

## 노년기 SNS 이용목적과 성공적 노화의 관계에서 외로움의 매개효과\*

Received: January 15, 2023  
Revised: February 15, 2023  
Accepted: February 28, 2023

곽호경<sup>1</sup>, 양수진<sup>2</sup>  
이화여자대학 심리학과/ 학생<sup>1</sup>, 이화여자대학 심리학과/ 교수<sup>2</sup>

교신저자: 양수진  
이화여자대학 심리학과,  
서울시 서대문구 이화여대길 52

### The Mediation Effect of Loneliness on the Relationship between the Different Purposes of SNS Use and Successful aging in Older Adults

E-MAIL:  
sujinyang@ewha.ac.kr

Hogyung Gwak<sup>1</sup>, Sujin Yang<sup>2</sup>  
Department of Psychology, Ewha Womans University/ Student<sup>1</sup>  
Department of Psychology, Ewha Womans University/ Professor<sup>2</sup>

\* 해당 논문은 곽호경(2023)의  
석사학위논문(수정·보완한  
것임).

#### ABSTRACT

본 연구는 SNS 이용목적(관계 추구, 정보 추구, 오락 추구)이 성공적 노화에 미치는 영향을 외로움이 매개하는지 알아보았다. 이를 위해 SNS를 사용 중인 65~79세 국내 성인 328명( $M=67.77$ 세,  $SD=2.95$ )을 대상으로 PROCESS Macro v3.5를 사용하여 매개모형이 유의한지 검증하였다. 연구 결과, 노년기의 관계 추구적 SNS 사용과 정보 추구적 SNS 사용은 성공적 노화와 관계에서 외로움의 매개효과가 유의미하게 나타났다. 즉, 노년기의 관계 추구적 SNS 사용과 정보 추구적 SNS 사용은 성공적 노화에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라 외로움을 낮춤으로써 간접적으로도 성공적 노화를 증진시킬 수 있음을 의미한다. 반면에 노년기의 오락 추구적 SNS 사용은 성공적 노화를 직접 예측하지 못하였으며, 오락 추구적 SNS 사용이 외로움을 증가시킴으로써 성공적 노화를 감소시키는 매개간접효과는 유의미하였다. 따라서 본 연구는 증가세에 있는 노년기의 SNS 활용이 이용목적에 따라 성공적 노화에 미치는 영향이 달라질 수 있음과 그 기제가 SNS 활용을 통한 사회적 관계의 증진 또는 감소와 관련이 있음을 밝혔다는 데에 의의가 있다.

주요어 : 노년기, SNS 이용목적, 성공적 노화, 외로움



© Copyright 2023, The Korean Journal of Developmental Psychology.  
All Rights Reserved.  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2022년 현재 우리나라의 65세 이상 인구는 전체의 17.5%에 달하며, 2025년에는 노인 인구가 20%를 넘어서는 초고령사회에 진입하게 된다(통계청, 2022). 뿐만 아니라 2070년에는 노인이 전체 인구의 무려 46.4%를 차지하여 국민 2명 중 1명이 노인이 되는 시대가 머지않았다(통계청, 2022). 이처럼 급격한 고령화로 인해 노인 인구가 경험하는 삶의 질이 한국 사회에 미치는 영향력 또한 증가할 것으로 보이며(길태영, 2021), 노인들이 행복할 수 있는 사회적 환경을 구축할 필요가 있다. 게다가 노년기에는 신체적, 정신적, 사회적 영역에서 다양한 변화와 어려움을 직면하게 되는 만큼 이들이 달라진 환경에 잘 적응하면서 만족스러운 노후를 보낼 수 있는 기반을 마련하는 일은 사회적으로 깊게 관심을 두어야 할 문제다.

그러나 우리나라 노인들은 대부분 은퇴 이후 경제적 어려움을 겪고, 사회적 관계가 감소하는 등 부정적인 변화를 경험하는 것으로 나타났다(장은정, 2005). 이러한 변화는 노인의 삶 만족도와 삶의 질에 큰 영향을 미친다. 실제로 국내 수도권에 거주 중인 노인들의 절반가량이 낮은 수준의 삶의 질을 보고하였고, 무려 20% 이상이 심각한 문제로 볼 만큼 저하된 삶의 질을 나타냈다(이경욱, 2008). 또한 통계청(2021)의 국민 삶의 질 조사에서, 연령대별 삶 만족도가 60대 이상에서 5.7점으로 가장 낮게 나타났으며, 한국 노인의 삶의 질은 96개국 중 67위로 하위권에 속한다(최명진, 김기연, 2022). 즉, 의료기술의 발전을 이룩함으로써 평균 수명은 증가했으나, 많은 노인들이 그로 인해 길어진 은퇴 이후의 삶에 적응하고 대처하는 것에는 어려움을 겪고 있다. 따라서 이들의 삶을 증진시키고 도움을 줄 수 있는 연구가 필요한 시점이다.

본 연구에서는 이를 위해 노화에 대한 인식과 노

인들의 삶의 질을 살펴볼 수 있는 성공적 노화를 종속변인으로 설정하였다. Hayflick(2000)에 따르면 노화는 인간이 세월을 맞으며 어쩔 수 없이 경험하게 되는 과정이라는 점에서 질병(disease)과 다르다. 즉, 노화는 개인이 예방할 수 있는 영역이 아니며 인간이라면 인생 후반기에 불가피하게 경험할 수밖에 없는 단계인 것이다. 하지만 현대사회에서는 젊음과 건강 유지를 강조하는 문화로 인해 노화와 노인에 대한 부정적 인식이 일반화되고 있다(Scholl & Sabat, 2008). 국내 노인 대상 연구 결과, 노화에 대한 두려움이나 염려를 의미하는 노화 불안은 노년기 삶의 질을 부적으로 예측하며(김신미, 김순이, 2009), 노화불안이 높을수록 노년기 우울감이 높아지는 것으로 나타났다(김재희, 김옥, 2014). 따라서 우리는 건강한 인생 후반기를 위해 노화를 바라보는 태도에 대해 주목할 필요가 있다.

Rowe와 Kahn(1987)은 생리적인 기능감퇴의 관점에서 보면 노화를 부정적으로 볼 수밖에 없으며, 심리사회적 요인을 통해 긍정적 관점에서도 연구해야 함을 주장하였고, 이를 위해 노인들의 잠재적인 사회환경적 능력에 초점을 둔 성공적 노화라는 개념을 도입하였다. 이러한 제안에 대해 21세기 이후 학자들이 다양한 의견을 제시했으며(Rowe & Kahn, 2015), 국내에서도 성공적 노화를 조작적으로 정의하고 측정하려는 움직임이 이루어졌다(강인, 2003; 김동배, 2008; 김미령, 2008; 박경숙, 2012; 성혜영, 유정현, 2002; 정순돌, 2007).

김미령(2017)의 연구결과, 국내 노인 집단에서 성공적 노화란 노년기의 건강이나 장수를 넘어서는 '좋은 삶'을 의미했고, 이는 인지, 사회, 정서적인 것을 포함한 모든 영역에서 제대로 기능하는 능력으로 구성되었다. 또한 Fisher(1992)는 삶의 만족도가 단순히 과거와 현재에 대한 개인의 기대와 평

가를 살펴보는 변인인 반면에, 성공적 노화는 개인이 가지고 있는 대처전략과 노화에 대한 긍정적인 관점을 확인할 수 있기에 더욱 의미 있다고 보았으며, Pruchno 등(2010)은 성공적 노화가 질병이나 신체적인 기능상의 객관적인 노화뿐 아니라 스스로 노화를 어떻게 인식하느냐를 포함한다는 점이 중요하다고 주장했다. 즉, 성공적 노화란 단순히 노년기의 삶의 질이나 삶에 대한 만족도뿐 아니라 노화의 수준이나 노화에 대한 태도를 확인할 수 있는 변인이다.

