pISSN : 1229-0718
eISSN : 2671-6542

한국심리학회지

발 달

32권 4호 (2019년 12월)

THE KOREAN JOURNAL OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

목 차

한국 아동 학교적응에 영향을 미치는 아동심리, 사회환경, 어머니 양육행동의 효과에 대한 연구
..... 김원경, 권희경

주관적 인지저하 노인들의 기억의 긍정성 효과: 정상 노인 및 경도인지장애 환자와의 비교
..... 이현호, 강연욱

학령 후기 자녀가아동이 지각한 부부갈등과 신체자존감 간의 관계에서:
모-자녀 의사소통 문제의 매개효과와 및 모 심리적 통제의 조절된 매개효과
..... 설경옥, 장지혜, 신지윤, 하소정, 김서영

분노 정서조절 과정에서 나타나는 연령차 및 개인차: 노인 집단과 대학생 집단 비교
..... 강효신, 권정혜

성인 초기 여성의 물질주의, 외모주의와 성형수용태도 종단연구
..... 김현지, 이지현, 권혜중, 설경옥

어머니의 자녀-수반 자기가치감, 심리적 통제와 청년 자녀의 주관적 안녕감과의 관계:
자녀의 자율성 욕구와 사회부과적 완벽주의의 매개효과 ..... 이인영, 정영숙

청소년 성격평가질문지(PAI-A) 증보판의 요인구조: 일반 및 비행 청소년을 대상으로
..... 손현진, 박은영, 홍상황

노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 자아통합감과 회복탄력성의 조절된 매개효과
..... 이지현, 양수진

한국발달심리학회

한국심리학회지 : 발달 2019년 제32권 제4호

발행처 : 한국발달심리학회
발행인 : 송하나(성균관대학교)
주 소 : 서울특별시 마포구 월드컵북로2길 93 진빌딩 2층
전 화 : 02-336-6672

인쇄일 : 2019년 12월 15일
발행일 : 2019년 12월 15일
제작처 : 책과공간
(02-725-9371)

편집위원장 : 이승연(이화여자대학교)

편 집 위 원 : 강연욱(한림대학교) 김기연(중앙대학교) 김혜리(충북대학교) 노수림(충남대학교)
서미정(제주대학교) 송주현(California State University) 송현주(연세대학교) 신희영(전북대학교)
유연옥(계명대학교) 최유정(Harvard University) 한세영(이화여자대학교)
Daniel Choe(UC Irvine Human Development and Family Studies)

심 사 위 원 : 강효신(경성대학교) 김근영(서강대학교) 김기연(중앙대학교) 김연수(전주대학교)
남미경(인간발달복지연구소) 서고운(한국청소년정책연구원) 서동기(한림대학교) 서미정(제주대학교)
설경옥(이화여자대학교) 설현수(중앙대학교) 성은현(호서대학교) 손은정(계명대학교)
양수진(이화여자대학교) 양재원(가톨릭대학교) 윤진영(세명대학교) 이승연(이화여자대학교)
이종구(대구대학교) 장은영(호남대학교) 장혜인(성균관대학교) 장희순(용인대학교)
정윤경(가톨릭대학교) 조설애(부산대학교) 하정희(한양대학교) 한세영(이화여자대학교)
한소원(서울대학교)

한국심리학회지: 발달은 한국발달심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 발달심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논평을 게재한다. 한국심리학회지: 발달은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 한국심리학회에 연회비를 납부한 회원은 한국심리학회 홈페이지에서 온라인 구독이 가능하다. 비회원의 구독에 관해서는 편집위원회 사무실로 문의하기 바란다.

Vol. 32, No. 4 November 15, 2019

THE KOREAN JOURNAL OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY
published quarterly-annually
by THE KOREAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

This journal is issued quarterly-annually and carries research articles based on empirical data & theoretical review. Subscription inquiries and manuscript submission should be directed to: Editor, The Korean Journal of Developmental Psychology, Department of Psychology, Ewha Womans University, Seoul, Korea.

Editor : Seung-yeon Lee(Ewha Womans University)

Associate Editor : Yeonwook Kang(Hallym Univeristy) Giyeon Kim(Chung-Ang University)
Hei-Rhee Ghim(Chungbuk National University) Soo Rim Noh(Chungnam National University)
Mijung Seo(Jeju National University) Ju-Hyun Song(California State University)
Hyun-joo Song(Yonsei University) Huiyoung Shin(Chonbuk National University)
Younoak Yu(Keimyung University) Youjung Choi(Harvard University)
Sae-Young Han(Ewha Womans University)
Daniel Choe(UC Irvine Human Development and Family Studies)

한국심리학회지

발 달

제 32 권 제 4 호 / 2019. 12.

한국 아동 학교적응에 영향을 미치는 아동심리, 사회환경, 어머니 양육행동의 효과에 대한 연구
…… 김원경, 권희경 / 1

주관적 인지저하 노인들의 기억의 긍정성 효과: 정상 노인 및 경도인지장애 환자와의 비교
…… 이현호, 강연욱 / 21

학령 후기 자녀가아동이 지각한 부부갈등과 신체자존감 간의 관계에서:
모-자녀 의사소통 문제의 매개효과와 및 모 심리적 통제의 조절된 매개효과
…… 설경옥, 장지혜, 신지윤, 하소정, 김서영 / 43

분노 정서조절 과정에서 나타나는 연령차 및 개인차: 노인 집단과 대학생 집단 비교
…… 강효신, 권정혜 / 59

성인 초기 여성의 물질주의, 외모주의와 성형수용태도 종단연구
…… 김현지, 이지현, 권혜중, 설경옥 / 83

어머니의 자녀-수반 자기가치감, 심리적 통제와 청년 자녀의 주관적 안녕감과의 관계:
자녀의 자율성 욕구와 사회부과적 완벽주의의 매개효과 …… 이인영, 정영숙 / 103

청소년 성격평가질문지(PAI-A) 증보판의 요인구조: 일반 및 비행 청소년을 대상으로
…… 손현진, 박은영, 홍상황 / 123

노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 자아통합감과 회복탄력성의 조절된 매개효과
…… 이지현, 양수진 / 151

한국발달심리학회

Original Article

한국심리학회지 : 발달
The Korean Journal of Developmental Psychology
2019, Vol. 32, No. 4, 151-169

ISSN(Print) 1229-0718
ISSN(Online) 2671-6542
https://doi.org/10.35574/KJDP.2019.12.32.4.151

The Korean Journal of Developmental Psychology

노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 자아통합감과 회복탄력성의 조절된 매개효과*

이지현, 양수진
이화여자대학교 심리학과

Received: July 15, 2019
Revised: November 5, 2019
Accepted: December 6, 2019

교신저자: 양수진
이화여자대학교 심리학과,
(03760) 서울특별시 서대문구
이화여대길 52

E-MAIL:
sujinyang@ewha.ac.kr

© Copyright 2019. The Korean Journal of Developmental Psychology. All Rights Reserved.

* 본 연구는 이지현(2018)의 석사학위논문을 수정・보완한 것임.

On the moderating and mediating effects of ego-integrity and resilience in the relationship between daily stress and depression in the elderly

Jihyun Lee, Sujin Yang
Department of Psychology, Ewha Womans University

ABSTRACT

본 연구는 신체적, 심리적, 사회경제적 변화가 다분한 노인기의 일상 스트레스가 우울에 미치는 영향 관계에서 자아통합감과 회복탄력성의 조절된 매개효과를 확인하고자 하였다. 연구에 참여한 만65-79세 남녀노인145명 중 적합한 참여 선별 기준을 만족하고 성실하게 응답한94명(남46명, 여48명)의 자료가 분석에 사용되었다. SPSS process macro를 이용한 경로모형 검증 결과, 노인의 스트레스는 우울에 직접효과가 있는 것으로 나타났으며, 노인의 스트레스가 자아통합감을 매개로 우울로 가는 간접경로도 유의미하게 나타나 매개효과가 검증되었다. 이러한 매개효과는 회복탄력성의 조절효과로 인해 그 영향의 크기가 감소하는 것으로 나타났으며, 이는 회복탄력성이 보호요인으로서 높은 노년기 스트레스로 인한 낮은 자아통합감의 부정적 영향을 조절하여 우울을 감소시켰음을 의미한다. 본 연구는 노년기의 낮은 자아통합감이 우울로의 진행을 예방하는 회복탄력성의 조절된 매개효과를 확인하였으며 성공적 노화 및 행복하고 적응적인 노년의 삶을 위한 더 적극적인 개입의 필요성을 시사한다.

