

여성노인의 감사성향과 그 기능의 탐색

조 한 나 정 영 숙*
부산대학교 심리학과

본 연구의 주된 목적은 일반 여성노인과 저소득 독거여성노인의 주관적 안녕감을 증진시킬 수 있는 긍정적 자질로서 감사의 기능을 탐색해 보는 것이었다. 부산시 소재 복지관과 주민자치센터의 노인도우미 서비스를 제공받고 있는 65세 이상 저소득 독거 여성노인 50명과 일반 여성노인 50명을 대상으로 일대일 면접을 실시하여 다음과 같은 결과를 얻었다. 저소득 독거 여성노인은 일반 여성노인에 비해 국가와 봉사인력에 더 감사하는 반면 일반 여성노인은 가족과 자신에 대해 더 많이 감사하는 것으로 나타나 두 집단의 감사대상이 다름을 보여주었다. 저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인 모두 공통적으로 감사성향이 높을수록 주관적 안녕감과 자기존중감이 높은 것으로 나타난 반면 가족관계와 친구관계는 일반 여성노인에게서만 감사성향과 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 회귀분석 결과 인구통계학적 변인을 통제할 후 저소득 독거 여성노인의 감사성향은 주관적 안녕감에 대한 설명력을 19.9% 증진시켰으며, 친구관계를 통제할 후에는 14.0% 증진시키는 것으로 나타났다. 일반 여성노인의 감사성향은 인구통계학적 변인을 통제할 후 주관적 안녕감에 대한 설명력을 19.8% 증진시켰으며, 자녀관계와 친구관계를 통제할 후에는 8.9% 증진시키는 것으로 나타나 감사성향은 여성노인의 주관적 안녕감을 증진시키는 긍정적 요인임을 보여주었다.

주요어: 여성노인, 저소득 독거 여성노인, 감사이유, 감사성향, 주관적 안녕감

우리나라는 세계에서 가장 급속하게 고령화가 진행되고 있는 국가이다. 지난 2000년 고령화 사회에 진입한 우리나라는 2009년 현재 총인구 중 65세 이상 인구가 10.7%를 차지하여 우리나라 인구 10명 중 1명이 65세 이상의 노인인 나라가 되었다 (통계청, 2009). 급속한 고령화 사회에서 주목할 점은 고령화의 주역이 바로 여성이란 점이다. 2010년 현재 한국의

* 이 논문은 2010년도 정부재원(교육과학기술부 인문사회연구역량강화사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(NRF-2010-330-B00303).

* 교신저자: 정영숙, E-mail: yschong@pusan.ac.kr

연령별 인구를 보면, 64세까지는 남녀의 비율이 비슷하지만, 65세 이후가 되면서 여성의 수가 남성보다 훨씬 많아져 여성 100명당 남성 68.8명으로 여성인구의 성비가 확연히 높게 나타나고 있다. 80세가 넘으면 여성의 수는 남성의 두 배 이상이 되며, 90세가 넘으면 3배 이상이 되는데(통계청, 2011), 앞으로 평균수명이 증가하면 혼자 오래 사는 여성 노인의 비율은 더욱 증가할 것으로 예상된다.

여성이 오래 산다는 것이 축복이기만 할까? 한국보건사회연구원(2009)의 연구에 따르면, 65세 이상 남성 노인의 평균 보유질환은 2.7개인데 반해 여성 노인의 보유질환은 3.6개로 여성노인이 질환에 더 취약한 것으로 나타났다. 여성노인은 질병에 취약할 뿐만 아니라 경제적으로도 취약한 상황에 있다. 한국 여성노인들은 대부분 가사활동에만 전념하느라 사회·경제적 활동에 참여하지 못함으로써 노후생활에 대한 경제적 준비가 미흡한 실정이다. 여성노인이 남성노인에 비해 생애주기별 국민 기초생활보장 수급률이 높다는 점은 여성노인이 주거환경 및 경제적 어려움에 더 많이 노출되어 있음을 시사해준다(보건복지부, 2009).

이처럼 통계청 자료와 보건복지부 자료에 의하면, 여성이 오래 산다는 것은 여성은 상당기간 경제적 어려움 속에서 많은 질환을 겪으면서 혼자 살 가능성이 높다는 의미가 된다. 특히 저소득 독거 여성노인은 가족과 함께 생활하는 노인들에 비해 영양 상태의 문제, 신체 건강상의 문제를 지니는 등 더 많은 어려움을 겪는다는 점에서 고령화 사회에서 심각한 사회 문제가 될 수 있다(김춘미 등, 2008; 장수미, 2008). 독거노인의 삶에 대한 부정적 인식은 독거노인에 관한 여러 연구들이 대부분 노년기에 나타나는 부정적인 측면에 초점을 맞추고 있다는 것에 잘 드러나 있다(백학영, 2006; 서홍란, 김희년, 2010; 손덕순, 이홍직, 2006; 손신,

이정미, 류철원, 2007; 허정식, 2003).

노인 특성에 관한 지각이나 노인에 대한 태도에 관한 연구들은 대체로 노인에 대해 부정적인 모습을 그려내고 있다. 즉, 노인은 초라하고, 아프고, 무능력하며, 신체적으로 약하며, 정신적으로 느리며, 불행하고 고립되어 있는 존재로 비취지고 있는데(김미혜, 2002; 안옥희, 임희경, 김현진, 2002; 윤진, 조석미, 1982; 이미정, 1996; 차용은, 1981; 한정란, 2000; Butler, 1975; Nuessel, 1982), 이러한 부정적 특성을 집약하고 있는 노인이 바로 저소득 독거 여성노인이라 할 수 있다. 노인에 관한 부정적인 고정관념은 노인의 내면적 특성보다는 눈에 띄는 노인의 외모와 신체모습, 움직임의 속도 또는 노인의 경제력 상실에 초점을 두기 때문에 형성될 가능성이 크다. 그러나 많은 노인들은 여전히 통제감을 느끼며(Lawton, Kleban, Rajagopal, & Dean, 1992), 자기효능감도 유지하며(Brandtstadter & Rothermund, 1994), 이해심도 많고 행복해하며 여전히 건강하고 활동적이며 다른 사람들과 함께 있기를 좋아한다(Atchley, 2000).

나이든 노인에게도 강점이 있는가? 심리학의 새로운 흐름인 긍정심리학적 시각은 노인의 강점을 발견하는데 도움이 된다. 긍정심리학(positive psychology)은 인간의 긍정적인 심리적 측면을 과학적으로 연구하고 인간의 행복과 성장을 지원하는 학문으로(권석만, 2008), ‘평범한 사람들’이 잘 기능하고 그들의 삶을 향상시키도록 만드는 무엇인가를 찾아내려는데 그 목적을 둔다(Sheldon & King, 2001).

긍정적 자질 중 감사는 인간에게 가장 중요한 덕목 중의 하나로 심리학자들이 학문적 관심을 갖게 된 것은 최근이다(Adler & Fagley, 2005; Peterson & Seligman, 2004). 감사는 자신에게 베풀어진 다른 사람의 수고와 배려를 인식하고 고마

움을 느끼는 능력으로, 우리의 행위와 경험으로부터 인생의 의미를 발견하고 인생을 좀 더 의미있는 것으로 경험하게 만드는 요소로(권석만, 2008), 긍정적 정서 상태이기도 하지만, 심리적 특질로도 다루어지고 있다(McCullough, Tsang & Emmons, 2002). 심리적 성향으로서 감사는 여러 상황과 오랜 시간에 걸쳐 감사함을 지속적으로 인식하는 것이다.

감사는 우리로 하여금 친사회적이 될 수 있게 돕는다. 감사함을 느끼게 되면 사람들은 친사회적 행동을 실행하고, 도덕적 행동을 지속하며, 파괴적인 대인관계 행동을 억제할 수 있으며(McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001), 개인적 안녕감과 관계적 안녕감을 증진시킬 수 있다(Emmons & Crumpler, 2000; Emmons & Shelton, 2002). 또한 감사는 긍정 정서를 증진시킴으로써 행복을 촉진시킬 수 있다(McCullough et al., 2002).

주관적 안녕감은 우리가 보통 ‘행복’이라고 부르는 것으로서 주로 긍정적 감정, 부정적 감정, 그리고 삶의 만족의 세 가지로 측정된다(Bryant & Veroff, 1982; Lucas, Diener, & Suh, 1996). 주관적 안녕감과 인구통계학적 변인들의 관계를 보면 여성노인은 남성노인보다 주관적 안녕감이 더 낮은 것으로 나타났는데(손화희, 2000; 원영희, 1995), 이는 여성노인의 교육수준이 남성노인의 교육수준보다 낮아, 사회·경제적 지위 형성에 불리한 여성노인의 주관적 안녕감이 상대적으로 낮게 보고되었을 가능성이 크다(김철진, 2000). 뿐만 아니라 배우자와의 사별이나 이혼, 독신으로 인해 정서적 지원이 감소하는 경우에도 주관적 안녕감은 낮은 것으로 보고되었다(송하정, 2000). 노인의 주관적 안녕감에 관한 연구를 보면, 저소득 독거 여성노인은 남편이나 가족과 함께 사는 일반 여성노인과 비교해 볼 때 주관적 안녕감이 낮을 가능성이 많다.

어떤 대상(예, 친구, 돈)이 없음으로 인해 불편함을 느낀다면 그런 대상이 있을 때 쉽게 고마워할 수 있을 것이다. 감사의 전제 조건으로서 결핍 상태의 경험이 필요하다면 경제적으로 힘들고 가족과 함께 살지 못하는 저소득 독거 여성노인이야말로 감사의 긍정적 기능을 탐색하기에 적절한 집단이 될 것이다. 감사의 긍정적 기능에 관한 제안이 있지만, 저소득 독거 여성노인처럼 감사할 것이 결핍된 사람들에게서 감사의 긍정적 기능을 탐색한 연구는 거의 없다. 따라서 본 연구는 여성노인을 포함하여 특히 열악한 삶의 조건에 놓여있는 저소득 독거 여성노인의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있는 긍정적 자질로서 감사의 기능을 탐색해보고자 한다.

감사의 정의

감사란 라틴어 gratia에서 유래된 용어로 ‘은총(grace)’, ‘정중함(graciousness)’, ‘고마움(gratefulness)’ 등을 의미한다(Pruyser, 1976). 우리말에서 ‘감사’의 사전적 의미는 ‘고마움을 나타내는 인사’ 또는 ‘고맙게 여기는 마음’이다(국립국어원, 1999).

감사란 타인이나 사물로부터 얻게 된 이익 또는 자연에 의한 평화로운 축복의 순간과 같은 것을 선물로 받아들여 고마움과 기쁨으로 반응하는 마음상태로(Emmons, 2004), 감사는 상대방의 좋은 의도에 기인하여 자신이 이익을 받았다고 지각하는 것과 이와 관련된 긍정적 정서를 의미한다(Emmons & McCullough, 2003). 인지적 측면과 정서적 측면을 함께 고려한 감사는 긍정적 결과를 획득한 것을 인식하고, 그 긍정적 결과에 대해 외부적 자원이 있음을 인식하는 두 가지 단계의 정보처리에 기인된 결과로 볼 수 있다(Emmons & McCullough, 2003).