한편, Baltes 등(1999)은 보상을 수반한 선택적 최적화 모델(Selective Optimization with Compensation model; SOC)을 통해 성공적 노화를 설명하였다. 위 이론에 따르면, 노년기의 기억 및 학습능력에는 한계가 나타날 수밖에 없으며 다양한 지식과 기술 매체가 인지적인 쇠퇴를 보충하는 방식으로 작용할 수 있다(Freund et al., 1999). 실제로 21세기 이후 디지털 기술의 발전으로 노인들의 일상생활에 다양한 변화가 나타났으나 이에 대한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 성공적 노화를 이룩하기 위한 기술 매체로서 최근 주목받고 있는 노년기의 SNS 사용에 초점을 두고자 한다.

2021년 기준 우리나라의 SNS 이용률은 89.3%로, 세계 평균(53.6%)보다 약 1.7배 높았고, 국가별 순위로는 세계 2위의 자리를 차지했다(DMC 미디어, 2021). 또한 국내 60대 이상 고령층의 89.1~97.0%가 카카오톡과 같은 메신저형 SNS를 사용하는 등 노년층에서의 SNS 사용이 매우 증가했다(과학기술정보통신부, 2022a). 노년기의 SNS 사용은 청소년기나 초기성인기 개인에서와 달리, 그들의 사회적 관계 증진과 삶의 질 향상에 도움을 준다는 점에서(Khosravi et al., 2016; Simons et

al., 2021) 위와 같은 통계치는 상당히 고무적인 내용이다.

Leist(2013)에 따르면, 가족 형태 변화로 인해 혼자 사는 노인들이 많아지면서 SNS는 이들이 의미 있는 사회적 접촉에 참여할 수 있는 기회를 제공하고 있다. 그리고 SNS와 인터넷을 잘 사용하는 노인들은 자신의 삶에 더 만족하고, 신체적으로나 정서적으로 독립적인 주체라고 인식할 뿐 아니라 삶에 대해 긍정적인 관점을 갖는 것으로 나타났다(Vroman et al., 2015). 또한 국내에서도 연령이 증가하며 건강 정보에 대한 관심이나 행동이 줄어들고 심리적 건강이 나빠지지만, SNS나 인터넷을 사용하는 능력이 높을 경우, 건강 정보를 활발하게 얻을 수 있어 심리적 건강도 증진됨을 확인하였다(안순태 외, 2020). 따라서 많은 연구자들이 노년기 SNS 사용이 보이는 긍정적 효과를 확장시키기 위해 노력하고 있다. 국내 노인들을 대상으로 한 박진숙, 김남숙(2021)의 연구에서도 SNS를 포함한 디지털 기술을 잘 활용할수록 노인들의 인지적 유연성이 높아지고 성공적 노화가 증진되었다. 그러나 노년기의 SNS 사용이 사회적 지지와 노년기 심리적 건강을 예측하지 못한다는 연구결과도 존재한다(Tng & Yang, 2022). 이는 노년기 SNS 사용을 연구함에 있어 단순히 사용여부나 사용량보다 중요한 특성이 있음을 시사한다.

Katz 등(1973)의 이용과 충족 이론(Uses and Gratification Theory)에 따르면, 개인이 미디어 매체를 사용할 때 어떤 의도와 목적을 가졌는지가 가장 중요하며 이는 개인의 이용 행동 및 특성과 깊은 관련이 있다. 이후 학자들도 개인이 미디어를 선택한 내재적 동기를 주요하게 바라볼 필요가 있다고 주장해왔으며(Rubin, 1983; Stafford & Stafford, 2001), 최근 연구에서는 SNS 이용량이

개인의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 과정에서 SNS 이용목적에 따라 다른 결과가 나타날 수 있음을 확인하였다(Rae & Lonborg, 2015). 또한 국내 성인을 대상으로 한 하승태(2012)의 연구에서도 SNS가 개인의 사회 참여에 미치는 영향에 있어 사용시간이나 사용량보다 질적 측면인 이용목적이 더 주요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 따라서 노년기의 SNS 사용이 그들의 삶에 미치는 영향을 확인하기 위한 본 연구에서도 단순히 양적 측면만을 확인할 것이 아니라, 노인들이 SNS를 이용하는 목적에 따른 차이를 살펴보고자 한다.

SNS 이용목적은 연구에 따라 다양하게 분류되나, 선행연구에서 공통적으로 도출되는 분류에는 타인과의 관계 형성 및 유지를 위한 관계 추구적 목적, 정보 획득이나 생성을 위한 정보 추구적 목적, 즐거움이나 여가 증진을 위한 오락적 목적 등이 있다(김남이, 이수범, 2011; 이정권, 최영, 2015; Blumler, 1979). Schivinski 등(2020)에 따르면, SNS 이용목적에 따라 개인이 경험하는 긍정 또는 부정 정서가 달라지며 SNS 사용 특성도 달라질 수 있다. 실제로 미국의 18-65세 성인을 대상으로 한 연구에서, 친구와의 관계 증진을 위한 SNS 사용이 높은 집단에서 높은 삶의 질을 보고하였고, 지루함을 해결하기 위한 오락적 목적의 SNS 사용이 높은 집단에서 더 낮은 삶의 질을 나타냈다(Campisi et al., 2015). 이는 관계 추구를 위한 SNS 이용은 개인의 높은 삶의 질과 관련 있으나, 오락 추구를 위한 SNS 이용은 오히려 낮은 삶의 질과 연관성이 높다는 것을 의미한다. 노인을 대상으로 한 연구에서도, 타인과의 의사소통을 목적으로 한 SNS 사용은 노년기의 주관적 안녕감을 예측했으나, 그 외의 수동적 목적(정보 탐색, 오락 등)을 위한 SNS 사용은 노년기의 주관적 안녕감을

예측하지 않는 등 유사한 결과가 나타났다(Stevic et al., 2021). 즉 노년기의 SNS 사용이 반드시 노인에게 긍정적 영향을 미치지 않는다는 시사하며, 관계 추구를 위한 SNS 이용은 청소년기나 초기 성인기에서와 달리 노년층의 안녕감을 증진시키는 주요한 요소로 보인다(Morahan-Martin & Schumacher, 2000; Wan, 2020). 또한 SNS의 본래 목적을 벗어난 정보 추구 또는 오락 추구를 위한 SNS 이용이 노인들의 삶에 어떤 영향을 미칠지는 아직 검증이 필요하다.

SNS 사용이 노인들의 성공적 노화에 미치는 영향을 확인함에 있어 본 연구는 외로움을 매개변인으로 설정하였다. Nilsson 등(1996)의 연구결과, 나이가 들면서 물질적 가치의 중요성이 줄어들고 타인과의 안정적인 관계와 개인이 속한 사회에의 참여가 더 큰 의미를 획득하는 것으로 나타났다. 그러나 통계청(2021)의 조사에 따르면, 국내 60대 이상의 성인 10명 중 4명은 위기상황을 겪어도 주변에 도움 받을 사람이 없다고 응답하였다. 또한 국내 연구결과, 다른 연령에 비해 60대 이상 집단이 더 높은 외로움을 보고하였다(강대선 외, 2021). Peplau와 Pearman(1982)는 외로움을 개인이 사회적 관계에서 경험한 양적, 질적인 면에서의 지지가 기대보다 부족할 때 발생하는 불유쾌한 감정이라고 정의하였다. 특히 노년기에는 신체적 노화나 주변 환경의 변화 때문에 사회적 접촉의 기회가 제한되며(Pinquant & Sorensen, 2001), 이로 인한 외로움은 타 연령층에 비해 매우 높은 수준이다(강대선 외, 2021). 외로움은 노인들의 신체적 건강상태와 관련이 높을 뿐 아니라 일상생활에 대한 만족도를 감소시킬 수 있고(이규은 외, 2012), 만성적으로 이어진 외로움은 노년기 정신건강의 위험요인으로 작용한다(Martín María et al., 2021).

한편, 사회 정서적 선택 이론(Carstensen et al., 1999)에 따르면 노인들은 죽음까지 시간이 얼마 남지 않았다고 생각하기 때문에 새로운 관계를 형성하기보다 기존 관계의 유지에 더 힘쓰는 것으로 알려져 있다. 실제로 한국, 미국 등 5개국의 노인들 대부분이 ‘가족 또는 자녀와의 관계’가 가장 중요하다고 보고하였다(최성재, 장인협, 2010). 그리고 노년기 SNS 사용은 자녀나 손자녀와의 세대 간 소통을 증진시키며 이러한 과정에서 노인들은 정서적 친밀감과 사회적 지지를 획득하는 것으로 나타났다(Harwood, 2000; Mesch, 2012; Tomassini et al., 2004). 즉, 현대사회의 노인들은 그들이 중요시하는 가족과의 관계 증진을 SNS 이용을 통해 이뤄내고 있는 것이다.

