

중년기 생의 의미에 미치는 영향요인

장선희, 여형남*
창신대학교 간호학부

The Factors Influencing the Meaning in Life in Middle-aged Adult

Sun-Hee Jang, Hyung-Nam Yeu*

Department of Nursing, Changshin University

요 약 본 연구는 중년기의 사회적지지, 자아존중감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성 및 생의 의미의 정도를 확인하고 이들 변수간의 관계를 파악하여 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구대상자는 부산시, 울산시, 양산시, 포항시에 거주하고 있는 중년성인을 대상으로 2014년 09월 20일에서 10월 31일까지 자료를 수집한 자료 중 196부를 사용하였다. 수집된 자료는 빈도와 백분율, independent t-test, one-way ANOVA, Scheffé test, Cronbach's alpha 계수, Pearson's correlation coefficient 및 multiple regression으로 분석하였다. 연구결과 대상자의 사회적 지지는 5점 만점에 평균 3.94점, 자아존중감 3.32점, 내재적 종교지향성 3.54점, 희망 3.64점, 영성 3.59점, 생의 의미 점수는 3.82점이었다. 대상자의 일반적 특성에 따른 생의 의미 수준은 종교생활의 중요성($p<.001$), 인지된 경제적 상태($p<.001$)에 따라 차이가 있었다. 대상자의 생의 의미는 사회적지지($p<.001$), 자아존중감($p<.001$), 내재적 종교지향성($p<.001$), 희망($p<.001$)과 영성($p<.001$)에 유의한 양적 상관관계를 보였다. 대상자의 생의 의미에 영향을 미치는 요인은 희망, 종교생활의 중요성, 영성과 유의하였고, 이중 희망이 43%로 가장 큰 영향력을 미쳤으며, 전체 설명력은 49%였다. 따라서 희망, 종교생활의 중요성, 영성은 생의 의미에 밀접한 관련성이 있으며, 긍정적인 영향을 미치는 요인임을 확인하였기에 중년기의 삶의 질 향상과 행복을 위한 전략 개발에 이 변인들을 높이는 전략이 고려되어야할 것으로 사료된다.

Abstract This study was conducted to understand the factors influencing meaning in life of middle-aged adult focusing social support, self-esteem, internal religious orientation, hope, spirituality among the variables and to supply interventional way for promotion of meaning in life of middle-aged adult. The study participants randomly selected 196 pieces from data that collected from 20 September to 31 October 2014 for middle-aged adults living in four cities. The data were analyzed by means of the t-test, ANOVA, Scheffé, Pearson's correlation coefficients and stepwise multiple regression. Significant differences were found in the meaning in life grades by importance of religious life ($p<.001$), perceived economic state ($p<.001$). Further, there were significant correlations between social support ($p<.001$), self-esteem ($p<.001$), intrinsic religious orientation ($p<.001$), hope ($p<.001$), spirituality ($p<.001$) and meaning in life. In multiple regression analysis, hope, importance of religious life and spirituality accounted for 49% of meaning in life.

Keywords : Meaning in life, social support, self-esteem, internal religious orientation, hope, spirituality

1. 서론

현대 의료과학기술의 발전은 우리사회의 수명 과 중
위연령을 상승시키는 결과를 가져왔다. 통계청 자료에
따르면 2018년 중위연령은 42.6세이고, 향후 2030년에

1.1 연구의 필요성

본 논문은 제 1저자 부산가톨릭대학교 박사학위논문 의 일부로 진행되었음.

*Corresponding Author: Hyung-Nam Yeu(Changshin Univ.)

Tel: +82-55-250-3162 email: yhn072@cs.ac.kr

Received August 31, 2018

Revised (1st October 10, 2018, 2nd October 15, 2018)

Accepted December 7, 2018

Published December 31, 2018

는 48.8세, 2050년에는 56.4세로 추정되면서 중년기 범위는 확장될 것이며 따라서 중년기가 담당하고 있는 사회와 가정에서의 중추적 역할 및 권한의 중요성은 더욱 부각될 것으로 예측된다[1].

중년기는 곧 다가올 초고령화 사회에서 맞게 될 자신의 노후를 준비해야하고, 자녀세대와 부모세대를 매개하면서 자녀의 양육, 취업 그리고 자립과 그 이후에도 지속적인 영향력을 미치고자하며 또한 노부모를 모시는 역할을 담당한다[2]. 그리고 노화와 같은 육체적인 변화로 인하여 서글픔, 내리막, 늙음, 무기력 등과 부정적인 정서를 겪게 되고, 중요한 주변사람의 죽음과 가치관의 변화 등을 경험하면서 실존적 공허를 느끼게 된다[3]. 실존적 공허는 자살과도 높은 상관을 가지는데 이를 반영하듯이 2010-2014년 우리나라의 전체 자살률을 보면 20대와 30대의 비율은 줄고 40대에서 60대 즉 중년기의 비율은 지속적으로 증가하고 있다[4]. 따라서 인생의 전반기를 넘긴 중년기에 있어서 인생의 의미를 재조명하고자 새로운 의미를 찾고 부여하는 것은 초고령화 사회에서의 노년기를 준비해야하는 중년기에 있어 그 중요성은 더욱 큰 것이다[5].

