

노년기 스트레스와 웰빙에 대한 사회비교 및 사회비교 대처의 매개효과 탐색[†]

서 경 현 [‡]	이 상 숙	정 구 철	김 신 섭
삼육대학교	시니어스타워	삼육대학교	삼육대학교
상담심리학과	장기요양센터	상담심리학과	상담심리학과

본 연구의 목적은 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 사회비교나 사회비교 대처가 어떤 역할을 하는지 탐색하는 것이다. 본 연구의 참여자는 하남시에 거주하는 60세 이상의 노인 270 명이며, 평균 연령은 76.59($SD=8.35$)세이다. 본 연구에서는 노년기 스트레스와 노인의 사회비교, 사회비교 대처, 부정 및 긍정 정서, 삶의 만족, 주관적 행복 수준을 측정하였다. 분석 결과, 노년기 스트레스는 사회비교나 사회비교 대처와는 정적 상관을, 주관적 웰빙과는 부적 상관을 보였다. 노년기 스트레스와 노인의 주관적 웰빙은 약 14%의 변량을 공유하고 있었다. 한편 노년기 스트레스는 하향비교 대처보다 상향비교 대처와 더 많은 부분의 변량을 공변하고 있었다. 변인들 간의 관계를 분석하였을 때 사회비교 및 사회비교 대처는 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 중재효과보다 매개효과의 가능성을 보였고, 회귀분석에서 사회비교 대처 중에 상향비교만이 매개 효과가 있음이 검증되었다. 그런 매개경로는 구조방정식 모형으로도 입증되었다. 본 연구의 결과는 사회비교 자체가 아닌 사회비교 대처 중에 상향비교 대처가 노년기 스트레스와 웰빙 간의 관계에서 매개변인 역할을 하며 한국 노인의 삶의 질에 부정적으로 작용한다는 점을 시사한다. 노인의 웰빙에 대한 상향비교 대처의 매개효과를 선행연구와 한국사회의 집단주의 성향을 바탕으로 논의하였다.

주요어: 노년기, 스트레스, 사회비교, 대처, 웰빙

[†] 이 논문은 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 연구되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 서경현, (139-742) 서울시 노원구 공릉2동 26-21 삼육대학교 상담심리학과, 전화: 02) 3399-1676 E-mail: khsuh@syu.ac.kr

2010년 통계청 인구주택총조사에서 65세 이상 노인 인구가 11.0%인 것으로 나타났으며, 2018년에는 14.3%로 증가할 것으로 추산되었다. 노인 인구의 증가는 출산율의 변화가 주요 원인이지만, 기대수명의 증가도 한 몫 하고 있다. 통계청(2010)의 발표에 따르면 2009년 한국인의 기대수명이 80.5세로 1970년보다 약 18세나 증가하였다. 전체 인구의 10%이하인 노인 인구가 20년 후에는 20%를 넘어설 것으로 예상되는 가운데 정부에서는 최고령 사회에 대한 대비책을 강구하고 있다. 그리고 노년기의 삶이 길어진다는 것과 관련하여 개인의 노년기 삶의 질에 대한 관심 또한 증폭되었다.

노년기의 삶의 질은 이미 연구자들에게도 관심사이다(서경현, 2006). 개인에게 있어서 오래 산다는 것 자체만으로 긍정적이 될 수는 없다. 만약 노년기동안 스트레스는 경험하여 신체적으로나 정신적으로 건강하지 못한 삶이 지속된다면 개인에게 그리 좋은 일은 아닐 것이다. 따라서 기본적인 의식주 문제가 해결되고 기대 수명이 증가하면서 노년기의 삶의 질은 개인에게 가장 중요한 관심사가 되었다. 삶의 질이란 인간 삶의 바람직한 상태를 나타내는 광의적 개념으로 신체적이고 물질적인 수준뿐 아니라 문화사회적인 측면과 심리적 상태까지 포함하는 것이다(김기옥 외, 2005).

삶의 질과 동일한 혹은 유사한 의미에서 함께 사용되는 개념으로는 행복(happiness) 혹은 웰빙(well-being), 삶의 만족(life-satisfaction) 등이 있다. 그런데 삶의 질 차원에서 주로 다루어지는 이런 개념들은 주관적 웰빙(subjective well-being)으로 요약할 수 있다(Lucas & Diener, 2004). 그리고 인간의 웰빙을 위협하는 것이 바로 스트레

스다. 스트레스와 웰빙을 반대 개념으로 보는 학자도 있다(김정호, 2006). 인간은 전 생애에 걸쳐 스트레스를 경험하게 되는데 이것이 모두 웰빙을 방해하는 것은 아니다. 스트레스가 인생에서 자극이 되고 삶의 의미를 깨닫게 해주는 것이라면 긍정적인 유스트레스(eustress)가 될 수 있다. 하지만 김정호(2006)가 말하는 스트레스는 극복해야 할 장애물이거나 개인을 힘들게 만드는 디스트레스(distress)이다. 본 연구에서 말하는 스트레스를 이 디스트레스를 의미하는 것이다.

개인의 특성이나 생애 주기에 따라 스트레스의 종류나 강도가 다를 수 있다. 청년기나 중년기에는 직업적 성공을 위해 힘쓰며 경제적 안정을 위해 노력하고 분투하지만 노년기가 되면 신체적으로 쇠약해지고 경제력이 약해지는 것에 대처해야 하는데 경우에 따라서는 독립적으로 살아가는 것조차 힘들어질 수 있다(Woolston, 2007). 또한 노년기에는 여러 가지 변화를 경험하게 되는데 그것에 잘 적응하지 못하면 많은 스트레스를 경험하게 된다. 인간이 노년기에 적응해야 하는 것들은 신체적 노화, 퇴직, 경제력 저하, 절친한 친구나 배우자와의 사별, 외로움, 자녀와의 불화, 소외, 급변하는 사회 등이다. 노년기에서 노인에게 요구되는 스트레스는 노년기의 웰빙에 부정적으로 영향을 미칠 수 있다. 노년기 스트레스는 노인의 행복을 위협하고(전해숙, 2010), 우울과 같은 정신적 문제를 야기할 수 있다(정미경, 이규미, 2010).

일반적으로 스트레스가 만병의 근원이 되고 개인의 웰빙을 저해하는 요소로 알려져 있지만 실증 연구들에서는 스트레스가 질병이나 웰빙과 상관하는 강도가 기대만큼 강하지 않았다(Klag &

Bradley, 2004). Rabkin과 Struening(1976)은 스트레스가 질병의 전체 변량의 10%도 채 설명하지 못한다는 점을 지적하며 이런 연구결과가 일반상식과는 다르다는 점을 강조하였다. 두 변인 간 관계의 강도가 가정한 것보다 약하게 나타나는 것과 관련하여 Benisheck와 Lopez(1997)는 스트레스와 건강 혹은 웰빙 관계를 매개하거나 중재하는 변인들이 있기 때문이라고 주장하였다. 지금까지 스트레스와 건강 및 웰빙 간의 관계를 중재하거나 매개하는 변인으로 검증되어 온 것 중에 개인적 특성으로 강인성(Klag & Bradley, 2004), 자기효능감(Hilmert, Christenfeld, & Kulik, 2002; Mackenzie & Peragine, 2003), 자아탄력성(Tugade, Fredrickson, & Barrett, 2004), 대처(Aldwin & Revenson, 1987) 등이 있고, 사회적 변인으로는 사회지원(Dean & Ensel, 1982; Hobfoll & Lieberman, 1987; Kobasa & Puccetti, 1983; Thoits, 1986)이 있다.