뿐만 아니라, 노년기의 SNS 사용은 사회적 접촉을 유지, 확장시키고 정서적 안녕감을 증진시킴으로써 사회적 고립과 외로움을 감소시키는 것으로 나타났다(Wilson et al., 2007; Winstead et al., 2013). 즉, SNS 사용은 인생 후반기에 약화될 수 있는 노인의 사회적 관계망을 강화시킬 수 있는 요인이라고 볼 수 있다(Cotten et al., 2012; Hardill & Olphert, 2012). 그러나 Szabo 등(2019)의 연구에 따르면, 대인관계 증진 목적의 SNS 사용은 노인들의 외로움을 낮춰주었으나, 정보탐색을 위한 SNS 사용은 노인들의 외로움과 유의미한 경로를 나타내지 않았다. 이처럼 SNS가 노인들의 사회적 관계를 증진시키는가에 대해서도 이용목적에 따라 다른 결과를 나타낼 수 있을 것이다.

매개변인으로 설정한 외로움이 성공적 노화에 미치는 영향을 직접 살펴본 연구는 없으나, 높은 사회적 지지 수준은 성공적 노화와 인지 기능에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(정옥분 외, 2013). 또한 높은 수준의 고립감은 노인 집단에서

부정적인 심리적 결과를 불러일으킨다고 알려져 있다(Elphinstone, 2018; Liu et al., 2020; Smith & Lim, 2020). 뿐만 아니라, 노년기의 외로움은 성공적 노화의 구성요소인 심리적, 신체적 건강과 부적 상관을 보였고(Berg-Weger & Morley, 2020; Brooks et al., 2020). 노인들의 정신적, 신체적 안녕감을 감소시키는 것으로 나타난 바(박미진, 2018; Ashida & Heaney, 2008; Hawkey et al., 2006), 외로움이 성공적 노화를 부적으로 예측할 것으로 기대된다. 이에 따라 본 연구에서 제시하는 연구 가설은 다음과 같다.

**연구 가설 1.** 노년기의 관계 추구, 정보 추구, 오락 추구를 목적으로 한 SNS 이용은 모두 성공적 노화를 예측할 것이다.

**연구 가설 2.** 노년기의 관계 추구, 정보 추구, 오락 추구를 목적으로 한 SNS 이용과 성공적 노화 간의 관계에서 외로움의 매개효과가 존재할 것이다.

**연구 가설 3.** 노년기의 SNS 이용목적에 따라 성공적 노화에 미치는 영향에 차이가 있을 것이다.

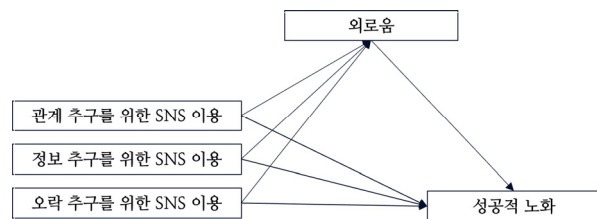


그림 1. 연구모형

## 방 법

## 연구대상

본 연구를 위해 SNS를 사용 중인 만 65~79세 국내 노년기 성인들을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였다. 설문 참여 시 윤리적인 절차에 따라 연구에 대한 설명을 제공하고 동의를 얻었으며, 수집된 346명의 자료 중 불성실하거나 이상치를 가진 18부를 제외하고 총 328부를 분석에 사용하였다( $M=67.77$ 세,  $SD=2.95$ ). 연구대상자들이 사용 중인 SNS 플랫폼은 표 1에 제시하였다.

연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴본 결과, 성별은 남자(51.2%), 여자(48.8%), 학력은 고등학교 졸업 이하(38.4%), 대학교 졸업 이상(61.6%)로 고학력자가 많은 편이었고, 취업 상태는 은퇴(54.0%), 취업 또는 구직 중(35.0%), 기타(11.0%)로 보고되었다. 그리고 주관적 경제 수준은 어려운 편(23.1%), 보통(64.0%), 잘 사는 편(12.8%)으로, 주관적 건강상태는 건강하지 않음(17.6%), 보통(51.2%), 건강함(31.1%)으로 나타났다. 또한 결혼 상태는 혼인중(80.5%), 사별(10.7%), 이혼(4.3%), 별거(2.4%), 기타(2.1%)로 보고되었으며, 동거 중인 가족이 있는 경우(89.6%), 동거 중인 가족이 없는 경우(10.4%)로 확인되었다.

표 1. 사용 중인 SNS 플랫폼(중복응답) (N=328)

구분	빈도(%)
카카오톡	310(94.5%)
포털사이트 내 카페	209(63.7%)
네이버 밴드	131(39.9%)
페이스북	117(35.7%)
인스타그램	97(29.6%)
트위터	41(12.5%)
틱톡	16(4.9%)

다양한 인구통계학적 특성이 종속변인인 성공적 노화에 영향을 미칠 가능성을 확인하고자 독립표본 t검정과 일원분산분석(one-way ANOVA)를 실시하였으며, 유의미한 결과를 나타낸 연령과 학력, 주관적 경제수준, 주관적 건강상태를 통제변인으로 설정하여 분석을 진행하였다.

## 연구도구

### 성공적 노화

국내에서 개발된 성공적 노화 척도들을 바탕으로 박경숙(2012)이 수정 및 보완한 척도 일부를 사용하였다. 본 척도는 자율적인 삶 7문항(예. “나는 필요한 서비스나 자원을 스스로 구할 수 있다.”), 적극적 인생 참여 6문항(예. “나에게는 여가 혹은 종교활동 등에서 정기적으로 만나는 친구들이 있다.”), 자기효능감 5문항(예. “나는 내가 이루고자 하는 것을 해낼 수 있다.”) 등 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 18문항이다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다 ~ 5=매우 그렇다)로 평정되었으며, 총점이 높을수록 성공적 노화 수준이 높음을 의미한다. 박경숙(2012)의 연구에서 내적합치도는 전체 .935 이상으로 보고되었으며, 본 연구에서의 내적합치도는 자율적인 삶 .78, 적극적 인생 참여 .80, 자기효능감 .80, 전체 .89로 나타났다.

### SNS 이용목적

SNS 이용목적 중 관계 추구적 SNS 사용을 측정하기 위해 Newman et al.(2021)이 개발 및 타당화한 노인용 SNS 사용 척도(SNS-OA) 일부를 번안하여 사용하였다. 척도 번안을 위해 영어 및 한국어 이중언어자 3인에게 문항 번역과 역번역을



요청하였고, 심리학 석·박사 과정 10인이 척도 원 문항과 역번역 문항에 대한 동일성 평정을 실시하였다. 그 결과 각 문항 당 평정 점수 평균은 8.7 ~ 10점, 전체 평균은 9.19점으로 평정일치도가 높은 수준이었다. 번안된 척도는 가까운 유대관계 유지 5문항(예. “가족과 친한 친구들에게 나의 소식을 공유하기 위해”), 약한 유대관계 강화 5문항(예. “한동안 보지 못했던 사람들과 소통하기 위해”)의 2가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 10문항이다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다 ~ 5=매우 그렇다)로 평정되었으며, 총점이 높을수록 SNS를 관계 추구의 목적으로 사용하고 있음을 의미한다. SNS 이용목적 중 정보 추구적, 오락 추구적 SNS 사용을 측정하기 위해 최정화(2012)가 사용한 문항 일부를 사용하였다. 이는 정보 추구 5 문항(예. “내가 필요로 하는 유용한 정보를 얻기 위해.”), 오락 추구 3문항(예. “시간을 보내기 위해.”)의 2가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 8 문항이다. 각각의 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다 ~ 5=매우 그렇다)로 평정되었으며, 총점이 높을수록 SNS를 정보 추구 또는 오락 추구의 목적으로 사용하고 있음을 의미한다. Newman 등(2021)의 연구에서 내적합치도는 가까운 유대관계 유지 .82, 약한 유대관계 강화 .81로 보고되었고, 최정화(2012)의 연구에서 내적합치도는 정보 추구 .85, 오락 추구 .72로 보고되었으며, 본 연구에서의 내적합치도는 가까운 유대관계 유지 .79, 약한 유대관계 강화 .83, 정보 추구 .89, 오락 추구 .75, 전체 .85로 나타났다.

