

성인·노인기의 주관적 연령지각에 따른 심리적 적응 양상

김 원경 · 윤 진

연세대학교 심리학과

본 연구는 성인·노인기에 있어서 주관적인 연령지각이 심리적 적응수준에 미치는 영향을 파악하는데 목적을 두고, 40세 이상의 남·녀 366명(연령 범위:40세-79세)을 대상으로 생활만족도척도가 포함된 질문지에 응답하게 했다. 심리적 적응양상에 영향을 미치는 변인으로 개인적 배경 변인과 주관적 연령지각 점수가 분석되었으며, 배경 변인들과 주관적 연령지각간의 상관관계가 분석되었다. 그 결과, 40세 이후의 대부분의 성인들은 자신의 신체적 연령보다 주관적 연령을 더 짧게 지각하였으며, 연령이 증가할수록 주관적 연령지각과 신체적 연령간의 불일치 정도가 점점 더 커졌다. 또한, 주관적 연령 지각을 짧게 할수록 생활만족도가 높은 것으로 나타나, 주관적 연령지각은 심리적 적응 수준에 대한 중요한 예언 지표임이 밝혀졌으며, 이러한 결과는 동시에 중요한 실용적 의의를 지니고 있다. 또한, 개인의 신체적 연령, 성별, 교육수준, 소득수준, 사회활동참여도, 건강상태등의 차이에 따라 주관적 연령지각과 생활만족도가 영향받고 있음을 보여주고 있어, 이 관련 변인들에 관한 보다 심도 있는 추후 연구가 요청된다.

인간의 한 평생을 '단계'로 설명하려 할 때 하나의 기준으로 사용되는 것이 연령변인이다. 그런데 연령에는 종류가 있어, 출생부터 달력에 의해 계산되는 신체적 연령외에도, 생물학적 연령, 심리적 연령, 사회적 연령 및 자신이 스스로 느끼는 자각연령 등 5가지로 나뉘어 질 수 있다(윤 진, 1985).

이 때 신체적 연령이 자신의 연령에 대한 객관적 지표로서, 그에 따라 다양한 역할변화—예컨대, 교육받을 시기, 취업시기등—가 일어나며, 이러한 사건들이 자신의 자각연령에 영향을 미치고, 그러한

독특한 연령지각과 자아개념에 행동이 뒤따르게 되어 자기 다른 방식으로 인생의 후반기를 살아나가게 된다(Cain, 1964; Gergen과 Back, 1966). 그러므로, 성인발달과정에 대한 심리학적 연구들에서는 연령개념에 따라 달리 나타나는 행동의 측정 및 관찰을 통해 개인의 심리적 기능 및 심리적 안녕을 규명하고자 노력하고 있다.

연령지각에 관한 초기 연구들은 자신의 현재의 연령을 주관적으로 어떻게 지각하는가에 관한 것들로서, 대부분의 노인들이 자신의 신체적 연령보다

더 젊은 것으로 스스로를 지각하려는 경향이 있음을 보여주고 있다(Baum과 Boxley, 1983; Blau, 1956, 1973; Kastenbaum et al., 1972; McTavish, 1971; Osteen과 Best, 1985; Phillips, 1957; Riley와 Foner, 1968; Tuckman과 Lorge, 1954; Zola, 1962). 또한 Montepare와 Lachman(1989)은, 성인기의 주관적 연령은 신체적 연령보다 더 젊게 지각될 뿐 아니라, 신체적 연령이 증가할 수록 그 불일치 정도가 더욱 커진다는 사실을 밝혔다. 특히 중년기 이후부터는 대부분 자신의 나이보다 더 젊게 연령을 지각하며, 이러한 경향은 남성보다는 여성에게서 훨씬 더 컸다. 이 연구의 특징은 기존의 연구들과는 달리 피험자들의 연령층을 14세부터 83세까지 대폭 확장하여, 각 연령층별로 서로 다른 연령지각의 유형을 보여 주고 있다. 즉, 10대 청소년들은 자신의 나이보다 더 나이가 많은 것으로 지각하고, 성인 초기의 응답자들은 자신의 신체적 연령과 비슷하게 지각하고 있다. 이 결과는 특히 연령지각에 대한 발달적 패턴을 살펴보았다는 점에서 매우 의의가 크다.

한편, 주관적 연령지각의 양상의 파악뿐 아니라, 그러한 양상의 발생과 생활의 질적인 측면과의 관련성을 살펴보는 시도가 있었다. 그 결과 젊은 연령 정체감을 갖는 것은 그들의 더 높은 사기수준과 또한 보다 높은 생활만족도와 관련되어 있고(Bultena와 Powers, 1978; McTavish, 1971; Peters, 1971), 65세 이상의 노인들의 경우에도 연령지각을 젊게 할 수록 생활만족도가 더 높았다 (Linn과 Hunter, 1979). 한편, 노화사실척도 (Facts on Aging Quiz)를 개발한 바 있는 Palmore(1981)는, "생활만족도야말로 질적으로 좋은 삶에서의 기본적 구성요인이며, 성공적 노화에 대한 궁극적 기준이 된다"고 주장하고 있어, 주관적 연령지각에 근거하여 예언된 생활만족도 지표를 통해 평생발달과정에서의 심리