스트레스에 취약한 노년기의 웰빙에 영향을 미칠 수 있는 또 다른 변인으로는 어떤 것이 있을까? 사회지원 외에 사회적 변인으로 사회비교가 스트레스와 웰빙 간의 관계에서 어떤 역할을 하는지 탐색한 연구가 있었다(서경현, 이경순, 2010). 인생을 오래 살아 노년기에 이르면 자신과 다른 사람 혹은 자신이 이루어 놓은 것과 다른 사람이 이루어 놓은 것을 비교하게 되는 일이 많아질 수 있다. 사람들이 자신 혹은 자신의 생각에 대한 평가를 하여 삶의 불확실성을 감소시키기 위해서 사회비교를 하고, 스트레스 상황에서 대처 방식으로 사회 비교를 활용한다는 사회비교 이론은 사실 오래 전 Festinger(1954)에 의해 소개되었다. 그 이후 여러 실증연구들이 사회비교 이론을 지

지하는 결과를 얻었으며(Michinov, 2007), 살면서 새로운 것에 적응해야 하거나 과도기에 있게 되면 스트레스를 많이 경험하는데 이 때 사회비교를 많이 하게 된다는 것도 검증된 바 있다(Ahrens & Alloy, 1997; Buunk & Gibbons, 1997; VanderZee & Wood, 1997). 그런 연구들이 불확실성이 증가하는 노년기에서 사회비교가 많아질 것이라는 가정을 지지한다(Gibbons & Buunk, 1999). 노년기에 접어들면 청년기나 중년기 때보다 적응해야 할 것들이 더 많아지기 때문이다.

노년기에서는 사회비교의 가능성이 크기 때문에 그런 사회비교가 그들의 정신건강이나 웰빙에 영향을 미칠 수 있다. 더 구체적으로 표현하면 사회비교가 노년기에 경험하는 스트레스가 노인의 삶의 질에 미치는 영향을 매개하거나 중재할 수도 있다. 그러나 사회비교가 반드시 긍정적으로 작용하리라고 생각할 수는 없다(White, Langer, Yariv, & Welch, 2006).

사회비교로 기분을 고양시키려면 자기보다 못한 사람과 비교하는 하향비교가 도움이 될 수 있다. 일찍이 부정 정서를 감소시키는 하향비교 이론은 Willis(1981)에 의해 소개되었다. 자신보다 못한 사람들과 하향비교를 하면 부정 정서가 감소된다는 것이 실증연구에서도 검증된 바 있다(Aspinwall & Taylor, 1993; Reis, Gerald, & Gibbons, 1993). 자신보다 못한 사람들과 비교하여 위안을 얻기 때문일 수 있는데, 이런 하향비교는 주관적 웰빙과도 정적 상관관계가 있는 것으로 알려져 있다(Wheeler & Miyake, 1992).

반대로 인간이 살다 보면 자신보다 잘났다고 생각하는 사람과도 비교할 때가 있다. 자신보다 잘 난 사람과 비교하는 상향비교는 개인의 기분

을 나쁘게 하여 부정 정서를 자극할 것이라고 가정할 수 있다. 실증 연구들(Aspinwall & Taylor, 1993; Salovey & Rodin, 1984; Testa & Major, 1990)에서도 상향비교가 정서에 부정적으로 작용하는 것으로 나타났다. Wheeler와 Miyake(1992)의 연구에서는 상향비교를 하면 웰빙 수준이 낮아지는 것으로 나타났다.

하향비교가 정서에 긍정적으로 작용하고 상향비교가 부정적으로 작용한다는 가설이 노인에게도 적용된다고 보장할 수 없다. 게다가 하향비교가 정서에 긍정으로 작용하지 않는 것으로 나타난 연구도 있었으며(Tesser, Miller, & Moore, 1988), 오히려 하향비교가 부정 정서를 증가시키는 것으로 나타난 연구도 있었다(Wood, Giordano-Beech, Taylor, Michela, & Gaus, 1994). 그러나 일반적으로 스트레스에 대한 대처 방법으로 하향비교 혹은 긍정비교가 유용한 것으로 알려져 있기 때문에(전경구, 김교현, 조신웅, 노명래, 손정락, 1994), 연구자들도 노년기 스트레스에 대한 대처 방식으로 하향비교가 효과가 있을 것이라고 가정하였다.

본 연구에서는 일반적인 사회비교 지향 수준 외에도 스트레스 상황에서 대처방식으로 사회비교를 활용하는 것에 초점을 맞추려고 한다. 대부분의 대처방식 척도가 긍정비교, 즉 하향비교 대처만을 하위척도로 하고 있기 때문에 본 연구에서는 그와 상반되는 상향비교 대처 척도 문항까지 포함시켜 비교하며 탐색하려고 한다. 사회비교 혹은 사회비교 대처가 노년기의 웰빙에 어떤 작용을 하는지를 검증하는 것을 넘어서 노년기 스트레스와 웰빙의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 검증하려는 것이다.

웰빙에는 기능적인 면을 중심으로 하는 심리적 웰빙이 있고 인생에서의 만족감이나 행복감으로 대변되는 주관적 웰빙이 있다(Ryan & Deci, 2001). 인간에게 있어 두 가지 웰빙이 모두 중요하지만 앞서 언급한 것처럼 삶의 질 차원은 심리적 웰빙보다 주관적 웰빙 개념에 더 가깝다. 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 대변하는 주관적 평가라고 할 수 있는 주관적 웰빙을 Diener(1984)는 삶의 만족과 긍정 정서 및 부정 정서와 같은 세 요인으로 구성되는 것으로 보았다. 삶의 만족은 인지적 평가를, 정서는 경험의 빈도 혹은 양을 반영하는데 부정 정서는 덜 경험하면서 긍정 정서를 많이 경험하고 자신의 삶에 더 만족하면 주관적 웰빙 수준이 높다는 것을 의미한다.

한편 Diener(1984)의 경우 주관적 웰빙이 행복과 동일한 개념은 아니라고 하지만, 주관적 웰빙이 일반적으로 행복으로 통용되고 있고 본 연구가 노년기의 삶의 질에 초점을 맞추고 있으며 몇몇 선행연구(김정호 등, 2009; 서경현, 김정호, 유제민, 2009)에서 주관적 행복감을 주관적 웰빙의 변인으로 채택하였기 때문에 본 연구에서도 행복감을 주관적 웰빙 변인에 포함시키고자 하였다. 따라서 본 연구에서는 자신의 삶에 대해 만족하고, 부정 정서는 덜 경험하면서 긍정 정서를 많이 경험하며, 삶 속에서 행복감을 더 느끼면 주관적 웰빙 수준이 높은 것이다.