주요어 : 노인 스트레스, 자아통합감, 우울, 회복탄력성

현대 사회는 인간의 평균 수명이 길어지면서 연장된 노년기의 행복과 삶의 질 향상에 대하여 큰 관심을 가지게 되었다. 하지만 노년기는 가족과의 관계 변화, 노년기 질환, 경제적 능력 상실과 같은 신체적, 심리적, 사회적 변화가 큰 시기이다. 이 때문에 최근 우리나라 세대별 행복도 조사에서는 연령이 높아질수록 행복도가 지속적으로 감소하며, 60대 노년층은 다른 세대보다도 행복도가 매우 떨어지는 것으로 나타났다(장재진, 2016). 이러한 변화는 우울 경향성을 증가시키며 노년층 인구 증가로 인해 심각한 사회문제가 된다. 노년기에 행복한 삶을 영위하고 우울과 같은 정서적 문제를 피하기 위해서는 신체적, 심리적, 사회적 변화에 잘 적응하고 개인에게 주어진 발달과업을 성취하는 것이 중요하다(김수옥, 박미화, 김유정, 2006). 그러한 의미에서 노년기의 다양한 변화에 수반되는 스트레스를 성공적으로 관리하는 것은 자신의 삶에 대한 수용과 성공적인 노화를 가능하게 하는 자아통합감(Erikson & Erikson, 1998)의 성취를 촉진할 수 있다. 더 나아가 노년기의 자아통합감 달성은 개인의 성공적인 적응 및 행복을 예측하는 기준으로 작용할 수 있다.

노년기에 경험하게 되는 지속적이고 일상적인 변화로 인한 스트레스는 개인의 자존감과 자기 가치감을 감소시키고 자아통합감을 약화시켜 우울을 유발할 수 있다(Santor & Zuroff, 1994). 따라서 노년기 변화와 관련한 여러 위험요인들에 맞서 자아통합감이 약화되는 것을 방지하고 우울을 예방하는 내적 자원에 주목할 필요가 있다. 회복탄력성은 노년기에 접어들면서 겪을 수 있는 역경과 스트레스 상황을 극복할 수 있는 긍정적인 힘을 전제로 하며(Wagnild, 2003), 우울을 예방하는 보호 요인으로 작용할 수 있다(Bauer, Emeny, Baumert, & Ladwig, 2016; Lim, Lim, Gwee, Nyunt, Kumar, & Ng, 2015).

따라서 본 연구에서는 우리나라 노인이 경험하는 일상 스트레스가 자아통합감을 저하시켜 종국에 우울로 이어질 수 있음을 확인하고, 이러한 관계가 회복탄력성의 수준에 의하여 조절되는지를 조절된 매개모형 검증을 통해 살펴볼 예정이다.

노년기의 우울은 신체적 노화 및 퇴화에 의해 동반되는 여러 질환과 죽음, 고독, 은퇴에 따른 상실감, 재고용의 불안정성 및 빈곤과 같은 신체적, 경제적, 사회적 요인들이 복합적으로 작용하여 생기는 매우 흔한 증상이다. 노년기 이전부터 우울증상이 있었던 노인들의 경우에는 가족력과 신경증과 같은 성격 특성일 확률이 높지만, 노년기 이후에 유발된 우울증상은 주로 노년기에 들어서면서 겪는 일상 스트레스가 주요 원인일 확률이 높다(Fiske, Wetherell, & Gatz, 2009). 노인의 우울은 자살생각과 죽음불안으로 이어질 수 있고(전영자, 2015; 윤현숙, 염소림, 2017), 치매를 유발하거나(Ownby, Crocco, Acevedo, John, & Loewenstein, 2006), 대인 관계망과 사회 활동의 단축을 야기할 수 있다(Fiske et al., 2009). 노년기의 우울증상이 이런 심각한 결과를 초래할 수 있음에도 불구하고, 노인의 우울은 대체적으로 수면장애나 신체적 증상으로 오인되어 조기 발견이나 치료시기를 놓칠 위험이 있다(정인과 등, 1997). 따라서 고령화 시대에 접어든 현대 사회에서 노년기 우울을 심화시키는 기제가 무엇인 지 확인하는 것은 더 건강하고 행복한 노년기를 보장하고 효과적 개입과 예방책을 강구할 수 있다는 점에서 중요한 시사점을 가진다.

노년기의 일상 스트레스 사건은 노인 우울 유발의 주요 요인 중 하나이다. 스트레스는 어떤 위협을 주는 사건이 한 개인이 관리할 수 있는 자원을

초과할 때 나타나며(Folkman, 2013), 환경과 개인의 복잡한 상호작용으로 인해 유발된다(전영자, 2015; Lazarus, 1998). 다른 관점에서 본다면 특정한 사건으로 인한 스트레스는 한 개인의 인생에 있어서 전환점이나 성장(Tedeschi & Calhoun, 2004), 혹은 기회로 평가될 수도 있다(Folkman & Moskowitz, 2000). 그러나 노년기에 나타나는 지속적인 스트레스 사건은 노인의 심리적 안녕감을 크게 위협할 수 있다(손덕순, 2005). 특별히, 노인들에게는 자연재해나 교통사고같이 간혹 일어나는 주요사건보다 일상에서 발생하는 사소한 생활사건으로 유발된 스트레스가 심리적 안녕감과 적응에 부정적 영향을 미치며 우울과 더 강한 상관성이 있다(이신숙, 이경주, 2002; Whitehead & Bergeman, 2011). 이에 따라 노인들의 스트레스를 일상사건에 맞추어 살펴 볼 필요성이 있다.

노년기의 일상 스트레스 요인으로 크게 건강문제, 경제문제, 가족관계, 주거문제, 상실감이 있다(윤현희, 1994). 노년기의 건강문제는 당뇨병이나 고혈압 같은 노인성 질환과 인지적, 신체적 퇴화 등으로 인한 것으로 일상생활에서 쉽게 우울감을 느끼게 한다(이신숙, 이경주, 2002; 이영자, 김태현, 1999). 경제문제는 노인들의 은퇴로 인한 경제적 능력 상실과 경제적 수준의 개인 간 차이며(김기태, 최송식, 박미진, 2007), 그 외에도 배우자 및 자녀와의 관계 변화로 인한 가족관계 문제(이신숙, 이경주, 2002), 그리고 경제적 문제로 인한 거주지 변경과 같은 급작스런 환경의 변화도(윤현희, 1994) 노인들의 심리적 안녕감에 큰 영향을 주는 스트레스 요인들로 보고되어 왔다. 특히, 배우자나 가까운 지인의 사별경험으로 인한 상실감은 노인의 일상 스트레스로 볼 수 있으나(김승연, 고선규, 권정혜, 2007; 김신열, 김순규, 서효정, 2011). 낮은 경험 빈도에 비해 높은 수준의 스트레스를 유발하기에 다른 스트레스 요인과 달리 일상사건 스트레스보다는 주요사건 스트레스로 분류될 가능성이 높다(박종원, 김숙희, 2015). 또한 노인의 사별 경험은 경제문제와 가족관계와 같은 다른 일상 스트레스 요인에도 큰 변화를 동반하기 때문에, 다른 일상 스트레스 요인들에 비해 복합적이고 연쇄적인 영향력을 가질 수 있다(이신숙, 이경주, 2002). 따라서 본 연구에서는 보다 정확한 일상 스트레스의 영향력을 더 정확하게 파악하기 위해 사별 경험으로 인한 상실감은 스트레스 평가에서 제외하였다.

