

2017. 조사연구보고서

일 상 생 활 스 트 레 스 와 고 독 감 이
노 인 여 가 만 족 에 미 치 는 영 향 연 구

Effects of daily life stress and loneliness on elderly leisure satisfaction

책임연구 | 조추용(꽃동네대학교 사회복지학부 교수)

공동연구 | 정미경(증평노인복지관 사무국장)

 **SSN** 충청북도사회복지협의회

본 보고서는 충청북도사회복지협의회의 연구용역 의뢰를 받아 수행한 연구의 결과입니다. 보고서의 내용은 연구진의 의견이며, 충청북도사회복지협의회의 공식적인 입장이 아님을 밝혀둡니다.

제 출 문

충청북도사회복지협의회 귀하

본 보고서를 『일상생활스트레스와 고독감이 노인 여가만족에 미치는 영향 연구』 연구용역의 최종보고서로 제출합니다.

2017. 10. 27.

연구자 : 조 추 용

(꽃동네대학교 사회복지학부 교수)

| 2017 조사연구사업 **목 차** |

I. 서론	1
II. 이론적 논의	4
1. 노인여가의 개념과 의의	4
2. 일상생활스트레스	9
3. 고독감	11
4. 여가만족	13
5. 관련 선행연구	16
III. 연구방법 및 절차	20
1. 연구모형 및 가설 설정	20
2. 변수의 정의 및 측정	20
3. 표본선정 및 자료수집	23
4. 자료 분석방법	23
5. 척도의 신뢰도	24
IV. 조사결과 분석	25
1. 조사대상자의 일반적 특성	25
2. 주요변수의 기술통계 및 상관관계	30

V. 논의 및 결론	57
1. 요약정리	57
2. 정책적 제언	58
<참고문헌>	61

표 목 차

<표 2-1> 인구추이	4
<표 2-2> 고령자 가구	5
<표 2-3> 노인여가복지시설 현황	7
<표 2-4> 충북 노인여가복지 시설 현황	8
<표 3-1> 설문지 구성	23
<표 3-2> 척도의 신뢰도	24
<표 4-1> 인구사회학적 특성	29
<표 4-2> 주요변수들의 기술 통계치	32
<표 4-3> 성별에 따른 평균비교	32
<표 4-4> 연령에 따른 평균비교	33
<표 4-5> 교육수준에 따른 평균비교	34
<표 4-6> 결혼상태에 따른 평균비교	35
<표 4-7> 동거상태에 따른 평균비교	36
<표 4-8> 종교상태에 따른 평균비교	37
<표 4-9> 월평균 수입에 따른 평균비교	38
<표 4-10> 여가시설 이용횟수에 따른 평균비교	40
<표 4-11> 변수들 간의 상관관계	41
<표 4-12> 성별에 따른 변수간의 차이분석	43
<표 4-13> 경혼상태에 따른 변수간의 차이분석	44
<표 4-14> 연령에 따른 변수간의 차이분석	44
<표 4-15> 교육수준 따른 변수간의 차이분석	46
<표 4-16> 동거상태에 따른 변수간의 차이분석	48
<표 4-17> 종교에 따른 변수간의 차이분석	50
<표 4-18> 월평균 수입에 따른 변수간의 차이분석	51
<표 4-19> 여가시설 이용횟수에 따른 변수간의 차이분석	53
<표 4-20> 여가만족에 미치는 영향	55

| 그림 목 차 |

[그림 3-1] 연구 분석틀	20
[그림 4-1] 성별	26
[그림 4-2] 연령	26
[그림 4-3] 교육수준	27
[그림 4-4] 배우자유무	27
[그림 4-5] 동거상태	28
[그림 4-6] 종교	28
[그림 4-7] 월평균 수입	29
[그림 4-8] 여가시설이용횟수	29
[그림 4-9] 연령집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표	45
[그림 4-10] 연령집단에 따른 고독감 평균 도표	45
[그림 4-11] 연령집단에 따른 여가만족 평균 도표	46
[그림 4-12] 교육수준집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표	47
[그림 4-13] 교육수준집단에 따른 고독감 평균 도표	47
[그림 4-14] 교육수준집단에 따른 여가만족 평균 도표	47
[그림 4-15] 동거상태 집단에 따른 일상적 스테르스 평균 도표	48
[그림 4-16] 동거상태 집단에 따른 고독감 평균 도표	49
[그림 4-17] 동거상태 집단에 따른 여가만족 평균 도표	49
[그림 4-18] 종교집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표	50
[그림 4-19] 종교집단에 따른 고독감 평균 도표	50
[그림 4-20] 종교집단에 따른 여가만족 평균 도표	51
[그림 4-21] 월평균 수입에 따른 일상적 스트레스 평균 도표	52
[그림 4-22] 월평균 수입에 따른 고독감 평균 도표	52
[그림 4-23] 월평균 수입에 따른 여가만족 평균 도표	52
[그림 4-24] 여가시설 이용횟수에 따른 일상적 스트레스 평균 도표	

.....	53
[그림 4-25] 여가시설 이용횟수에 따른 고독감 평균 도표 ...	54
[그림 4-26] 여가시설 이용횟수에 따른 고독감 평균 도표 ...	54

I. 서론

I. 서론

충북지역의 노인복지관 등 노인여가복지시설은 지역노인들이 다양한 프로그램, 친목도모, 취미활동, 각종 정보교환, 기타 여가활동을 할 수 있도록 하는 장소를 제공하는 곳이다. 여가시설을 이용하는 어르신들이 여가프로그램을 참가하여 건강하고 유익한 노후를 즐길 수 있도록 함으로써, 충북의 노인복지 슬로건으로 노인 모두가 행복한 평생복지를 통해 『함께하는 충북, 행복한 도민』을 실현하고자 하는 것이다.

노후의 긴 여가시간을 보내는 방법과 유형은 노인 개인의 사정, 지역적 특성, 지역주민의 관심, 정부의 지원 등에 의해서 실제로 다양하다. 젊었을 때부터 지속적으로 개인적 형편과 사정 등에 따라서 근로를 하고 있는 유형, 연금 등의 공적보장이나 개인적 저축 등의 경제적 보장에 따른 한가롭게 친구들과 지내는 유형, 독서·TV시청·취미생활 등의 젊었을 때 이루지 못한 것을 중심으로 개인적으로 시간을 보내는 유형, 소외감이나 고독감 등을 해소하기 위한 목적으로 정치·각종 사회단체·동창회·노인회 등의 활동에 충실한 유형 등 노후의 여가활동은 매우 다양하게 활동하고 있다.

한편 충북지역의 고령화는 1990년 전체 인구 중 노인인구의 비율이 7%에 이르는 고령화 사회가 되었으며, 2017년 고령자통계에 의하면 2017년에 15.2%가 되어 이미 고령사회가 되었고, 고령화 순위는 전국에서 7위이며, 가장 고령화가 진행된 전남은 21.5%에 이르고 있다. 2020년에는 17.1%, 2025년에는 초고령사회가 되어 21.6%에 이를 전망이다. 또한 충북지역 치매환자 24천명, 중풍환자 18천명(도내 전체 노인인구의 17.5%)이며, 노인들이 두려워하는 질환순서는 치매(35.4%), 중풍(26.5%), 암(24.9%) 등이다. 이러한 배경에서 여가시설을 이용하는 노인들의 여가증진 프로그램은 매우 중요한 것이다.

특히 노인들이 일상생활상에 느끼는 스트레스와 고독감이 노인 여가만족에 어느 정도 영향이 미치는지를 연구하는 것은 중요하다. 현대사회 노인문제는 핵가족화에 따른 사회변화로 개인주의 팽배와 경로의식의 약화 그리고 노화에 따른 신체적·정신적인 상실감의 경험으로 인해 개인적 차원에서 노인은 경제적 빈곤, 역할 상실, 무력감, 우울감, 심리적 고립 등을 겪게 된다. 사회적 차원에서는 사별과 은퇴, 경제적 곤란 등과 같은 사회적 스트레스와 신체기능이 노화된 물론 질병까지 증가하게 되면서 다른 연령군에 비해 우울감에 빠질 가능성이 더 높다. 또한 노인들은 퇴직 후 겪게 되는 역할상실과 그로 인한 경제적인 문제, 주변인과의 사별로 인한 심리적인 문제를 겪게 된다.

이러한 노년기의 환경변화, 신체적 변화, 정서적 문제 등에서 비롯된 고독감은 매우 중요한 노인문제로 나타나고 있다. 노인의 고독감 해소를 위한 정책적 개발과 다양한 여가활동 프로그램 개발이 필요하며, 노년기에 상대적으로 늘어난 여가시간을 어떻게 보내야 할 것인가에 대한 연구들이 활발하게 이루어지고 있다. 즉, 노인의 여가활동 만족은 성공적 노화의 중요한 조건이 될 수 있는 일상생활스트레스 감소와 고독감 해소가

중요하다.

윤정선(2014)은 “노인의 생활스트레스가 우울에 미치는 영향 -사회적 지지와 스트레스 대처방식의 조절효과 중심으로-” 에서 노인의 생활스트레스가 우울에 미치는 영향을 연구하였고, 또한 김경배(2017)의 “노인의 고독감과 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향 -여가활동 만족의 매개효과-” 의 연구 등 다수의 석사 및 박사학위논문과 학회지 연구논문들이 있다.

본 연구는 충북지역의 노인복지관, 경로당 등 여가복지시설을 이용하고 있는 노인을 대상으로 구조화된 설문지를 이용하여 실제적인 조사를 통하여 여러 가지 변수들이 노인의 여가만족에 미치는 영향요인을 조사하고자 하는 것이다.

따라서 본 연구의 목적은 충북지역 노인들의 일상생활스트레스와 고독감이 여가만족에 미치는 영향을 연구하여 바람직한 정책제언을 하는 것이다.

II. 이론적 논의

1. 노인여가의 개념과 의의
2. 일상생활스트레스
3. 고독감
4. 여가만족
5. 관련 선행연구

II. 이론적 논의

1. 노인여가의 개념과 의의

1) 노인인구의 변화

2017년(고령자통계, 2017) 우리나라 전체 인구는 5,144만6천명으로, 이 중 65세 이상은 13.8%인 707만6천명이며 2060년에는 41.0%까지 늘어날 전망이다. 연령별로 살펴보면, 65~69세와 70~79세는 비중이 점차 감소하는 반면, 80세 이상의 비중은 지속적으로 증가할 전망이다. 이러한 현상은 돌봄과 의료 등의 사회적 비용 증가, 고독사 등의 불안감 가중, 여가 등의 심리적 지원 부담 가중 등의 부담이 늘어나게 된다. 2017년 인구 피라미드는 30~50대가 두터운 항아리 형태이며, 2060년에는 고령화로 인하여 60대 이상이 두터운 모습으로 변화될 것으로 전망된다. 즉 노인인구의 비율이 증가하면 사회가 불안정해지고, 부양부담이 늘어날 수 있다.

<표 2-1> 인구 추이(단위 : 천명, %)

연도	추계인구	65세 이상	비중	연령대별 인구 및 구성비					
				65~69세	구성비 ¹⁾	70~79세	구성비 ¹⁾	80세 이상	구성비 ¹⁾
1990	42,869	2,195	5.1	901	41.0	992	45.2	302	13.8
2000	47,008	3,395	7.2	1,381	40.7	1,530	45.1	483	14.2
2010	49,554	5,366	10.8	1,878	35.0	2,565	47.8	923	17.2
2017	51,446	7,076	13.8	2,289	32.4	3,254	46.0	1,532	21.7
2020	51,974	8,134	15.6	2,661	32.7	3,588	44.1	1,885	23.2
2030	52,941	12,955	24.5	4,081	31.5	5,881	45.4	2,992	23.1
2040	52,198	17,120	32.8	4,242	24.8	7,701	45.0	5,177	30.2
2050	49,433	18,813	38.1	3,770	20.0	7,580	40.3	7,463	39.7
2060	45,246	18,536	41.0	3,612	19.5	6,713	36.2	8,212	44.3

자료 : 통계청, 「장래인구추계」 2016. 12.; 2017년도 고령자통계

주 : 1) 65세 이상 인구에 대한 구성비

앞의 표와 같이 우리나라의 노인인구는 세계에서 그 사례가 없을 정도로 빠르게 고령화를 경험하고 있다. 특히 그 중에서 가장 취약한 2016년 가구주 연령이 65세 이상인 고령자 1인 가구는 129만4천 가구로, 전체 고령자 가구 386만7천 가구 중 33.5%를 차지한다. 성별로 보면, 1990년 고령자 여성 1인 가구는 남성보다 6배 정도 많았으나, 의료 기술 발달 및 기대수명 연장으로 남성 1인 가구의 비중이 지속적으로 늘어나 2016년에는 여성이 남성보다 3.0배 정도 많다. 연령별로는 급속한 고령화로 인하여 2016년 70대

1인 가구의 비중이 47.5%를 차지하고, 80세 이상의 비중도 지속적으로 증가하고 있다. 이러한 통계상의 의미는 70대 노인의 비중이 가장 많기 때문이며, 다만 60대(65-69세)는 지속적으로 감소하면 반면, 80세 이상에서는 점차 증가하고 있다는 것과, 1인 가구의 남자 비율이 높아진다는 것은 사회적으로 위험부담이 높고, 취약하며, 불안정하다는 의미이다.

<표 2-2> 고령자 가구(단위 : 천가구, %)

연도	전체 고령자	고령자 1인 가구	비중	성별		연령별		
				남자	여자	65~69세	70~79세	80세 이상
1990	963	193	20.0	14.2	85.8	42.7	47.2	10.1
1995	1,251	349	27.9	13.7	86.3	38.8	50.1	11.2
2000	1,734	543	31.3	14.7	85.3	34.6	52.4	13.0
2005	2,448	783	32.0	17.0	83.0	30.0	53.1	16.8
2010	3,111	1,066	34.3	20.3	79.7	25.6	52.8	21.6
2015	3,720	1,223	32.9	24.4	75.6	25.6	48.8	25.6
2016 ¹⁾	3,867	1,294	33.5	25.1	74.9	26.0	47.5	26.5

자료: 통계청, 「인구주택총조사」 각년도; 2017년도 고령자통계

주: 1) 등록센서스 방식 결과임.

충북도내 독거노인은 총 50,297명(남자 12,992, 여자 37,305)이며, 괴산이 노인인구 대비 31.7%로 가장 많고, 영동, 보은, 제천 순이며 진천이 15.2%로 가장 적은 것으로 나타났다. 구체적으로 청주 18.6%, 충주 15.6, 제천 28.4, 보은 29.7, 옥천 15.5, 영동 29.8, 증평 20.3, 진천 15.2, 괴산 31.7, 음성 26.8, 단양 26.4% 등의 순서이다.

2) 노인여가

캐플랜(Kaplan, 1960)은 여가의 기본적인 속성에 대해 다음과 같이 기술했다. ①원칙적으로 경제적 기능을 하는 일과 반대되는 것, ②즐거움으로 기대되고 즐거운 것으로 회상될 수 있는 것, ③자발적으로 사회적 역할을 수행해야 하며, 여가에 의무성이 최소한인 것, ④심리적으로 자유를 느낄 수 있는 것, ⑤문화적 가치에 위배되지 않는 것, ⑥중요성과 관심의 정도가 다양한 것, ⑦가끔 놀이의 요소를 어느 정도 포함하고 있는 것 등이다. 이와 같이 여가란 심신에 있어서 자유와 비의무라는 시간적 특성과 이것을 자발적·주체적으로 자유재량에 의하여 사용할 수 있다는 특성을 갖고 있다.

물론 노년기에 노동에 종사하는 사람도 있으나 일반적으로 노년기는 강제적으로 노동에 종사해야 할 필요성이 없는 시기이다. 따라서 많은 노인들은 현역에서 물러나 여가 시간을 보낼 수밖에 없다. 그러나 노인들의 여가는 재생산의 수단 또는 심신의 피로회

복 등을 목적으로 하는 젊은이들의 여가와와는 근본적으로 그 성격이 다르다는 점에 유의해야 한다. 즉 노인의 경우는 하루일과가 거의 여가시간이기 때문에 여가 자체가 즐겁고 유익한 시간이라기보다는 무료하다. 문제를 제기할 수 있고 그러한 것들이 노인에게 정신적·심리적으로 고통을 안겨주는 결과를 초래할 수도 있다. 이렇게 본다면 노년기의 여가는 개인적으로는 시간의 낭비가 될 것이고, 사회적으로는 인적자원의 낭비가 될 것이다. 그러므로 노인이 삶의 보람을 느끼고 사회적으로도 유용한 여가생활을 보낼 수 있도록 새로운 노인문화를 창조할 필요가 있겠다. 구체적으로는 노인 자원봉사활동, 세대간 교류 프로그램 등을 들 수가 있겠고, 오락적이고 자기 개발적인 프로그램으로는 취미활동, 여행, 교육·훈련, 민족문화전수 등을 들 수 있다(조추용 외, 2015).

노인여가의 유형은 개개인에 따라서 다양하게 나타난다. 김성순(1991)은 여가의 유형을 근로형, 한거형(閑居型), 사교오락형, 자기완성형, 참여활동형, 폐쇄형으로 나누었고, 타카하시(高橋紋士)는 단독충실형, 우인충실형, 가족충실형, 독서형, 사회참여형으로 나누었다. 또한 박재간(1997)은 가족중심의 여가유형, 가정외의 여가유형, 여자노인의 여가유형 등으로 나누기도 하였다. 최성재·장인협(2004)은 수단적 활동·표현적 활동, 공식적 활동·비공식적 활동, 1차 집단 참여활동·2차 집단 참여활동, 대인관계활동·단독활동, 유상활동·무상활동(자원 활동)으로 구분하였다.

노인여가복지시설은 노인복지법 제36조에 명시되어 있는데, 노인복지관은 노인의 교양·취미생활 및 사회참여활동 등에 대한 각종 정보와 서비스를 제공하고, 건강증진 및 질병예방과 소득보장·재가복지, 그 밖에 노인의 복지증진에 필요한 서비스를 제공함을 목적으로 하는 시설이고, 경로당은 지역노인들이 자율적으로 친목도모·취미활동·공동작업장 운영 및 각종 정보교환과 기타 여가활동을 할 수 있도록 하는 장소를 제공함을 목적으로 하는 시설이다. 노인교실은 노인들에 대하여 사회활동 참여욕구를 충족시키기 위하여 건전한 취미생활·노인건강유지·소득보장 기타 일상생활과 관련한 학습프로그램을 제공함을 목적으로 하는 시설이다.

노인들이 여가활동에 적극적으로 참가함으로써 노후생활에 긍정적인 효과를 기대할 수 있다(권중돈, 2004).

먼저 여가활동에 참여하게 됨으로써 직장동료관계, 가족관계 등의 위축된 사회적 관계망을 보완·유지 또는 확대할 수 있는 기회를 갖게 되므로, 고독과 소외감을 경감할 수 있다.

둘째, 여가활동을 통하여 무엇이든 의미 있는 활동을 할 수 있는 거리를 마련하게 되므로, 무위 상태에서 벗어나고 자기유용감과 자아개념이 긍정적으로 변화된다.

셋째, 직장이나 가정에 대한 책임으로 인하여 지금까지 발휘하지 못했던 자신의 잠재적 재능을 확인하고 이를 표현함으로써 자아실현의 기회를 가질 수 있게 된다.

넷째, 여가활동의 참여를 통하여 신체 및 정신건강을 유지 또는 향상시킬 수 있게 된

다.

다섯째, 후세대에 삶의 지혜와 문화를 전수하고 더 나아가서는 사회발전에 기여할 수 있게 된다.

여섯째, 여가활동을 통하여 삶의 활력을 되찾을 수 있으며, 사기(morale)와 삶의 만족도가 높아진다.

일곱째, 여가활동에 참여하는 과정에서 자신의 삶을 자율적으로 결정할 수 있는 기술과 능력이 증진되어, 삶에 대한 통제력이 높아지게 된다.

2016년 12월말 현재 66,787개소의 노인여가복지시설이 있고, 이 중에는 경로당이 가장 많은 65,044개소, 노인교실이 1,393개소, 노인복지관이 350개소이다. 노인복지관과 경로당은 최근 6년간 지속적으로 증가하고 있는 것을 알 수 있는데, 이것은 사회적으로 노인들의 이용욕구가 높고, 노인여가복지시설의 중요한 역할을 수행하고 있다고 볼 수 있다.

<표 2-3> 노인여가복지시설 현황(단위 : 개소)

분야	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	증감
합계	62,469	63,375	64,077	64,983	65,665	66,292	66,787	495
노인복지관	259	281	300	319	344	347	350	3
경로당	60,737	61,537	62,442	63,251	63,960	64,568	65,044	476
노인교실	1,464	1,557	1,335	1,413	1,361	1,377	1,393	16
노인휴양소 ¹⁾	9	-	-	-	-	-	-	-

자료 : 보건복지부, 「노인복지시설 현황」 각년도; 2017년도 고령자통계

주 : 1) 노인휴양소(노인여가복지시설)는 삭제(2011.12.8.)

3) 충북의 노인여가시설

충북의 노인여가복지시설은 아래의 <표 2-4>와 같이 2016년말 현재 4,102개소이다. 그 중에서 숫자의 비율로서는 경로당이 4,080개로로 전체의 99.5%로 절대 다수이다. 노인교실은 2012년도에 15개소로 늘어났다가 2014년부터 대부분이 자율적인 운영되고 있는 노인대학이나, 노인복지관의 노인교육 등으로 흡수·통합되어 거의 줄어들고 있는 실정이다. 노인교실은 앞의 <표 2-3>에서처럼 전국적으로도 늘어나지 않고 있는 실정이며, 충북지역 중 청주에서 지원·운영은 한 곳도 없고, 충주가 4곳 등이다. 또한 노인복지관은 2010년 이후로 늘어나는 곳이 없고, 16개소로 지속되고 있으며, 경로당은 급격하게 늘어나지는 않지만 지속적으로 늘어나고 있는 실정이다.

