

노인종합복지관 프로그램 이용 만족이 노인의 우울정서와 안녕감에 미치는 영향

이의용¹, 변상해^{*}

¹서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과

Effects of satisfaction with the programs of senior welfare centers on the depressive emotions and well-being of the elderly

Ui-Yong Lee¹ and Sang-Hae Byun^{1*}

¹Department of Social Welfare Counseling, Seoul Venture University

요약 본 연구의 목적은 노인의 여가활동 중 노인종합복지관 프로그램 활용 및 이용 만족도에 따른 우울정서와 안녕감의 관계를 규명하는 것이다. 연구를 위해 서울에 소재하고 있는 노인종합복지관 2곳을 선택하여 65세 이상 되는 노인 128명을 대상으로 설문지를 배포하고 수집하여 분석하였다. 자료분석은 SPSS v.21을 활용하였다. 연구 결과, 첫째, 복지관 프로그램 중 가장 만족도가 높은 것은 노래교실이었다. 이용 이유로는 친구를 만나기 위해서가 많았고, 주요활동 분야는 취미활동이었다. 둘째, 일반적 특성에 따른 우울정서의 차이는 연령과 학력에서 유의한 차이가 나타났고, 심리적 안녕감은 학력수준에 따라서 유의한 차이가 나타났다. 셋째, 프로그램 이용 만족도는 우울정서와 안녕감에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 넷째, 프로그램 만족도와 우울정서의 사이에서 심리적 안녕감의 매개효과는 나타나지 않았다.

Abstract The purpose of this study is to investigate how leisure programs are utilized by senior welfare centers, and analyze the relationship between the degree of satisfaction and the resulting effect on the depressive emotions and psychological well-being of program participants. To that end, a survey was made on 128 persons aged 65 or over who were participating in leisure programs at 2 senior centers located in Seoul. The collected data were analyzed using SPSS Ver. 21. The findings were as follows: First, the most satisfactory program was Sing-Along program, while the reason for using senior welfare centers was for meeting friends and the most favorite program was hobby classes; Second, significant differences were found in depressive emotions according to age and educational background and in psychological well-being according to educational background. Third, the degree of satisfaction in programs had a meaningful relationship with depressive emotion and well-being; Fourth, there was no mediating effect of psychological well-being between the degree of program satisfaction and depressive emotion.

Key Words : Elderly, Leisure activity, Depressive Emotions, Psychological well-being

1. 서론

우리나라가 고령화 사회에서 고령사회로 전환하는 기간은 18년으로 예상된다. 이것은 프랑스 115년, 미국 73년, 독일 40년, 이탈리아 61년, 일본 24년에 비해 고령화 속도가 매우 빠르다고 볼 수 있다[1]. 통계청에 따르면 한

국인의 평균수명은 남자는 77.6세, 여자는 84.4세로 65세 이상 노인의 기대수명은 남자는 77.9세, 여자는 84.6세로 여자가 남자보다 6.7년 더 오래 산다고 한다[2]. 2012년 노인 가구는 10년 전보다 191만 가구가 늘어난 414만 가구에 이른다. 또한 일반가구 대비 1인 가구 비율이 2010년 23.9%로 10년 보다 8.4% 증가한 것으로 나타났다[3].

*Corresponding Author : sang-hae, Byun(Seoul Venture Univ.)

Tel: +82-10-2509-1054 email: jm9004@svu.ac.kr

Received March 6, 2014

Revised (1st April 7, 2014, 2nd April 9, 2014)

Accepted April 10, 2014

이처럼 노인의 평균 수명이 길어지고 노인 1인 가구의 비율이 증가하면서 노인들의 개인적, 경제적, 사회적 욕구도 따라서 증가하고 있다.

IMF 사태 이후 50대 초반에 명예퇴직과 조기퇴직이 늘어나고 은퇴 노인의 수가 증가하면서 퇴직 후 남은 여유시간 활용에 대한 고민이 깊어감에 따라 다양한 노인 여가 프로그램이 쏟아져 나오고 있다. 노인의 여가활동은 다양한 사회참여 기회가 될 뿐만 아니라 역할상실로 인한 심리적, 사회적, 소외감을 해소하고 나아가 노년기 삶을 보다 만족스럽고 행복하게 영위하는데 중요한 요소로 작용한다.

따라서 본 연구는 서울에 있는 노인종합복지관 2개를 선택하여 현재 시행중인 노인종합복지관 프로그램의 내용을 살펴보고, 이 프로그램에 참여하고 이용 중인 노인을 대상으로 하여 이용현황 및 프로그램 이용에 따른 이용만족이 노인의 정서감과 안녕감에 어떠한 영향이 있는지 살펴보고자 한다.

2. 이론적 배경

2.1 노인

2.1.1 노인의 정의

사람이 나이를 먹어 간다는 것은 흔히 생각하는 생물학적인 퇴화만을 의미하지 않고 심리적, 사회적으로 여러 가지 요인을 수반하는 과정이다. 권중돈은 신체조직 기능이 약해지고 생활자체가 자신을 통합하려는 능력이 저하되어 인체의 기관, 조직, 기능 등 쇠퇴현상이 일어난 사람이라고 정의하였다[4].

우리나라 법령에서는 노인을 연령에 따라 구분하고 있는데 노인복지법과 국민기초생활 보장법은 65세 이상, 국민연금법상 노령연금 급여대상자는 60세 이상으로 규정하고 있다[5-7].

그러므로 노인이란 65세 이상으로 생리적, 신체적 기능의 퇴화와 더불어 심리적 사회적 역할 변화가 일어나 보수적이고 온건하며 의존성을 띄고 왕성한 사회적 역할이 축소된 사람이라고 볼 수 있다[8].

2.1.2 노인의 특성

노인의 두드러진 특성은 노화라고 볼 수 있다. 노화는 퇴행적 발달을 의미하며, 상승적 발달을 의미하는 성장

이나 성숙과는 대비되는 개념이다[4]. 개인적인 노화경험에는 사회적으로 구조화된 다양성이 존재하며 다양한 신체적, 심리적, 사회적 특성을 지니고 있다.

첫째, 노인은 노화의 과정에서 신체적 변화를 겪게 되며 시간의 흐름에 따라 심장혈관계, 호흡기계, 소화기계, 비뇨생식기계 노화 및 신체 전체에 점진적인 변화가 나타나게 된다[9].