노년기에 겪는 이러한 일상 스트레스는 우울뿐만 아니라 자아통합감 성취에도 부정적 영향을 끼칠 수 있다(Fiske et al., 2009). 자아통합감은 노년기의 발달과업으로 성공적 노화의 평가 기준이 되며, 자신의 인생을 후회 없이 수용하여 과거, 현재에 만족하고 죽음에 대한 공포가 없는 안녕감을 의미한다(Erikson & Erikson, 1998; Hearn et al., 2011). 또한 자아통합감을 성취함으로써 얻을 수 있는 안녕감은 지속적으로 변하지 않는 속성으로 삶의 성찰을 통한 과거의 수용을 전제를 한다는 점에서(Torges, Stewart, & Duncan, 2008), 특정 주기에(예: 지난 한달) 경험하는 정서적으로 행복한 상태에 초점을 둔 심리적 안녕(psychological well-being)이나 삶에 대한 인지적 평가인 삶의 만족(life satisfaction)과는 구분된다(최현옥, 2014). 즉, 삶의 성찰을 통한 과거 수용을 전제로 하기에(최현옥, 2014; Torges et al., 2008) 자아통합감은 노화의 전 과정을 포괄적으로 설명하는 데 유용하다(Sneed, Whitbourne, & Culang, 2006). 자아통합감은 노년기의 스트레스에 의해 영향을 받을 수 있는데, 스트레스 수준이 낮을 경우 심리적 적응도가 높아져 자아통합감 형성에 긍정적으로 작용

할 수 있다(김수옥, 박미화, 김유정, 2006). 또한 자아통합감은 자신의 과거에 대한 수용을 의미한다는 면에서 자기 가치(self-worth)와 자존감(self-esteem)의 개념을 포함하게 된다(Santor & Zuroff, 1994). 만일 노년기에 상시적으로 높은 스트레스에 노출될 경우 자신에 대한 기대감이 낮아지고 긍정적인 자기지각이 훼손될 수 있다(Wilburn & Smith, 2005). 즉, 노년기의 높은 스트레스가 자아통합감의 형성에도 부정적인 영향을 끼칠 수 있음을 추론할 수 있다. 자신의 과거를 수용하는 일에 실패하게 되면 자아통합감은 낮아지게 되고, 이는 부정정서를 수반해, 연쇄적으로 자존감과 자기 가치감 하락 및 우울로 이어질 수 있다는 것이다(Rylands & Rickwood, 2001; Santor & Zuroff, 1994).따라서 스트레스와 우울의 관계에서 자아통합감의 매개효과를 알아본 연구는 많지 않지만, 앞서 말한 선행연구를 고려한다면 매개 역할을 예측해볼 수 있다.

최근 노년기가 길어지게 되면서, 노년기의 스트레스에 잘 적응할 수 있는 내적 기제인 회복탄력성(resilience)에 주목하게 되었다. 기존 연구는 노년기에 경험하는 스트레스의 영향력을 완충하기 위한 개입방법으로 사회적 지지와 같은 외적 자원에 초점을 맞추어 내적 자원의 역할과 중요성에 대해서는 간과한 측면이 있다. 그러나 긍정심리학의 관점에서 회복탄력성은 개인이 스스로 역경을 잘 극복할 수 있는 긍정적인 힘을 가지고 있다는 점을 전제로 하기 때문에 노년기 부정적 영향에 대한 보호기제로 회복탄력성의 역할과 기여를 살펴볼 필요성이 제기된다(정미경, 2010; 최정민, 2010). 따라서 본 연구에서는 스트레스 상황에서 잃기 쉬운 기능 수준을 원상태로 회복하여 자아통합감을 증진시키고 우울을 예방할 수 있는 내적 자원으로서 회복탄력성의 조절 기능을 살펴보려고 한다.

회복탄력성(resilience)은 비슷한 스트레스 환경에서도 개인마다 다른 결과를 가져올 수 있는 중요한 개인차 요인으로 알려져 있다. Wagnild(2003)는 회복탄력성을 '어려움이나 스트레스 상황에 처해 있을 때 이를 이겨내고 적응할 수 있는 긍정적인 힘'으로 정의하고 있다. Wagnild와 Young(1990) 역시 회복탄력성을 성격 특징으로 간주하여 생의 과정에서 역경을 극복하고 스트레스를 조절하여 적응을 증진시키는 능력이라고 보았다. 이들은 회복탄력성을 총 5가지 특징으로 분류하였는데, 첫 번째는 역경과 좌절에도 자신의 삶을 재건하기 위해 노력을 이끌어가는 능력인 인내심(perseverance), 두 번째는 역경으로 인해 극한 상황에 대면해도 균형 잡힌 관점으로 스스로 그 상황에 대한 반응을 조절할 수 있는 능력인 평정심(equanimity)이며, 세 번째로는 의미부여(meaningfulness)로 삶의 목표를 스스로 깨닫고 찾는 능력, 네 번째로는 자기 신뢰(self-reliance)로 자신을 믿는 능력, 다섯 번째는 각 개인은 특별하며, 자신만의 특별한 계획과 경험을 인지하고 자신의 인생을 받아들이는 능력인 실존적 고독(existential aloneness)이다.

회복탄력성은 생물학적, 심리사회적, 그리고 사회문화적 요인과 같이 전 생애를 통해 장기간 형성되는 특징을 가지고 있어서 아동과 청소년기 외 노년기에도 적용될 수 있다(Alex, 2010). 노인들의 경우에는 젊은 연령층과 비교했을 때 회복탄력성 수준이 비슷하거나, 연령이 높아질수록 역경을 극복한 경험이 축적되어 회복탄력성이 높아진다고 보고되고 있다(Macleod, Musich, Hawkins, Alsgaard, & Wicker, 2016). 게다가 노년기의 높은 회복탄력성은 높은 대처 능력, 긴 수명과 낮은

우울, 긍정적 마인드, 강한 사회적지지 네트워크, 활동적인 신체 활동과 같은 변인에 대한 예측력을 보여(Macleod et al., 2016), 어느 연령대보다도 심리적, 신체적, 사회경제적 변화로 인해 스트레스가 많은 노년기에는 필히 작동되어야 하는 기능이라고 할 수 있다. 이러한 까닭에 Fergus와 Zimmerman(2005)은 회복탄력성이 부정적인 결과를 끼치는 위험 요소의 영향을 완충하여 줄여주는 보호요인(protective factor)으로 정의하고 있다.

선행연구에서 회복탄력성은 자아통합감에 긍정적인 영향을 주는 변인으로(Heisel & Flett, 2008; Melici, 2016) 확인되었는데, 이는 회복탄력성이 추구하는 긍정적인 태도와 삶에서의 의미 추구, 자기수용과 같은 특성들이 자아통합감과 연관되어 시기에 합당한 발달과업을 성취하도록 돕기 때문이다. 또한 Svetina의 연구(2014)에서는 Erikson의 심리사회적 발달단계마다 있는 위기 해결에 있어서 회복탄력성의 역할을 확인할 수 있으며, 이에 따라 회복탄력성은 개인적 위기 사건뿐만이 아니라 각 발달 단계의 위기를 극복할 능력을 증명한다고 보고하였다. 비록 자아통합감과 우울의 관계에서 회복탄력성의 조절효과에 대한 직접적인 선행연구는 부족한 실정이나, Erikson의 심리사회적 발달단계와 회복탄력성의 밀접한 관련성(Svetina, 2014), 회복탄력성과 자아통합감의 긍정적인 상호작용과 자살사고(최정민, 2010)나 우울(Bauer et al., 2016; Lim et al., 2015) 등에 대한 회복탄력성의 보호효과를 고려할 때, 본 연구에서 추정한 모형에 대한 경험적 타당성을 예측해볼 수 있다.

이에 따라, 본 연구에서는 노인의 스트레스와, 자아통합감, 그리고 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절된 매개효과를 살펴보고자 하며, 이를 통해 스트레스로 인한 자아통합감의 저하 및 우울에 대응할 수 있는 내적 보호기제로 회복탄력성을 제안하고자 한다. 연구문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 노인의 스트레스가 우울을 예측하는가?