행복과 감사는 모두 긍정적 정서이지만 행복은 자기 자신에게 초점을 맞추는 반면 감사는 자신뿐만 아니라 타인에게도 초점을 맞춘다는 점에서 차이가 있다(Atchley, 2005). 감사는 타인에게 초점을 맞추고, 그 원인을 외부 덕택으로 돌린다는 점에서 단순히 기분 좋은 상태와는 다른 특성을 지닌다(McCullough et al., 2002; Ortony, Clore & Collins, 1988; Weiner, 1986).

감사에 관한 초기 연구는 사람들이 무엇에 감사하며, 왜 감사하는 것인지 알아내는 것이었다. 연구 결과, 사람들은 연령에 따라 감사하는 대상과 감사하는 이유에 차이가 있음을 보여주고 있다. 감사의 대상과 감사의 이유를 발달 시기별로 살펴본 연구에서 나이는 아동은 더 어린 아동에 비해 가족, 친구, 교사, 학교, 경찰, 소방관, 행사와 휴일, 자신의 생명에 대한 감사 표현을 더 많이 보고하였다(Gordon, Musher-Eizenman, Holub & Dalrymple, 2004). 청소년들은 감사의 대상으로 부모, 친구, 물건, 교사, 가족, 자연 순을 들었으며, 감사하는 이유로는 사랑과 지지의 제공, 편의와 보호의 제공, 그리고 지식과 가르침 제공의 순으로 나타났다(신현숙, 2007). 성인 여성을 대상으로 한 연구(조진형, 김경미, 김동원, 김정희, 2009)에서 감사의 대상으로는 가족, 친구, 자신, 부모, 이웃, 교사의 순으로, 그리고 감사 이유로는 사랑과 지지 제공, 재미와 쾌락 충족, 편의 및 보호 제공, 감동과 추억 제공, 도전기회와 동기부여의 순으로 보고하고 있어 발달단계에 따라 감사 대상이나 감사에 대한 이유에 차이가 있음을 알 수 있다.

감사성향과 그 기능

‘감사성향(grateful disposition)’이란, 비교적 지속적이고 안정적인 정서특성으로 자신이 획득한

긍정적 경험에서 타인의 기여를 인식하고 고마움을 느끼는 인지-정서적 상태의 일반화된 경향성이다(McCullough, et al., 2002). 감사 성향은 인간이 보편적으로 지니고 있는 중요한 특성 중 하나로 신체적·심리적 안녕의 강점 요인으로 작용한다.

신경 근육통 환자를 대상으로 실시된 연구에서 감사는 긍정적 성격특성과 정적 관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 삶의 만족도와 심리적 안녕감, 낙관주의 및 긍정적 정서 수준이 높은 사람들은 이런 변인들에서 점수가 낮은 사람들에 비해 감사 수준은 더 높게 보고한 반면에, 우울 점수는 더 낮게 보고하였다(McCullough, Tsang & Emmons, 2004). 감사를 잘 하는 사람들은 긍정적 사건에 더 쉽게 접근하는 것으로 나타났다(Watkins, Grimm & Kolts, 2004).

감사를 잘 하는 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 긍정적 정서가 더 많고, 삶의 만족도도 높으며, 더 낙관적이며, 우울감과 스트레스는 더 낮을 뿐만 아니라, 부유한 사람들에 대한 시기심도 적고, 소유물을 공유하는 경향이 높은 것으로 나타났다(McCullough et al., 2002). 감사는 외상후 적응에도 매우 유용한 자원임을 보여주는 결과도 있다. 스트레스 혹은 외상을 경험한 후 그 경험을 성장의 자원으로 활용하는 사람들이 그렇지 못한 사람들보다 감사 성향이 높은 것으로 보고되었다(권선중, 김교현, 이홍석, 2006). 감사는 심리적 적응뿐만 아니라 신체 기능을 증진시키는 기능도 한다(McCraty, Atkinson, Tiller, Rein, & Watkins, 1995).

성격특질은 시간과 다양한 상황에 걸쳐 나타나는 것으로 일관적이며 규칙적인 방식으로 표현되기 때문에 사람의 사고와 행동의 차이를 이해하는데 유용하다(Allport, 1961; Costa & McCrae, 1992). 감사성향과 관련된 선행 연구들에 의하면

감사성향은 외향성, 친화성, 성실성, 개방성과는 정적 상관을, 신경증 성향과는 부적 상관을 보이는 것으로 나타나(McCullough et al., 2004; Wood, Joseph & Maltby, 2008; Wood, Maltby, Gillett, Kinley & Joseph., 2008; Wood, Maltby, Stewart, Linley & Joseph, 2008; Wood, Joseph & Maltby, 2009), 감사성향은 적응력을 증진시킬 수 있는 안정된 개인적 자질이 될 수 있음을 시사해준다.

자기존중감은 자신을 가치 있는 사람으로 평가하는 정도로서 자신의 가치에 대한 총체적 판단이다(강승규, 2003; 송대현, 박한기, 1992; 이창섭, 2009; Branden, 1992; Coopersmith, 1976; Franks & Maroola, 1975; Rosenberg, 1965). 일반적으로 노년기에 이르면 신체기능이 저하되고, 배우자나 친구들의 죽음을 맞이하고, 경제력, 사회적 지위가 감소함에 따라 자기존중감이 낮아지게 된다(최송식, 박현숙, 2009). 경제적으로 어려운 저소득 노인의 경우 일반노인보다 자기존중감이 더 낮은 것으로 나타났다(Brady & Nies, 1999). 감사성향과 자기존중감 간의 관계는 감사성향의 기능을 파악하는데 유용한 지표가 될 것이다.

유아기에는 부모 역할이 자기존중감 형성에 결정적 영향을 미치지만, 노년기에는 자녀와 친구의 정서적 지지와 같은 사회적 관계가 자기존중감 형성과 유지에 중요한 영향을 미친다(신효식, 서병숙, 1994; 홍경자, 유정수, 2003; Branden, 1992). 감사는 개인에게 긍정적 영향을 미칠 뿐만 아니라 대인관계를 증진시킬 수 있는 자원이 될 수 있다. Lyubomirsky(2007)는 긍정심리학자들의 경험적인 연구결과를 분석하여 행복을 증진 시키는 효과적인 방법의 하나로 감사 표현하기를 제안하고 있다. 여러 연구자들에 따르면, 기쁨, 행복, 만족과 마찬가지로 긍정적 정서로서 감사는 사람의 기분을 좋게 하고 개인에게 다양한 심리적, 사회적, 신체적

및 지적 자원을 증강시켜주는 역할을 한다(Fredrickson, 2004; Lyubomirsky, King, & Diener, 2005). 실제로 감사성향이 높은 사람은 심리적 안녕감이 높을 뿐만 아니라 친사회적 활동에 참여하는 빈도도 높은 것으로 나타나(Emmons & Crumpler, 2000), 감사가 대인관계를 증진시킬 수 있음을 보여주고 있다. 본 연구에서는 감사성향과 인간관계 간의 관계를 살핌으로써 감사성향의 긍정적 기능을 탐색하고자 한다.

인간은 사회적 역할을 통해 사회활동에 참여하게 되고 개인의 가치를 발견하고 삶의 의미를 찾는 사회적 존재이다. 노인의 경우에도 공식적·비공식적인 사회활동의 참여가 많을수록 심리적 만족감과 생활만족감이 높은 것으로 나타났다(최성재, 장인협, 2002). 특히 가족관계는 많은 인간관계 중에서 가장 기본적이고 친밀한 관계로, 특히 노년기의 가족관계에서 부모-자녀관계는 어느 한쪽이 원조의 제공자 또는 수혜자가 아니라 애정적인 유대감을 바탕으로 한 상호적 관계가 유지될 때 만족스러운 관계가 된다(Cantor, 1983; Robinson & Thurnher, 1981). 또한 친밀하고 안정된 친구관계는 노년기의 변화와 위기에 더 적응적으로 대처할 수 있게 하는 자원으로(Genevay, 1986), 친구와 이웃의 지지가 정신적 건강과 관련된다(Crohan & Antonucci, 1989). 감사성향의 긍정적 기능을 파악하기 위해 본 연구에서는 인간관계가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 통제된 후에도 감사성향이 주관적 안녕감을 증진시킬 수 있는지 살펴보고자 하였다.

연구 문제

앞서 보았듯이 감사는 우리로 하여금 친사회적으로 행동하게 하며 긍정적인 대인관계를 촉진시

키며(McCullough et al., 2001), 개인적 안녕감을 증진시킬 수 있는 것으로 제안되고 있다(Emmons & Crumpler, 2000; Emmons & Shelton, 2002; McCullough et al., 2002). 감사는 심리적 기능을 넘어 개인의 신체적 기능을 향상시킬 수 있는 유용한 자원이기도 하다(McCraty et al., 1995). 감사가 노인의 신체적 기능과 심리적 기능을 증진시킬 수 있는 유용한 자원임에도 불구하고 우리나라 노인들의 감사에 관한 연구들은 매우 빈약한 형편이다. 특히 노인의 감사성향에 관한 연구는 거의 없는 실정이다. 따라서 본 연구에서는 65세 이상의 일반 여성노인과 경제적으로 빈곤하고 돌보는 사람도 없는 저소득 독거 여성노인의 감사성향이 심리적 안녕감에 도움이 되는지를 살펴봄으로써, 감사의 긍정적 기능을 탐색해보고자 한다.

구체적으로 본 연구에서 제기하는 연구문제는 다음과 같다.

1. 여성 노인들은 무엇에 감사하며, 왜 감사하는가? 감사의 대상과 감사의 이유에서 일반 여성노인과 저소득 독거 여성노인 간에 차이가 있는가?

2. 여성 노인의 감사성향은 인구학적 변인, 그리고 심리적 변인들(자기존중감, 성격의 5요인, 사회적 관계 등)과 어떤 관계를 갖는가?

3. 일반 여성노인과 저소득 독거여성 노인의 주관적 안녕감에 감사성향이 어느 정도 영향을 미치는가?

방 법

연구대상

부산시 소재 1개 복지관과 2개 주민지원센터에서 노인돌보미 서비스를 지원받고 있는 저소득 독거 여성노인 50명과 이 기관에서 제공하는 일반 여가 프로그램에 참여하는 일반 여성노인 50명이 본 연구에 참여하였다. 저소득 독거여성 노인은 1인 가구세대로 국가로부터 경제적 지원을 받는 기초생활수급권자 또는 차상위 계층의 여성 노인들이었다.

본 연구에 참여한 여성 노인들의 인구사회학적 특성이 표 1에 제시되어 있다. 표 1을 보면, 본 연구에 참여한 전체 여성노인의 평균 연령은 76.1세 이었고, 저소득 독거 여성노인의 평균연령은 76.5세, 일반 여성노인의 평균연령은 75.7세이었다. 교육수준은 저소득 독거 여성노인의 경우 무학이 66.0%로 가장 많았고, 일반 여성노인은 초등학교 졸업이 42.0%로 가장 많았다. 주요 수입원은 저소득 독거 여성노인의 경우 정부지원금(70.0%)으로 생활하는 경우가 가장 높게 나타났고, 일반 여성노인의 경우 저축 또는 연금(50.0%), 자녀지원(38.0%)으로 생활하는 것으로 나타났다.