둘째, 노인의 심리적 특성 및 행동은 다양한 개인차를 보인다. 노인의 성격은 대체로 그 특징이 건강 또는 경제상의 불안감, 생활상의 부적응으로부터 오는 불안과 초조, 정신적 흥미의 편협으로부터 오는 내폐성, 신체적 쾌락에 대한 흥미의 증대, 성생활의 감퇴, 조건의 변화에 따른 학습이나 적응의 곤란, 고독감, 의심, 질투심, 부수적, 과거의 생각에 대한 집착, 불확실성, 인생의 낙오감 등이다. 이와 함께 노인의 우울성향도 증가하기 시작하는데 불면증, 체중감소, 감정적 무감각, 강박관념, 증오심 등을 동반하기도 한다[10].

셋째, 산업화와 도시화로 인하여 가족제도가 점점 핵가족화 되면서 자녀와 동거하지 않는 노인이 증가하게 되었다. 대가족 내에서도 부모로서의 지위와 능력 및 역할이 약해지고 의존자로 변화되면서 가족 내에서 노인들의 지위와 역할에 큰 변화가 나타났다[11]. 이처럼 노인의 존재 가치가 저하됨에 따라 노인은 젊은이로부터 무시당하고 가족이나 친척들의 무관심, 심지어는 노인 간에 있어서도 대수롭지 않는 존재로 여겨지고 있다. 게다가 노인은 고집과 거부하는 성향을 띠고 있어 단체 활동을 할 경우 다른 단체와의 타협과 수용이 개인보다 어려운 형편이다[12].

2.1.3 노인문제

노인문제는 노인 개인이나 그 가족의 결함 또는 문제에서 비롯된 것이 아니라 사회의 전반적인 변화에 적절하게 대처하지 못한 개인적 문제를 포함한 사회제도와 사회구조상의 복합적 문제이다. 통계청은 2012년 65세 이상의 노인들이 겪는 가장 어려운 문제를 경제적 어려움(40.2%), 건강문제(39.2%), 소일거리 없음(6.1%), 외로움과 소외감(3.9%), 사회의 경로의식 약화(2.9%), 노인복지 시설부족(2.7%), 직업 없음(2.6%), 기타(2.4%) 등으로 보고한 바 있다[13]. 노인 문제를 크게 나누면 경제적문제, 질병문제, 고독문제, 역할상실의 문제로 나누어 볼 수 있다.

첫째, 우리나라 노인의 가장 큰 문제는 경제적 어려움이다. 공적인 소득보장제도가 불충분하고 노후대책이 미비한 상황에서 은퇴로 인한 수입의 감소와 재취업의 기회상실은 노인의 경제적 문제를 가중시키고 있다[14]. 우리나라는 1997년 IMF 이후 급격한 경제 환경의 변화로 경제적 상실의 연령대가 점차 낮아지고 있으며, 수명은 연장되어 경제적 어려움이 장기화 되고 있다[15].

둘째 문제는 질병이다. 최근 평균수명이 연장되어 오래 살려는 염원은 성취되었을지라도 장수하는 기간 동안 건강의 염원까지 성취된 것은 아니다. 노인의 사망 원인 중 1위는 암, 2위는 심장질환, 3위는 뇌혈관질환, 4위는 자살이라고 한다[16]. 60세 이상의 자살의 이유 또한 질환으로 인한 것이 39.8%를 차지하고 그 다음으로 경제적 어려움(35.1%)이었다[17].

세 번째 문제는 고독이다. 우리나라 독거노인의 수는 2000년, 544명(16.0%)에서 2012년, 1,187명(20.2%)으로 점점 증가하고 있으며, 노인의 고독은 자살의 증가로 나타나고 있다. 노인 자살현황을 보면 2002년 2,023명(1.3%)에서, 2005년 3,401명(2.1%)로 증가한 것으로 나타났다[16]. 노년기의 고독은 과거에 대한 후회, 즉 '새로 시작하기에는 너무 늦었다.' 라고 느끼는 데서 오는 절망감이 특징이다. 노인의 고독은 노화와 함께 찾아오는 신체적인 상실, 경제적 상실, 인간관계의 상실, 배우자 상실 등과 관련이 있지만 보다 근본적인 원인은 허무라고 하는 근원적인 불안과 깊이 관련이 있다[18].

넷째 문제는 역할상실이다. 노인은 직장에서 퇴직한 후 임금소득을 상실하여 경제적 능력의 약화와 더불어 사회적 지위도 점차 저하된다[19]. 우리나라의 경우 대부분의 일반 기업체나 사회단체들이 퇴직 연령을 55세로 하고 있어 정년퇴직을 한 후의 노년기 시절이 매우 길어질 수밖에 없다. 한창 일할 수 있음에도 불구하고 조기퇴직으로 인한 중·장년기의 불안은 노인 문제의 또 다른 축이 되고 있다[4].

2.1.4 노인의 우울정서

우울증은 혼란 정신 질환의 하나이며 우울장애라고도 한다. 이러한 우울증은 일시적으로 우울한 기분을 느끼는 것과는 다르게 우울하고 슬픈 감정과 의욕저하 등 다양한 신체적인 증상이 함께 나타나 지속되는 것을 말한다[20].

우울증은 일반적으로 두 개의 범주로 분류되는데 일

차적 우울, 즉 내인성인 것과 반응적인 혹은 외인 성으로 불리는 이차적 우울이 있다[21]. 일차적 우울은 개인의 내부 요인에 의해 야기되는 것이며, 이차적 우울은 외부의 스트레스에 의해 야기된다. Cohen은 노년기에 다른 어떤 연령집단 보다 이차적 우울이 훨씬 더 높은 빈도를 보인다고 하였다[22].

노인의 우울 정서에 영향을 미치는 요인으로 인구학적 요인, 신체적 요인, 경제적 요인, 사회적 요인으로 구분할 수 있다[23].

첫째로 인구학적 요인을 들 수 있다. Yohannes와 Connolly의 성별에 따른 우울함에 대한 역학 조사에서 여성이 남성에 비해 우울증상의 빈도가 높게 나타났다[24]. Pinquart와 Soerensen도 여성이 남성노인 비해 심리적 안녕감이 낮은 것으로 보고하였다[25].

둘째, 신체적 요인이다. 신체적 건강 상태는 노인 우울과 직결되는 것으로 매우 중요한 요인으로 간주된다. 연구에 따르면 노인의 건강 상태가 노인의 우울에 직접적인 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다[25].

셋째, 경제적 요인이다. Ross와 Mirowsky는 일반적으로 경제적인 어려움은 기타의 다른 요인들과 연관될 때 더욱 우울함에 영향을 미치게 되고, 주관적 경제적수준이 낮을수록 우울정도가 높다고 하였다[26]. 노년기에는 퇴직, 경제적 활동 중단 등으로 소득을 상실하게 되는데 이는 노인의 사회활동을 위축시키고 빈곤이나 질병의 위험을 가중시키며 더불어 부정적 영향을 줌으로서 노인의 고립과 외로움을 가중시키는 요인으로 작용한다[25].