본 연구의 목적은 사회비교나 사회비교 대처가 노년기의 스트레스와 삶의 질의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 탐색하는 것이다. 이런 목적을 성취하기 위해 연구자들은 다음과 같은 가설을 검증하려고 한다. 첫째, 노년기 스트레스는 노인의 주관적 웰빙에 부정적으로 작용하고, 노인의 사회

비교는 긍정적으로 작용한다. 둘째, 사회비교 대처 중에 하향비교 대처는 노인의 주관적 웰빙에 긍정적인 영향을 상향비교 대처는 부정적인 영향을 미친다. 셋째, 노년기 스트레스와 노인의 주관적 웰빙 간의 관계에서 사회비교와 사회비교 대처가 중재변인 혹은 매개변인 역할을 한다. 이와 같은 가설을 검증하는 궁극적인 목적은 노년기 삶의 질을 개선하기 위한 기초 자료를 제공하기 위함이다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구는 하남시에 거주하는 60세 이상의 노인 270명(남성 93명, 여성 177명)을 대상으로 하였다. 참여자들의 연령은 만 60세에서 95세($M=76.59$, $SD=8.35$)까지 분포되어 있으며, 60대가 60명(22.2%), 70대가 100명(37.0%), 80대 이상이 110명(40.7%)이었다. 이들 중에 배우자와 함께 살고 있는 노인은 78명(28.9%)이었으며 그 외의 노인은 사별(160명, 59.3%), 이혼(17명, 6.3%), 별거(11명, 4.1%) 등으로 배우자와 함께 살고 있지 않았다.

연구 참여자인 노인들의 학력으로는 초등학교 졸업이 85명(31.5%)으로 가장 많았고, 무학 74명(27.4%), 중학교 졸업 55명(20.4%), 고등학교 졸업 46명(17.0%), 대학 졸업 7명(2.6%) 순이었으며, 3명은 자신의 학력을 밝히지 않았다. 이들이 가진 종교로는 기독교(개신교)를 믿는 비율이 28.5%(77명)로 가장 많았으며, 불교 15.6%(42명), 천주교 12.6%(34명), 기타 종교 5.2%(14명) 순이었으며, 38.1%(103명)의 노인은 종교를 가지고 있지 않다

고 보고하였다.

대상자 중에 180명(66.7%)이 직업을 가지고 있지 않다고 보고하였으며, 136명이 국가로부터 경제적 지원을 받고 있었다. 이들 중에 17.8%(48명)가 독거노인이었고, 13%(35명)의 노인은 부부 단둘이 살고 있었다. 자녀 혹은 손자녀와 함께 사는 노인이 36.7%(99명)이었으며, 그 외 노인들은 다른 사람들과 거주하고 있었다.

자신이 건강하다고 밝힌 노인은 26명(9.7%)밖에 되지 않았으며, 건강 수준이 보통이라고 보고한 노인이 79명(29.3%)이었는데 반해 130명(48.1%)의 노인이 자신의 건강이 나쁘다고 하였고, 34명(12.6%)의 노인은 자신의 건강이 매우 나쁘다고 응답하였다. 한편 1명의 노인은 자신의 건강상태를 보고하지 않았다. 본 연구에 참여한 노인들 중에 208명(77.0%)이 한 가지 이상의 질병을 가지고 있다고 응답하였다.

본 연구를 위한 설문 조사는 하남시에 있는 5곳의 노인복지시설에서 이루어졌다. 설문을 하기 전에는 참여자들에게 연구의 내용을 설명하고 개인정보의 누출이 없을 것이라는 점을 알린 후 연구 참여에 동의를 구하였다. 참여자들 중에 글을 읽지 못하거나 읽는데 장애가 있는 노인들은 사회복지사와 연구보조원의 도움으로 설문에 답하였다. 이 과정에서 참여자들에게 연구에 참여하는 것은 자율적 의지로 결정할 수 있으며 언제든지 포기할 수 있다고 알렸다.

자료분석 절차

본 연구를 위한 통계분석은 PASW Statistics 18과 AMOS(Analysis of Moment Structures)

16.0 으로 이루어졌다. 본 연구에서는 노년기 스트레스와 사회비교 및 사회비교 대처가 삶의 만족, 부정/긍정 정서, 주관적 행복과 같은 주관적 웰빙 변인들과 어떻게 관계하는지를 살핀 후, 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 사회비교 및 사회비교 대처의 역할을 탐색하기 위해 우선 경로분석을 통해 중재효과가 있는지 아니면 매개효과가 있는지를 검증하였다. 매개효과에 대한 적합도와 유의성 검증은 구조방정식 모형으로 분석하였으며, 추정방법은 최대우도법(maximum likelihood method)을 사용하였다. 매개효과에 대한 구조모형의 적합도는 χ^2 값과 자유도 비, TLI, CFI, RMSEA, SRMR의 적합도 지수들을 고려하여 검증하였다. χ^2 값과 자유도 비는 3이하이면 좋은 적합도로 해석되며, TLI와 CFI는 .90이상일 때 좋은 적합도로 해석되고, RMSEA와 SRMR은 .05이하이면 좋은 적합도로, .08이하이면 보통의 적합도로 해석된다(홍세희, 2000). 매개효과에 대한 경로에 대한 유의성을 검증하기 위해서 Sobel 검증을 시행하였다.

조사 도구

노년기 스트레스. 노인들이 겪는 스트레스는 McCubbin, Patterson과 Wilson(1995)의 노인용 FILE(Family Inventory of Life Events and Changes)를 이영자와 김태현(1999)이 상실감 문항 2개를 추가한 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 22문항으로 구성되어 있는데 노인들이 경험하는 가족문제 스트레스(9문항), 경제문제 스트레스(5문항), 건강문제 스트레스(3문항), 주거문제 스트레스(3문항), 상실문제 스트레스(2문항)를 측

정한다. 피검자인 노인이 지난 1년간 경험한 각 영역에서의 스트레스를 ‘전혀 받지 않았다(1점)’에서 ‘매우 많이 받았다(5점)’까지 5점으로 평정하도록 되어있다. 점수의 범위는 22점에서 110점으로 점수가 높을수록 노인의 스트레스 정도가 심한 것을 의미한다. 본 연구에서는 각 하위영역별 노년기 스트레스가 아닌 전체 점수로만 분석하였고, 내적일치도(Cronbach's alpha) 계수는 .90이었다.

사회비교. 노인들의 사회비교 경향성은 Gibbon과 Buunk(1999)이 사회비교 지향 수준을 측정하기 위해 개발한 INCOM 문항들을 한덕웅과 장은영(2002)이 번역하여 비교내용과 비교대상을 한국 사회에 적합하도록 구성한 척도로 측정하였다. 원래 이 척도는 능력 차원에서 사회비교 경향을 측정하는 6문항(예: 만일 내가 어떤 일을 얼마나 잘 했는지 알고 싶으면 내가 하는 일과 다른 사람들이 하는 일을 비교한다)과 의견 차원에서 사회비교 경향을 측정하는 5문항(예: 나는 다른 사람과 자신을 자주 비교하는 그런 유형의 사람이 아니다)으로 구성되어 있고, 각 문항에 동의하는 정도를 5점 척도로 응답하도록 되어 있다. 예비 설문에서 이 척도의 몇 문항을 노인들이 이해하지 못하는 경향이 있어 문항을 약간 수정하였으며, 설문 과정에 노인 개인이 제대로 이해하지 못한다고 하였을 경우 추가로 설명하였다. 본 연구에서 11 문항의 내적일치도(Cronbach's alpha)는 .79였다.