적 적응을 예언해 보는 것은 중요하다. 이와 같이 주관적 연령 지각과 생활만족도간의 관계는 긴밀한 것으로 예상되지만, 이 분야에 대한 연구들이 아직은 활발하지 않다(Barak과 Stern, 1986). 그러나, 몇몇 노인 대상 연구에서는 주관적 연령지각을 노인 생활만족도의 지표로 간주하고 있는데, 그 대표적인 것이 Montepare와 Lachman(1989)의 연구이다. 그들의 연구에서는 자신의 신체적 연령과 비교하여 주관적 연령지각의 유형이 더 젊게, 혹은 비슷하게, 또는 더 나이가 많게 보는가에 따라서 달라 나타나는 생활만족도와의 관계를 젊은 남성, 젊은 여성, 노년의 남성, 노년의 여성등 4집단으로 각각 따로 분석해 본 결과 매우 흥미있는 결론을 얻었다. 이 때 젊은 남녀 집단은 주관적 연령을 실제 나이보다 오히려 더 많은 것으로 지각하고 있으며, 그러한 주관적 자아정체감을 가질수록 생활만족도 또한 높게 나타나고 있다. 그러나, 남자 노인들의 경우 생활만족도와 주관적 연령지각간에 그다지 유의미한 차이를 보이지 않았으나, 노인 여성의 경우 연령지각을 젊게 할 수록 생활만족도가 더 높았다. 그 밖의 많은 연구들에서도 신체적 연령보다는 주관적 연령에 따른 자아개념이 개인의 신체적, 심리적 기능을 더욱 잘 예언해 주므로 생활만족도와 관련이 있다고 보고 있다(Birren과 Cunningham, 1985; George, Mutran과 Pennypacker, 1980; Neugarten과 Hagestad, 1976; Nuttall, 1972). 그러므로, 성인기 이후의 연령지각에 따른 심리적 적응 형태를 이해하기 위해 생활만족도의 측정이 무엇보다도 필요하다.

비록 신체적 연령의 증가에 따라 주관적 연령지각의 양상이 달라지고, 또 그에 따라 생활만족도의 변화가 있다 하더라도, 이것이 누구에게나 똑같이 적용될 수는 없을 것이다. 인생의 각 단계와 연령

기준에 대한 연구(윤 진, 1988; Tuckman과 Lorge, 1953; Peters, 1971)에서도 성별 및 사회경제적 지위에 따라 차이를 보이며, 남자보다 여자가, 중산층 이상 보다는 노동계층이 일반적으로 연령증가에 따라 더 민감한 반응을 보였다. 특히 공장 노동자들을 대상으로 주관적 연령지각에 관한 연구를 실시한 결과(Barnes-Farrell과 Piotrowski, 1989), 다른 연구들에서와 마찬가지로 나이가 들수록 젊게 지각하는 것은 물론이며, 그 불일치의 정도가 기존의 다른 계층의 경우보다 더 컸다. 또한 주관적 연령을 나이 든 것으로 지각할 수록 자신의 기술에 대한 포부수준과 작업 수행이 낮으며, 이는 그들의 은퇴 준비나 직업만족도에 대해서 중요한 의미를 준다.

이처럼, 심리적 적응의 지표인 생활만족도를 살펴 보는데는 주관적 연령지각이 중요하지만, 그것은 또한 개인의 배경적 변인에 따라 영향을 받는 것이므로, 결국 평생발달적 관점의 심리적 적응을 논의하는데 있어서는 배경변인들과 주관적 연령, 생활만족도간의 역동적 관계를 살펴 볼 필요가 있다.

따라서, 본 연구에서는 우리나라의 성인, 노인을 대상으로 응답자의 신체적 연령에 따른 주관적 연령지각의 차이를 살펴보고, 동시에 그에 따른 생활만족도의 변화양상을 정확히 파악하는데 목적이 있다. 또한 응답자의 연령, 성별, 건강상태, 교육수준 등의 배경적 자료에 따라 그 양상이 어떻게 달라지는지를 살펴봄으로써, 성공적 노화의 지표로서의 생활만족도를 가장 잘 예언해 줄 수 있는 변인을 규명하고자 한다.

이에 따라 다음과 같은 가설을 검증하려 한다.

1) 40세 이후의 성인들은 대부분 자신의 신체적 연령보다 주관적인 연령을 더 젊게 지각할 것이며, 신체적 연령이 증가할 수록 주관적 연령과의 불일치 정도가 커질 것이다.

2) 주관적 연령지각을 젊게 할수록 생활만족도가 높게 나타날 것이다.

3) 남자보다는 여자가, 교육수준이 높을수록, 은퇴자에 비해 미은퇴자의 경우, 소득수준이 높고 사회활동참여도가 높을수록, 그리고 건강상태가 좋을수록 주관적 연령지각을 젊게 할 것이며 생활만족도 또한 높을 것이다.

