

성공적 노화에 대한 중장년층의 요구분석*

이선주* (이마트) · 현영섭** (경북대)

■ 요약 ■

본 연구의 목적은 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구를 실증적으로 분석하는 것이었다. 연구목적 달성을 위해 이론적 검토를 토대로 성공적 노화에 대한 요구조사 설문지를 구성하였다. 그리고 40~65세 사이의 중장년층 203명의 설문자료를 수집·분석하였다. 수집된 자료를 활용하여 성공적 노화의 6개 구성요소와 구성요소별 문항에 대한 요구분석을 실시하였다. 분석결과를 다음과 같다. 첫째, 성공적 노화의 구성요소 중 자기완성 지향, 자기 만족, 자기수용이 최우선순위 또는 차우선순위 요구사항이었다. 둘째, 6개의 성공적 노화 구성요소별로 1개 이상의 최우선순위 또는 차우선순위 요구사항이 존재하였다. 문항 중 자율적 삶에서 건강에 대한 습관 조정, 타인수용에서 부정적 내용에 대한 수용, 젊은 세대에 대한 수용이 최우선순위였다. 이상의 분석결과에 대한 논의와 시사점을 제시하였다.

[주제어] 성공적 노화, 중장년층, 요구분석

* 이 논문은 이선주의 석사학위논문을 일부 요약·수정한 것임.

** 제1저자, 이마트 문화센터 대리, 071212@emart.com

*** 교신저자, 경북대학교 교육학과 교수, yshyune@knu.ac.kr

I. 서론

한국은 2050년에 일본, 이탈리아 등 대표적인 고령국을 제치고 전 세계에서 고령화율이 가장 높은 최고령국(37.3%)이 될 것으로 예측된다(진미정, 변주수, 권순범, 2013). 이를 뒷받침하듯이 한국은 고령층으로 진입할 중장년층의 비율이 높다. 통계청(2018)에 따르면, 만 40~64세의 중장년층 인구는 전체 인구의 39.7%로 가장 높은 비율을 차지하고 있다. 또한 그 비율은 매년 0.8% 씩 증가하고 있다. 이런 한국의 상황은 이미 고령층으로 진입을 시작한 중장년층에게 고령층 진입을 위한 준비가 필요하다는 점을 의미하였다(김인엽, 김종욱, 송기민, 2017).

고령화와 고령사회에 대한 관심이 커지면서, 국내에서도 사회적·학술적 관심은 단순히 오래 사는 것이 아니라 ‘행복한 노년’을 어떻게 달성할 수 있는가?로 집중되고 있다. 한국보다 먼저 고령화를 경험한 해외에서는 1980년대 중반부터 ‘성공적 노화’에 대한 논의를 확대하였다. 이런 논의에서 성공적 노화는 노년의 삶을 행복하고 건강하게 살 수 있도록 안내할 필요가 있다는 인식에서 출발한 개념이었다(Conway, 1989). 더불어 성공적 노화는 고령층뿐만 아니라 고령시기를 준비해야 하는 중장년층에게도 중요한 이슈로서 평가되고 있다(조명희, 2014).

실제로 노년을 준비해야하는 중장년층은 성공적 노화를 위해 무엇을 어떻게 준비해야 하는지를 고민하고 있다. 이런 고민은 성공적 노화와 관련된 다양한 교육에 대한 관심과 요구로 연결되었다(김인엽, 김종욱, 송기민, 2017). 이런 경향을 반영하여 중장년층의 요구를 파악하고 다양한 영역에 적용하기 위한 요구분석 연구가 필요해지고 있다. 요구분석이란 현재 상태와 미래 바람직한 상태의 차이를 규명하고, 우선순위를 결정한 후 그 원인을 찾고 해결책을 제시하는 일련의 체계적 과정이다(조대연, 2006). 이런 요구분석의 특징을 중장년층의 성공적 노화에 적용한다면, 성공적 노화의 세부 요소에 대한 우선순위 구분 및 이에 따른 차별적 시사점 제공이 가능하다. 또한 중장년층이 연령구분하기는 하지만 세대구분은 아니라는 점에서, 현재는 노년층이 된 대상을 연구한 과거의 성공적 노화에 대한 연구결과와의 차이점을 파악하고 성공적 노화의 세대간 차이를 선명하게 하는 이론적 기여가 가능하다. 그럼에도 불구하고 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구분석 연구는 연구 부족은 가장 큰 한계점으로 지적되고 있다. 성공적 노화에 대한 중장년층의 요구분석 관련 국내 연구가 노출하는 한계점을 구체적으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 성공적 노화를 주제로 한 연구 중 요구분석 연구가 국내에서 부족하다는 점이었다. 즉,

성공적 노화에 관한 대부분의 연구는 성공적 노화의 영향요인 및 구성요인을 알아내기 위한 연구였다. 예를 들어, 성공적 노화의 구성요인에 관한 연구, 영향요인에 관한 연구(박영철, 2016), 심리학적 요인에 관한 연구(임광규, 2015) 등이 국내에서 보고되었다. 이 연구들이 성공적 노화의 영향 요인 등을 파악하는 데에는 기여하였으나, 성공적 노화 자체에 대한 요구나 대응 방법을 파악하는 데에는 한계가 있었다. 이런 한계점은 결국 중장년층이나 노년층이 성공적 노화의 어느 부분에 대하여 우선적으로 서비스를 필요로 하는지, 또 교육이나 복지 서비스 등으로 어떤 성공적 노화의 요소를 반영해야 하는지에 대한 답을 제공하지는 못하는 문제점을 유발하였다. 그나마 성공적 노화를 주제로 한 요구분석으로 이루어진 연구는 최근 10년간 두 편이 보고되었다. 40~50대 중등교원을 대상으로 한 윤영채(2017) 연구와 전문직 은퇴자를 대상으로 한 박상복(2010)의 연구였다. 두 연구는 중등교원과 전문직 은퇴자로 연구 대상을 한정하였다는 점에서 현재 시점에서 중장년층의 요구를 분석한 것은 아니었다.

둘째, 중장년층의 성공적 노화 연구가 많지 않다는 점도 국내 연구의 한계점이었다. 성공적 노화에 관한 국내 연구의 대부분은 노인을 대상으로 진행되었다. 이런 경향은 성공적 노화를 준비해야 하는 중장년층이 특성을 파악하지 못하게 한다는 점에서 한계점으로 평가되었다. 물론, 일부 연구(김순오, 2009; 전은희, 2011)가 중장년층을 대상으로 성공적 노화를 연구하였다. 그러나 이 연구들은 여성만을 대상으로 하여 한계가 존재하였다. 즉, 경제적 활동 참여의 차이, 한국의 성역할에 대한 인식 차이 등은 성공적 노화에서의 차이도 가져올 수 있다는 점에서 여성뿐만 아니라 남성도 중장년층의 성공적 노화에 대한 연구 대상으로 포함될 필요가 있었다.

셋째, 평생교육학 영역에서도 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구를 파악하는 연구는 발견되지 않았다. 일부 연구가 평생교육 참여 동기가 성공적 노화에 미치는 영향(전명수, 2013), 평생교육 프로그램 개발 및 만족이 성공적 노화에 미치는 영향(서명환, 2011) 등을 분석하였다. 하지만 이 연구들은 성공적 노화의 어떤 측면을 교육해야 하는지 또 어떤 측면을 가장 시급하게 요구하는지 등을 보여주지는 못하였다. 즉, 성공적 노화의 다양한 요소 중 어떤 부분에 대하여 평생 교육이나 복지 서비스를 집중해야 하는 것인지를 해소하기 위한 학술적 기반이 충분하지 못하였다. 따라서 중장년층의 성공적 노화를 효과적이고 효율적으로 지원하기 위한 평생교육 프로그램 또는 관련 정책 및 사업 기획을 위한 기초적 정보로서 요구에 대한 실증적 연구결과가 제공될 필요가 있었다.

이상의 논의를 보면, 성공적 노화의 중요성이 커짐에도 불구하고 국내 연구에서 중장년층을

대상으로 요구분석을 실증적으로 실시하고 이를 토대로 평생교육 및 유관 영역의 정책 및 사업 결정 등을 위한 기초 정보를 제공하는 연구는 매우 부족한 상황이었다. 이런 상황은 성공적 노화에 대한 중장년층의 요구를 실증적으로 파악하고 이에 대한 논의를 확대하는 것이 필요하다는 점을 시사하였다. 이에 본 연구는 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구를 실증적으로 분석하는 것을 목적으로 하였다. 연구목적을 달성하기 위해 구체적인 연구문제는 다음과 같이 설정되었다.

첫째, 중장년층의 성공적 노화에 대한 구성요인에 대한 요구는 어떠한가?

둘째, 중장년층의 성공적 노화에 대한 구성요인별 문항에 대한 요구는 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 중장년층의 연령 및 특성

중장년층은 시니어, 베이비부머, 준고령, 중년, 장년, 이모작세대, 50+, 중고령, 예비 노년층, 신노년, Active Seniors 등 여러 가지 용어로 혼용되어 사용되고 있다. 이렇듯 중장년층에 대한 연령 구분은 명확하지 않으며, 학자 또는 정부에 따라 다양하게 연령을 구분하고 있다.

예를 들어, Jüing(1933)은 중장년층은 약 40세에 시작되며, 인생의 전반에서 후반으로 바뀌는 전환점으로 보았다. Jüing의 제자인 Erikson(1976)은 40~65세로 중장년을 구분하였으며, Levinson(1978)은 인생 4계절 이론에서 중장년기를 40~60세로 구분하였다. 한편, 한국의 통계청(2018)은 중장년층을 만 40~64세로, 「고용상 연령차별금지 및 고령자고용촉진에 관한 법률 시행령」은 준고령자를 50세 이상 55세 미만으로 규정하고 있다(국가법령정보센터, 2020).

국내 연구도 중장년층의 연령 기준을 20세 이상에서 65세까지 폭넓게 사용하고 있다. 구체적으로 20세 이상(이신영, 2012; 임연옥, 윤진영, 석재은, 2013; 정병은, 이기홍, 2010), 30세부터 59세(한정란 외, 2009), 35세부터 64세(강성옥, 하규수, 2013), 40세부터 59세(이정화, 이옥순, 최인영, 2007) 등 중장년층의 연령대는 다양하였다. 한국교육학술정보원(KERIS)이 제공하는 검색엔진(www.riss.kr)을 활용하여 최근 10년 간 ‘중장년’을 주제로 발간된 45편의 논문을 분석한 결과(〈표 1〉 참조), 중장년층의 연령을 정의한 38편의 논문 중 최소 나이 40세 이상은 23편(60.5%), 최대 나이 65세 미만은 16편(42.1%)으로 나타났다.

〈표 1〉 국내 선행연구의 중장년층 연령 구분

최소 나이	빈도(백분율)	최대 나이	빈도(백분율)
30세 이상	6편(15.7%)	51세 미만	2편(5.2%)
35세 이상	2편(5.2%)	55세 미만	1편(2.6%)
40세 이상	23편(60.5%)	61세 미만	14편(36.8%)
45세 이상	5편(13.1%)	65세 미만	16편(42.1%)
50세 이상	1편(2.6%)	69세 미만	5편(13.1%)
55세 이상	1편(2.6%)		

출처: 연구자 정리.

이상에서 살펴본 바와 같이 중장년층의 연령은 연구자, 정부 부처에 따라 다양하게 정의되고 있다. 하지만 중장년층의 기준이나 정의가 연령을 기준으로 하는 것이 일반적이라는 점에서 본 연구에서도 연령을 중장년층의 정의나 구분의 기준으로 사용하고자 하였다. 그리고 선행 연구나 정부 부처의 다양한 기준을 비교하면, 공통적으로 40~50대가 포함되며, 고령층의 일반적 기준이 65세라는 점을 고려하여 고령층 이전의 연령대로 중장년층에 포함되는 것이 타당하다고 판단되었다. 이에 본 연구에서는 중장년층을 중년과 장년의 특성이 중첩된 시기로 노후준비의 필요성을 인지하는 40세부터 65세까지로 구분하였다.