사회비교 대처. 스트레스 상황에서 타인과 비교하는 대처 방식을 측정하기 위해 다차원적 대처 척도(전점구 외, 1994)의 긍정적 비교 하위척도(하향비교 대처 문항)에 연구자가 부정비교(상향

비교) 항목을 추가한 척도를 사용하였다. 원래 다차원 대처 척도는 개인적 대처 차원, 사회적 대처 차원, 및 종교적 대처 차원을 포함하는 13개의 하위척도(50 문항)로 구성되어 있는데, 긍정적 비교 대처는 하향비교 문항으로 4문항으로 측정되는데 연구자들은 그 문항들에 상응하는 상향비교 대처(부정적 비교 대처) 문항들(4문항)을 추가하였다. 부정적 비교 문항인 상향 비교 대처 문항으로는 “나보다 더 나은 삶을 살아가는 사람들을 보며 부러워한다”, “세상에 나보다 더 불쌍한 사람이 있을까하고 한탄한다”, “왜 나만 못 났을까 하고 생각한다”, “왜 나에게만 자꾸 이런 일이 생길까 하고 생각한다”가 포함되었다. 각 문항은 4점 척도로 평정하도록 되어 있는데, 특정 대처방식을 일상생활 속에서 평소에 일반적으로 어느 정도 사용하느냐는 질문에 0--‘전혀 그렇지 않다’, 1--‘조금 그렇다’, 2--‘상당히 그렇다’, 3--‘매우 그렇다’로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s alpha)는 하향비교 대처는 .71 상향비교 대처는 .79였다.

삶의 만족. 노인들이 삶에 만족하는 수준은 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)의 삶의 만족 척도(SWLS: Satisfaction with Life Scale)를 김정호(2007)가 번안한 문항들을 사용하여 측정하였다. 이 척도는 “대체로 나의 삶은 나의 이상(ideal)에 가깝다”, “나는 내 삶에 만족한다” 등과 같은 5문항으로 개인이 자신의 삶에 만족하는지를 평가한다. 이 척도는 7점(1 = 매우 반대한다 ~ 7 = 매우 찬성한다)으로 평정하도록 되어 있으며, 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s alpha)는 .71이었다.

부정/긍정 정서. 노인들이 삶 속에서 경험하는 부정 정서와 긍정 정서를 측정하기 위해서 조명환과 차경호(1998)의 정서빈도검사를 사용하였다. 이 검사는 지난 1개월 동안 부정 정서와 긍정 정서를 얼마나 자주 경험했는지를 7점(1 = 전혀 없었다 ~ 7 = 항상 그랬다)으로 평정하도록 되어 있다. 이 검사에서 피검자가 각각 네 가지의 부정 정서와 긍정 정서를 평정하도록 되어 있는데, 부정 정서는 공포, 화남, 슬픔 및 죄의식이고 긍정 정서는 애정, 기쁨, 만족감 및 자부심이다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s alpha)는 부정 정서 .70, 긍정 정서 .77이었다.

주관적 행복. 노인들이 주관적으로 느끼는 행복감은 Lyubomirsky와 Lepper(1999)의 주관적 행복 척도(SHS: Subjective Happiness Scale)를 김정호(2007)가 번안한 문항들을 사용하여 측정하였다. 이 척도는 피검사 자신의 행복 상태와 관련하여 진술되어 있는 4문항을 7점으로 평정하도록 되어 있다. 예를 들어, 노인이 자신이 생각할 때 자신이 행복한 사람인지, 주변사람들과 비교할 때 자신이 더 혹은 덜 행복한지 등을 평정하도록 하였다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach’s alpha) 수준은 .83이었다.

결 과

노년기 스트레스, 사회비교, 사회비교 대처 및 주관적 웰빙 간의 상관관계

본 연구에서는 노년기 스트레스와 사회비교 및 사회비교 대처 그리고 주관적 웰빙 간의 관계를

검증하고자 하였다.

상관분석에서 노년기 스트레스는 모든 주관적 웰빙 변인들과 유의한 상관이 보였다. 노년기 스트레스가 삶의 만족, 긍정정서 및 주관적 행복과 부적 상관이, 부정정서와는 정적 상관이 있어 주관적 웰빙에 부정적인 영향을 줄 수 있음을 확인하였다. 노년기 스트레스는 긍정정서, 삶의 만족 점수와 주관적 행복 점수를 더하고 부정정서 점수를 뺀 주관적 웰빙 점수와 14% 정도의 변량을 공유하고 있었다, $r=-.38, p<.001$.

노인의 사회비교는 상관분석에서 주관적 웰빙 변인들과 유의한 관계가 없는 것으로 나타났다. 그러나 사회비교 대처, 특히 상향비교 대처가 주관적 웰빙과 부적 상관이 있었다, $r=-.29, p<.001$. 주관적 웰빙 변인 중에 긍정정서는 사회비교나 사회비교 대처와 유의한 관계가 없었다. 상관분석 결과를 요약하면 사회비교 혹은 사회비교 대처가 노인들의 주관적 웰빙에 긍정적이기 보다는 부정적으로 작용할 가능성을 시사한다.

한편 노인의 사회비교는 노년기 스트레스와 정적상관이 있었으며 사회비교 대처와도 정적 상관이 있었다. 이는 노인이 스트레스를 받으면 사회비교 대처를 하게 된다는 것을 시사한다. 그리고 상향비교 대처와 하향비교 대처가 부정적으로 관계하지 않고 정적으로 관계하고 있었다, $r=.55, p<.001$.

노년기 스트레스와 사회비교 및 사회비교 대처가 노인의 주관적 웰빙에 미치는 영향

본 연구에서는 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 사회비교나 사회비교 대처가 중재 변인 혹은 매개변인으로 작용하는지를 검증하고자 하였다.

노년기 스트레스(A)가 주관적 웰빙(C)에 미치는 영향이 유의하고, 사회비교 및 사회비교 대처(B)가 주관적 안녕(C)에 미치는 영향이 유의하며, 독립적으로 A와 B의 교차 항도 노인의 주관적

표 1. 노년기 스트레스와 사회비교, 사회비교 대처 및 주관적 웰빙 간의 상관행렬(N=270)

변인	노년기 스트레스	사회비교	사회비교 대처	하향비교 대처	상향비교 대처	M	SD
사회비교	.42***						
사회비교 대처	.52***	.53***					
하향비교 대처	.38***	.48***					
상향비교 대처	.53***	.45***		.55***			
삶의 만족	-.19**	-.03	-.18**	-.12*	-.19**	16.77	5.23
부정 정서	.29***	.11	.19***	.04	.26***	14.30	5.05
긍정 정서	-.23***	.04	.01	.06	-.04	15.64	5.03
주관적 행복	-.29***	-.07	-.27***	-.19**	-.28***	15.00	4.83
주관적 웰빙	-.38***	-.06	-.23***	-.11	-.29***	33.10	13.40
M	77.81	28.94	18.99	9.34	9.64		
SD	16.94	8.02	4.75	2.44	2.95		

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

웰빙을 유의하게 설명하고 있었다. 그런데 A와 B의 상관관계의 수준이 강했기 때문에 중재라기보다는 매개일 가능성이 높아 이를 우선적으로 검증할 필요가 있다.