지역적인 편차를 살펴보면 청주시의 65세 이상의 노인인구가 가장 많기는 하지만 전체 시설 수의 25.2%가 집중되어 있으며, 노인복지관도 5개소이며, 추가적으로 2017년말에 서원구노인복지관의 개관을 앞두고 있다.

<표 2-4> 충북 노인여가복지시설 현황(단위: 개소, 명)

연도	65세 이상 노인인구 (2016.12.31.기준)	시설합계	노인복지관		경로당	노인교실
			시설수	종사자수		
2010	-	3,951	16	-	3,930	5
2011	-	4,018	16	-	3,987	14
2012	-	3,992	16	240	3,961	15
2013	-	4,044	16	172	4,013	15
2014	-	4,037	16	205	4,016	5
2015	-	4,073	16	311	4,051	6
2016	-	4,102	16	378	4,080	6
청주시	91,553	1,035	5	147	1,030	0
충주시	34,790	539	1	71	534	4
제천시	24,131	329	2	67	326	1
보은군	10,187	283	1	8	282	0
옥천군	13,255	297	1	12	296	0
영동군	13,750	342	1	10	340	1
증평군	5,323	115	1	12	114	0
진천군	11,306	279	1	16	278	0
괴산군	11,592	331	1	12	330	0
음성군	16,906	391	1	15	390	0
단양군	7,897	161	1	8	160	0

자료: 노인장애인과, 보건복지부(노인복지시설현황)

주) 2011년까지는 합계에 노인휴양소 포함, 도 노인복지관(1개소) 청주시에 포함

충북지역의 노인여가시설을 전체적으로 조사·연구한 것은 2016년의 경로당 조사가 있는데, 이 내용을 소개하면 다음과 같다(대한노인회 충북연합회, 2016). 또한 이 내용은 충북지역만 조사한 것이 아니고, 대한노인회중앙회에서 전국 일제조사를 실시한 것이다.

대상은 충북도내 경로당(4,054개소) 전체이며, 설문지에 의한 조사이다. 경로당 설치지역을 살펴보면 농촌지역이 전체 65.9%(2,671개소)로 과반수이상이며, 그 다음이 주택밀집지역 16.0%(648개소), 아파트·연립 13.6%(553개소), 아파트·주택 혼합, 상가주택 순으로 나타났다. 경로당 규모는 21평~30평 규모가 48.2%(1,953개소)이고 20평 미만이 23.5%(955개소), 31평~40평 17.0%(690개소), 41평 이상은 11.3%(456개소)이며, 그 중에서 10평 미만도 2.9%(118개소)나 있는 것으로 나타났다. 20평 미만은 진천이 37.7%(103개소)로 가장 많고 영동, 증평, 제천, 보은 순으로 규모가 작은 경로당이 많았다.

경로당 이용실태는 전체 도내 65세 이상 노인 234천명 중 61.1%인 143천명이 경로당 회원으로 가입하였으며, 회원의 53.3%인 77천명이 경로당을 매일 이용하는 것으로 나타났다. 경로당 이용시간은 오전 11시~오후 2시가 66.6%로 가장 많으며, 오후 2시~4시까지 24.0%, 오전 9시~11시까지 6.5%, 오후 2시 이후는 2.9%이다. 경로당 야간개방에 있어서는 34.7%는 찬성하고 있으나, 65.3%는 반대하고 있으며, 인근 경로당과 통합 운영

에 대하여는 82.8%가 반대하고 있는 것을 볼 때 건강상태, 이동수단 등이 취약한 것으로 분석된다.

경로당 프로그램 운영에서 경로당에서 주로 하는 활동으로는 대다수가 TV시청 또는 화투·장기·바둑놀이와 서로간의 대화이며, 프로그램 참여는 10.3%인 것으로 나타났다. 경로당 프로그램은 월 4회 이상이 67.0%(2,715개)로 가장 많으며, 프로그램을 운영하지 않는 경로당은 전체 24.4%(989개)인 것으로 나타났다. 이는 9988 행복나누미와 건강보험공단 프로그램 보급 등으로 분석된다. 경로당 프로그램 욕구조사에서는 건강(63.0%), 오락(23.9%), 노인소득사업(5.2%), 취미·정보화·교양프로그램 순으로 나타났으며, 프로그램 이용에 대한 불만족은 다양성 부족, 빈도가 낮음, 장소 협소, 흥미와 관심이 없다는 것을 지적하였다. 경로당의 시급한 문제로는 시설 개·보수와 증축, 회원 간의 화합, 운영비 부족, 인력지원, 프로그램 다양화, 공동작업장 등 일자리창출, 투명한 회계운영 순으로 나타났다.

2. 일상생활스트레스

노인에게 스트레스는 일반적으로 중대한 생활사건과 일상적 생활사건으로 구분되는데(Lazarus and Folkman, 1984), 중대한 생활사건은 배우자의 죽음이나 심각한 질병 등 자주 발생하지는 않으나 당사자에게 심각한 스트레스가 되는 사건을 말하며, 일상적 생활사건은 노인들이 노화로 인한 건강문제, 은퇴와 관련하여 경제문제, 역할상실로 인한 소외와 외로움 등을 통해서 발생하는 스트레스를 말한다(강해자, 2013; 윤정선, 2014: 4 재인용).

스트레스란 신체에 가해진 어떤 외부자극에 대하여 신체가 수행하는 일반적이고 비특정적인 반응이다. 스트레스 이론으로는 사회적 관점과 심리적 관점을 들 수 있다. 사회적 관점은 사회적인 여러 상황을 스트레스의 원인으로 역할긴장에 영향을 주는 상황적인 여러 요건들 즉 연령 성별 사회계층 등을 고려한다. 심리적 관점은 개인이 외부의 요구를 자신이 갖고 있는 자원과 비교하여 어떻게 인지하느냐에 따라서 같은 사건이라도 스트레스에 대한 반응의 정도는 다르게 나타나게 된다. 심리적 스트레스의 중요한 점은 개인의 평가나 감정의 성향인 신념 태도 동기 등이거나 개인이 상황을 어떻게 인지하고 해석하느냐는 것이다(김미령, 2012).

노인은 고령이 되면서 스트레스를 잘 극복하지 못할 때 가족·친척, 사회적 지원체계 등으로부터 지지를 받게 된다. 개인의 자원은 스트레스 영향을 줄여 정서적 복지에 도움이 되는 데 노인은 스트레스로부터 보호받을 자원이 많지 않다. 스트레스 원으로서 앞에서 언급한 중대한 생활사건이 사소한 생활사건이나 만성적 역할 스트레스 등이 더 높은 스트레스 원 이라는 연구들이 있다. 그러므로 전 생애발달 과정에서 노인 개인이

일상적인 스트레스 원으로부터 벗어나는 데에는 여가활동이 중요한 영향을 미친다(남기민 · 이정은, 2012).

노인의 스트레스는 노인들로 하여금 일상생활에서 재적응을 강요하는 곤란이나 곤경을 의미하며, 일상적인 생활사건이나 상황에 반응하는 과정에서 개인이 지각하는 심리적 고통이라고도 할 수 있다. 일상적인 스트레스가 생활 사건들보다 개인의 적응 및 부적응을 예측하는데 더욱 설득력이 크다. 노인들은 노화로 인한 신체적 변화에 따른 건강악화나 은퇴로 인한 역할과 지위의 변화와 경제력 약화, 주변인들의 사별로 인한 심리적 변화와 고립감 등 많은 변화를 맞이하게 되고, 도시화와 핵가족화로 인해 노인들이 그 부모님에게 해 온 전통적인 가족들의 부양은 기대하기 힘들어지고 있다. 또한 이런 많은 변화들로 노인들은 사회 적응에 어려움을 겪고 있으며, 그로 인해 노인들만의 특유한 스트레스를 경험하게 된다(윤정선, 2014).

노인의 스트레스 원인에 대하여 가족문제, 경제문제, 건강문제로 나누어서 고찰할 수 있다(윤정선, 2014).

첫째, 가족문제를 들 수 있다. 전통적인 사회관념 속에서 평생을 살아온 노인들이 개인주의, 핵가족에 익숙한 젊은 세대와 가치관 충돌 등으로 인해 가족 내에서 스트레스를 겪고 있으며, 현 시대를 살아가고 있는 노인들은 부양체계의 의식변화로 인해 과도기적 상태를 경험하고 있다. 이와 관련된 연구들은 윤현희와 김명자(1994)의 남녀노인의 스트레스 연구에서도 남녀 모두 경험빈도가 가장 높은 스트레스원은 자녀에게 짐스러운 존재가 될 것을 염려하는 것, 가족과의 대화시간 감소와 관련된 가족문제로 나타났으며, 특히 여자노인이 남자노인보다 가족관계 스트레스를 더 많이 경험한다고 보고하였다. 그리고 이지영(2002)은 스트레스 영역별 경험여부에서 노인들이 빈번하게 경험하는 스트레스가 가족관계라고 밝히고 있다. 또한 노년기 고독감을 살펴본 송대현과 윤가현(1989)의 연구에서는 남녀 모두가 다른 어떤 요인들보다도 자녀와의 불편한 관계에서 고독감을 지각하는 정도가 가장 높게 나타나, 이 역시 노인들에게는 가족문제가 중요하다고 할 수 있다.

둘째, 은퇴 등으로 인한 경제문제이다. 노인들은 본인들의 노후준비가 미미한 상황에서 은퇴로 인한 수입원 감소, 만성질환에 따른 의료비 증가, 자녀들의 경제적 부양부족 등이 겹쳐 더 어려움을 겪고 있다. 김효정(2007)의 은퇴한 남자 노인을 대상으로 한 연구에서, 은퇴노인이 겪는 문제 중 수입의 감소로 인한 상실감이 가장 높았고, 그 다음으로 은퇴에 대한 부정적 태도, 의미있는 생활경험의 감소 순으로 나타나, 다른 문제에 비해 경제적 문제가 가장 심각한 것으로 나타났다. 저소득 여성노인과 일반여성노인의 생활스트레스를 연구한 김정엽과 이재모(2008)의 연구에서는 저소득 여성노인과 일반여성노인 두 집단 모두 가장 높게 나타난 스트레스는 경제스트레스라고 언급하여, 여기서도 경제문제가 노인들에게 중요하다는 것을 알 수 있다.

셋째, 신체적 노화로 인한 건강문제를 꼽을 수 있다. 이영자와 김태현(1999)의 연구에서 단독가구 노인이 가장 많이 지각하는 스트레스는 건강문제이었으며, 그 다음으로 가족문제, 주거환경문제, 경제문제 순으로 나타났다. 그리고 김정엽(2008)의 여성노인의 스트레스와 심리적 복지감 연구에서도 역시 여성노인이 가장 많이 겪는 스트레스는 건강스트레스로 나타났으며, 경제스트레스, 가족스트레스가 그 뒤를 따르고 있는 것으로 밝혀 있다. 또한 임주영(2010)의 연구에서도 건강문제가 가장 높게 지각하는 것으로 나타났다으며, 엄인숙(2012)의 연구에서도 건강스트레스가 다른 요인들에 비해 높게 나타났다. 노인의 스트레스와 적응 유연성에 대해 살펴본 손미숙(2012)의 연구에서도 역시 건강문제가 가장 높은 스트레스를 차지하는 것으로 나타났다. 질병과 스트레스를 불가분의 관계로 설명한 서현미와 하양숙(1997)의 연구에서도 알 수 있듯이 노인에게는 건강문제가 심각한 스트레스원으로 작용하고 있었다.

노인은 스트레스로부터 보호받을 자원이 많지 않다. 노인들이 연령이 증가함에 따라 자신들의 스트레스를 잘 극복하지 못할 때 가족이나 친척 등 주위사람으로 부터의 사회적 지지는 매우 중요한 대처자원이 된다. 일상생활의 문제라는 것은 생활사건 보다 덜 극적이면서 특히 대인관계에서 있을 수 있는 일상의 사소한 스트레스 원들을 의미한다. 이러한 스트레스는 반복적으로 계속되며 환경을 통제할 수 없다는 무기력한 느낌을 갖게 하고 또한 만성적으로 실패할 것 같은 예감을 가지게 하며 이와 같은 지속적이고 일반화된 실패에 대한 두려움은 수동성 무력감 회피성과 같은 우울한 행동증상을 초래하게 된다고 한다(김정엽, 2008).

따라서 노인의 일상생활스트레스는 노후의 가족문제, 경제문제, 건강문제 등과 밀접하게 관련성을 가지고 있다. 그렇지만 다른 한편으로는 노인의 사회적 지지는 스트레스를 극복하는 중요한 대체자원이 될 수 있으며, 또한 노인의 바람직한 여가생활도 스트레스를 극복할 수 있는 근거가 될 수 있다.

3. 고독감

나이가 들어 노인이 되면 건강문제, 은퇴, 배우자의 사별, 사회적 고립감 등으로 고립되며 진심으로 소통하는 질적인 인간관계가 줄어들어 고독감(loneliness)을 높게 지각할 가능성이 커진다. 고독감을 느끼는 사람들은 타인들로부터 고립되어 있다는 생각 때문에 타인들과 사회적인 접촉을 꺼린다.

버틀러(Butler, 1983)는 고독감이란 타인으로부터 얻고자 하는 온정과 평안을 얻을 수 없으므로 인하여 발생하는 폐쇄된 감정적 고립의 상태라고 하였으며, 프롬(Fromm, 2009)은 고독감을 실제 자기와 사회적 역할을 하는 자기의 불일치로부터 비롯되며 내적인 기와의 만남이 아닌 타인들로부터 거절된 것을 예상할 때 생겨난다고 하였다(김정

배, 2017 재인용).

고독감을 경험하는 원인적인 측면에서 일차적인 고독과 이차적인 고독으로 나눌 수 있는데, 일차적인 고독은 개인이 세상에서 혼자 존재한다는 의식에서 생기는 것이며, 이차적인 고독은 사회적인 대상이나 목적을 상실할 때 생기는 것이다. 또한 고독감이란 타인으로부터 얻고자 하는 온정과 평안을 얻을 수 없으므로 인하여 발생하는 폐쇄된 감정적 고립의 상태이며, 고독감을 타인과 융화되지 않은 것에 대한 근본적 감정으로써의 사실적 느낌이며, 홀로 있을 때 뿐 만 아니라 감정적인 유대가 없을 경우에도 경험하는 것이다. Rogers(1973)는 고독감을 실제 자기와 사회적 역할을 하는 자기의 불일치로부터 비롯되며 내적인 자기와의 만남이 아닌 타인들로부터 거절될 것을 예상할 때 생겨난다고 하였다(염기철, 2017 재인용).

김광웅(2007)은 외로움이 동반되는 상황에 대해서 여섯 가지로 설명하였다. 첫째, 집단으로부터 배제되었다는 느낌에 휩싸일 때, 둘째, 주위 사람들로부터 사랑을 받지 못한다고 느낄 때, 셋째, 주위로부터 소외되었다고 느낄 때, 넷째, 주위로부터 개인적 관심이나 경험을 공유할 다른 사람이 없다고 느낄 때, 다섯째, 외로움이 싫지만 그것 밖에는 선택할 여지가 없다고 판단될 때, 마지막으로 자기 존재가 주위 사람들에게 아무의미가 없다고 느낄 때이다. 이러한 외로움으로 인해 개인은 일상생활에서 자존감이 낮아지며, 자신을 비하하고 다른 사람을 원망 비난하는 마음이 생기며, 지금까지 하던 사회활동에서도 위축되고 회피하며, 자의식이 민감해지고, 자기표현과 자기주장이 어려워지며, 사람들 만나기가 싫어지고 새로운 상황을 기피하고 문득문득 불행감과 우울감으로 분노 등의 감정에 휩싸이게 되는 부정적 효과로 인해 어려움을 겪게 된다.

따라서 염기철(2017)은 고독감을 대인관계에서 개인의 내적 특성, 다른 사람들에 의한 거부나 오해, 친밀성을 형성 하거나 유지시킬 기회의 결핍, 또는 소속감의 부재 등으로 인해서 주변사람들에게 소외된 느낌을 받았을 때 나타나는 단기적이거나 만성적인 정서적 고통으로 정의하였다. 고독감은 심리적 불행 감을 가져다 줄 뿐 아니라 신체의 면역력을 떨어뜨려 질병에 취약하게 만든다.

노년기의 고독감은 고령이 되면서 나타나는데, 노인들이 경험하는 고독감은 대부분 만성적인 것으로서 그 구체적인 원인인 신체적인 노화로 인한 활동의 제약이나 건강의 문제, 배우자와의 사별, 경제적인 궁핍 등이다(박춘희, 2002). 허준수(2011)는 고독감의 연구에서 연령이 높은 노인일수록 더욱 고독한 경향을 보이고, 배우자 유무에 따라 다른 결과를 나타냈다. 즉 배우자가 없는 노인의 고독감 정도가 배우자가 있는 노인보다 더 높게 나타났다. 그리고 홀로 사는 독거노인이 가족과 동거하는 노인보다 고독감을 더 높게 인지하는 것으로 나타남으로써 노인의 고독감은 연령과 배우자 유무가 고독감을 유발하는 요인임을 알 수 있다. 고독감의 원인을 살펴보면 개인에게 스트레스를 주는 환경적 요인과 개인의 성격·인지과정으로 볼 수 있고 또 다른 구분으로는 아주 친

밀한 관계의 상실과, 동료·이웃사람과의 유대관계 결핍으로 보기도 한다(박춘희, 2002). 청장년 시기에 혼자서 생활하는 것은 다양한 활동을 통하여 자신 삶의 목표를 성취하기 위한 기회와 수단으로 활용할 수 있으나 홀로 사는 노인은 다양한 사회적 자원을 획득하기 어렵다(김기태 외, 2000).

고독감의 해소를 위한 연구들에서 김광웅(2007)은 첫째, 다른 사람들과 어울릴 수 있는 기회를 찾아 의도적으로 참여한다. 둘째, 말이 통할 수 있는 옛날 선배나 옛날 선생님을 찾아가 심정을 토로한다. 과거 가까웠던 분들은 따뜻한 정으로 충분히 도와줄 것이다. 셋째, 인사하는 법부터 웃음까지 자기를 멋있게 표현하는 방법을 학습한다. 언어 예의 등 사교술이나 사회적 기술을 배운다. 넷째, 자원봉사활동에 적극 참여한다. 봉사 상황에서 만나는 분들은 훨씬 너그럽다. 다섯째, 이미 아는 사람을 만나도 과거 경험에 의해 단정하지 말고 새로운 사람을 만난 듯이 새로운 대인관계를 시도해 본다. 여섯째, 적당한 집단상담 프로그램에 참여하여 집단 속에서 대인기술을 익힌다. 마지막으로 이상의 어느 것도 성공적이지 못하다고 판단되면 상담전문가를 찾는 것이 고독감을 극복하는 방법이라고 하였다고 한다. 원형중(1994)은 적극적인 여가활동 참여가 노년기의 전반적인 생활만족에 중대한 영향력을 주는 것으로 연구되어, 노후의 생활만족에 부정적 심리요인인 고독감을 낮추기 위해 여가활동의 중요성을 강조하였다고 한다.

나이가 들면 점점 사회적 관계가 줄어들고, 역할이 감소하며, 집단이나 단체에서 배제될 가능성이 높고, 자신과 의사소통할만한 사람이 줄어들며, 이러한 노인은 고독감에 빠질 가능성이 높고 만성적이다. 고독감을 해소하기 위하여 여러 가지 방법이 있을 수 있지만 크게 개인적인 방법과 사회적인 방법으로 나눌 수 있다. 개인적으로는 마음을 열고, 적극적이고, 웃으면서, 배려하며, 사회적 관계를 가지고, 여유있고 너그럽게 살아가는 것이다. 사회적인 방법은 봉사활동이나 여가활동의 적극적인 참여, 사회적으로 관심과 의사결정의 조력자로 활용 등이 있을 수 있다.

4. 여가만족

노인들의 여가만족을 이해하는데 있어 함의를 가지고 있는 이론 들은 학자마다 다양하게 제시되고 있는데 여가활동의 만족은 몰입이론, 활동이론, 지속이론 등을 들 수 있다.

첫 번째 논의는 몰입이론으로 칙센트미하이(Csikszentmihalyi, 1975)는 몰입 경험(Flow Experience)이 개인이 특정행위에 완전히 몰두하고 있을 때 느끼는 몰아일체의 상태라고 정의하고 일상생활에서 나타날 수 있는 것이며 활동이 개인의 능력과 수준과 조화를 이룰 때 그 활동을 통하여 즐거운 감정의 상태를 경험한다고 하였다. 몰입은 사전적 의미로 ‘깊이 파고들거나 빠지는 느낌’으로 정의되고 최적의 경험(Optima Experience)

을 갖게 되는 상태를 의미하는 개념으로 사용된다(표중현, 2011;11).

두 번째 논의는 활동이론(Activity Theory)으로 노년기를 중년기 확장으로 보는 것으로 노년기를 분리된 삶의 기간으로 간주이론이다. 활동이론의 기초는 하비거스트와 알브레히트(Havigust & Albrecht, 1953)의 노년기의 긍정적인 적응에 있어 사회적 활동의 참여가 매우 중요하다고 주장한데서 비롯된 것으로 Lemon(1972)등에 의해 공식화된 이론이다. Lomen의 활동이론은 커밍과 헨리의 사회분리이론과 반대되는 이론으로 젊은 날의 왕성한 사회활동이 노년기 활기찬 생활로 이어지며 노년에 적극적인 삶의 자세가 삶의 만족을 높일 수 있다고 주장한다(김기수, 2012:5).