### 외로움

진은주와 황석현(2019)이 수정 및 타당화한 한국판 UCLA 외로움 척도 3판을 사용하였다. 본 척도

는 사회적 고립감 11문항(예. “얼마나 자주 혼자 남겨졌다고 느끼십니까?”), 사회적 연결감 9문항(예. “(역채점)얼마나 자주 주변 사람들과 잘 통한다고 느끼십니까?”)의 2가지 하위요인으로 구성되어 있으며 총 20문항이다. 각각의 문항은 4점 Likert 척도(0=전혀 그렇지 않다 ~ 3=항상 그렇다)로 평정되었으며, 총점이 높을수록 외로움을 많이 느끼고 있음을 의미한다. 진은주와 황석현(2019)의 연구에서 내적합치도는 전체 .95로 보고되었으며, 본 연구에서의 내적합치도는 사회적 고립감 .89, 사회적 연결감 .86, 전체 .91로 나타났다.

### 연구절차

본 연구를 위해 2022년 10월 31일부터 11월 2일까지 데이터수집 업체를 통해 온라인 설문을 실시하였다. 설문을 시작하기 전에 본 연구의 목적에 대한 설명을 제공하고, 설문 참여 도중 불편함을 느끼는 경우에는 언제든지 중단할 수 있음을 안내하였다. 거주지역과 연령에 대한 문항을 통해 국내 노년기 성인을 연구대상으로 한정하였으며, 이 중에서 SNS를 사용 중인 사람들만 본 설문에 참여하도록 스크리닝 문항을 구성하였다.

### 자료분석

본 연구는 SPSS 25.0을 사용하여 측정도구의 신뢰도를 분석하고 기술통계와 상관분석을 실시하였다. 그리고 SNS 이용목적과 성공적 노화 간의 관계에서 외로움의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS macro model 4를 적용하여 매개분석을 실시하였다. 또한 성공적 노화에 영향을 미칠 수 있는 연령과 학력, 주관적 경제

수준, 주관적 건강상태를 통제변인으로 설정하였다. 간접효과의 통계적 유의성은 신뢰구간 95%에서 표본 수를 10,000개로 하는 Bootstrapping 기법을 통해 확인하였으며, 이 때 SNS 이용목적에 따라 매개효과가 존재하는지 확인하고자 세 가지 SNS 이용목적(관계 추구, 정보 추구, 오락 추구)을 독립변인으로 설정하였다.

### 기술통계 및 상관분석

주요 변인들에 대한 평균, 표준편차, 왜도와 첨도를 산출하여 표 2에 제시하였다. 각 주요 변인의 왜도의 절대값이 3 미만, 첨도의 절대값이 10 미만으로, 본 연구에서 측정된 변인들은 정규성 가정을 만족하는 것으로 나타났다(Kline, 2015). 주요 변인들 간의 관련성을 확인하기 위하여 상관분석을 실시하고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 상관분석 결과, 정보 추구적 SNS 이용은 성공적 노화와 정적

## 결 과

표 2. 주요 변인들의 기술통계치 (N=328)

구분	하위변인	평균	표준편차	왜도	첨도
SNS 이용목적	정보 추구	3.64	0.56	-0.32	0.13
	오락 추구	2.99	0.75	-0.25	-0.13
	관계 추구	3.26	0.58	-0.35	0.61
성공적 노화	자율적인 삶	3.69	0.50	-0.34	0.80
	자기효능감	3.67	0.53	-0.43	1.24
	적극적 인생참여	3.37	0.58	-0.20	-0.46
	전체	3.64	0.44	-0.25	0.36
외로움	사회적 연결감	1.21	0.51	-0.19	-0.18
	사회적 고립감	0.99	0.54	0.45	0.07
	전체	1.10	0.46	0.04	-0.39

표 3. 주요 변인 간 상관분석 결과 (N=328)

		1-1	1-2	1-3	2	3
SNS 이용목적	1-1. 정보 추구	1				
	1-2. 오락 추구	.27**	1			
	1-3. 관계 추구	.30**	.27**	1		
	2. 성공적 노화	.30**	.04	.31**	1	
	3. 외로움	-.22**	.03	-.28**	-.58**	1

\*\*p<.01



상관이 있었고( $r=.30$   $p<.01$ ), 외로움과는 부적 상관이 있었다( $r=-.22$   $p<.01$ ). 관계 추구적 SNS 이용 또한 성공적 노화와 정적 상관이 있었고( $r=.31$   $p<.01$ ), 외로움과는 부적 상관이 있었다( $r=-.28$   $p<.01$ ). 반면에 오락 추구적 SNS 이용은 성공적 노화, 외로움과의 상관이 유의하지 않게 나타났으며, 성공적 노화는 외로움과 유의미한 부적 상관을 나타냈다( $r=-.58$   $p<.01$ ).

**SNS 이용목적(관계 추구, 정보 추구, 오락 추구)과 성공적 노화 간의 관계에서 외로움의 매개효과**

Hayes(2013)의 PROCESS macro model 4를 적용하여 매개분석을 실시하였고, 각 변인들 간의 경로는 표 4와 그림 2에 제시하였다. 분석 결과, 관계 추구적 SNS 사용은 성공적 노화를 정적으로 ( $B=.102$ ,  $t=2.840$ ,  $p<.01$ ) 예측하였고, 정보 추구적

표 4. 연구모형의 경로계수 (N=328)

경로	B	SE	t	95% CI	
				lower	upper
관계 추구 → 외로움	-.216***	.043	-4.976	-.301	-.130
정보 추구 → 외로움	-.131**	.045	-2.916	-.219	-.043
오락 추구 → 외로움	.094**	.033	2.808	.028	.160
외로움의 설명량		$R^2=.188$ , $F(7, 320)=10.606^{***}$			
관계 추구 → 성공적 노화	.102**	.036	2.840	.031	.172
정보 추구 → 성공적 노화	.125**	.036	3.436	.053	.196
오락 추구 → 성공적 노화	.003	.027	.113	-.050	.056
외로움 → 성공적 노화	-.387***	.045	-8.683	-.475	-.299
성공적 노화의 설명량		$R^2=.484$ , $F(8, 319)=37.394^{***}$			

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

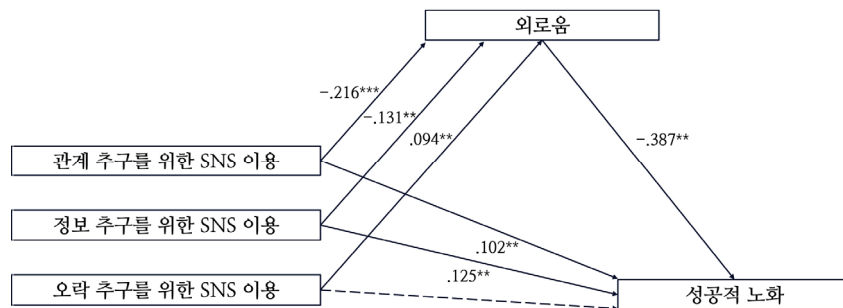


그림 2. 연구모형 경로도

표 5. 매개효과에 대한 Bootstrapping 검증

(N=328, Bootstrap=10,000)

경로	B	Boot SE	95% CI	
			lower	upper
<b>직접효과</b>				
관계 추구 → 성공적 노화	.102*	.036	.031	.172
정보 추구 → 성공적 노화	.125*	.036	.053	.196
오락 추구 → 성공적 노화	.003	.027	-.050	.056
<b>간접효과</b>				
관계 추구 → 외로움 → 성공적 노화	.084*	.020	.047	.125
정보 추구 → 외로움 → 성공적 노화	.051*	.018	.018	.087
오락 추구 → 외로움 → 성공적 노화	-.036*	.015	-.068	-.009

\*p<.05

SNS 사용 또한 성공적 노화를 정적으로( $B=.125$ ,  $t=3.436$ ,  $p<.01$ ) 예측하였다. 그리고 오락 추구적 SNS 사용은 성공적 노화를 예측하지 못했다.