연구 문제 2. 노인의 스트레스와 우울의 관계에서 자아통합감의 매개효과가 나타나는가?

연구 문제 3. 스트레스가 우울에 미치는 영향에서 회복탄력성의 수준에 따라 조절된 자아통합감의 매개효과가 나타나는가?

방 법

연구대상

본 연구에서는 경기, 서울 지역의 사회복지관과 교회, 절 등에서 만 65-79세 남녀 노인 145명이 본인의 동의하에 설문조사에 참여하였다. 만 80세 이상은 설문지 문항의 이해도 및 시력문제 때문에 제외되었다. 이 중 불성실하게 응답한 자료를 포함하여 본 설문의 이해도와 기억력이 낮은 정신질환이나 신경성 뇌 장애 증후, 그리고 본 연구에서 상실감은 제외하기 위해 사별경험을 보고한 설문지를 포함하여 총 51부가 제외되었고, 최종적으로 94명(여성 노인 48명, 남성 노인 46명)의 자료가 분석되었다. 전체 평균 연령은 70.9세(SD=4.29)였다. 교육수준은 고등학교 졸업(38명, 40.4%)이 가장 많았으며, 대학 졸업(26명, 27.7%)과 중학교 졸업(13명, 13.8%)순서의 분포를 보였다. 주관적 건강수준은 '보통이다'라고 지각하는 노인이 51.1%로 가장

많았고, 주관적 경제수준 역시 '보통'이라고 지각하는 노인이 69.1%로 가장 많았다. 종교 분포는 기독교(26명, 27.7%), 불교(25명, 26.6%), 천주교(22명, 23.4%), 없음(21명, 22.3%)으로 구성되었다. 배우자 유무 여부는, 현재 배우자와 동거하는 경우가 97.9%로 가장 높았다. 동거여부에서는 가족(배우자 및 자녀)과 사는 경우가 95.7%로 가장 높았다. 만성질환은 고혈압(36명, 38.3%), 없음(24명, 25.5%), 관절염(21명, 22.3%), 당뇨(19명, 20.2%) 고지혈증(15명, 16.0%), 기타(8명, 8.5%) 골다공증(7명, 7.4%)이 나왔다.

연구도구

노인 일상 스트레스와 스트레스 지각

윤현희(1994)가 개발한 노인의 일상 스트레스와 스트레스 지각 척도를 이용해 측정하였다. 노인들이 지난 1년 동안 겪은 스트레스를 5가지 하위영역으로 세분화하였으며, 가족관계요인(예: '자녀들이 나와 함께 대화하는 시간이 줄었다.') 7문항, 건강문제요인(예: '본인이나 가족 중의 한 사람이 다치거나 많이 아팠다.') 3문항, 경제문제요인(예: '노후생활대책이 없어서 걱정이다.') 5문항, 상실감요인 2문항, 주거환경요인(예: '환경이 더 안 좋은 집으로 이사했다.') 2문항으로 분류된다. 본 연구에서는 상실감요인을 제외한 총 17문항을 사용하였다. 이 척도는 스트레스에 대한 노인들의 경험빈도를 측정하는 방법으로 '경험하지 않았다(0점)', '경험했다(1-3점)'으로 구분하였고, 경험에서의 스트레스 지각 정도는 3점 리커트 척도(1=경험할 때 별로 마음 상하지 않았다, 2=경험할 때 마음이 약간 상했다, 3=경험할 때 마음이 매우 상했다)로 측정하여 점수의 합이 높을수록 스트레스 지각이 높음을 의미하였다. 본 연구에서 내적일치도는 가족관계요인 .65, 건강문제요인 .62, 경제문제요인 .81, 주거환경요인 .69, 전체 척도는 .81이었다.

자아통합감

홍주연(2000)이 개발한 척도를 사용하여 자아통합감을 측정하였다. 본 척도는 총 16문항으로 과거와 현재에 대한 수용(예: '나는 내가 살아온 과거를 바꿀 수 있다면 그렇게 하겠다.') 11문항, 삶에 대한 태도(예: '나는 기본적으로 인생은 내가 만드는 것이라고 생각한다.') 5문항으로 구성되어 총 16문항이다. 총 4점 리커트 척도(0=매우 그렇지 않다, 4=매우 그렇다.)를 사용하였으며, 합산 점수가 높을수록 자아통합감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 내적일치도는 과거와 현재에 대한 수용은 .72, 삶에 대한 태도는 .62, 그리고 전체 내적일치도는 .75로 나타났다.

노인의 우울

노인의 우울을 측정하기 위해 Yesavage(1983)가 개발한 우울측정도구(Geriatric Depression Scale: GDS)를 한국 노인의 특성에 맞춰 개발한 단축형 한국판 노인우울척도(Geriatric Depression Scale Short From Korea Version, GDSS-K)로 측정하였다(정인과 등, 1997). 이 척도는 신체증상에 대한 문항의 비율을 줄여 노인의 우울증상을 특징으로 하는 문항들로 구성되었다. 본 척도는 최근 1주일 동안 느낀 기분에 대해 묻는 총 15 문항에 대해 예/아니오로 응답하도록 하였으며, 부정적 진술 문항은 역채점 하였다. 점수의 범위는 0~15점으로, 15점 만점에서 5점 이하면 정상군, 6점 이상이면 우울군으로 판정하게 된다. 문항의 예시로는 '보통 기분이 좋은 편입니까?', '자신이 무력하다고

느끼십니까?', '자신의 현재 상태는 전혀 가치 없다고 느끼십니까?'가 있다. 본 연구에서의 내적일치도는 .85로 나타났다.

회복탄력성

노인의 회복탄력성은 Wagnild와 Young(1993)이 개발한 척도를 임소정(2013)이 번역한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 14개 문항의 5점 리커트 척도로, 회복탄력성의 5가지 특성인 자기 신뢰(예: '나는 대체로 일을 어떤 식으로든 해나간다'), 의미 부여(예: '어떤 일에 흥미를 계속 갖기 위해 노력한다'), 평정심(예: '나는 대체로 일을 수월하게 처리한다.'), 인내(예: '나는 의지력이 굳다.'), 실존적 고독(예: '나는 내 자신이 좋다.')으로 구성되었다. 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 나타내며, 내적일치도는 자기신뢰는 .79, 평정심은 .70, 인내는 .64, 평정심은 .70, 실존적 고립은 .65였고, 전체 내적일치도는 .92였다.

연구절차

본 조사는 2017년 10월 10일부터 10월 26일까지 약 3주간 경기, 서울지역의 사회복지관과 교회, 절, 공원을 면접자가 방문하여 참여자의 동의하에 설문을 실시하였다. 설문지 후반으로 갈수록 불성실하게 응답할 가능성을 통제하기 위해 측정 도구의 순서를 다르게 하여 2개의 유형으로 제작되었다. 설문 응답은 1인당 15분에서 30분 정도 소요되었다.

자료분석

본 연구에서는 우선 연구 대상의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 SPSS 22.0 프로그램을 사용하여 기술통계분석, 상관분석 및 측정 도구의 신뢰도 검증을 위한 내적일치도를 산출하였다. 그 후 성별에 따른 주요변인들 간의 차이 검증으로 *t*-test를 실시하였고, SPSS PROCESS Macro 2.16을 사용하여 조절된 매개효과를 분석하였다.

결 과

측정 변수들의 상관관계 및 기술통계

본 연구에서 사용된 주요 측정변인들의 상관분석 결과와 기술 통계치를 표 1에 제시하였다. 자료의 정규성을 충족하기 위해서는 왜도의 절대값이 3 이하, 첨도의 절대값은 10 이하여야 하는데(Kline, 2015), 변수들은 모두 정규분포 가정을 충족하였다.