세 번째 논의는 지속이론(Continuity Theory)으로 활동참가는 생애주기와 관계없이 일생을 통해 지속된다는 사실에 기초한다. 지속이론에서는 노년기 삶의 질을 향상시키기 위해서는 사회활동을 접거나 반대로 사회활동만을 강조하는 것이 아니라 개인의 성향과 중년기에 수행하였던 역할에 초점을 맞춰 비슷한 역할을 지속적으로 수행하는 것이 바람직한 노년기 사회활동이라고 주장하고 있다. 이에 노인들은 노년기에 변화하는 환경에 적응하고 심리적 안정을 찾기 위한 방법으로 자신이 했던 비슷한 역할을 수행한다고 한다(김기수, 2012; 16).

한편, 노후의 생활문제는 거의가 여가시간으로 이루어져 있다. 따라서 여가를 어떻게 보내느냐가 삶의 질과 직결되는 중요한 영역이다. 노인의 여가활동이 중요한 것은 다음과 같은 이유이다(김동진, 2007).

첫째, 노인도 젊은 사람처럼 국가와 사회를 구성하는 한 사람으로 당당하게 살아가고 무한한 성장을 추구할 권리가 있다는 것이다. 따라서 노인에게 여가활동을 보장하는 것은 곧 노인복지의 가장 기본이다.

둘째, 현대 사회에서 발생하는 노인문제의 하나인 ‘고독 및 소외감’은 우울증과 삶에 대한 의욕에 직접적인 영향을 미친다. 따라서 이러한 고독과 소외감을 해결하는 수단인 여가활동은 노인의 생존과 직결되는 문제이다.

셋째, 정신질환, 치매, 뇌졸중, 고혈압, 당뇨, 관절질환 등 노인의 만성 퇴행성 질환 대부분의 예방 및 관리는 실제로 여가활동의 참여로 이루어지는 경우가 많다. 여가는 여유 있고 건강한 노인에게만 해당되는 것은 아니다. 대부분 여가활동이 노인의 의료보장과 같은 중요성을 가지므로 대부분의 여가활동이 노인에게 중요하다.

여가만족이란 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의할 수 있다. 이러한 여가의 만족스러운 감정은 개인의 의식적, 무의식적 욕구가 충족됨으로써 기인한다고 할 수 있는데, 결국 여가만족은 여가활동의 선택 및 참가를 규정하고 그 활동의 지속과 흥미를 결정하는 중요한 요소로서 만족스러운 여가활동을 가능하게 한다.

여가만족은 여가활동을 통하여 나타나는 욕구의 충족 또는 만족에 대한 개인의 인식 정도나 혹은 감정으로 정의할 수 있다. 즉 여가만족이란 일반적인 여가 경험이나 상황에 대해 현재 즐겁거나 만족하는 정도를 의미하며 이러한 여가의 만족스러운 감정은 개인의 의식적 또는 무의식적 욕구가 충족됨으로써 야기된다. 일반적으로 이러한 여가만족은 여가활동 유형에 따라 상이하게 나타나며 여가활동의 수준과 형태가 여가만족도에 유의한 영향을 미치고 있음을 시사하고 있다(안계일, 1998). 따라서 여가만족은 가능한 서비스의 수와 다양성을 증진시킴으로써 향상될 수 있는 성질의 것이 아니라, 이용할 수 있는 모든 서비스를 본인 스스로나 혹은 다른 사람의 도움을 받아 개인적으로는 의미 있는 활동으로 내면화 시킬 때 발생하는 결과로서, 개인적으로는 의미 있는 활동 또는 내적으로 동기가 유발된 활동을 통하여 나타나는 활동에 대한 만족감으로 표현되고 있음을 알 수 있다.

여가의 경험은 만족감을 발생시키며, 생활의 질에 기여한다고 볼 수 있다. 생활의 질에 대한 여가의 중요성은 사회학, 심리학, 경제학 등 많은 분야의 비경험적 연구에서 주목을 받아왔으며, 생활의 질에 관한 주관적 연구에서 여가영역에 대한 만족은 전반적인 행복에 중요한 공헌을 하는 것으로 나타나고 있다(석미란, 2005). 노년기를 일에 대한 압박, 긴장감에서 해방되어 자유로이 여가를 즐길 수 있는 기간으로 볼 때, 여가는 노년기 생활을 만족스럽게 보낼 수 있느냐 하는 것을 좌우하는 중요한 요소가 될 것이며, 노인 자신의 사기와 긍정적인 자아상을 갖게 하는데 큰 영향을 미칠 것이다. 그러므로 노인의 여가는 개인적으로는 노후생활의 즐거움을 줄 수 있고, 사회적으로는 생산적이 될 수 있는 두 가지 측면이 모두 고려되어야 할 것이다(김광득, 1997). 이러한 맥락에서 노인의 삶에 있어서 여가의 중요성이 더한 것이다.

여가는 신체적, 사회적, 심리적 그리고 건강과 관련하여 여러 가지 활동은 개인의 다양한 목적을 달성하게 하는 수단이다. 여가라고 행해지는 여러 가지 활동은 노년의 건강을 증진하는데 기여할 수 있으며, 적극적인 여가활동은 노인들의 통상적인 운동부족을 극복하는 역할을 할 수 있고, 결과적으로 건강을 증진하여 신체적 측면의 성공적인 노화에 기여하게 되므로, 노인들이 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 개인적, 사회적으로도 노인들의 여가 생활에 더 깊은 관심을 가질 필요가 있다. 노년기 여가 활동은 일반적으로 신체적 건강의 증진, 사회적 접촉기회의 제공, 삶에 대한 사기 및 만족감의 증진, 자신에 대한 신념과 자기 신체에 대한 자신감 부여, 유용감과 자기 가치성의 확신, 자율적인 생활에 대한 기술과 기능의 증진, 재미있고 즐거운 삶의 영위 등을 도모할 수 있다(안계일, 2008).

5. 관련 선행연구

노인은 생의 주기에서 노화로 인한 신체적 문제, 은퇴와 실직으로 인한 경제적 문제, 역할변화로 인한 소외와 고독감, 그리고 배우자 상실 등의 부정적인 생활 사건들을 더 많이 경험하게 되는 시기로 노인의 사회적 고립과 고독의 확산은 더욱 증가할 것이다(김현순·김병석, 2008). 일반적으로 노인의 스트레스가 높을수록 우울 또한 높아진다고 보고하고 있다(김정엽·이재모, 2008; 송유미·이선자, 2011). 이영자·김태현(1999)은 단독가구 노인의 스트레스와 우울감의 관계에 있어서 사회적 지지는 심각한 스트레스가 우울감에 미치는 영향을 완화시키는 것으로 나타났다. 남향자(2004)는 노인의 스트레스로 인한 우울 간의 사회적 지지의 조절효과 연구에서, 가족문제와 경제문제로 인한 우울에 대해서는 물질적 지지가 조절효과 있는 것으로 나타났으며, 주거환경문제로 인한 우울에 대해서는 평가적 지지가 조절효과가 있는 것으로 보고하고 있다. 배우자 사별 노인을 대상으로 한 김승연 등(2007)은 사별스트레스의 하위 요인인 경제적 문제와 사회적 지지의 상호작용 항에서 통계적으로 유의한 것으로 나타나, 사회적 지지는 경제적 문제로 인한 사별 스트레스를 완화시켜주는 조절효과가 있는 것으로 보고하였다(윤정선, 2014). 류정자(2000)도 노년기의 심리적, 신체적, 사회적 기능의 약화는 많은 스트레스원에 대한 대처와 적응을 힘들게 하여 노인들은 무기력감이 발생한다고 한다.

노인의 건강문제는 노화가 진행되면서 전반적인 신체의 기능이 저하되는 것이고, 질병과 사회적 역할변화에서 무력감이이라는 심리적 부적응을 언급할 수 있다(김귀분·조성은·이윤정, 2012). 무력감은 자신이 처한 상황을 통제할 수 없거나 결과에 영향을 미칠 능력이 없다고 지각하는 상태를 의미하는 것이다(김금자·차영남·장효순·한혜실·정정숙, 2012). 이와 관련된 요인은 가족의지지, 우울, 일상생활활동능력, 고독 등이 무력감을 초래한다고 보았다(서현빈, 2016).

배지연(2004)은 노인의 우울감 요인으로 신체적 건강문제, 자녀와의 문제, 경제적 어려움이 가장 결정적으로 작용하는 것으로 조사하였으며, 노인이 사회활동에 참여를 많이 할수록 삶의 만족도가 높아지고 우울감정향이 낮아지는 것으로 나타나 사회적 참여가 우울에 (-)영향을 미치는 것으로 분석하였다.

권중돈 외(2012)의 연구에서는 독거노인의 고독감을 많이 인식할수록 미래에 대한 희망을 잃어버리고 자신의 삶에 대해 무력감을 느끼게 되면서 자살생각이나 자살위험에 빠질 수 있다는 점을 실증하였다. 방소연(2014)은 노인의 성격유형에 따른 노인의 고독감과 자살생각에 대한 연구 결과 고독감 정도가 높을수록 자살생각 정도가 높은 것으로 나타났다고 밝혀졌다. 이수천 외(2014)의 독거노인의 자아존중감, 사회적 지지, 영성이 고독감에 미치는 영향에 대한 연구 결과 자아존중감, 사회적 지지, 영성으로 자아존중감은 고독감을 감소시키는 요인으로 나타났고, 장서영(2015)은 독거노인의 고독감에 영향

을 미치는 요인에 관한 연구 결과 자아존중감이 낮을수록 고독감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 자아존중감이 낮을수록 고독감이 높았다고 보고하였다. Ginter 등(1994; 염기철, 2017 재인용)은 남태평양의 두 문화권에서 성인을 대상으로 고독감과 사회적 지지 그리고 불안에 대한 비교연구에서 고독감의 지속기간은 인식되는 사회적 지지와 밀접히 관련되어 있다고 가정하였다. 고독감과 사회적 지지와는 부적 관계, 불안과는 정적 상관관계가 있었고 사회적 지지가 낮을수록 고독감의 지속기간이 길었다고 보고하였다.

김순이·이강이·조경순(1999)에 의하면 노년기에 고독과 노화에 의한 신체적 기능이 떨어지고, 경제적 수입이 불안하며, 은퇴 등으로 사회적 역할을 잃게 되고, 심리적 부적응에 의하여 노인들은 무력하게 한다고 하였다.

장혜영(2011)은 노인 여가활동의 참여가 적은 노인일수록 우울감정도가 높은 것으로 나타났고, 우울감정도가 높은 노인일수록 자살생각을 많이 하는 것으로 규명되어 노인 자살예방을 위해서 우선적으로 노인의 우울감을 먼저 예방하는 여가활동의 확산이 시급한 과제를 연구하였다. 문남숙(2009)은 노년기 우울감에 긍정적 영향을 미치는 여가활동을 파악하기 위하여 회귀분석을 실시한 결과 스포츠 활동은 우울감을 최소화시켜주는 것이라고 하였다.

김재현(2013)은 노인의 여가참여특성에 따른 우울감, 사회적응, 여가만족, 삶의 만족에 관한 연구에서 활동적인 여가에 참여하는 노인들은 우울감이 낮고, 사회적응이 활발하며, 여가만족과 삶의 만족이 높은 것으로 나타났다. 또한 여가참여기간이 길고 참여횟수가 많을수록 사회적응과 여가만족도가 높은 것으로 나타났다. 지승훈(2010)은 노인의 여가활동만족도와 성공적 노화에 관한 연구에서 노인복지관을 이용하는 노인과 비이용 노인의 집단 간 차이 비교를 통해 조사 및 분석 결과 노인복지관 여가프로그램에 참여하는 노인이 비참여노인보다 ADL상태, 심리적 건강상태, 프로그램 만족도, 성공적 노화정도가 높게 나타났다. 이 연구에서 우울감, 자아존중감, 여가활동, 가족지지가 성공적 노화에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이명옥(1999)은 여가활동 참여와 여가만족의 관계에 관한 연구에서 인구통계학적 특성 중 소득, 직업, 학력, 주관적 건강 등은 여가만족에 유의한 영향을 미치며, 여가활동 유형과 여가활동에 대한 참여수준은 여가만족에 영향을 미친다는 결론을 내렸다. 즉 여가활동 참여 빈도와 강도가 높으면 여가만족 정도를 향상시키는 것으로 나타났다.

백주현(1989)의 연구에서는 여가만족도에 영향을 미치는 요인으로 ‘자기개발적 여가활동’ 참여와 ‘가정 지향적 여가활동’ 참여의 영향력이 소득수준 다음으로 높게 나타남으로써, 근본적으로 사회·경제적 지위가 높을수록 가정생활 만족도가 높아지며, 여가활동에 참여할수록 여가 만족도가 높아진다고 결론을 내렸다. 또한 김귀순(2003)은 여가인식, 주5일제 인식, 주5일 근무제도에 대한 태도, 여가참여, 여가만족 간에는 상호

밀접한 관련성이 있고, 긍정적인 영향관계가 있다고 주장하였다.

이러한 선행연구결과를 토대로 본 연구는 충북지역에서 노인여가복지시설을 이용하고 있는 노인을 대상으로 구조화된 설문지를 이용하여 노인들의 일상생활스트레스와 고독감이 여가만족에 미치는 영향을 연구하는 것이다.

Ⅲ. 연구방법 및 절차

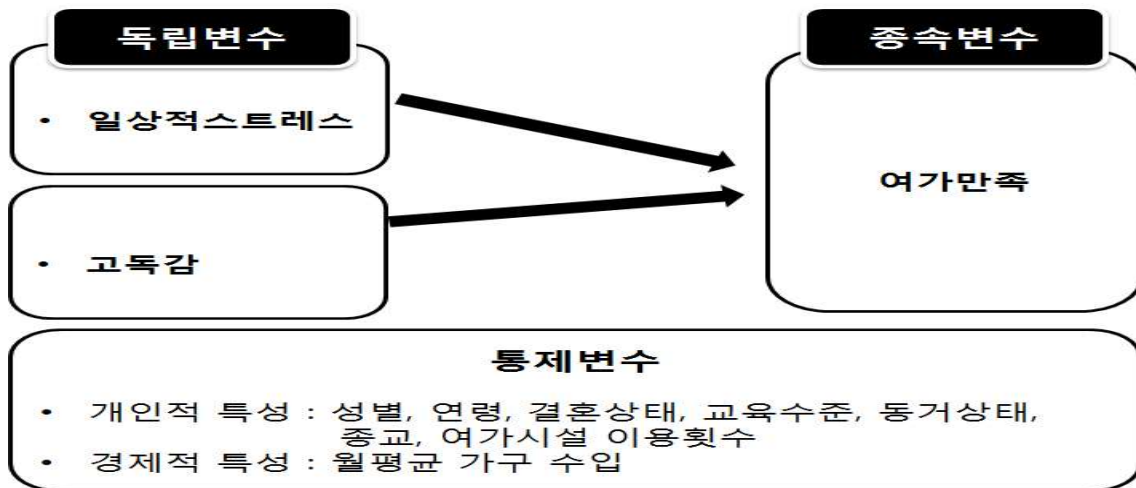
1. 연구모형 및 가설 설정
2. 변수의 정의 및 측정
3. 표본선정 및 자료수집
4. 자료 분석방법
5. 척도의 신뢰도

Ⅲ. 연구방법 및 절차

1. 연구모형 및 가설 설정

1) 연구모형

본 연구의 목적은 충북지역 노인들의 생활하면서 겪는 문제의 건강문제, 경제문제, 심리적 문제 등의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 어떠한 영향을 미치는가를 검증하는데 있다. 이와 같은 목적에 따라 독립변수로 일상적 스트레스와 고독감을 종속변수로 여가만족으로 설정하였다. 연구모형은 [그림 3-1] 과 같다.



[그림 3-1] 연구분석틀

2) 연구가설

위의 연구모형에 따라 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

가설 1. 충북노인들의 개인적 특성 및 경제적 특성은 여가만족에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 충북노인들의 일상적 스트레스는 여가만족에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 충북노인들이 주관적으로 느끼는 고독감은 여가만족에 영향을 미칠 것이다.

2. 변수의 정의 및 측정

1) 독립변수

(1) 일상적 스트레스

본 연구에서 사용된 일상적 스트레스 척도는 우리나라의 노인의 일상적 스트레스를 측정하기 위해 개발되었다. Holmes와 Rahe(1967)의 생활사건 스트레스(Life Event Stress Scale)가 많이 사용되지만 모든 인생주기에 적용시킬 때 타당도의 문제가 있다. 특히 노인에게 적용하기에는 부적합한 항목들이 있다. 이에 노인들이 노년기에 경험하는 갑작스런 환경의 변화를 야기하는 생활사건과 가족, 건강, 경제문제 등 일상생활과 관련되어 스트레스를 유발하는 원인을 살펴보기 위하여 척도를 개발하였다. 그렇기 때문에 모든 노인들이 일반적으로 경험하는 다양한 일상적 스트레스의 지각 정도를 파악하는데 유용하다.

본 척도는 스트레스와 관련된 선행연구(이평숙, 1984; 김영자, 1991; 최정혜, 1991; Krause, 1985)와 10명의 노인들과 면담 결과를 통해 개발되어 총 19문항으로 구성되었다. 이 척도는 노인들이 지난 1년간 스트레스를 경험했는지 여부 외에 스트레스 수준을 5점 리커트 척도로 측정하였다. 측정의 신뢰도와 타당도를 검증하고 주성분 분석을 통한 베리맥스 회전방식으로 요인분석을 실시하여 가족관계, 건강문제, 경제문제, 상실감, 주거환경의 5개 하위영역으로 구성된 척도이다.

일상적 스트레스에 관한 총 19문항의 응답범주는 5점척도로 (1= '전혀 그렇지 않다', 2= '그렇지 않다', 3= '보통이다', 4= '약간 그렇다', 5= '매우 그렇다')로 측정하였으며, 점수가 높을수록 일상적 스트레스의 지각정도가 높음을 의미한다.

본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .838로 나타났다.

(2) 고독감

본 척도는 UCLA 고독감 척도를 수정한 것으로 자신의 경험이 얼마나 외로웠나를 측정하기 위한 것이다. 대부분의 고독감 연구에서는 총체적이고 일반적인 고독에 대한 느낌을 묻는 표준화된 척도인 UCLA 고독감 척도를 사용하고 있다(Rusell, peplau, & Ferguson, 1978). 그러나 많은 연구에서 사용되고 있는 UCLA 척도는 신뢰도와 타당도가 높음에도 불구하고 문항이 모두 부정적인 질문으로 구성되어 응답할 때 체계적 오류를 범할 수 있으며 고독감과 관련 있는 자궁심이나 우울증 등과 상관관계가 .40에서 .50으로 높게 나타나 판별타당도의 문제가 제기되었다. 이와같은 문제점을 해결하기 위해 Russel, Peplau와 Cutronal(1980)가 UCLA 수정안을 개발하였다. UCLA 고독감 원척도와 UCLA 고독감 수정안(R-UCLA)의 상관관계는 .91이다. R-UCLA의 척도는 대학생 뿐 아니라 15세 이상, 성인 및 노년층을 대상으로 할 수 있는데 본 연구에서는 설정된 고독감 척도는 윤가현, 송대현

(1989)이 개발한 것으로 자녀와의 관계에서 파생된 고독감을 측정하는 것이다. 고독감에 관한 척도는 총13문항의 응답범주는 5점 척도로 (1= '전혀 그렇지 않다', 2= '그렇지 않다', 3= '보통이다', 4= '약간 그렇다', 5= '매우 그렇다')로 측정하였으며, 6개의 긍정적 문항과 7개의 부정적 문항으로 구성되어 있다. 긍정적 6문항을 역으로 배점하여 사용하였으며 총점은 15점에서 65점까지의 범위로 나올 수 있으며 점수가 높을수록 고독감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수 (Cronbach's α)는 .738로 나타났다.

2) 종속변수 : 여가만족

Beard와 Ragheb(1980)은 여가만족을 여가 활동의 선택과 참가의 결과로 개인이 형성 및 유도 내지 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 보고 일반적인 여가 경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족해하는 정도로 규정하고 여가 만족의 개념이 무엇인지 규명하기 위하여 여가 만족 척도(LSS)를 개발하였다. 여가 만족 척도(LSS)는 여가활동의 선택이 여가만족 정도에 미치는 영향을 이해하는데 유용하며, 이 척도의 활용을 통해 개인의 욕구에 부합하는 여가활동이 무엇인지를 선택하도록 하는데 적절히 활용될 수 있다.

Beard와 Ragheb(1980)은 여가 만족을 측정할 수 있는 척도 개발을 위한 첫 단계로서 여가 행동 및 레크리에이션 전문가를 대상으로 여가 만족을 측정할 수 있는 항목들을 조사하였다. 이후 두 차례에 걸쳐 950명(603명+347명)을 대상으로 통계적 분석을 위한 조사를 실시하였다. 본 연구에서 사용한 여가만족 척도는 Beard와 Ragheb(1980)가 개발한 단축형 척도(24개 문항)를 이종길(1992)이 번안하여 사용한 척도를 활용한 척도를 본 연구에 맞게 19 문항으로 축약하고 노인복지관 이용에 맞게 문구를 수정하여 사용하였다.

여가만족 척도는 총19문항의 응답범주는 5점 척도로 (1= '전혀 그렇지 않다', 2= '그렇지 않다', 3= '보통이다', 4= '약간 그렇다', 5= '매우 그렇다')로 측정하였으며 본 연구의 신뢰도 계수 (Cronbach's α)는 .878로 나타났다.