Frank[6]은 생의 의미를 “인간답게 존재하기 위해 인간의 참된 본질을 실현해 가는 것이다”라고 하였다. 따라서 생의 의미를 상실한 것은 현대인의 가장 큰 문제 중에 하나로 자신의 뚜렷한 삶의 가치나 삶을 영속시키고자 하는 동기가 결여됨을 뜻하며 이는 우울과 공격성 및 중독증의 주원인이 되어 사회적인 문제를 야기시킨다[6]. 이렇듯, 중년기에 있어 자기 인생의 의미를 찾고 추구하는 것은 심리·정서적, 영적인 측면에서 매우 중요하기 때문에 중년기의 발달과업 속에서 생의 의미를 구현할 수 있도록 사회적인 합의와 지원이 요구된다. 또한 Frank[6]은 자신의 인생에서 의미를 찾고 실현하고자 추구하는 것은 종교와 영성 그리고 희망과 밀접한 관계가 있다고 주장하였다. 따라서 본 연구에서 Frank[6]의 주장과 문헌고찰을 통하여 밀접한 관계가 있다고 파악된 자아존중감과 사회적 지지를 토대로 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 한다.

종교는 인생의 의미를 제시하기에 자신의 삶의 의미를 추구하고 발견함에 있어 중요한 역할을 하지만 종교를 대하는 동기에 따라 외재적종교지향성과 내재적 종교지향성으로 나뉘며, 그 과정과 결과는 차이가 있다[7]. 내재적 종교지향성은 행복감과 정신건강 및 주관적 안녕

감과 관계가 있으므로[7] 생의 의미와의 연관성을 유추해 볼 수 있다.

자아존중감은 타인보다는 자신의 생각이나 평가에 의해 느끼는 가치감을 의미하기에 자기 자신에 대한 긍정적인 생각이나 평가를 가지고 성장의 방향으로 나아갈 수 있다[8]. 그리고 사회적 지지는 개인이 의미있다고 평가하는 타인과의 관계 속에서 제공받는 자원을 의미한다[9]. 따라서 가족, 친구 등 주변으로부터 제공되는 여러 유형의 도움과 원조는 당면한 어려운 문제를 해결할 수 있는 정보나 자원이 되고 자신을 가치있다고 지각하게 해주어[10] 어떤 어려움 속에서도 자신의 삶의 의미를 찾는 과정에 영향을 미칠 것으로 사료된다.

희망은 “바람직한 목표에 이르는 길과 그 길을 가는데 필요한 동기의 지각에서 나타나는 목표 지향적 사고”를 뜻한다[11]. 많은 학자들이 개인이 겪는 어려운 상황에서 적절한 목표를 찾고 동기를 부여하여 나아가게 하는 중요한 요인으로 희망을 밝히고 있다. 따라서 신체적, 심리적, 영적인 지각변동으로 재정립을 해 나가야하는 중년기 과업에 있어 희망은 단순히 긍정적인 기대를 넘어 개인을 적응과 성장으로 이끌기에 생의 의미의 예측변인으로 설정하였다.

영성의 개념은 종교적 차원인 수직적 차원뿐만이 아니라 자신, 타인 및 환경과의 상호작용을 통한 수평적 차원을 포함함으로써 종교의 유무와는 상관없이 모든 사람을 대상으로 논의할 수 있다는 점에서 주목을 받고 있다. 영성은 승화된 가치들의 실현을 위한 실천적 삶을 내포하기에 영성은 영성생활과 같은 개념으로 인식되어 옴으로써[12] 생의 의미와 밀접한 연관이 있을 것으로 예측된다.

생의 의미와 관련된 국내외 선행 연구와 문헌을 살펴보면, 연구대상자에 있어서 중년기를 다룬 연구가 미비하고 다양한 변인간의 관계가 다루어지지 않아 생의 의미를 이해할 수 있는 충분한 지식이 제공하지 못하고 있다. 따라서 중년기를 대상으로 생의 의미의 영향을 미치는 요인을 밝히는 연구는 중년성인에 대한 이해를 도울 뿐만 아니라, 여러 가지 부가되는 복합적인 역할부담과 신체적 정신적 영적인 부분 등 다양한 면에서 인생의 전환기를 맞는 중년성인이 자신의 삶의 의미를 새롭게 정립하여 인생의 마지막 단계인 노년까지 건강한 삶의 질을 유지할 수 있는 방안을 모색하는데 기초자료를 제공할 수 있을 것이라고 본다[3].

그러므로 본 연구에서는 선행된 연구와 문헌고찰을 토대로 생의 의미와의 관련이 높을 것으로 예측되는 자아존중감, 사회적지지, 내재적종교지향성, 영성, 희망을 중심으로 중년기의 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 다각적 측면에서 검정하고자 한다.

1.2 연구의 목적

- 1) 대상자의 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적 지지, 영성, 희망, 생의 의미의 수준을 파악한다.
- 2) 대상자의 특성에 따른 생의 의미의 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적 지지, 영성, 희망, 생의 의미 간의 관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 중년기의 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적지지, 영성, 희망, 생의 의미 정도를 파악하고 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상

부산시, 울산시, 양산시, 포항시에 거주하고 있는 중년성인을 대상으로 하였으며, 선정기준은 40세 이상 60세 이하의 중년성인, 설문지를 읽고 응답할 수 있거나 의사소통이 가능한 자, 연구목적에 이해하고 참여에 서면으로 동의한 자이다. 연구대상자 수 및 산출근거는 G-Power 3.1.7 프로그램을 이용하여 다중회귀 분석에 필요한 유의수준(α) .05, 중간정도의 효과크기 .25, 검정력 80%를 기준으로 대상자 수는 196명이었다.