방 법

조사대상자

서울시내에 거주하는 40세 이후의 남녀 600명을 대상으로 질문지를 배포하였다. 연령층은 40-59세까지의 중년집단(N=186)과 60세 이상의 노년집단(N=140)으로 구분되었다. 중년집단은 서울 시내의 한 고등학교 학생들의 학부형이었으며, 노년집단은 서울 시내의 노인 학교의 재학생과 공원등에 나와서 쉬고 있는 노인들이었다. 두 집단의 연령층은 49세이하(평균연령 44.2세), 50-59세(평균연령 52.83세), 60-69세(평균연령 65.42세), 70세 이상(평균연령 79.83세)의 4개층으로 세분되었다. 남·녀의 비율이 157:173명으로 여자가 16명 더 많았으나 거의 비슷한 수로 표집하였으며, 건강수준은 대부분 좋은 편이었다. 한편, 교육수준은 전체 조사대상자의 60%(N=195)가 고졸이상으로 높은 편이었으며, 가구당 월소득수준은 전체 조사대상자의 59.9%(173명)이 80만원 이상이였다. 또한 노인들의 경우 전원이 한글 해독이 가능해 설문 조사의 응답에 별 어려움이 없었다.

질문지

질문지는 총 3부로 구성되는데, 1부에서는 주관적 연령지각을, 2부에서는 생활만족도를, 그리고 3부에서는 배경변인을 묻는 항목들로 구성되어 있다.

주관적 연령지각의 측정

Montepare와 Lachman의 연구(1989)에서 이용한 질문지중, 우리나라 사람들의 상황에 부적합하다고 여겨지는 2개의 문항을 제외하고 사용하였다. 이 질문지에서는 i) 자기 자신이 얼마나 나이가 들었다고 느끼며, ii) 외적인 모습은 얼마나 나이가 든 것으로 보고 있으며, iii) 자신이 원하는 나이를 선택할 수 있다면 몇 살이 되고 싶어하는지, 그리고 iv) 타인들이 자신을 몇 살로 보아주는가의 4가지 차원에 따라 스스로의 연령을 어떻게 보고 있는가를 가장 잘 나타내 주는 문항에 반응하는 것으로 크게 두 가지의 하위척도로 구성된다. 첫번째 척도에서는 짧게 주관적인 연령지각을 하는 것에서부터 매우 나이 든 주관적 연령지각에 이르는 5점척도위에다 자신과 가장 잘 부합되는 곳에 표를 하는 것으로서, 전체 9개 문항에 걸친 반응의 합으로 그 점수가 결정되며, 총 45점 만점으로 그 값이 작을수록 주관적 연령지각을 짧게 하는 것이다. 두번째 척도는, 첫번째 척도와 동일한 질문들에 대한 답을 숫자로(연령으로) 표시하게 하여 전체 문항에 응답한 값의 총 합을 문항수인 9로 나누어 나온 값이 분석된다.

생활만족도의 측정

Cantril Self-Anchoring Ladder(Cantril, 1965)의 문항을 이용하여 자신들의 현재 생활에 대해 어떻게 느끼고 있는지를 “(1)매우 그렇지 않다”에서부터 “(5)매우 그렇다”에 이르는 범위내에 등급 매기게

한다. 총 9개의 문항으로 구성되며, 45점이 만점으로 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것이다 (Cronbach's alpha=.71).

배경변인의 조사

배경변인으로는 피험자의 실제 연령, 성별, 교육 정도, 은퇴여부, 월수입, 사회활동참여도 및 건강상태 등을 묻는 문항들로, 우리나라 중년기 이후의 성인들의 삶의 질 분석을 위해 노 유자(1988)가 제작한 것을 기초로 하여 응용 제작된 질문지를 이용한다.

자료수집 절차

60세 이상의 노인층의 자료는 서울 시내의 노인 학교를 통해 연구 목적과 취지를 설명하고 동의를 얻은 후 수집하거나, 서울시내 공원에 나와 쉬고 있는 노인들을 직접 면접하여 수집하였다. 40세이상의 중년층의 자료는 서울시내 2개의 고등학교를 임의로 선정하여, 담임 교사들의 동의를 구한 후, 150명의 학생들을 통해 부모들에게 배부된 후 1주일 내에 회수되었다.

수집방법은 본 연구자 및 질문지 내용에 관해 사전 교육을 받은 2명의 연구조사원이 직접 면접방법과 유치조사방법을 이용하였으며, 배부된 600부의 질문지중 366부가 회수되었고, 이 중 미완성 질문지 34부는 제외하여, 실제 자료분석에 사용된 질문지는 332부였다.

결 과

주관적 연령지각의 유형

주관적 연령지각의 유형은 자신의 실제 나이에

대한 주관적 연령지각척도의 점수와와의 차이에 의해 결정되었다. 다시 말하면, 그 차이가 -값을 취하는 경우는 실제보다 더 젊게 연령을 지각하는 것이며, +값을 취하는 경우는 실제보다 더 나이든 것으로

연령을 지각하는 것이다.

그 결과, 전체 피험자들의 주관적 연령지각의 유형은 전체 응답자의 75.6%인 245명이 자신의 실제 나이보다 젊게 지각하여 가설 1이 지지되었다(표 1).