주요 변인들은 모두 유의한 상관을 보였다 ($ps<.01$). 먼저 노인의 스트레스와 우울($r=.535$, $p<.01$), 회복탄력성과 자아통합감과는 정적 상관을 보였다 ($r=.485$, $p<.01$). 반면, 유의미한 부적 상관은 노인의 스트레스와 회복탄력성($r=-.224$, $p<.05$), 자아통합감($r=-.368$, $p<.01$), 그리고 우울과 자아통합감($r=-.633$, $p<.01$) 및 회복탄력성($r=-.532$, $p<.01$)에 나타났다. 우울을 종속변인으로 한 회귀분석에서 VIF가 2 이하로 다중 공선성 문제는 없다고 판단하였다.

성별에 따른 주요 변인들의 차이

성별에 따른 주요 변인들의 차이를 살펴보기 위해 실행된 독립표본 *t*검정결과를 표 2에 제시하였다. 그 결과, 건강문제($t=-2.348$, $p<.05$, $d=0.49$)를

표1. 주요 변인들의 상관분석 결과 및 기술통계치 (N=94)

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
노인의 스트레스	1.경제문제	1														
	2.가족관계	.458**	1													
	3.건강문제	.312**	.262*	1												
	4.거주환경	.429**	.328**	.231*	1											
	5.전체	.836**	.760**	.607**	.591**	1										
자아 통합감	6.과거와 현재에 대한 수용	-.338**	-.453**	-.227*	-.266**	-.462**	1									
	7. 삶에 대한 태도	.099	-.074	.026	.022	.030	.211*	1								
	8. 전체	-.237*	-.404**	-.176	-.210*	-.368**	.912**	.593**	1							
우울	9. 우울	.444**	.442**	.283**	.320**	.535**	-.626**	-.280**	-.633**	1						
회복 탄력성	10.자신에 대한믿음	-.155	-.250*	-.190	-.117	-.254*	.456**	.318**	.509**	-.559**	1					
	11.의미부여	-.125	-.085	-.085	-.062	-.131	.333**	.185	.352**	-.435**	.729**	1				
	12.평정심	-.158	-.108	-.121	-.154	-.185	.307**	.165	.322**	-.343**	.648**	.615**	1			
	13.인내	-.112	-.155	-.058	-.088	-.149	.348**	.156	.352**	-.341**	.740**	.638**	.562**	1		
	14.실존적 고립	-.111	-.273**	-.076	-.135	-.210*	.472**	.252*	.494**	-.524**	.759**	.655**	.682**	.603**	1	
	15.전체	-.156	-.210*	-.138	-.126	-.224*	.453**	.266**	.485**	-.532**	.937**	.858**	.791**	.820**	.851**	1
	평균	4.91	1.96	2.68	0.70	10.27	29.47	13.53	43.00	4.96	16.85	10.88	6.84	7.04	7.03	48.65
	표준편차	3.26	2.73	2.12	1.25	6.83	4.53	2.30	5.49	3.86	3.48	2.25	1.59	1.65	1.60	9.16
	왜도	0.70	1.70	0.40	2.03	1.02	0.19	0.01	-1.25	0.25	0.19	-0.10	-0,13	-0.03	1.87	0.14
	첨도	-0.20	3.00	-0.71	4.16	0.55	1.50	3.01	1.45	-0.20	-0.01	-0.71	0.20	-0.06	-0.35	0.17

*p<.05 **p<.01

표 2. 성별에 따른 주요 변인들의 차이 (*N*=94)

		남자 (*N*=46)	여자 (*N*=48)	*t*	*d*
		평균(표준편차)	평균(표준편차)		
노인의 스트레스	경제문제	4.67(3.33)	5.15(3.21)	-0.700	0.15
	가족관계	1.93(2.54)	2.00(2.92)	-0.115	0.03
	건강문제	3.20(2.31)	2.19(1.82)	2.348*	0.49
	거주환경	0.57(1.07)	0.83(1.40)	-1.039	0.21
	전체	10.37(7.04)	10.17(6.68)	0.143	0.03
자아 통합감	현재와 과거에 대한 수용	29.67(5.13)	29.27(3.91)	0.430	0.09
	삶에 대한 태도	13.43(2.41)	13.63(2.22)	-0.398	0.08
	전체	43.11(6.15)	42.90(4.85)	0.187	0.04
우울		4.17(4.02)	5.71(3.59)	-1.954	0.40
회복 탄력성	자신에 대한 믿음	16.87(3.52)	16.83(3.47)	0.050	0.01
	의미부여	10.67(2.30)	11.08(2.20)	-0.882	0.18
	평정심	6.72(1.56)	6.96(1.62)	-0.733	0.15
	인내	7.02(1.61)	7.06(1.69)	-0.129	0.02
	실존적 고립	7.24(1.66)	6.83(1.53)	1.230	0.26
	전체	48.52(9.48)	48.77(8.93)	-0.131	0.03

*p<.05

제외한 모든 영역에서 남녀 집단 간 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났고, 남자가 여자보다 건강문제 스트레스 수준이 더 높았다. 따라서 이후 연구모형 검증에서는 건강문제 스트레스를 통제 후 분석을 실시하였다.

조절된 매개효과 검증

노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절효과 검증

조절된 매개효과는 독립변수가 종속변수에 대한 효과의 크기와 방향이 조절변수의 영향을 받지 않는다는 전제이기에(정선호, 서동기, 2016), 노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절효과 유무를 알아보고자 PROCESS의 model 1을 사용하였고, 결과는 표 4에 제시하였다. 그 결과 노인의 스트레스의 단순효과(B=.720, t=2.825, p<.01)는 유의한 반면 노인의 스트레스와 회복탄력성의 상호작용 효과는 유의하지 않았다(B=-.009, t=-1.804). 따라서 조절된 매개효과검증의 전제조건을 충족했다.

표 3. 단순매개효과 검증 결과

총효과와 직접효과		B	*SE*	*t*
노인의 스트레스가 우울에 미치는 총효과		.326	.063	3.727***
노인의 스트레스가 자아통합감에 미치는 직접효과		-.333	.098	-3.374***
자아통합감이 우울에 미치는 직접효과		-.354	.056	-6.308***
노인의 스트레스가 우울에 미치는 직접효과		.208	.056	3.727***
간접효과의 부스트래핑 검증 결과				
간접효과	Effect	Boot *SE*	LL95% CI	UL95% CI
자아통합감	.118	.038	.048	.197

***p<.001

표 4. 조절된 매개효과 검증 결과

	준거변인: 우울 (a)		준거변인: 자아통합감 (b)		준거변인: 우울 (c)	
	B	*t*	B	*t*	B	*t*
예측변인(X: 노인의 스트레스)	.720	2.825**	-.333	-3.374***	.189	3.753***
조절변인(Mo: 회복탄력성)	-.096	-1.636			-.606	-.3.907***
상호작용항(X.Mo)	-.009	-1.804				
매개변인(Me: 자아통합감)					-.855	-4.464***
상호작용항(Me.Mo)					.012	3.231**
	R^2=.487		R^2=.139		R^2=.611	
	F(3,90)=21.088***		F(1,92)=7.334**		F(4,89)=27.628***	
회복탄력성 수준에 따른 조절된 매개효과 지수						
변수	B	Boot SE	LL 95% CI		UL 95% CI	
자아통합감	-.003	.002	-.007		-.001	

**p<.01, ***p<.001

노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 자아통합감의 매개효과 검증

Preacher와 Hayes(2004)의 제안에 따라 조절변인을 제외한 단순매개효과를 검증하였다. PROCESS의 model 4를 통해 분석하였으며, 그 결과(표 3 참조) 노인의 스트레스가 매개변인인 자아통합감에 미치는 직접효과가 유의하였고(B=-.333, t=-3.374, p<.01), 자아통합감이 종속변인인 우울

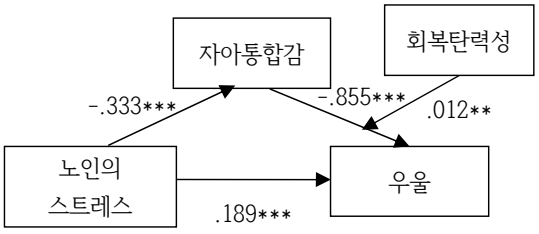

그림 1. 조절된 매개모형

에 미치는 직접효과(B=-.354, t=-6.308, p<.001), 노인의 스트레스가 우울에 미치는 직접효과 또한 유의하였다(B=.208, t=3.727, p<.001).