2.3 연구도구

2.3.1 사회적지지

사회적 지지는 Zimet 등[9]이 개발한 지각된 사회적 지지 다차원 척도 MSPSS (Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support)를 Kim[13]이 재정리한 도구를 사용할 것이다. 본 연구에서는 사회적 지지를 가족적 지지(4문항), 친구지지와 특별한 사람의 지지를 묶어 비

가족적지지 8문항로 나누어 분석한 것을 사용할 것이며 각각 5점 Likert척도로 측정할 것이다. 개발 당시 신뢰도는 Cronbach's α =.83이며, 본 연구에서는 Cronbach's α =.87이었다.

2.3.2 자아존중감

자아 존중감은 타인으로부터의 칭찬이나 인정보다는 자신의 생각이나 평가에 의해 느끼는 가치감을 의미한다. 즉 자아 존중감은 자아에 대한 긍정적·부정적 견해로서 자기존재에 대한 느낌이다. 자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg [8]가 개발하고 Jeon[14]이 번안한 도구를 사용하였다. 자아 존중감은 긍정적 자아존중감과 부정적 자아존중감으로 각각 5 문항씩 총10문항으로 구성되었으며 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 Likert척도로 도구개발 당시 Cronbach α =.85이었고 본 연구에서는 Cronbach α =.84이었다.

2.3.3 내재적 종교지향성

Allport와 Ross[15]가 개발한 개인적 종교지향성 척도(Personal religious orientation)의 하위 영역은 외재적 종교지향성과 내재적 종교지향성으로 나뉜다. 본 연구에서는 Hurh[16]가 사용한 7개의 문항의 내재적 종교지향성만을 사용하였다. 각 항목에 대해 자신의 경험과 가장 적합하다고 생각되는 정도를 ‘매우 그렇다’를 5로, ‘전혀 그렇지 않다’를 1로 하는 Likert식 5점 척도로 측정하였으며 Hurh[16]연구에서는 Cronbach α =.88이었고, 본 연구에서는 Cronbach α =.79이다.

2.3.4 희망

Nowotny[17]에 의해 개발된 희망척도(Hope scale)를 Choi[18]이 번역한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총15 문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert척도로 긍정문항에 대하여 ‘전혀 그렇지 않다’에 1점 ‘매우 그렇다’에 5 점, 그리고 부정문항은 역으로 점수를 주어 점수가 높을수록 희망 정도가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's α = .90이었으며 본 연구에서는 Cronbach's α = .80이었다.

2.3.5 영성

본 연구에서는 Howden[19]이 개발하고 오복자 등

[20]에 의하여 한국어판에 대한 신뢰도와 타당도 검증이 이루어진 척도를 수정 보완하여 사용하였다. 이 도구는 20문항으로 구성되어 있으며 ‘전혀 아니다’에서 ‘매우 그렇다’까지의 5점 Likert척도로 구성되어 있다. 연구개발 당시 Cronbach's α 는 .91이고, 본 연구에서는 Cronbach α =.75이었다.

2.3.6 생의 의미

생의 의미를 측정하기 위해 Steger 등[21]이 개발한 생의 의미 척도(The Meaning in Life Questionnaire: MLQ)를 원두리 등[22]이 번안하고 타당화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 자신의 삶이 의미 있다는 주관적 느낌인 의미의 존재와 그리고 자신의 삶에서 의미를 찾으려는 지향과 의미의 추구를 측정하는 두 하위요인으로 이루어져 있다. 각 5문항씩 전체 10개 문항으로 이루어져 있으며 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서부터 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 Likert 척도로 되어 있다. 한국판 척도에서 Cronbach α =.90이었고, 본 연구에서는 Cronbach α =.86이었다.

2.4 자료수집 방법

본 연구의 자료수집은 2014년 09월 20일에서 10월 31일까지 실시하였다. 자료수집 전에 연구대상자들의 윤리적 고려를 위해 부산의 D의료원 임상시험 심사위원회(Institutional Review Board, IRB)로부터 승인을 받았다(IRB No: D-1410-008-002). 연구대상자에게 연구의 목적과 필요성 및 과정, 원하지 않으면 언제든지 철회할 수 있음과 개인정보 비밀보장 등을 설명 한 후 연구 참여 동의를 받았다. 설문지는 자가 기입한 후 회수하거나 메일로 전송받았다. 설문지 작성시간은 15-20분 정도 소요되었으며, 대상자에게는 소정의 선물을 제공하였다. 본 연구는 구조방정식 연구에서 정련화 과정을 거치면서 상관관계가 성립되지 않아 제외된 변수를 포함하여 생의 의미 영향요인을 확인하고자 C대학교 IRB승인(CSIRB-201820)을 받았다. 회귀분석 및 ANOVA 분석을 위한 대상자 수는 G-power 프로그램을 이용하여 196명이 산정되었으며 따라서 회수된 344부 중 196부의 자료를 무작위 추출하였다.

2.5 자료분석 방법

1) 연구대상자의 일반인 특성은 빈도와 백분율, 평균

과 표준편차로 분석하였다.