[표-1] 주관적 연령지각 유형의 분포

주관적 연령지각유형	응답자 수	%
실제보다 젊게 지각	245	75.6
실제와 같게 지각	7	2.2
실제보다 나이들게 지각	72	22.2
missing	8	missing
전 체	332	100.0

연령층에 따른 주관적 연령지각 유형의 차이를 보다 자세히 알기 위해, 실제 나이에 대한 주관적 연령과의 불일치 정도를 연령별로 살펴 보았다. 그 결과, 연령층이 40대에서 70대로 증가함에 따라 실

제 나이와 주관적 연령과의 불일치 정도가 더 큰 것으로 나타나(그림 1) 연령이 증가할수록 자신의 실제 나이보다 더욱 젊게 지각한다는 가설이 검증되었다($F_{(3, 320)} = 49.65, p < .01$).

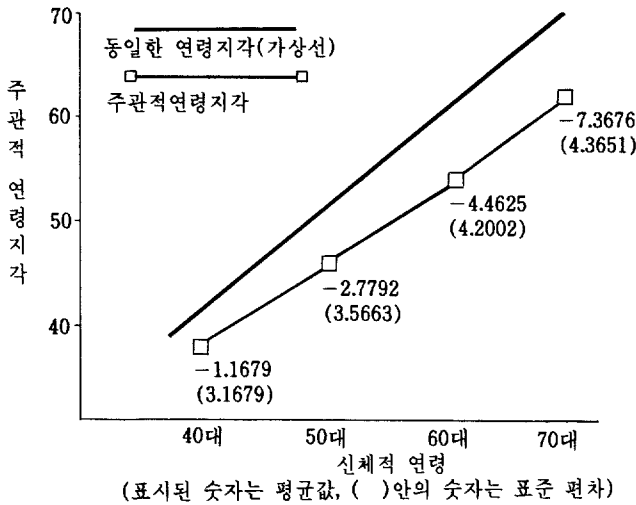


그림 1. 연령층에 따른 주관적 연령지각의 불일치 정도

주관적 연령지각과 생활만족도간의 관계

40대 이후 성인들의 실제 나이와 이에따른 주관적 연령지각에 대한 생활만족도간의 관계를 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. 이 분석에서

주관적 연령지각의 지표 점수가 생활만족도를 예언해 주는 독립변인으로 사용되었다. 그 결과, 주관적 연령지각과 생활만족도간에는 유의미한 상관이 있어($R^2 = .057, F = 19.354, p < .01$), 주관적 연령지각을 젊게 할수록 높은 생활만족도를 보였다. 따라서

가설 2와 같이 주관적 연령지각은 생활만족도의 예언에 중요한 변인이 된다.

배경변인과 주관적 연령지각, 생활만족도간의 관계

배경변인과 생활만족도간의 관계

7개의 배경변인들중 성별을 제외한 모든 변인이 생활만족도와는 유의미한 상관을 보여, 개인의 심리적 적응에 영향을 주는 중요한 관련 변인임이 밝혀졌다(표 2).

[표-2] 생활만족도에 대한 배경변인들의 회귀분석

배경 변인	중다상관계수	R ²	R ² 변화	F값
사회활동참여도	.250	.062	.059	20.26****
은퇴여부	.214	.046	.037	5.517*
소득수준	.160	.026	.222	7.461**
건강상태	.153	.023	.020	7.51**
교육수준	.150	.022	.192	7.234**
신체적 연령	.114	.013	.010	4.178*
성별	.082	.007	.004	2.195

* p<.05 ** p<.01 **** p<.0001

[표-3] 배경변인들에 따른 생활만족도 점수의 분포

변 인	사 례 수	생활만족도		F검증	
		평 균	표준편차		
신체적 연령	40대	162	27.6	4.84	2.621**
	50대	24	27.08	5.76	
	60대	64	29.58	6.05	
	70대	75	29.11	6.77	
교육수준	무학	9	29.11	6.64	3.112**
	국졸	60	27.17	6.44	
	중졸	61	26.61	5.36	
	고졸	131	28.98	5.47	
	대졸 그이상	57 7	29.02 32.86	5.37 3.48	
은퇴여부	예	25	30.32	5.47	5.527*
	아니오	89	27.64	4.91	
소득수준	20만원미만	6	26.83	4.62	2.387*
	20-40만원	16	24.38	8.33	
	40-60만원	43	28.21	6.52	
	60-80만원	51	28.51	5.57	
	80-100만원 100만원이상	76 97	28.05 29.40	5.31 5.08	
사회활동 참여도	예	193	29.77	5.59	29.244***
	아니오	117	26.36	5.02	
건강수준	좋다	215	28.99	5.37	10.522***
	나쁘다	104	26.83	6.05	

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

이 분석을 통해 유의미한 것으로 나타난 배경변인들의 생활만족도에 대한 효과를 보다 자세히 살펴보면, 연령이 증가할수록, 교육수준이 높을수록, 은퇴자의 경우, 소득수준이 높을수록, 사회활동 참여도가 높을수록, 그리고 건강상태가 좋을수록 생활만족도가 높았다(표 3).