조사방법

본 조사는 2010년 7월 19일에서 11월 18일까지 실시되었다. 설문조사는 일대일 면접 방식으로 이루어졌으며, 면접절차는 조사자가 피면접자에게 설문문에 대한 안내를 한 후, 응답자가 설문문에 대해 동의를 하면 설문조사를 실시하였다. 면접은 면접자가 설문 내용을 읽어준 후 피면접자가 응답한 내용을 기록하는 방식으로 진행되었다. 면접 시간은 1인당 약 40분에서 1시간 정도 소요되었다. 일반 여성노인에 관한 설문조사는 복지관과 주민자치센터에서 실시되었다. 저소득 독거 여성노인에 대한 설문조사는 노인돌보미 서비스를 제공하는 도우미

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성(괄호 안은 %)

| 집단 | | 저소득 | 일반 |
|-----------|-------------|----------------------|--------------------|
| | | 독거여성 노인 (n=50) | 여성 노인 (n=50) |
| 연령 | 65-69세 | 6 (12.0) | 7 (15.0) |
| | 70-74세 | 11 (22.0) | 15 (30.0) |
| | 75-79세 | 16 (32.0) | 14 (28.0) |
| | 80세 이상 | 17 (34.0) | 14 (28.0) |
| | (M=76.1) | (M=76.5) | (M=75.7) |
| 학력 | 무학 | 33 (66.0) | 16 (32.0) |
| | 초졸 | 14 (28.0) | 21 (42.0) |
| | 중졸 | 2 (4.0) | 10 (20.0) |
| | 고졸 | 1 (2.0) | 2 (4.0) |
| | 대졸 | - | 1 (2.0) |
| 배우자 | 유 | 0 | 27 (54.0) |
| | 무 | 50 (100.0) | 23 (46.0) |
| 거주 형태 | 독거 | 50 (100.0) | 11 (22.0) |
| | 동거 (배우자) | - | 39 (78.0) |
| | (기혼 자녀) | - | 27 (54.0) |
| | (미혼 자녀) | - | 11 (22.0) |
| | (미혼 자녀) | - | 1 (2.0) |
| 개인 월수입 | 20만원 미만 | 27 (54.0) | - |
| | 20- 35만원 | 12 (24.0) | 7 (14.0) |
| | 35- 50만원 | 9 (18.0) | 10 (20.0) |
| | 50- 65만원 | 2 (4.0) | 14 (28.0) |
| | 65만원 이상 | - | 19 (38.0) |
| 수입원 | 정부지원금 | 35 (70.0) | - |
| | 근로소득 | 2 (4.0) | 6 (12.0) |
| | 저축(연금) | 2 (4.0) | 25 (50.0) |
| | 자녀지원 | 11 (22.0) | 19 (38.0) |
| 종교 | 무 | 20 (40.0) | 11 (22.0) |
| | 기독교 | 8 (16.0) | 5 (10.0) |
| | 불교) | 17 (34.0) | 24 (48.0) |
| | 천주교 | 4 (8.0) | 10 (20.0) |
| | 기타 | 1 (2.0) | - |
| 건강 | 건강한 편임 | 2 (4.0) | 32 (64.0) |
| | 보통 | 18 (36.0) | 9 (18.0) |
| | 건강하지않음 | 30 (60.0) | 9 (18.0) |

와 함께 저소득 독거 여성노인의 집을 방문하여 동의를 구한 후 실시되었다.

측정도구

감사 대상과 감사 이유 측정. 노인의 감사 대상을 측정하기 위해 면접자는 피면접자에게 먼저 “어르신께서 인생을 사는 동안 감사하는 것이 있는지”를 물었다. 이 질문에 있다고 대답하면, “어떤 것이 감사한지 말씀해주시시오”라고 요청하여 자유롭게 응답하도록 하였다. 감사의 이유를 알기 위해 노인들에게 “말씀하신 것이 왜 감사한지 그 이유를 말씀해 주십시오”라고 질문하여 그 반응을 기록하였다.

여성 노인의 감사대상과 이유 분류는 성인 여성의 감사 대상과 이유를 연구한 김경미, 조진형, 김동원, 및 김정희(2009)에서 사용한 분류체계를 참고하여 범주화하였다. 김경미 등(2009)의 연구에서는 감사 대상을 사람, 사물, 장소, 추상적 개념, 활동 및 기타 개념으로 상위 범주화한 후 그 내용이 가족, 친구, 자신, 봉사인력, 이웃과 관련된 것인지로 범주화하였다. 또한 이들은 감사의 이유를 삶/생명유지, 사랑/지지제공, 감동/추억제공 등을 포함하여 17가지로 분류하였다. 본 연구에서는 이 분류를 토대로 저소득 독거여성 노인과 일반 여성노인의 응답을 분류하였다.

감사 성향의 측정. 감사성향은 McCullough, Tsang 및 Emmons (2002)가 개발한 감사 성향 척도를 권선중, 김교헌, 이홍석(2006)이 번안하여 타당화한 한국판 감사 질문지(Gratitude Questionnaire-6:GQ-6)를 사용하였다. 이 설문지는 감사에 대한 강도(감사를 보다 강하게 느끼는 것)와 빈도(감사를 보다 자주 느끼는 것) 그리고 감사의 범위(삶의

여러 가지 영역에서 감사를 느끼는 것) 및 감사의 밀도(긍정적 사건에 대해 여러 사람에게 감사를 느끼는 것)를 고려하여 39개 예비문항을 만들어 요인분석을 실시하여 추출한 6개 문항으로 구성되어 있다. 감사성향을 재는 문항에는 “내 삶에는 감사할 거리들이 매우 많다”, “나는 여러 사람에게 감사한다”, “나이가 들어갈수록 지금까지 나의 삶에서 만난 사람들과 사건 상황에 대해 더욱 고마움을 느낀다” 등이 포함되어 있다. 감사성향은 1점(전혀 그렇지 않다)부터 7점(매우 그렇다)까지로 구성된 척도로, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 감사성향 척도의 내적일치도 Cronbach's α 는 .97이었다.

자기존중감의 측정. 노인들의 자기존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)가 개발한 10개 문항을 4점 척도로 구성된 이창섭(2009)의 척도를 사용하였다. 자기존중감 문항에는 긍정적 자기존중감 문항 5개와 부정적 자기존중감 문항 5개로 구성되어 있다. 긍정적 자기존중감 문항의 예로는 “나는 다른 사람처럼 가치있는 사람이라고 생각한다”, “나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다” 등이 있으며, 부정적 자기존중감 문항의 예로는 “나는 대체적으로 실패한 사람이라고 생각한다”, “나는 다른 사람만큼 일을 잘 할 수가 없다” 등이 있다. 점수가 높을수록 자기존중감 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 사용한 자기존중감척도의 내적일치도 Cronbach's α 는 .93이었다.

성격특질의 측정. 노인의 성격특질을 측정하기 위해 McCrae와 Costa(1987)가 제안한 성격의 5요인을 측정하였다. 성격의 5요인 중 ‘외향성’은 타인과의 상호작용에 대한 관심 정도를, ‘친화성’은 편안하고 조화로운 대인관계에 대한 특성을, ‘성실성’

은 사회적 원칙과 규범을 지키려는 특성을 말하며, ‘신경증 성향’은 정서적인 불안정성과 세상을 위협적이거나 통제할 수 없는 것으로 생각하는 정도와 관련되며, ‘개방성’은 다양성과 변화, 그리고 지적인 자극 등에 대한 선호도를 나타낸다(Pervin & John, 1999).

성격 5요인을 측정하기 위해 본 연구에서는 NEO PI-R을 축약하여 보다 신속하고 간결한 평가를 위해 개발된 Big Five Inventory-Korean version(BFI-K)의 한국노인판을 사용하였다. 이 척도는 원래 서양문화권에서 사용된 것을 김선영, 김재민, 유준안, 배경열, 김성완, 양수진, 신일선, 그리고 윤진상(2010)이 한국노인을 대상으로 표준화 및 타당도 연구를 통해 선별한 척도이다. 이 척도는 총 44개 문항으로 구성된 5점 척도이다. 본 연구에서 사용된 성격특질 5요인의 하위 척도별 내적일치도 Cronbach's α 는 .83(외향성), .56(친화성), .83(성실성), .77(신경증), .81(개방성)로 나타났다.

사회적 관계의 측정. 여성 노인의 사회적 관계 측정을 위해 김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 및 한영석(2003)의 연구를 참고하여 이창섭(2009)이 수정한 관계 척도를 사용하였다. 자녀관계를 재는 척도에는 6개 문항이 포함되어 있는데, 자녀들이 성공하였다고 인식하는지, 자녀들과 원만한 관계를 유지하고 있는지, 믿고 의지할만한 자녀가 있는지 등을 측정하는 문항이 포함되어 있다. 친구관계를 측정하는 문항에는 8개 문항이 포함되어 있는데, 마음맞는 친구들이 많이 있는지, 친하게 지내는 이웃들이 있는지, 친구들과 정기적으로 만나고 원만하게 잘 지내는지 등을 묻는 문항이 포함되어 있다. 각 문항은 1점(거의 그렇지 않다)부터 4점(매우 그렇다)까지 4점 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 사용한 사회적 관계 척도의 내적일치도

표 2. 저소득 독거 여성노인과 일반여성노인의 감사 대상에 대한 빈도(괄호안은 %임)

| 순위 | 영역 | 전체 | 저소득 독거 여성노인 | 일 반 여성노인 | Mann-Whitney U |
|----|-------|-------------|----------------|-------------|-------------------|
| 1 | 가족 | 46 (28.0) | 8 (11.6) | 38 (40.0) | 675*** |
| 2 | 국가 | 31 (18.9) | 20 (29.0) | 11 (11.6) | 1025* |
| 3 | 자신 | 27 (16.5) | 6 (8.7) | 21 (22.1) | 875** |
| 4 | 봉사인력 | 14 (8.5) | 14 (20.3) | 0 (.0) | 900*** |
| 5 | 이웃 | 14 (8.5) | 11 (15.9) | 3 (3.2) | 1100 |
| 6 | 장소 | 10 (6.1) | 5 (7.2) | 5 (5.3) | 1250 |
| 7 | 종교 | 5 (3.0) | 2 (2.9) | 3 (3.2) | 1225 |
| 8 | 친구 | 3 (1.8) | 1 (1.4) | 2 (2.1) | 1225 |
| 9 | 돈 | 3 (1.8) | 0 (.0) | 3 (3.2) | 1175 |
| 10 | 여가 | 3 (1.8) | 0 (.0) | 3 (3.2) | 1175 |
| 11 | 일 | 3 (1.8) | 1 (1.4) | 2 (2.1) | 1225 |
| 12 | 봉사 | 2 (1.2) | 1 (1.4) | 1 (1.4) | 1250 |
| 13 | 삶 | 2 (1.2) | 0 (.0) | 2 (2.1) | 1200 |
| 14 | 이념/이상 | 1 (.6) | 0 (.0) | 1 (1.1) | 1250 |
| | 계 | 164 (100.0) | 69 (100.0) | 95 (100.0) | |

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

Cronbach's α 는 자녀관계 .97, 친구관계 .94이었다.

주관적 안녕감. 여성 노인의 주관적 안녕감을 측정하기 위해 Lawton(1975)의 PGCMS(Philadelphia Geriatric Center Morale Scale)를 사용하였다. PGCMS는 노인들의 주관적 안녕감 측정하는 도구로 널리 사용되고 있는 척도로(Coleman, Philp, & Mullee, 1995; Ma, Green, & Cox, 2009; Kim & Moen, 2002), 노인들의 전반적인 심리적 상태를 다영역적 접근을 통해 평가할 수 있게 구성되어 있다.