3) 통제변수

본 연구에서 독립변수와 종속변수 사이에 영향을 줄 수 있는 것으로 예측되는 변수들을 통제하였다. 사회 인구학적 요인 중 개인적 특성인 성별, 연령, 교육수준, 배우자 유무, 동거상태, 종교, 여가시설 이용횟수와 경제적 특성인 가구 월평균 수입을 제한 여부에 포함하였다. 배우자 유무는 결혼 상태의 설문을 배우자 있음과 재혼을(1)로 사별하여 독신, 이혼·별거, 미혼(0)으로 부호화하여 더미(dummy) 변수로 처리하였다. 또, 교육수준에서 글자모름(1)과 글자해독(2)을 무학(1)으로 처리하였다.

4) 설문지 구성

본 연구에서는 일상적 스트레스와 고독감이 노인들의 여가만족에 미치는 영향을 검증하기 위하여 구조화된 자기 기입식 설문지를 활용하였다.

설문지는 인구 사회학적 일반적 특성 (8문항), 일상적 스트레스(19문항), 고독감(13문항), 여가만족(19문항)으로 총 59문항으로 구성되었다. 설문지 구성의 구체적 내용은 <표 3-1>과 같다.

<표 3-1> 설문지의 구성

변 인	내 용	문항수
일반적 특성	성별, 연령, 교육수준, 결혼형태, 동거상태, 종교, 월평균 수입, 복지관 이용횟수	8
일상적 스트레스	최근 1년 동안 경험한 문제로 가족관계(8문항), 경제적 문제(5문항), 건강문제(3문항), 상실감(4문항) 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’, ‘그렇지 않다’, ‘보통이다’, ‘약간 그렇다’, ‘매우 그렇다’	19
고독감	긍정적 문항(6문항), 부정적 문항(7문항) 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’, ‘그렇지 않다’, ‘보통이다’, ‘약간 그렇다’, ‘매우 그렇다’	13
여가만족	심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적 여가만족 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’, ‘그렇지 않다’, ‘보통이다’, ‘약간 그렇다’, ‘매우 그렇다’	19

3. 표본선정 및 자료수집

본 연구의 조사기간은 2017년 9월 1일부터 2017년 9월 29일까지 총 29일간 조사하였다. 표본선정은 충청북도에 위치한 노인복지관을 이용하시는 노인들을 대상으로 총 550부의 설문지가 제작 배부되었고 523부가 회수되어 회수율은 95.1%이다. 조사 대상자들이 응답한 설문지 중에 부실한 응답이나 결측치가 많은 설문지를 제외하고 최종 508부가 자료로 사용되었다.

구체적인 자료 수집은 조사대상자가 구조화된 설문지의 문항에 직접 기입하는 자기기입 방식에 의하여 이루어졌다. 또한, 자기기입이 어렵거나 글을 모르는 조사대상자는 조사자가 직접 설문지를 읽어주고 받아 낸 응답을 기입하는 방식으로 조사를 진행하였다.

4. 자료 분석방법

본 연구를 연구가설을 검증하기 위한 자료의 분석방법은 다음과 같다. 자료 분석을 위해 사용한 통계 프로그램은 window용 SPSS 18.0을 사용 하였다.

첫째, 조사대상자인 충북노인들의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석과 기술통계를 실시하여 평균과 표준편차를 구하였다.

둘째, 주요변수간의 상관관계를 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하였으며 Pearson's 상관관계 계수로 다중공선성 문제를 확인하였다.

셋째, 노인들의 인구사회학적 특성에 따라 주요변수들의 차이를 살펴보기 위하여 독립표본 T검정(Independent Samples T Test)과 일원배치 분산분석(One Way ANOVA)을 실시하였다.

넷째, 충북노인들의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 미치는 영향을 검증하기 위하여 중다선형 회귀분석(Multiple Linear Regression Analysis)을 실시하였다.

5. 척도의 신뢰도

본 연구의 자료수집에서 활용된 척도 문항들의 신뢰도를 검증하기 위해 내적 합치도를 나타내는 Cronbach's α 를 계산하였다. 그 결과는 <표 3-2>와 같다. 본 연구에서 사용된 변수들의 Cronbach's α 계수는 .738이상으로 나타났다.

<표 3-2> 척도의 신뢰도

척도	문항수	Cronbach's α
일상적 스트레스	19	.838
고독감	13	.738
여가만족	19	.878

IV. 조사결과 분석

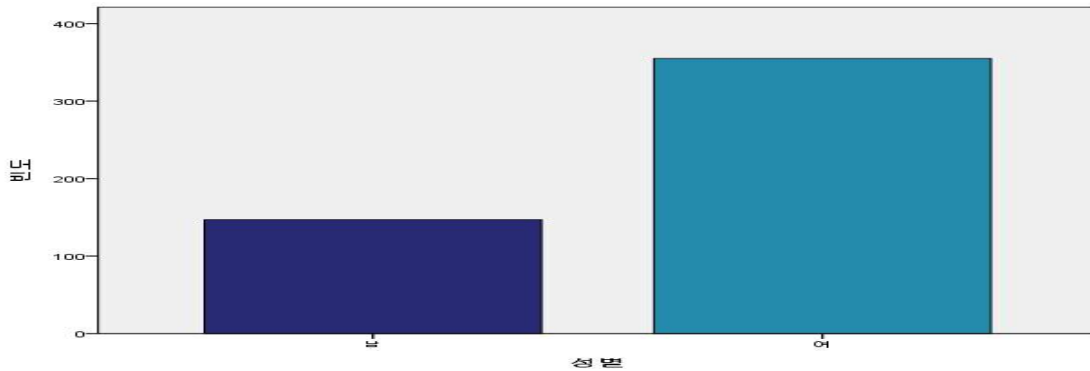
1. 조사대상자의 일반적 특성
2. 주요변수의 기술통계 및 상관관계

IV. 조사결과 분석

1. 조사대상자의 일반적 특성

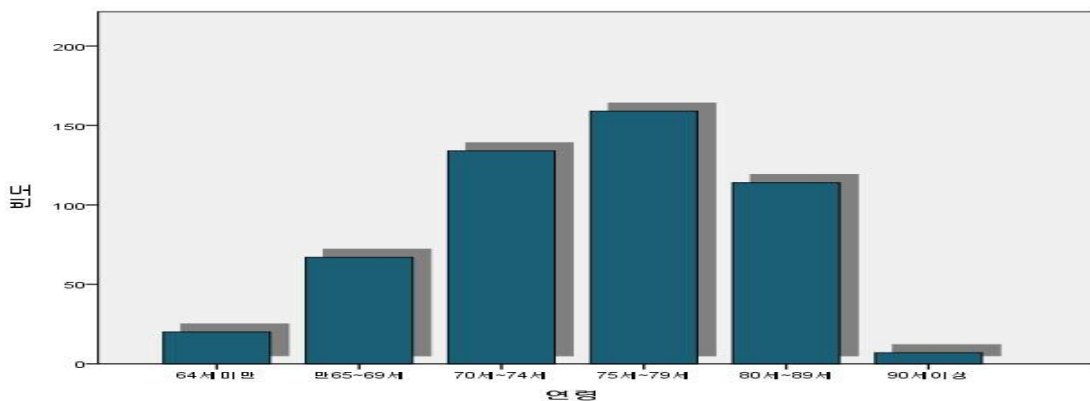
본 연구의 설문에 참여한 노인의 일반적 특성인 성별, 연령, 교육수준, 결혼형태, 동거상태, 종교, 월평균 수입, 복지관 이용 횟수를 살펴보기 위하여 빈도분석을 실시하였다. 분석 결과는 <표 4-1>과 같다.

첫째, 조사대상자인 노인들의 성별 분포를 살펴보면 여성노인이 355명으로 69.9%이며, 남성 노인은 147명으로 28.9%로 나타났다.



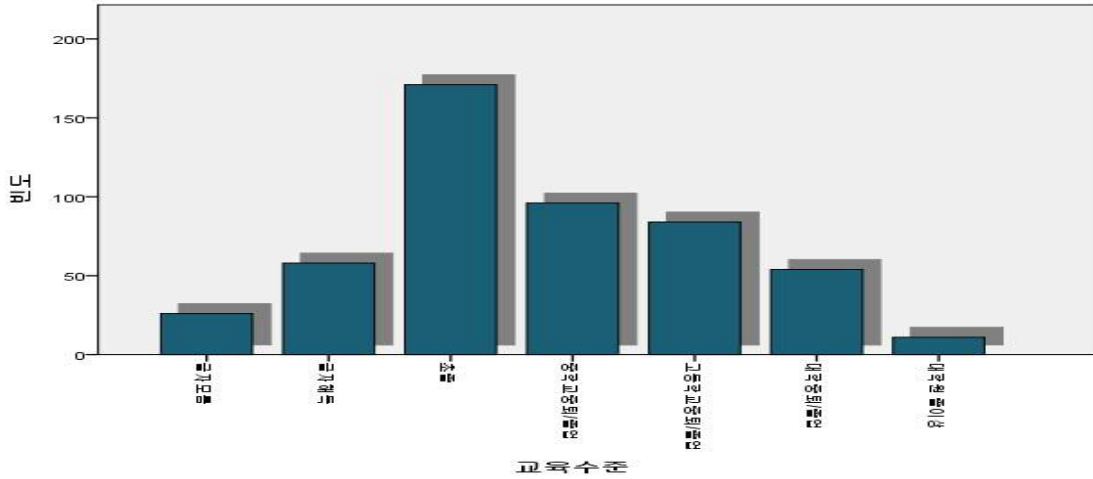
[그림 4-1] 성별

둘째, 조사대상자들의 연령 분포는 만74세~79세가 31.3%로 가장 많은 분포를 나타냈으며, 만70세~74세가 26.4%, 만80세~89세가 22.4%, 만65세~69세 13.2%, 만64세 미만 3.9%, 90세 이상 1.4% 순으로 나타났다.



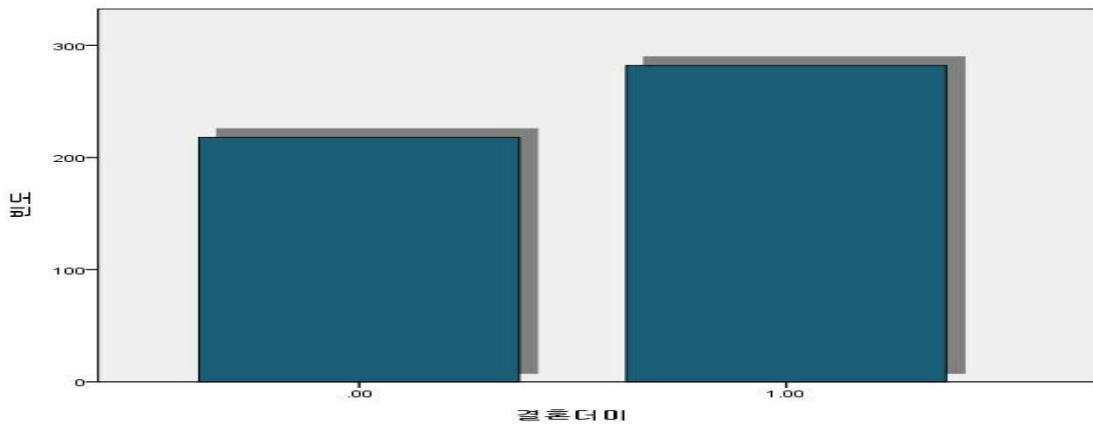
[그림 4-2] 연령

셋째, 조사대상자들의 교육수준 분석결과 초등학교 중퇴·졸업이 33.7%로 가장 많은 분포를 보였고 중학교 중퇴·졸업이 18.9%, 고등학교 중퇴·졸업과 무학이 각각 16.5%, 대학교 중퇴·졸업이 10.6%, 대학원 이상이 2.2% 순으로 조사되었다.



〔그림 4-3〕 교육수준

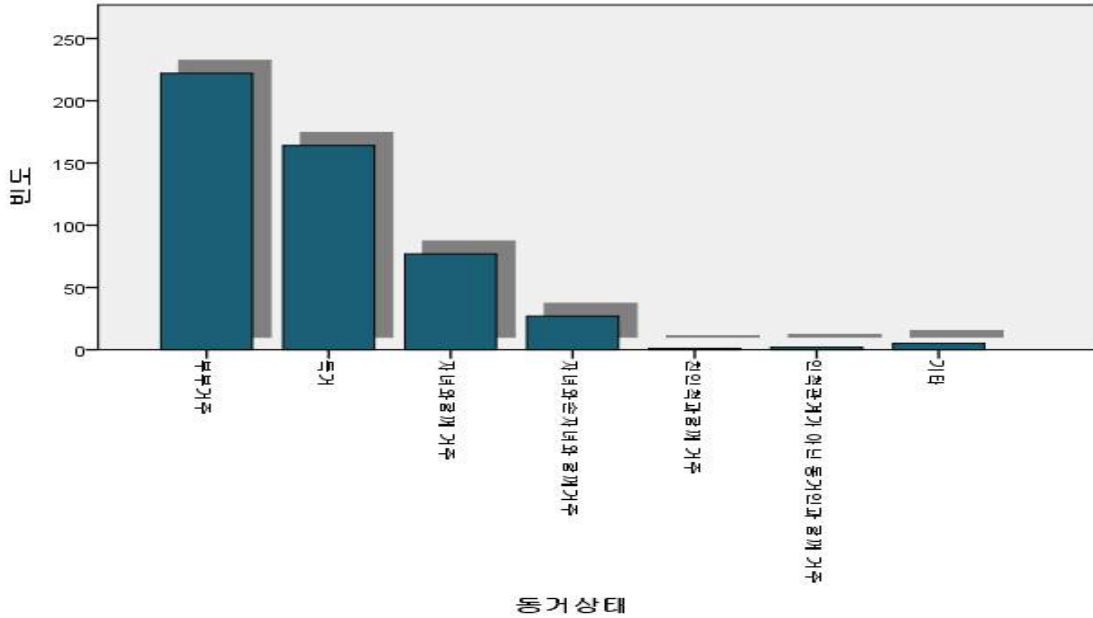
넷째, 조사 대상자들의 결혼 상태에 대한 조사결과 는 배우자 없음이 105명, 71.4%, 배우자 있음이 41명, 27.9%로 나타났다.



주) 0: 배우자 없음, 1: 배우자 있음

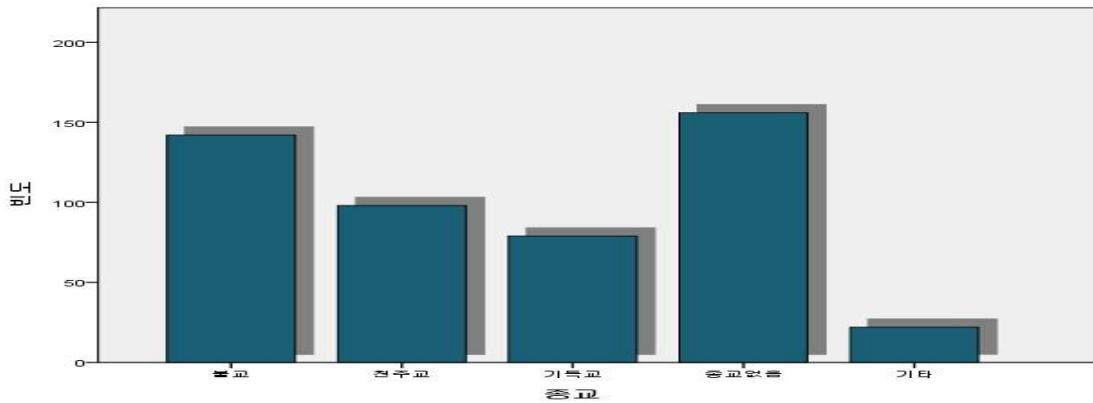
〔그림 4-4〕 배우자 유무

다섯째, 조사대상자들의 동거상태에 대한 조사에서는 43.7%가 부부 거주로 가장 많은 분포를 보였으며, 독거 32.3%, 자녀와 함께 거주 15.2%, 자녀와 손자녀와 함께 거주 5.3%, 기타 1.0%, 인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주 0.4%, 친인척과 함께 거주 0.2% 순으로 나타났다.



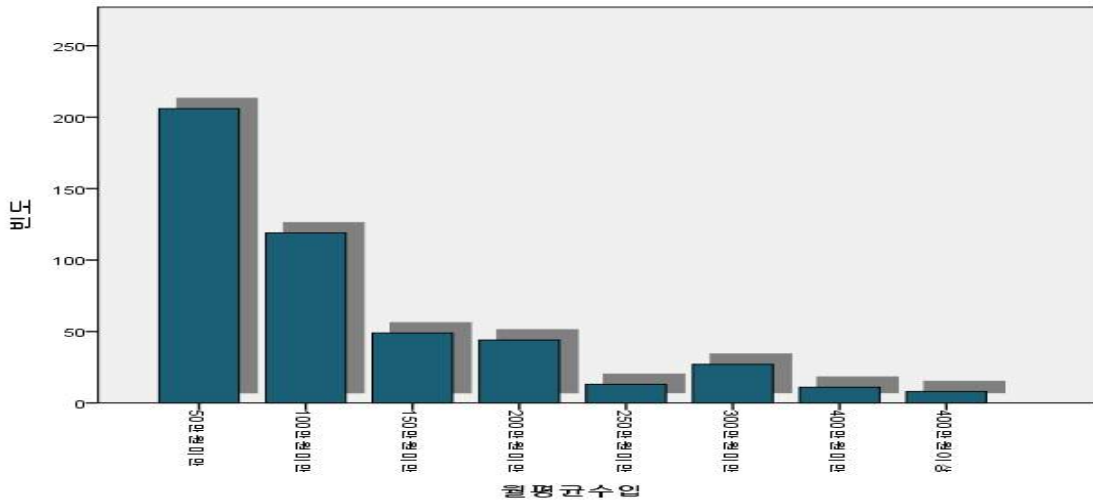
[그림 4-5] 동거상태

여섯째, 조사대상자들의 종교에 대한 조사결과 종교 없음이 30.5%로 가장 높은 분포를 보였고, 불교 28%, 천주교 19.3%, 기독교 15.6%, 기타 4.5% 순으로 나타났다.



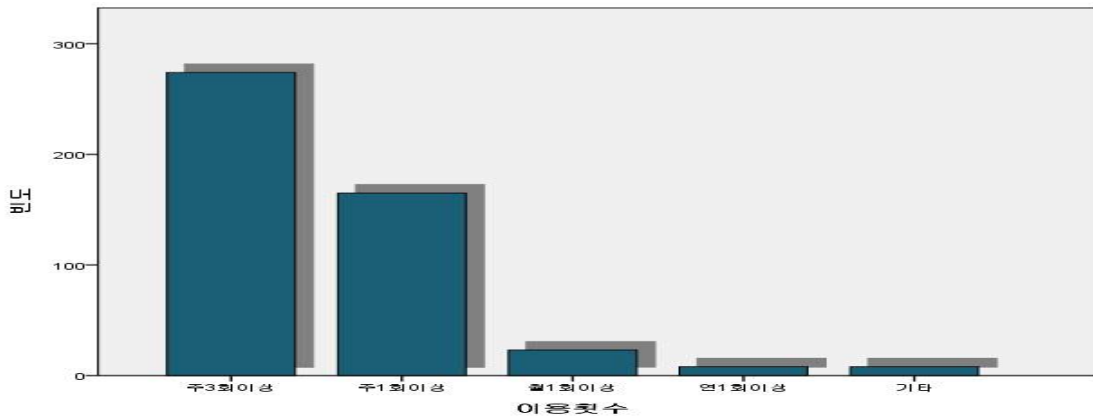
[그림 4-6] 종교

일곱째, 조사대상자들의 가구 월평균 수입에 대한 조사에서 50만원미만이 40.6%, 100만원미만 23.4%, 150만원미만 9.6%, 200만원미만 8.7%, 300만원미만 5.3%, 250만원미만 2.6%, 400만원미만 2.2%, 400만원이상 1.6% 순으로 나타났다.



[그림 4-7] 월평균 수입

여덟째, 조사대상자들이 여가시설 이용횟수에 대한 조사 결과 주3회 이상 이용자가 53.9%로 가장 높은 분포를 보였고, 주1회 이상 32.5%, 월1회 이상과 기타가 각각 1.6% 순으로 조사되었다.



[그림 4-8] 여가시설 이용횟수

<표 4-1> 인구사회학적 특성

변수	항목	빈도(명) (N=508)	백분율(%)
성별	남자	147	28.9
	여자	355	69.9
	결측	6	1.2

연령	64세미만	20	3.9
	만65~69세	67	13.2
	만70세~74세	134	26.4
	만75세~79세	159	31.3
	만80세~89세	114	22.4
	90세 이상	7	1.4
	결측	7	1.4
교육상태	무학	84	16.5
	초등학교 중퇴·졸업	171	33.7
	중학교 중퇴·졸업	96	18.9
	고등학교 중퇴·졸업	84	16.5
	대학교 중퇴·졸업	54	10.6
	대학원 이상	11	2.2
	결측	8	1.6
결혼상태	배우자 없음	218	42.9
	배우자 있음	282	55.5
	결측	8	1.6
동거상태	부부거주	222	43.7
	독거	164	32.3
	자녀와 함께 거주	77	15.2
	자녀와 손자녀와 함께 거주	27	5.3
	친인척과 함께 거주	1	0.2
	인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주	2	0.4
	기타	5	1.0
	결측	10	2.0
종교	불교	142	28.0
	천주교	98	19.3
	기독교	79	15.6
	종교없음	155	30.5
	기타	23	4.5
	결측	11	2.2
월평균 수입	50만원 미만	206	40.6
	100만원 미만	119	23.4
	150만원 미만	49	9.6
	200만원 미만	44	8.7
	250만원 미만	13	2.6

	300만원 미만	27	5.3
	400만원 미만	11	2.2
	400만원 이상	8	1.6
	결측	31	6.1
복지관 이용횟수	주3회 이상	274	53.9
	주1회 이상	165	32.5
	월1회 이상	23	4.5
	연1회 이상	8	1.6
	기타	8	1.6
	결측	30	5.9

2. 주요변수의 기술통계 및 상관관계

1) 주요 변수의 기술통계

본 연구에서 일상적 스트레스와 고독감이 노인들의 여가만족에 미치는 영향에 관한 연구에 따른 점수를 부여한 수준의 기술통계 분석결과<표 4-2>와 같다.