매개효과에 대한 Bootstrapping 검증 결과는 표 5에 제시하였다. 그 결과, SNS 이용목적(관계 추구, 정보 추구, 오락 추구)이 각각 외로움을 거쳐 성공적 노화에 미치는 간접효과가 모두 유의하였다. 즉, 노년기의 관계 추구적 SNS 이용( $B=.084$ , 95% CI [.047, .125])과 정보 추구적 SNS 이용( $B=.051$ , 95% CI [.018, .087])이 외로움을 거쳐 성공적 노화에 정적 영향을 미치는 매개 경로가 유의미하였다. 그러나, 노년기의 오락 추구적 SNS 이용의 경우 외로움을 거쳐 성공적 노화에 미치는 매개 경로( $B=-.036$ , 95% CI [-.068, -.009])가 부적으로 유의하였다.

## 논 의

본 연구는 SNS를 사용 중인 65세 이상의 국내

노년기 성인들을 대상으로 관계 추구, 정보 추구, 오락 추구를 목적으로 한 SNS 활용과 성공적 노화 간의 관계를 살펴보고, 이 관계를 외로움이 매개하는지 확인하고자 하였다. 본 연구에서 설정한 연구 문제를 중심으로 살펴본 논의는 다음과 같다.

먼저, 관계 추구적 SNS 사용에서 성공적 노화로 가는 직접 경로가 정적으로 유의미한 것으로 나타났다. 관계 추구적 SNS 사용에서 외로움을 거쳐 성공적 노화로 가는 간접 경로도 유의미한 것으로 나타났다. 이는 앞서 언급한 선행연구들과 일치하는 결과로(노지영, 주효진, 2012; Szabo et al., 2019), 사회적 관계 형성이나 유지를 위한 SNS 사용이 본래 목적을 달성함으로써 노년기의 삶을 향상시킬 수 있음을 뜻한다. 또한 SNS가 개인이 현실에서 이미 맺고 있는 관계를 더욱 공고히 한다는 점(Boyd & Ellison, 2007)과 노년기 SNS 사용이 비대면 연락을 통한 대면 만남을 증가시키고 이를 통해 생활만족도가 높아진다는 국내 연구결과(정찬우, 최희정, 2022)를 종합하여 보았을 때, 비대면보다 대면소통이 익숙한 노년층에서도 SNS가 타인과

의 상호작용을 도울 수 있는 주요한 매체로 기능한다고 볼 수 있다. 또한 기존의 연구들은 청소년이나 초기 성인기를 대상으로 SNS를 통해 새로운 친구를 사귀는 것이 온라인 가상세계에의 몰입이나 과도한 SNS 사용을 예측함을 주장해왔다(Morahan-Martin & Schumacher, 2000; Wan, 2020). 그러나 노년기에는 SNS 내에서 새로운 관계를 만들기보다, 가족이나 가까운 친구와 소통하고 연락이 끊겼던 사람들과의 관계를 강화하기 위한 목적이 주로 나타난다(Newman et al., 2021). 이는 노년기에서는 관계 추구를 위한 SNS 이용의 양상이 다르게 나타나기에 SNS 사용이 미치는 영향 또한 달라지는 것으로 해석할 수 있겠다.

다음으로, 정보 추구적 SNS 사용에서 성공적 노화로 가는 직접 경로가 정적으로 유의미한 것으로 나타났으며, 정보 추구적 SNS 사용에서 외로움을 거쳐 성공적 노화로 가는 간접 경로도 유의미한 것으로 나타났다. 이는 정보 탐색을 위한 SNS 사용은 외로움이나 주관적 안녕감을 예측하지 못한다는 연구결과(Stevic et al., 2021)와는 일치하지 않지만 정보 획득을 위한 도구적 SNS 사용이 인간관계 형성에 도움이 된다는 노지영과 주효진(2012)의 결과와는 일치하는 것이다. Jackson과 Wang(2013)은 정보 추구적 SNS사용의 긍정적 영향을 지지하면서 같은 노년기 성인에서도 집단의 특성이나 그들이 속한 문화권에 따라 SNS의 사용이나 그 영향력에 차이가 나타날 수 있는 가능성을 시사했다. 본 연구의 참여 집단이 전기 노년기에 가깝고, 학력이 높게 나타난 바, 이러한 집단의 특성이 영향을 미친 결과일 수 있겠다. 그러나 노년기 SNS 사용의 주된 목적은 건강 정보 획득이라는 선행연구 결과를 비추어 봤을 때(Leist, 2013), 정보 추구적 SNS 사용이 노년기의 신체적 건강뿐 아니라 사회

적 관계 증진을 통해 심리적 건강에도 도움을 준다는 점은 상당히 고무적이다. 실제로 SNS를 통한 정보 탐색은 대부분 사회적 상호작용을 기반으로 이루어지는 것으로 나타났다(Brown et al., 2007; Chiang, 2013). 즉, 개인이 속한 사회에서 유리되어 있다고 느낄 가능성이 높은 노년층에게(통계청, 2021) SNS를 통한 외부 정보 획득이 사회와의 연결감을 높여줌으로써 외로움을 낮춰주는 것으로 보인다.

마지막으로, 오락 추구적 SNS 사용에서 성공적 노화로 가는 직접 경로는 유의미하게 나타나지 않았으나, 오락 추구적 SNS 사용에서 외로움을 거쳐 성공적 노화로 가는 간접 경로는 부적으로 유의미한 것으로 나타났다. 이는 관계 추구·정보 추구적 SNS 사용과 달리, 오락 추구적 SNS 사용과 성공적 노화와의 관계에서는 외로움이 완전 매개 역할을 하는 것이다. 즉, 게임이나 단순 여가 시간 활용을 위한 오락적 목적의 SNS 사용은 성공적 노화에 도움이 되지 않고 오히려 노년기의 외로움을 높이고 성공적 노화를 낮추는 악영향을 불러올 수 있음을 의미한다. 그리고 오락적 목적의 SNS 사용이 노년기의 삶에 부정적 영향을 미치는 변인임을 확인한 Campisi 등(2015)과 Stevic 등(2021)의 연구 결과를 지지하는 것이다. 특히 COVID-19 팬데믹 이후 노년층에서 오락적인 목적을 위한 스마트폰 사용이 높은 비율로 증가했으며, 이는 SNS 중독경향을 나타낸 집단에서 특히 현저하다(과학기술정보통신부, 2022b). 게다가 노인 집단에서는 노화로 인한 부정적 정서를 해소하기 위한 인지적 유연성이 낮은 편이고(박진숙, 김남숙, 2021), 알코올 의존이나 흡연과 같은 중독적인 대처방식이 짙게 나타난다(Canham et al., 2016). 또한 이들은 심리적으로 취약하기 때문에 현실적인 문제를 해결하기

보다 정서 상태를 가라앉히고 회피하기 위한 대처 방식이 더 높게 나타나고(Nieto et al., 2020), 노화로 인한 심리적 어려움이 오락 목적의 SNS 사용이라는 중독적 대처로 이어질 가능성이 높다. 따라서 노년층 대상으로 SNS 이용을 장려하기에 앞서, 불균형적 SNS 사용의 위험성에 대해서도 예방적 차원의 접근이 필요할 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 노년기의 SNS 사용이 성공적 노화에 영향을 미치는 기제를 확인하였다. 선행연구에 따라 SNS 사용이 노인의 삶의 질이나 행복도를 높임이 알려져 왔으나 SNS 사용이 왜 다른 연령대에 비해 노년기에서 유독 긍정적인 영향력을 드러내는지 구체적인 기제에 대해 알려진 바는 없었다. 본 연구는 이에 대해 노년기 SNS 사용이 사회적 관계의 증진을 통해 성공적 노화를 향상시킨다는 가설을 제시하였고 이를 검증하였다. 이는 기존에 이루어지고 있던 노년기 대상의 디지털 리터러시 교육과 SNS 사용 증진을 위한 환경 구축의 필요성을 다시금 확인한 것이다.