넷째, 사회적 요인이다. 사회적 요인은 사회구조 안에서 개인이나 집단이 어떤 위치를 차지하는가에 영향을 주는 구성원 간에 사회적 관계뿐만 아니라 경제적 요인까지도 포함한다[27]. 많은 연구에서 노인 우울과 사회적 지지의 손상은 밀접한 연관성을 갖고 있음이 입증되었다[28].

2.1.5 노인의 심리적 안녕감

심리적 안녕감은 삶에 대한 전반적이고 주관적인 평가인 주관적 안녕감과도 달리 이론적으로 개인의 삶의 질을 구성한다고 여겨지는 심리적 측면들의 합을 말한다[29]. Keyes와 Lopez는 긍정적인 정신건강의 세 가지 요소로, 정서적 안녕, 심리적 안녕, 사회적 안녕을 제안하였다[30]. 심리적 안녕감은 정서적 요소와 인지적 요소로 구별될 수 있는데[31-32], 두 요인은 완전히 독립적이지

않고 상호보완적이다[33]. 이와 같은 점에서 안녕감이 높다는 것은 긍정적 정서 체험이 높고, 부정적 정서 체험은 낮으며, 삶의 만족도가 높은 상태라고 할 수 있다[34-35].

Ryff(1989)는 선행이론을 토대로 심리적 안녕감을 6차원으로 구분하였다[36].

첫째는 자아수용이다. 자아수용은 자기 자신의 신체적 조건이나 생리적 현상 또는 자신의 느낌, 생각, 행동, 가치관, 성격 등을 있는 그대로 받아들이는 태도를 말한다[29].

둘째는 긍정적 대인관계이다. 적절한 교류는 사회인으로서의 기능뿐만 아니라 개인의 생활만족도를 향상시키는 순기능적인 역할을 한다. 고독한 사람들은 대인관계가 원만치 못하거나, 가족관계에서도 만족도가 떨어진다[37]. 물질 추구 경향 또한 높다[38]

셋째는 개인적 성장이다. 개인의 성숙이란 일생을 두고 지속하는 과정이다. 김미정과 김귀분은 한 개인의 건강한 심리 발달 뿐 아니라 타인과 관계를 맺고 사회적 맥락 속에서 적절히 기능할 수 있는 능력이 심리적 특성이라고 하였다[39].

넷째는 삶의 목적이다. 인간의 생활에서 주된 관심사는 개인의 안녕이며, 어떻게 하면 질 높은 삶을 영위해 가는가이다. 동양인의 특성이 서양인에 비해 자신의 개인적이고 주관적인 평가보다 타인의 평가를 중요시한다면[40], 허접식은 삶의 목적이야 말로 남성의 심리적 안녕감에 중요한 요소가 된다고 하였다[41].

다섯째는 자율성이다. 자율성이란 자율적, 자치적, 독립적으로 스스로를 통제하는 상태이며, 인간이 스스로 자신이 인식하고 있는 목적을 향하여 의도적으로 행동하기 위한 심리적 준비를 말하는 것으로 달성하고자 하는 목적을 위한 행동이나 심리적인 상태의 수준 또는 질로 표현된다[42].

여섯째는 환경지배력이다. Ryff(1989)는 환경지배력을 평가하는데 있어서 다음과 같은 구성요인을 제시하였다. 구체적으로 자신의 환경을 잘 관리하는 능력이 있으며, 복잡한 외적인 활동 계획을 잘 조절한다. 주위에 있는 기회를 효과적으로 사용한다. 개인적 필요나 가치에 적합한 환경을 선택하거나 적합한 환경으로 변화시킬 수 있다[36].

2.2 노인종합복지관 프로그램

우리나라의 노인 여가시설은 2012년 현재 노년종합복

지관 300개소, 경로당 64,442개소, 노인교실 1,335개소로 운영되고 있다[17]. 노인종합복지관은 무료 또는 저렴한 비용으로 노인에게 각종 상담, 건강증진, 교양, 오락 기타 노인의 복지에 필요한 편의를 제공하는 것을 목적으로 하고 있다. 이는 지역 노인들의 복지 욕구에 대응하여 종합적인 노인복지 서비스를 제공함으로써 지역사회 노인 문제를 해결하고 예방하는 역할을 수행하기 위한 시설이다[43].

노인종합복지관이 종합복지센터로서의 기능과 역할을 수행하기 위해 기본적으로 제공해야 할 사업으로는 평생교육 지원사업, 취미여가 지원사업, 고용 지원사업, 기능회복 지원사업, 정서생활 지원사업, 사회참여 지원사업, 선택사업 등이 있다. 선택사업은 기본사업 이외의 사업으로 지역 또는 노인복지관의 특성을 반영하여 개발·추진이 가능한 사업이다. 건강생활 지원사업(기능회복 지원사업 제외), 주거지원 사업, 소득지원 사업, 가족기능 지원사업, 가족통합 지원사업, 지역자원 개발사업, 지역복지 연계사업, 노인 권익증진사업 등이다[44].

3. 연구방법

3.1 연구문제

노인의 여가 활동 중 노인종합복지관 프로그램 참가 활동과 이용만족도가 노인의 우울정서와 심리적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 노인의 노인종합복지관 프로그램 이용 현황은 어떠한가?

둘째, 노인의 일반적 특성에 따른 우울정서 및 안녕감은 차이가 있는가?

셋째, 노인의 종합복지관 프로그램 이용 만족은 우울정서 및 안녕감에 영향을 미치는가?

넷째, 프로그램의 이용만족과 우울정서의 사이에서 안녕감은 매개효과가 있는가?

3.2 연구대상

노인의 여가활동을 측정하기 위해 2014년 2월 1일부터 15일까지 서울 지역의 노인종합복지관 중 2개를 선택하여 노인 종합복지관의 여가 프로그램에 참가 중인 65세 이상의 노인들을 대상으로 하여 설문을 배포하고 취

지를 설명한 후 동의를 얻어 수집한 자료를 분석에 활용하였다. 총 128명이 설문에 응답하였고, 성별분포는 남자가 42명(32.8%), 여자가 86명(67.2%)으로 여자가 많았고, 연령은 65-70세, 71-75세가 각각 39명(30.5%)로 많았고 85세 이상도 5명(12.5%)이나 되었다. 결혼상태는 동거중인 노인이 53명(41.4%)로 가장 많았고 사별이 51명(39.8%)으로 뒤를 이었다. 학력 분포는 고등학교 졸업이 33명(34.4%)으로 가장 많았고 무학이 10명(7.8%)으로 가장 적었다[Table 1].