한편, 관련 변인들중 생활만족도를 가장 잘 설명해 줄 수 있는 변인이 무엇인지를 밝혀내기 위해 중다회귀분석에 의한 B계수를 산출해 보았다. 그 결과 사회활동 참여도, 은퇴여부, 건강상태, 성별, 교육수준, 소득수준, 신체적 연령의 순으로 생활만족도를 예언해 주는 것으로 나타났다(표 4).

[표-4] 배경변인에 따른 생활만족도의 회귀분석의 B계수

변 인	B	SE B	Beta	T	Sig T
사회활동참여도	2.954	1.027	.283	2.878	.005
은퇴여부	2.500	1.147	.259	2.180	.032
건강상태	-2.671	.987	-.246	-2.707	.008
교육수준	.671	.463	.143	.449	.150
소득수준	.447	.389	.112	1.148	.254
성 별	1.264	1.278	.105	.989	.325
신체적 연령	.030	.052	.075	.574	.567

생활만족도에 대한 배경변인과 주관적 연령지각의 관계

위에서 생활만족도에 영향을 주는 것으로 나타난 여러 배경변인들의 효과가 순수하게 독립적으로 생활만족도에 직접적인 영향을 주는 것인지, 아니면 배경변인들의 효과가 주관적 연령지각에 매개되어 생활만족도에 영향을 주는 것인지를 알아보기 위해 중다회귀분석에 의한 semi-partial r^2 값을 산출하였다. 이 분석은 총 4단계로 거치게 되는데, 제 1단계에서는 배경변인들과 주관적 연령지각이 생활만족도에 미치는 전체효과를 검증하였다. 그 결과 전체 효과의 중다상관계수는 $R^2 = .474$ ($F_{(7,102)} = 4.22, p < .001$)로 유의미하였다. 제 2단계에서는 주관적 연령지각과 생활만족도간의 관계를 검증하는 것으로, 이미 앞서 가설 2의 검증을 위해 행해진 분석 결과를 참조하였다. 그리고 제 3단계에서는 각 배경변인과 주관적 연령지각간의 관계에 대한 유의도 검증을 실

시하였다. 이는 sr^2 값에 따른 경로분석을 하기 위한 기본적인 가정에 대한 검증으로써, 이 결과가 유의미하지 않은 변인들(교육수준, 소득수준 및 건강상태)은 최종 분석에서 제외되었다(표 5). 마지막 제 4단계에서는 제 3단계에서 제외된 변인외의 나머지 3개 변인인 신체적 연령, 은퇴여부, 사회활동참여도에 대해 sr^2 값을 계산하였다. 그 결과 나타난 sr^2 값들은 신체적 연령; $F_{(1,317)} = 1.88, p > .01$, 은퇴여부; $F_{(1,113)} = 1.85, p > .10$, 그리고 사회활동 참여도; $F_{(1,305)} = 17.64, p > .10$ 으로서, 세 변인들은 통계적으로는 유의미하지 않으며, 따라서 생활만족도를 예언해 주는 직접적 변인이라기보다는 주관적 연령지각에 매개되어 생활만족도에 간접적인 영향을 주는 것으로 밝혀졌다. 다시 말하면, 주관적 연령지각을 젊게 할수록 생활만족도가 높으며, 신체적 연령에 대한 주관적 연령지각이 젊을수록, 은퇴자가 주관적 연령지각을 젊게 할수록, 그리고 사회활동참여도가

높으면서 주관적 연령지각을 젊게 하는 경우가 생활만족도를 높게 보고하였다. 따라서, 이에 대한 가

설은 부분적으로 긍정되었다.

[표-5] 배경변인들에 대한 주관적 연령지각의 관계에 대한 회귀분석

변 인	중다상관계수	R ²	R ² 변화	F 값
신체적 연령	.320	.103	.100	36.488****
교육수준	.965	.004	.001	1.345
은퇴여부	.428	.183	.176	25.836****
소득수준	.035	.001	-.002	.337
사회활동참여도	.207	.043	.040	13.679***
건강상태	.010	.001	-.003	.031

*** p<.001 **** p<.0001

논 의

본 연구는 인생의 단계중에서 중년기를 거쳐 노년기로 감에 따라 사회적으로 통상 생겨난 연령적 기준과 상관없이 진정 자신이 나이가 들어가고 있는 과정에 대해 스스로 어떻게 지각하고 있는지를 알아보고자 하였다. 뿐만 아니라, 그러한 현상에 대한 단순한 고찰에서 벗어나 그 현상이 개개인 생활의 질적 측면에 미치는 영향을 파악함으로써 노년기의 문제를 평생발달적 관점에서 예측해 보려 하였다.

이 연구 결과들을 통해 다음과 같은 몇 가지 시사점을 얻을 수 있다.