주요변수들 간의 기술 통계치를 살펴보면 조사 대상자의 독립변수인 일상적 스트레스에 대한 평균은 51.46(표준편차 12.00)로 나타났고, 고독감은 평균 32.73(표준편차 7.41)로 나타났다. 종속변수인 여가만족은 평균 76.15(표준편차 11.18)로 나타났다. 조사대상자들의 일상적 스트레스의 점수 범주는 19에서 95점이며 점수가 높을수록 일상적 스트레스가 높음을 의미한다. 기술통계 결과 평균 51.74으로 전체 범주의 평균점 47.5 이상으로 조사대상자들이 일상생활을 하면서 가족관계 및 정서적지지, 건강, 경제적 문제로 인한 스트레스는 평균이상 이상인 것으로 나타났다.

고독감은 점수의 범주는 15점에서 65점이며 점수가 높을수록 고독감이 높음을 의미한다. 분석결과 고독감 평균은 전체범주의 평균값의 32.5의 근접한 32.73으로 나타나 조사대상자들이 느끼는 고독감은 평균 정도임을 알 수 있다.

여가만족의 점수 범주는 19점에서 95점으로 점수가 높을수록 여가만족이 높음을 의미한다. 분석결과 조사대상자들의 여가만족의 평균값은 76.15로 나타났다. 이와 같은 결과로 볼 때 조사대상자인 충북노인들은 여가만족을 높게 인식하는 것을 알 수 있다.

<표 4-2> 주요 변수들의 기술 통계치

		N	최소값	최대값	평균	표준편차
독립변수	일상적 스트레스	508	19	95	51.5059	11.95826
	고독감	508	13	61	32.7350	7.41453
종속변수	여가만족	508	22	95	76.1538	11.16960

주: 일상적 스트레스, 고독감, 여가만족 : 전혀 그렇지 않다 ~ 매우 그렇다 5점 척도

2) 인구사회학적 특성에 따른 평균 비교

(1) 성별

성별에 따른 주요변수들 평균비교 분석결과 일상적 스트레스 평균은 남자노인이 51.98로 여자 노인이 51.25로 나타났으며 남자노인들은 최소값이 21로 여자노인은 19로 나타났다. 이와 같은 결과로 볼 때 여자노인보다 남자노인이 느끼는 일상적 스트레스는 더 높음을 알 수 있다.

고독감은 남자노인이 평균 33.08, 최소값 17, 최대값 55로 나타났으며 여자노인은 평균 32.53, 최소값 13, 최대값 61로 나타났다. 중복노인들의 주관적으로 느끼는 고독감은 남자노인이 여자노인보다 고독감을 느끼는 정도가 좀 더 높음을 알 수 있다.

여가만족은 남자노인이 평균 74.59, 최소값 45, 최대값 95로 나타났으며, 여자노인은 평균 76.91, 최소값 22, 최대값 95로 나타났다. 이와 같은 결과로 볼 때 여성노인이 남성노인보다 여가만족을 느끼는 정도가 더 높음을 유추할 수 있겠다.

<표 4-3> 성별에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	남	147	51.98	12.24	21.00	95.00
	여	355	51.25	11.89	19.00	95.00
	합계	502	51.46	11.99	19.00	95.00
고독감	남	147	33.08	7.14	17.00	55.00
	여	355	32.53	7.52	13.00	61.00
	합계	502	32.69	7.41	13.00	61.00
여가 만족	남	147	74.59	9.83	45.00	95.00
	여	355	76.91	11.54	22.00	95.00
	합계	502	76.23	11.11	22.00	95.00

(2) 연령

연령에 따른 주요변수들의 집단별 평균비교 분석결과 일상적 스트레스는 90세 이상이 58.57로 평균값이 가장 높았고, 만75세~79세가 52.21, 만80세~89세가 52.00, 만70세~74세가 51.50, 만 65세~69세 50.95, 만64세 이하가 42.35 순으로 나타났다.

고독감 평균은 만90세 이상이 35.28로 가장 높게 나타난 반면 만65세~69세가 31.25로 가장 낮게 나타났다.

여가만족 평균은 64세 미만이 79.6으로 가장 높게 나타난 반면 만75세 이상~79세가 75.64로 가장 낮은 여가만족을 보였다.

<표 4-4> 연령에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	만64세 미만	20	42.35	12.45	23.00	76.00
	만65세~69세	67	50.95	12.60	23.00	83.00
	만70세~74세	134	51.50	12.36	21.00	92.00
	만75세~79세	159	52.21	11.52	19.00	95.00
	만80세~89세	114	52.00	10.92	23.00	95.00
	만90세 이상	7	58.57	14.43	44.00	81.00
	합계	501	51.50	11.97	19.00	95.00
고독감	만64세 미만	20	31.90	8.37	20.00	57.00
	만65세~69세	67	31.25	7.05	17.00	43.00
	만70세~74세	134	32.45	7.68	14.00	61.00
	만75세~79세	159	33.85	7.01	17.00	54.00
	만80세~89세	114	32.10	7.36	13.00	51.00
	만90세 이상	7	35.28	9.94	25.00	55.00
	합계	501	32.67	7.40	13.00	61.00
여가 만족	만64세 미만	20	79.60	12.84	52.00	95.00
	만65세~69세	67	75.73	10.06	56.00	95.00
	만70세~74세	134	76.11	11.89	22.00	95.00
	만75세~79세	159	75.64	10.93	35.00	95.00
	만80세~89세	114	76.91	10.67	51.00	95.00
	만90세 이상	7	77.85	12.82	54.00	95.00
	합계	501	76.26	11.11	22.00	95.00

(3) 교육수준

교육수준에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과를 살펴보면 일상적 스트레스 평균은 무학이 55.46으로 가장 높게 나타났으며 초등학교 졸업·중퇴 52.31, 중학교 졸업·중퇴 50.39, 고등학교 졸업 50.14, 대학교 졸업·중퇴 48.33, 대학원 이상 40.54 순으로 나타났다. 이와 같은 결과로 볼 때 학력이 높을수록 일상적 스트레스가 적음을 알 수 있다. 반면 일상적 스트레스의 최소값은 19로 최대값은 95로 나타났다.

교육수준에 따른 고독감 평균은 중학교 졸업·중퇴가 33.30으로 가장 높게 나타난 반면 대학원 이상이 30.09로 가장 낮게 나타났다. 고독감은 최소값이 13으로 최대값은 61로 나타났다.

교육수준에 따른 여가만족은 무학이 78.59로 가장 높은 평균을 보였으며 중학교 졸업·중퇴가 76.64, 초등학교 졸업·중퇴가 76.38, 대학원 이상이 75.18, 고등학교 졸업·중퇴가 74.88, 대학교 졸업·중퇴가 74.07 순으로 나타났다. 교육수준별 여가만족의 최소값은 22로 최대값은 95로 나타났다.

<표 4-5> 교육수준에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상스 트레스	무학	84	55.46	11.10	23.00	95.00
	초등학교 졸업·중퇴	171	52.31	10.59	27.00	83.00
	중학교 졸업·중퇴	96	50.39	13.30	23.00	92.00
	고등학교 졸업·중퇴	84	50.14	12.11	26.00	82.00
	대학교 졸업·중퇴	54	48.33	12.97	19.00	76.00
	대학원이상	11	40.54	9.87	21.00	54.00
	합계	500	51.42	11.99	19.00	95.00
고독감	무학	84	32.64	8.22	15.00	54.00
	초등학교 졸업·중퇴	171	33.57	7.41	13.00	61.00
	중학교 졸업·중퇴	96	33.30	7.46	14.00	57.00
	고등학교 졸업·중퇴	84	31.98	6.48	17.00	47.00
	대학교 졸업·중퇴	54	30.38	7.18	16.00	44.00
	대학원이상	11	30.09	6.65	17.00	40.00
	합계	500	32.67	7.42	13.00	61.00
여가	무학	84	78.59	12.09	54.00	95.00

만족	초등학교 졸업·중퇴	171	76.38	12.44	22.00	95.00
	중학교 졸업·중퇴	96	76.64	11.25	35.00	95.00
	고등학교 졸업·중퇴	84	74.88	7.77	46.00	95.00
	대학교 졸업·중퇴	54	74.07	9.13	51.00	95.00
	대학원이상	11	75.18	9.23	64.00	94.00
	합계	500	76.27	11.11	22.00	95.00

(4) 결혼상태

조사대상자들의 결혼상태인 배우자 유무에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과를 살펴보면 일상적 스트레스는 배우자 없음이 54.95로 배우자 있음이 48.81로 나타나 배우자 있는 노인들이 일상적 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났다.

고독감 평균은 배우자 없음이 33.61로, 배우자 있음이 31.95로 나타났다. 여가만족 평균은 배우자 없음 76.52로 나타났으며, 배우자 있음이 75.97로 나타났다. 이와 같은 결과로 볼 때 배우자 있는 노인들이 일상적 스트레스와 고독감은 배우자 없는 노인들에 비하여 작게 느끼는 반면 여가만족은 배우자 없는 노인들이 여가만족을 높게 느낌을 유추할 수 있겠다.

<표 4-6> 결혼상태에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	배우자 없음	218	54.95	12.43	23.00	95.00
	배우자 있음	282	48.81	10.89	19.00	82.00
	합계	500	51.49	11.97	19.00	95.00
고독감	배우자 없음	218	33.61	7.74	13.00	57.00
	배우자 있음	282	31.95	7.09	14.00	61.00
	합계	500	32.67	7.42	13.00	61.00
여가 만족	배우자 없음	218	76.52	11.43	46.00	95.00
	배우자 있음	282	75.97	10.85	22.00	95.00
	합계	500	76.21	11.10	22.00	95.00

(5) 동거상태

조사대상자들의 동거상태에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과를 살펴보면 일상적 스트레스는 인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주가 62.5 가장 높은 평균을 보였으며 독거가 55.11, 자녀와 함께 거주 53.24, 자녀와 손자녀와 함께 거주가 50.29 순으로 나타난 반면 부부거주는 48.20으로 가장 낮은 평균을 보였다.

고독감 평균은 인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주가 42.50으로 가장 높은 평균을 보였으며 독거가 33.79, 기타 33.6, 친인척과 함께 거주 33.00, 자녀와 함께 거주 32.72, 자녀와 손자녀와 함께 거주 31.77, 부부거주 31.76 순으로 나타났다.

여가만족 평균은 친인척과 거주가 83.00으로 가장 높게 나타났고, 기타가 79.4, 자녀와 손자녀와 함께 거주 77.03, 독거 76.84, 부부거주 76.05, 자녀와 함께 거주 75.67, 인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주가 61.00 순으로 나타났다.

<표 4-7> 동거상태에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	부부거주	222	48.20	10.79	19.00	82.00
	독거	164	55.11	12.98	23.00	95.00
	자녀와함께 거주	77	53.24	11.00	23.00	83.00
	자녀와손자녀와 함께 거주	27	50.29	10.26	31.00	76.00
	친인척과 함께 거주	1	51.00	.	51.00	51.00
	인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주	2	62.50	3.53	60.00	65.00
	기타	5	50.80	16.57	23.00	67.00
	합계	498	51.46	11.98	19.00	95.00
고독감	부부거주	222	31.76	6.94	14.00	61.00
	독거	164	33.79	8.14	13.00	57.00
	자녀와함께 거주	77	32.72	7.43	16.00	54.00
	자녀와손자녀와 함께거주	27	31.77	6.19	21.00	46.00
	친인척과함께 거주	1	33.00	.	33.00	33.00
	인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주	2	42.50	.70	42.00	43.00
	기타	5	33.60	4.92	27.00	40.00

	합계	498	32.64	7.41	13.00	61.00
여가 만족	부부거주	222	76.05	10.00	35.00	95.00
	독거	164	76.84	11.30	52.00	95.00
	자녀와함께 거주	77	75.67	12.53	22.00	95.00
	자녀와손자녀와 함께거주	27	77.03	13.34	51.00	95.00
	친인척과함께 거주	1	83.00	.	83.00	83.00
	인척관계가 아닌 동거인과 함께 거주	2	61.00	.00	61.00	61.00
	기타	5	79.40	7.76	68.00	89.00
	합계	498	76.29	11.02	22.00	95.00

(6) 종교

조사대상자들의 종교에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과 일상적 스트레스는 천주교 52.57로 가장 높은 평균으로 나타났고 종교 없음이 52.51, 불교 50.68, 기독교 50.02, 기타 49.81 순으로 나타났다.

고독감 평균은 종교 없음이 33.24로 가장 높은 평균을 보였고 천주교 33.02, 기독교 32.63, 불교 32.15, 기타 30.54 순으로 나타났다.

여가만족 평균은 기타가 80.18로 가장 높았고 기독교 76.77, 불교 76.57, 종교 없음 76.05, 천주교 74.48 순으로 나타났다.

<표 4-8> 종교에 따른 평균 비교

		N	평균	표준편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	불교	142	50.68	12.67	19.00	95.00
	천주교	98	52.57	11.79	31.00	78.00
	기독교	79	50.02	11.80	23.00	83.00
	종교없음	156	52.51	11.31	23.00	95.00
	기타	22	49.81	11.12	28.00	82.00
	합계	497	51.48	11.88	19.00	95.00
고독감	불교	142	32.15	8.02	13.00	57.00

	천주교	98	33.02	7.71	17.00	61.00
	기독교	79	32.63	6.31	16.00	51.00
	종교없음	156	33.24	7.10	16.00	48.00
	기타	22	30.54	8.44	14.00	44.00
	합계	497	32.67	7.44	13.00	61.00
여가만족	불교	142	76.57	11.36	22.00	95.00
	천주교	98	74.48	11.67	35.00	95.00
	기독교	79	76.77	8.35	59.00	95.00
	종교없음	156	76.05	11.70	45.00	95.00
	기타	22	80.18	10.34	53.00	95.00
	합계	497	76.18	11.09	22.00	95.00

(7) 월평균 수입

조사대상자들의 가구 월평균 수입에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과 일상적 스트레스는 50만원 미만 54.65로 가장 높은 평균을 보였고 100만원 미만 52.01, 150만원 미만 50.30, 200만원 미만 49.02, 400만원 미만 45.90, 300만원 미만 45.33, 250만원 미만 42.38, 400만원 이상 38.37 순으로 나타났다.

월평균 수입에 따른 고독감 평균은 100만원 미만이 34.30으로 가장 높은 평균을 보였으며 50만원 미만 32.88, 400만원 이상 32.50, 150만원 이상 32.02, 400만원 미만 31.90, 200만원 미만 31.06, 250만원 미만 30.23, 300만원 미만 29.37 순으로 나타났다. 월평균 수입에 따른 여가만족 평균은 250만원 미만이 81.00으로 가장 높은 평균을 보인 반면 300만원 미만이 71.96으로 가장 낮은 평균을 보였다.

<표 4-9> 월평균 수입에 따른 평균 비교

		N	평균	표준 편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	50만원미만	206	54.65	11.67	23.00	95.00
	100만원미만	119	52.01	11.46	23.00	95.00
	150만원미만	49	50.30	9.48	33.00	68.00
	200만원미만	44	49.02	13.00	23.00	92.00
	250만원미만	13	42.38	9.05	28.00	63.00
	300만원미만	27	45.33	11.36	21.00	64.00

	400만원미만	11	45.90	14.59	31.00	80.00
	400만원이상	8	38.37	11.38	19.00	54.00
	합계	477	51.69	12.00	19.00	95.00
고독감	50만원미만	206	32.88	8.14	13.00	57.00
	100만원미만	119	34.30	7.14	17.00	61.00
	150만원미만	49	32.02	7.48	16.00	47.00
	200만원미만	44	31.06	6.36	17.00	43.00
	250만원미만	13	30.23	6.74	19.00	44.00
	300만원미만	27	29.37	5.27	17.00	41.00
	400만원미만	11	31.90	6.96	20.00	41.00
	400만원이상	8	32.50	4.92	25.00	40.00
	합계	477	32.68	7.50	13.00	61.00
여가만족	50만원미만	206	77.60	12.32	48.00	95.00
	100만원미만	119	74.95	11.44	22.00	95.00
	150만원미만	49	75.73	7.36	57.00	95.00
	200만원미만	44	76.45	8.81	57.00	95.00
	250만원미만	13	81.00	7.33	72.00	95.00
	300만원미만	27	71.96	9.01	55.00	94.00
	400만원미만	11	72.18	15.11	35.00	90.00
	400만원이상	8	75.37	8.22	61.00	90.00
	합계	477	76.25	11.19	22.00	95.00

(8) 여가시설 이용횟수

조사대상자들의 여가시설 이용횟수에 따른 주요변수들의 평균비교 분석결과 일상적 스트레스는 기타가 52.12로 가장 높은 평균을 보였으며 주1회 이상이 52.10, 주3회 이상 51.79, 월1회 이상 50.39, 연1회 이상 50.00 순으로 나타났다.

고독감은 월1회 이상 여가시설을 이용하는 노인이 35.04로 가장 높은 평균을 보였고 주1회 이상 33.98, 연1회 이상 33.25, 주3회 이상 31.92, 기타 29.75 순으로 나타났다.

여가만족은 연1회 이상이 82.50을 가장 높은 평균을 보였으며 주3회 이상 77.67, 주1회 이상 74.16, 기타 73.50, 월1회 이상 73.30 순으로 나타났다.

〈표 4-10〉 여가시설 이용횟수에 따른 평균 비교

		N	평균	표준 편차	최소값	최대값
일상적 스트레스	주3회 이상	274	51.79	11.23	23.00	95.00
	주1회 이상	165	52.10	12.18	19.00	92.00
	월1회 이상	23	50.39	16.40	21.00	95.00
	연1회 이상	8	50.00	13.80	23.00	67.00
	기타	8	52.12	17.45	28.00	73.00
	합계	478	51.81	11.96	19.00	95.00
고독감	주3회 이상	274	31.92	7.56	13.00	61.00
	주1회 이상	165	33.98	6.96	16.00	57.00
	월1회 이상	23	35.04	7.54	21.00	54.00
	연1회 이상	8	33.25	5.57	26.00	41.00
	기타	8	29.75	11.70	14.00	46.00
	합계	478	32.77	7.47	13.00	61.00
여가만족	주3회 이상	274	77.67	11.05	35.00	95.00
	주1회 이상	165	74.16	10.43	52.00	95.00
	월1회 이상	23	73.30	14.30	22.00	94.00
	연1회 이상	8	82.50	9.31	67.00	95.00
	기타	8	73.50	14.80	57.00	95.00
	합계	478	76.26	11.18	22.00	95.00

3) 변수들 간의 상관관계

변수와 변수간의 관계에 있어서 변동의 연관성 정도, 변동의 크기의 정도와 방향을 상관관계(Correlation)라고 한다. 이에 본 연구의 변수들 간의 관련성을 살펴보기 위하여 상관분석을 실시하였고 분석 결과는 〈표 4-11〉과 같다.

<표 4-11> 변수들 간의 상관관계

	성별	연령	교육 수준	결혼 상태	동거 상태	종교	월평균 수입	이용 횟수	일상적 스트레스	고독감	여가 만족
성별	1										
연령	-.080	1									
교육 수준	-.373*	-.199**	1								
결혼 상태	-.151**	-.180**	.291**	1							
동거 상태	-.009	.090	-.118**	-.398**	1						
종교	-.110*	.075	-.027	-.006	-.008	1					
월평균 수입	-.242**	-.176**	.519**	.301**	-.137**	-.053	1				
이용 횟수	.002	-.077	.061	.037	-.004	-.069	-.024	1			
일상적 스트레스	-.028	.115*	-.208**	-.255**	.137**	.027	-.290**	-.011	1		
고독감	-.028	.058	-.092*	-.117*	.065	.031	-.118*	.070	.415**	1	
여가 만족	.095*	-.002	-.113*	-.025	.003	.030	-.089	-.098*	-.059	-.310**	1

주: 1) p<0.05, *p<0.01**

<표 4-11>을 구체적으로 살펴보면 성별은 교육수준($r=-.373$, $p<.01$), 결혼상태($r=-.151$, $p<.01$), 종교($r=-.110$, $p<.05$). 월평균 수입($r=-.242$, $p<.01$)로 여가만족은($r=.095$, $p<.01$)로 정적

상관관계로 나타났다. 반면 독립변수인 일상적 스트레스, 고독감은 통계상 유의미하게 나타나지 않았다.

연령은 교육수준($r=-.199, p<.01$), 결혼상태($r=-.180, p<.01$), 월평균수입($r=-.176, p<.01$)으로 부적 상관관계로 동거상태 ($r=.090, p<.05$), 일상적 스트레스($r=.115, p<.05$)로 정적상관관계로 나타났다.

교육수준은 성별($r=-.373, p<.01$), 연령($r=-.199, p<.01$), 동거상태($r=-.118, p<.01$), 일상적 스트레스($r=-.208, p<.01$), 고독감($r=-.092, p<.05$), 여가만족($r=-.113, p<.05$)로 부적상관관계로 결혼상태($r=.291, p<.01$), 월평균 수입($r=.519, p<.01$)로 정적 상관관계로 나타났다.