둘째, 이용목적에 따라 노년기의 SNS 사용이 외로움과 성공적 노화에 미치는 기제가 달라짐을 확인하였다. 앞서 언급한 바와 같이 기존의 연구들은 SNS 사용의 양적 측면에만 초점을 두고 사용량이나 사용여부에 따른 차이만 확인해왔다. 그러나 본 연구는 SNS 연구에서 새로운 핵심주제로 떠오르고 있는 이용목적이라는 질적 측면에 초점을 두었고, 이용목적에 따라 노인들의 성공적 노화에 미치는 기제가 달라진다는 것을 확인하였다. 이는 SNS 이용자 연구에서 가장 많이 쓰이고 있는 Katz 등(1973)의 이용과 충족 이론이 국내 노년기 성인을 대상으로도 유사하게 지지됨을 검증한 것이기에 의미가 있다.

셋째, 관계 증진이나 정보 획득을 위한 SNS 사용이 노년기의 외로움을 낮춰줄 뿐 아니라 성공적 노화를 높인다는 것을 확인하였다. 이는 관계 추구를 목적으로 한 SNS 사용이 청소년이나 초기 성인기와 달리 노년기에서는 긍정적인 영향력을 나타낸다는 사실을 확인한 것이며, 정보 획득을 위한 SNS 사용 또한 사회적 상호작용을 바탕으로 이루어지고, 노년기의 심리적 건강을 증진시킬 수 있는 요소임을 반증하는 것이다.

넷째, 게임이나 여가를 위한 오락적 목적의 SNS 사용은 노년기의 외로움을 높이고 성공적 노화를 낮춘다는 것을 확인하였다. 이를 통해 기존의 노년기 대상 디지털 교육은 단순한 기술 습득이나 사용법 강의만으로 이루어졌으나, 추후에는 SNS 사용의 올바른 방향성을 고민해야 함을 시사한다. 특히 오락적 목적의 SNS 사용은 현실적인 문제를 회피하기 위한 중독적 대처와 관련성이 높기에 노년층에서도 이를 예방하기 위한 균형적인 SNS 사용을 유도해야 할 것이다.

본 연구의 한계점 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 설문 참여자는 대부분이 전기 노년기에 속하며 국내 노인 평균에 비해 높은 학력의 노인들로 이루어져 있다. 이는 온라인 설문을 통해 연구 참여자를 모집했기에 나타난 한계점으로, 이러한 결과를 전체 노인 집단의 특성으로 일반화하기에 어려울 수 있겠다. 특히 전기 노년기와 후기 노년기는 사회적 관계에서 나타내는 양상이 다를 수 있고, 연령대에 따라 주로 사용하는 미디어 매체가 달라진다(문진영, 정순돌, 2020). 또한 학력에 따라서도 노화에 대한 인식이나 노년기의 주관적 안녕감 수준이 달라질 수 있다. 실제로 본 연구의 참여집단을 저학력(고졸 이하)과 고학력(대졸 이상)으로 구분하여 매개효과를 검증한 결과,

저학력 집단에서는 일부 간접효과가 유의하지 않게 나타났다. 물론 교육 시스템의 발전으로 인해 점차 노인 인구의 고학력 비중이 늘어나고 있는 있으나, 본 연구의 결과가 후기 노년기와 저학력 집단을 아우르는 대상에서도 동일하게 나타날지 추후 연구를 통해 확인해볼 필요가 있을 것이다.

둘째, SNS 사용여부나 사용시간에 따른 차이를 확인하지 못했다. 본 연구는 SNS를 사용 중인 노년기 성인을 대상으로 연구 참여자를 한정하였다. 이에 SNS를 사용하지 않는 노년기의 외로움 수준이나 성공적 노화의 수준을 파악하지 못했다는 한계점이 존재한다. 또한 노년기에서도 SNS 중독 문제가 나타날 가능성이 있으므로 SNS 사용량에 따라 성공적 노화에 미치는 영향력이 달라질 가능성이 있다. 이에 후속연구에서는 SNS를 사용하지 않는 노인을 연구대상에 포함하고 SNS 사용시간에 대한 정보를 수집한다면 더 풍부한 함의를 이끌어 낼 것으로 보인다.

셋째, 연구 대상자들이 사용 중인 SNS 플랫폼에 따른 특성이나 차이를 알아볼 필요가 있다. 본 연구에서는 대부분의 노인들이 카카오톡을 사용하는 것으로 나타났으나, 그 외에도 포털 사이트에서 제공하는 SNS 매체나 페이스북, 인스타그램 등 다양한 플랫폼을 사용하는 것으로 나타났다. 온라인 상에서 타인과 연결을 맺고 콘텐츠를 공유한다는 기본적인 특성은 유사하나, 플랫폼에 따라 콘텐츠의 주된 내용이 달라지거나 상호작용의 방식에 차이가 나타날 수 있다. 따라서 후속연구에서 이러한 다양성을 반영한다면 노년기 SNS 사용의 영향력을 더 세분화하여 살펴볼 수 있을 것이다.

그러나 본 연구는 그간 모호하게 알려져 있던 SNS 사용과 노년기 삶의 관계와 그 기제를 파악했다는 데에 의의가 있다. 뿐만 아니라 이용목적에

따라 그러한 기제의 형태가 다르게 작용될 수 있음을 확인하였기에 노년기를 대상으로 한 디지털 역량 증진 교육에 대한 올바른 방향성을 제시했다고 볼 수 있다. 이를 통해 현대사회를 살아가는 노인들이 적절한 기술 함양을 통해 삶의 질을 증진시킬 수 있길 기대한다.

## Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

## 참고문헌

- 강대선, 오영란, 조혜정, 김혜정 (2021). 성인기 연령집단별 외로움에 영향을 미치는 관련요인 연구. **NGO 연구, 16**, 301-337.
- 강인 (2003). 성공적 노화의 지각에 관한 연구. **노인복지연구, 20**, 95-116.
- 과학기술정보통신부 (2022a). **2021 인터넷이용실태조사**,  
<https://www.msit.go.kr/bbs/view.do?sCode=user&bbsSeqNo=79&nttSeqNo=3173463>
- 과학기술정보통신부 (2022b). **2021년 스마트 과의존 실태조사 보고서**,  
[https://www.iapc.or.kr/mediaView.do?idx=28&article\\_id=ICcart\\_0000000113050&type=A1](https://www.iapc.or.kr/mediaView.do?idx=28&article_id=ICcart_0000000113050&type=A1)
- 길태영 (2021). 질적 해석적 메타통합(QIMS)을 적용한 한국노인 의 삶의 질에 대한 연구. **한국과 국제사회, 5(6)**, 5-36.