간접효과의 유의성을 검증하기 위해 5000번의 부트스트래핑 방법을 사용하였고, 그 결과 또한 표 3에 제시하였다. 간접효과의 유의성은 매개효과의 추정치에 대한 95% 신뢰구간 안에 '0'을 포함하고 있지 않아(.048 ~ .197) 노인의 스트레스와 우울 간에 자아통합감의 간접효과가 통계적으로 유의미하였다(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007).

노인의 스트레스와 자아통합감, 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절된 매개효과 검증

노인의 스트레스와 자아통합감, 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절효과유의성을 알아보기 위해 PROCESS Marco의 모델 14을 적용하여 조절된 매개효과 분석을 실시하였다. 부트스트래핑 방법을 이용해 원자료(N=94)로부터 무선표집하여 생성된 5,000개의 자료표본을 통해 통계적 유의성을 검정하였다. 성차가 유의했던 노인의 스트레스 하위요인인 건강문제만을 통제하여 나온 조절된 매개효과 검정 결과는 표 4에 제시하였다.

검정 결과, (b)에서 노인의 스트레스가 자아통합감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며(B=-.333, t=-3.374, p<.001), 또한 (c)에서 자아통

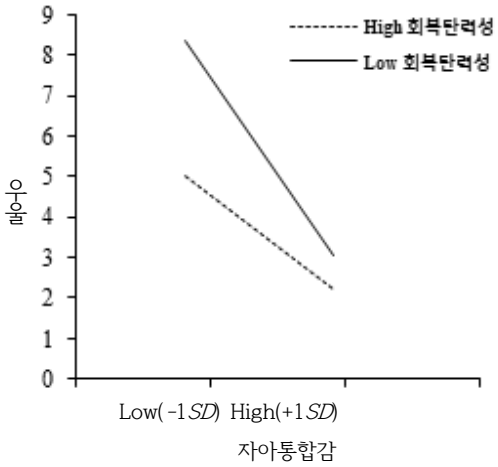

그림 2. 우울에 대한 자아통합감과 회복탄력성의 상호작용

합감과 회복탄력성의 상호작용이 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 확인되었다(B=.012, t=3.231, p<.01). 이는 노인의 스트레스와 우울과의 관계에서 자아통합감의 매개효과는 회복탄력성의 수준에 따라 달라질 수 있다는 것을 의미한다. 즉, 노인의 스트레스는 자아통합감을 낮추게 하여 우울을 높이지만, 자아통합감과 회복탄력성의 상호작용 효과가 우울을 경감시켜 노인의 스트레스 영향을 경감시킨다는 것을 보여준다.

다음으로 회복탄력성의 수준에 의해 매개효과의 차이를 보이는 지 알아보고자 조절된 매개효과 지수를 확인하였다. 그 결과(표 4 참조), 조절된 매개효과 지수는 -.003으로 나타났으며, 95% 신뢰구간 [-.007, -.001]에서 0을 포함하고 있지 않아 조절된 매개효과가 유의하게 나타났다고 해석할 수 있다.

세 번째로 자아통합감과 회복탄력성과의 상호작용 효과의 유의성을 확인하고자 회복탄력성의 ±1SD 값에서 자아통합감이 우울을 유의하게 예측

하는 지 단순 기울기 분석을 실시하였고, 그 결과, 회복탄력성이 높을 때(+1*SD*; B=-.235, *t*=-3.671, *p*<.001)와 낮을 때(-1*SD*; B=-.469, *t*=-6.568, *p*<.001)의 회귀선 둘 다 통계적으로 유의하게 나왔다. 그림 2를 보면, 자아통합감이 높은 수준보다는 낮은 수준일 때 회복탄력성이 높을수록 낮은 우울을 보고하였다. 그러므로 회복탄력성은 자아통합감이 낮은 경우일수록 우울을 완화하는 조절효과를 보인다고 할 수 있다.

조절된 매개효과를 구체적으로 살펴보고자 Johnson-Neyman의 기법을 사용하였다. 이 기법은 연속선상에 있는 조절변인 값 중 어느 값에서 조절된 매개효과가 특히 유의한지 알게 해준다(Hayes & Matthes, 2009). 표 5에 제시한 결과를 본다면 회복탄력성이 66.65보다 높은 영역(8.51%)

표 5. 회복탄력성에 따른 조건부 간접효과의 Johnson-Neyman 유의영역(일부)

회복탄력성	B	*SE*	*t*
43.15	-.423	.064	-6.583***
45.50	-.393	.061	-6.459***
47.85	-.363	.059	-6.190***
50.20	-.333	.057	-5.764***
52.55	-.303	.058	-5.197***
54.90	-.273	.060	-4.535***
57.25	-.243	.063	-3.836***
59.60	-.213	.067	-3.151***
61.95	-.182	.073	-2.516**
64.12	-.155	.078	-1.987**
64.30	-.152	.078	-1.946*
66.65	-.122	.084	-1.445
69.00	-.092	.091	-1.008

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

에서는 회복탄력성의 간접효과에서 통계적 유의성이 확인되지 않으나, 회복탄력성이 64.30보다 낮은 영역(91.49%)에서는 노인의 스트레스가 자아통합감을 통해 우울에 미치는 부정적 효과가 통계적으로 유의하였다.

논 의

본 연구는 노인을 대상으로 일상 스트레스가 우울에 미치는 영향을 확인하고, 기저 기제로 자아통합감의 매개 역할을 확인하였다. 또한, 회복탄력성에 의해 조절된 자아통합감의 조절된 매개효과로 우울에 미치는 영향력이 감소되는지 살펴보았다.

먼저 노인의 스트레스는 우울과 자아통합감에 모두 직접효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 스트레스가 많을수록 우울이 높아진다는 기존 연구(이신숙, 이경주, 2002; Fiske et al., 2009)의 결과를 뒷받침하며, 스트레스가 낮을수록 심리적인 안정을 유지하기 때문에 높은 자아통함감 성취가 가능하다는 선행 연구 결과(김수옥 외, 2006; Erikson & Erikson, 1998)와도 맥을 같이한다. 김수옥 외(2006) 및 Erikson과 Erikson(1998)은 스트레스가 적은 노인일수록 심리적 안정이 높아지면서 높은 자아통합감을 가질 수 있다고 설명하고 있다. 또한 자아통합감에 포함된 자신의 과거에 대한 수용은 자기 가치(self-worth)와 자존감(self-esteem)의 개념을 내포하고 있기 때문에(Santor & Zuroff, 1994), 스트레스에 대한 높은 지각이 자존감(self-esteem)을 낮춘다는 선행연구(Wilburn & Smith, 2005)는 노인의 스트레스가 자아통합감에 유의미한 영향을 미친 본 연구의 결과를 간접적으로 뒷받침 해준다고 말할 수 있다.

그 다음 노인의 스트레스와 우울 간의 관계에서 자아통합감의 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 따라서 노인의 스트레스는 우울에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 자아통합감을 통하여 우울에 영향을 주는 부분 매개 효과도 가지고 있다. 스트레스로 인해 약해진 자아통합감은 우울에도 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 자아통합감의 한 개념인 과거와 현재에 대한 수용이 낮아지면서 그로 인한 부정 정서와 절망감이 우울을 유발한다는 선행연구(Rylands & Rickwood, 2001; Santor & Zuroff, 1994)와 맥을 같이 한다. 요약하면, 노인의 스트레스가 자아통합감 성취에 부정적인 영향을 주어 우울을 유발한다고 볼 수 있다.