본 연구의 변인들 간에 이 가능성이 시사되어 이를 분석하였다. 매개효과가 입증되려면 A → B가 유의하고 A → C도 유의해야 하며, A와 B를 함께 예언변인으로 투입한(A, B)도 C를 유의하게 설명할 수 있어야 한다. 단 독립변인 A에 매개변인 B를 예언변인 투입하였을 때 독립변인 A의 설명력이 줄어들어야 한다. 다시 말해 A → C에

서 A의 설명량보다 A, B → C에서의 A의 설명량이 작아야 한다(Baron & Kenny, 1986). 그 조건이 충족되어야 A와 C의 관계를 B가 매개한다고 추정할 수 있다. A, B → C에서의 A의 설명량이 줄어들어도 유의하면 B가 부분매개(partial mediation), 설명량이 줄어 유의하지 않은 수준이 되면 완전매개(complete mediation)한다고 본다.

표 2에 제시한 사회비교의 매개효과를 검증한 결과에서 보는 것처럼, 주관적 웰빙에 대한 노년기 스트레스(A → C)의 설명량 14.1%보다 A, B₁ → C에서 A의 추가 설명량이 15%이 더 크기 때

표 2. 주관적 웰빙에 대한 사회비교의 매개효과 검증 결과

독립변인	중속변인	R ²	ΔR ²	β
노년기 스트레스(A)	사회비교(B ₁)	.180		.42***
노년기 스트레스(A)	주관적 웰빙(C)	.141		-.38***
노년기 스트레스(A) 사회비교 대처(B ₁)	주관적 웰빙(C)	.153	.150 .012	-.43*** .12*

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

표 3. 주관적 웰빙에 대한 하향 비교대처의 매개효과 검증 결과

독립변인	중속변인	R ²	ΔR ²	β
노년기 스트레스(A)	사회비교(B ₂)	.141		.38***
노년기 스트레스(A)	주관적 웰빙(C)	.141		-.38***
노년기 스트레스(A) 하향비교 대처(B ₂)	주관적 웰빙(C)	.142	.130 .001	-.39*** .04

***p<.001.

표 4. 주관적 웰빙에 대한 상향비교 대처의 매개효과 검증 결과

독립변인	중속변인	R ²	ΔR ²	β
노년기 스트레스(A)	상향비교 대처(B ₃)	.280		.53***
노년기 스트레스(A)	주관적 웰빙(C)	.141		-.38***
노년기 스트레스(A) 상향비교 대처(B ₃)	주관적 웰빙(C)	.272	.069 .011	-.31*** -.12*

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

문에 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 관계에 사회비교(B₁)가 매개 역할을 하지 못하는 것으로 나타났다.

하향비교 대처의 매개효과를 검증한 결과(표 3)에서는 주관적 웰빙에 대한 노년기 스트레스(A → C)의 설명량보다 A, B₂ → C에서 A의 추가 설명량이 13%로 줄었지만 하향비교 대처(B₂)의 추가 설명량이 거의 없고 유의하지 않아 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 관계에 대한 사회 비교의 매개효과가 없는 것으로 추정된다.

한편, 회귀분석 결과에서 분석결과 상향비교 대처가 노년기 스트레스를 매개하여 주관적 웰빙을 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 노년기 스트레스(A → C)의 설명량보다 A, B₃ → C에서 A의 추가 설명량이 6.9%로 줄었고 상향비교 대처(B₃)의 추가 설명력도 유의하였다, $\beta = .12, p < .05$.

회귀분석으로 상향비교 대처가 노년기 스트레스를 매개하여 주관적 웰빙에 영향을 주는 것으로 추정되기 되었다. 이에 이 경로를 구조방정식 모형으로 구성해 매개 모형이 자료를 잘 반영하

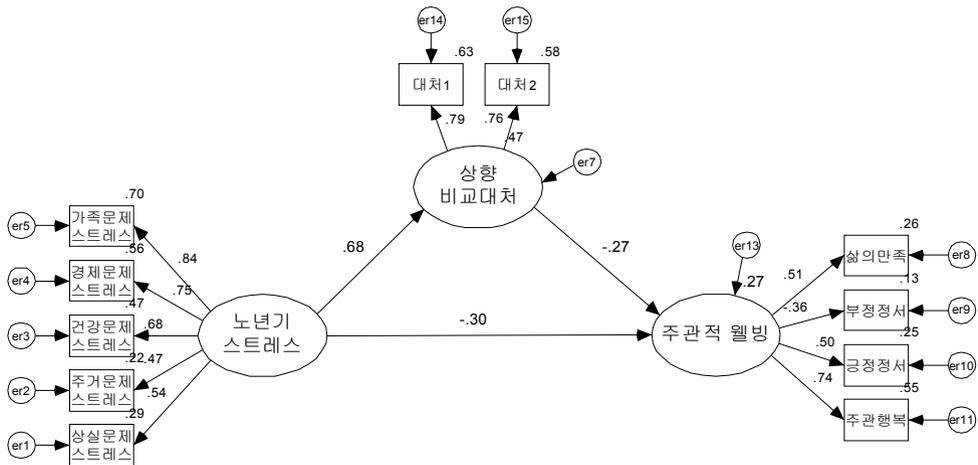


그림 1. 노년기 스트레스와 상황비교 대처, 주관적 웰빙 간 부분매개 모형

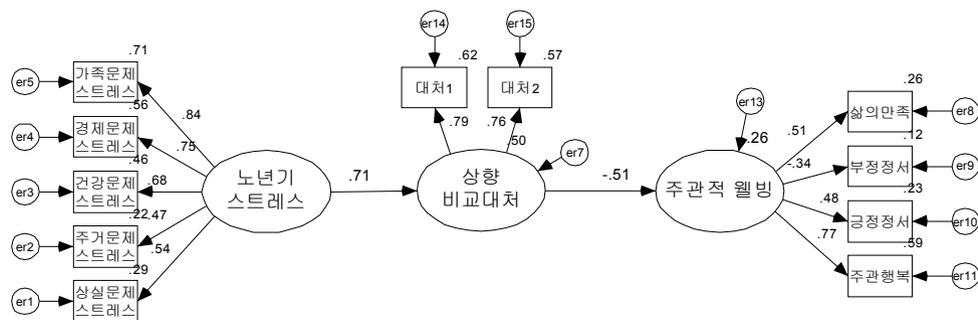


그림 2. 노년기 스트레스와 상황비교 대처, 주관적 웰빙 간 완전매개 모형

고 있는지 다양한 적합도를 통해 확인하고, 매개변인을 통한 간접효과의 유의성을 검정하였다. 회귀분석을 통해 노년기 스트레스는 주관적 웰빙에 직접 효과와 매개변인을 통한 간접 효과가 있는 것으로 나타났으므로, 그림 1과 같이 상향비교 대처 변수가 부분매개를 하는 연구모형을 구성하여 적합도를 분석하였다. 또한 부분매개모형에 대한 대안모형으로 노년기 스트레스가 상향비교 대처를 통하여 주관적 웰빙에 영향을 미치는 완전매개모형을 분석하여 비교하였다(그림 2 참조).