[Table 1] Demographic characteristics of the sample

Division		Persons n=128	Ratio(%)
Gender	Male	42	32.8
	Female	86	67.2
Age	65-70	39	30.5
	71-75	39	30.5
	76-80	29	22.7
	81-85	16	12.5
	85 over	5	3.9
Family Type	Attached	53	41.4
	Bereavement	51	39.8
	Children	15	11.7
	Single	1	.8
	Divorce	5	3.9
Educati onal grade	No answer	3	2.3
	Uneducated	10	7.8
	Elementry	25	19.5
	Middle school	33	25.8
	High school	44	34.4
	University over	16	12.5

3.3 측정도구와 분석방법

본 연구를 위해 구조화된 설문지를 활용하였고, 노인의 우울감 측정을 위해서는 한국형 노인우울척도(Geriatric Depression Scale Korea)를 사용하였다. 이것은 1980년대 초반에 Sheikh와 Yesavage 등이 개발한 노인 우울검사(Geriatric from Geriatric Depression Scale)를 정인과 등이 표준화한 것이다[45, 46]. 우울감의 하위요인은 무력감, 근심, 걱정·초조감, 불행감, 인지적 저하·활동 감소로 구성되어 있다. 본 척도의 표준화 당시 Cronbach 계수는 .88이었으나 본 연구에서는 .862로 나타났다. 또한 심리적 안녕감의 측정을 위해서는 Ryff와 Keyes가 개발한 척도를 김명소, 김혜원, 차경호가 번안하고 양희연이 사용한 것을 활용하였다[36,33,29]. 하위요인으로는 자이수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환에 대한 통제, 삶의 목적, 개인적 성장으로 이루어져 있다. 본 연구에서 신뢰도는 .854로 나타났다.

4. 종합복지관 프로그램 이용현황

4.1 노인종합복지관 이용현황

노인종합복지관을 이용 중인 노인의 이용실태를 파악하기 위해 복지관까지의 거리, 교통수단, 복지관을 이용하는 이유, 이용 정도, 복지관 활용 내용, 현재 복지관 활용 만족도, 노후생활에 도움이 되는 정도로 나누어 설문을 진행하였다.

복지관과의 거리는 30분 이내가 42명(32.8%)으로 가장 많았으며 20분 이내가 40명(31.3%)으로 뒤를 이었고 1시간 이상이나 걸려 이동하는 노인도 3명(2.3%)나 되었다. 교통수단으로는 52명(40.6%)으로 지하철이 가장 많았고 도보이용이 43명(33.6%)로 두 번째로 많았다. 복지관 프로그램 이용 이유로는 친구를 사귀기 위해서가 47명(36.7%)으로 가장 많았고, 건강을 위해서가 28명(21.9%)로 뒤를 이었다. 주변에 있어서 이용하다는 응답도 6명(4.7%)나 되었다. 이용정도에 대해서 문의한 결과 매일 이용한다는 응답이 61명(47.7%)로 가장 많았고, 주3회가 33명(25.8%)으로 그 다음으로 나타났다.

복지관 주요 활동으로는 취미생활이 54명(42.2%)으로 가장 많았고, 그 다음으로는 봉사활동이 34명(26.6%)이었다. 다음으로 복지관 이용만족도에 대해서는 매우만족이 71명(55.5%)로 가장 많았으며 그저 그렇다는 응답이 22명(17.2%)였고, 매우불만족인 응답도 13명(10.2%)나 되었다.

끝으로 복지관 활동이 노후생활에 어떤 도움이 되는가에 대해서는 취미생활에 보람을 느낀다는 응답이 53명(41.4%)으로 가장 많았고, 여가생활에 보람이 된다는 응답이 49명(38.3), 별로 도움이 안된다거나 잘 모르겠다는 응답이 각각 4명(3.1%), 5명(3.9%)이나 있었다[Table 2].

[Table 2] Senior welfare center usage

Division		Persons n=128	Ratio(%)
Distance	10 mites	22	17.2
	20 miutes	40	31.3
	30 minutes	42	32.8
	1 hour	21	2.3
	1 hour or more	3	2.3
Transportation	Car	3	2.3
	Bus	7	5.5
	Subway	52	40.6
	Shuttle Bus	23	18.0
	Walk	43	33.6
Why Use	Friend	47	36.7
	Use of time	24	18.8

	Activity	23	18.0
	Health	28	21.9
	nearby home	6	4.7
	Daily	61	47.7
Usage	Once in two days	11	8.6
	Once a week	11	8.6
	Twice a week	12	9.4
	Three times a week	33	25.8
	Hobby	54	42.2
Activity	Friendship	14	10.9
	Culture	12	9.4
	Service	34	26.6
	Education	11	8.6
	No answer	3	2.3
	Very dissatisfied	13	10.2
Satisfaction	Dissatisfaction	4	3.1
	Usually	22	17.2
	Some satisfied	18	14.1
	Very satisfied	71	55.5
	hamonious family	17	13.3
Value	rewardin hobby	53	41.4
	help leisure	49	38.3
	no helpful	4	3.1
	do not know	5	3.9

4.2 노인종합복지관 프로그램 만족도

노인종합복지관 프로그램 만족도에 대한 세부 내용을 확인하기 위해 교양프로그램, 건강증진프로그램, 체육프로그램, 어학프로그램, 서예프로그램, 정보화프로그램, 특별활동 프로그램으로 나누어 만족도를 조사하였다.

교양프로그램에는 한자교실, 한글교실, 노래교실, 민요교실로 나누어 설문하였으나 민요교실은 개설된 프로그램이 없었고, 한글교실, 한자교실, 노래교실 중 만족도가 높은 프로그램은 노래교실로 매우만족 43명(33.6%), 만족 63명(49.2%)으로 82.8%가 만족감을 나타냈다[Table 3].

[Table 3] Educational programs Satisfaction
n=128, f(%)

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
Chinese	9(7.0)	28(21.9)	88(68.8)	3(2.3)	0
Hangul	5(3.9)	43(33.6)	77(60.2)	3(2.3)	0
Sing-Along	43(33.6)	63(49.2)	19(14.8)	2(1.6)	1(.8)
Folk song	No program				

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

건강증진프로그램에는 단전호흡, 요가교실, 건강체조가 있었고 전체 프로그램 모두 대체로 만족도가 높은 편으로 나타났다. 건강체조는 매우만족이 73명(57.0%), 만족이 48명(37.5%)로 나타났고, 단전호흡도 매우만족 61명(47.7%), 만족 61명(47.7%)으로 각각 만족도가 95.3%로 나타났다[Table 4].