이 척도는 불안, 외로움에 대한 불만족, 노화에 대한 태도의 세 영역을 재는 17개 문항으로 구성되어 있다. 불안 영역에는 '나는 때때로 걱정이 많아서 잠을 못 이루곤 한다', '나는 많은 것들을 두려워 한다' 등의 6개 문항이, 외로움 영역에는 '나는 때때로 인생이 살만한 가치가 없는 것이라 느

킨다', '외롭다는 생각이 든다' 등의 6개 문항, 그리고 노화에 대한 태도 영역에는 '나이가 들어갈수록 점점 쓸모없는 사람이 된다', '나는 지금 젊었을 때 만큼 행복하다' 등의 5개 문항이 포함되어 있다. 각 문항은 1점(전혀 아니다)부터 5점(매우 그렇다)까지 5점 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높음을 나타낸다. 본 연구에서 사용된 주관적 안녕감의 내적일치도 Cronbach's α 는 .96으로 나타났다.

결 과

1. 여성노인의 감사 대상과 감사 이유

본 연구의 자료분석에는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하였다. 먼저 본 연구에 참여한 저소득 독거여성 노인과 일반 여성노인이 응답한 감사 대상과

표 3. 저소득 독거 여성노인과 일반여성노인의 감사 이유의 빈도(괄호안은 %임)

| 순위 | 영역 | 전체 | 저소득 독거 여성노인 | 일 반 여성노인 | Mann-Whitney U |
|----|---------|-------------|-------------|------------|----------------|
| 1 | 경제적 지지 | 41 (25.0) | 26 (37.7) | 15 (15.8) | 975* |
| 2 | 존재자체 | 29 (17.7) | 4 (5.8) | 25 (26.3) | 750*** |
| 3 | 정서적 지지 | 22 (13.4) | 14 (20.3) | 8 (8.4) | 1125 |
| 4 | 건강유지/증진 | 16 (9.8) | 4 (5.8) | 12 (12.6) | 1050* |
| 5 | 편의/보호 | 14 (8.5) | 11 (15.9) | 3 (3.2) | 1050* |
| 6 | 평화/자유 | 10 (6.1) | 2 (2.9) | 8 (8.4) | 1125 |
| 7 | 재미/쾌락 | 9 (5.5) | 2 (2.9) | 7 (7.4) | 1125 |
| 8 | 삶/생명유지 | 8 (4.9) | 4 (5.8) | 4 (4.2) | 1250 |
| 9 | 도전/기회 | 8 (4.9) | 2 (2.9) | 6 (6.3) | 1150 |
| 10 | 감동/추억 | 4 (2.4) | 0 (.0) | 4 (4.2) | 1150 |
| 11 | 지식/가르침 | 2 (1.2) | 0 (.0) | 2 (2.1) | 1200 |
| 12 | 자체속성 | 1 (.6) | 0 (.0) | 1 (1.1) | 1225 |
| 계 | | 164 (100.0) | 69 (100.0) | 95 (100.0) | |

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

감사 이유의 범주별 빈도를 비교하였다.

감사 대상의 분석

본 연구에 참여한 100명의 여성노인들이 감사하다고 응답한 대상의 빈도를 표 2에 제시하였다. 표 2를 보면, 전체적으로 여성노인들은 가족(28.0%), 국가(18.9%), 자신(16.5%), 자신을 위해 봉사하는 인력(8.5%), 그리고 이웃(8.5%) 순으로 가장 감사하다고 응답하였다.

저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인 간에 감사의 대상에 차이가 있는지 살펴보면, 저소득 독거 여성 노인은 자신을 위해 도움을 제공하는 국가(29.0%), 봉사인력(20.3%), 그리고 이웃(15.9%)에게 가장 감사를 많이 하는 것으로 나타났다. 반면에 일반 여성노인들은 가족(40.0%), 자신(22.1%), 그리고 국가(11.6%)의 순으로 감사하는 것으로 나타났다. 저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인 간에 감사 대상에서 집단 간 차이가 있는지 Mann-

Whitney U 검증을 실시한 결과, 일반 여성노인들은 저소득 독거 여성노인들에 비해 가족과 자신에게 더 많이 감사하는 것으로 나타난 반면, 저소득 독거 여성노인들은 국가와 봉사인력에 더 많이 감사하는 것으로 나타나 두 집단 간 뚜렷한 차이를 보여주었다.

감사 이유의 분석

표 3에는 저소득 독거여성 노인과 일반 여성노인의 감사이유에 대한 범주별 빈도 분석이 제시되어 있다. 감사의 대상에서와 마찬가지로 감사의 이유에서도 두 집단 간에는 차이가 나타나고 있다.

김경미 등(2009)의 감사 이유에 대한 분류체계를 참고하여 분석한 결과, 전체적으로 여성노인들은 경제적 지지(25.0%), 존재 자체(17.7%), 정서적 지지(13.4%), 건강유지/증진(9.8%), 그리고 편의/보호(8.5%)를 감사의 이유로 가장 많이 지적하였다. 여기서 존재 자체는 남편이 생존하여 함께 생활하

는 것, 자녀가 잘 자라준 것, 무탈하게 지내는 것 등 가족의 건강하고 평안한 삶이 감사의 이유가 되는 범주이다. 편의와 보호는 생활의 불편함을 제거하거나 경감시키는 것과 부양해주는 것이 포함된다. 경제적 지지에는 경제적 생활능력, 생활비 지원, 보조금 지급 및 금전적 지지 등 경제적인 지지기반을 위한 노력활동 전반을 지칭하는 범주이다. 정서적 지지는 사랑과 배려, 이해와 지지, 친절을 베푸는 것, 칭찬 등이 포함되어 있는 범주이다.

그런데 저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인의 감사이유를 비교해보면 차이가 있다. 저소득 독거여성의 경우에는 경제적 지지를 받고(37.7%) 정서적 지지를 받고(20.3%) 그리고 편의/보호를 제공받기(15.9%) 때문에 감사하다고 응답하였다. 반면에 일반 여성노인은 가족의 평안한 삶으로 인해 존재 자체가 감사하고(26.3%), 경제적 지지를 받고(15.8%), 건강유지/증진(12.6%)로 인해 감사하다고 응답하여 두 집단의 감사의 이유에서 차이가 나타나고 있다.

저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인의 감사이유에 대한 집단 간 차이를 살펴보기 위해 Mann-Whitney U 검증을 실시한 결과, 저소득 독거 여성노인들은 일반 여성노인에 비해 ‘경제적 지지’와 ‘편의/보호’에 더 감사하다고 응답한 반면, 일반 여성노인들은 저소득 독거 여성노인에 비해 ‘존재 자체’와 ‘건강유지/증진’에 더 많이 감사하는 것으로 나타났다.

2. 인구통계학적 변인, 감사 성향, 주관적 안녕감, 자기존중감, 성격 5요인, 사회적 관계 간의 관계

변인들 간의 상관관계 분석에 앞서 본 연구에 참여한 일반 여성노인과 저소득 독거여성 노인의 다양한 심리적 변인과 성격 특질에서 보이는 평균

표 4. 일반 여성노인과 저소득 독거여성노인의 각 변인에서의 평균값과 표준편차

| | 일반여성노인 (N=50) | 독거여성노인 (N=50) | t |
|--------|------------------|------------------|----------|
| 주관적안녕감 | 60.94 (8.26) | 46.02 (11.22) | 7.58*** |
| 자기존중감 | 30.54 (4.85) | 24.30 (5.05) | 6.31*** |
| 자녀관계 | 20.02 (2.77) | 13.36 (5.79) | 7.34*** |
| 친구관계 | 23.18 (3.84) | 18.42 (4.00) | 6.07*** |
| 감사성향 | 33.46 (5.86) | 28.80 (7.61) | 3.43** |
| 외향성 | 26.26 (4.42) | 24.20 (4.81) | 2.23* |
| 성 친화성 | 32.24 (5.34) | 29.62 (4.67) | 2.61* |
| 성실성 | 31.36 (3.72) | 28.48 (4.00) | 3.71*** |
| 격 신경증 | 21.90 (3.66) | 24.74 (3.93) | -3.74*** |
| 개방성 | 30.44 (4.66) | 28.28 (4.40) | 2.38* |

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

값을 표 4에 제시하였다. 표 4에서 보는 바와 같이 두 집단은 모든 변인에서 유의한 차이를 보임으로써 두 집단이 매우 이질적인 집단임을 보여주고 있다. 저소득 독거여성노인 집단은 일반 여성노인 집단에 주관적 안녕감이 낮았고($t=7.58, p<.001$), 자기존중감도 낮았으며($t=6.31, p<.001$), 감사성향도 낮은 것으로 나타났다($t=3.43, p<.01$). 또한 독거여성노인은 일반 여성노인에 비해 자녀관계($t=7.34, p<.001$)와 친구관계($t=6.07, p<.001$)도 원만하지 못한 것으로 나타났다. 성격 특질에 있어서도 독거여성노인은 일반 여성노인에 비해 긍정적 특성은 낮고, 부정적 특성인 신경증성향은 더 높은 것으로 나타났다($t=-3.74, p<.001$).

저소득 독거여성노인 집단과 일반 여성노인 집단의 특성에 차이가 있음으로 인해 인구통계학적 변인과 다양한 심리적 변인 간의 상관을 각 집단 별로 구분하여 분석하였다. 표 5에는 저소득 독거

표 5. 저소득 독거여성노인의 인구통계학적 변인과 심리적 변인들 간의 상관

| | 학력 | 월소득 | 연령 | 건강 | 주관적 안녕감 | 자기 존중감 | 감사 성향 | 외향성 | 친화성 | 성실성 | 신경증 | 개방성 | 자녀 관계 |
|------------|------|-------|------|--------|------------|-----------|----------|--------|--------|---------|--------|--------|----------|
| 학력 | | | | | | | | | | | | | |
| 월소득 | -.00 | | | | | | | | | | | | |
| 연령 | .05 | .07 | | | | | | | | | | | |
| 건강 | -.02 | .11 | .24 | | | | | | | | | | |
| 주관적 안녕감 | -.05 | .29* | -.21 | .47** | | | | | | | | | |
| 자기 존중감 | .15 | .08 | -.19 | .49*** | .82*** | | | | | | | | |
| 감사성향 | .06 | .32* | -.18 | .29* | .66*** | .49*** | | | | | | | |
| 외향성 | .14 | -.06 | -.27 | .30* | .42** | .51*** | .19 | | | | | | |
| 성 친화성 | .23 | .32* | -.07 | .09 | .51*** | .57*** | .65*** | .13 | | | | | |
| 성실성 | .27 | .20 | -.11 | .41** | .56*** | .70*** | .40** | .38** | .68*** | | | | |
| 격 신경증 | -.07 | -.35* | -.03 | -.26 | -.70*** | -.66*** | -.62*** | -.06 | -.77 | -.70*** | | | |
| 개방성 | .33* | -.05 | -.17 | .21 | .26 | .59*** | -.01 | .64*** | .16 | .53*** | -.17 | | |
| 자녀관계 | -.01 | -.00 | .04 | .05 | .13 | .09 | -.14 | -.02 | -.19 | -.12 | .10 | -.02** | |
| 친구관계 | -.02 | -.06 | -.10 | .44** | .61*** | .72*** | .27 | .56*** | .36** | .45** | -.44** | .42** | .31* |

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

여성노인집단에서 나타난 각 변인들 간의 상관관계가 제시되어 있고, 표 6에는 일반 여성노인 집단에서 나타난 각 변인들 간의 상관관계가 제시되어 있다.