첫째, 주관적 연령 지각의 유형은 기존의 많은 연구들(Bultena와 Powers, 1978; Kastenbaum et al., 1972; Linn과 Hunter, 1979; Markides와 Boldt, 1983; Montepare와 Lachman, 1989)에서와 마찬가지로, 신체적 연령이 증가할수록 주관적 연령과의 불일치 정도가 커진다. 이러한 현상은 그동안 사회에 만연된 '노인'이나 '노화(aging)'에 대한 부정적 고정관념 (negative stereotype)으로 부터 벗어나기

위한 일종의 방어기제로써 신체적 연령에 비해 보다 젊은 주관적 연령지각을 하게 되는 것이다 (Peters, 1971; Ward, 1977). 따라서 고정관념이론 혹은 사회적 낙인이론 (social labeling theory) 등에 입각한 주관적 연령지각의 기제를 보다 명확히 규명하는 연구가 필요하다.

한편 연령층을 10대 청소년층까지 확장시킨 Lachman과 Montepare(1989)의 연구에서, 청소년들은 성인들과 달리 오히려 신체적 연령에 비해 더 나이든 것으로 지각하고 있어 주관적 연령지각의 기제가 서로 다름을 시사하고 있다. 즉, 아동기에서 성인기로의 전환(transition)이 이루어지는 시기인 청소년기에는 이제 더 이상 어린이가 아닌 보다 독립적인 개체로서의 자신을 인식하려는 내적 자아상이 반영되어 실제 연령보다 더 나이든 것으로 지각하는 듯하다(Kastenbaum et al., 1972). 따라서 연령과 인생 단계에 따른 주관적 연령지각차이의 기제에 대한 보다 철저한 연구가 있어야겠다.

둘째, 심리적 적응의 기제로써의 주관적 연령지각이 갖는 영향력을 파악하기 위하여 생활만족도와외 관계를 살펴본 결과, 주관적 연령지각이 심리적 적

음을 예언해 주는 중요한 변인임이 밝혀졌다. 즉, 주관적 연령지각은 생활만족도를 예언해 주는 강력한 변인이며 특히 사회활동참여도나 건강상태등 개인의 고정된 상태가 주관적 연령지각에 영향을 주는 것이므로 앞으로 보다 나은 심리적 적응을 위해서는 주관적 연령지각을 짧게 할 수 있게 하는 조건과 환경 조성이 중요하다. 오늘날 사회적으로 노인 학교를 중심으로 노인대상의 교양 프로그램이 마련되는 등 활발한 움직임이 일어나고 있긴 하지만, 진정으로 노인인구의 사회적 활동 참여도나 경제적 지위 향상을 마련해 줄 수 있는 제도가 아직도 미비함을 생각해 볼 때, 본 연구 결과가 시사하는 바가 크다.

세째, 주관적 연령지각과 심리적 적응간의 역동적 관계를 밝히기 위해 개인적인 배경변인들—예컨대 신체적 연령, 성별, 교육수준, 은퇴여부, 소득수준, 사회활동참여도, 건강상태등을 검토해 본 결과 대부분의 개인적 배경변인에 따라 생활만족도가 달라지며 이중 특히 사회활동 참여도는 매우 설명력이 큰 변인임이 밝혀졌다. 또한 개인의 신체적 연령, 은퇴여부 및 사회활동참여도는 주관적인 연령지각의 영향에 매개되어 간접적으로 생활만족도를 예언해 주고 있다. 이런 점에서 볼 때, 바람직한 은퇴 결정에 대한 문제가 대두된다. 만일 신체적 연령과 상관없이 여전히 심신이 건강하고 활동수준이 높다면 55세—65세 사이의 정년제에 의한 은퇴보다는 지속적인 사회 활동과 참여를 통해 개인의 안녕(well-being)을 도모할 수 있을 것이다.

주관적 연령지각에 대한 많은 연구들에서 남자보다는 여자의 경우 신체적 연령이 증가할수록 주관적인 연령과의 불일치 정도가 커진다(Linn과 Hunter, 1979; Streib와 Schneider, 1971; Ward, 1977). 한편, 김 명자(1989)는 우리나라 중년기 여성과 남

성이 갖는 위기감과 관련된 변인을 밝힌 바 있는데, 여성들의 위기감 수준이 남성에 비하여 높게 나타났다으며, 위기감에 영향을 미치는 변인에 있어서도 성별에 따른 차이를 보여 남성보다 여성이 더욱 다양한 변인들에 의해 영향 받고 있다. 따라서, 본 연구에서 나타나지 않은 성별에 따른 차이 문제를 보다 명확히 밝히기 위해서는 보다 다양한 관련변인을 포함한 새로운 연구를 수행해야 할 것이다. 즉, 신체적 건강, 성별, 사회활동수준, 교육수준, 사회경제적 지위, 은퇴여부, 신체적 연령등의 7개의 배경변인 외에 고려할 수 있는 개인적 변인들의 효과를 확장하여 이에 따른 주관적 연령지각과 생활만족도의 예언을 밝혀낼 필요가 있다.