- 2) 연구대상자의 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적지지, 영성, 희망, 생의 의미의 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 3) 연구대상자의 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적지지, 영성, 희망, 생의 의미간의 관계는 Pearson 상관계수로 분석하였다.
- 4) 연구대상자의 일반적 특성에 따른 자아존중감, 내재적 종교지향성, 사회적지지, 영성, 희망, 생의 의미의 차이는 independent t -test 와 oneway ANONA로 분석하고, 사후분석은 Scheffé test로 분석하였다.
- 5) 대상자의 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 Stepwise multiple regression 으로 분석하였다.

3. 결 과

3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성에서 성별은 여성이 153명(78.1%), 남성이 43명(21.9%)이었다. 연령 분포는 40~49세가 106명(61.2%)이었고, 50~59세 76명(38.8%), 60~65세 14명(7.0%)이었다. 결혼상태는 결혼이 167명(85.2%)로 가장 많았고, 미혼 18명(9.2%), 사별 또는 이혼 11명(5.6%)순이었으며, 학력은 대학졸업 이상이 85명(46.4%)으로 가장 많았고, 고졸이하 76명(38.8%), 전문대졸 35명(14.8%)순으로 나타났다. 직업은 있는 경우가 151명(80.1%), 없는 경우가 45명(19.9%)이고, 종교는 가톨릭 107명(54.6%)으로 가장 많았으며, 불교 34명(17.3%), 기독교가 30명(15.3%), 무교 또는 기타 25명(12.8%)순이었다. 종교생활의 중요성에서는 중요하다가 113명(57.7%)으로 가장 많았고, 보통이다 62명(31.6%), 중요하지 않다가 21명(10.7%) 순이었다. 지각하는 경제상태는 보통이다 158명(80.6%), 여유있다 22명(11.2%), 어렵다 16명(8.2%)이었고, 지각하는 건강상태는 건강하다 155명(79.1%), 건강하지 않다 21명(10.7%), 보통이다 20명(10.2%) 순으로 나타났다(Table 1).

Table 1. Differences of meaning in life according to participants' characteristics

(N=196)

Characteristics	Categories	N	Meaning in life	
			Mean ± SD	t or F (p) Scheffe
Gender	Male	43(21.9)	3.92±0.40	1.19 (.234)
	Female	153(78.1)	3.81±0.39	
Age (Year)	40~49	106(61.2)	3.82±0.47	1.60 (.205)
	50~59	76(38.8)	3.80±0.51	
	60~65	14(7.0)	4.05±0.50	
Marital status	Single	18(9.2)	3.89±0.39	1.60 (.204)
	Widowed or	11(5.6)	3.58±0.49	
	Divorced	167(85.2)	3.84±0.50	
	Married			
Education level	≤ High school	76(38.8)	3.75±0.53	2.47 (.087)
	College	35(14.8)	3.79±0.41	
	≥ university	85(46.4)	3.92±0.47	
Occupation	Yes	151(80.1)	3.85±0.45	1.25 (.214)
	No	45(19.9)	3.75±0.45	
Religion	None & other	25(12.8)	3.75±0.45	0.69 (.559)
	Buddhism	34(17.3)	3.76±0.49	
	Protestant	30(15.3)	3.82±0.56	
	Catholicism	107(54.6)	3.87±0.48	
Religious Significance	Low	21(10.7)	3.56±0.54	7.82 (.001) a,b<c
	Moderate	62(31.6)	3.72±0.50	
	High	113(57.7)	3.94±0.44	
Perceived Economic Status	Low	16(8.2)	3.63±0.48	7.46 (.001) a,b<c
	Moderate	158(80.6)	3.80±0.48	
	High	22(11.2)	4.17±0.43	
Perceived Health Condition	Healthy	155(79.1)	3.90±0.43	0.36 (.699)
	Moderate	20(10.2)	3.79±0.44	
	Unhealthy	21(10.7)	3.97±0.45	

3.2 대상자의 사회적지지, 자아존중감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성 및 생의 의미 정도

대상자의 사회적지지 정도는 5점 만점에 평균 3.94±0.47이었고, 하위 영역별로 살펴보면 가족지지가 평균 4.17±0.56점으로 가장 높았으며, 비가족 지지는 3.82±0.58점이었다. 자아존중감은 5점 만점에 3.32±0.46, 하위영역인 긍정적 자아존중감은 3.86±0.53, 부정적 자아존중감은 3.58±0.59이었고, 내재적 종교지향성 3.54±0.58, 희망은 3.64±0.40 이었다. 영성은 3.59±0.32, 하위영역인수평적 영성은 3.77±0.37으로 가장 높았고, 수직영성은 3.47±0.35으로 나타났으며, 생의 의미는 3.82±0.49로 나타났다(Table 2).