[Table 4] Health promotion satisfaction
n=128, f(%)

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
breathing	61(47.7)	61(47.7)	5(3.9)	1(.8)	0
Yoga	58(45.3)	61(47.7)	9(7.0)	0	0
exersises *	73(57.0)	48(37.5)	6(4.7)	0	0

* no answer 1 persons

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

체육프로그램에는 한국무용, 포크댄스, 스포츠댄스로 구성되어 있었고 만족도는 포크댄스, 스포츠댄스, 한국무용 순이었다. 구체적으로 살펴보면 포크댄스는 매우만족 36명(28.1%), 만족 75명(58.6%)으로 전체 만족이 86.7%로 나타났고, 스포츠댄스는 매우만족 40명(31.3%), 만족 69명(53.9%)로 전체 만족도는 85.8%로 포크댄스와 비슷한 만족도를 보여주었다[Table 5].

[Table 5] Athletic programs satisfaction
n=128, f(%)

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
Korea dance*	7(5.5)	17(13.3)	22(17.2)	0	0
Folk dance	36(28.1)	75(58.6)	14(10.9)	3(2.3)	0
Sports dance**	40(31.3)	69(53.9)	15(11.7)	3(2.3)	0

* No answer 82(64.1%): No one center program

** No answer 1 person

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

어학프로그램은 일본어, 중국어, 영어회화로 구성되어 있었고, 영어(78.1%), 중국어(77.3%), 일본어(75%) 순으로 만족도가 높았다[Table 6].

[Table 6] Language program satisfaction
n=128, f(%)

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
Japanese	14(10.0)	82(64.1)	30(23.4)	2(1.6)	0
Chinese	42(32.8)	57(44.5)	26(20.3)	3(2.3)	0
English	31(24.2)	69(53.9)	24(18.8)	4(3.1)	0

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

서예프로그램은 한글서예, 한문서예, 사군자교실로 설문하였으나 사군자교실은 개설된 프로그램이 없었고, 만족도는 한문서예가 44.5%, 한글서예가 23.4%였다[Table 7].

[Table 7] Calligraphy program satisfaction

$n=128, f(\%)$

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
Hangul Calligraphy	4(3.1)	26(20.3)	94(73.4)	2(1.6)	2(1.6)
Chinese Calligraphy	7(5.5)	50(39.1)	66(51.6)	3(2.3)	2(1.6)
Sagunja	No program				

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

정보화프로그램은 컴퓨터기초반, 컴퓨터활용반, 인터넷기초반이 개설되어 있었는데 컴퓨터기초반(89.1%), 컴퓨터활용반(86.7%), 인터넷기초반(73.4%) 순으로 만족도가 나타났다[Table 8].

[Table 8] Computerization program satisfaction

$n=128, f(\%)$

Division	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)
Computer Basics	49(38.3)	65(50.8)	13(10.2)	0	1(.8)
Computer Applications	36(28.1)	75(58.6)	15(11.7)	2(1.6)	0
Internet Basics	18(14.1)	76(59.4)	32(25.0)	1(.8)	1(.8)

(a) very satisfied (b) satisfied (c) neither satisfied nor dissatisfied (d)dissatisfied (e) very dissatisfied

특별활동 프로그램에는 바둑장기, 합창동아리, 탁구동아리, 사물놀이동아리로 나누어 질문하였으나 두 기관 모두 개설된 프로그램이 없었다.

5. 노인의 복지관 프로그램 참여와 정서감의 관계

5.1 일반적 특성에 따른 우울정서와 심리적 안녕감의 차이

5.1.1 일반적 특성에 따른 우울정서의 차이

성별, 연령, 결혼상태, 학력에 따른 우울정서의 차이를 알아보기 위해 t -test 및 ANOVA분석을 실시하였다. 먼저 성별에 따른 t -test 결과 우울정서감의 차이는 나타나지 않았다. 우울정서의 하위요인인 무력감, 근심, 걱정, 초조감, 불행감, 인지적 지하 및 활동감소에서도 성별에 따른 차이는 나타나지 않았다.

다음으로 연령에 따른 우울정서의 차이를 살펴보았다.

연령에 따라서는 전체 우울정서감의 차이는 나타나지 않았고, 다만, 하위요인인 근심, 걱정, 초조감에서 유의한 차이가 나타났다. $F(4, 123)=3.463, p=.010(p<.05)$. 사후분석 결과 65-70세($M=3.27$)와 71-75세($M=2.81$) 사이에 유의한 평균의 차이(.45)가 있었으나 집단 차이는 크지 않아 동일한 집단으로 판명되었다. 이러한 차이는 60대에서 70대로 넘어가는 과도기에 노인의 심리적, 신체적 특성으로 인한 결과라고 볼 수 있을 것이다.

학력에 따른 우울정서에서도 유의한 차이($F=3.768, p=.006$)가 나타났는데, 사후분석 결과 초등학교 졸업($M=2.85$)과 대학졸업 집단($M=3.37$)에 유의한 차이가 있었다. 평균값을 보면 초등학교 졸업($M=3.06$) 보다 대학졸업 이상($M=3.60$)이 더 높은 것으로 나타났다. 세부적으로는 하위요인 중 무력감($F=3.318, p=.013$)과 근심, 걱정, 초조감($F=2.762, p=.031$)에서 유의한 차이가 나타났다. 사후분석 결과 무력감에서는 대학졸업 이상($M=3.61$)이 초등학교 졸업($M=3.06$)보다 높은 것으로 나타났고, 우울, 근심, 초조에서는 집단별 크기의 차이가 크지 않아 동일한 집단으로 나타났다. 학력에 따른 우울정서의 차이에서 고학력일수록 무력감이 높다는 것은 무력감이 인지적 능력과 관련이 높다는 것을 시사해 준다. 현재 비슷한 노년기의 상황이라고 할지라도 과거 자신의 형편에 비추어 무력감의 정도를 지각하는 것이라고 할 수 있다. 한편, 결혼상태에 따른 우울감의 차이는 나타나지 않았다.