노년기 스트레스와 주관적 웰빙 변인은 하위변수들을 측정변인으로 구성하였으며, 상향비교 대처변인은 4문항으로 구성되어 있으나 2문항씩 합산하여 두 개의 측정변인으로 구성하였다. 합산을 통해 2개의 측정변인으로 구성한 이유는 자료의 연속성 및 정상성을 확보하기가 용이하며, 측정변인의 수를 감소시켜서 추정오차를 줄일 수 있다는 장점이 있기 때문이다(Bandalos & Finney, 2001). 변인의 수를 감소시키기 위한 방법으로는 요인 수를 1개로 지정하고 탐색적 요인분석을 수행한 뒤, 잠재변인에 대한 요인계수가 동일해지도록 산출된 요인계수의 1순위와 4순위, 2순위와 3순위 문항 점수들을 합산하여 이를 2개의 측정변인으로 구성하였다(최희철, 황매향, 김연진, 2009).

상향비교 대처 부분매개모형의 적합도는 $\chi^2=88.045$, $df=41$, $\chi^2/df=2.147$, TLI .92, CFI .94, RMSEA .07, SRMR .06으로 나타나 부분매개모형

은 자료를 잘 반영한다고 볼 수 있다. 매개변인인 상향비교 대처를 통한 간접 효과의 유의성을 검정하기 위해 Sobel(1982)의 Z검정을 수행한 결과 (MacKinnon, Warsi, & Dwyer, 1995), 노년기 스트레스가 매개변인을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접 효과가 유의한 것으로 나타났다, $Z=-1.96$, $p<.05$.

대안모형으로 제시한 상향비교 대처 완전매개모형의 적합도는 $\chi^2=93.146$, $df=42$, $\chi^2/df=2.218$, TLI .91, CFI .93, RMSEA .07, SRMR .07로 나타나 완전매개모형도 자료를 잘 반영한다고 볼 수 있다(그림 2 참조). 상향비교 대처의 부분매개모형과 완전매개모형은 내재되어 있으므로, 두 모형의 χ^2 차이 검정을 수행하였다. 두 모형의 χ^2 값의 차이는 5.101($\Delta df=1$)로 .05수준에서 유의한 차이가 나타났으므로, 연구모형인 부분매개모형을 보다 더 적합한 모형으로 판단하였다. 그러므로 노년기 스트레스는 주관적 웰빙에 직접 효과를 미치며, 또한 상향비교 대처가 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 매개 변인이 되는 것을 확인하였다.

논 의

연구자들은 노년기에서의 사회비교나 사회비교 대처가 노인이 경험하는 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 검증하였고

표 5. 부분매개모형과 완전매개모형의 적합도 비교

모형	χ^2	df	χ^2/df	TLI	CFI	RMSEA	SRMR	$\Delta\chi^2$	Δdf
부분매개모형	88.045	41	2.147	.92	.94	.07	.06	5.101*	1
완전매개모형	93.146	42	2.218	.91	.93	.07	.07		

* $p<.05$

의미 있는 결과를 얻었다. 예상했던 것처럼 노년기의 스트레스도 노인의 웰빙에 부정적으로 작용한다는 결과를 얻었다.

하지만 노년기의 스트레스는 주관적 웰빙과 14%밖에 변량을 공유하고 있지 않았다. 스트레스와 질병의 혹은 웰빙 간의 관계가 실증 연구에서 강하게 나타나지 않았던 것처럼(Klag & Bradley, 2004; Rabkin & Struening, 1976), 본 연구에서 노년기 스트레스도 웰빙과 강한 관계를 나타내지 않았다. 주관적 웰빙 하위변인별로 보면 그 관계는 더욱 미미했다. 노년기 스트레스는 주관적 행복, 즉 행복감과는 8.4%의 변량을 공유하고, 노인의 삶의 만족과는 3.6%의 변량만을 공유하고 있었다.

오히려 노년기 스트레스는 주관적 웰빙보다 사회비교나 사회비교 대처와 더 밀접하게 관계하고 있었다. 특히, 노인이 경험하는 스트레스는 사회비교 대처와 27%가량의 변량을 공유하고 있었다. 이런 결과는 스트레스를 많이 경험하는 사람들이 사회비교를 많이 한다는 주장(서경현, 이경순, 2010; Ahrens & Alloy, 1997; Buunk & Gibbons, 1997; VanderZee & Wood, 1997)과 일치하는 것이다. 개인이 자신의 안위가 걱정되고 정서적으로 안정되지 않는 상태에서 객관적인 자기평가를 위해 사회비교를 하는 경향이 있다는 설명이 있다(Michinov, 2007). 하지만 자기평가의 목적보다 스트레스에 대한 정서적 대처 차원으로 사회비교를 하는 경향이 있을 수 있다(전경구 외, 1994). 그런 논리는 본 연구에서 노년기 스트레스가 일반적인 사회비교 경향보다 스트레스 상황에서의 사회비교 대처와 더 많은 부분의 변량을 공유하고 있는 것으로도 지지된다.

주목할 만한 것은 노년기 스트레스가 사회비교 대처 중에 하향비교 대처보다 상향비교 대처와 더 밀접한 관계가 있었다는 것이다. 이는 노인이 스트레스를 경험하면 자신보다 못하다고 생각하는 사람보다 자신보다 잘났다고 생각하는 사람과 비교하는 경향이 더 강하다는 것을 암시한다. 딱히 스트레스에 대한 대처라고 단정 지을 수 없는 일반적인 사회비교, 특히 젊은이들의 사회비교 중에 상향비교는 자기보다 더 나은 사람과 비교하며 자기향상을 꾀하고자 하는 것이고 하향비교는 자기보다 못한 사람과 비교하며 자기 기분을 고양시키는 것이라고 한다(한덕웅, 장은영, 2003). 스트레스 상황에서 노인들이 하는 상향비교 대처는 자기보다 나은 사람과 비교하며 자신도 그런 사람들이 되려고 하는 자기향상 동기에서라기보다 단순히 부러워하며 자신을 한탄하는 것이다. 한덕웅과 장은영(2003)이 말하는 자기향상 사회비교는 동기 차원에서 자기향상을 위해 자신보다 더 나은 사람들과 비교하는지를 묻는 문항으로 측정된 것이고, 본 연구에서의 상향비교 대처는 스트레스 상황에서 자신보다 나은 사람과 비교하며 부러워하거나 한탄하는 경향이 있는지를 묻는 문항으로 측정된 것이다. 한편 하향비교 대처는 자신보다 못한 사람과 비교하며 위안을 얻는지를 묻는 긍정 비교 문항들로 측정하였기 때문에 자기고양 대처라고 할 수 있는데, 한국 노인들이 스트레스 상황에서 그보다 상향비교 대처를 더 하는 것은 정신건강전문가들에게 시사하는 바가 크다.