또한, 노인의 스트레스와 자아통합감, 우울과의 관계에서 회복탄력성의 조절된 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 회복탄력성이 높을수록 노인의 일상 스트레스로 인해 약화된 자아통합감을 매개로 하여 우울에 미치는 부정적 영향을 완화한다. 이경숙과 김병석(2013)은 자아통합감이 회복탄력성의 하위요인인 지지적 관계와 긍정적인 태도와 정적 상관이 있고, Heisel과 Flett(2008)은 자기수용과 삶의 의미가 높은 수준일수록 회복탄력성과 자아통합감 또한 높은 것을 발견했다. 또한 Svetina(2014)는 Erikson의 심리사회적 발달단계에서 겪는 위기를 극복하는 능력은 회복탄력성과 유의미한 관련성이 있다는 것을 확인하였다. 이러한 선행 연구결과를 종합해 볼 때, 자신에 대한 긍정적 태도 견지 및 삶의 의미 발견, 자신에 대한 가치 인정과 같은 회복탄력성의 속성이 자아통합감과의 상관 및 보호변인으로서 조절 효과 또한 가능하게 했을 것으로 추론할 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 노인의 스트레스와 그로 인한 우울에 대한 해결책으로 사회적 지지와 가족탄력성과 같은 외부적 지원에 초점을 맞춘 기존의 연구와 달리, 본 연구에서는 회복탄력성에 초점을 두어 노인들 스스로가 역경을 통제하고 자아통합감을 증진시킬 수 있는 내적 자원을 가지고 있다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 노년기 스트레스를 줄이기 위한 이웃관계, 셰어하우스, 은퇴 모임, 대외 활동 등과 같은 사회적 상호작용에 대한 외부 자원들도 확대함과 동시에, 조망 수용, 긍정적 재해석, 마음챙김 접근법, 그리고 인지행동치료와 같이 스트레스 조건에서도 긍정정서를 고양시키는 회복탄력성 증진 개입 전략(Mancini & Bonanno, 2006; Macleod et al., 2016; Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014; Ong et al., 2006)이 함께 활용된다면 노년기 우울 예방에 효과적인 개입 기반이 될 수 있겠다. 후속 연구에서는 회복탄력성을 이용한 다양한 개입방법 및 실험적 접근을 통한 영향력 검증이 이루어져야 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 노년기의 스트레스가 자아통합감에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다. 자아통합감은 자신의 과거와 현재에 대한 해석과 삶의 가치관에 의해 결정되며, 따라서 임상장면에서는 일반적으로 자아통합감을 증진시키기 위해 회상기억치료법(reminiscence)을 도입해 내담자가 자신의 과거를 긍정적인 시각으로 의미를 부여하여 자신의 삶을 성찰하도록 도와준다(Merriam, 1980; Melici, 2016). 그러나 과거뿐만 아니라 노년기의 현재 스트레스도 지속되면 자아통합감에 악영향을 미친다는 것을 이번 연구를 통해 확인하였으며, 이에 따라 내적 특성인 회복탄력성 증진뿐만 아니라 자존감(self-esteem), 자기 자비(self-compassion)(Homan, 2016)와 같은 다른 내적 기제를 향상시

킬 수 있는 임상적 치료 프로그램 개발 또한 노년기의 스트레스에 대응하여 높은 자아통합감을 유지할 수 있는 해결전략이 될 수 있다.

본 연구의 한계점과 후속 연구의 제언은 다음과 같다.

먼저, 본 연구는 자기보고식 설문지를 사용하여 정보를 수집했다는 점에서 제한점이 있다. 본 연구에서 사용한 노인의 일상 스트레스와 스트레스 지각 척도, 우울 척도 문항은 주로 부정적인 내용으로 구성되어 있고, 회복탄력성과 자아통합감은 주로 긍정적인 내용의 문항들로 구성되어 있어 응답할 때 사회적 바람직성이 나타날 가능성이 높다. 특히 노인의 일상 스트레스와 스트레스 지각 문항은 가족문제와 경제문제와 같은 민감한 내용의 질문들로 구성되어 있어, 노인들이 솔직한 답변보다는 사회적 바람직성에 따라 응답했을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 제 3자 평정도구나 사회적 바람직성을 평가하는 다른 도구를 추가적으로 포함시켜 연구 결과의 타당성을 재확인할 필요가 있다.

두 번째로, 본 연구는 주요 변인들에서 뚜렷한 성차를 보이지 않았다. 이는 스트레스의 하위요인(예: 경제문제, 대인관계와 가족관계) 및 우울에서 성차를 보고한 이전 연구결과(손정남, 2013, Almeida, 2005)와도 상반된다. 그 이유로, 본 연구에서 주요사건 스트레스로 분류되는 사별경험을 제외했기 때문일 수 있다. 성별에 따라 다른 사별효과가 존재하고, 이에 대한 선행 및 결과 요인에서의 차이가 존재한다는 선행연구에 근거해(이민아, 2014) 후속연구에서는 성차에 대한 추가적인 반복검증이 필요하겠다.

세 번째로, 자아통합감은 그 동안 전생애를 통한 경험과 자신의 인격을 통해 형성되는 안정적인 기질로 정의(Torge et al., 2008)되기에, 현재 스트레스 사건뿐만 아니라, 기질적 성격, 타고난 정신건강, 과거 경험, 교육수준 등과 같은 변인과도 상관성이 있다(Westerhof, Bohlmeijer, & McAdams, 2017). 본 연구에서 측정된 노인의 일상적 스트레스가 최근 1년을 기준으로 하기에, 현재 노인의 스트레스가 보고된 자아통합감 수준에 전반적인 영향을 끼친다고 해석하기에는 신중함을 요구한다. 따라서 후속 연구에서는 자아통함감에 영향을 주는 다른 변인들을 함께 통합적으로 고려할 필요가 있다.

마지막으로 본 연구는 횡단적 자료를 바탕으로 했기 때문에, 연령의 증가에 따른 회복탄력성의 안정성과 효과를 입증하는 데에 있어 한계가 있다. 이전 선행 연구에서는 연령대가 높아질수록 노인의 회복탄력성이 높아진다는 결과도 있었지만(MacLeod et al. 2016), 그와 반대의 결과도 있기 때문에(김기태, 박미진, 2005) 후속 연구에서는 노년기 회복탄력성의 안정성과 자아통합감에 미치는 일관된 영향력에 대해 종단적 연구를 시행할 필요가 있다.

본 연구를 통해 노년기의 일상 스트레스 사건과 우울의 관계가 자아통함감에 의해 상쇄되며, 해당 매개변인이 회복탄력성에 의해 조절된다는 것을 확인하였고, 이를 통해 노년기의 우울에 대한 이해를 넓혔다는 점에서 의의가 있다.

참고문헌

김수옥, 박미화, 김유정 (2006). 농촌 여성노인의 스트레스, 우울 및 자아통합감에 관한 연구. **노인간호학회지, 8**(2), 180-188.

김기태, 박미진 (2005). 여성 노인의 부정적인 생활 스트레스와 탄력성과의 관계: 사회적 지지의 중재효과와 매개효과. **노인복지연구, 29,** 71-90.

김기태, 최송식, 박미진 (2007). 노인의 심리사회적 자원과 스트레스 및 우울과의 관계. **노인복지연구, 36,** 91-111.

김승연, 고선규, 권정혜 (2007). 노인 집단에서 배우자의 사별 스트레스와 우울의 관계. *Korean Journal of Clinical Psychology, 26*(3), 573-596.

김신열, 김순규, 서효정 (2011). 배우자 사별노인의 우울과 적응유연성. **보건사회연구, 31**(3), 165-196.

박종원, 김숙희 (2015). 배우자 사별 여성노인의 회복탄력성에 영향을 미치는 요인. **한국케어매니지먼트연구, 16,** 1-32.

손정남. (2013). 지역사회 거주 노인의 우울증상에 영향하는 요인. **정신간호학회지, 22**(2), 107-116.

손덕순 (2005). 노인의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. **한국노년학, 25**(4), 205-217.

이신숙, 이경주 (2002). 노인의 일상적 스트레스, 사회적 지지, 심리적 적응에 관한 연구. **한국노년학, 22,** 1-20.

이영자, 김태현 (1999). 연구논문/단독가구 노인의 스트레스와 우울감-사회적 지지의 완충효과를 중심으로. **한국노년학, 19**(3), 79-93.