5.1.2 일반적 특성에 따른 심리적 안녕감의 차이

성별, 연령, 결혼상태, 학력에 따른 심리적 안녕감의 차이를 알아보기 위해 t -test 및 ANOVA분석을 실시하였다. 결과는 다음과 같다. 성별, 연령, 결혼상태에 따라서는 심리적안녕감의 차이는 나타나지 않았고, 학력에 따라서는 유의한 차이가 나타났다($F=4.798, p=.001$). 하위요인 별로 보면 자아수용($F=4.860, p=.001$), 환경지배력($F=2.488, p=.047$), 삶의 목적($F=4.977, p=.001$), 개인적 성장($F=3.465, p=.010$)에서 차이가 나타났고, 긍정적 대인관계($F=2.251, p=.068$)와 자율성($F=1.491, p=.209$)에서는 차이가 나타나지 않았다. 이와 같은 결과는 심리적 안녕감의 요소인 정서적 요소가 인지적 요소의 영향을 받았다고 볼 수 있을 것이다. 집단 간에 유의한 차이를 보기 위해 사후검정을 실시한 결과 안녕감 전체에서는 대학졸업 이상($M=3.26$)이 무학($M=2.88$) 보다 높은 것으로 나타났고, 하위요인별로 보면, 자아수용에서는 대학 졸업

($M=3.42$)이 초등학교 졸업($M=2.74$) 보다 높고, 삶의 목적에서는 대학졸업($M=3.30$)이 무학($M=2.75$) 보다, 개인 성장에서는 고등학교 졸업($M=3.17$)이 무학($M=2.73$) 보다 높은 것으로 나타났고, 나머지 요인에서는 사후검정에서 집단 간에 유의미한 크기의 차이가 나타나지 않았다. 학력에 따른 심리적 안녕감의 차이에서 보면 고학력일수록 평균이 높게 나타났음을 알 수 있는데 이것은 학력이 높을수록 자신의 정서나 감정을 더 잘 이해하고 있음을 의미한다고 볼 수 있을 것이다.

5.2 프로그램 이용 만족도가 우울정서와 심리적 안녕감에 미치는 영향

5.2.1 프로그램 이용 만족도가 우울정서에 미치는 영향

프로그램 이용만족도가 우울정서에 미치는 영향을 살펴본 결과 프로그램 이용만족도는 우울정서에 부의 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=-2.605, p=.010, p<.05$). 이것은 프로그램 참여와 이에 대한 이용 만족도가 우울정서에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 의미한다[Table 9].

[Table 9] Influence for depression by participation satisfaction

independent variable*	B	SE	β	t	p	Tol	VIF
(Constant)	3.179	.139		29.836	.000		
satisfaction	.086	.033	-.226	-2.605	.010	1.000	1.000

R=.226, $R^2=.051, \Delta R^2=.044, F(1, 126)=6.785, p=.010, \text{Dubin-Watson}=1.988$

*dependent variable: emotional depression

독립변수인 만족도와 종속변수인 우울감의 상관관계는 .226이며 설명력은 5.1%로 나타났다. 회귀모형의 F 값은 $p=.010(p<.05)$ 에서 6.785의 값을 보여주고 있으며 Dubin-Watson 값은 1.988으로 그 수치가 기준값인 2에 가깝고 0 또는 4에 가깝지 않으므로 잔차간에 상관관계가 없어 회귀모형은 적합한 것으로 나타났다.

5.2.2 프로그램 이용 만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향

프로그램 이용 만족도가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 결과 프로그램 이용 만족도는 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다($t=2.315, p=.022, p<.05$)[Table 10].

[Table 10] Influence for psychological well-being by participation satisfaction

independent variable*	B	SE	β	t	p	Tol	VIF
(constant)	2.880	.096		30.154	.000		
satisfaction	.052	.023	.202	2.315	.022	1.000	1.000

R=.202, $R^2=.041, \Delta R^2=.033, F(1, 126)=5.359, p=.022, \text{Dubin-Watson}=2.125$

*dependent variable: Psychological wellbeing

독립변수인 프로그램 이용 만족도와 종속변수인 심리적 안녕감의 상관관계는 .20로 나타났고, 설명력은 2.3%로 나타났다. 회귀모형의 F 값은 $p=.022(p<.05)$ 에서 5.359의 값을 보여주고 있으며 Dubin-Watson 값도 2.125로 그 수치가 기준값인 2에 가깝고 0 또는 4에 가깝지 않으므로 잔차들 간에 상관관계가 없어 적합한 회귀모형이라고 볼 수 있다.

5.2.3 프로그램 이용 만족도가 우울정서에 미치는 영향관계에서 심리적안녕감의 매개효과

프로그램 이용 만족도에 따른 우울정서와 심리적 안녕감에 미치는 영향은 t 값이 각각 -2.605와 2.315로 우울정서에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 심리적 안녕감은 우울정서에 $t=-5.465, p=.000(p<.001)$ 수준에서 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이것은 심리적 안녕감이 높아질수록 우울정서가 낮아진다는 것을 의미한다. 우울정서는 심리적 안녕감에 따라 영향을 받으며 프로그램 이용에 따른 만족도에 따라서도 영향을 받았다. 다만 심리적 안녕감은 프로그램만족도와 우울정서의 사이에서 간접효과는 나타나지 않았다. 따라서 심리적 안녕감은 프로그램만족도와 우울정서의 영향관계에서 매개효과는 없다고 볼 수 있다[Table 11].

[Table 11] Indirect effect of psychological well-being between participation satisfaction and depression

independent variable*	B	SE	β	t	p	Tol	VIF
(constant)	4.904	.365		13.427	.000		
psychological wellbeing	-.599	.119	-.409	-5.040	.000	.959	1.043
satisfaction	-.054	.031	-.143	-1.769	.079	.959	1.043

R=.460, $R^2=.211, \Delta R^2=.199, F(2, 125)=16.749, p=.000, \text{Dubin-Watson}=2.042$

*dependent variable: emotional depression

6. 논의 및 결론

서울지역 노인들의 종합복지관 프로그램 참여 현황과 일반적 특성에 따른 우울정서 및 심리적 안녕감의 차이 및 이용만족이 우울정서 및 심리적 안녕감에 미치는 영향을 알아 본 결과는 다음과 같다.

노인들이 이용하는 복지관과의 거리는 30분 이내가 가장 많았으며, 이동수단으로는 지하철이 가장 많았다. 종합복지관의 특성상 일반적으로 지역 단위로 설치되어 있기 때문에 주택에서 떨어져 있는 경우가 많다. 복지관을 찾을 때 교통수단으로 버스에 비해 지하철을 많이 이용하는 까닭은 요금혜택과 엘리베이터 등 편의시설이 노인이 이용하기에 좀 더 수월하기 때문으로 보인다. 버스의 경우에는 높이가 높아 불편한 점이 있고 자주 흔들리기 때문에 노인이 이용하기에는 용이하지 않아 보인다.