40세부터 65세까지의 중장년층은 인생의 전환기와 종료기를 경험하면서 지금까지와는 다른 측면에서 자신을 돌아보고 삶의 의미를 성찰한다(현영섭, 신은경, 2019). 과거 중장년층은 아동, 청년, 노년 등에 비해 비교적 안정된 시기로서 사회적으로 주목받지 못하였으나(Lachman, 2004), 최근 중장년층의 중요성이 점차 부각되고 있다. 그 이유는 평균 수명의 연장으로 중장년기가 인생 전체에서 차지하는 기간이 길어지게 되었으며(김경신, 김정란, 2001; 이옥희, 이지연, 2012), 만혼의 영향으로 과거보다 5년 이상 양육기간이 늘어나 더 늦은 나이까지 자녀를 양육하게 됨에 따라 중장년층이 가정이나 사회에서 중요한 역할을 보다 오랜 시간 감당하게 된 것이다(정홍인, 2017). 중장년층은 일반적으로 유년기, 청년기를 거쳐 인생 전반에 대한 개방적인 수용과 자기 확대가 이루어지며, 중장년층이 지나면 발달보다는 쇠퇴가 많은 시기로 하락을 경험하게 된다. 이 시기 동안에 쇠퇴에 대한 준비 즉, 노화를 미리 준비하여야 할 것이다. 이에 따라 중장년층의 특성을 신체적, 사회적, 경제적 변화로 나누어 구체적으로 살펴보고자 한다.

첫째, 중장년기에서는 신체의 기능이 퇴화되기 시작한다. 중장년기에 대부분의 사람들이 자신이 늙어가고 있다는 신체적 변화를 깨닫는다. 중장년기에 당뇨, 고혈압, 심장병 등 만성질환

을 포함한 성인병이 발병한다. 신체적 변화 중 가장 특징적인 것은 생리적 변화이다. 생리적 변화는 갱년기 증세로 45세에서 60세경까지 지속되는 현상이며, 이 변화로 중장년층 남녀는 육체적 갱년기 증세뿐만 아니라 심리적 폐경으로 노화에 대한 두려움을 경험한다.

둘째, 사회적 변화로 중장년층은 여러 사회적 역할에서 물러나거나 새로운 역할을 부여받는다. Conway(1989)는 중장년층을 '제2의 사춘기'로서 불안한 시기이고 새롭게 형성해야 할 시기이며, 삶에 대한 재평가를 하게 되는 시기로 설명하였다. 이런 의미에서 중장년층은 노화에 수동적으로 끌려가는 존재가 아니며, 노년기와도 구분되는 사회적 특성을 갖는 생애주기이다.

셋째, 중장년층은 경제적 지위가 상승하게 되는 반면, 자녀 독립과 노부모의 의존욕구 사이에서 경제적 제공자로서 경제적 부담이 큰 시기이다. 대부분의 사람들이 중장년층에 들어서면 경제적 수입이 증가하지만, 자녀의 교육과 결혼, 노부모의 부양 등으로 인해 지출이 수입을 초과하기도 한다. 그리고 자녀교육비와 결혼자금 등으로 자산의 상당 부분을 소진하거나, 퇴직 후 창업을 위해 퇴직금을 투자했다가 실패하고, 자신의 노후생활을 위한 소득은 준비하지 않아 은퇴빈곤층의 위기에 처하기도 한다. 성공적 노화에서 경제적 요인은 노후 삶의 질을 결정하는 중요한 요인 중 하나로 가장 기본적인 생활뿐만 아니라 정신적, 심리적 안정을 유지하는 데 영향을 미치는 중요한 요인이다. 따라서 중장년층은 은퇴 이후의 수입 감소 등을 고려하여 노후 생활을 대비한 경제적 대책 마련이 필요한 시기이다.

중장년층의 변화 특성은 노년기 대처를 위해 성공적 노화와 평생교육에 대한 요구를 강화한다. 경기도평생교육진흥원(2017)의 보고서에 따르면, 평생교육 프로그램에 참여하는 주요 성인학습자의 연령대가 만 45~54세(42.9%), 만 55~64세(38.5%)로 만 45~65세까지의 중장년층이 가장 많이 참여하였다. 그리고 평생교육 참여여부에 따라 행복감에 유의미한 차이가 나타났고, 평생교육 참여자의 행복감은 평생학습 비참여자 보다 높은 결과가 나타났다. 이런 결과는 중장년층이 앞으로 다가올 노년기에 대한 준비로서 평생교육에 대한 요구가 존재하고 실제로 성공적 노화를 위한 심리적 준비를 가능하게 한다는 점을 보여주었다.

또한 중장년층의 심리사회적 변화는 평생교육의 참여 동기를 강화하고, 노후 준비, 정보격차 해소, 건강과 자산 등에 대한 평생교육 프로그램에 대한 참여를 확대하는 것으로 보고되었다(전상훈, 2014). 이와 같은 연구들은 중장년층이 노년을 준비하고 성공적 노화를 위한 평생교육 참여를 확대하고 있으며, 관련 교육 및 서비스에 대한 요구가 증가한다는 점을 의미하였다.

2. 성공적 노화의 개념과 구성요소

가. 성공적 노화의 개념

노화는 보통의 노화(normal aging)와 성공적 노화(successful aging)로 구분된다. 보통의 노화란 특별한 질환이나 기능장애는 없지만 연령 증가와 함께 나타나는 변화로 질환에 걸릴 위험 요소를 가지게 되는 것을 의미한다(홍현방, 2001; Baltes & Baltes, 1990). 보통의 노화가 노화의 부정적 측면을 강조하는 것과는 반대로 노화를 긍정적으로 바라보고 경제적으로 여유가 있으며 지적 수준이 높고 사회활동이 활발한 노년기로 재개념화 하는 시도가 확대되었다. 그 시작점은 노년을 긍정적인 의미를 지니는 단어들(active, successful, productive, good, well)과 연결시키는 것이었다. 특히 1986년 미국 노년사회학회의 학술대회 주제로 성공적 노화가 다뤄지면서 관심이 증가하였다. 이 시기의 성공적 노화에 대한 연구(Baltes & Baltes, 1990; Rowe & Kahn, 1987; Ryff, 1989)는 노화의 긍정적 측면 및 발달과정으로서 노화에 초점을 두면서 성공적 노화를 정의하려 노력하였다. 예를 들어, Rowe와 Kahn(1987)은 공동주택에 거주하는 70~79세 노인을 대상으로 7년간 종단연구를 진행하여, 건강상태, 사회관계망의 특징, 심리적 특징, 신체적·인지적 기능, 생산적 활동의 5가지 영역을 분석하였다. 5개 영역 간의 영향력 및 관련성을 분석하여 노년기에 신체적, 심리적, 사회적 영역에서 기능 수행을 잘하는 것을 성공적 노화로 설명하였다. 그리고 Rowe와 Kahn(1987)은 세 가지 영역을 구체화하여 질병과 장애가 없는 상태, 신체적 기능과 인지능력이 충분히 높은 상태, 자신의 삶에 능동적으로 참여하는 상태를 성공적 노화로 정의하였다.

더 나아가 Ryff(1989)는 노화가 발달 과정이며, 노년기에도 여전히 성장이 가능하다는 점을 주장하였다. 노년기를 인간의 발달과정에서 쇠퇴기로 보았던 기존의 관점에서 벗어나 하나의 발달단계로 보고 다양한 차원에서의 개발과 발전을 도모하는 시기로 접근한 것이다. 그리고 Ryff(1989)는 발달과 성장의 단계로서 노년기는 성공적 노화를 위하여 자기수용, 타인과의 긍정적인 관계, 자율성, 환경에 대한 숙달, 인생의 목표, 개인적인 성장에서 심리적 안녕감의 6가지 요소를 통해 규정된다고 설명하였다. 하지만 Ryff(1989)의 접근은 발달과 성장의 관점을 도입한 것에 비해, 실제로 노화를 통해 육체적·사회적·심리적으로 부정적 상태가 되는 것을 적극적으로 고려하지 않아서 현실적 노화를 극복하기 위한 접근법으로서는 한계가 있다는 비판을 받았다(Baltes & Baltes, 1990).

이에 Baltes와 Baltes(1990)는 노화를 통한 부정적 변화와 상실을 고려하여 자신이 보유한 능력에 맞는 활동을 선택하고 참여하여 상실을 보완하고 성공적 노화를 이루는 것이 필요하다는 점을 주장하였다. 이런 주장에 근거하여 Baltes와 Baltes(1990)는 인간의 발달과 성장이 환경이나 자기 자신에 의한 상실과 획득의 과정이며, 성공적 노화를 상실을 최소화하고, 획득을 최대화하는 효율적인 생애전략의 결과로 설명하였다. 이후의 연구들은 Baltes와 Baltes(1990)의 관점을 수용하여 성공적 노화를 노화의 부정적 측면을 극복하여 신체적·심리적·사회적 영역의 긍정적 변화를 포함하는 개념으로 설명하였다(김동배, 2008; 김미혜, 신경림, 2005).

국내에서는 2000년대 이후 노년기의 삶의 질 향상을 위한 보편적 복지가 강조되면서, 한국 상황에 적합한 성공적 노화를 정의하고 요소를 파악하기 위한 연구들이 진행되었다(김동배, 2008; 김미혜, 신경림, 2005). 우선 2000년대 초반에 홍현방(2001)은 성공적 노화를 정신이나 신체상의 질병이 없이 기능적이고 사회적인 관계를 유지하며 사는 것으로 정의하였다. 그리고 이를 위해 죽음을 받아들임과 동시에 삶의 의미와 목적을 지속시켜 정서적으로 성숙해지는 것이 필요하다는 점도 함께 강조하였다. 또한 백지은과 최혜경(2005)은 가족 간의 관계에 초점을 두면서 자녀와의 관계가 긍정적이며, 부모로서 역할수행을 잘하고, 능동적인 삶을 사는 것을 성공적 노화로 설명하였다. 그리고 김동배(2008)는 기존의 국내 연구들이 지나치게 한 측면을 강조하여 성공적 노화를 정의하였다고 비판하면서, 건강·심리·사회의 세 측면을 모두 고려할 것을 주장하였다. 특히 건강이 성공적 노화의 가장 기본적 요소이고, 그 바탕 위에 심리적·사회적 측면의 건강함을 성공적 노화의 요소로 포함하였다. 심리적 측면에는 자아효능감이나 통제감, 변화 적응 등이 포함되었고 사회적 지지에는 관계망, 경제적 상태 등이 포함되었다.

최근 10년 동안 성공적 노화에 대한 국내 연구가 증가하면서 성공적 노화의 정의도 다양하게 제시되었다. 최근까지의 성공적 노화에 대한 국내 연구는 앞서 논의한 국내외의 성공적 노화에 대한 연구들의 정의를 수용하면서도 다양한 요소를 추가하거나 성공의 의미, 노화의 대상 등을 확대하는 등의 시도를 해왔다. 예를 들어, 김현정, 이정은, 한성민(2010)은 신체적 건강, 심리적 건강, 사회적 활동을 통해 삶에 대하여 전반적 만족감이 높은 상태를 성공적 노화로 정의하였다. 반면에 문인숙(2011)은 노화에 적응하고 그 과정에서 자신의 삶의 질을 유지하고 즐길 수 있는 상태로 설명하여 차별적인 정의를 제시하였다. 이 외에도 현재의 사람에 만족하고 적절한 행동을 할 수 있는 기대와 신념(여미옥, 2013), 사회적 참여와 함께 친밀한 사회적 관계를 맺고 삶의 향유하는 상태(이민주, 2013), 사회적·신체적·심리적 변화와 발달과정으로서

노화를 수용하는 것(임광규, 2015), 노년의 삶에 지속적으로 적응해나가는 과정, 신체적·심리적·사회적 건강 등의 다차원적 측면에서 개인적 노력을 통해 성공적으로 나이 들어가는 것(정홍인, 2017) 등으로 다양하였다.

이상과 같은 성공적 노화의 개념과 관점에 대한 논의를 정리하면, 성공적 노화는 노화를 극복하는 것이 아니라 노화에 적응하고 그 안에서 다양한 역할과 기능을 유지하면서 삶의 향유하고 즐기고 만족하는 상태로 설명되었다. 또한 성공적 노화의 요소가 비교적 다양하지만 크게는 신체적·심리적·사회적 영역으로 구체화되는 것을 확인할 수 있었다. 이에 본 연구에서는 선행연구들에서 자주 언급된 신체적 기능, 심리적 기능, 사회적 기능을 유지하고 노화에 적응하면서 만족스러운 삶을 살아가는 것을 성공적 노화로 정의하였다.