Table 2. The descriptive statistics of the research variables (N=196)

Variables	Mean ± SD	Min-Max
Social support	3.94±0.47	1-5
Family support	4.17±0.56	1-5
Non-family support	3.82±0.58	1-5
Self-esteem	3.32±0.46	1-5
Positive	3.86±0.53	1-5
Negative	3.58±0.59	1-5
Intrinsic religious orientation	3.54±0.58	1-5
Hope	3.64±0.40	1-5
Spirituality	3.59±0.32	1-5
Vertical	3.47±0.35	1-5
Horizontal	3.77±0.37	1-5
Meaning in Life	3.82±0.49	1-5

3.3 대상자의 일반적 특성에 따른 생의 의미

본 연구대상자의 일반적 특성에 따른 생의 의미는 종교생활의 중요성(p=.001), 지각하는 경제상태(p=.001)에서 유의미한 차이가 있었고, 성별, 나이, 결혼상태, 학력, 직업유무, 종교 및 지각하는 건강상태에서는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 종교생활의 중요성은 많이 중요하다 그룹이 중요하지 않다와 조금 중요하다고 답한 그룹보다 의미있게 높았고, 지각하는 경제상태에서는 ‘여유있다’ 그룹이 ‘어렵다’와 ‘보통이다’고 답한 그룹보다 높게 나타났다(Table 1).

3.4 대상자의 사회적지지, 자아존중감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성 및 생의 의미의 관계

대상자의 생의 의미는 사회적지지(p<.001), 자아존중감(p<.001), 내재적종교지향성(p<.001), 희망(p<.001), 영성(p<.001) 모두에서 유의한 양적 상관관계를 가지는 것을 나타냈다(Table 3).

3.5 대상자의 행복에 영향을 미치는 요인

중년기 생의 의미에 미치는 영향요인을 규명하기 위해 생의 의미를 종속변인으로 하고, 생의 의미와의 관계에서 유의한 상관관계가 있었던 사회적지지, 자아존중

Table 3. Correlations coefficient among the variables (N=196)

Variables	1	2	3	4	5	6
	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)	r(p)
1	1					
2	.419 ($<.001$)	1				
3	.240 ($<.001$)	.267 ($<.001$)	1			
4	.424 ($<.001$)	.655 ($<.001$)	.271 ($<.001$)	1		
5	.388 ($<.001$)	.581 ($<.001$)	.383 ($<.001$)	.591 ($<.001$)	1	
6	.358 ($<.001$)	.450 ($<.001$)	.312 ($<.001$)	.659 ($<.001$)	.522 ($<.001$)	1

1=Social support; 2=Self-esteem; 3=Intrinsic religious orientation; 4=Hope; 5=Spirituality; 6=Meaning in Life

Table 4. Stepwise multiple linear regression of maning in life (N=196)

Variables	Model 1		Model 2		Model 3	
	B(β)	t(p)	B(β)	t(p)	B(β)	t(p)
Hope	.80 (.66)	12.18 ($<.001$)	.78 (.64)	12.34 ($<.001$)	.66 (.33)	8.52 ($<.001$)
Religious Significance			.21 (.21)	4.06 ($<.001$)	.19 (.25)	3.78 ($<.001$)
Spirituality					.27	2.78 (.006)
Adjusted R ²	.43		.48		.49	
F(p)	148.54($<.001$)		88.40($<.001$)		63.56($<.001$)	

감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성 그리고 생의 의미와 유의한 차이를 보인 일반적 특성에서 종교생활의 중요성, 지각된 경제상태를 독립변인으로 하여 단계적 다중 회귀분석을 실시하였다.

산출된 생의 의미 수준의 회귀모형은 유의하였고 (F=63.56, $p<.001$), 독립변수들 간의 다중공선성의 문제를 확인한 결과 변수간의 상관관계는 .80이하로 예측변수들이 독립적이었다. 공차한계(tolerance)는 1에 근접하고, 분산팽창인자(variance inflation factor, VIF)도 모두 10이상을 넘지 않아 하위변수들 간의 다중공선성 문제를 배제할 수 있었다. 그리고 잔차를 분석한 결과, 잔차의 정규분포성과 등분산성이 확인되었으며 잔차의 독립성 검증을 위해 Durbin-Watson값을 구한 결과 1.838로 이는 2에 가까워 자기상관(auto-correlation)이 없는 것이

확인되었다.

본 연구에서 중년기 생의 의미의 영향요인은 희망, 종교생활의 중요성, 영성의 3개의 변수가 유의한 예측변수로 나타났다. 대상자의 생의 의미에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 희망($\beta=.66, p<.001$)으로 생의 의미에 43%의 설명력을 보였다. 그 다음 종교생활의 중요성($\beta=.21, p<.001$)이 추가되면서 설명력이 5% 증가하였다. 그리고 영성($\beta=.27, p=.006$)이 추가되면서 1%의 설명력이 증가되어 이들 변인의 생의 의미에 대한 설명력은 49%로 나타났다(Table 4).

4. 논 의

본 연구는 중년 성인의 사회적지지, 자아존중감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성, 생의 의미 정도를 확인하고, 이들 변인간의 상관관계 및 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 확인하고자 시도되었다.

본 연구에서 중년성인의 생의 의미 정도는 5점 만점에 평균 3.82점으로 중간이상의 점수를 보였다. 이는 성인을 대상으로 한 Lee[23]의 연구에서 평균 3.81점과는 거의 동일하였고, 대학생을 대상으로 한 Lee와 Jang[24]의 연구결과인 3.73점 보다는 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 중년기에는 특히 주요한 과업성취에 대한 재평가, 전체 삶을 재조망, 인간의 삶과 죽음에 대한 탐색 및 영성적 자각에 이르기까지 개인적, 사회적 차원에서의 재구조화가 일어나기 때문인 것으로 사료된다[5].