이민아 (2014). 사별과 우울에 대한 종단분석: 성차와 배우자와의 관계만족도를 중심으로. **한국인구학, 37**(1), 109-130.

윤현숙, 염소림 (2017). 노인의 우울이 자살생각에 미치는 영향에 대한 회복탄력성의 매개효과. **노인복지연구, 72**(1), 233-255.

윤현희 (1994). **남녀노인의 스트레스, 대처행동, 심리적 적응감.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

임소정 (2013). **재가 뇌졸중 환자의 극복 영향요인.** 서울대학교 대학원 석사학위논문.

이경숙, 김병석 (2013). 노인의 자아탄력성과 자아통합감 간의 관계에 미치는 스트레스 대처방식의 매개효과. **상담학연구, 14**(5), 2783-2797.

장재진 (2012, 1월 18일). "나이 들수록 불행"… 한국인의 뒤틀린 행복. **한국일보**. Retrieved from http://www.hankookilbo.com/v/734a84cabb254776987f3be4ce798a64.

정선호, 서동기 (2016). 회귀분석을 이용한 매개된 조절효과와 조절된 매개효과 검증 방법. **한국심리학회지: 일반, 35**(1), 257-282.

정미경 (2010). **노년기 적응유연성에 관한 연구: 상실경험과 자아통합감을 중심으로.** 아주대학교 대학원 박사학위논문.

전영자 (2015). 노인의 스트레스가 우울에 미치는 영향. **한국생활과학회지, 24**(2), 219- 236.

정인과, 곽동일, 신동균, 이민수, 이현수, 김진영 (1997). 노인우울척도(Geriatric Depression Scale)의 신뢰도, 타당도 연구. **신경정신의학, 36**(1), 103-112.

최현옥 (2014). 관련변인을 중심으로 비교한 자아통합 척도 연구. **한국노년학, 34,** 539-553.

최정민 (2010). 노인 스트레스와 자살생각에 관한 연구: 탄력성의 조절효과를 중심으로. **한국사회복지조사연구, 24,** 233-252.

홍주연 (2000). **성격과 자아통합감이 노인 회상 기능에 미치는 영향.** 이화여자대학교 대학원 박

사학위논문.

Alex, L. (2010). Resilience among very old men and women. *Journal of Research in Nursing*, *15*(5), 419-431.

Almeida, D. M. (2005). Resilience and vulnerability to daily stressors assessed via diary methods. *Current Directions in Psychological Science*, *14*(2), 64-68.

Bauer, H., Emeny, R. T., Baumert, J., & Ladwig, K. H. (2016). Resilience moderates the association between chronic pain and depressive symptoms in the elderly. *European Journal of Pain, 20*(8), 1253-1265.

Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The life cycle completed (extended version).* NY: W. W. Norton & Company.

Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu Rev Public Health*, *26*, 399-419.

Fiske, A., Wetherell, J. L., & Gatz, M. (2009). Depression in older adults. *Annual Review of Clinical Psychology*, *5*, 363-389.

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, *55*(6), 647.

Folkman, S. (2013). *Stress: appraisal and coping.* In Encyclopedia of behavioral medicine (pp. 1913-1915). NY: Springer.

Hayes, A. F., & Matthes, J. (2009). Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations. *Behavior research methods, 41*(3), 924-936.

Hearn, S., Saulnier, G., Strayer, J., Glenham, M., Koopman, R., & Marcia, J. E. (2012). Between integrity and despair: Toward construct validation of Erikson's eighth stage. *Journal of Adult Development*, *19*(1), 1-20.

Heisel, M. J., & Flett, G. L. (2008). Psychological resilience to suicide ideation among older adults. *Clinical Gerontologist*, *31*(4), 51-70.

Homan, K. J. (2016). Self-compassion and psychological well-being in older adults. *Journal of Adult Development, 23*(2), 111-119.

Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling.* NY: Guilford publications.

Lazarus, R. S. (1998). *Fifty years of the research and theory of RS Lazarus: An analysis of historical and perennial Issues,* London: Lawrence Erlbaum.

Lim, M. L., Lim, D., Gwee, X., Nyunt, M. S. Z., Kumar, R., & Ng, T. P. (2015). Resilience, stressful life events, and depressive symptomatology among older Chinese adults. *Aging & Mental Health*, *19*(11), 1005-1014.

MacLeod, S., Musich, S., Hawkins, K., Alsgaard, K., & Wicker, E. R. (2016). The

impact of resilience among older adults. *Geriatric Nursing*, *37*(4), 266-272.

Mancini, A. D., & Bonanno, G. A. (2006). Resilience in the face of potential trauma: Clinical practices and illustrations. *Journal of Clinical Psychology*, *62*(8), 971-985.

Melici, B. (2016). *Ego integrity and resilience: The human experience across the life span delineated by Erikson's eighth stage of psychosocial development*: (Doctoral dissertation), The Chicago School of Professional Psychology.

Merriam, S. (1980). The concept and function of reminiscence: A review of the research. *The Gerontologist, 20*, 604-609.

Ownby, R. L., Crocco, E., Acevedo, A., John, V., & Loewenstein, D. (2006). Depression and risk for Alzheimer disease: Systematic review, meta-analysis, and metaregression analysis. *Archives of General Psychiatry, 63*(5), 530-538.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers, 36*(4), 717-731.

Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, *42*(1), 185-227.

Rylands, K. J., & Rickwood, D. J. (2001). Ego-integrity versus ego-despair: The effect of "accepting the past" on depression in older women. *The International Journal of Aging and Human Development*, *53*(1), 75-89.

Santor, D. A., & Zuroff, D. C. (1994). Depressive symptoms: Effects of negative affectivity and failing to accept the past. *Journal of Personality Assessment*, *63*(2), 294-312.

Sneed, J. R., Whitbourne, S. K., & Culang, M. E. (2006). Trust, identity, and ego integrity: Modeling Erikson's core stages over 34 years. *Journal of Adult Development*, *13*(3-4), 148-157.

Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, *5*(1), 25338.

Svetina, M. (2014). Resilience in the context of Erikson's theory of human development. *Current Psychology*, *33*(3), 393-404.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). "Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*, *15*(1), 1-18.

Torges, C. M., Stewart, A. J., & Duncan, L. E. (2008). Achieving ego integrity: Personality development in late midlife.

Journal of Research in Personality, *42*(4), 1004-1019.

Wagnild, G., & Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Journal of Nursing Scholarship*, *22*(4), 252-255.

Wagnild, G. (2003). Resilience and successful aging: Comparison among low and high income older adults. *Journal of Gerontological Nursing*, *29*(12), 42-49.

Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., & McAdams, D. P. (2017). The relation of ego integrity and despair to personality traits and mental health. *The Journals of Gerontology: Series B*, *72*(3), 400-407.

Whitehead, B. R., & Bergeman, C. S. (2011). Coping with daily stress: Differential role of spiritual experience on daily positive and negative affect. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, *67*(4), 456-459.

Wilburn, V. R., & Smith, D. E. (2005). Stress, self-esteem, and suicidal ideation in late adolescents. *Adolescence*, *40*(157), 34-45.

The Korean Journal of Developmental Psychology

한국심리학회지 : 발달
The Korean Journal of Developmental Psychology
2019, Vol. 32, No. 4, 151-169

On the moderating and mediating effects of ego-integrity and resilience in the relationship between daily stress and depression in the elderly

Jihyun Lee Sujin Yang
Department of Psychology, Ewha Womans University

The current study aimed to show the moderating and mediating effects of ego-integrity and resilience in the relationship between daily stress and depression in the elderly. A total of 94 adults between the ages of 65 and 79 years participated in this study. The results show that daily stress had a direct effect on depression and was also partially mediated by ego-integrity. In addition, the mediating effect of ego-integrity was moderated by resilience. This indicates that resilience acts as a protective factor buffering the negative impacts of stress and low ego-integrity and decreasing the risk of depression among seniors. Active interventions to enhance resilience and ego-integrity and to reduce the severity of daily stress are needed for successful aging in later adulthood.

Keywords: daily stress, ego-integrity, depression, resilience