한편, 성공적 노화에서 성공의 의미 역시 새롭게 이해되어야 한다. 일반적으로 성공은 경제적 성공, 사회계층적 성공, 직업적 성공 등을 의미하였다. 하지만 성공적 노화에서 성공은 앞서 성공적 노화의 개념에서 살펴본 것과 같이, 다수의 지표 또는 목표로 그려질 수 있다. 건강, 경제적 수준, 자신의 꿈이나 원하는 바의 달성, 타인과의 관계에서 수용적 태도 등 다양한 요소가 노화에서 성공에 해당된다. 특히 일반적 의미에서의 성공과는 달리 노화에 적응하고 노화의 진행 속에서 자신의 꿈이나 타인과의 관계 등을 긍정적으로 실천하고나 성취하는 것은 성공적 노화에서의 성공의 특징을 보여줄 수 있다. 이에 성공적 노화에서 성공은 일반적인 의미의 성공보다는 노년기로 진행하면서 해결해야 할 발달과제 해결 또는 생애단계에 부합되는 성취로 정의될 수 있다(Lachman, 2004; Levinson, 1978).

나. 성공적 노화의 구성요소

성공적 노화의 구성요소를 규명하려는 연구들은 신체적 건강상태에 대해 먼저 관심을 집중하다가 점차 심리적 특성으로, 그 다음은 사회적 관계 및 경제활동 등 다양한 측면으로 폭넓게 시도되고 있다(강인, 2003; 박경란, 이영숙, 2002; Rowe & Kahn, 1987). 하지만 성공적 노화의 구성요소에 대한 기본적인 관점은 성공적 노화의 구성요소가 단일하지 않고 다양하다는 것이었다. 그만큼 연구자마다 성공적 노화의 다양한 구성요소를 제안하였다.

예를 들어, 성공적 노화에 대한 대표적인 학자인 Ryff(1989)는 자기수용, 타인과의 상호작용, 자율성, 환경조절, 목표의식, 개인의 성장의 6개 구성요소를 제안하였고, Baltes와 Baltes(1990)는 수명, 생물학적 건강, 정신건강, 인지적 효능, 사회적 능력 및 생산성, 개인적 통제, 생활만족

의 7가지로 제시하였다. 그 외에도 다른 사람과의 상호작용, 목표 의식, 자기수용, 개인적 성장, 자율성의 5가지(Fisher, 1995), 낮은 질병률에 의한 장애위험이 없을 것, 높은 수준의 정신적 기능과 신체적 기능을 유지할 것, 적극적인 인생 참여의 태도를 지닐 것의 3가지(Rowe & Kahn, 1997), 객관적인 건강, 주관적인 건강, 적극적인 생활을 한 연수, 객관적 정신건강, 주관적인 생활만족, 사회적 지지의 6가지(Vaillant & Mukamal, 2001) 등으로 다양하였다.

국내 연구도 2000년대 이후 성공적 노화에 대한 관심을 확대하면서 한국 문화에 적합한 성공적 노화 요소를 파악하였다. 본 연구에서는 ‘Google Scholar’ 검색을 이용하여 성공적 노화의 구성요소에 대한 국내 연구를 검색하였다. 총 3,000편의 연구물 중, 인용횟수가 20회 이상 되는 9편의 성공적 노화 구성요소를 분석하였다(〈표 2〉 참조). 인용횟수는 검색기간이 약 20년으로 평균 1년에 1회 이상 인용되는 수준, 국내 성공적 노화 연구물의 인용횟수 상위 수준의 기준을 적용한 것이었다.

〈표 2〉를 보면, 개인적·자율적 삶과 관련된 심리적 요소로서, 개인성장, 자율성, 자기 효능감, 건강이나 신체적 조건 등이 주요하게 포함되었다. 또한 정서적 안녕감이나 건강, 경제적 수준을 적극적으로 관리하는 자기완성 및 관리, 사회적 참여를 통해 사회적 활동을 유지하는 사회적 활동 및 참여, 자녀나 배우자 등 가족과의 긍정적 관계와 만족, 타인과의 상호작용과 이를 위한 자신과 타인에 대한 수용성 등이 성공적 노화의 주요 요소로 포함되었다.

〈표 2〉 국내 선행연구의 성공적 노화 구성요소

연구자	구성요소
강인(2003)	개인성장, 자율성, 신체적 건강, 정서적 안녕, 가족 지향, 경제적 안정
최혜경, 백지은, 서선영 (2005)	일상의 순조로움, 자기관리, 사회적 자원의 확보, 과시성
김미혜, 신경림(2005)	자기 효능감, 자녀성공을 통한 만족, 자기통제, 부부간의 동반자적 삶
정순돌(2007)	자기 효능감을 느끼는 삶, 자녀성공을 통해 만족하는 삶, 부부간의 동반자적 삶, 자기통제를 잘하는 삶
김동배(2008)	자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생 참여, 자녀만족, 자기수용, 타인수용
김미령(2008)	인지기능, 사회활동참여, 장애 및 질병 신체
김경호, 김지훈(2009)	건강수준, 신체, 인지적 기능, 심리사회적 특성, 생산적 활동
안정신, 강인, 김윤정(2009)	일상의 안녕, 심리사회적 안녕, 자기 효능감

성공적인 노화는 신체적 요인, 심리적 요인, 가족 요인, 사회·문화·환경적 요인들을 포괄하는 다차원적인 개념이었다. 국외 연구에서는 성공적 노화를 이루기 위해서 목표 지향적이고 적극적이며 노년기에도 생산적 활동을 하는 것이 필요하며, 개인중심적인 구성요소들이 중요하게 제시되었다. 이와 함께 국내 연구에서는 가족을 포함한 사회적 관계에서 인간적 친밀감과 상호 작용 등의 관계를 중요한 요소로 강조하였다. 또한 이를 위하여 자기 및 타인수용도 주요한 심리적 조건으로 포함되었다(김동배, 2008; 전은희, 주용국, 2014). 더불어 사회적 참여와 활동이 중요하게 언급되었고, 이를 위한 신체적·심리적 건강도 주요한 요소였다(정병은, 이기홍, 2010).

이상의 국내외 연구에서 논의된 성공적 노화의 구성요소는 신체적·심리적·사회적 요소였다. 하지만 연구자마다 구체적인 요소는 다양하였다. 그러므로 다양한 연구의 구성요소를 포함하고 또 이를 위해서 자주 인용되고 주요한 틀을 제공하는 국내 연구의 정의를 따르는 것이 바람직하다고 생각되었다. 이에 기초하여 국내의 다양한 연구 중에서 다수의 연구에서 성공적 노화의 척도 및 구성요소로서 활용되고 있는 김동배(2008)의 접근이 본 연구에 적합하다고 판단되었다. 김동배(2008)의 연구는 국내에서 143회 이상 인용되었으며, 타당한 조사도구를 제공하고 있다는 점에서 우수하였다. 김동배(2008)의 척도는 성공적 노화 요소로 6개 구성요인과 31개 문항으로 설정되었다. 구성요인은 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생 참여, 자녀 만족, 자기수용, 타인수용으로 이루어져 있다. 이를 정리하면 아래와 같다.

1) 자율적 삶

자율적 삶은 삶을 영위하는데 필요한 태도 및 행동방식과 관련된 것으로, 어려운 외부환경이 발생하여도 타인에게 의존하지 않고 당사자의 삶을 스스로 책임지는 것을 의미한다(김동배, 2008). 즉, 가정과 사회에서 주어진 역할을 온전히 수행하는 것이라 말할 수 있다. 자율적 삶은 다른 선행연구에서 성공적 노화의 요소로 언급된 자율성과 유사하다(강인, 2003; 박경란, 이영숙, 2002; Fisher, 1995; Ryff, 1989).

2) 자기완성 지향

자기완성 지향은 자아실현으로 미래지향의 자신을 완성해나가는 현재를 살아가는 성취감을 의미한다. 자기주도적 삶의 영위인 자아성취감과도 관련성이 있다(김동배, 2008). Maslow(1970)

에 의하면 인간이 가진 가장 높은 동기이자 욕구로 자신에게 허락된 모든 걸 성취하고 원하는 사람이 되려고 하는 것이라고 하였다. 또한 자신의 성공적 삶을 위하여 건강관리나 심리적 관리 등을 적극적으로 취하는 것 역시 자기완성 지향의 특징이다. 즉, 자기완성 지향은 목표 지향적 태도를 갖추고 자기개발을 위하여 적극적 활동을 하도록 한다(Fisher & Specht, 1999).

3) 적극적 인생참여

적극적 인생 참여는 노인의 적극적인 인생 참여 수준을 의미하며, 사회활동 참여를 뜻한다(김동배, 2008). 노년기의 사회활동은 종교 활동, 정치활동, 여가활동, 자원봉사활동 등으로 분류할 수 있다(이금룡, 2002). 노인의 사회활동 참여는 이러한 사회적 역할 상실로 인한 노인의 소외감 및 고립감을 해소하고, 이들이 유용성·자신감·사회적 지지망을 회복하는 데 큰 역할을 한다(Rowe & Kahn, 1997).

4) 자녀 만족

자녀 만족은 자녀와 원만한 관계를 유지하고 자녀를 자랑스럽게 생각하는 것을 의미한다. 이는 한국 중장년층과 노년층은 자신의 자녀에게 많은 의미를 부여하고 있으며, 삶의 다른 영역들이 자녀와 밀접하게 연관되어 영향을 받는 것을 의미한다(김동배, 2008). 같은 맥락에서 윤현숙과 유희정(2006)은 자녀와의 관계에 대한 만족도와 자녀와의 교류빈도가 성공적 노화에 큰 영향을 미치는 요인이라 하였다. 자녀 만족은 성공적 노화의 요소로서 자녀에 대한 지속적인 지원 제공과 부모로서의 역할 완수를 강조하고, 그로 인해 자녀들이 성공할 경우 자녀의 성공을 자신의 성공으로 인식하도록 한다(강인 2003; 백지은, 최혜경 2005).

5) 자기수용

자기수용은 자기 삶에 대한 긍정적 인식 수준으로 주어진 환경과 상황을 거부하지 않고 이를 수용하는 태도를 의미한다(김동배, 2008). 이러한 자기수용은 스스로 통제할 수 없는 문제에 마주했을 때, 과잉반응하기보다 적절하게 대처할 수 있도록 도와주는 성숙한 인격적 특성이 다(Allport & Odbert, 1961). 따라서 자기수용은 기본적으로 외부의 자극이나 외부의 존재와의 교류와 관계에서 나타나는 상황에 대한 수용과 적응을 의미한다.

6) 타인수용

타인수용은 자기중심적이 아닌 타인의 입장을 이해하고 수용하는 능력과 타인의 삶을 인정하고 간섭하지 않는 인간적 공감의 능력을 소유하는 것을 말한다(김동배, 2008). 타인에 대한 태도와 관점을 타인중심으로 이해하는 것에서 출발하는 것으로, 수용의 중요성을 강조한 성공적 노화의 요소로 볼 수 있다(박영철, 2016). 타인수용도가 높은 사람은 타인과 적절하고 깊은 상호작용이 가능하다. 그리고 이런 상호작용은 행복감, 만족감, 유쾌감 등을 유발시키고, 외부 세계에 대한 통찰력을 높이며 생활 전반에 긍정적 영향을 준다. 반면, 타인수용도가 낮은 사람은 타인에 대한 과장된 비판과 같은 반응을 나타내며 인간관계의 손상, 스트레스, 사회적 불안정을 초래한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구모형

본 연구는 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구를 실증적으로 분석하는 것을 목적으로 한다. 연구목적 달성을 위하여 [그림 1]과 같은 연구모형을 구성하였다.

성공적 노화 기대 수준	-	성공적 노화 현재 수준	=	요구
-----------------	---	-----------------	---	----

[그림 1] 연구모형

본 연구는 성공적 노화에 대한 현재 수준과 기대 수준을 조사하며, 두 수준 간 차이를 요구로 설정하였다. 연구모형에서 성공적 노화는 자신에게 주어진 노화라는 환경에 적응해가는 과정으로 개인의 노력을 통해 노년기에 발생하는 다양한 변화에 적응, 신체적 기능을 유지하며 심리적·사회적 안녕 상태에 이르고 만족스러운 삶을 살아가는 것으로 정의되었다. 그리고 성공적 노화는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀 만족, 자기수용, 타인수용 6개 요인으로 구성되었다.