- 김남이, 이수범 (2011). 공중의 라이프스타일이 소셜 미디어 이용 동기 및 이용 행위에 미치는 영향에 관한 연구. **한국광고홍보학보**, 13(2), 306-341.
- 김동배 (2008). 한국 노인의 성공적 노화 척도 개발을 위한 연구. **한국사회복지학**, 60(1), 211-231.
- 김미령 (2008). 여성노인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 성공적 노화의 구성요소. **한국노년학**, 28(1), 33-48.
- 김미령 (2017). 노인의 성공적 노화 요소의 삶의 만족도 영향 연구: 성인자녀와의 관계를 중심으로. **한국가족복지학**, 57, 159-182.
- 김재희, 김 옥 (2014). 노인의 노화불안이 우울에 미치는 영향과 자아통제감의 매개효과. **정신건강과 사회복지**, 42(4), 233-260.
- 노지영, 주효진 (2012). SNS 이용목적이 온라인 사회적 자본에 미치는 영향에 대한 경험적 연구. **한국자치행정학보**, 26(2), 261-281.
- 문진영, 정순돌 (2020). 노인의 정보접근성 강화 방안 연구: 서울노인의 연령집단별, 정보종류별 정보매체 네트워크 분석을 중심으로. **보건사회연구**, 40(2), 283-320.
- 박경숙 (2012). **노인 전문자원봉사활동이 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 연구**. 박사학위논문. 한성대학교.
- 박미진 (2018). 사회적 연결성이 노인의 우울에 미치는 영향: 지역사회애착의 조절효과를 중심으로. **노인복지연구**, 73(3), 55-81.
- 박진숙, 김남숙 (2021). 노인의 디지털리터러시와 성공적 노화간의 관계에서 인지유연성의 매개효과. **인문사회** 21, 12(4), 2407-2422.
- 성혜영, 유정현 (2002). 성공적 노화 개념의 인식에 관한 연구. **한국노년학**, 22(2), 75-93.
- 안순태, 임유진, 정순돌 (2020). 건강정보행동을 통한 심리적 건강: 노인의 디지털리터러시 효과. **한국노년학**, 40(5), 833-854.
- 이경옥 (2008). 서울시 노인의 삶의 질에 대한 탐색적 연구. **노인복지연구**, 42, 55-77.
- 이규은, 염영희, 한정희 (2012). 노인의 건강상태, 여가 만족 및 외로움이 생활만족도에 미치는 영향. **기본간호학회지**, 19(4), 483-492.  
<https://doi.org/10.7739/jkafn.2012.19.4.483>
- 이정권, 최 영 (2015). 소셜미디어 이용 동기 연구: 개방형 SNS와 폐쇄형 SNS 비교를 중심으로. **한국언론학보**, 59(1), 115-148.
- 장은정 (2005). **부부간 인식차이에 따른 은퇴 후 가족관계 변화**. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문.
- 정순돌 (2007). 여성노인과 남성노인의 성공적 노화에 관한 인식 비교연구. **한국노년학**, 27(4), 829-845.
- 정옥분, 임정하, 정순화, 김경은 (2013). 노년기 사회적 자원이 성공적 노화에 미치는 영향-개인적 자원의 매개 효과를 중심으로. **인간발달연구**, 20(1), 79-99.
- 정찬우, 최희정 (2022). 노인의 문자메시지 및 SNS 활용역량과 심리적 복지감의 관계: 비공식적 사회관계망 접촉의 매개효과와 가구유형의 조절된 매개효과. **한국노년학**, 42(2), 201-221.
- 진은주, 황석현 (2019). 한국판 UCLA 외로움 척도 3 판의 타당화. **청소년학연구**, 26(10), 53-80.
- 최명진, 김기연 (2022). 한국판 노인 삶의 질 척도 (K-CASP-16)의 타당화 연구. **보건사회연구**, 42(2), 85-101.
- 최성재, 장인협 (2010). **고령화 사회의 노인 복지**



- 학. 서울대학교 출판 문화원.
- 최정화 (2012). SNS 이용이 대학생들의 정치효능감과 정치참여에 미치는 영향. **정치커뮤니케이션 연구**, 27, 369-408.
- 통계청 (2021). **국민 삶의 질 2021 보고서**, [http://kostat.go.kr/sri/srikor/srikor\\_ntc/1/index.board?bmode=read&aSeq=417250&pageNo=&rowNum=10&amSeq=&sTarget=&sTxt=](http://kostat.go.kr/sri/srikor/srikor_ntc/1/index.board?bmode=read&aSeq=417250&pageNo=&rowNum=10&amSeq=&sTarget=&sTxt=)
- 통계청 (2022). **2022 고령화 통계**, [https://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=420896](https://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=420896)
- 하승태 (2012). 소셜 네트워크 서비스(SNS) 이용이 수용자의 정치사회적 태도에 미치는 영향: SNS 이용빈도 및 이용목적 분석을 중심으로. **언론과학연구**, 12(4), 575-606.
- Allardt, E. (1993). Having, loving, being: An alternative to the Swedish model of welfare research. *The quality of life*, 8, 88-95. <https://doi.org/10.1093/0198287976.003.0008>
- Ashida, S., & Heaney, C. A. (2008). Differential associations of social support and social connectedness with structural features of social networks and the health status of older adults. *Journal of aging and health*, 20(7), 872-893. <https://doi.org/10.1177/0898264308324626>
- Baltes, P. B., Baltes, M. M., Freund, A. M., & Lang, F. R. (1999). *The measurement of selection, optimization, and compensation (SOC) by self report: Technical report* 1999. Max-Planck-Institut für Bildungsforschung.
- Berg-Weger, M., & Morley, J. E. (2020). Loneliness and social isolation in older adults during the COVID-19 pandemic: Implications for gerontological social work. *The journal of nutrition, health & aging*, 24(5), 456-458. <https://doi.org/10.1007/s12603-020-1366-8>
- Blumler, J. G. (1979). The role of theory in uses and gratifications studies. *Communication research*, 6(1), 9-36.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer mediated Communication*, 13(1), 210-230. <https://doi.org/10.1177/009365027900600102>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30460-8)
- Brown, J., Broderick, A. J., & Lee, N. (2007). Word of mouth communication within online communities: Conceptualizing the online social network. *Journal of interactive marketing*, 21(3), 2-20. <https://doi.org/10.1002/dir.20082>
- Cacioppo, J. T., Ernst, J. M., Burleson, M. H., McClintock, M. K., Malarkey, W. B.,

- Hawkley, L. C., Kowalewski, R. B., Paulsen, A., Hobson, J., Hugdahl, K., Spiegel, D., & Berntson, G. G. (2000). Lonely traits and concomitant physiological processes: The MacArthur social neuroscience studies. *International Journal of Psychophysiology*, 35(2-3), 143-154.  
[https://doi.org/10.1016/s0167-8760\(99\)00049-5](https://doi.org/10.1016/s0167-8760(99)00049-5)
- Canham, S. L., Mauro, P. M., Kaufmann, C. N., & Sixsmith, A. (2016). Association of alcohol use and loneliness frequency among middle-aged and older adult drinkers. *Journal of aging and health*, 28(2), 267-284.  
<https://doi.org/10.1177/0898264315589579>
- Campisi, J., Folan, D., Diehl, G., Kable, T., & Rademeyer, C. (2015). Social media users have different experiences, motivations, and quality of life. *Psychiatry Research*, 228(3), 774-780.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.04.042>
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American psychologist*, 54(3), 165.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066x.54.3.165>
- Chiang, H.-S. (2013). *Continuous usage of social networking sites. Online Information Review*, 37(6), 851-871.  
<https://doi.org/10.1108/oir-08-2012-0133>
- Cotten, S. R., Ford, G., Ford, S., & Hale, T. M. (2012). Internet use and depression among older adults. *Computers in human behavior*, 28(2), 496-499.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.10.021>
- DMC 미디어 (2021.06.03). **2021 소셜 미디어시장 및 현황 분석 보고서**,  
<https://www.trendmonitor.co.kr/tmweb/file/downloadFile.do?bIdx=766&trendType=dmc&fileType=O>
- Elphinstone, B. (2018). Identification of a Suitable Short form of the UCLA Loneliness Scale. *Australian Psychologist*, 53(2), 107-115.  
<https://doi.org/10.1111/ap.12285>
- Fisher, B. J. (1992). Successful aging and life satisfaction: A pilot study for conceptual clarification. *Journal of Aging Studies*, 6(2), 191-202.  
[https://doi.org/10.1016/0890-4065\(92\)90012-u](https://doi.org/10.1016/0890-4065(92)90012-u)
- Freund, A. M., Li, K. Z., & Baltes, P. B. (1999). Successful development and aging: The role of selection, optimization, and compensation. *Action and self-development: Theory and research through the life span* (pp. 401-434). Sage.  
<https://doi.org/10.4135/9781452204802.n14>
- Hardill, I., & Olphert, C. W. (2012). Staying connected: Exploring mobile phone use amongst older adults in the UK. *Geoforum*, 43(6), 1306-1312.