먼저 저소득 독거 여성노인의 인구통계학적 변인 중 월소득과 건강은 주관적 안녕감과 감사성향 둘 다와 정적 상관을 나타내었다. 저소득 독거 여성노인의 월소득이 많을수록 주관적 안녕감이 높았고($r = .29, p < .05$), 감사성향도 높은 것으로 나타났다($r = .32, p < .05$). 또한 저소득 독거여성노인이 자신이 건강하다고 지각할수록 주관적 안녕감이 높았고($r = .47, p < .01$), 감사성향도 높은 것으로 나타났다($r = .29, p < .05$). 저소득 독거여성노인의 학력과 연령은 주관적 안녕감이나 감사성향과 유의한 상관을 보이지 않았다.

저소득 독거 여성노인의 감사성향과 주관적 안

녕감, 자기존중감 간의 관계를 보면, 저소득 독거 여성노인의 감사성향이 높을수록 주관적 안녕감이 높고($r = .66, p < .001$), 자기존중감도 높은 것으로 나타났다($r = .49, p < .001$). 성격특질과 감사성향 간의 관계를 보면, 저소득 독거 여성노인의 감사성향이 높을수록 친화성이 높고($r = .65, p < .001$), 성실성도 높은 반면에($r = .40, p < .01$), 신경증 성향과는 부적 상관을 보여주었다($r = -.62, p < .001$). 저소득 독거여성 노인에게서 감사성향과 사회적 관계(자녀관계와 친구관계) 사이에는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 그러나 저소득 독거 여성노인의 친구관계가 좋을수록 주관적 안녕감이 높고($r = .61, p < .001$), 자기존중감도 높은 것으로 나타나($r = .72, p < .001$), 원만한 친구관계는 심리적 적응에 도움이 될 수 있음을 시사해준다.

일반 여성노인 집단에서 나타난 각 변인들 간의

표 6. 일반 여성노인의 인구통계학적 변인과 심리적 변인들 간의 상관

| | 학력 | 월소득 | 연령 | 건강 | 배우자 유무 | 주관적 안녕감 | 자기 존중감 | 감사 성향 | 외향성 | 친화성 | 성실성 | 신경증 | 개방성 | 자녀 관계 |
|------------|--------|---------|--------|--------|-----------|------------|-----------|----------|--------|---------|---------|-------|-------|----------|
| 학력 | | | | | | | | | | | | | | |
| 월소득 | .45** | | | | | | | | | | | | | |
| 연령 | -.46** | -.51** | | | | | | | | | | | | |
| 건강 | .35* | .48*** | .28 | | | | | | | | | | | |
| 배우자 유무 | -.32* | -.75*** | .63*** | .37** | | | | | | | | | | |
| 주관적 안녕감 | .33* | .27 | -.15 | .60*** | -.28* | | | | | | | | | |
| 자기 존중감 | .42** | .39** | -.27 | .63*** | -.35* | .71*** | | | | | | | | |
| 감사성향 | .31* | .22 | -.30* | .43** | -.38** | .68*** | .53*** | | | | | | | |
| 외향성 | .41** | .47** | -.15 | .31* | -.37** | .38** | .46** | .09 | | | | | | |
| 성 친화성 | .14 | .03 | -.12 | .28 | -.15 | .46*** | .22 | .47** | .01 | | | | | |
| 성실성 | .39** | .41** | -.45** | .37** | -.50*** | .55*** | .44** | .55*** | .19 | .51*** | | | | |
| 격 신경증 | -.10 | .00 | .08 | -.37** | .04 | -.60*** | -.42** | -.53*** | .28 | -.52*** | -.58*** | | | |
| 개방성 | .54*** | .27 | -.15 | .36** | -.23 | .60*** | .60*** | .18 | .59*** | .08 | .09 | .08 | | |
| 자녀관계 | .28* | .28 | -.03 | .45** | -.21 | .71*** | .61*** | .48*** | .35* | .47** | .38** | .38** | .44** | |
| 친구관계 | .33* | .16 | -.10 | .41** | -.10 | .57*** | .57*** | .30* | .55*** | .36* | .35* | .35* | .46** | .47** |

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

상관관계는 표 6에 제시되어 있다. 표 6에서 보듯이 저소득 독거여성노인의 경우, 월소득이 감사성향과 주관적 안녕감 둘 다와 정적 상관을 보인 것과는 달리, 일반 여성노인들의 월소득은 주관적 안녕감이나 감사성향과 유의한 상관을 보이지 않았다. 그러나 일반 여성노인의 경우에는 학력이 주관적 안녕감과 감사성향과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 일반 여성노인의 경우, 학력이 높을수록 주관적 안녕감이 높았고($r = .33, p < .05$), 감사성향도 높은 것으로 나타났다($r = .31, p < .05$). 지각된 건강은 저소득 독거여성노인의 경우와 동일하게 일반 여성노인도 자신이 건강하다고 지각할수록 주관적 안녕감이 높았고($r = .60, p < .01$), 감사

성향도 높은 것으로 나타났다($r = .43, p < .01$).

일반 여성노인의 감사성향, 주관적 안녕감, 자기 존중감, 성격 5요인, 사회적 관계 간의 관계를 살펴보면, 일반 여성노인의 감사성향이 높을수록 주관적 안녕감이 높고($r = .68, p < .001$), 자기존중감도 높은 것으로 나타나($r = .53, p < .001$), 감사성향은 저소득 독거 여성노인 뿐만 아니라 일반 여성노인에게서도 주관적 안녕감과 정적 상관을 보여주었다.

성격특질과 감사성향 간의 관계를 보면, 저소득 여성노인의 경우와 동일하게 일반 여성노인의 경우에도 감사성향이 높을수록 친화성이 높고($r = .47, p < .001$), 성실성도 높은 반면에($r = .55, p < .01$), 신경증 성향과는 부적 상관을 보여주었다($r = -.53, p < .001$).

표 7. 주관적 안녕감에 대한 저소득 독거여성노인의 인구통계학적 변인과 감사성향의 위계적 회귀분석 결과

| 모형 | 독립변인 | β | t | adjusted R^2 | ΔR^2 | F |
|----|------|---------|----------|----------------|--------------|-----------|
| 1 | 건강 | .506 | 4.241*** | .311 | .311*** | 12.073*** |
| | 월소득 | .351 | 2.942** | | | |
| 2 | 건강 | .339 | 3.150** | .510 | .199*** | 17.842*** |
| | 월소득 | .171 | 1.577 | | | |
| | 감사성향 | .502 | 4.444*** | | | |

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

모형 1: 건강, 월소득; 모형 2: 감사성향 추가

저소득 독거여성 노인에게서 감사성향과 사회적 관계 사이에는 유의한 상관관계가 나타나지 않았던 것과는 달리, 일반 여성노인의 경우에는 감사성향이 높을수록 자녀관계도 더 좋고($r = .48, p < .001$), 친구관계도 더 높은 것으로 나타났다($r = .30, p < .05$).

일반 여성노인의 경우, 저소득 독거 여성노인과 마찬가지로 친구관계가 좋을수록 주관적 안녕감이 높고($r = .64, p < .001$), 자기존중감도 높은 것으로 나타났다($r = .57, p < .001$). 반면에 일반 여성노인들은 저소득 독거여성 노인과는 달리 자녀관계가 좋을수록 주관적 안녕감이 높고($r = .70, p < .001$), 자기존중감도 높은 것으로 나타나($r = .60, p < .001$), 원만한 친구관계와 자녀관계 모두가 일반 여성노인의 심리적 적응과 관련된 요인임을 보여주었다.

3. 여성노인 집단별 주관적 안녕감에 대한 감사성향의 설명력

본 연구의 주된 목적은 일반 여성노인을 포함하여 특히 열악한 삶의 조건에 놓여있는 저소득 독거 여성노인의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있는 긍정적 자질로서 감사의 기능을 탐색해 보는 것이었다. 그런데 저소득 독거여성 노인집단과 일반 여

성노인 집단은 매우 이질적인 집단으로 연구 변인들간의 상관 양상에서도 차이가 있었다. 따라서 감사성향이 주관적 안녕감에 어느 정도 영향을 미치는지 알아보기 위해 두 집단별로 구분하여 다음과 같은 통계적 분석을 실시하였다.

저소득 독거여성노인의 자료

먼저 저소득 독거여성노인의 주관적 안녕감에 미치는 변인들의 설명력에 대한 회귀분석 결과 표 7과 표 8에 제시되어 있다. 표 7은 인구통계학적 변인들을 통제한 후 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 상대적 영향을 보여주는 표이며, 표 8은 인구통계학적 변인을 포함하여 인간관계 변인까지 통제한 후 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 보여주는 표이다.

인구통계학적 변인과 관련하여 보면, 저소득 독거여성노인의 경우 건강과 월소득이 주관적 안녕감과 상관이 높은 것으로 나타났다(표 5 참조). 따라서 표 7에 제시된 바와 같이, 주관적 안녕감에 영향을 미치는 인구통계학적 변인의 영향력을 살피기 위해 1차 회귀분석에서는 건강과 월소득을 독립변인으로 하여 주관적 안녕감에 대한 설명력을 측정할 결과, 저소득 독거여성노인의 건강과 월

표 8. 주관적 안녕감에 대한 저소득 독거여성노인의 인구통계학적 변인과 친구관계, 감사성향의 위계적 회귀분석 결과

| 모형 | 변인 | β | t | R^2 | ΔR^2 | F |
|----|------|---------|----------|-------|--------------|-----------|
| 1 | 건강 | .506 | 4.241*** | .311 | .311*** | 12.073*** |
| | 월소득 | .351 | 2.942** | | | |
| 2 | 건강 | .287 | 2.563* | .510 | .199*** | 17.970*** |
| | 월소득 | .355 | 3.525** | | | |
| | 친구관계 | .498 | 4.472*** | | | |
| 3 | 건강 | .178 | 1.816 | .650 | .140*** | 23.744*** |
| | 월소득 | .202 | 2.194* | | | |
| | 친구관계 | .424 | 4.438*** | | | |
| | 감사성향 | .427 | 4.410*** | | | |

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

모형 1: 건강, 월소득; 모형 2: 친구관계추가; 모형 3: 감사성향 추가

소득이 주관적 안녕감의 31.1%를 설명하는 것으로 나타났다[F(2, 47)=12.073, $p < .001$]. 그 다음 저소득 독거여성노인의 감사성향이 추가된 2차 회귀분석에서는 주관적 안녕감에 대한 설명력이 19.9% 증가하여, 감사성향은 건강과 월소득과 함께 주관적 안녕감의 51.0%를 설명하는 것으로 나타났다[F(3, 46)=17.842, $p < .001$].