2. 조사대상자 선정 및 조사

본 연구는 중장년층의 성공적 노화에 대한 요구를 알아보기 위한 자료 수집을 위하여 설문 조사를 실시하였다. 설문조사는 대구 및 경북 지역의 40~65세 중장년층을 대상으로 실시되었다. 조사 대상을 선정하기 위해 목적표집방법과 눈덩이 표집방법(snowball sampling)을 이용하였다. 즉, 설문지 응답률을 높이고, 40~65세 중장년층을 조사 대상으로 섭외하는 것을 목적으로 표집이 선정되었고, 설문응답자에게 다른 설문대상자를 추천받거나 소개받는 형태로 진행되었다.

설문조사는 2020년 1월 15일부터 2월 15일까지 약 한 달간 진행되었다. 270부의 설문지를 배포하였으며, 250부의 설문지를 회수하였다. 회수된 설문지 중 응답이 불성실하거나 연령대가 맞지 않는 47부를 제외하고 203부를 분석에 활용하였다.

203명의 설문지 응답의 특성을 정리하면 다음과 같다. 남성이 43명(27.7%), 여성이 112명(72.2%)이었다. 연령은 40세에서 49세가 134명(86.4%), 50세에서 65세가 21명(13.5%)으로 40대 응답자의 비율이 높았다. 학력에서는 대학교 졸업이 71명(35.0%), 고등학교 졸업이 65명(32.0%), 전문대학 졸업 38명(18.7%)이었다. 월가구 평균소득에서는 500만원 이상 102명(50.2%)으로 가장 높은 비율로 나타났다. 그리고 300만원 이상 500만원 미만 65명(32.0%), 150만원 이상 300만원 미만 32명(15.8%), 150만원 미만 4명(2%) 순으로 나타났다.

3. 조사도구의 구성 및 신뢰도 분석

조사도구는 개인적 특성에 대한 문항 5개, 성공적 노화에 대한 문항 31개로 총 36개 문항으로 구성되었다. 성공적 노화의 경우 김동배(2008)의 도구를 활용하였다. 김동배(2008)의 도구는 자율적 삶, 자기완성 지향, 적극적 인생참여, 자녀 만족, 자기수용, 타인수용으로 6개 구성요인으로 구성되었다. 김동배(2008)의 척도는 사용빈도가 높은 편이며, 개발 당시 Cronbach의 α 계수가 .903으로 높게 나타났다. 또한 손화희(2014)의 연구 .92, 김정희, 박지영(2015)의 연구 .94, 전명수(2014)의 연구 .96으로 신뢰도가 높은 수준이었다. 본 연구에서는 현재 수준 .910, 기대 수준 .936으로 우수한 신뢰도 수준을 보였다.

성공적 노화에 대한 문항은 현재 수준과 기대 수준을 알아보기 위하여 두 곳 모두 응답하도록 작성되었고, '매우 그렇다' 5점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점으로 Likert 5점 척도로 측정하였

다. <표 4>에서 보는 바와 같이, 성공적 노화의 31개 문항마다 현재 수준과 기대 수준을 모두 응답하도록 하였고, 성공적 노화, 현재 수준, 기대 수준의 정의를 제시하였다.

<표 3> 조사도구의 구성

범주		문항번호	문항수	출처
개인적 특성	성별, 출생년도, 학력, 소득	I -1, 2, 3, 4, 5	5	
성공적 노화	자율적 삶	II -1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	9	김동배 (2008)
	자기완성 지향	II -10, 11, 12, 13, 14, 15	6	
	적극적 인생참여	II -16, 17, 18, 19, 20	5	
	자녀에 대한 만족	II -21, 22, 23, 24, 25	5	
	자기수용	II -26, 27, 28	3	
	타인수용	II -29, 30, 31	3	
총계			36	

<표 4> 현재 수준과 기대 수준 조사문항의 예

성공적 노화와 관련하여 귀하가 현재 자신의 상황과 유사한 정도를 현재 수준에, 향후 중요하다고 생각하는 정도를 기대 수준에 '✓'를 하나씩 표시하여 주시기 바랍니다.

현재 수준: 자신이 현재 해당 문항과 일치한다고 생각하는 수준	기대 수준: 해당 문항이 향후에 자신에게 중요하다고 생각하는 수준
------------------------------------	--------------------------------------

전혀 그렇지 않다 — ①	전혀 중요하지 않다 — ①
그렇지 않다 — ②	중요하지 않다 — ②
보통이다 — ③	보통이다 — ③
그렇다 — ④	중요하다 — ④
매우 그렇다 — ⑤	매우 중요하다 — ⑤

현재 수준	성공적 노화	기대 수준
① ② ③ ④ ⑤	1. 나는 내 삶에 어려운 부분이 있어도 가능한 남에게 구차한 모습을 보이지 않는다.	① ② ③ ④ ⑤
① ② ③ ④ ⑤	2. 나는 자녀와의 관계에서 '내 삶은 내가 책임진다'는 정신으로 산다.	① ② ③ ④ ⑤

4. 분석방법

본 연구의 연구목적을 달성하기 위해 수집된 조사 자료를 SPSS 21.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 본 연구의 설문조사 대상자의 개인적 배경 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 본 연구가 사용한 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach의 α 계수를 살펴보았다. 셋째, 성공적 노화에 대한 중장년층의 현재 수준과 기대 수준 간의 차이를 분석하기 위해 성공적 노화의 문항별 t검정을 실시하였다. 넷째, 성공적 노화에 대한 요구의 우선순위를 살펴보기 위하여 Borich 요구도 공식에 따라 성공적 노화의 문항별 요구도 값을 산출하였다. Borich 요구도는 아래의 산출 공식과 같다. 공식에서 'RL'은 기대수준으로 성공적 노화가 가까운 미래에 중요하며 또 필요할 것이라는 인식 수준이다. 'PL'은 현재 수준으로 성공적 노화에 대한 자신의 현재 수준에 대한 동의 수준이다. ' \overline{RL} '는 성공적 노화의 문항별 기대 수준의 평균이고, 'N'은 응답자 수이다.

$$\text{Borich 요구도} = \frac{(\sum(RL - PL)) \times \overline{RL}}{N}$$

RL(Required Level): 기대수준, PL(Perceived Level): 현재수준, \overline{RL} : 기대수준의 평균
출처: 조대연(2009), 170.

다섯째, LFF(Locus for Focus) 분석을 활용하여 성공적 노화의 문항별 매트릭스 상 위치 정보를 확인하였다. LFF 분석은 [그림 2]와 같이 기대 수준을 가로축 기대 수준과 현재 수준의 불일치 수준을 세로축에 위치하고 각각의 평균을 기준으로 4분면을 구성한다. 그리고 4분면에 성공적 노화의 문항을 위치시켰다.

2사분면(LH)	1사분면(HH)	불 일 치 성
3사분면(LL)	4사분면(HL)	
기대 수준		

[그림 2] 요구 우선순위의 매트릭스

출처: 조대연(2009), 172.

여섯째, Borich 요구도 상위순위에 해당되고 LFF 분석에서 1사분면에 위치하는 경우를 최우선순위군으로 결정하였다. 그리고 Borich 요구도 상위수준과 LFF 분석의 1사분면 중 한 가지에만 해당되는 항목은 차우선 순위군으로 결정하였다. 차우선 순위군에 해당되는 항목이 없을 경우 LFF 분석의 4사분면에 위치하며, 기대하는 성취 수준 평균값에서 현재 성취 수준의 평균값을 감한 수치(불일치성)에 근접하고 중요도 평균이 높은 요구를 차순위 순위군으로 판정하였다. 차우선순위군도 t검정 결과에서 통계적으로 유의한 차이가 존재해야 하였다.

IV. 분석결과

1. 연구문제1: 성공적 노화 구성요인에 대한 요구분석 결과

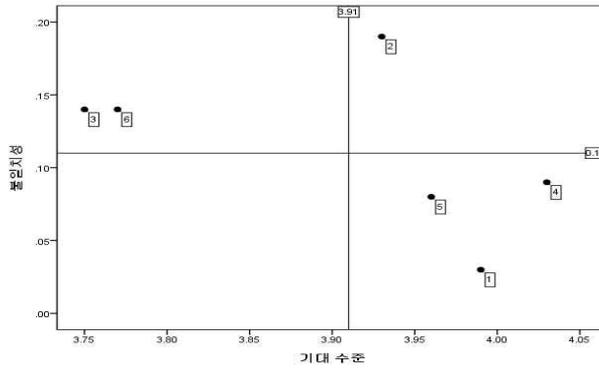
연구문제1에 따라 성공적 노화의 구성요소에 대한 요구분석을 실시하였다(〈표 5〉, [그림 3] 참조). 요구분석 결과, 자율적 삶을 제외한 5개 구성요소에서 현재 수준과 기대 수준의 차이가 통계적으로 유의하였다. Borich 요구도에서는 자기완성 지향이 0.7, 적극적 인생 참여 0.5, 타인 수용 0.5 등의 순으로 도출되었다.

〈표 5〉 성공적 노화 구성요인의 요구분석결과

구성요인	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
1	3.96	0.49	3.99	0.51	0.03	0.37	1.16	0.10	6	4		
2	3.74	0.53	3.93	0.55	0.19	0.43	6.23***	0.70	1	1	○	
3	3.60	0.56	3.75	0.58	0.14	0.39	5.21***	0.50	2	2		
4	3.94	0.57	4.03	0.59	0.09	0.35	3.58***	0.40	4	4		○
5	3.88	0.60	3.96	0.62	0.08	0.39	2.86***	0.30	5	4		○
6	3.60	0.53	3.77	0.59	0.14	0.40	4.97***	0.50	2	2		

*** $p < .001$

1: 자율적 삶, 2: 자기완성 지향, 3: 적극적 인생 참여, 4: 자녀 만족, 5: 자기수용, 6: 타인수용



[그림 3] 성공적 노화 구성요인에 대한 LFF 분석 결과

1: 자율적 삶, 2: 자기완성 지향, 3: 적극적 인생 참여, 4: 자녀 만족, 5: 자기수용, 6: 타인수용

다음으로 LFF 분석 결과(그림 3 참조), 1사분면에 자기완성 지향이 위치하였고, 2사분면에는 적극적 인생참여, 타인수용이 위치하였다. 그리고 4분면에는 자율적 삶, 자녀 만족, 자기수용이 배치되었다. 4분면 구분을 위한 성공적 노화 전체의 기대 수준 평균은 3.91이었고, 불일치도 평균은 0.11이었다.

분석결과를 비교하여 우선순위를 도출하였다. LFF 분석에서 1사분면에 위치한 개수(1개)만큼 Borich 요구도 값에 의해 파악된 상위 순위 1개를 상호 비교하여 중복된 요소를 확인하였다. 그 결과, 성공적 노화의 구성요소 중 최우선순위에는 자기완성 지향이 해당되었다. 차우선순위 결정을 위한 대안적 방법으로서 4사분면에 위치한 구성요소 중 불일치 수준에 가까운 요소를 파악하였다. LFF 분석을 보면, 자녀 만족과 자기수용이 4사분면에 위치하면서 불일치성 평균에 상대적으로 가까이 위치한 것으로 해석되었다. 이에 자녀 만족과 자기수용이 차우선순위 구성요소로 판단되었다.

2. 연구문제2: 성공적 노화 구성요인별 문항에 대한 요구분석 결과

가. 자율적 삶

자율적 삶은 구성요소에 대한 요구분석 결과에서 기대 수준과 현재 수준의 차이가 존재하지 않았다. 하지만 문항별로는 차이가 있을 수 있다고 판단되어 9개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(〈표 6〉, [그림 4] 참조). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준 간의 통계적으로 유의한 차

이를 보인 문항은 1번과 7번이었다. 다만 1번은 현재 수준의 평균이 더 높게 나타나서 유의미한 요구를 보이지 않는 것으로 해석되었다. 다음으로 Borich 요구도 값을 산출한 결과, 7번의 요구도 값이 1.04로 가장 컸다.