결혼상태는 성별($r=-.151, p<.01$), 연령($r=-.180, p<.01$), 동거상태($r=-.398, p<.01$), 일상적 스트레스($r=-.255, p<.01$), 고독감($r=-.117, p<.01$)로 부적상관관계로 교육수준($r=.291, p<.01$), 월평균 수입($r=.301, p<.01$)이 정적 상관관계로 나타났다.

동거상태는 연령과 일상적 스트레스($r=.137, p<.01$)가 정적 상관관계로 교육수준과 결혼상태, 월평균수입($r=-.137, p<.01$)가 부적 상관관계로 나타났다.

종교는 연령에서만 부적 상관관계로 통계적으로 유의하게 나타난 반면, 복지관 이용횟수는 여가만족이 ($r=.098, p<.05$)로 부적 상관관계로 나타났다.

일상적 스트레스는 연령과 동거상태, 고독감이($r=.415, p<.01$)로 정적 상관관계를 보였으며 교육수준과 결혼상태, 월평균 수입이 부적 상관관계로 나타났다.

고독감은 일상적 스트레스가 정적 상관관계로 교육수준, 결혼상태, 월평균수입, 여가만족($r=-.310, p<.01$)로 부적 상관관계로 통계적으로 유의미하게 나타났다.

중속변수인 여가만족은 교육수준, 월평균 수입, 복지관 이용횟수, 고독감과 부적 상관관계로 나타났다.

4) 집단별 주요변수간의 차이검증

집단별 주요변수간의 차이를 살펴보기 위하여 성별과 더미변수화한 결혼상태를 독립표본 T검정하였다. 또한, 연령, 교육수준, 동거상태, 종교, 월평균 수입, 복지관 이용횟수에 따른 주요변수들의 차이를 살펴보기 위하여 분산분석을 실시하였다.

(1) 성별에 따른 주요변수간의 차이분석

충북 노인들의 성별에 따라 주요변수간의 독립표본 T검정 분석 결과는 <표 4-12>과 같다. 구체적으로 살펴보면 성별에 따른 일상적 스트레스는 $p=.638$ 로 통계적으로 유의미한 $p<.05$ 보다 크게 나타났으므로 남녀 집단 간의 일상적 스트레스는 차이가 없으므로 나타났다. 남녀 두 집단 간의 평균 차(Mean Difference)는 0.73569임을 알 수 있다.

고독감은 $p=.444$ 로 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 남녀 집단 간의 차이가 없는 것으로 나타났다. 남녀 두 집단 간의 MD는 0.54258로 나타났다.

여가만족은 $p=.050$ 으로 통계적으로 유의하게 나타나 남녀 두 집단 간의 여가만족은 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한, MD=1.08634로 나타나 남녀 두 집단간의 평균 차이는 1.08634임을 알 수 있다.

<표 4-12> 성별에 따른 변수간의 차이분석

		Levene의 등분산 검정		평균의 동일성에 대한 t-검정						
		F	p	t	df	p (양 쪽)	MD	차이의 표준오 차	차이의 95% 신뢰구간	
									하한	상한
일상 적 스 트레 스	등분산이 가정됨	.222	.638	.625	500	.532	.7356 9	1.17698	-1.57 674	3.048 12
	등분산이 가정되지 않음			.618	265.743	.537		1.19106	-1.60 943	3.080 81
고독 감	등분산이 가정됨	.586	.444	.746	500	.456	.5425 8	.72771	-.887 16	1.972 32
	등분산이 가정되지 않음			.762	286.114	.447		.71214	-.859 11	1.944 27
여가 만족	등분산이 가정됨	3.86 4	.050	-2.13 5	500	.033	-2.31 967	1.08634	-4.45 402	-.185 32
	등분산이 가정되지 않음			-2.28 2	317.638	.023		1.01671	-4.32 001	-.319 33

(2) 결혼 상태에 따른 주요변수간의 비교분석

배우자 유무에 따라 주요변수간의 차이를 살펴보면 일상적 스트레스 $p=.173$, MD=6.14207로 조사대상자들의 배우자 유무에 따른 집단 간 차이는 없는 것으로 나타났다.

고독감은 $p=.151$, MD= .66606으로 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 배우자 유무에 따른 고독감은 차이가 없는 것으로 나타났으며 두 집단 간의 평균의 차이는 0.66606임을 알 수 있다.

배우자 유무에 따른 여가만족은 분석결과 $p=.146$, MD=.55130으로 나타나 두 집단 간의 여가만족의 차이는 없는 것으로 나타났다.

<표 4-13> 결혼 상태에 따른 변수간의 차이분석

		Levene의 등분산 검정		평균의 동일성에 대한 t-검정						
		F	p	t	df	p (양 쪽)	MD	차이의 표준오 차	차이의 95% 신뢰구간	
									하한	상한
일상 적 스 트레 스	등분산이 가정됨	1.86 2	.173	5.875	498	.000	6.142 07	1.04550	4.087 94	8.196 20
	등분산이 가정되지 않음			5.777	533.336	.000		1.06319	4.052 41	8.231 73
고독 감	등분산이 가정됨	2.06 8	.151	2.499	498	.013	1.664 17	.66606	.3555 4	2.972 81
	등분산이 가정되지 않음			2.471	445.106	.014		.67360	.3403 4	2.988 01
여가 만족	등분산이 가정됨	2.12 2	.146	.550	498	.582	.5513 0	1.00206	-1.41 747	2.520 08
	등분산이 가정되지 않음			.546	454.240	.582		1.00883	-1.43 124	2.533 85

(3) 연령 집단에 따른 주요변수 간 비교분석

조사대상자들의 연령에 따른 주요변수간의 차이를 살펴보면 분석결과 일상적 스트레스는 집단 간 제곱합은 430.979이며, F=3.068로, p=.010로 나타나 연령 집단 간의 일상적 스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다.

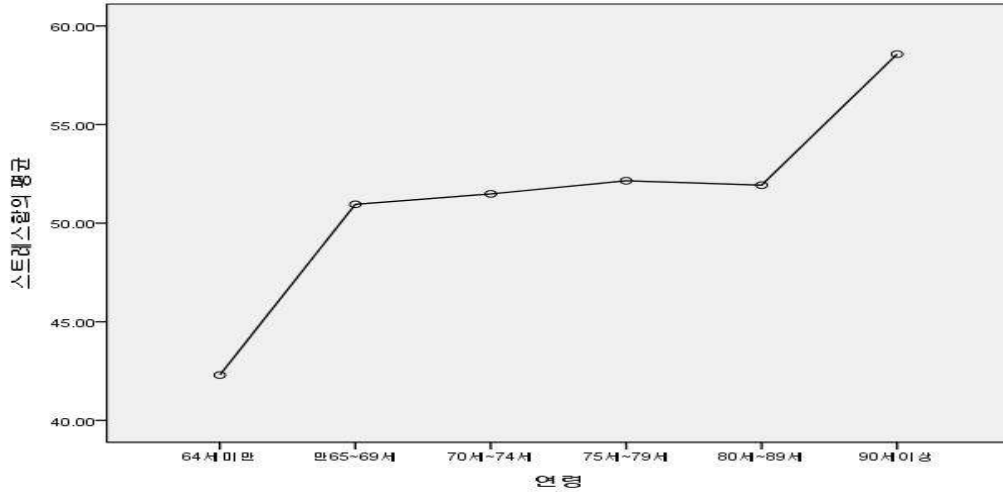
연령에 따른 고독감은 분석결과 제곱합은 91.831로 나타났으며 F=1.686으로 p값=.136으로 통계적으로 유의미하가 나타나지 않아 연령에 따른 고독감은 차이가 없는 것으로 나타났다.

여가만족은 평균제곱이 74.087로 F=.597로 p=.702로 나타나 연령에 따른 집단 간의 여가만족은 차이가 없는 것으로 나타났다.

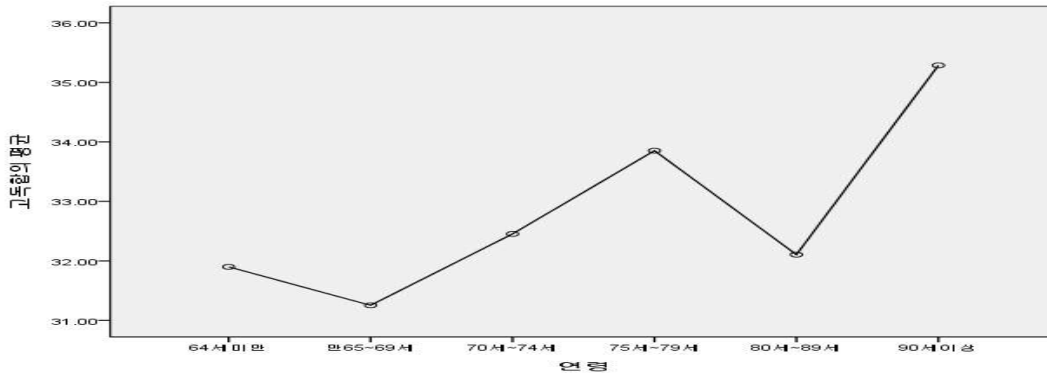
<표 4-14> 연령에 따른 변수간의 차이분석

		제곱합	df	평균 제곱	F	p
일상적 스트레스	집단-간	2154.894	5	430.979	3.068	.010
	집단-내	69524.343	495	140.453		
	합계	71679.238	500			
고독감	집단-간	459.156	5	91.831	1.686	.136

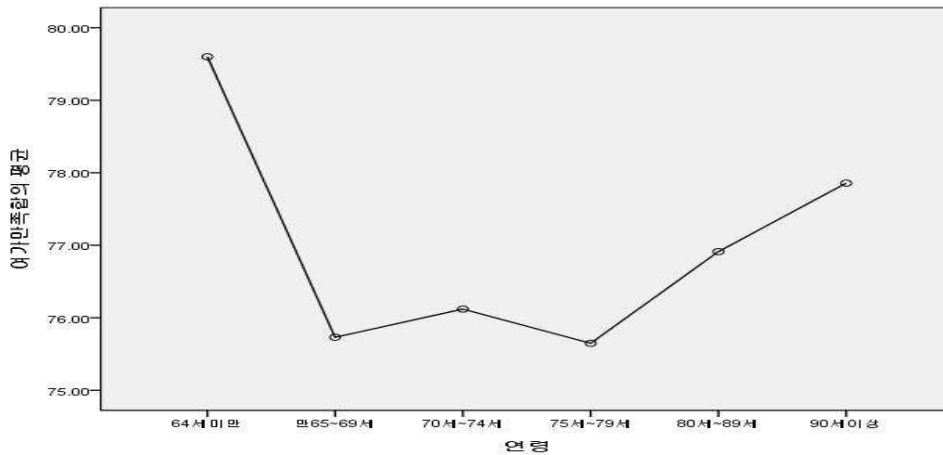
	집단-내 합계	26968.184 27427.340	495 500	54.481		
여가만족	집단-간	370.436	5	74.087	.597	.702
	집단-내 합계	61402.310 61772.747	495 500	124.045		



[그림 4-9] 연령집단에 따른 일상적 스트레스 평균도표



[그림 4-10] 연령집단에 따른 고독감 평균도표



[그림 4-11] 연령집단에 따른 여가만족 평균도표

(4) 교육수준 집단에 따른 주요변수 간 비교분석

조사대상자들의 교육 수준별 주요변수간의 차이를 살펴보면 분석결과 일상적 스트레스는 평균제공이 712.829, $F=5.160$, $p=.000$ 로 통계적으로 유의미하게 나타나 조사대상자들의 교육수준에 따라 일상적 스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다.

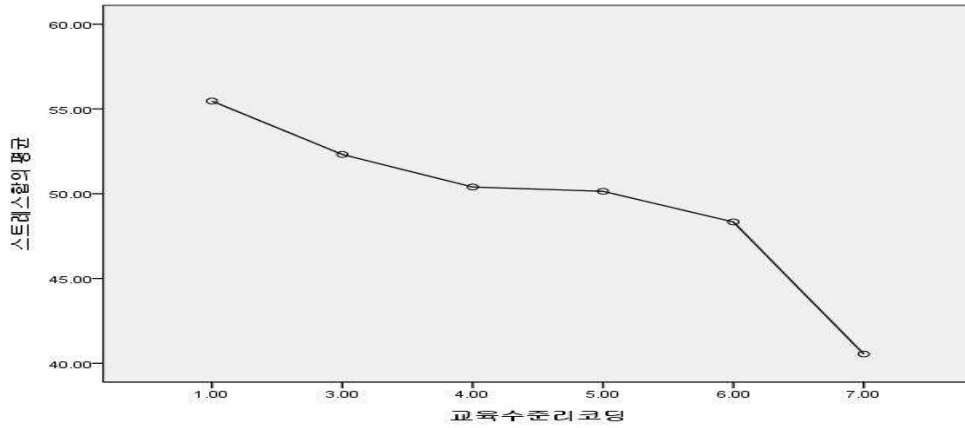
고독감은 평균제공이 114.065로 $F= 2.093$, $p=.065$ 로 나타나 교육수준에 따른 집단 간 고독감의 차이는 없는 것으로 나타났다.

여가만족은 평균제공이 181.055로 $F=1.471$ 로, $p=.198$ 로 통계적으로 유의하게 나타나지 않아 교육수준에 따른 집단 간의 여가만족은 차이가 없는 것으로 나타났다.

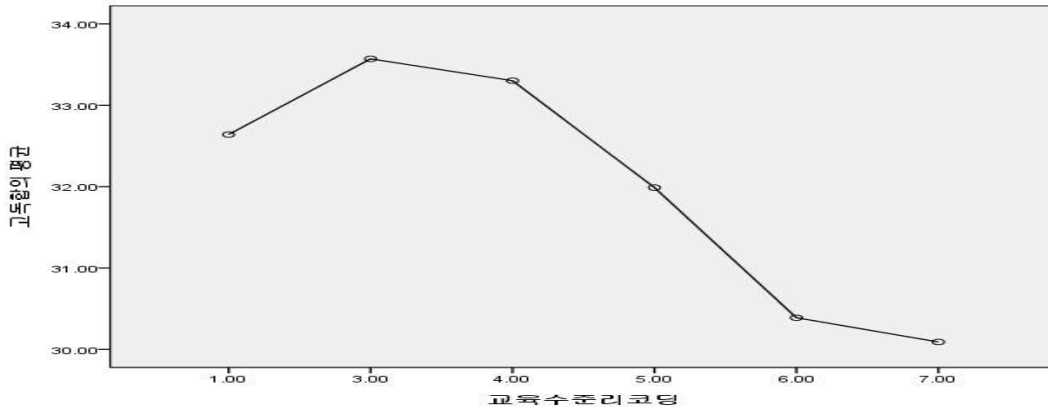
<표 4-15> 교육수준에 따른 변수간의 차이분석

		제공합	df	평균제공	F	p
일상적 스트레스	집단-간	3564.146	5	712.829	5.160	.000
	집단-내	68237.812	494	138.133		
	합계	71801.958	499			
고독감	집단-간	570.323	5	114.065	2.093	.065
	집단-내	26926.560	494	54.507		
	합계	27496.883	499			
여가만족	집단-간	905.274	5	181.055	1.471	.198
	집단-내	60790.638	494	123.058		
	합계	61695.912	499			

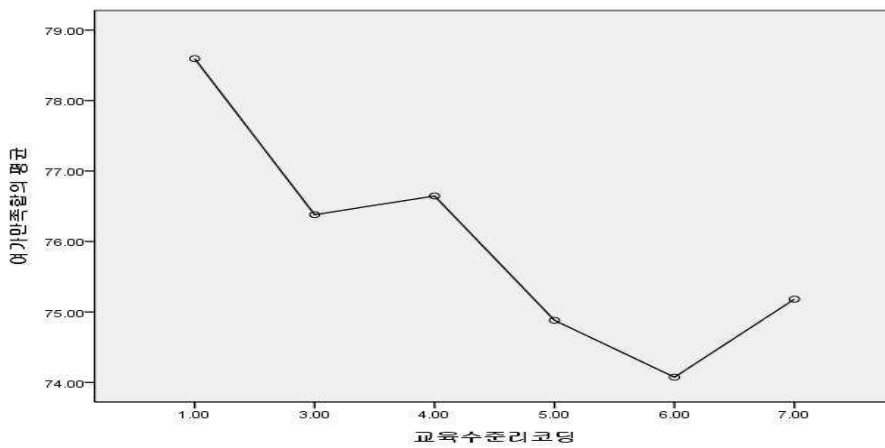
[그림 4-2] 교육수준 집단에 따른 주요변수 차이



[그림 4-12] 교육수준 집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표



[그림 4-13] 교육수준 집단에 따른 고독감 평균 도표



[그림 4-14] 교육수준 집단에 따른 여가만족 평균 도표

주) 1: 무학, 3: 초등학교 중퇴·졸업, 4: 중학교 중퇴·졸업, 5: 고등학교 중퇴·졸업, 6: 대학교 중퇴·졸업, 7: 대학원 이상

(5) 동거상태에 집단에 따른 주요변수 간 비교분석

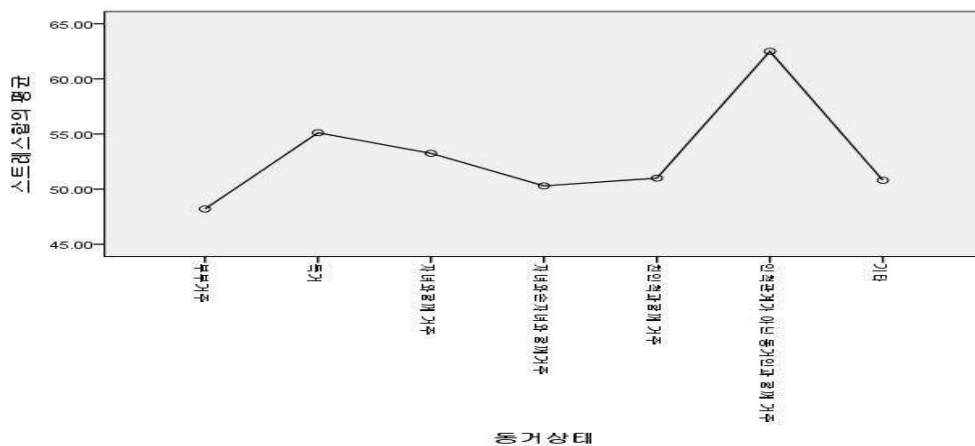
조사대상자들의 동거상태에 따른 일상적 스트레스는 평균제공 845.976으로 나타났고, F=6.264, p=.000으로 나타나 동거상태에 따른 집단 간 일상적 스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다.

고독감은 평균제공이 101.514로 F=1.863, p=.085로 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 조사대상자들의 동거상태에 따른 고독감은 차이가 없음을 알 수 있다.