노년기 스트레스가 상향비교 대처와 상관이 높다는 것은 한국 노인들이 사회비교 대처를 많이 한다는 것을 의미한다. 물론 편의적 표본 추출로 인해 여성 노인이 전체 연구 참여자들의 2/3나 되

기 때문일 수 있다. 서경현과 이경순(2010)의 연구에서는 남성보다 여성이 사회비교 경향이 더 높았고, 이 연구자들은 여성이 남성보다 인지적 판단을 할 때 사회적 단서에 더 민감하기 때문(Kohlberg, 1981)일 수 있다고 설명하였다. 한편 성별에 따라 노년기의 삶의 질에 차이가 있을 수 있기 때문에 사회비교와 웰빙의 관계를 성별로 조명해 볼 필요가 있다.

이와 관련하여 주목할 만한 또 한 가지 사항은 사회비교 성향은 개인주의보다 집단주의가 강한 문화권에서 강하다는 점이다(한덕웅, 장은영, 2003; White & Lehman, 2005). 따라서 집단주의가 강조되는 한국과 같은 사회에서 사회비교가 더 빈번하게 이루어질 것이고, 노년기 스트레스에 대한 대처 방식으로 노인이 사회비교를 할 가능성이 더 크다. 그런 가운데 스트레스에 대한 사회비교 대처가 노인의 웰빙에 부정적으로 작용한다면 이를 심리적으로 증재할 필요가 있다.

하향비교 대처와 상향비교 대처가 부정적으로 아닌 정적으로 상관이 있었다는 점도 노년기 스트레스가 사회비교 대처를 하게 만든다는 논리를 지지한다. 다시 말해 하향비교와 상향비교가 다른 효과를 낼지는 몰라도 노인이 스트레스 경험하게 되면 하향이든 상향이든 사회비교 대처를 더 많이 하게 된다는 것을 의미한다. 하향비교가 기분을 고양시키기 위함이라면(한덕웅, 장은영, 2003), 하향비교 대처가 긍정 정서를 유발하고 부정 정서를 감소시켜야 한다. 하지만 본 연구의 상관분석에서 부정 정서나 긍정 정서와 유의한 관계를 보이지 않았으며 오히려 삶의 만족이나 주관적 행복과는 부적 관계를 보였다. 하지만 이런 결과만으로 하향비교 혹은 긍정비교 대처가 스트레스

에 긍정적인 효과가 없다고 볼 수는 없다. 왜냐하면 스트레스 수준이 높은 사람들에게서 삶의 만족 수준이나 행복감이 낮아질 수밖에 없기 때문이다.

그런 이유에서 스트레스와 하향비교 대처 간의 정적 상관의 관계에 영향을 받을 수 있어 위계적 회귀분석에서 노년기 스트레스와 함께 투입하였을 때 하향비교 대처의 어떤 방식으로 관계하는지를 검토하였다. 그 결과 하향비교 대처는 노년기 스트레스를 보정하였을 때 주관적 웰빙과 부적적으로 관계하고 있지 않았으며 설명량을 증가시키지도 않아 영향력이 거의 없는 것으로 밝혀졌다. 하지만 상향비교 대처는 상관분석에서도 주관적 웰빙과 부적적으로 관계하고 있었으며 노년기 스트레스와 함께 투입했을 때도 설명량이 증가되며 부적적으로 영향을 미치고 있었다. 이런 결과는 상향비교가 노년기 스트레스에 대한 적절한 대처가 아니라는 점을 시사한다.

게다가 회귀분석과 구조방정식 모형에서 노년기 스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계를 상향비교 대처가 매개하는 것으로 밝혀졌다. 변화가 심한 노년기에서 스트레스 경험하는 노인들이 자신보다 더 낮다고 생각하는 사람과 비교하여 웰빙 수준이 낮아지는 것으로 나타났다. 이는 정신건강 전문가들이 노년기 삶의 질을 위해 노인이 스트레스를 경험할 때 그에 대한 대처방법으로 상향비교를 하지 않도록 개입할 필요가 있음을 시사한다. 일반적인 사회비교, 특히 자신보다 못한 사람과 비교하는 하향비교가 노인들이 경험하는 스트레스에 부정적으로 작용하지 않지만, 특별히 긍정적인 역할도 하지 않는 것으로 나타났다. 이는 기분을 고양시키려는 목적에서 하는 하향비교가

젊은이에게는 몰라도 노인들에게는 삶의 질 차원에서 별 도움이 되지 않는다는 것을 시사한다.

변화가 심한 상황에서 사회비교를 많이 한다고 하고 집단주의가 강한 사회에서 사회비교 경향성이 강하다고 하기 때문에 스트레스 상황에서 한국 노인은 사회비교 대처를 자주할 가능성이 있으며, 본 연구의 상관분석 결과는 노인들이 스트레스에 하향비교보다 상향비교 대처를 더 하는 경향성이 있었다. 그리고 상향비교 대처는 노년기 스트레스와 웰빙의 관계에서 매개변인 역할을 하고 있었다는 것은 노인들의 웰빙을 위해 상향비교 대처를 하지 않도록 중재해야 함을 시사한다.

본 연구가 특정 지역 노인들을 대상으로 한 횡단연구로서의 한계가 있지만 이 연구를 통해 연구자들은 사회비교 자체가 아닌 사회비교 대처 중에 상향비교 대처가 노년기 스트레스와 웰빙 간의 관계에서 매개변인 역할을 하며 한국인 노인의 삶의 질에 부정적인 역할을 하는 점을 알 수 있었다. 따라서 한국 노인들의 정신건강이나 웰빙을 증진시키고자 하는 정신건강전문가들은 노인의 사회비교 동기와 스트레스에 대한 대처 방식으로의 사회비교를 심층적으로 탐구할 필요가 있다. 그리고 추후 연구자들은 노인들의 사회비교 대처에 대하여 다각적인 시각에서 검토하고 분석해 볼 필요가 있다.

참 고 문 헌

김기옥, 김순옥, 황선진, 이수진, 현은자, 최인수, 유현정 (2005). ESM을 통해 본 대학생의 주관적 삶의 질: 정서, 인지적 효율성, 만족도의 측면에서. *대한가정학회지*, 43, 203-229.

- 김정호(2006). 동기상태이론: 스트레스와 웰빙의 통합적 이해. *한국심리학회지: 건강*, 11, 453-484.
- 김정호(2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계: 동기상태이론의 적용. *한국심리학회지: 건강*, 12, 325-345.
- 김정호, 유제민, 서경현, 임성건, 김선주, 김미리혜, 공수자, 강태영, 이지선, 황정은 (2009). '삶의 만족'은 만족스러운가: 주관적 웰빙 측정의 보완. *한국심리학회지: 사회문제*, 15, 187-205.
- 서경현(2006). 고령화 사회에서 한국인의 건강과 삶의 질. *한국심리학회지: 사회문제*, 12, 133-147.
- 서경현(2007). 노년기 한국인의 스트레스. *스트레스 연구*, 15, 271-278.
- 서경현, 김정호, 유제민(2009). 성격과 주관적 웰빙 간의 관계: Big 5 성격요인과 BAS/BIS를 중심으로. *한국심리학회지: 사회문제*, 15, 169-186.
- 서경현, 이경순 (2010). 대학생의 생활 스트레스와 사회비교 및 주관적 웰빙 간의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 15, 327-343.
- 이영자, 김태현(1999). 단독가구 노인의 스트레스와 우울감-사회적 지지의 완충효과를 중심으로. *한국노년학회*, 19, 79-94.
- 전검구, 김교현, 조신웅, 노명래 손정락(1994). 다차원적 대처 척도의 개발. *한국심리학회지: 임상*, 13, 114-135.
- 전혜숙(2010). 초고령 노인의 스트레스와 대처방안이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 미국 중서부 지역의 초고령 노인을 중심으로. *노인복지연구*, 47, 51-70.
- 정미경, 이규미(2010). 노인의 스트레스, 우울, 낙관주의 및 적응유연성의 경로분석. *한국노년학*, 30, 629-642.
- 조명환, 차경호(1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. 서울: 집문당.
- 최희철, 황매향, 김연진(2009). 청소년의 부모에 대한 관계성과 삶의 만족 사이의 자기회귀 교차지연 효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(2), 537-558.