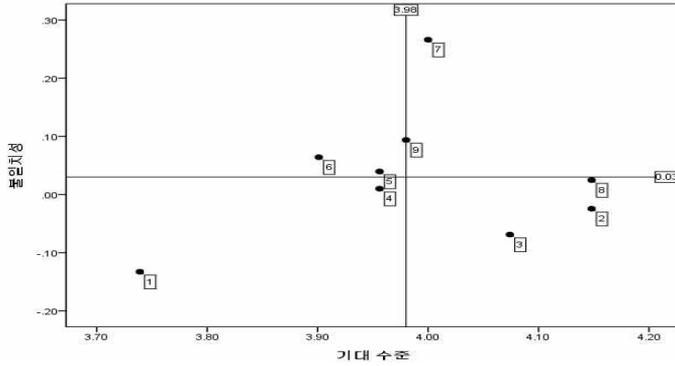
다음으로 LFF 분석을 한 결과(그림 4 참조), 기대 수준의 평균은 3.98, 불일치성 평균은 0.03이었다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 7번, 9번, 4사분면에는 2번, 3번, 8번이 위치하였다. 이상의 분석결과를 통합한 결과, 7번(나는 건강을 해치는 습관을 고치려고 노력한다)이 최우선순위로 파악되었다. 다만 9번은 t검증에서 유의미한 차이가 나타나지 않아서 최우선순위로서는 조건이 충분히 충족되지 않은 것으로 판단되었다. 차우선순위에 해당되는 문항도 존재하지 않았다.

〈표 6〉 자율적 삶의 문항에 대한 요구분석 결과

문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
1	3.87	0.84	3.74	0.98	-0.13	0.74	-2.57*	-0.5	9	3		
2	4.17	0.76	4.15	0.81	-0.02	0.60	-0.58	-0.1	7	4		
3	4.14	0.76	4.07	0.77	-0.07	0.73	-1.35	-0.2	8	4		
4	3.95	0.75	3.96	0.71	0.01	0.63	0.22	0.08	6	3		
5	3.92	0.72	3.96	0.70	0.04	0.52	1.09	0.23	3	2		
6	3.84	0.70	3.90	0.71	0.06	0.61	1.51	0.21	4	2		
7	3.73	0.81	4.00	0.72	0.27	0.80	4.73***	1.04	1	1	○	
8	4.12	0.80	4.15	0.75	0.02	0.56	0.63	0.14	5	4		
9	3.89	0.72	3.98	0.71	0.09	0.69	1.92	0.37	2	1		

* $p < .05$, *** $p < .001$

- 1: 나는 내 삶에 어려운 부분이 있어도 가능한 한 남에게 구차한 모습을 보이지 않는다.
- 2: 나는 자녀와의 관계에서 '내 삶은 내가 책임진다.'는 정신으로 산다.
- 3: 나는 지금도 정신이 맑아서 사리분별에 큰 문제가 없다.
- 4: 나는 남편 혹은 아내로서의 역할을 잘 감당해 왔다.
- 5: 나는 외모를 단정하게 깨끗하게 가꾼다.
- 6: 나는 부모로서의 역할을 잘 감당해왔다.
- 7: 나는 건강을 해치는 습관을 고치려고 노력한다.
- 8: 나는 자녀들에게 경제적으로 부담을 주지 않는다.
- 9: 나는 내 분수에 맞는 의식주 생활을 한다.



[그림 4] 자율적 삶의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 <표 6>과 동일.

나. 자기완성 지향

자기완성 지향의 6개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(<표 7>, [그림 5] 참조). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준에서 통계적으로 유의한 차이를 보인 문항은 10번, 12번, 13번, 14번, 15번이었다. 다음으로 Borich 요구도 값을 산출한 결과, 15번, 14번, 12번, 13번, 10번, 11번의 순으로 요구도 값이 컸다.

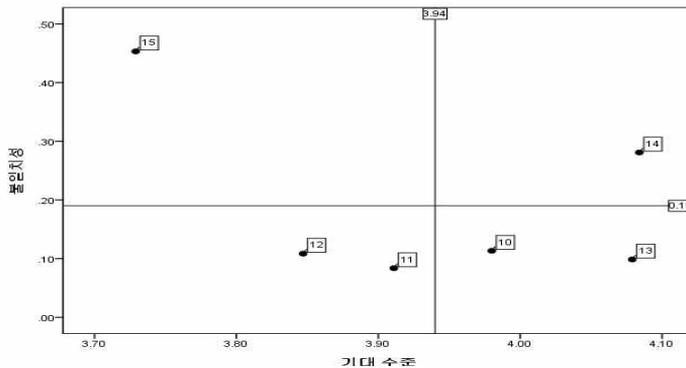
<표 7> 자기완성 지향 문항에 대한 요구분석 결과

문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
10	3.80	0.83	3.91	0.78	-0.11	0.68	2.39*	0.33	5	4		
11	3.76	0.81	3.85	0.85	-0.08	0.61	1.95	0.32	6	3		
12	3.97	0.80	4.08	0.68	-0.11	0.51	3.05**	0.46	3	3		
13	3.99	0.75	4.08	0.71	-0.10	0.55	2.53*	0.42	4	4		
14	3.45	0.74	3.73	0.70	-0.28	0.74	5.40***	1.03	2	1		○
15	3.50	0.97	3.95	0.74	-0.45	0.97	6.69***	1.77	1	2		○

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

- 10: 나는 평생토록 하고자 하는 활동(일, 취미 등)이 있다.
- 11: 나는 남은 인생에서 이루고자 하는 계획이 있다.
- 12: 나는 지금도 나에게 필요한 것이 있으면 배우려고 한다.
- 13: 나는 내가 하는 활동(일, 취미 등)을 통해 성취감을 느끼고 있다.
- 14: 나는 기회가 되면 남을 위해 물질을 기부한다.
- 15: 나는 나의 건강을 유지하기 위해 꾸준하게 운동을 하고 있다.

다음으로 LFF 분석을 한 결과(그림 5 참조), 기대 수준의 평균은 3.94, 불일치성 평균은 0.19였다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 14번, 4사분면에는 10번, 13번이 위치하였다. 이상의 분석결과를 통합하여 우선순위를 산출한 결과, 최우선순위에 해당되는 문항은 존재하지 않았다. 차우선순위에는 1사분면에 위치한 14번(나는 기회가 되면 남을 위해 물질을 기부한다)과 Borich 요구도가 1순위인 15번(나는 나의 건강을 유지하기 위해 꾸준히 운동을 하고 있다.)이 해당되었다.



[그림 5] 자기완성 지향의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 <표 7>과 동일.

다. 적극적 인생참여

적극적 인생참여의 5개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(<표 8>, [그림 6 참조]). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준의 통계적으로 유의한 차이를 보인 문항은 16번, 17번, 19번, 20번이었다. 다음으로 Borich 요구도 값을 산출한 결과, 16번, 19번, 17번, 20번, 18번의 순으로 요구도 값이 컸다.

다음으로 LFF 분석을 한 결과(그림 6 참조), 기대 수준의 평균은 3.75, 불일치성 평균은 0.14였다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 해당 문항이 없었으며, 4사분면에는 17번, 18번이 위치하였다.

이상의 분석결과를 통합하여 우선순위를 산출한 결과, 최우선순위에 해당되는 문항은 존재하지 않았다. 차우선순위에는 Borich 요구도가 가장 높은 16번(나는 사회활동(여가 및 종교 활

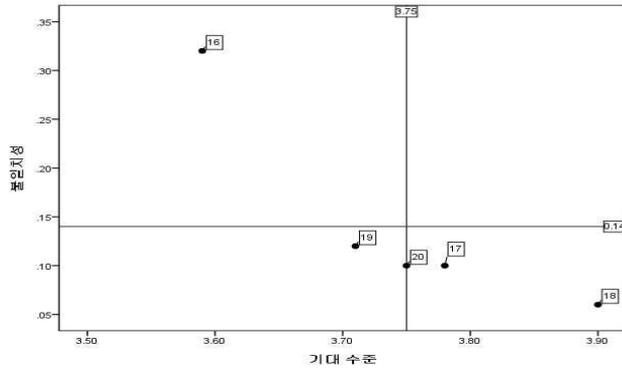
동 등)에 참여를 많이 하는 편이다)이 해당되었다.

〈표 8〉 적극적 인생참여의 문항에 대한 요구분석 결과

문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
16	3.27	0.88	3.59	0.81	0.32	0.80	5.73***	1.11	1	2		○
17	3.68	0.70	3.78	0.70	0.10	0.56	2.49*	0.37	3	4		
18	3.83	0.78	3.90	0.83	0.06	0.59	1.55	0.19	5	4		
19	3.59	0.75	3.71	0.74	0.12	0.56	3.01***	0.48	2	3		
20	3.65	0.88	3.75	0.86	0.10	0.51	2.88***	0.37	4	3		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

- 16: 나는 사회활동(여가 및 종교 활동 등)에 참여를 많이 하는 편이다.
- 17: 내가 참여하는 모임에서 내가 필요한 사람으로 인정받고 있다.
- 18: 나에게서는 마음을 터놓을 만한 친구가 있다.
- 19: 나는 친구들을 잘 사귀는 편이다.
- 20: 나에게서는 여가 혹은 종교 활동 등에서 정기적으로 만나는 친한 친구들이 있다.



〈그림 6〉 적극적 인생 참여의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 〈표 8〉과 동일.

라. 자녀 만족

자녀 만족의 5개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(〈표 9〉, 〈그림 7〉 참조). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준의 통계적으로 유의한 차이를 보인 문항은 23번, 25번이었다. 다음으로

Borich 요구도 값을 산출한 결과, 23번, 25번, 22번, 24번, 21번의 순으로 요구도 값이 컸다. 다음으로 LFF 분석을 한 결과(그림 7 참조), 기대 수준의 평균은 4.03, 불일치성 평균은 0.09였다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 25번, 4사분면에는 21번, 24번이 위치하였다.

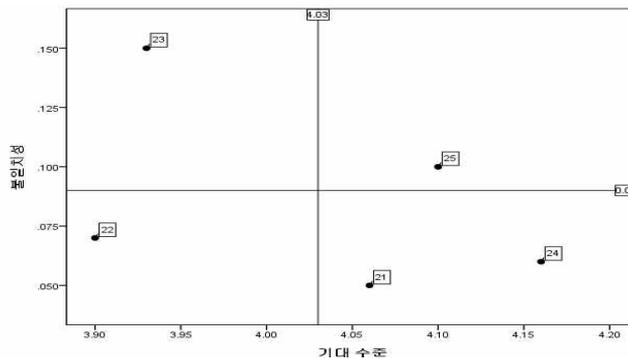
이상의 분석결과를 통합하여 우선순위를 산출한 결과, 최우선순위에 해당되는 문항은 존재하지 않았다. 차우선순위에는 1사분면에 위치한 25번(나의 자녀들의 가정은 화목하다) 그리고 Borich 요구도가 가장 높은 23번이 해당되었다.

〈표 9〉 자녀 만족의 문항에 대한 요구분석 결과

문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
21	4.00	0.66	4.06	0.73	0.05	0.52	1.49	0.22	5	4		
22	3.82	0.70	3.90	0.70	0.07	0.61	1.72	0.29	3	3		
23	3.77	0.72	3.93	0.70	0.15	0.56	3.92***	0.54	1	2		○
24	4.10	0.66	4.16	0.67	0.06	0.44	1.91	0.25	4	4		
25	4.00	0.70	4.10	0.70	0.10	0.44	3.36***	0.48	2	1		○

***: p<.001

- 21: 나와 자녀들과의 관계는 원만하다.
- 22: 나의 자녀들은 나에게 효도를 잘하고 있다.
- 23: 나의 자녀들은 형제자매 간에 서로가 우애 있게 잘 지낸다.
- 24: 나는 나의 자녀들을 자랑스럽게 여기고 있다.
- 25: 나의 자녀들의 가정은 화목하다.



〈그림 7〉 자녀 만족의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 〈표 9〉와 동일.

마. 자기수용

자기수용의 5개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(〈표 10〉, [그림 8] 참조). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준의 통계적으로 유의한 차이를 보인 문항은 27번, 28번이었다. 다음으로 Borich 요구도 값을 산출한 결과, 26번, 28번, 27번의 순으로 요구도 값이 컸다. LFF 분석을 한 결과([그림 8] 참조), 기대 수준의 평균은 3.96, 불일치성 평균은 0.08이었다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 해당 문항이 없었고, 4사분면에는 26번이 위치하였다.

