적인 노화 관련 요인. 한국노년학, 29(4), 1327-1340.
- 안정신, 정영숙, 정여진, 서수균, Cooney, T. M. (2011). 성공적 노화 연구의 비판적 고찰. 한국심리학회지: 발달, 24(3), 35-54.
- 엄형욱, 정성덕, 서완석, 구본훈, 배대석 (2005). 노년기 영성과 불안·우울 및 삶의 질과의 관계. 영남의대학술지, 22(1), 27-42.
- 윤현숙, 원성원 (2010). 노인의 영성과 종교 활동이 생활만족도와 우울에 미치는 영향. 한국노년학회지, 30(4), 1077-1093.
- 이윤환, 이경중, 한근식, 윤수진, 이연경, 김찬호, 김정림 (2002). 지역사회 노인의 신체기능 평가도구 개발. 예방의학회지, 35(4), 359-373.
- 정옥분, 임정하, 정순화, 김경은 (2013). 노년기 사회적 자원이 성공적 노화에 미치는 영향. 인간발달연구, 20(1), 79-100.
- 주은애 (2006). 노인의 영성유형에 따른 자아통합감과 관련변인에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 최금주, 제석봉 (2007). 노인의 영성이 자아통합감에 미치는 영향. 노인복지연구, 38, 109-126.
- 최상순 (1990). 일 지역 성인의 영적안녕, 희망 및 건강 상태에 관한 관계연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 통계청 (2012). 장래인구추계.
- 홍현방 (2002). 성공적인 노화와 노인의 종교성 관계연구. 한국노년학, 22(3), 247-261.
- 홍현방 (2003). 노인의 영양건강과 성공적인 노화의 관계. 노인복지연구, 21, 49-72.
- Abdel-Khalek, A. M. (2006). Happiness, health and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion and Culture*, 9(1), 85-97.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2003). New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontology*, 49, 123-135.
- Canda, E. R., & Furman, L. D. (2010). *Spiritual diversity in social work practice: The heart of helping* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Coleman, C. L., & Hozemer, W. L. (1999).

- Spirituality, psychological well-being, and HIV symptoms for African American living with HIV disease. *Association of Nurses in AIDS Care*, 10(1), 42-50.
- Collings, P. (2001). If you got everything, it's good enough: Perspectives on successful aging in a Canadian Inuit community. *Journal of Cross Cultural Gerontology*, 16, 127-155.
- Crowther, M. R., Parker, M. W., Achenbaum, W. A., Larimore, W. L., & Koenig, H. G. (2002). Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: Positive spirituality-the forgotten factor. *The Gerontologist*, 42(5), 613-620.
- Emmons, R. A., Cheung, C., & Tehrani, K. (1998). Assessing spirituality through personal goals: Implication for research on religion and subjective well-being. *Social Indicator Research*, 45, 391-422.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Ford, A. B., Haug, M. R., Stange, K. C., Gaines, A. D., Noelker, L. S., & Jones, P. K. (2000). Sustained personal autonomy: A measure of successful aging. *Journal of Aging and Health*, 12, 470-489.
- Frankl, V. E. (1964). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. London: Hodder and Stoughton.
- Fry, P. S. (2000). Religious involvement, spirituality and personal meaning for life: Existential predictors of psychological wellbeing in community-residing and institutional care elders. *Aging and Mental Health*, 4, 375-387.
- Holstein, M. B., & Minkler, M. (2003). Self, society, and the "new gerontology." *The Gerontologist*, 43, 787-796.
- Kirby, S. E., Coleman, P. G., & Daley, D. (2004). Spirituality and well-being in frail and nonfrail older adults. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 59B, 123-129.
- Knight, T., & Ricciardelli, L. A. (2003). Successful aging: Perceptions of adults aged between 70 and 101 years. *International Journal of Aging and Human Development*, 56(3), 223-245.
- Koenig, H. G., George, L. K., & Titus, P. (2004). Religion, spirituality, and health in medically ill hospitalized older patients. *Journal of the American Geriatrics Society*, 52, 554-562.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- McFadden, S. H. (1996). Religion, spirituality, and aging. In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook on the psychology of aging* (4th ed., pp. 162-177). San Diego: Academic Press.
- Miller, W. (1998). Researching the spiritual dimensions of alcohol and other drug problems. *Addiction*, 93(7), 979-990.
- Moberg, D. O. (2005). Research in spirituality,