복지관을 이용하는 이유로는 친구를 사귀기 위해서가 가장 많았고, 이용정도에 대해서는 매일 이용한다는 응답이 가장 많았다. 복지관 활용이 노후생활에 보탬이 되는지에 대한 질문에 대해서는 취미생활에 보탬을 느낀다는 응답이 가장 많았고, 잘 모르겠다거나 별로 도움이 안 된다는 응답도 있었다. 복지관 활용에 대한 만족도를 묻는 결과 대부분의 이용자가 만족한다고 응답하였다. 노인 문제 중 고독문제를 빼 놓을 수 없다. 경제력과 신체적 활동성이 떨어지고 홀로 사는 독거 노인이 많아짐에 따라 노인의 정서와 안녕감이 중요한 요소가 되었다. 복지관 프로그램을 통해 사회적 관계를 확대하고 취미나 봉사활동을 통해 정서를 나누는 것은 매우 바람직한 것으로 보인다.

노인종합복지관 프로그램에 대한 분야별 만족도에 대한 결과는 다음과 같다. 교양 프로그램 중에서는 노래교실이 단연 만족도가 높았으며, 건강증진 프로그램에서는 건강체조 프로그램이, 체육 프로그램에서는 스포츠 댄스가, 어학 프로그램에서는 중국어가, 서예 프로그램에서는 한문서예가, 정보화 프로그램에서는 컴퓨터기초가 만족도가 높은 것으로 나타났다. 다만 서예 프로그램은 기관에 따라 실시하지 않는 곳도 있었다. 위와 같이 복지관 프로그램을 이용하는 노인들의 프로그램에 대한 만족도를 보면 흥미와 건강 프로그램에 대한 욕구와 만족이 높음을 알 수 있었다. 이것은 노인들이 지식의 습득을 위한 프로그램 보다는 자신의 건강과 관련하여 친목과 신체적 활동에 더 몰입한다는 것을 의미한다. 여러 가지 프로그

램을 골고루 개설하여 운영하는 것도 좋지만 노인의 입장에서 볼 때는 더 관심있고 유익하며 쉽게 접근할 수 있는 가벼운 프로그램이 더 많이 개발되어야 한다는 뜻이기도 하다.

다음으로 성별, 연령, 결혼상태, 학력 등 인구통계학적 특성에 따른 노인의 우울정서와 심리적 안녕감의 차이를 알아보았다. 연구결과 우울정서는 성별과 결혼상태에 따라서는 차이가 나타나지 않았고, 연령과 학력에 따라서는 우울감에 차이가 있었다. 심리적 안녕감은 학력에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 위의 결과에서 보듯이 연령에 따라 교육수준에 따라 우울감과 안녕감의 차이가 나타난다는 것은 사람들이 사물이나 자신의 내면을 관찰할 때 지각하는 정도가 인지적 수준과 상관이 있다는 것을 뜻한다. 특히 우울정서 중 무력감은 고학력자일수록 높게 나타났는데 자신의 과거의 모습과 대비해서 보아 현재의 자기 모습에 대한 불만족이 일부 바탕에 깔려 있다고 볼 수 있을 것이다. 안녕감의 하위요인인 자아수용과 삶의 목적에서도 무학이나 초등학교 졸업자 보다는 고학력자의 평균이 높게 나타났는데 이에 대해서는 우울감과 비교하여 좀 더 깊은 연구가 필요하다고 본다.

다음으로 복지관프로그램 이용 만족도가 노인의 우울감과 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 연구결과 노인의 복지관프로그램 이용 만족도와 우울 및 안녕감의 사이에는 상관이 있으며 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 이용만족감이 높을수록 우울정서는 낮아지고 안녕감은 높아졌다. 이것은 노인종합복지관 프로그램이 노인의 우울정서와 안녕감에 긍정적인 역할을 하고 있다는 것을 뜻한다. 또한 각각의 프로그램에 대한 만족도의 크기가 우울과 안녕감에 미치는 영향도 유의한 것으로 나타났으나 본 논문에서는 세부적인 영향력은 밝히지 못하였다. 이 부분에 대한 좀 더 정밀한 연구가 필요할 것으로 보인다.

한편, 프로그램 만족도와 우울정서감의 사이에 심리적 안녕감이 매개역할을 할 것이라는 가정은 부정되었다. 매개변수인 심리적 안녕감은 우울정서에 영향을 미치고 있었으나 독립변수인 만족도와 함께 측정된 영향관계에서는 우울정서에 통계적으로 유의한 영향을 미치고 있지 않았다.

연구 결과, 표본의 다양성을 충분히 만족시키지 못하였고, 노인의 정서에 대한 더 많은 변수들을 고려하지 못했다는 제한점에도 불구하고 노인종합복지관의 프로그

램은 노인의 여가활동에 있어서 신체적, 심리적, 사회적 으로 긍정적인 기여를 하고 있음을 알 수 있었다. 다만 현재로서는 프로그램 내용에 있어서 지역적 특성이나 좀 더 개인화된 서비스보다는 일반화된 프로그램이 대부분 이어서 앞으로는 지역특성과 노인들의 욕구를 충실히 반영한 각 복지관마다 특화된 프로그램들이 더 많이 개발 되고 보급되어야 할 필요가 있다고 본다. 아무쪼록 본 논문이 노인의 행복한 여가생활과 안녕에 대한 단초가 되기를 기대한다.