감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 파악하기 위해 이번에는 인구통계학적 변인이외에

인간관계 변인을 추가하여, 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 저소득 독거여성노인의 경우 친구관계와 주관적 안녕감은 정적 상관을 보였으나 자녀관계는 유의한 상관을 보이지 않았다. 표 8에는 주관적 안녕감에 영향을 주는 인구통계학적 변인과 친구관계를 투입한 후에 감사성향이 추가됨으로써 설명력이 어느 정도 증가되었는지 제시되어 있다. 표 8에서 보는 바와 같이, 2차 회귀분석에서 건강과 월소득 이외에 친구

표 9. 주관적 안녕감에 대한 일반 여성노인의 인구통계학적 변인과 감사성향의 위계적 회귀분석 결과

| 모형 | 변인 | β | t | adjusted R^2 | ΔR^2 | F |
|----|-------|---------|----------|----------------|--------------|-----------|
| 1 | 배우자유무 | -.037 | -.286 | .340 | .340*** | 9.409*** |
| | 학력 | .137 | 1.082 | | | |
| | 건강 | .540 | 4.178*** | | | |
| 2 | 배우자유무 | .082 | .738 | .538 | .198*** | 15.256*** |
| | 학력 | .073 | .679 | | | |
| | 건강 | .385 | 3.391** | | | |
| | 감사성향 | .513 | 4.550*** | | | |

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

모형 1: 배우자유무, 학력, 건강; 모형 2: 감사성향변인 추가

관계가 추가되는 경우 이 세 변인은 주관적 안녕감의 51.0%를 설명하는 것으로 나타났다[F(3, 46)=17.970, $p<.001$]. 그리고 3차 회귀 분석에서 감사성향이 추가되는 경우, 주관적 안녕감에 대한 설명은 14% 증가하여, 건강, 월소득, 친구관계 및 감사성향은 독거 여성노인의 주관적 안녕감을 65% 설명하는 것으로 나타났다[F(4, 45)=23.744, $p<.001$].

일반 여성노인의 자료

일반 여성노인의 경우 변인들 간의 상관분석에서 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보인 인구통계학적 변인은 학력, 건강 그리고 배우자 유무이었다(표 6 참조). 인구통계학적 변인을 통제한 후 감사성향이 일반 여성노인의 주관적 안녕감에 어느 정도 영향을 미치는지를 알아보는 회귀분석 결과가 표 9에 제시되어 있다. 표 9를 보면, 일반 여성노인의 배우자 유무, 학력, 및 건강을 독립변인으로

하여 주관적 안녕감에 대한 설명력을 측정한 1차 분석에서는 인구통계학적 변인들이 일반 여성노인의 주관적 안녕감의 34.0%를 설명하는 것으로 나타났다[F(3, 46)=9.409, $p<.001$]. 여기에 감사성향이 추가된 2차 회귀분석 결과, 여성노인의 주관적 안녕감에 대한 설명력은 19.8% 증가하여, 감사성향은 배우자 유무, 학력, 및 건강과 함께 일반 여성노인의 주관적 안녕감의 53.8%를 설명하는 것으로 나타났다[F(4, 45)=15.256, $p<.001$].

상관분석에서 친구관계와 자녀관계 둘 다 일반 여성노인의 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보여 주었다. 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 파악하기 위해 이번에는 인구통계학적 변인 이외에 인간관계 변인인 자녀관계와 친구관계를 추가하여, 감사성향이 일반 여성노인의 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 표 10에서 보는 바와 같이, 2차 회귀분석에서 인구통계학적 변인이

표 10. 주관적 안녕감에 대한 일반여성노인의 인구통계학적 변인과 친구/자녀관계, 감사성향의 위계적 회귀분석 결과

| 모형 | 변인 | β | t | adjusted R^2 | ΔR^2 | F |
|----|-------|---------|----------|----------------|--------------|-----------|
| 1 | 건강 | .540 | 4.178*** | .340 | .340*** | 9.409*** |
| | 배우자유무 | -.037 | -.286 | | | |
| | 학력 | .137 | 1.082 | | | |
| 2 | 건강 | .249 | 2.353* | .642 | .302*** | 18.568*** |
| | 배우자유무 | -.070 | -.736 | | | |
| | 학력 | -.005 | -.056 | | | |
| | 친구관계 | .334 | 3.240** | | | |
| 3 | 자녀관계 | .421 | 4.092*** | .731 | .089*** | 23.220*** |
| | 건강 | .188 | 2.031* | | | |
| | 배우자유무 | .012 | .143 | | | |
| | 학력 | -.031 | -.375 | | | |
| | 친구관계 | .323 | 3.609** | | | |
| | 자녀관계 | .307 | 3.275** | | | |
| | 감사성향 | .361 | 3.953*** | | | |

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

모형 1: 배우자유무, 학력, 건강; 모형 2: 친구관계, 자녀관계 추가; 모형 3: 감사성향 추가

외에 자녀관계와 친구관계가 추가되는 경우 주관적 안녕감의 설명력은 30.2% 증가하여, 인구통계학적 변인과 인간관계 변인은 일반 여성노인의 주관적 안녕감의 64.2%를 설명하는 것으로 나타났다 [$F(5, 44)=18.568, p<.001$]. 그리고 3차 회귀 분석에서 감사성향이 추가되는 경우, 주관적 안녕감에 대한 설명은 8.9% 증가하여, 인구통계학적 변인과 인간관계 변인, 그리고 감사성향은 일반 여성노인의 주관적 안녕감의 73.1%를 설명하는 것으로 나타났다 [$F(6, 43)=23.220, p<.001$].

논 의

본 연구의 주된 목적은 노년기 삶을 보다 긍정적으로 변화시킬 수 있는 안정된 긍정적 자질로서 감사성향의 기능을 탐색하는 것이었다. 본 연구에서 감사연구의 대상으로 일반 여성노인과 저소득 독거여성노인을 연구에 포함시켰는데, 이는 우리나라 고령화의 주역이 여성이며(통계청, 2011), 많은 여성노인이 주거환경 및 경제적 어려움에 노출되어 있어(보건복지부, 2009), 감사의 긍정적 기능을 확인하기에 유용한 집단으로 판단되었기 때문이었다.

감사성향은 비교적 지속적이고 안정된 심리적 특질로 여러 상황과 오랜 시간에 걸쳐 감사함을 지속적으로 인식하는 것이다(McCullough et al., 2002). 예상한 바와 같이 저소득 독거여성노인과 일반 여성노인은 인구통계학적 변인과 심리적 변인에서 이질적인 것으로 나타났다. 즉, 저소득 독거여성노인은 일반 여성노인에 비해 학력이 낮고, 월수입도 낮으며, 건강도 좋지 않은 것으로 보고되었다. 뿐만 아니라 저소득 독거여성노인은 일반 여성노인에 비해 주관적 안녕감도 낮고, 자기존중감도 낮으며, 인간관계도 더 좋지 않은 것으로 보고되어 두 집단은 매우 이질적인 집단으로 드러났다.

집단의 이질성은 저소득 독거여성노인과 일반 여성노인은 감사하는 대상과 이유에서도 나타나고 있다. 일반 여성노인의 경우 주로 '가족'과 '자신'에 대해 감사한다고 응답하였으나, 저소득 독거 여성노인은 '국가'와 '봉사인력'에 대한 감사를 더 많이 보고하였다. 이는 저소득 독거 여성노인은 혼자 살면서 국가로부터 경제적 지원을 받고 있는 대상이므로 이들이 감사하는 대상이 국가와 자신을 도와주는 봉사인력과 이웃이 될 수밖에 없었을 것이다. 이에 반해 일반 여성노인들은 자신이 건강하고 능력있고, 좋은 점을 지니고 있는 것에 감사하였고, 부모와 배우자 그리고 자녀에게 감사하였는데, 이는 보통의 노인들에게서 건강과 가족이 매우 중요한 행복의 원천임을 보여주는 것이라 하겠다.

저소득 독거 여성노인집단과 일반 여성노인들이 여러 차원에서 매우 이질적인 집단으로 확인되었기에 감사성향의 긍정적 기능을 탐색하기 위해 두 집단을 구분하여 분석한 결과, 인구통계학적 변인과 인간관계에서 집단에 따라 관련된 변인에 차이가 있었다. 인구통계학적 변인을 중심으로 살펴보면, 저소득 독거 여성노인의 월소득은 감사성향과 주관적 안녕감과 정적 상관을 보인 반면, 일반 여성노인의 월소득은 감사성향, 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보이지 않았다. 이는 경제적 요인이 저소득 독거여성노인의 삶에서 특히 중요하다는 것을 보여준다(김경연, 정여진, 2006; 백학영, 2006). 일반 여성노인의 경우에는 학력과 배우자 유무가 감사성향, 주관적 안녕감과 정적 상관을 보임으로써, 감사성향이나 주관적 안녕감과 관련된 요인이 다름을 보여주었다. 건강은 두 집단 모두 주관적 안녕감과 감사성향과 관련이 높은 변인으로 확인되었는데 이는 성공적이고 행복한 노화의 기초 요인으로 건강의 중요성을 지지해준다(Rowe & Kahn, 1997). 성공적 노화에 관한 국내외 연구에서

도 건강은 성공적 노화를 구성하는 요소이자 성공적 노화에 영향을 주는 요인으로 가장 많이 등장하고 있다(안정신, 정영숙, 정여진, 서수균, Cooney, 2011).

감사성향과 긍정적 심리학적 변인들은 정적 상관을 보이는가? 본 연구 결과, 저소득 독거여성노인과 일반 여성노인 모두 감사성향은 주관적 안녕감, 자기존중감과 정적 상관을 보여 주었다. 그런데 감사성향과 인간관계 간의 상관을 보면, 저소득 독거 여성노인의 경우에는 감사성향은 자녀관계나 친구관계와 상관이 없으나, 친구관계는 주관적 안녕감과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 일반 여성노인의 경우에는 감사성향이 높을수록 자녀관계도 좋고 친구관계도 더 좋은 것으로 나타났으며, 자녀관계와 친구관계는 둘 다 주관적 안녕감과도 상관이 높았다. 일반 여성노인의 주관적 안녕감과 상관이 높은 변인으로 나타난 자녀관계라는 결과는 한국 노인들에게서 자녀와의 친밀한 관계가 노인들의 행복과 성공적 노화에 매우 지대한 영향을 미친다는 주장을 지지해주는 결과라 하겠다(백지은, 최혜경, 2007; 안정신 등, 2011; 윤현숙, 유희정, 2006; 정여진, 안정신, 2010; 정태연, 조은영, 2005; 최혜경, 2008). 이는 한국은 유교주의와 가족주의 영향을 바탕으로 가족과 친족관계 속에서 조화를 중시하는 집단주의 문화권에 속하여, 한국노인들은 자신들의 존재를 자신과 가장 밀접한 가족관계, 특히 자녀를 통해 지각한다는 것을 반영해 주는 것이라 할 수 있다(조공호, 2006).

감사성향과 성격 특질과의 상관을 보면, 일반 여성노인과 저소득 독거 여성노인 모두 감사성향이 높을수록 친화성과 성실성은 높고, 신경증성향은 낮은 것으로 나타나, 감사성향이 외향성, 개방성, 친화성, 성실성과는 정적 상관을, 신경증성향과는 부적 상관을 보인다는 선행 결과와 크게 다르

지 않음을 보여주었다(McCullough et al., 2004; Wood, Joseph, et al., 2008; Wood, Maltby, Gillett et al. 2008; Wood, Maltby, Stewart et al., 2008; Wood et al., 2009).

여러 긍정심리학자들은 감사가 개인의 심리적, 사회적, 신체적 자원을 증진시키는 긍정적 자원임을 제안하고 있다(Fredrickson, 2004; Lyubomirsky, King, & Diener, 2005). 감사성향의 긍정적 기능을 탐색하기 위해 본 연구에서는 감사성향이 주관적 안녕감에 미치는 상대적 영향력을 분석하였다.