본 연구에서 생의 의미에 차이를 보인 대상자의 일반적 특성에는 종교생활의 중요성과 인지된 경제상태로 나타났다. 즉, ‘종교생활은 중요하다’고 생각하는 군이 ‘보통이다’와 ‘중요하지 않다’의 군보다 높았고, 인지하는 경제수준 또한 ‘높다’고 인지한 군이, ‘보통이다’와 ‘낮다’로 인지한 군보다 유의하게 높은 것으로 나타났다.

종교생활의 중요성을 인지하는 정도에 따라서 생의 의미 점수에 차이를 보이는 것은 종교가 개개인에게 인간의 본질과 목적에 대한 물음을 지속적으로 상기시키는 것과 같이 생의 의미 또한 스스로에게 지속적으로 질문하고, 답을 찾아가는 과정을 거치는[15] 공통점 때문으로 사료된다.

인생이 의미있다고 느끼는 것은 외부에 의해서가 아니라 자신에 대한 가치를 스스로 판단할 수 있는 변별능

력에 의한 것이다[6]. 따라서 신체적인 변화와 심리적, 영적인 재정립과정을 거치면서 개성화와 통합을 달성해야 하는 중년성인이 삶의 의미를 발견할 수 있도록 하기 위해서는[25]중년기 위기 상황을 극복할 수 있는 여러 방면의 대처방안이 마련되어야 할 것이다.

인지하는 경제상태 정도에 따라 생의 의미 점수에 차이가 있는 것으로 나타난 본 연구 결과는 경제적인 위기 상태가 직, 간접적으로 개인의 정신건강과 가족에게 부정적인 영향을 미친다는 연구결과[26]와 유사하였으나 물질적인 부유함은 생활의 편리함을 제공할 뿐, 정신적인 충만감과 삶의 의미에 영향을 미치지 못한다는 연구결과[27]와는 차이가 있었다. 중년기는 노년기나 청년기보다 경제상황의 변화를 제일선에서 맞이함으로써 이로 인한 부정적인 영향에 더 취약하며, 또한 한 가정의 생계를 책임지는 막중한 역할을 수행하기에 경제부양자로서의 부담감이 크기 때문에 경제적인 요인은 중년에게 높은 스트레스를 유발할 것으로 사료된다[26].

중년기는 자녀 양육 및 평균 수명연장으로 인한 부모와 자신의 노후대비를 동시에 고려하면서 준비하고 해야 하는 시기이기에 사회구조적인 고용 안정시스템을 통한 직업의 안정성 보장과 재취업 시스템이 우선적으로 요구된다. 또한 퇴직이나 실업 및 이혼과 사별 등으로 인한 경제적 위기상황이 정신건강에 악영향을 미치지 않도록 경제적으로 취약계층에 대한 직업재활 서비스 및 복지관련 서비스제공과 중년층의 일자리 지원을 위한 정보교류 및 상담서비스가 제공되어야 할 것이다[2].

본 연구에서 생의 의미에 가장 많은 영향을 끼친 요인은 희망으로 나타났고 그 다음 순으로는 종교생활의 중요성, 영성이었다. 이 변수들이 생의 의미를 설명하는 정도는 49%였고, 가장 많은 설명력을 보인 희망은 43%를 설명하였다. 이 외에 제외된 변수들은 자아존중감, 사회적지지, 내재적 종교지향성이었다. 희망이 주요 요인으로 나타난 본 연구 결과를 토대로 선행논문을 살펴보면 희망이 높은 사람은 역경을 만나거나 스트레스 상황에 놓이게 되면 이것을 이겨낼 수 있는 동기를 활성화시키고 목표를 재설정하여 다양한 해결책을 모색하며 자신의 삶에 대한 의미를 이해하고 추구해 나가는 데 있어 희망이 주요 요인으로 작용한다[11]. 이는 또한 중년 성인이 가진 희망은 일상생활에서 긍정적인 자세와 신념을 가지게 함으로써 주어진 문제를 해결해 나갈 수 있는 영감을 주고, 경험하는 성취 또는 실패의 모든 과정에서 삶의 의

미와 목적을 찾아갈 수 있게 하며, 좀 더 성숙된 수준의 삶으로 이끄는 원동력이 될 수 있다[7].

그리고 종교생활의 중요성이 생의 의미에 영향을 미치는 것으로 나타난 본 연구의 결과는 종교를 통하여 여러 형태의 보상을 받고 용기와 희망을 가짐으로써 삶에 있어서 더 큰 의미를 발견할 수 있다는 주장[7]과 일맥상통한다. 인간은 종교생활을 통해 인간 영혼의 가장 깊은 근원과 접촉할 수 있으며, 또한 종교는 인간의 사상과 생각을 주도하고 인간의 감정을 자극하며 인간의 행동을 이끌어 인생을 통합하고 변화시키는 기능을 가지기에 [16] 생의 의미를 추구하고 발견할 수 있는 예측요인이 되는 것이다. 그러나 본 연구에서 내재적 종교지향성은 생의 의미의 영향요인에서 제외되었다. 이와 같은 결과는 대학생을 대상으로 내재적 종교성향은 생의 의미에 중요한 요인이 되고, 인생의 목적이 무엇이며, 인간 경험의 본질에 대해 알 수 있는 요인이었던 연구[28]와는 상반되므로 추후 연구가 요구되어진다.