〈표 10〉 자기수용의 문항에 대한 요구분석 결과

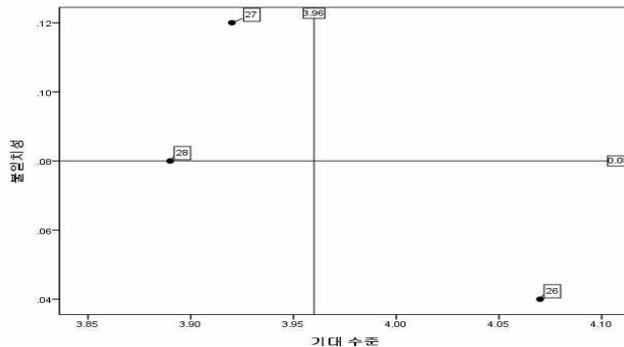
문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
26	4.03	0.64	4.07	0.70	0.04	0.49	1.16	0.24	1	4		
27	3.80	0.71	3.92	0.70	0.12	0.54	3.11***	0.14	3	2		
28	3.81	0.82	3.89	0.78	0.08	0.51	2.20*	0.19	2	2		○

***: $p < .001$

26: 나는 세상에 존재할 가치가 있다고 느낀다.

27: 나의 지나온 삶이 보람되었다.

28: 내가 살고 있는 집이 만족스럽다.



[그림 8] 자기 수용의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 〈표 10〉과 동일.

우선순위 산출 결과, 최우선순위는 없었다. 차우선순위에는 Borich 요구도가 가장 강한 28

번(내가 살고 있는 집이 만족스럽다)이 해당되었다. 26번은 Borich요구도는 높았지만 t검증에서 유의하지 않았기 때문에 차우선순위에서 제외되었다.

바. 타인수용

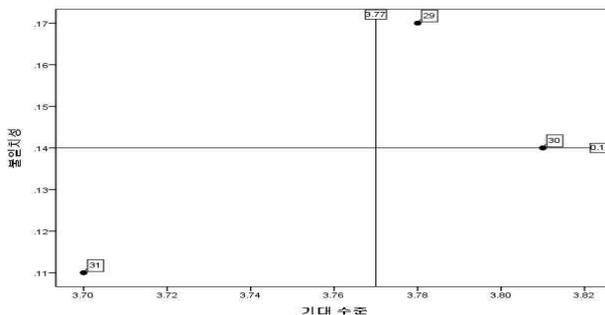
타인수용의 3개 문항에 대한 요구분석을 실시하였다(〈표 11〉, 〈그림 8〉 참조). 분석한 결과, 현재 수준과 기대 수준의 통계적으로 유의한 차이를 보인 문항은 29번, 30번, 31번이었다. 다음으로 Borich 요구도 값을 산출한 결과, 29번, 30번, 31번의 순으로 요구도 값이 컸다. 다음으로 LFF 분석을 한 결과(〈그림 8〉 참조), 기대 수준의 평균은 3.77, 불일치성 평균은 0.14이었다. 좌표평면을 구분한 결과, 1사분면에는 29번, 30번이 해당되었고, 4사분면에는 해당되는 문항이 존재하지 않았다.

〈표 11〉 타인수용의 문항에 대한 요구분석 결과

문항	현재 수준		기대 수준		차이			Borich 요구도	우선 순위	LFF 분석	최우선 순위	차우선 순위
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	t값					
29	3.61	0.82	3.78	0.82	0.17	0.73	3.38***	0.67	1	1	○	
30	3.67	0.65	3.81	0.67	0.14	0.50	3.94***	0.49	2	1	○	
31	3.59	0.77	3.70	0.83	0.11	0.56	2.90***	0.29	3	3		

***: p<.001

- 29: 나는 속상한 일이 있을 때 마음에 오래 담아두지 않는다.
- 30: 나는 젊은 세대의 입장을 잘 수용하는 편이다.
- 31: 나는 자녀나 남의 일에 일일이 간섭하지 않는다.



〈그림 9〉 타인수용의 문항에 대한 LFF 분석 결과

문항번호는 〈표 11〉과 동일.

이상의 분석결과를 통합하여 우선순위를 산출한 결과, 최우선순위에 29번(9나는 속상한 일이 있을 때 마음에 오래 담아두지 않는다), 30번(나는 젊은 세대의 입장을 잘 수용하는 편이다)이 해당되었다. 차우선순위 문항은 존재하지 않았다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 성공적 노화에 대한 중장년층의 요구를 실증적으로 분석하였다(〈표 12〉 참조). 분석결과에 대한 논의와 결론을 정리하면 다음과 같다.

〈표 12〉 요구분석결과 요약

구성요소 및 문항		최우선 순위	차우선 순위
구성요소	자기완성 지향	○	
	자기만족		○
	자기수용		○
자율적 삶	나는 건강을 해치는 습관을 고치려고 노력한다.	○	
자기완성 지향	나는 기회가 되면 남을 위해 물질을 기부한다.		○
	나는 나의 건강을 유지하기 위해 꾸준하게 운동을 하고 있다.		○
적극적 인생 참여	나는 사회활동(여가, 종교 활동 등)에 참여를 많이 하는 편이다.		○
자녀 만족	나의 자녀들은 형제자매 간에 서로가 우애 있게 잘 지낸다.		○
	나의 자녀들의 가정은 화목하다.		○
자기수용	내가 살고 있는 집이 만족스럽다.		○
타인수용	나는 속상한 일이 있을 때 마음에 오래 담아두지 않는다.	○	
	나는 젊은 세대의 입장을 잘 수용하는 편이다.	○	

첫째, 본 연구의 결과를 통해 성공적 노화의 구성요소에 대한 중장년층의 요구가 강한 요소들을 찾을 수 있었다. 그리고 이를 통해 중장년층의 특성과 평생교육에 대한 요구를 파악할 수 있었다. 우선 성공적 노화의 구성요소에 대한 분석결과를 보면, 6개 구성요소 중 자기완성 지향, 자기 만족, 자기수용은 최우선순위 및 차우선순위 요구사항으로 나타났다. 구성요소 중 나머지 3개(자율적 삶, 적극적 인생 참여, 타인 수용)는 순위에 포함되지 않았다. 특히 자기완성 지향은 요구 수준이 가장 강한 최우선순위로 나타났다.

이중 자기완성 지향에 대한 강한 요구는 X세대가 주를 이루는 중장년층의 특징에서 그 이유를 찾을 수 있다. 본 연구의 조사 시점인 2020년에 X세대는 만 44세에서 59세로 중장년층의 대다수를 차지하였다(김미령, 2011). 본 연구에서도 조사된 대상자는 거의 대부분이 X세대였다. X세대는 이전 세대인 베이비붐세대와는 달리 삶의 가치를 개인적 즐거움과 성취에 두며, 자기 주도적으로 삶을 영위하고 자신의 개성을 뚜렷하게 표현하는 특성을 갖는다(김미령, 2011; 김재남, 2020). 또한 노후를 준비하는 것에 있어서도 적극적이고, 평생교육을 통한 제2의 경력 추구 등의 다양성을 갖는다(변진숙, 권찬호, 2016). 이런 점에서 보면, 중장년층을 구성하는 X세대는 다양한 가치관을 갖고 노후를 준비하려고 하고 그 가치의 핵심에는 개인적 가치, 개성적 가치가 자리잡고 있다. 이런 가치들은 자기 완성이나 자기 만족 그리고 자기 스스로 변화하는 자기수용 등 자신에 대한 관심과 요구를 강화시키는 역할을 할 수 있다. 예를 들어, 사회적 참여나 활동을 하더라도 이런 참여와 활동의 가치는 자기 자신에게 오는 이득으로서 개인의 만족감 향상, 청년시기에 부족했던 성취감의 대리적 달성 등 개인 차원의 이득과 만족에 초점을 둔다(김미령, 2011; 변진숙, 권찬호, 2016). 본 연구의 결과에서도 자기완성 지향의 문항별 요구 분석을 보면, 건강유지를 위한 운동이나 타인을 위한 기부의 요구가 높게 나타났다. 이는 기본적으로 타인을 위한 행위든, 자신의 건강을 위한 것이든 모두 자기 자신의 개인적 가치가 내재한 자기완성 지향의 요구를 반영한 것이다. 이런 결과는 성공적 노화에 대한 인생 초기나 중년기의 영향 요인을 연구한 Annie 등(2008)의 연구에서도 유사하게 나타났다. Annie 등(2008)의 연구에서 자기완성은 중장년층과 연계되어 매우 중요한 성공적 노화의 요소로 평가되었다.

X세대의 중장년층이 개인적 가치를 추구한다고 해서 그것이 이기적이라는 것을 의미하지는 않는다. 즉, 노년기를 준비하면서 사회적 봉사나 의미 있는 활동을 충분히 하려고 하지만, 그 동기의 기저는 개인의 노년기 준비나 개인의 성공적 노화에 초점을 두는 경향이 강하다는 것을 의미한다. 이런 특성은 자기완성을 위한 노력을 적극적으로 하려는 요구와 연결된다(Fisher & Specht, 1999). 특히 평생교육을 통한 자기 개발의 기회를 적극적으로 찾으려고 하고, 건강이나 심리적 관리 역시 자기완성과 개인적 성취로 생각한다. 이로 인하여 학습에 대한 개인적 요구가 강하고 또 건강관리나 기타 심리적 안정을 위한 보건의료에 대한 요구도 강하게 나타난다. 이런 측면을 평생교육과 연결한다면, 자원봉사나 사회적 참여를 위한 평생교육 프로그램에 대한 요구를 충족하기 위해 관련 프로그램을 제공하는 것이 유의미하다는 점이였다. 또한 자원봉사나 사회적 활동 참여는 자신의 노년기 삶을 준비하기 위한 전략이라는 점에서 이런 노년기

연계를 위한 활동 탐색, 동기 충족 등을 위한 평생교육 프로그램 설계가 고려되어야 할 것으로 이해되었다.

둘째, 중장년층의 요구가 강하게 나타나는 성공적 노화의 구성요소는 자녀 만족이었다. 본 연구 결과에서는 자녀 만족이 차우선순위였다. 또한 자녀 만족의 문항별 요구분석 결과를 보면, 자녀간의 우호적 관계, 자녀들의 화목한 가정 등에 대한 요구가 높은 것으로 나타났다. 이런 결과는 요구분석 연구는 아니지만 중장년층의 인식이나 가족관계에 연구들도 유사한 맥락에서 지적인 사항이었다(김미령, 2011; 윤현숙, 유희정, 2006).

자녀 만족을 중요시하는 인식은 한국의 노년층과 중장년층에게서 공통적으로 나타나는 특징이다(백지은, 최혜경 2005; 윤현숙, 유희정, 2006). 다만 X세대로 대표되는 중장년층은 자녀의 성공을 자신의 성공으로 생각하는 대리만족의 관점과는 달리 자녀와의 관계를 중요시하는 '친구같은 부모'를 추구한다는 점에서 차이가 있다. 또한 장남을 중심으로 했던 과거의 중장년층과는 달리 X세대 중장년층은 자녀 전체의 행복, 자녀들 간의 우애, 자녀의 가정 화목 등 자녀 세대의 가정 내 행복을 강조한다(윤현숙, 유희정, 2006). 물론 X세대 중장년층이 대리만족에서 완전히 벗어난 상태라고 하기는 어렵다. 분명 중장년층 자신도 노년층의 부모에게는 성공의 상징이었고 대리만족을 주는 대상이었기 때문이다(강인 2003; 백지은, 최혜경 2005). 하지만 부모의 역할은 단지 뒷바라지를 하고 자식의 성공을 자신의 성공으로 등치하는 것과는 달리 자녀와의 긍정적 관계 형성, 자녀와의 공유하는 시간과 의미, 자녀 자체의 행복 등을 더 중요하게 보는 가치관을 X세대 부모가 갖고 있다. 따라서 노년층이 되어서도 성공적 노화의 중요한 요소는 자녀와의 관계가 단절되고 자녀의 도움을 받는 수동적 존재가 아니라 자녀와 함께 대등하게 어떤 일을 하고 가족구성원으로서 소통과 교류를 적극적으로 추구하는 특징을 갖는다.