저소득 독거여성노인과 일반 여성노인이 매우 이질적인 집단임에도 불구하고 집단별로 주관적 안녕감과 상관이 있는 인구통계학적 변인을 통제 한 후 감사성향이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 정도는 동일함을 보여주었다. 저소득 독거여성노인 집단의 경우 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보인 건강과 월소득을 통제 한 후 주관적 안녕감에 대한 감사성향의 설명력을 확인한 결과, 감사성향은 주관적 안녕감에 대한 설명을 19.9% 증진시키는 것으로 나타났다. 일반 여성노인집단에서는 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보인 배우자 유무, 학력, 및 건강을 통제 한 후 주관적 안녕감에 대한 감사성향의 설명력을 확인한 결과, 감사성향은 주관적 안녕감에 대한 설명을 19.8% 증진시키는 것으로 나타났다.

인간관계 변인을 통제 한 후에는 주관적 안녕감에 미치는 감사성향의 영향은 일반 여성노인보다는 저소득 독거여성노인에게서 더 높은 것으로 나타났다. 저소득 독거여성노인집단의 경우 건강과 월소득 이외에 친구관계를 통제 한 후 주관적 안녕감에 대한 감사성향의 설명력을 확인한 결과, 감사성향은 주관적 안녕감에 대한 설명을 14% 증진시키는 것으로 나타났다. 반면 일반 여성노인집단에서는 배우자 유무, 학력, 건강 이외에 자녀관계와

친구관계를 통제한 후 주관적 안녕감에 대한 감사성향의 설명력을 확인한 결과, 감사성향은 주관적 안녕감에 대한 설명을 8.9% 증진시키는 것으로 나타나, 일반 여성노인에 비해 저소득 독거여성노인의 주관적 안녕감에 상대적으로 감사성향이 더 큰 영향을 미침을 보여주었다.

감사의 기능에 관한 실증적 연구가 시작단계에 있는 시점에서 본 연구 결과는 다양한 인구통계학적 변인과 인간관계 요인을 통제하고서도 감사성향이 저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인의 주관적 안녕감에 대한 설명력이 크다는 사실을 보여줌으로써 감사의 긍정적 기능을 보여주었다. 더욱이 일반 여성노인에 비해 저소득 독거여성노인의 감사성향이 주관적 안녕감에 더 큰 영향을 준다는 것을 보여줌으로써 감사는 삶의 열악한 조건에 처한 사람들에게서 보다 중요한 심리적 자질임을 시사해준다. 이 결과는 감사를 향상시키는 활동을 통해 심리적 안녕감이 증진되었다는 선행 연구결과와 맥을 같이한다(이향숙, 2008). 감사가 스트레스나 외상을 경험한 후 성장의 자원이 되며(권선중, 김교현, 이홍석, 2006), 심리적 적응뿐만 아니라 신체 기능을 증진시키는 기능을 보이는 선행 결과를 고려해 볼때(McCraty et al., 1995), 감사는 노년기 삶을 긍정적으로 만드는 중요한 자질로서 그 역할이 기대된다고 하겠다.

대부분의 사람들이 타인으로부터 받은 고마운 일들은 잘 잊어버리고 타인이 자신에게 행한 불쾌한 일들을 오래 기억하는 경향에 비추어 볼 때, 감사는 매우 가치있는 강점이 될 수 있을 것이다. 감사는 행복의 요소 중 하나로 감사성향이 높은 사람은 낙관적이고, 심리적 안녕감도 높다(Emmons & Crumpler, 2000). 감사의 이러한 장점은 사별, 이혼 등과 같은 사회적 관계 자원 부재의 스트레스 상황에서 부정적 정서 감소 및 적응적 대처 능

력을 향상시킬 수 있을 것이다. 저소득 독거여성노인의 경우 자녀로부터 적절한 경제적 지원이나 정서적 지원을 받지 못하고 있다. 따라서 이들은 자녀에 대한 불만과 서운함이 매우 높을 수 있다. 행복은 인생에서 경험하는 고통에 대해 얼마나 성숙하게 대응하였는가에 따라 달라진다는 Vaillant (1993)의 제안에 따르면, 성숙한 적응은 자신에게 피해를 입힌 사람들에 대한 원한과 적개심을 감사와 수용으로 대치할 수 있는 능력에 따라 달라질 것이다. 감사성향이 높은 사람은 감사성향이 낮은 사람보다 마음을 잘 통제할 수 있고, 덜 방어적이며 삶에 더 개방적이 된다는 결과는 이런 가능성을 지지해준다(Emmons & Shelton, 2005). 또한 감사는 상호 호혜적 관계를 형성함으로써 보다 만족스러운 관계를 형성하는데 도움이 될 것이다(Cantor, 1983; Robinson & Thurnher, 1981). 즉, 노인이 자녀나 친구로부터 받은 혜택에 감사하게 되면, 상대방도 노인에게 더 우호적으로 대하게 될 것이므로 감사는 대인관계를 촉진시키는 요인이 될 수 있다는 것이다. 노인들이 노년기에 직면한 불편함보다는 지나온 삶에 감사하고, 지금까지 누렸던 것에 감사하고, 자신을 위해 수고한 사람들에게 감사한다면 노년기의 삶의 질은 달라질 수 있을 것이다.

감사성향은 연습을 통해 향상될 수 있다(Emmons et al., 2003). 감사 대상에 대해 초점을 두게 하여 감사 정서를 높일 때 주관적 안녕감이 향상된다면, 노인에게 감사할 대상과 감사의 이유를 검토하게 하는 것은 행복을 증진시키는 한 방안이 될 것이다. 감사를 표현하게 하는 방안도 심리적 안녕감을 높이는 좋은 방안이 될 수 있을 것이다(Lyubomirsky, 2007).

끝으로, 본 연구에 대한 제한점과 후속연구에 대한 제안을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 부산시

에 거주하고 있는 저소득 독거 여성노인과 일반 여성노인을 대상으로 실시한 연구이기 때문에 연구 결과를 일반화하는데 제한이 있다. 현재 우리나라에서 노인을 대상으로 실시되고 있는 경제적·정서적 지원 서비스는 지역 간에 차이가 있기 때문에 저소득 독거 여성 노인의 감사의 이유가 지역에 따라 달라질 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 도시와 농촌을 포함한 보다 넓은 지역의 노인에 대한 연구가 필요할 것이다. 둘째, 본 연구는 감사라는 심리적 특성이 개인의 삶에 도움이 되는지를 보다 분명하게 탐색하기 위해 객관적 삶의 조건이 열악한 저소득 층을 선정하였다. 그런데 저소득 층의 노인이 대부분 여성이었기 때문에 비교 집단으로 일반 여성노인을 선정하였다. 그러나 노인은 단일 특성을 지닌 동질집단이 아니라 성별, 연령, 경제적 계층 등에 따라 다양한 특성을 지니는 이질집단이다(김경연, 정여진, 2006; 양영자, 2008; 장휘숙, 2006; 홍숙자, 2010; Atchley & Barush, 2004). 특히 남녀가 겪는 사회적 맥락은 매우 다를 수 있다. 남성은 배우자를 여성은 자녀를 더 중시하며, 여성노인이 보다 더 가족중심적인 것으로 나타난 결과를 미루어 볼 때(김미혜, 신경림, 최혜경, 강미선, 2005; 박경란, 이영숙, 2002; 백지은, 최혜경, 2005; 신영희, 이혜정, 2009; 정순돌, 2007; 홍현방, 2002), 감사에 관한 연구에서도 남성과 여성 노인에 관한 비교가 필요할 것으로 보인다.

여러 가지 제한점에도 불구하고 본 연구는 일반 여성노인 뿐만 아니라 열악한 삶의 조건에서 감사할 것이 없다고 예상되는 저소득 독거 여성노인을 대상으로 감사성향이 주관적 안녕감에 상당한 영향을 미칠 수 있음을 보여줌으로써 향후 노인의 삶의 질 향상을 위한 긍정적 자질로서 감사의 기능을 경험적으로 입증한 연구로서 그 의미가 있다고 할 것이다.

참 고 문 헌

- 국립국어원 (1999). 표준국어대사전.
- 권석만 (2008). 긍정심리학. 서울:학지사.
- 권선중, 김교헌, 이홍석 (2006). 한국판 감사 성향 척도(K-GQ-6)의 신뢰도와 타당도. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 177-190.
- 김경미, 조진형, 김동원, 김정희 (2009). 성인 여성의 감사 대상, 이유 및 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(1), 191-208.
- 김경연, 정여진 (2006). 건강 및 경제수준에 따른 집단별 성공적 노화의 요소 탐색. 노인복지연구, 34, 31-54.
- 김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석(2003). 한국 성인의 행복한 삶의 구성요인 탐색 및 척도개발, 한국심리학회지: 건강, 8(2), 415-442.
- 김미혜 (2002). 인터넷 신문에 나타난 노인이미지 분석-오마이 뉴스를 중심으로-. 한국노년학회 추계학술대회 발표논문집, 112-133.
- 김미혜, 신경림, 최혜경, 강미선 (2005). 한국노인의 성공적 노후 삶의 유형에 영향을 미치는 요인. 한국노년학, 26(1), 91-104.
- 김선영, 김재민, 유준안, 배경열, 김성완, 양수진, 신일선, 윤진상 (2010). 노인에서 한국판 성격 5요인 척도의 표준화 및 타당도. 생물정신의학회지, 17(1), 15-25.
- 김철진 (2000). 전남 영광지역 노인들의 생활만족도에 관한 연구. 동신대학교 석사학위논문.
- 김춘미, 고문희, 김문정, 김주현, 김희자, 문진하, 백경선, 손행미, 오상은, 이영애, 최정숙 (2008). 여성 독거 노인의 삶. 대한간호학회, 38(5), 739-747.
- 박경란, 이영숙 (2002). 성공적 노화에 대한 인식 조사연구. 한국노년학, 22(3), 53-66.