그리고 본 연구에서 영성이 생의 의미의 영향요인으로 나타난 결과는 말기암 환자를 대상으로 실시한 연구 [29]에서 영적인 중재가 생의 의미를 높이는 것으로 나타난 견해와 일치할 보였다. 이는 영성이 높을수록 자기 중심적인 사고에서 초월하고자 하는 성향이 높고 인생에서 겪게 되는 고통과 어려움에 대하여 새로운 시각을 창출하고 의미를 부여하기 때문에 영적인 재도약을 시작하는 중년기의 생의 의미에 영향을 주는 것으로 볼 수 있다[3]. 그리고 개인마다 주어진 과업이나 삶의 목적과 추구하는 가치가 다르다는 것을 인정하고 수용함으로써 자기를 실현하는 개성화를 이루게 되고 더 나아가 개인이 가지는 열등기능에 대한 이해와 분화, 그리고 자기 내면의 발달을 지향하는 재통합을 거치면서 영적인 성장을 이루게 된다.

자신의 삶에 있어 의미를 발견하고 그 의미를 실현하고자 추구해 가는 일련의 과정에 중년의 심리적인 요인인 희망과 영성 및 종교생활의 중요성을 높이기 위한 방안을 살펴보면 희망은 학습되며, 다른 사람과의 관계를 통해 인지하는 목표로 나아가겠다는 의지력과 목표에 도달할 수 있는 방법을 생성한다고 하였다[11]. 그리고 현대사회에서 종교를 거부하는 사조에서 영성과 희망을 높일 수 있는 방안으로는 자신과의 관계에서 명상, 희망주입하기, 코미디 보기, 자신에게 선물하기, 열정과 자유의 가치를 발견하기 등이 있고, 건설적인 타인과의 관계 형

성 및 자연의 이치와 자연이 지닌 무한한 생명력을 터득하는 것이 제안된다[30]. 이처럼 개성화와 재통합이 두드러지는 중년기에게 자기 내면의 영적인 힘과 희망을 발견하고, 이를 자신의 행동과 외부로 끌어낼 수 있도록 [5] 지원하는 중재개발은 중년기가 가지는 건전하고 성숙된 힘을 개인, 가정, 지역사회에 다양한 형태로 기여할 수 있으므로 매우 중요하다고 사료된다.

5. 결론

본 연구는 중년기의 사회적지지, 자아존중감, 내재적 종교지향성, 희망, 영성 및 생의 의미의 정도를 확인하고 이들 변수간의 관계를 파악하여 생의 의미에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구 대상자는 부산시, 울산시, 양산시, 포항시에 거주하고 있는 중년성인을 대상으로 2014년 09월 20일에서 10월 31일까지 자료를 수집한 자료 중 196부를 사용하였다. 수집된 자료는 빈도와 백분율, independent t-test, one-way ANOVA, Scheffé test, Cronbach's alpha 계수, Pearson's correlation coefficient 및 multiple regression으로 분석하였다. 연구결과 대상자의 사회적 지지는 5점 만점에 평균 3.94점, 자아존중감 3.32점, 내재적 종교지향성 3.54점, 희망 3.64점, 영성 3.59점, 생의 의미 점수는 3.82점이었다. 대상자의 일반적 특성에 따른 생의 의미 수준은 종교생활의 중요성($p<.001$), 인지된 경제적 상태($p<.001$)에 따라 차이가 있었다. 대상자의 생의 의미는 사회적지지($p<.001$), 자아존중감($p<.001$), 내재적 종교지향성($p<.001$), 희망($p<.001$)과 영성($p<.001$)에 유의한 양적 상관관계를 보였다. 대상자의 생의 의미에 영향을 미치는 요인은 희망, 종교생활의 중요성, 영성과 유의하였고, 이중 희망이 43%로 가장 큰 영향력을 미쳤으며, 전체 설명력은 49%였다. 따라서 희망, 종교생활의 중요성, 영성은 생의 의미에 밀접한 관련성이 있으며, 긍정적인 영향을 미치는 요인임을 확인하였기에 중년기의 삶의 질 향상과 행복을 위한 전략으로 이 변인들을 높이는 방안이 고려되어야 한다. 본 연구에서 중년기 생의 의미에 영향요인으로 검정된 희망, 종교생활의 중요성, 영성을 높일 수 있는 방안을 개발하기 위하여 희망은 학습되어지고 타인과의 관계를 통해 목표로 나아가는 의지력과 도달할 수 있는 방법을 생성할 수 있고 영성은 자신과의

관계 및 타인과 자연과의 건설적인 관계를 통해 증진시킬 수 있다[30]는 문헌고찰을 바탕으로 향후 프로그램 개발 연구를 제안한다.