References

- [1] D. K. Kim, E. M. Kim, *Aging in Society*, Seoul, Hakjisa, 2010
- [2] Statistics Korea, “2012 Statistics for elderly persons”, Press release(Sep. 27, 2012.), Daejeon, Author, 2012a.
- [3] Statistics Korea, “2012 Population and Housing Census”, Daejeon, Author, 2012b
- [4] J. D. Geoun, *Theory of the elderly*, Seoul: Hakjisa, 2008.
- [5] Welfare of the Aged ACT, Act No. 9964, Jan. 25, 2010.
- [6] National Basic Living Security ACT, Act No. 11248, Feb. 1, 2012.
- [7] National Pension ACT, Act No. 10339, Jun. 4, 2010.
- [8] J. S. Jo, “A Study of providing activation of elderly leisure in aging society”, Doctoral dissertation, Sangmyoung University, 2005.
- [9] G. J. Jang, “A Study on the Effects of Senior Citizen With a Focus on Programs For Leisure Satisfaction and Life Satisfaction”, Doctoral dissertation, Seoul Venture University, 2010.
- [10] G. I. Ahn, “The Relationship between Leisure Activities, Leisure Satisfaction and Successful Aging among the Aged”, Doctoral dissertation, Kyounggi University, 2009.
- [11] S. H. Byun, *Guide of couples counseling on the bible*, Goyang: MTM Media, 2005.
- [12] S. J. Jeon, “Effect that old man's billiards activity participation gets in social support, mind health and life satisfaction”, Doctoral dissertation, Suwon University, 2009.
- [13] 15) Statistics Korea, “2012 Population and Housing Census”, Daejeon, Author, 2012b.
- [14] M. H. Kim, *Welfare Service for the Elderly*, Seoul: Dongin Press, 2002.
- [15] J. S. Yang, “Aging society, the function of the church about elder issues”, master’s thesis, Seoul Bible Graduate School of Theology, 2010.
- [16] Statistics Korea, “2012 Cause of Death Statistics”, Press release(Sep. 9, 2013.), Daejeon, Author, 2013
- [17] Ministry of Health & Welfare, “2013 Status of Elderly welfare facilities”, Seoul, Author, 2013.
- [18] S. N. Choi, *Modern Elderly Welfare*, Seoul: Bubmoonsa Press, 2005.
- [19] C. S. Park, *Korean Elderly Welfare Theory*, Seoul: Hakjisa, 2005.
- [20] E. H. Kim, “The Impact of Job Supportion Program on Depression and Independence”, Doctorial dissertation, Kookmin Univrsity, 2010.
- [21] J. E. Birren, K. W. Schaie, (Eds.), *Handbook of the psychology of aging*, New York: Van Nostrand Reinhold, 1977.
- [22] G. D. Cohen, “Psychopathology and mental health in the mature and elderly adult”, In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging*. San Diego, CA: Academic Press, pp. 359-371, 1990.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-101280-9.50028-0>
- [23] A. R. Eom, “A Study of the Influencing Fators on Depression in the Elderly Women Living Alone: Focusing on the Buffering Effect of Social Suppret”, master’s thesis, The Graduate School of University of Seoul, 2010.
- [24] A. Yohannes, M. Connolly, “Gender Differences in Prevalence of Depression in Elderly Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease”, *Age and Ageing*, Vol.30, No.4, pp. 74-76, 2001.
- [25] M. Pinquart, S. Soerensen, “Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A mata-analysis”, *Journal of Gerontology*, Vol.56B, No.4, pp. 195-213, 2001.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/56.4.P195>
- [26] C. E. Ross, J. Mirowsky, “Neighborhood disadvantage, disorder and health”, *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.42(Sep), pp. 258-276, 2001.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/3090214>
- [27] H. J. Lee, S. K. Kang, J. Y. Lee, “The Effects of Socioeconomic Position and Health Behavior on Geriatric Depressive Symptom”, *Journal of the Korea Gerontological Society*, Vol.28, No.4, pp. 1225-1356, 2008.
- [28] C. S. Jeon, “The Research about the Psychosocial Factors of Hypochondria of the Aged”, master’s thesis, Sangji University, 2009.
- [29] H. Y. Yang, “Effects of Mindfulness Yoga and Yoga Nidra on Mindfulness, Concentration, Perceived Stress and Psychological Well-being”, Doctorial dissertation, Seoul University of Buddhidm, 2012.

- [30] L. M. Keyes, Corey and S. J. Lopez, "Toward a Science of Mental Health: Positive Directions in Diagnosis and Interventions", pp. 42-59 in *The Handbook of Positive Psychology*, C. R. Snyder, S. J. Lopez, (ed.), New York: Oxford University Press, 2002.
- [31] E. Diener, "Subjective Well-being", *Psychological Bulletin*, Vol.95, No.3, pp. 542-575, 1984.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- [32] C. D. Ryff, C. L. Keyes, "The structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.69, No.4, pp. 719-27, 1995.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- [33] M. S. Kim, H. W. Kim, and K. H. Cha, "Analyses on the Construct of Psychological Well - Being (PWB) of Korean Male and Female Adults", *Korean Psychological Journal of Social and Personality*, Vol.15, No.2, pp. 19-39, 2001.
- [34] E. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, and H. L. Smith, "Subjective Well-Being: Three Decades of progress", *Psychological Bulletin*, Vol.125, No.2, pp. 276-302, 1999.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- [35] E. Diener, R. Lucas, (in press). "Personality and subjective well-being". In D. Kahneman, E. N. Diener, N. Schwarz, (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell-Sage Foundation, 1999.
- [36] C. D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.57, No.6, pp. 1069-1081, 1989.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- [37] B. Y. Koo, "The characteristics of lonely persons in interpersonal relations", Doctorial dissertation, Hanyang University, 1992.
- [38] S. Y. Han, H. P. Lee, "The Relationship Between Perceived Alienation and Individualistic Collectivistic Tendency", *Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues*, Vol.2, No1, pp. 113-129, 1995.
- [39] M. J. Kim, K. B. Kim, "Influencing of Psychological Well-Being for the Middle Aged Adults and Elderly", *Journal of East-West Nursing Reseach*, Vol.19, No.2, pp. 150-158, 2013.
DOI: <http://dx.doi.org/10.14370/jewnr.2013.19.2.150>
- [40] E. A. Park, "Communication, decision-making participation, and family life satisfaction among husbands and wives in elderly couple households", Doctorial dissertation, Sookmyung Wemen's University, 2003.
- [41] J. S. Heo, "Psychological Well-being as a Function of Exercise Participation and Subjective Health Evaluation in the Elderly", *Content Analysis of Korean Journal of Sport Psychology*, Vol.14, No.2, pp. 111-127, 2003.
- [42] K. S. Lim, "Effect of Life Respect Program for the Elderly on Depression and Suicidal Ideation of elderly", Doctorial dissertation, Graduate School of Daegue Hanny University, 2010.
- [43] I. K. Choi, "A study on life satisfaction according to the old's leisure activity type", Doctorial dissertation, Kukje Theological University and Seminary, 2008.
- [44] Enforcement Rule of Welfare of the Aged ACT, Article 26, Paragraph 2.
- [45] J. I. Sheikh, J. A. Yesavage, "Geriatric Depression Scale (GDS): Recent evidence and development of a shorter version". In T. L. Brink, *Clinical Gerontology: a guide to assessment and intervention* (pp. 165-173). New York: The Harwoth Press, 1986.
- [46] I. K. Jung, D. I. Kwak, D. K. Shin, M. S. Lee, H. S. Lee, and J. Y. Kim, "A Reliability and Validity Study of Geriatric Depression Scale", *Korean Neuropsychiatr Assoc*, Vol.36, No.1, pp. 103-112, 1997.

변 상 해(Sang-Hae Byun)

[정회원]



- 2007년 8월 : 백석대학교 가족상담전공 상담학박사
- 2006년 9월 ~ 현재 : 서울벤처대학원대학교 사회복지상담학과 교수

<관심분야>
사회과학, 사회복지

이 의 용(U i- Yong- Lee)

[정회원]



- 1984년 2월 : 조선대학교 경영학과(경영학 학사)
- 2011년 2월 : 대전대학교 경영행정. 사회복지 대학원(사회복지학 석사)
- 2014년 2월 : 서울벤처대학원 사회복지상담학과(박사과정 수료)

<관심분야>
사회과학, 사회복지