자녀 만족에 대하여 요구가 강한 중장년층은 자녀와의 관계를 유지하고 소통하고 가족 관계를 관리할 수 있는 능력에 관심을 갖는다. 이런 관심은 가정관리, 가족관계 관리, 상담 등에 대한 관심을 고조시킨다. 또한 자녀 만족은 자녀가 어린 시기뿐만 아니라 성인이 된 이후에도 지속적인 관계를 갖고 관계를 발전시키기 위해 자녀와의 공동 관심사 발견, 여가 및 레저에 대한 관심도 증가시켜서 관련 학습이나 동아리 등의 활동에 참여하는 등 중장년 시기의 학습활동을 진작시키는 역할도 한다(Fisher & Specht, 1999). 따라서 이런 요구를 충족시킬 수 있는 평생교육 프로그램으로 성인 자녀와의 관계 형성, 취미나 특기를 공유하는 가족관계, 노년기의 가족 관계 형성 등을 다루는 프로그램이 추천될 수 있다.

셋째, 본 연구의 결과 성공적 노화 중 중장년층의 요구가 강하게 나타난 구성요소로 자기수용도 있었다. 자기수용의 문항 중 집에 대한 만족이 차우선순위였다. 집에 대한 만족이 중요한 이유는 현재 자신이 살고 있는 거주환경에 대한 만족 그리고 경제적 성공을 의미하는 ‘집’에 대한 만족을 의미하는 것이기 때문이다. 자기 자신이 처한 주변의 환경과 조건에 대한 수용과 만족의 중요한 요소로서 집이 손꼽히는 것이 같은 이유이다(김동배, 2008). 차우선순위는 아니지만, 자기수용의 문항 중 자신의 과거 삶에 대한 만족에 대한 요구도 강한 것으로 파악되었다. 이런 결과는 자기수용이 자신의 삶에 대한 긍정적 평가 그리고 이후의 삶에 대해서도 긍정적 평가를 낼 수 있도록 준비하고 싶은 요구가 존재한다(김동배, 2008)는 점을 확인할 수 있었다.

자기수용은 자신의 변화에 대한 수용적 또는 긍정적 태도를 의미하는 것으로 최근 노화를 부정적으로 보기 보다는 발달과 성숙으로 이해하기 위한 관점과 연결되는 중요한 이슈였다(김미혜, 신경림, 2005; 김동배, 2008; Ryff, 1989). 따라서 국내 중장년층에게서 자기수용에 대한 요구가 강하게 나타난 것은 국내외의 다수 연구들이 취하는 성공적 노화에 대한 최근의 관점을 지지하는 결과였다. 즉 노화로 인하여 신체적 능력이 줄어들고, 사회적 역할이 감소하는 등 부정적 측면이 존재하지만, 이를 거부하거나 무시하는 것이 아니다. 이를 스스로 통제할 수 없는 환경적 변화로 인정하고 이를 수용하면서 동시에 그 한계와 범위 내에서 자신의 삶을 영위할 수 있는 요소를 찾는 것이 바로 자기수용의 의미이다.

한국의 중장년층에게 자기수용에 대한 요구가 강하다는 것은 성공적 노화를 준비하기 위하여 자신의 부정적 변화를 수용하고 또 발전적 방향으로 노화의 변화를 전환하기 위한 노력으로 연결된다. 다만 집에 대한 만족과 같이 경제적 성공과 실패에 자기수용을 지나치게 제한하지 않고 폭넓은 자기수용을 가능하게 하기 위해 자신의 인생과 노화에 대한 새로운 인식을 갖고 고령, 노인, 노화에 대한 관점 전환을 가능하게 하는 평생교육의 필요성과 연관된다.

평생교육의 참여는 새로운 지식의 획득의 효과도 발생시키지만, 새로운 관점 형성과 가치관의 근본적 변화를 가능하게 하는 전환학습도 발생시킨다(황윤주, 이희수, 2015; Mezirow, 1991). 특히 중장년층에게서 전환학습은 질병이나 주변인의 사망 등의 부정적 사건뿐만 아니라 고등교육기관에서의 새로운 학습과 학위취득, 웃음강사 등의 새로운 경력으로의 도전과 이를 위한 학습, 이직경험과 도전, 사회운동과 참여(김수정, 2013; 김연정, 2012; 박경호, 2009; 이창현, 이성엽, 2021; 황윤주, 이희수, 2015) 등을 통한 관점과 삶의 변화와 연결된다. 따라서 중장년층의 자기수용에 대한 강한 요구는 평생학습의 관점에서는 새로운 경험, 도전 그리고 학습

으로 재연결되어야 한다. 더불어 단순한 지식 축적의 학습이 아니라 노후 또는 노화에 대한 새로운 관점, 인생의 경력에 대한 새로운 인식 등 전환학습을 경험할 필요가 있다.

따라서 한국의 중장년층에게 성공적 노화를 위한 준비는 평생교육을 통해 새로운 학습의 경험, 새로운 일의 경험, 새로운 삶의 경험을 제공하고 인식의 전환을 가져오는 것이 핵심적으로 필요하다. 이는 다양한 경험을 제공하고 이를 전환학습으로 연결할 수 있도록 안내하고 상담하고 지원하는 활동의 필요성으로 연결된다. 따라서 중장년층의 성공적 노화를 지원하기 위해서는 새로운 도전을 가능하게 하는 평생교육의 기회를 적극 제공해야 하고 이 평생교육에서 전환학습의 개념과 방법을 이해하여 자신의 전환학습 경험을 스스로 파악하고 진행하고 깨달을 수 있는 것이 필요하다. 또한 노년기의 삶을 지나치게 낙관적으로 또는 지나치게 비관적으로 보지 않고, 자신의 삶의 일부로 수용하고 새로운 생애 가치를 추구할 수 있도록 안내하는 평생교육 프로그램도 필요하다. 이 프로그램은 노년기를 살아가기 위해 정신적 풍요로움을 갖도록 하기 위한 프로그램으로, 자신의 상황을 수용적으로 바라볼 수 있도록 하는데 초점을 두어야 한다.

넷째, 본 연구의 요구분석결과에서 유의미한 요구가 존재하는 구성요소 이외의 구성요소에 서도 문항별로 요구가 확인되었다. 예를 들어, 자율적 삶에서의 건강관리, 적극적 인생 참여에서의 여가 참여, 타인 수용에서의 스트레스 회복성과 젊은 세대에 대한 수용성에서 중장년층의 요구가 강하게 나타났다. 자율적 삶에서의 건강관리는 자기완성 지향에서의 건강관리와도 유사하다는 점에서 구성요소의 구분이 적합한지에 대한 추가적인 검토가 필요한 부분이었다.

노년 단계를 생각할 때, 가장 기초적으로 떠오르는 요소가 건강이라는 점에서 이는 성공적 노화의 하위요소에 따라 구분되는 특징이기 보다 공통적 또는 별도의 구성요소로 구성해야 하는 요소일 수 있다(Rowe & Kahn, 1987). 즉, Rowe와 Kahn(1987) 그리고 국내 다수의 연구(강인, 2003; 김경호, 김지훈, 2009; 김미령, 2008) 등이 지적한 바와 같이, 건강에 대한 문항은 독립된 구성요소로 편성되어야 타당할 수 있다. 본 연구의 결과도 자율적 삶 전체의 요구는 통계적으로 유의하지 않았음에도 불구하고 건강에 대한 문항은 다른 구성요소의 문항과 함께 요구가 강하게 나타남으로써 중장년층의 인식에 건강이 별도의 구성요소로 존재할 수 있다는 점을 지지하였다. 하지만, 요구분석이 문항의 타당도나 신뢰도에 대한 분석이 아니라는 점에서 향후 성공적 노화의 건강 관련 문항에 대한 타당도에 대한 연구가 활성화될 필요가 있다.

또한 타인수용의 경우 2개의 문항에 대한 요구가 강한 것으로 나타났다. 이 결과는 타인으로 부터 오는 스트레스나 차이를 수용할 수 있고 또 내면에서 적절하게 처리할 수 있는 능력이나

태도에 대한 요구가 강하다는 것을 보여주는 것이었다. 이는 한국에서 세대 간 갈등이 심화되고 또 지속되고 있다는 점에서 젊은 세대였던 X세대가 중장년층 그리고 노년층으로 접어들면서 한국 사회의 세대 갈등에 대한 스스로의 반성적 접근의 결과라고 생각된다(원영희, 한정란, 2019; 윤현숙, 유희정, 2006, 이선희, 김미리, 정순돌, 2019). 하지만 본 연구가 성공적 노화에 대한 요구분석 연구로서는 최초라는 점에서 본 연구의 결과가 지속적으로 나타날 수 있는지에 대해서는 확인할 수 없다. 이에 후속 연구에서는 타인수용 등의 구성요소나 문항에 대한 요구가 여전히 발생하는지를 확인하고 이를 설명할 수 있는 이론적 탐색을 지속할 필요가 있다.

다섯째, 65세 이상의 노년기의 성공적 노화에 대한 연구들이 요구를 직접 분석한 것은 아니지만, 본 연구의 결과와 유사한 측면과 또 차별적인 측면이 동시에 존재하였다. 우선 노년기를 대상으로 한 연구들(김수현, 김윤정, 2011; 신동선, 2015; 장지은, 2017)은 여가활동 참여, 취업 활동, 봉사활동 등에 대한 참여를 노년기에서 요구한다는 점을 지적하였다. 다만 이 연구들에서 나타나는 여가활동이나 봉사활동 참여는 이후의 인생 단계를 준비하기 보다는 빈곤으로부터의 탈출, 노년기 건강 유지 등을 위한 것이었다. 따라서 본 연구에서 나타난 결과, 즉 노년기를 준비하고 제2의 인생을 준비하기 위한 사회적 활동 참여나 봉사활동과는 그 동기에서 차이가 있다는 것이었다. 한편 해외 연구에서 독특하게 나타났지만 본 연구에서는 강조되지 못한 사항도 존재하였다. 즉, 해외 연구들에서는 중고령층의 직장 활동이 많다는 점에서 일터에서의 성공적 노화(Successful aging at work)에 대한 연구가 확대되었다(Kooij, 2015; Zacher, 2014; Kooij, et al., 2020). 일터에서의 성공적 노화는 성공적 노화의 요소로서 사회적 활동을 직장의 활동으로 이해하고, 직장내의 젊은 세대와의 관계, 타인의 수용, 자신의 역할 찾기 등이 중요하게 논의되었다. 하지만 본 연구는 40세에서 65세의 직장인 포함하여 성공적 노화에 대한 요구를 파악하였으나, 일터의 관점에서 이를 분석하지는 못하였다. 다만 본 연구의 결과에서도, 사회적 활동에 대한 관심이나 타인수용 등은 높은 수준의 요구를 보였다는 점에서, 해외의 일터에서의 성공적 노화와 유사한 결과를 일부 확인할 수 있었다.

이상의 논의와 결론을 해석하는데 다음의 한계점이 존재하였다. 첫째, 본 연구에서 사용한 성공적 노화 조사도구가 노년을 대상으로 한 것이라는 점에서 중장년층의 특성을 반영하는데 한계가 존재하였다. 물론 국내 성공적 노화의 조사도구가 모두 노년층을 대상으로 한다는 점과 본 연구가 중장년층이 노년을 준비하기 위한 요구를 파악한다는 목적을 갖고 있다는 점에서 도구의 사용이 가능하였다. 그럼에도 불구하고 중장년층에게 적합한 성공적 노화의 조사도구를

적용하는 것이 타당할 것으로 판단되었다. 예를 들어, 일터에서의 성공적 노화를 반영할 수 있는 요소를 구성한다든지, X세대로서 인터넷 활용 등 다양한 변화를 경험하는 중장년층의 특성을 반영하는 요소를 포함하는 것이 가능할 것이다. 또한 기존의 도구가 양적 조사로 한정되어 자유도가 부족하다는 점에서, 개방형 질문을 활용하여 추가 요인을 조사하는 등 조사내용뿐만 아니라 조사방식에서도 중장년층의 요구를 다각적으로 조사할 수 있는 방법을 적용하는 것이 추천되었다. 둘째, 본 연구의 이론적 검토에 따라 중장년층을 40세에서 65세로 정하였으나, 최근 고령화의 추세, 국제 기구의 중장년층 구분 연령대 상향 조정 등의 경향을 반영하지 못한 한계점이 있었다. 즉, 40세에서 44세를 중장년층으로 포함하기에는 정책 대상이나 국제기구의 구분과는 차이가 있을 수 있었다. 이에 향후 연구에서는 중장년층 연령 구분을 위해 45세 이상으로 조정하여 조사 설계와 분석을 실시하는 것이 추천되었다. 셋째, 중장년층의 요구는 사회경제적 배경, 경제적 여건 등에 의해서 차이가 있을 수 있었다. 하지만 본 연구는 이런 요인에 의한 요구 차이를 분석하지 않았다는 점에서 한계가 있었다. 이에 후속 연구는 중장년층의 요구가 사회경제적 지위나 경제적 여건 또는 그 외의 개인적 특성에 따라 어떤 차이가 나타나는지를 실증적으로 분석하는 것이 추천되었다.