References

- [1] Statistics Korea. Population projections for Korea [Internet]. Seoul: Statistics Korea; 2015 [cited 2017 October 08]. Available from: http://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1BPA002&vw_cd=MT_ZTITLE&list_id=A41_10&seqNo=&lang_mode=ko&language=kor&obj_var_id=&itm_id=&conn_path=MT_ZTITLE
- [2] G. Y. Kim, S. M. Choi, "The Moderating Effects of Character Strengths on Mental Disorders of Middle-Aged Adults", *Family and Family Therapy*, Vol.26, No.2, pp. 229-251, 2018.
- [3] S. H. Jang, S. O. Choi, "A Structural Modeling of Middle-aged Adults Meaning in Life", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.29, No.4, pp. 363-372, 2017. DOI: <https://doi.org/10.7475/kjan.2017.29.4.363>
- [4] Y. Kim, "Middle-aged men have a hard time: Requires suicide prevention measures" [Internet]. Seoul: Korea Medicare, c2018[cited 2017 Jan 3], Available From: http://www.kormedi.com/news/article/1221360_2892.html (accessed Jan., 3, 2017)
- [5] A Grün. My age forty. p. 17-82, With the Bible, 1980.
- [6] VE Frankl. Man's search for meaning. p.10-240, Chunga, 1984.
- [7] K. R. Hong, J. Y. Lee, "The Mediating Effect of Meaning in Life in the Relation between Teacher's Intrinsic Religious Orientation and Mental Health", *Secondary Education Studies*, Vol.62, No.2, pp. 325-348, 2014.
- [8] M Rosenberg. Society and the adolescent self-image. Princeton. Princeton University Press, 1965.
- [9] G. D. Zimet, N. W. Dahlem, S. G. Zimet, G. K. Farley, "The multidimensional scale of perceived social support", *Journal of Personality Assessment*, Vol.52, No.1, pp. 30-41, 1988.
- [10] J. E. Heo, Y. S. Tae, "Influence of Spiritual Wellbeing and Social Support on Depression in Middle-aged Women", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.26, No.2, pp. 181-190, 2014.
- [11] CR Snyder. Handbook of Hope. Academic press, 2000.
- [12] CA Bernard. Spiritual theology. Catholicbook, 2007.
- [13] HJ Kim. The Effects of Self efficacy and Social Supports on Adoption of Anti-Aging Products: The Mediating effect of Aging Anxiety. Sejong University, 2014.
- [14] B. J. Jeon, "Self-esteem: A Test of Its Measurability", *Yonsei Journal*, Vol.11, pp. 107-129, 1974.
- [15] G. W. Allport, J. M. Ross, "Personal religious orientation and prejudice", *Journal of Personality and*

Social Psychology, Vol.5, No.4, pp. 432-43, 1967.
DOI: <https://doi.org/10.1037/h0021212>

- [16] HN Hurh. The Relationships among Religious Orientation, Spiritual Wellness, and Psychological Wellness. The Catholic University of Korea, 2002.
- [17] M. L. Nowotny, "Assessment of hope in patients with cancer: Development of an instrument", *Oncology Nursing Forum*, Vol.16, No.1, pp. 75-79, 1989.
- [18] SS Choi. A correlational study on spiritual wellness, hope and perceived health status of urban adults. Yonsei university, 1990.
- [19] J. Howden. Spirituality: Concept analysis, synthesis and derivation. Texas Woman's University: Denton, 1992.
- [20] P. J. Oh, H. S. Jeon, W. S. Soh, "Spiritual assessment scale: psychometric evaluation of the Korean version", *Asian Oncology Nursing*, Vol.1, No.2, pp. 168-79, 2001.
- [21] M. F. Steger, P. Frazier, S. Oishi, M. Kaler, "The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life", *Journal of Counseling Psychology*, Vol.53, No.1, pp. 80-93, 2006.
DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- [22] D. R. Won, K. H. Kim, S. J. Kwon, "Validation of the Korean Version of Meaning in Life Questionnaire", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.10, No.2, pp. 211-225, 2005.
- [23] K. S. Lee, "Original Articles: A Correlational Study among Meaning in Life, Health Status, and Self-efficacy", *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol.14, No.4, pp. 372-379, 2005.
- [24] O. S. Lee, S. H. Jang, "The Relationships between Meaning in Life and Happiness among University Students", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.18, No.9, pp. 113-122, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.9.113>
- [25] G. S. Kim, "Subjectivity of Hope among Korean Middle-Aged Adults", *The Journal of Digital Policy & Management*, Vol.11, No.10, pp. 629-38, 2013.
- [26] K. M. Kim, G. H. Han, "The effects of family life event on psychological well-being of the middle-aged men and women", *Journal of the Korean Gerontological Society*, Vol.24, No.3, pp. 211-230, 2004.
- [27] SA Kim. A study on influential variables on climacteric women's meaning of life. Baekseok University, 2010.
- [28] M. S. Choi, C. N. Son, "The Mediate Effect of Religious Coping on Intrinsic Religious Orientation and Purpose of Life", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.15, No.1, pp. 91-105, 2010.
- [29] M. O. Yun, "The effect of spiritual nursing intervention on the meaning of life and spiritual distress of the terminal cancer patients", *Korean journal of hospice care*, Vol.5, No.2, pp. 64-74, 2004.
- [30] M. G. Park. Christian education for cultivation of ecological spirituality. Mokwon University, 2010.

장 선 희(Sun-Hee Jang)

[정회원]



- 2007년 2월 : 부산가톨릭대학교 간호학과 (호스피스간호 석사)
- 2015년 8월 : 부산가톨릭대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 창신대학교 간호학과 교수

<관심분야>
의·생명공학, 간호학

여 형 남(Hyung-Nam Yeu)

[정회원]



- 2010년 2월 : 부산가톨릭대학교 간호학과 (노인간호 석사)
- 2017년 8월 : 부산가톨릭대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2016년 3월 ~ 현재 : 창신대학교 간호학과 교수

<관심분야>
의·생명공학, 간호학