- 보건복지부 (2009). 보건복지통계연보: 국민기초생활보장 수급자 현황.
- 백지은, 최혜경 (2005). 한국노인들이 기대하는 성공적인 노화의 개념, 유형 및 예측요인. 한국가정관리학회지, 23(3), 1-16.
- 백지은, 최혜경 (2007). 한국사회와 서구사회의 성공적 노화의 구성요소에 대한 비교문화적 연구. 한국가정관리학회지, 25(2), 137-153.
- 백학영 (2006). 저소득 독거노인의 빈곤 경험에 관한 질적 연구. 사회복지연구, 31, 5-39.
- 서홍란, 김희년 (2010). 자기효능감이 요보호독거노인의 우울수준에 미치는 영향에 관한 연구. 한국노인복지학, 48, 59-82.
- 손택순, 이홍직 (2006). 노인의 심리적 안녕감 결정요인에 관한 연구: 생태체계요인을 중심으로. 노인복지연구, 31, 181-205.
- 손 신, 이정미, 류철원 (2007). 뉴욕시 거주 한인노년층 이민자들의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 문화적응 과정상의 요인들에 관한 연구. 노인복지연구, 38, 79-108.
- 손화희 (2000). 거동불편노인의 주관적 안녕감에 관한 생태학적 접근. 한국노년학, 20(1), 83-103.
- 송대현, 박한기 (1992). 한국노인들의 자존심에 관한 연구. 한국노년학, 12(1), 77-96.
- 송하정 (2000). 국민연금 수급권자의 삶의 질에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 목원대학교 석사학위논문.
- 신영희, 이해정 (2009). 일 도시 노인의 성공적인 노화 관련 요인. 한국노년학, 29(4), 1327-1340.
- 신현숙 (2007). 글쓰기에 표현된 청소년의 감사대상과 감사이유의 성차와 발달적 차이. 청소년학연구, 14(5), 125-147.
- 신효식, 서병숙 (1994). 노부의 성인 자녀와의 결속도, 자아 존중감, 심리적 손상 간의 인과모형. 한국노년학, 14(2), 121-132.
- 안옥희, 임희경, 김현진 (2002). 고령화 사회에서의 노인이미지에 관한 조사. 한국생활과학회지, 11(40), 347-355.
- 안정신, 정영숙, 정여진, 서수균 & Cooney. M. T. (2011). 성공적 노화연구의 비판적 고찰. 한국심리학회지: 발달, 24(3), 35-54.
- 양영자 (2008). 농촌노인부부의 삶에 나타난 '생애사적 진행과정구조'의 재구성. 한국사회복지학, 60(1), 127-157.
- 원영희 (1995). 동·별거형태가 한국노인의 심리적 행복감에 미치는 영향. 한국노년학, 15(2), 97-116.
- 윤진, 조석미(1982). 가족 구성원에 대한 노인의 심리적 거리. 한국노년학, 1, 75-85.
- 윤현숙, 유희정 (2006). 가족관계가 성공적 노화에 미치는 영향. 한국가족복지학, 18, 5-13.
- 이미정 (1996). 아동의 노인에 대한 인식 연구. 부산대학교 석사학위논문.
- 이창섭 (2009). 농촌 노인들의 심리적·사회적 특성이 행복감에 미치는 영향. 목포대학교 박사학위논문.
- 이향숙 (2008). 감사와 자기애가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 충남대학교 석사학위 논문.
- 장수미 (2008). 가족유형과 가족지지가 노인 당뇨병 환자의 우울에 미치는 영향. 한국가족복지학, 22(4), 35-66.
- 장휘숙 (2006). 성인심리학-성인발달, 노화, 죽음. 서울: 박영사.
- 정순돌 (2007). 여성노인과 남성노인의 성공적 노화에 관한 인식 비교연구. 한국노년학, 27(4), 829-845.
- 정여진, 안정신 (2010). 남성노인의 성공적 노화에 가족관계 변인이 미치는 영향. 한국노년학, 30(2), 535-550.

- 정태연, 조은영 (2005). 노년기의 외로움 및 생활 만족도와 관련된 변인탐색. *한국노년학*, 25(1), 55-71.
- 조공호 (2006). 이상적 인간형론의 동서비교. 지식산업사
- 조진형, 김정미, 김동원, 김정희 (2009). 성인 여성의 감사 대상, 이유 및 효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(1), 191-208.
- 차용은 (1981). 노인에 대한 대학생의 태도 연구: 전북지방을 중심으로. *전주대학 논문집*, 9, 239-262.
- 최성재, 장인협 (2002). 노인복지학. 서울: 서울대학교출판부.
- 최송식, 박현숙 (2009). 노인의 고독감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 도농복합지역을 중심으로. *한국노년학*, 29(4), 1277-1293.
- 최혜경 (2008). 한국 노인들의 기대에 따른 성공적인 노화: 개념 형성과 중재방안의 탐구. *한국가족관계학회지*, 13(3), 145-168.
- 통계청 (2009). 2009 고령자 통계.
- 통계청 (2011). 연령별(전국) 추계인구.
- 한국보건사회연구원 (2009). 2009 한국의 보건복지 동향.
- 한정란 (2000). 대학생들의 노인에 대한 태도에 관한 연구. *한국노년학*, 20(3), 115-127.
- 허정식 (2003). 노인의 운동참여와 주관적 건강인지에 따른 심리적 안녕감. *한국스포츠심리학회지* 14(2), 111-128.
- 홍경자, 유정수 (2003). 나를 사랑하기. 서울: 교육과학사.
- 홍숙자 (2010). 노년학 개론. 하우.
- 홍현방 (2002). 성공적인 노화와 노인의 종교성 관계 연구. *한국노년학*, 22(3), 245-259.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and Growth in personality*. New York, Holt.
- Adler, M., & Fagley, N. (2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of personality*, 73(1), 79-114.
- Atchley, R. C. (2000). *Social forces and aging: An introduction to social gerontology*. Belmont, CA: Wadworth Thompson Learning.
- Atchley, R. C., & Barush, A. (2004). *Social Forces and Aging—An Introduction to Social Gerontology* (10th ed.). Belmont, CA: Wadsworth/Thomson Learning.
- Atchley, L. (2005). "Don't worry; be... grateful?" Retrieved June 13, 2005, from <http://aands.virginia.edu/x5168.xml>
- Brady, B., & Nies, M. A. (1999). Health-Promoting Lifestyles and Exercise: A Comparison of Older African American Women Above and Below Poverty Level. *Journal of holistic nursing*, 17(2), 197-207.
- Branden, N. (1992). *The power of self-esteem*. Deerfield, FL: Health Communication.
- Brandtstadter, J., & Rothermund, K. (1994). Self-percepts of control in middle and later adulthood: Buffering losses by resealing goals. *Psychology and Aging*, 9, 265-273.
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (1982). The structure of psychology: Introduction to the special Issue. *Psychological Inquiry*, 13, 165-167.
- Butler, R. (1975). *Why survive: Being old in American*. New York: Harper and Row.
- Cantor, M. H. (1983). Strain among care givers : A study of experience in the United

- States. *Gerontologist*, 23(6), 597-604.
- Coleman, P. G., Philp, L., & Mullee, M. A. (1995). Does the Use of the Geriatric Depression Scale Make Redundant the Need for Separate Measures of Well-being on Geriatrics Wards?, *Age and Aging*, 24(5), 416-420.
- Coopersmith, S. (1976). *The antecedents of Self-esteem*. San Francisco : W. H. Freeman & Co., 19-44.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory(NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Crohan, S. E., & Antonucci, T. C. (1989). Friendship as a source of social support in old age. In R. G. Adams & R. Blieszner(eds), *In Older Adult friendship*. Newbery park: Sage publication, 129-146.
- Emmons, R. A. (2004). The Psychology of gratitude: An introduction. In R. A. Emmons, & M. E. McCullough (Eds.), *The Psychology of Gratitude*(pp, 4-16). New York: Oxford Univ. Press.
- Emmons, R. A., & Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a human strength: Appraising the evidence, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 56-69.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2002). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Synder & S. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp. 495-471). N.Y.: Oxford Univ. Press.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2005). Gratitude is a human strength : Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 56-69.
- Franks, A., & Maroola, T. H. (1975). Subjective Measures of well-being. *American Psychologist*, 2.
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Psychology and Social Science*, 359, 1367-1377.
- Genevay, B. (1986). Intimacy as we age. *Generation*. 10(4). 284-301.
- Gordon, A. K., Musher-Eizenman, D. R., Holub, S. C., & Dalrymple, J. (2004). What are children thankful for? An archival analysis of gratitude before and after the attacks of September 11. *Applied development psychology*, 25, 541-553.
- Kim, J., & Moen, P. (2002). Retirement Transitions, Gender, and Psychological Well-being: A Life-course, Ecological Model, *Journal of Gerontology*. 57B(3), 212-222.
- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center for Morale Scale: A Revision. *Journal of Gerontology*, 30(1), 85-89.
- Lawton, M. P., Kleban, M. H., Rajagopal, D., & Dean, J. (1992). Dimensions of affective experience in three age groups. *Psychology*

- and Aging*, 7, 171-184.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lyubomirsky, S. (2007). *How to be happy*. New York: Penguin Press.
- Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-851.
- Ma, L., Green, K., & Cox, E. (2009). Stability of the Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A Multidimensional Item Response Theory Analysis. *Journal of Applied Gerontology*, 29, 475-493.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81-90.
- McCraty, R., Atkinson, M., Tiller, W., Rein, G., & Watkins, A. (1995). The effects of emotion on short term power spectrum analysis on heart rate variability. *American Journal of Cardiology*, 76, 1089-1093.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.
- McCullough, M. E., Tsang, J., & Emmons, R. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and Empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- McCullough, M. E., Tsang, J., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude on Ontermediate Affective Terrain: Links OF Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295-309.
- Nuessel, F. H. (1982). The Language of Ageism. *The Gerontologist*, 22(3), 273-275.
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The Cognitive Structure of Emotion*. Cambridge, UK: Cambridge Univ. Press.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (1999). *Handbook of Personality : Theory and research* (2nd ed.). New York : Wiley.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. NewYork: Oxford University Press/Washington, DC: American Psychological.
- Pruyser, P. W. (1976). *The minister as diagnostician: Personal problems in pastoral perspective*. Philadelphia: Westminster Press.
- Robinson, D. R., & Thurnher, M. (1981). Taking care of aged parents : *A family cycle transition*. *Gerontologist*, 19(6), 586-593.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, N. J.: Princeton University Press.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. I. (1997). *Successful aging*. New York: Pantheon Books.
- Sheldon, K. M., & King, L. K. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
- Vaillant, G. E. (1993). *Adaptation to life*.

- Boston: Little, Brown.
- Watkins, P. C., Grimm, D. L., & Kolts, R. (2004). Counting your blessings: Positive memories among grateful persons. *Current Psychology, 23*, 52-67.
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2008). Gratitude uniquely predicts satisfaction with life: Incremental validity above the domains and facets of the five factor model. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 49-54.
- Wood, A. M., Maltby, J., Gillett, R., Kinley, P. A., & Joseph, S. (2008). The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research on Personality, 42*(4), 854-871.
- Wood, A. M., Maltby, J., Stewart, N. Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). Conceptualizing gratitude and appreciation as a unitary. *Personality and Individual Differences, 44*, pp 619-630.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences, 46*, 443-447.

1차 원고 접수: 2011. 10. 15

수정 원고 접수: 2011. 11. 14

최종 게재 결정: 2011. 11. 15

Exploring the Positive Function of Grateful Disposition in Korean Elderly Women

Hannah Jo Young-sook Chong
Department of Psychology, Pusan National University

The main purpose of this study was to explore the positive effects of grateful disposition on subjective well-being and relationships among grateful disposition, social relation and self-esteem in female elders. Data was collected in Busan from fifty normal female elders and fifty low-income female elders living alone receiving social welfare services. The results were as follows. First, low-income female elders living alone reported more gratitude on their nation and volunteers to support them while normal female elders reported more gratitude on their family and themselves. Second, grateful disposition was positively correlated with subjective well-being and self-esteem in both of the two groups, while social relations such as offspring relation and friendship was positively correlated with grateful disposition only in normal female group. Third, amount of variance in subjective well-being explained by grateful disposition was 19.9% after controlling demographic variables, and 14.0% after controlling both demographic variables and friendship in low-income female elders, while in normal female elders, it was 19.8% after controlling demographic variables, and 8.9% after controlling both demographic variables and offspring relation and friendship. The findings suggest that grateful disposition may have a greater positive impact in low-income female elders.

Keywords: low-income female elders living alone, grateful disposition, social relation, self-esteem, subjective well-being