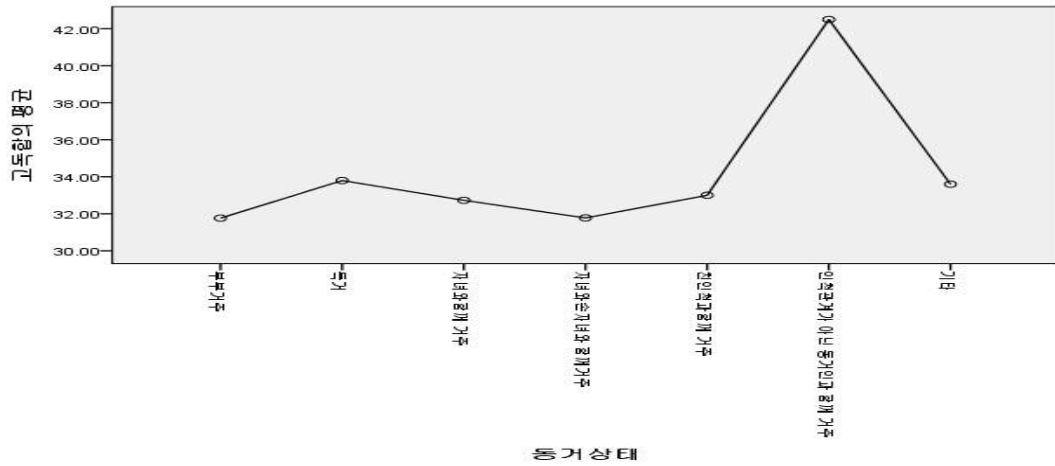
여가만족은 평균제공이 111.324로 F=.915, p=.484로 나타나 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 동거상태에 따른 집단간의 여가만족은 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-16> 동거상태 따른 변수간의 차이분석

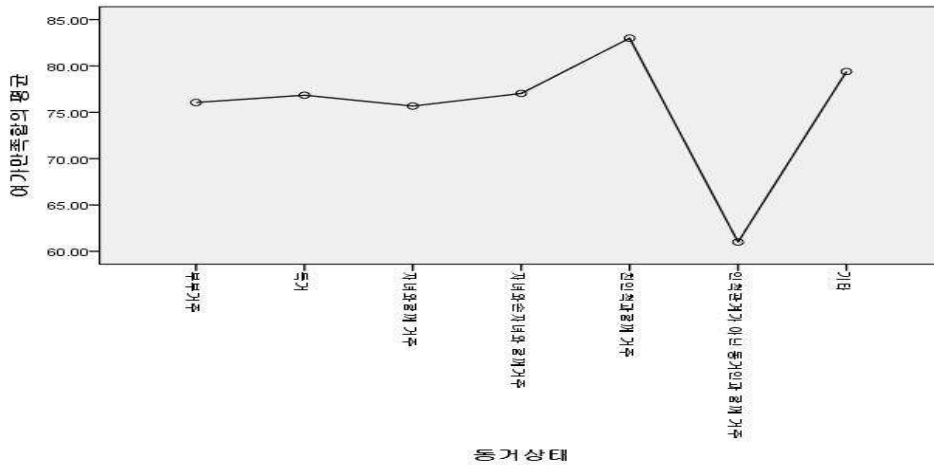
		제공합	df	평균 제공	F	p
일상적 스트레스	집단-간	5075.857	6	845.976	6.264	.000
	집단-내	66307.918	491	135.047		
	합계	71383.775	497			
고독감	집단-간	609.085	6	101.514	1.863	.085
	집단-내	26748.106	491	54.477		
	합계	27357.191	497			
여가만족	집단-간	667.946	6	111.324	.915	.487
	집단-내	59760.474	491	121.712		
	합계	60428.420	497			



[그림 4-15] 동거상태 집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표



[그림 4-16] 동거상태 집단에 따른 고독감 평균 도표



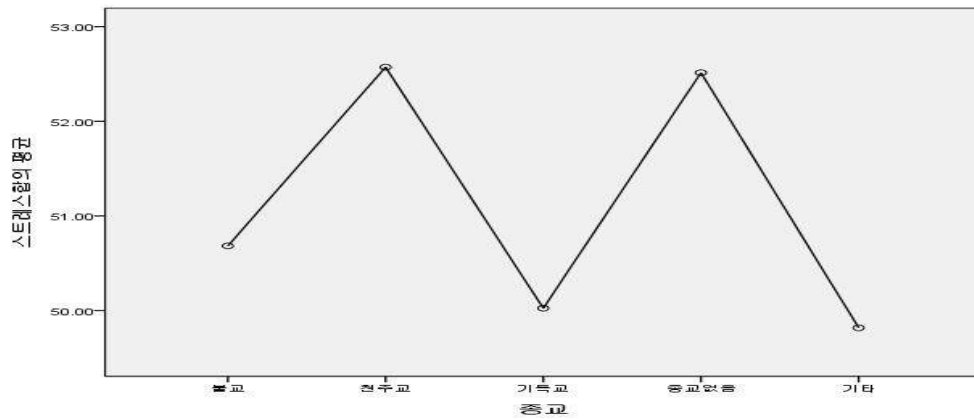
[그림 4-17] 동거상태 집단에 따른 여가만족 평균 도표

(6) 종교에 따른 주요변수 간 비교분석

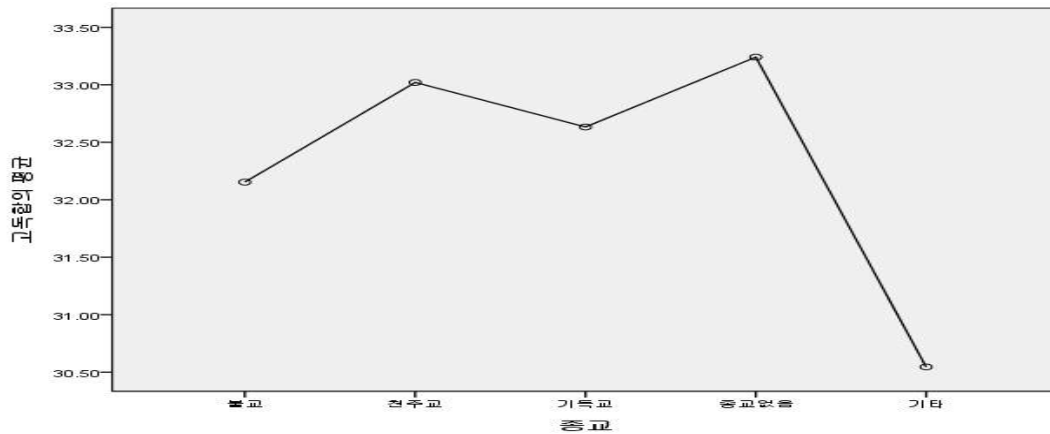
조사대상자들의 종교에 따른 주요변수간의 차이를 살펴보면 분석결과 일상적 스트레스(평균제곱 150.307, $F=1.065$, $p=.373$)와 고독감(평균제곱 50.043, $F=.903$, $p=.462$) 여가만족(평균제곱 171.044, $F=1.394$, $p=.235$)은 통계상 유의($p<.05$)하게 나타나지 않아 조사대상자들의 종교에 따른 주요변수들의 집단 간에는 차이가 나타나지 않았다.

<표 4-17> 종교에 따른 변수간의 차이분석

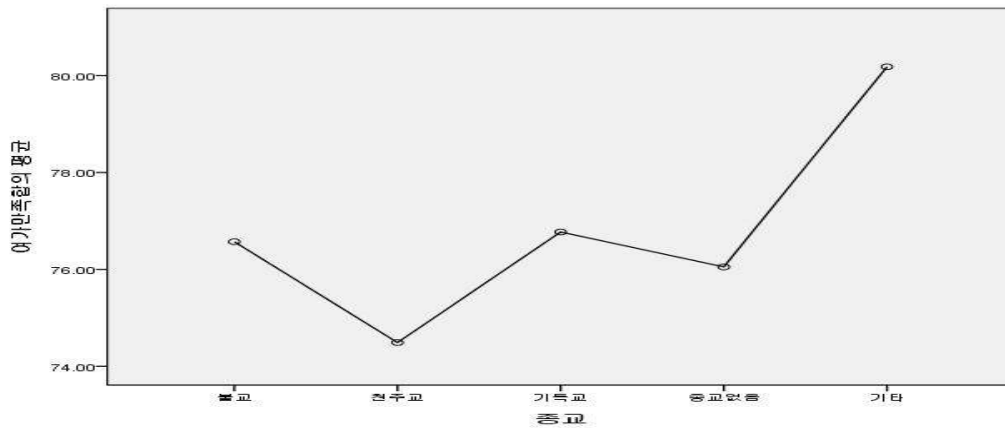
		제공합	df	평균 제곱	F	p
일상적 스트레스	집단-간	601.229	4	150.307	1.065	.373
	집단-내	69432.936	492	141.124		
	합계	70034.165	496			
고독감	집단-간	200.173	4	50.043	.903	.462
	집단-내	27281.085	492	55.449		
	합계	27481.258	496			
여가만족	집단-간	684.175	4	171.044	1.394	.235
	집단-내	60368.047	492	122.699		
	합계	61052.221	496			



[그림 4-18] 종교 집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표



[그림 4-19] 종교 집단에 따른 고독감 평균 도표



[그림 4-20] 종교 집단에 따른 여가만족 평균 도표

(7) 월평균 수입에 따른 주요변수 간 비교분석

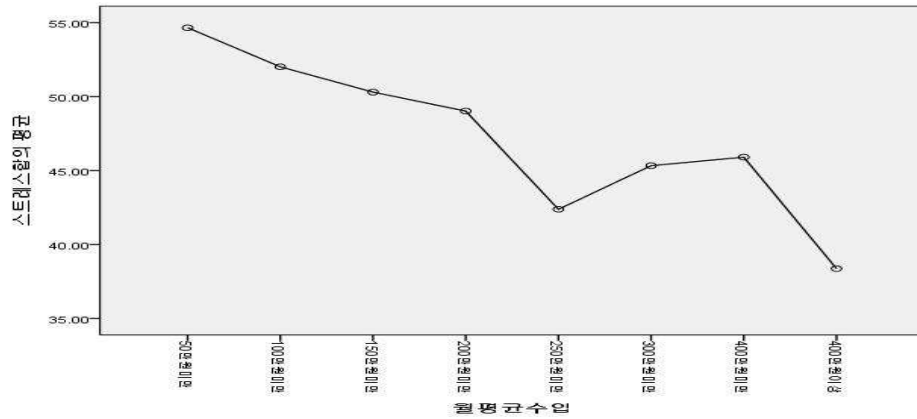
조사대상자들의 가구 월평균 수입에 따른 주요변수간의 차이를 살펴보면 분석결과 일상적 스트레스는 평균제공이 890.510로, $F=6.692$, $p=.000$ 으로 나타나 조사대상자들의 가구 월평균 수입에 따른 집단 간의 일상적 스트레스는 차이가 있는 것으로 나타났다.

고독감은 평균제공 119.644로, $F=2.159$, $p=.037$ 로 나타나 가구 월평균 수입에 따른 집단 간 고독감을 느끼는 것은 차이가 있는 것으로 나타났다.

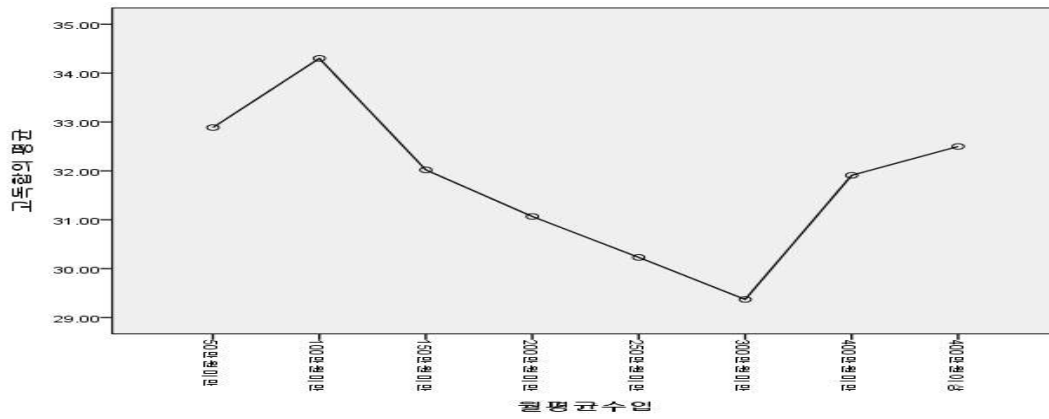
여가만족은 평균제공 224.344로, $F=1.812$, $p=.083$ 으로 나타나 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 조사대상자들의 가구 월평균 수입에 따른 여가만족은 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 4-18> 월평균 수입에 따른 변수간의 차이분석

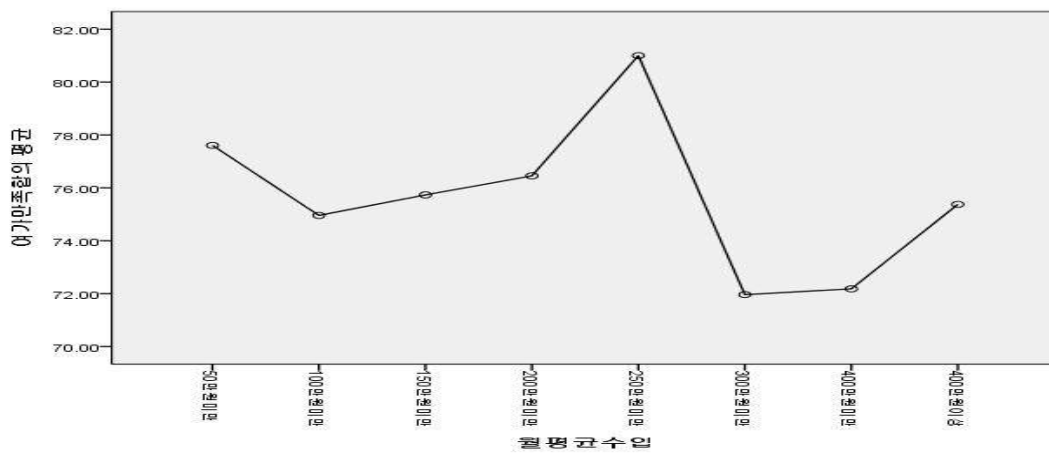
		제공합	df	평균 제공	F	p
일상적 스트레스	집단-간	6233.570	7	890.510	6.692	.000
	집단-내	62409.742	469	133.070		
	합계	68643.312	476			
고독감	집단-간	837.510	7	119.644	2.159	.037
	집단-내	25995.420	469	55.427		
	합계	26832.931	476			
여가만족	집단-간	1570.408	7	224.344	1.812	.083
	집단-내	58074.875	469	123.827		
	합계	59645.283	476			



[그림 4-21] 월평균 수입 집단에 따른 일상적 스트레스 평균 도표



[그림 4-22] 월평균 수입 집단에 따른 고독감 평균 도표



[그림 4-23] 월평균 수입 집단에 따른 여가만족 평균 도표

(8) 여가시설 이용횟수에 따른 주요변수 간 차이분석

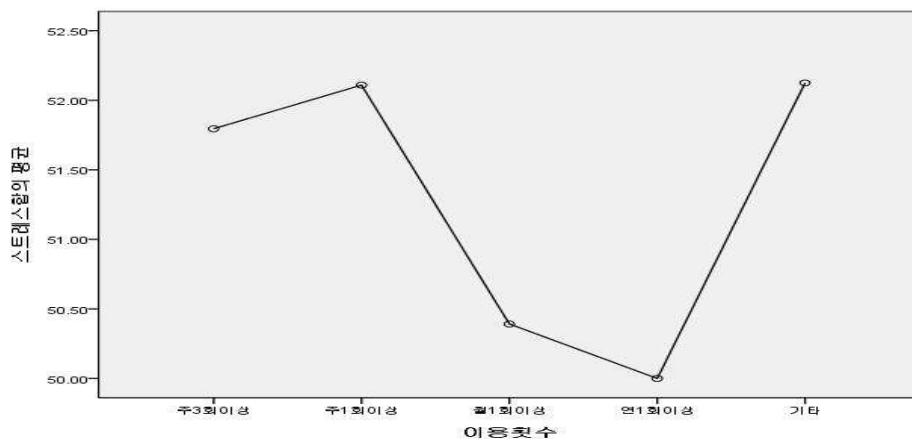
조사대상자들의 여가시설 이용 횟수에 따른 주요변수간의 차이를 살펴보면 분석결과 일상적 스트레스는 평균제공 22.028, $F = .153$, $p = .962$ 로 나타나 통계적으로 유의미하게 나타나지 않아 조사대상자들의 여가시설 이용횟수에 따른 일상적 스트레스는 차이가 없는 것으로 나타났다.

고독감 평균제공 157.726으로, $F = 2.868$, $p = .023$ 으로 나타나 조사대상자들의 여가시설 이용횟수에 따른 집단별 고독감은 차이가 있는 것으로 나타났다.

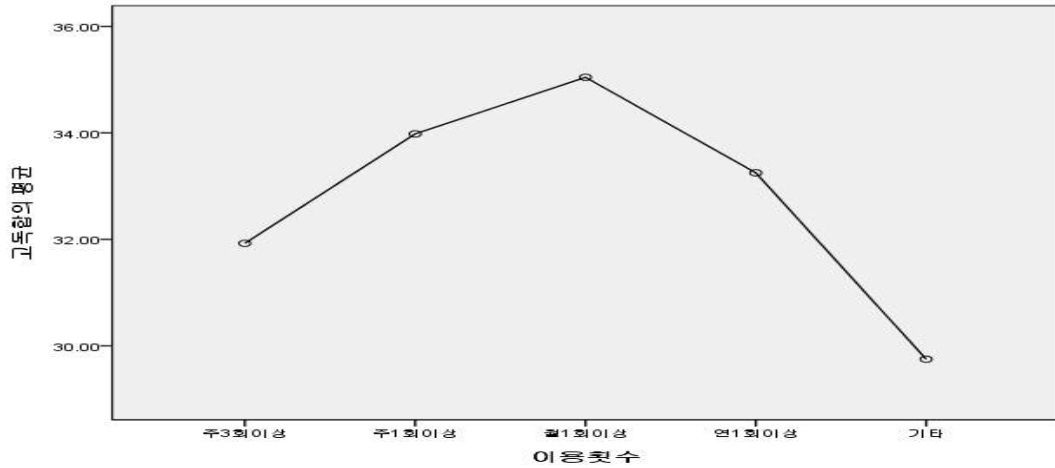
여가만족은 평균제공 461.811로 $F = 3.776$, $p = .005$ 로 나타나 조사대상자들의 여가시설 이용횟수에 따른 집단별 여가만족은 차이가 있는 것으로 나타났다.

<표 4-19> 여가시설 이용횟수에 따른 변수간의 차이분석

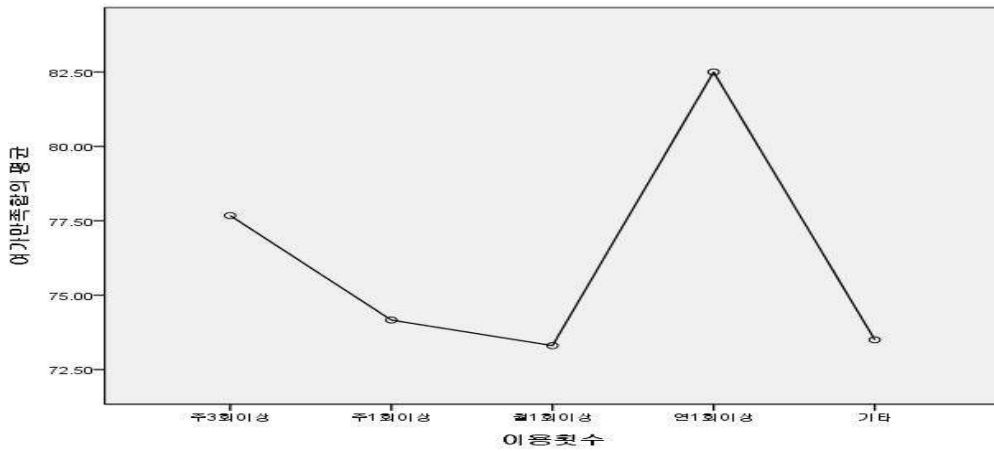
		제공합	df	평균 제공	F	p
일상적 스트레스	집단-간	88.110	4	22.028	.153	.962
	집단-내	68214.944	473	144.218		
	합계	68303.054	477			
고독감	집단-간	630.906	4	157.726	2.868	.023
	집단-내	26013.083	473	54.996		
	합계	26643.998	477			
여가만족	집단-간	1847.244	4	461.811	3.776	.005
	집단-내	57853.543	473	122.312		
	합계	59700.787	477			



[그림 4-24] 여가시설 이용횟수에 따른 집단별 일상적 스트레스 평균 도표



[그림 4-25] 여가시설 이용횟수에 따른 집단별 고독감 평균 도표



[그림 4-26] 여가시설 이용횟수에 따른 집단별 여가만족감 평균 도표

5) 연구가설의 검증

(1) 주요변수들이 여가만족에 미치는 영향

본 연구의 이론적 모형은 중복노인들의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 영향을 미칠 것이라고 가정하였다. 따라서 독립변수의 종속변수에 대한 효과성 검증 분석을 시도하였다. 가설 검증은 변수 간 직접효과를 검증하기 위하여 중다선형 회귀분석을 실시하였다. <표 4-19>와 같다. <표 4-19>를 구체적으로 살펴보면 중복노인들의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 영향을 미칠 것을 예측하고 조사대상자의 개인적 특성 및 경제적 특성인 성별, 연령, 교육수준, 배우자 유무, 동거상태, 종교, 월평균 수입, 여

가시설 이용횟수를 통제변수로 설정하고 일상적 스트레스와 고독감을 독립변수로 설정하였으며 종속변수는 여가만족으로 설정하였다.

분석결과 회귀모형 F값이 $p < .001$ 에서 6.871의 수치를 보이고 있으며 $R^2 = .132$ 로 나타나 13.2%의 설명력을 보이고 있어 회귀모형에 적합하다고 해석할 수 있다.

조사대상자들의 개인적 특성 및 경제적 특성들이 종속변수에 미치는 영향을 분석한 결과 중복노인들의 개인적 특성 및 경제적 특성들은 통계적으로 유의미($p < .05$)하게 나타나지 않았다. 따라서 연구가설 1 “중복노인들의 개인적 특성 및 경제적 특성은 여가만족에 영향을 미칠 것이다”의 가설은 지지되지 않았다. 또한, 독립변수인 일상적 스트레스가 여가만족에 미치는 영향에서도 $b = .064$, $t = 1.335$ 로 나타났으며 유의확률에서는 통계적으로 유의미한 $p < .05$ 보다 큰 $p = .182$ 로 나타나 일상적 스트레스는 중복노인의 여가만족에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 따라서 연구가설 2 “중복노인들의 일상적 스트레스는 여가만족에 영향을 미칠 것이다”는 지지되지 않았다. 반면, 독립변수인 고독감은 $b = -.504$, $t = -6.890$, $\beta = -.338$, $p = .000$ 으로 나타나 고독감은 중복노인들의 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 연구가설 3 “중복노인들이 주관적으로 느끼는 고독감은 여가만족에 영향을 미칠 것이다.”는 지지되었다.

<표 4-20> 여가만족에 미치는 영향

	종속변수: 여가만족				
	B	se	β	t	p
성별	2.182	1.223	.088	1.784	.075
연령	-.118	.460	-.012	-.257	.797
교육수준	-.451	.394	-.064	-1.145	.253
배우자유무	.148	1.140	.007	.129	.897
동거상태	.038	.491	.004	.076	.939
종교	.359	.384	.042	.937	.349
월평균 수입	-.385	.342	-.060	-1.125	.261
여가시설 이용횟수	-.957	.616	-.069	-1.554	.121
일상적 스트레스	.064	.048	.068	1.335	.182
고독감	-.504	.073	-.338	-6.890	.000
R^2	.132				
F	6.871				
P	.000				

V. 논의 및 결론

1. 요약정리
2. 정책적 제언

V. 논의 및 결론

1. 요약정리

본 연구는 충북지역 노인들의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 미치는 영향을 연구하는 것을 목적으로 하였다. 일반적으로 노인이 생활하면서 겪는 문제를 고통으로 비유하며 이것을 빈고(貧苦), 병고(病苦), 고독고(孤獨苦), 무위고(無爲苦)로 4고(四苦)로 표현된다. 노인의 4고는 사회적 지위변화나 역할상실에서 오는 문제가 소득감소로 이어지고 이로 인하여 노인들에게는 노후생활을 위한 생계비 문제가 발생된다. 또한, 사회적 역할 상실은 소외감이나 고독감을 유발시키며 신체기능의 쇠퇴로 인하여 발생하는 건강 문제는 노인가구의 의료비 지출 증가로 이어져 경제적인 문제와도 연결이 된다. 이를 기초로 하여 충북노인들의 일반적 특성인 인구사회학적 특성들과 노인들이 생활하면서 가족관계, 건강문제, 경제문제, 정서적지지 등으로 받는 스트레스 인 일상적 스트레스와 고독감이 충북 노인들의 여가만족의 변화 가능성을 분석하였다. 이를 위하여 충북노인들을 중 노인여가복지시설을 이용하는 노인들을 조사 집단으로 설정하여 550명을 표집하였다. 구체적인 자료수집방법은 구조화된 설문지의 문항에 직접 기입하는 방식으로 활용하였으며, 최종 자료로 508사례가 사용되었다. 선행연구 검토를 기초로 하여 충북노인들의 일반적 특성, 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 영향을 미칠 것으로 가정하였다. 이러한 연구의 결과를 바탕으로 선행연구를 비교하면서 논의를 전개하면 다음과 같다.