본 연구는 기존의 연구들이 주로 노인층을 대상으로 연구했던 것에 비해, 보다 조망을 확장하여 40대를 포함한 중년 및 노년층을 함께 측정함으로써 평생발달적 관점에서 접근하고자 했다. 특히, 우리나라에서는 노년기에 관한 연구가 별로 이루어지고 있지 않으므로 노년기의 문제들을 논의하면서 동시에 생활만족도의 측정을 통해 자신이 성공적 노화를 느낄 수 있는 문제를 알아보고자 한 것이다. 생활만족도란 자신이 주관적으로 자신과 환경을 바라보고 자신의 상황에 대처하는 방식에 대한 지표이므로 결국 생활만족도의 측정을 통해 개인의 심리적 적응을 알아볼 수 있다. 개인이 자신의 인생 단계를 인식하고 그에 따라 자신이 처한 환경 속에서 살아가는데 있어, 사회적 기대와 스스로 느끼는 단계가 일치한다면 심리적으로 완전한 기능을 발휘할 수 있다. 하지만 사회적 기대와 본인의 자기 지각 사이에 괴리가 생긴다면 이는 심리적으로 역기능적 이므로, 성공적 노화를 예측할 수 있는 변인을 규명한다는 것은 실용적 측면에서 의의가 크다. 많은 사회적, 대인적, 정서적 및 개인적 문제들이 심리적 적

응과 관련되어 있음을 고려해 볼 때, 이러한 주관적 연령지각 기제에 대한 고찰은 우리나라 성인, 노인의 문제를 파악하고 그 해결책을 찾는 데에 한 가지의 가능성을 시사해 주는 것이다.

이러한 여러가지 중요한 성과와 의의에도 불구하고 본 연구는 몇 가지의 제한점을 갖는다.

첫째, 측정 도구의 문제이다. 본 연구에서 사용한 Cantril(1965)의 Self-Anchoring Scale은 모든 연령의 성인에게 적용 가능하며, 개개인 스스로가 자신의 지각과 가치를 평가하고 기술할 수 있다는 장점이 있지만(노 유자, 1988), 서구 문화의 특징에 근거를 두고 개발된 척도들이므로 연구의 타당도 측면에서 우리 실정에 맞는 새로운 도구의 개발이 요구된다. 이미 60세 이상의 노인층을 위한 생활만족도 측정도구는 윤 진(1982)에 의해 개발되었으며, 노 유자(1988)도 중년기의 성인을 대상으로 삶의 질을 측정할 수 있는 척도를 개발하였으나, 성인기 전체를 포함하는 다양한 연령층을 위한 새로운 측정도구의 개발이 필요하다.

둘째, 연구 방법에 관한 문제로서 본 연구는 연구기간을 고려하여 단기횡단연구로 이루어졌다. 그러나 한 연령층이 시간이 지남에 따라 주관적 연령지각이 어떻게 변화해 가며, 또 그에 따라 심리적 적응은 어떻게 달라지는지의 보다 진정한 발달적 양상을 파악하고자 한다면, 동시집단 효과(cohort effect)와 측정 시기 효과등을 고려한 연구 설계를 계획해 보아야 할 것이다. 본 연구에서는 한꺼번에 여러 연령층을 표집하여 그 변화 양상을 설명하고 있으나, 그와 달리 장기 종단법을 이용하여 한 개인이 시간의 흐름에 따라 겪게 되는 변화를 살펴 본다면 주관적 연령 지각과 자신의 심리적 적응에 대한 방향성을 더욱 뚜렷하게 밝혀 낼 수 있을 것이다.

세째, 표집의 문제를 들 수 있다. 본 연구에서는

서울시 거주자만을 대상으로 하였으나, 보다 다양한 지역을 포함한 표집을 고려해야 할 것이다. 비교적 다양한 계층의 사람들을 포함하려 하였으나, 조사대상자들의 배경자료에 따른 분포를 살펴보면 생활수준이 중상 이상인 사람들이 많이 분포하고 있음을 알 수 있다. 연령층의 분포 역시 40대, 50대, 60대, 70대가 고르게 분포되어 있지 않아 연령층에 따른 진정한 차이를 일반화시키는데에 한계가 있다.

네째, 공인 타당도에 대한 문제이다. 본 연구에서 사용된 척도들은 이미 신뢰도와 타당도가 검증된 도구들이나, 수집된 반응들은 자신이 주관적으로 어떻게 느끼고 있는 것인지를 묻는 문항(예; 나의 외모는 내가 보기에 ___살처럼 보인다.)에 대한 응답을 분석한 결과들이므로, 실제의 행동에 있어서도 역시 그러하다고 단언하기는 어렵다. 따라서, 본 연구에서 밝혀진 결과들을 토대로, 주관적 연령 지각의 조작적 정의를 보다 엄격히 다룰 수 있는 다양한 문항들을 이용한 후속 연구가 뒤따라야 할 것이다.