- religion and aging. *Journal of Gerontological Social Work*, 45, 11-40.
- Ng, T. P., Broekman, B. F. P., Niti, M., Gwee, X., & Kua, E. H. (2009). Determinants of successful aging using a multidimensional definition among Chinese elderly in Singapore. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 17(5), 407-416.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp.224-237). New York: Wiley Interscience.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237, 143-149.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1998). *Successful aging*. New York: Random House.
- Sandler, E., & Biggs, S. (2006). Exploring the links between spirituality and successful ageing. *Journal of Social Work Practice*, 20(3), 267-280.
- Seeman, T. E., Lusignolo, T. M., Albert, M., & Berkman, L. (2001). Social relationships, social support, and patterns of cognitive aging in healthy, high-functioning older adults: MacArthur studies of successful aging. *Health Psychology*, 20(4), 243-255.
- States, J. A. (2001). *Self-efficacy and spirituality in the recovery process from alcohol dependence: A paradox*. (Doctoral dissertation). College of Human Resource and Education at West Virginia University.
- Strawbridge, W. J., Shema, S. J., Cohen, R. D., Robert, R. E., & Kaplan, G. A. (1998). Religiosity buffers effects of some stressors on depression but exacerbates others. *Journal of Gerontology: Social Science*, 53B(3), S118-S126.
- Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., & Cohen, R. D. (2002). Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn. *Gerontologist*, 42(6), 727-733.
- Tabbarah, M., Crimmins, E., & Seeman, T. (2002). The relationship between cognitive and physical performance: MacArthur studies of successful aging. *Journal of Gerontology: Medical Science*, 57(4), 228-235.
- Tate, R. B., Lah, L., & Cuddy, T. E. (2003). Definition of successful aging by elderly Canadian males: The Manitoba follow-up study. *The Gerontologist* 43(5), 735-744.
- Thomson, J. E. (2000). The place of spiritual well-being in hospice patients' overall quality of life. *Hospice Journal*, 15(2), 13-27.
- Tornstam, L. (1997). Gerotranscendence: The contemplative dimension of aging. *Journal of Aging Studies*, 11(2), 143-154.
- Treffinger, D. J. (2000). *Assessing CPS performance*. Waco, TX: Prufrock.
- Wilber, K. (1997). *The eye of spirit: An integral vision for a world gone slightly mad*. Boston: Shambhala.
- Wink, P., & Dillon, M. (2002). Spiritual

- development across the adult life course:
Findings from a longitudinal study. *Journal of
Adult Development*, 9(1), 79-94.
- Wink, P., & Dillon, M. (2003). Religiousness,
spirituality, and psychosocial functioning in
late adulthood: Findings from a longitudinal
study. *Psychology and Aging*, 18, 916-924.
- 1 차원고접수 : 2013. 10. 11.
수정원고접수 : 2013. 11. 18.
최종게재결정 : 2013. 12. 04.

Exploring the Links between Spirituality and Successful Aging of Older Adults

Chung, SoonHwa

Lim, JungHa

Dept. of Home Economics Education, Korea University

The purpose of this study was to examine the relationship between successful aging and the spirituality of older adults in Korea. Three hundreds and fifteen older adults, aged from 61 to 91 in the Seoul metropolitan area, participated in this study. The structured interview method was used to assess the successful aging, spirituality, physical and cognitive functioning of older adults. Group mean comparisons showed that in general, the average level of successful aging was different according to gender. Additionally, the average level of religious and existential spirituality was different by age and economic status. Pearson's correlation analyses indicated that the level of successful aging was positively associated with the level of religious and existential spirituality. Hierarchical multiple regression revealed that existential spirituality was an influential and unique factor in explaining the level of successful aging controlling for demographic characteristics, physical and cognitive functioning of the older adults. These findings suggest that existential spirituality should be considered and supported as a source of well-being in later life.

Keywords: successful aging, existential spirituality, religious spirituality, older adults