- 통계청(2010). 2009년 생명표. 통계청.
- 통계청(2010). 2010 인구주택총조사. 통계청.
- 한덕웅, 장은영(2002). 사회비교가 분노경험, 주관안녕 및 건강지각에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 7, 85-112.
- 한덕웅, 장은영(2003). 사회비교 동기와 강요된 사회비교가 주관안녕과 건강지각에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 8, 619-644.
- 홍세희(2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준의 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19, 161-177.
- Ahrens, A. H., & Alloy, L. B. (1997). Social comparison processes in depression. In B. Buunk & F. X. Gibbons (Eds.), *Health, coping and well-being: Perspectives from social comparison theory* (pp. 389-410). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1993). Effects of social comparison direction, threat, and self-esteem on affect, self-evaluation, and expected success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 708-722.
- Bandalos, D. L., & Finney, S. J. (2001). Item parceling issues in structural equation modeling. In G. A. Marcoulides & R. E. Schumacker. (Eds.), *New developments and techniques in structural equation modeling*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Benishek, L. A., & Lopez, F. G. (1997). Critical evaluation of hardiness theory: Gender differences, perception of life events, and neuroticism. *Work and Stress*, 11, 33-45.
- Buunk, B., & Gibbons, F. X. (1997). *Health, coping, and well-being: Perspectives from social comparison theory*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Dean, A., & Ensel, W. (1982). Modeling social support, life events, competence, and depression in the context of age and sex. *Journal of Community Psychology*, 10, 392-408.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Festinger, L. A. (1954). A theory of social comparison process. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.
- Hilmert, C. J., Christenfeld, N., & Kulik, J. (2002). Audience status moderates the effects of social support and self-efficacy on cardiovascular reactivity during public speaking. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, 122 - 131.
- Hobfoll, S. E., & Lieberman, J. R. (1987). Personality and social resources in immediate and continued stress resistance among women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 18-26.
- Klag, S., & Bradley, G. L. (2004). The role of hardiness in stress and illness: An exploration of the effects of negative affectivity and gender. *British Journal of Health Psychology*, 9, 137-161.
- Kobasa S. C. O., & Puccetti M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance.

- Journal of Personality & Social Psychology*, 45, 839-850.
- Lucas, R. E. & Diener, E. (2004). Well-Being. In C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of applied psychology*. (pp. 669-676). San Diego, CA: Academic Press.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Mackenzie, C. S., & Peragine, G. (2003). Measuring and enhancing self-efficacy among professional caregivers of individuals with dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 18, 291-298.
- MacKinnon, D. P., Warsi, G., & Dwyer, J. H. (1995). A simulation study of mediated effect measures. *Multivariate Behavioral Research*, 30, 41-62.
- McCubbin, H. I., Patterson, J. M., & Wilson, L. R. (1995). Family Inventory of Life Events and Changes, Form C. In H. I. McCubbin, A. I. Thompson, & M. A. McCubbin (Eds.), *Family assessment: Resiliency, coping and adaptation inventories for research and practice*. Madison, WI: University of Wisconsin Press.
- Michinov, N. (2007). Social comparison and affect: a study among elderly women. *The Journal of Social Psychology*, 147, 175-189.
- Rabkin, J. G., & Struening, E. L. (1976). Life events, stress and illness. *Science*, 194, 1013-1020.
- Reis, T. J., Gerard, M., & Gibbons, F. X. (1993). Social comparison and the pill: Reactions to upward and downward comparison of contraceptive behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19, 13-20.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 780-792.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic intervals for indirect effects in structural equations models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology 1982* (pp.290-312). San Francisco: Jossey-Bass.
- Tesser, A., Millar, M., & Moore, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflection processes: The pain and pleasure of being close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 49-61.
- Testa, M., & Major, B. (1990). The impact of social comparisons after failure: The moderating effects of perceived control. *Basic & Applied Social Psychology*, 11, 205-218.
- Thoits, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 416-423.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Barrett, L. F. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72, 1161-1190.
- VanderZee, K., & Wood, J. (1997). Social comparisons among cancer patients. In B. Buunk & F. X. Gibbons (Eds.), *Health, coping and well-being: Perspectives form social comparison theory* (pp. 299-328). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 760-773.
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L., & Welch J. C., (2006). Frequent social comparisons and

- destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons. *Journal of Adult Development, 13*, 36-44.
- White, K., & Lehman, D. R. (2005). Culture and social comparison seeking: The role of self-motives. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 232-242.
- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin, 90*, 245-271.
- Wood, J. V., Giordano-Beech, M., Taylor, K. L., Michela, J. L., & Gaus, V. (1994). Strategies of social comparison among people with low self-esteem: Self-protection and self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 713-731.
- Woolston, C. (2007). *Stress and aging*. Blue Cross and Blue Shield of Massachusetts, Inc.

원고접수일: 2011년 1월 25일

게재결정일: 2011년 2월 24일

Exploring the Mediating Effect of Social Comparison and Social Comparison Copings on Stresses and Well-being of the Elderly

Kyung-Hyun Suh Sang-Sook Lee Goo-Churl Jeong Shin-Seop Kim
Sahmyook University Seniors Tower Sahmyook University Sahmyook University

This study aims to investigate the roles of social comparison and social comparison copings in stresses and the subjective well-being of the elderly. Participants were 270 elderly men and women who were at least 60 years of age whose average of age was 76.59 (SD=8.35). For this study, stresses in senescence, social comparison, social comparison copings, negative/positive emotion, life satisfaction, subjective happiness were measured. Results indicated that the stress in senescence was positively related to social comparison and social comparison copings, and negatively to the subjective well-being. Stresses in senescence accounted for around 14% variance of subjective well-being. The upward comparison coping accounted more variance of stresses in senescence than the downward comparison coping did. Relationships between variables indicated the possibility of mediating effect of social comparison and social comparison copings rather than moderating effect on stresses and the subjective well-being of the elderly. And regression analysis revealed that only the upward comparison coping had mediating effect on those two variables. This mediating path was also confirmed with structural equation model. This study suggested that the upward comparison coping among social comparison copings, not social comparison itself, may play a role of mediating variable in the relationship between stresses in senescence and the subjective well-being, and had negatively influenced on quality of life in senescence. It was discussed the mediating effect of the upward comparison coping with Korean collectivism and previous studies.

Keywords: senescence, stress, social comparison, coping, well-being