참고문헌

- 김 명자(1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구: 서울시 남성 과 여성을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구 논문.
- 노 유자(1988). 서울지역 중년기 성인의 삶의 질(Quality of Life)에 관한 분석 연구. 연세대학교 대학원 간호학과 박사학위 논문.
- 윤 진(1982). 노인생활만족도척도의 제작 연구. 한국 심리학회 연차 학술 대회 초록집.
- 윤 진(1985). 성인, 노인 심리학. 서울: 중앙적성출판사.
- 윤 진(1988). 인생의 단계와 그 연령기준(I) - 청년기, 중년기, 노년기 그리고 취업 및 은퇴 적령기에 대한 대학생과 노인의 지각 비교-. 한국심리학회지, 7(2),

- 127–139.
- Barak, B., & Stern, B. (1986). Subjective age correlates : A research note. *The Gerontologist*, 26, 571–578.
- Barnes-Farrell, J.L., & Piotrowski, M.J.(1989). Worker's perceptions of discrepancies between chronological age and personal age : You're only as old as you feel. *Psychology and Aging*, 4(3), 376–377.
- Baum, S.K., & Boxley, R.L. (1983). Age identification in the elderly. *Gerontologist*, 23, 532–537.
- Birren, J.E., & Cunningham, W.R.(1985). Research on the psychology of aging : Principles, concepts and theory. In J.E. Birren & K.W. Schaie(Eds.), *Handbook of the psychology of aging*(2nd ed., pp.3–34). New York : Van Nostrand Reinhold.
- Blau, Z.S.(1956). Changes in status and age identification. *American Sociological Review*, 21, 198–203.
- Blau, Z.S.(1973). *Old age in a changing society*. New York : New Viewpoints.
- Bultena, G.L., & Powers, E.A.(1978). Denial of aging: Age identification and reference group orientations. *Journal of Gerontology*, 33(5), 748–754.
- Cain, L.D.,Jr.(1964). Life course and social structure. In R.L. Faris(Ed). *Handbook of modern sociology*. Chicago : Rand McNally.
- Cantril, H.(1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, New Jersey: Rutgers University Press.
- George, L.K., Mutran, E.J., & Pennypacker, M.R.(1980). The meaning and measurement of age identity. *Experimental Aging Research*, 6, 283–298.
- Gergen, K.J., & Back, K.W.(1966). Communication in the interview and the disengaged respondent. *Public Opinion Quarterly*, 30, 385–398.
- Kastenbaum, R., Derbin, V., Sabatini, P., & Artt, S. (1972). "The ages of me": Toward personal and interpersonal definitions of functional age. *International Journal of Aging and Human Development*, 3, 197–212.
- Linn, M.W., & Hunter, K.H.(1979). Perception of age in the elderly. *Journal of Gerontology*, 34(1), 46–52.
- Markides, K.S., & Boldt, J.S.(1983). Changes in subjective age among the elderly : A longitudinal analysis. *The Gerontologist*, 23(4), 422–427.
- McTavish, D.G.(1971). Perceptions of old people: A review of research methodologies and findings. *The Gerontologist*, 11, 90–102.
- Montepare, J.M., & Lachman, M.E.(1989). "You're only as old as you feel": Self-perceptions of age, fears of aging, and life satisfaction from adolescence to old age. *Psychology and Aging*, 4, 73–78.
- Neugarten, B.L., & Hagestad, G.O.(1976). Age and the life course. In R.H. Binstock & E. Shanas(Eds.). *Handbook of aging and the social sciences*(pp. 35–55). New York : Van Nostrand Reinhold.
- Nuttall, R.L.(1972). The strategy of functional age research. *Aging and Human Development*, 3, 45–148.
- Osteen, F.L., & Best, D.L.(1985, November). Components of subjective age identification among older adults. Paper presented at the 38th meeting of the Gerontological Society of America, New Orleans.
- Palmore, E.(1981). *Social patterns in normal aging : Findings from the Duke Longitudinal Study*. Durham, NC : Duke University Press.
- Peters, G.R.(1971). Self-perceptions of the aged, age-identification, and, aging. *Gerontologist*, 11, 69–73.
- Phillips, B.S.(1957). A role theory approach to adjustment in old age. *American Sociological Review*, 22, 212–217.
- Riley, M.W. & Foner, A.(1968). *Aging and society*. New York : Russell Sage Foundation.
- Streib, G.F., & Schneider, C.J.(1971). *Retirement in American society : Impact and process*. Ithaca, New York : Cornell University Press.
- Tuckman, J., & Lorge, I.(1953). When does old age begin and a worker become old ? *Journal of Gerontology*, 8, 483–488.
- Ward, R.A.(1977). The impact of subjective age and stigma in older persons. *Journal of Gerontology*, 32, 227–232.
- Zola, I.K.(1962). Feelings about age among older people. *Journal of Gerontology*, 17, 65–68.

Abstract

The Effects of Subjective Age Identification On Psychological Well-being in Adulthood

Won-Kyung Kim and Gene Yoon

Yonsei University

The present study was conducted to investigate the effect of subjective age identification on psychological adjustment in adults and the elderly, and the relation between subjective age and life satisfaction. Three hundred sixty-six men and women were given a questionnaire which contained a life satisfaction scale measuring psychological adjustment. Background variables and subjective age identification were also examined for their effects on psychological adjustment as well as their relationships with each other. The results indicated that individuals of age 40 and over tended to show younger subjective age identities and the discrepancy between subjective age and chronological age increased with chronological age. Individuals with younger age identities reported higher life satisfaction than individuals with accurate or older age identity, suggesting that subjective age identity is an important predictor for psychological well-being in middle and old age. It was also found that gender, chronological age, educational level, socio-economic and status, degree of social participation, and status of physical health were correlated with life satisfaction and subjective age identities.