참고문헌

- 강성옥, 하규수(2013). 중년층의 성공적 노화인식과 노후준비와의 관계에 관한 연구. 한국디지털정책학회, 11(12), 121-144.
- 강인(2003). 성공적 노화의 지각에 관한 연구. 노인복지연구, 20, 95-116.
- 경기도평생교육진흥원(2017). 경기도민 평생학습 참여 실태조사. 경기도: 경기도평생교육진흥원
- 김경신, 김정란(2001). 중년기 기혼여성의 자아정체감 및 위기감이 삶의 질에 미치는 영향. 대한가정학회, 158(4), 105-120.
- 김경호, 김지훈(2009). 한국노인의 성공적인 노화요인의 구조분석. 한국노년학, 29(1), 71-87.
- 김동배(2008). 한국 노인의 성공적 노화 척도 개발을 위한 연구. 한국사회복지학, 60(1), 211-231.
- 김미령(2008). 여성노인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 성공적 노화의 구성요소. 한국노년학, 28(1), 33-48.
- 김미령(2011). 베이비붐세대, X세대, 준고령세대 여성의 삶의 질 구성요소 비교 연구. 노인복지연구, 51, 7-34.
- 김미혜, 신경립(2005). 한국 노인의 성공적 노후 척도 개발에 관한 연구. 한국노년학, 25(2), 35-52.
- 김수정(2013). 전환학습과 도덕발달에 관한 연구: 사회운동경험을 가진 여성정치인을 중심으로. 평생교육학연구, 19(2), 97-132.
- 김수현, 김윤정(2011). 노년기 여가활동참여와 성공적 노화 인식간의 관계. 한국가족관계학회지, 15(4), 3-23.
- 김순오(2009). 성인여성의 성공적 노화에 대한 인식 연구, 임상미술치료연구, 4(2), 81-90.
- 김연정(2012). 기업 중견비서의 이직 경험 및 전환학습 과정에 관한 현상학적 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김인엽, 김종욱, 송기민(2017). 중장년의 일과 학습에 관한 연구. 세종시: 한국직업능력개발원.
- 김재남(2020). X세대와 Y세대의 삶의 만족도에 대한 종단적 모형 검증. 한국컴퓨터정보학회논문집, 25(11), 245-253.
- 김정희, 박지영(2015). 노인의 노화불안이 성공적 노화에 미치는 영향과 사회적 지지의 매개효과. 한국콘텐츠학회, 15(9), 210-222.
- 김현정, 이정은, 한성민(2010). 세대 간 지원교환이 성공적 노화에 미치는 영향. 한국노인복지학회, 47, 265-288.

- 문인숙(2011). 자원봉사활동이 노인의 성공적 노화에 미치는 영향 연구. 서울벤처정보대학교 박사학위논문.
- 박경란, 이영숙(2002). 성공적인 노화의 개념 및 구성요인에 대한 고찰. *미래사회환경과 가정학*, 2002, 42-43.
- 박경호(2009). 전환학습이론: 고등교육기관에서 중년여성학습자의 의미구조의 변화. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 12(4), 31-60.
- 박상복(2010). 전문직 은퇴자의 성공적 노화에 대한 요구분석: 역량, 학습 및 사회활동을 중심으로. 경성대학교 대학원 박사학위논문.
- 박영철(2016). 노인의 성공적 노화 영향요인 연구. 원광대학교 대학원 박사학위논문.
- 백지은, 최혜경(2005). 한국노인들이 기대하는 성공적인 노화의 개념 유형 및 예측요인. *한국가정관리학회지*, 23(3), 1-16.
- 변진숙, 권찬호(2016). 중년여성의 사회적 노후준비 결정요인분석: 386, X세대(코호트)의 조절 효과를 중심으로. *한국행정학회 학술대회발표 논문집(1901-1925)*.
- 서명환(2011). 노인의 평생교육 프로그램 참여가 성공적 노화에 미치는 영향. 대구한의대학교 대학원 박사학위논문.
- 손화희(2014). 노인 일자리사업에 대한 인식 및 자원봉사 태도가 성공적 노화에 미치는 영향. *한국가족복지학*, 19(4), 715-729.
- 신동선(2015). 성공적 노화와 노년기의 평화. *평화학논총*, 5(1), 34-64.
- 안정신, 강인, 김윤정(2009). 한국 중노년 성인들의 성공적 노화 척도. *한국가족관계학회지*, 13(4), 225-245.
- 여미옥(2013). 노인의 성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 목원대학교 대학원 박사학위논문.
- 원영희, 한정란(2019). 세대갈등과 세대통합에 대한 고찰: 노년교육학적 관점을 중심으로. *노년교육연구*, 5(1), 63-85.
- 윤영채(2017). 40-50대 중등교원의 성공적 노화에 대한 요구분석: 중학교 교사들을 중심으로. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤현숙, 유희정(2006). 가족관계가 성공적 노화에 미치는 영향. *한국가족복지학*, 18, 5-31.
- 이금룡(2002). 한국노인의 사회활동: 노년기 여가활동과 자원봉사활동을 중심으로. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 5(2), 1-22.
- 이민주(2013). 성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 선택·최적화·보상 전략을 중심으로. 대구대학교 대학원 박사학위논문.
- 이선희, 김미리, 정순돌(2019). 청년세대의 연령주의 유형화 및 연령주의 유형과 세대갈등·노인복지정책 인식의 관계. *한국노년학*, 39(4), 825-846.
- 이신영(2012). 중노년층의 성공적 노화 인식에 관한 연구. *사회과학논총*, 31(1), 287-306.

- 이옥희, 이지연(2012). 중년기 생생감 척도개발 및 타당화. 한국상담학회, 13(2), 665-688.
- 이정화, 이옥순, 최인영(2007). 중년층의 노년기 교육에 대한 욕구분석: 성별 및 학력 차이를 중심으로. 한국노년학연구, 17, 85-104.
- 이창현, 이성엽(2021). 대기업 퇴직자의 새로운 직업찾기 과정에 나타난 전환학습 경험 내러티브 탐구. 교육컨설팅코칭연구, 5(1), 25-44.
- 임광규(2015). 자기효능감 및 사회적 관계망이 성공적 노화에 미치는 영향. 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 임연옥, 윤지영, 석재은(2013). 한국인의 성공적 노화에 대한 초월적 인식에 대한 탐색적 연구. 한국사회복지조사연구, 38, 25-45.
- 장지은(2017). 노년기의 성공적 노화와 취로 활동: 일본의 오가와노쇼 오야키무라 사례를 중심으로. 비교교육연구, 27(3), 185-212.
- 전명수(2013). 노인 평생교육 참여 동기유형이 성공적 노화에 미치는 영향. 호서대학교 대학원 박사학위논문.
- 전상훈(2014). 중장년층의 고등교육 참여 동기가 사람의 질에 미치는 영향. 대구한의대학교 대학원 박사학위논문.
- 전은희, 주용국(2014). 여성노인의 성공적 노화 척도 개발. 평생학습사회, 10(3), 145-180.
- 정병은, 이기홍(2010). 성공적 노화에 대한 세대별 인식 조사연구: 사회관계를 중심으로. 조사연구, 11(2), 45-69.
- 정순돌(2007). 여성노인과 남성노인의 성공적 노화에 관한 인식 비교연구. 한국노년학, 27(4), 829-845.
- 정홍인(2017). 중장년 사무직 근로자의 경력발달과업 성취수준, 성공적 노화 예측요인, 성공적 노화 간의 구조적 관계. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 조대연(2006). 국내 성인교육훈련의 요구분석 연구동향: 1990년-2005년 관련 문헌을 중심으로. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 9(1), 85-106.
- 조대연(2009). 설문조사를 통한 요구분석에서 우선순위결정 방안 탐색. 교육문제연구, 35, 165-187.
- 조명희(2014). 성공적 노화에 관한 연구동향: 학술지 게재논문을 대상으로. 한국생활과학회지, 23(2), 231-249.
- 진미정, 변주수, 권순범(2013). 한국 가족 생애주기의 변화: 1987년 공세권 연구와의 비교. 가족과 문화, 26(4), 1-24.
- 최혜경, 백지은, 서선영(2005). 노인들의 인식을 통한 한국적인 성공적 노화의 개념. 한국가정관리학회지, 23(2), 1-10.

- 통계청(2018). 중장년층 행정통계 결과 보도자료. <https://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/6/8/index.board?bmode=read&aSeq=379564>에서 2020년 3월 14일 검색.
- 한정란, 원영희, 박성희, 최일선(2009). 중년층과 노년층의 노인교육 요구. *평생교육학연구*, 15(4), 131-161.
- 현영섭, 신은경(2019). 중·고령 응시생이 김정고시 응시과정에서 경험하는 어려움. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 22, 153-186.
- 홍현방(2001). 성공적 노화 개념정의를 위한 문헌연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 황윤주, 이희수(2015). 두 50대 여성의 전환적 생애경험에 관한 내러티브 연구: 웃음강사로 제2의 인생 살기. *평생학습사회*, 11(2), 215-243.
- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1961). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monograph*, 47(1), 1-171.
- Annie, B., Martin S., Archana S., & Michael G. M. (2008). Successful aging: The contribution of early-life and midlife risk factors. *Journal of The American Geriatrics Society*, 56(6), 1098-1105.
- Baltes, P., & Baltes, M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. Baltes, & M. Baltes. (Eds.), *Successful aging: Perspectives from behavioral sciences*(1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Conway, J. (1989). *Men in middle crisis*. Colorado Springs: David C Cook
- Erikson, E. H. (1976). *Life history and the historical moment: Diverse presentations*. New York: W. W. Norton & Co.
- Fisher B. J. (1995). Successful aging, life satisfaction, and generativity in later life. *International Journal of Aging and Human Development*, 41(3), 239-250.
- Fisher, B. J., & Specht, D. K. (1999). Successful aging and creativity in later life. *Journal of Aging Studies*, 13(4), 457-472.
- Jüing, C. G. (1933). *Modern man in search of a soul*. New York: Harcourt Crace & Co.
- Kooij, D. (2015). Successful aging at work: The active role of employees. *Work, Aging and Retirement*, 1(4), 309-319.
- Kooij, D., Zacher, H., Wang, M., & Heckhausen, J. (2020). Successful aging at work: A process model to guide future research and practice. *Industrial and Organizational Psychology*, 13(3), 345-365.
- Lachman, M. E. (2004). Development in midlife. *Annual Review Psychology*, 55, 305-331.

- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: Knopf
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row, Co.
- Rowe J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237, 143-149.
- Ryff, C. (1989). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *Internal Journal of Aging and Human Development*, 12, 34-55.
- Vaillant, G. E., & Mukamal, K. (2001). Successful aging. *The American Journal of Psychiatry*, 158(6), 839-847.
- Zacher, H. (2014). Successful aging in work. *Work, Aging and Retirement*, 1(1), 4-25.

ABSTRACT

A Study about the Middle-aged People's Needs on Successful Aging

Sunjoo Lee (Emart Culture Center)

Youngsup Hyun (Kyungpook National University)

The purpose of this study is to analyze the middle-aged people's needs on successful aging. To do this, we developed the survey for needs about successful aging based on theoretical reviews. And quantitative data collected from 203 middle-aged(40-65 years) people in Korea. Using the data, we performed 3 steps of needs analyses such as t-test, Borich's demand analysis, and LFF(Locus for Focus). the results are as follow. First, the analysis of needs on 6 factors for successful aging showed orientation for self-perfection in the top priority group. And self satisfaction and self acceptance were in the secondary priority group. Second, more than 1 item in each 6 factors were in the top or secondary priority group. For example, managing health, accepting negative feeling, and accepting the young's opinion were in the top priority group. Based on the results, discussions and implications were suggested.

[Keywords] Successful aging, Middle-aged people, Needs analysis