첫째, 일상적 스트레스는 연령, 교육수준, 동거상태, 가구 월평균 수입에 따라 집단 간의 차이가 있는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 연령에 따라 스트레스에 유의한 차이가 있다는 연구결과는 Chiriboga(1984)와 같은 것으로 나타났다. 또, 교육수준이 높은 집단이 타 집단에 비해 스트레스를 높게 인지한다는 양옥남(1998)의 연구결과와 동거상태는 최정혜(1990) 독거노인이 스트레스를 가장 많이 받는 다는 연구결과와 가구 월평균 수입은 노인의 생활수준이나 용돈 액이 많을수록 스트레스를 적게 받는다는(김태현, 1986; 최정혜, 1990; 지연경, 1991) 연구결과와 일치하는 것으로 나타났다.

둘째, 고독감은 가구 월평균 수입, 여가시설 이용횟수에 따라 집단 간의 차이가 있는 것으로 나타났다. 본 연구결과 성별에 따른 고독감은 차이가 없는 것으로 나타났는데 이와같은 결과는 양순미와 홍숙자(2003)의 연구결과와 같은 반면 성별이 고독감에 영향을 미치는 요인으로 남성일수록 고독감이 높다는 연구(허준수, 2011, 박정남, 2013)와는 차이가 있는 것으로 나타났다.

셋째, 여가만족은 성별, 여가시설 이용횟수에 따라 집단 간의 차이가 있는 것으로 나

타났다.

넷째, 충북노인들의 개인적 특성 및 경제적 특성인 성별, 연령, 교육수준, 배우자유무, 동거상태, 종교, 월평균 수입, 여가시설 이용횟수는 여가만족에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 임춘식(2007)은 노인여가활동은 사회 경제적·심리문화적인 요인들에 의하여 많은 영향을 받게 되며 박미석(2002)은 성별·연령·학력·교육수준·배우자 유무·주택소유 여부·거주지역을 노인여가활동에 영향을 주는 요인이라고 언급하였지만 본 연구에서는 노인들의 개인적 특성 및 경제적 특성들이 여가만족에는 영향을 주는 요인임이 밝혀지지 않았다.

다섯째, 일상적 스트레스는 충북노인들의 여가만족에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 노인들의 여가활동은 노인들의 사회적 역할의 부재로 인한 고립으로 오는 스트레스를 해소하고 주변 사람들과의 관계의 질을 향상시키고 정신건강 뿐만 아니라 신체적 건강을 증진시키는 등 개인의 삶의 질에 긍정적인 효과가 있는 것으로 밝혀졌다(오윤선·김지연·박주영·김은영, 2002; 이동현·김승철, 2003; 이정화·한경혜, 2003; 이한혁, 2001). 이에 여가가 스트레스에 영향을 미치는 메커니즘으로서 중요한 요인임을 밝혀낸 선행연구 결과 본 연구에서는 노인들의 일상적 스트레스가 노인의 여가만족에 영향을 미칠 것이라 가정하였다. 분석결과 본 연구에서는 일상적 스트레스는 충북노인들의 여가만족에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

여섯째, 고독감은 충북노인들의 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셰이버와 부머스터(Shaver & Buhrmester, 1983)은 노인의 사회활동 참여는 노인의 고독을 경감시키는 중요한 역할을 하기 때문에 사회적 집단에의 참여는 심리적인 친근감을 증진시키고 사회에 대한 일치감을 높여 노년기에 흔히 경험하게 되는 외로움을 덜어준다고 보아 하였는데 본 연구에서도 고독감이 노인들의 여가만족에 유의한 영향을 미치는 변수로 밝혀졌다. 이와같은 연구결과는 고독감이 노인의 여가만족 및 생활만족에 유의한 영향을 미친다는 선행연구들 (김미령, 2005; Rowe & Kahn, 1998; 홍현방, 2002)와 같은 결과로 나타났다.

2. 정책적 제언

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같은 정책적 제언을 할 수 있다.

첫째, 여가만족이 성별, 여가시설 이용 횟수에 따라 집단 간의 차이가 있음으로 나타났다. 고독감이 노인들의 여가만족에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과로 볼 때 고독감은 여가만족에 중요한 역할을 함을 확인할 수 있다. 여가활동을 수행함으로써 개인의 욕구나 동기는 충족되어 지면서 이로 인하여 여가만족이나 행복감 같은 긍정적인 심리를 경험하게 된다는 것이다(Diener, 1984). 여가활동에 참여하는 노인들의 만족감과

노화에 대한 긍정적 인식이 높은 것은 노년기 여가활동의 중요성이 크다는 것으로 볼 수 있다. 다양한 방법으로 여가활동 참여를 촉진할 수 있는 방법을 모색하여야 할 것이다. 즉, 현재 우리나라 노인세대는 일을 중심으로 살아온 세대이기 때문에 여가에 대한 인식과 참여도가 낮은 편이다. 노인여가활동의 필요성을 강화하고 다양한 여가활동에 대한 정보를 제공하여 노인의 여가참여율을 높이는 방안이 필요하다.

둘째, 노인의 고독감은 생활만족에 결정적인 요인으로 작용하며 고독감 해소는 여가활동에서 오는 여가만족에 영향을 받는다(원형중, 1994). 이에 충북노인들의 성공적인 노후 생활 영위를 위해 여가활동이 노후생활 만족에 중요한 요인임을 인식하고 적극적인 개입이 필요하겠다. 충북은 15.2%의 노령 인구율을 보이고 있다(2017, 통계청). 이제 충북은 초고령사회를 대비하여 활동적 노후생활 보장하고 여가활동을 체계적으로 전개할 필요가 있다. 노인여가활동을 촉진하는 방향은 개인이 만족스럽게 활동하는데 초점이 맞추어져야 할 것이다. 노인세대를 하나의 대상으로 하는 정책이 아니라 노인 개인의 욕구에 맞는 여가활동이 이루어질 수 있는 제도적 변화가 필요하다. 노인이 자신의 건강상태, 특성과 기호에 맞는 여가활동을 선택하여 만족스럽게 활동하도록 지원하는 것이 성공적 노화를 위해 필요하다. 이를 위해 다양한 여가활동의 개발이 필요하며, 노인들이 쉽게 여가활동을 접할 수 있는 환경으로의 변화가 시급하다.

셋째, 향후 노년기에 접어들 신 노년층의 새로운 수요에 어떻게 대비할 것인가에 대한 대응마련이 요구된다. 이에 각 여가시설에는 단편적, 일회성 프로그램을 지양하고 고령친화적인 수요자 중심의 통합적 여가서비스 개발과 더불어 중산층 전문직 퇴직자를 대상으로 유급 사회공헌형 일자리 및 무급 자원봉사 활동 확대가 요구된다. 더불어 저소득층 생계형 일자리 확대 및 실비 지급 자원봉사 일자리 확대도 요구된다. 특히 노인복지관은 각 지역사회에 설치되어 있는 누구나가 이용할 수 있는 기관으로 이를 활용하여 일자리, 취미교육 프로그램, 자원봉사활동 등 노년기의 특성과 욕구에 맞는 다양한 프로그램이 진행되도록 하며 이를 통해 노인의 여가만족을 높여야 할 것이다.

넷째, 현재 노인복지관은 60세 이상의 고령자들을 위한 다양한 서비스 제공과 더불어 복합적인 기능들을 수행하고 있다. 현재까지의 노인복지관의 지역사회의 역할은 여가복지, 종합복지에 초점을 맞추고 운영을 해왔다면 향후 노인복지관이 지역사회 노인들을 위한 예방기능, 보호기능, 통합기능을 할 수 있는 거시적인 방향 모색이 필요하며 지역밀착형 노후 설계 서비스 개발이 요구된다. 노인복지관의 이러한 역할을 수행하기 위해서는 한정된 재원으로는 한계가 있다. 현재 노인복지관은 지방이양사업으로 100% 시군비로 운영하기 때문에 지자체의 재정 여건에 따라 지원이 되기 때문에 보조금 지원방식의 전환이 필요하다. 또, 현재 노인복지법상 노인복지관의 설치운영은 최소면적 기준으로 명시되어있어 향후 노인복지의 중추적인 역할을 위해서는 노인복지법 개정도 요구된다.

본 연구를 통해 밝혀진 결과를 바탕으로 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 가장 큰 한계점으로 표본의 대표성과 지역적 한계이다. 본 연구는 충북지역으로 제한되어 있어 전국의 전체 노인으로 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 광범위한 표집에 의한 노인 정신건강에 대한 후속연구가 필요하다고 본다.

둘째, 본 연구는 횡단연구로 이루어져 충북 노인들의 일상적 스트레스와 고독감이 여가만족에 미치는 영향요인에 대한 변화과정을 다루지 못한 한계를 가지고 있다.

<참고문헌>

- 강해자(2013). 노인의 스트레스가 성공적 노화에 미치는 영향: 선택·최적화·보상대처전략과 사회적 지지의 조절효과를 중심으로. 경기대학교대학원 박사학위논문.
- 권중돈·엄태영·김유진(2012). 독거노인의 자살위험 영향요인에 관한 연구: 고독감의 영향 및 무망감의 매개효과 검증을 중심으로. 보건사회연구. 제32권 제1호. pp.89-114.
- 김경배(2017). 노인의 고독감과 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향 -여가활동 만족의 매개효과-. 서울한영대학교대학원 박사학위논문.
- 김광득(1997). 여가와 현대사. 백산출판사.
- 김광웅(2007). 현대인과 정신건강. 서울 : 시그마프레스
- 김기수(2012). 노인의 인권의식이 사회참여태도에 미치는 영향과 자기 효능감의 매개효과에 대한 연구 : 움부즈맨 집단과 여가집단의 비교를 중심으로. 목원대학교. 박사학위 논문.
- 김귀분·조성은·이윤정(2012). “노인의 무력감에 영향을 미치는 요인”. 한국노년학. 32(2) pp.487-499.
- 김귀순(2003). 여가인식, 태도, 참여 및 만족도간의 영향관계. 동아대학교대학원. 석사학위논문.
- 김금자·차영남·장효순·한혜실·정정숙(2012). NANDA간호진단과 중재가이드. 서울: 현문사.
- 김기태·최송식·박미진·고수희·박현숙(2013). “부정적 생활스트레스와 고독감이 노인의 자살생각에 미치는 영향: 영성의 조절효과를 중심으로”, 연세대학교사회복지연구소, 한국사회복지조사연구, 34. pp.161-185.
- 김기태·박봉길(2000). “독거노인의 생활만족도와 사회지지망”, 한국노년학, 20(1), pp.153-168.
- 김동진(2007). 활기찬 노년을 위한 여가활동. 서울대학교출판부.
- 김미령(2005). 여성노인의 고독감에 미치는 영향 연구. 정신보건과 사회사업. 제21권. 한국정신사회복지학회. pp. 90-111.
- 김미령(2012). “노인의 스트레스와 성인자녀의 지지가 행복감과 우울감에 미치는 영향”, 연세대학교사회복지연구소, 한국사회복지조사연구, 32, pp.1-27.
- 김순이·이강이·조경순(1999). “재가노인들의 무력감, 자아존중감 및 가족지지와의 관계연구”. 성인간호학회지, 11(3) pp.436-448.
- 김재현(2013). 노인의 여가참여특성에 따른 우울감, 사회적응, 여가만족, 삶의 만족에 관한 연구. 전남대학교대학원 박사학위논문.

- 김정엽(2008). 여성노인의 심리적 복지감에 미치는 영향요인. 대구가톨릭대학교대학원 박사학위논문.
- 김정엽·이제모(2008). “저소득 여성노인과 일반여성노인의 생활스트레스와 우울의 관계: 자아존중감과 사회적 지지의 조절효과를 중심으로”. 노인복지연구. 39. pp.399-420.
- 김태현(1986). 노년기의 생활만족도 연구-발달과업성취도와의 상관 연구. 성신연구 논문집, 23.
- 김현순·김병석(2008). “노인과 청소년의 자살생각 비교 연구”. 한국노년학. 28(2). pp.325-343.
- 김효정(2007). 남자노인의 은퇴스트레스와 우울간의 관계: 결혼만족도의 매개효과, 고려대학교대학원 석사학위논문.
- 남기민·이정은(2012). “노인의 일상생활 스트레스와 성공적 노화의 관계 -가족탄력성의 매개효과를 중심으로-”, 노인복지연구, Vol.57, pp.85-112
- 대한노인회 충북연합회(2016), “2016. 경로당 실태조사 분석 결과”, 연구보고서.
- 류정자(2000). 집단미술치료가 노인의 학습된 무기력 및 우울정서에 미치는 효과. 경성대학교대학원 박사학위논문.
- 문남숙(2009). 노인의 죽음준비 및 용서가 성공적 노화에 미치는 영향. 청주대학교대학원 박사학위논문.
- 박미석(2002). 노년기 여가만족이 삶의 질에 미치는 영향, 대한가정학회지, 40(5) pp. 133-146.
- 박정남(2013). 노인의 고독감, 생활스트레스, 우울이 자살생각에 미치는 영향-사회활동참여의 조절효과 중심으로. 서울기독교대학교 대학원 박사학위 논문.
- 박춘희(2002). 노인 고독에 관한 질적 연구, 동아대학교대학원, 석사학위논문
- 방소연(2014). 노인의 성격유형에 따른 고독감과 자살생각. 한국콘텐츠학회논문지. 14(6). pp.319-327.
- 배지연(2004). 노인의 자살생각에 관한 인과모형. 대전대학교대학원 박사학위논문.
- 백주현(1989). 여가선택행동이 가정생활만족도에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 서현미·하양숙(1997). “노인의 스트레스원과 스트레스 인지정도에 관한 연구”. 간호학논문집, 11(1), pp.39-58.
- 서현빈(2016). 노인의 고독감이 죽음불안에 미치는 영향과 자아통제감의 매개효과. 경기대학교대학원 석사학위논문.
- 석미란(2005). 노인의 신체 및 사회성능력이 여가 참여와 여가만족에 미치는 영향. 계명대학교대학원. 박사학위논문.

- 손미숙(2012). 노인의 생활스트레스가 적응유연성에 미치는 영향: 사회적 지지와 용서의 매개효과를 중심으로. 호남대학교대학원 박사학위논문.
- 송대현·윤가현(1989). “노년기의 고독감: 한국노인이 느끼는 고독의 특성”. 한국노년학, 9(1), pp.64-78.
- 송대현·윤가현(1989). “노년기의 고독감: 한국인이 느끼는 고독의 특성”. 한국노년학회, 9(1). pp.64-78.
- 안경일(1998). 직장인의 사회계층에 따른 여가활동과 여가만족과의 관계. 경기대학교대학원. 박사학위논문.
- 안계일(2008). 노인의 여가활동과 여가만족 및 성공적 노화의 관계. 경기대학교대학원 박사학위논문.
- 양순미·홍숙자(2003). 농촌노인의 독거, 동거 가구형태가 심리적 도곡감에 미치는 영향, 한국가정관리학회지, 21(6) pp 129-139
- 양옥남(1998). 뉴욕 한국노인의 스트레스 영향요인에 관한 연구, 사회과학 논춘, 6(1), 135-149.
- 염철기(2017). 노인의 고독감이 자살생각에 미치는 영향: 자아존중감 및 사회적 지지의 매개효과 검증, 성결대학교대학원 박사학위논문.
- 오윤선·김지연·박주영·김은영(2002). 직장인의 여가활동 유형이 직무스트레스에 미치는 영향. 한국사회체육학회지. 18 pp.797-815.
- 원형중(1994). “여가활동 참여가 수도권 거주 노인의 고독감, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향”, 한국노년학, Vol.14 No.2. pp.90-104.
- 원형중(1994). “여가활동 참여가 수도권 거주 노인의 고독감, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향”. 한국노년학. 14(2). pp.90-104.
- 윤지원(2015). 노인의 여가활동 및 여가만족과 성공적 노화 인식의 관계-노인복지관 평생교육프로그램참여 노인을 중심으로-. 서울시립대학교대학원. 석사학위논문.
- 윤현희·김명자(1994). “남녀노인의 스트레스와 대처행동, 적응감 연구”, 한국노년학, 14(1), pp.17-32.
- 이경선(2005). 노인의 여가스포츠 참가와 사회적지지, 고독감 및 사회관계망의 관계. 명지대학교대학원 박사학위논문.
- 이동현·김승철(2003). 중년여성의 여가 스포츠 참여가 삶의 질에 미치는 영향. 한국스포츠심리학회지. 14(4). pp.127-148.
- 이명옥(1999). 여가활동 참여와 여가만족의 관계에 관한 연구. 동아대학교대학원 석사학위논문.
- 이수천·강선옥·장미정·윤승비(2014). “독거노인의 자아존중감, 사회적지지, 여성이 고독감에 미치는 영향: 서울, 경기 지역을 중심으로”. 한국가족사회복지학회, 44.

- pp.139-161.
- 이영자·김태현(1999). “단독가구 노인의 스트레스와 우울감”. 한국노년학, 19(3), pp.79-93.
- 이정화·한경혜(2003). 농촌노인의 일과 여가활동이 심리적 복지감에 미치는 영향. 농촌사회. 13(1). pp.209-238.
- 이지영(2002). 노인의 스트레스와 대처방식에 관한 연구, 공주대학교대학원 석사학위논문.
- 이한혁(2001). 여가활동 참여에 따른 자아존중감과 스트레스 대응의 관계. 한국스포츠사회학회지.14(2).pp. 567-579.
- 임주영(2010). 노인의 스트레스와 불안과의 관계에 대한 위협적 상황 인지와 삶의 의미의 매개효과와 사회적 지지의 조절효과, 경북대학교대학원 박사학위논문.
- 임춘식 외(2007). 노인복지학개론. 학현사.
- 장서영(2015). 독거노인의 고독감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 숭실대학교대학원 석사학위논문.
- 장혜영(2011). 노인의 여가활동 참여와 우울감 및 자살생각의 관계에 관한 연구. 꽃동네현도사회복지대학교대학원 석사학위논문.
- 지승훈(2010). 노인의 여가활동만족도와 성공적 노화에 관한 연구: 집단 간 차이를 중심으로. 원광대학교대학원 박사학위논문.
- 지연경(1991). 내외통제성 및 은퇴로 인한 스트레스 지각과 생활만족도- 은퇴한 남자노인중심으로. 이대석사논문.
- 최정혜(1990). 노인의 스트레스에 대한 영향변인과 대처방법에 관한 연구, 대한가정학회지, 28(4). 119-132.
- 표종현(2011). 승마참여자의 라이프 스타일과 몰입이 여가정체성과 심리적 웰빙에 미치는 영향. 부산대학교. 박사학위논문.
- 허준수(2011). “노인들의 고독감에 대한 영향요인에 관한 연구”. 노인복지연구. 53. pp.74-104.
- 홍현방(2002). 성공적인 노화 개념 정의를 위한 문헌 연구. 이화여자대학교. 박사학위논문.
- Chiriboga, D. A, (1984). Social stressors as antecedents of change, J. of Gerontology, 39(4), 468-477.
- Diener, E. (1984). *Assessing subjective well-being : Progress and opportunities*. Social indicators Research, 31, pp.103-157.
- Havighurst, R, J. & Abrecht, R.(1953). Older people New York: Longmans, Green & CO.

- Lazarus, R.S. and Folkman, S., (1984), *Stress, appraisal and coping*, New York: Springer.
- Lemon, B. W. & Bengston, W. L. & Peterson, J. A. (1972). An exploration of the activity types and life satisfaction among in-movers to a retirement community. *Journal of Gerontology*, 27, 511-523.
- Shaver, P. and Buhrmester, D. (1983). Loneliness, Sex Role Orientation and Group Life: Social Needs Perspective. In: Bauserman, P. B., Ed., *Basic Group Processes*, Springer-Verlag, New York, 259-288.

2017 충북사회복지 조사연구

-
- 인 쇄 일 : 2017년 10월 20일
 - 발 행 일 : 2017년 10월 27일
 - 발 행 인 : 심 의 보
 - 발 행 처 : 충청북도사회복지협의회
 - 주 소 : 충북 청주시 흥덕구 공단로 87 충북종합사회복지센터 3층
 - 전화/팩스 : T. 043)234-0840 F. 043)234-0849
 - 홈페이지 : www.cwin.or.kr
- * 판권소유 : 충청북도사회복지협의회
- * 본 보고서의 내용은 저자의 서면 동의가 없이는 복제나 전제가 불가능함
-

2017. 충북사회복지 조사연구보고서

일상생활스트레스와 고독감이 노인 여가만족에 미치는 영향 연구

w w w . c w i n . o r . k r

 **SSN** 충청북도사회복지협의회