- <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2012.03.016>
- Harwood, J. (2000). Communication media use in the grandparent-grandchild relationship. *Journal of Communication, 50*(4), 56-78.  
<https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2000.tb02863.x>
- Hawkley, L. C., Masi, C. M., Berry, J. D., & Cacioppo, J. T. (2006). Loneliness is a unique predictor of age-related differences in systolic blood pressure. *Psychology and aging, 21*(1), 152.  
<https://doi.org/10.1037/0882-7974.21.1.152>
- Hayes, A. F. (2013). Mediation, moderation, and conditional process analysis. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach edn. *New York: Guilford Publications, 1*, 20.
- Hayflick, L. (2000). The future of ageing. *Nature, 408*(6809), 267-269.
- Jackson, L. A., & Wang, J. L. (2013). Cultural differences in social networking site use: A comparative study of China and the United States. *Computers in human behavior, 29*(3), 910-921.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.024>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The public opinion quarterly, 37*(4), 509-523.
- Khosravi, P., Rezvani, A., & Wiewiora, A. (2016). The impact of technology on older adults' social isolation. *Computers in Human Behavior, 63*, 594-603.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.092>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Leist, A. K. (2013). Social media use of older adults: a mini review. *Gerontology, 59*(4), 378-384.  
<https://doi.org/10.1159/000346818>
- Liu, H., Zhang, M., Yang, Q., & Yu, B. (2020). Gender differences in the influence of social isolation and loneliness on depressive symptoms in college students: a longitudinal study. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology, 55*(2), 251-257.  
<https://doi.org/10.1007/s00127-019-01726-6>
- Martín María, N., Caballero, F. F., Lara, E., Domènech Abella, J., Haro, J. M., Olaya, B., Ayuso-Mateos, J. L., & Miret, M. (2021). Effects of transient and chronic loneliness on major depression in older adults: a longitudinal study. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 36*(1), 76-85. <https://doi.org/10.1002/gps.5397>
- Mesch, G. S. (2012). Technology and youth. *New directions for youth development, 2012*(135), 97-105.  
<https://doi.org/10.1002/yd.20032>
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological

- Internet use among college students. *Computers in human behavior*, 16(1), 13-29.  
[https://doi.org/10.1016/s0747-5632\(99\)00049-7](https://doi.org/10.1016/s0747-5632(99)00049-7)
- Newman, L., Stoner, C., Corbett, A., Megalogeni, M., Khan, Z., & Spector, A. (2021). Development of the 'SNS older adults measure'(SNS-OA) to examine social network site use in older adults. *Aging & mental health*, 25(1), 68-77.  
<https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1673700>
- Nieto, M., Romero, D., Ros, L., Zabala, C., Martínez, M., Ricarte, J. J., Serrano, J. P., & Latorre, J. M. (2020). Differences in coping strategies between young and older adults: The role of executive functions. *The International Journal of Aging and Human Development*, 90(1), 28-49.  
<https://doi.org/10.1177/0091415018822040>
- Nilsson, M., Ekman, S. L., Ericsson, K., & Winblad, B. (1996). Some characteristics of the quality of life in old age illustrated by means of Allardt's concept. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 10(2), 116-121.  
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.1996.tb00321.x>
- Peplau, L. & Pearman, D. (1982). *A Sourcebook of Current Theory. Research and Therapy*, 1. A Wiley-interscience publication.
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and applied social psychology*, 23(4), 245-266.  
[https://doi.org/10.1207/s15324834basp2304\\_2](https://doi.org/10.1207/s15324834basp2304_2)
- Pruchno, R. A., Wilson-Genderson, M., & Cartwright, F. (2010). A two-factor model of successful aging. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65(6), 671-679.  
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbq051>
- Rae, J. R., & Lonborg, S. D. (2015). Do motivations for using Facebook moderate the association between Facebook use and psychological well-being?. *Frontiers in psychology*, 6, 771.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00771>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: usual and successful. *Science*, 237(4811), 143-149.  
<https://doi.org/10.1126/science.3299702>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (2015). Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century. *The Journals of Gerontology: Series B*, 70(4), 593-596.  
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbv025>
- Rubin, A. M. (1983). Television uses and gratifications: The interactions of viewing patterns and motivations. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 27(1),

- 37-51.  
<https://doi.org/10.1080/08838158309386471>
- Schivinski, B., Brzozowska-Woś, M., Stansbury, E., Satel, J., Montag, C., & Pontes, H. M. (2020). Exploring the role of social media use motives, psychological well-being, self-esteem, and affect in problematic social media use. *Frontiers in Psychology, 11*, 617140. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.617140>
- Scholl, J. M., & Sabat, S. R. (2008). Stereotypes, stereotype threat and ageing: implications for the understanding and treatment of people with Alzheimer's disease. *Ageing & Society, 28*(1), 103-130. <https://doi.org/10.1017/s0144686x07006241>
- Simons, M., Reijnders, J., Peeters, S., Janssens, M., Lataster, J., & Jacobs, N. (2021). Social network sites as a means to support personal social capital and well-being in older age: An association study. *Computers in Human Behavior Reports, 3*, 100067. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100067>
- Smith, B. J., & Lim, M. H. (2020). How the COVID-19 pandemic is focusing attention on loneliness and social isolation. *Public Health Res Pract, 30*(2), 3022008. <https://doi.org/10.17061/phrp3022008>
- Stafford, T. F., & Stafford, M. R. (2001). Identifying motivations for the use of commercial web sites. *Information Resources Management Journal (IRMJ), 14*(1), 22-30. <https://doi.org/10.4018/irmj.2001010103>
- Stevic, A., Schmuck, D., Matthes, J., & Karsay, K. (2021). 'Age Matters': A panel study investigating the influence of communicative and passive smartphone use on well-being. *Behaviour & Information Technology, 40*(2), 176-190. <https://doi.org/10.1080/0144929x.2019.1680732>
- Szabo, A., Allen, J., Stephens, C., & Alpass, F. (2019). Longitudinal analysis of the relationship between purposes of internet use and well-being among older adults. *The Gerontologist, 59*(1), 58-68. <https://doi.org/10.1093/geront/gny036>
- Tng, G. Y. Q., & Yang, H. (2022). Socializing Targets of Older Adults' SNS Use: Social Strain Mediates the Relations Between Older Adults' SNS Use With Friends and Well Being Outcomes. *Social Media+ Society, 8*(2), 1-13. <https://doi.org/10.1177/20563051221094768>
- Tomassini, C., Kalogirou, S., Grundy, E., Fokkema, T., Martikainen, P., Broese van Groenou, M., & Karisto, A. (2004). Contacts between elderly parents and their children in four European countries: current patterns and future prospects. *European Journal of Ageing, 1*(1), 54-63. <https://doi.org/10.1007/s10433-004-0003-4>

- Vroman, K. G., Arthanat, S., & Lysack, C. (2015). "Who over 65 is online?" Older adults' dispositions toward information communication technology. *Computers in Human Behavior*, 43, 156-166.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.018>
- Wan, C. (2020). *Gratifications and loneliness as predictors of campus-SNS websites addiction and usage pattern among Chinese college students [dissertation]*. Hong Kong: Chinese University of Hong Kong, China; 2009.
- Wilson, R. S., Krueger, K. R., Arnold, S. E., Schneider, J. A., Kelly, J. F., Barnes, L. L., Tang, Y., & Bennett, D. A. (2007). Loneliness and risk of Alzheimer disease. *Archives of general psychiatry*, 64(2), 234-240.  
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.2.234>
- Winstead, V., Anderson, W. A., Yost, E. A., Cotten, S. R., Warr, A., & Berkowsky, R. W. (2013). You can teach an old dog new tricks: A qualitative analysis of how residents of senior living communities may use the web to overcome spatial and social barriers. *Journal of Applied Gerontology*, 32(5), 540-560.  
<https://doi.org/10.1177/0733464811431824>
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction-and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons.



## The Mediation Effect of Loneliness on the Relationship between the Different Purposes of SNS Use and Successful aging in Older Adults

Hogyung Gwak<sup>1</sup>

Sujin Yang<sup>2</sup>

Department of Psychology, Ewha Womans University/ Student<sup>1</sup>

Department of Psychology, Ewha Womans University/ Professor<sup>2</sup>

This study investigated whether the relationship between SNS use purpose (relationship pursuit, information pursuit, entertainment pursuit) and successful aging is mediated by loneliness. The mediating model is examined using PROCESS Macro v3.5. The mediating model was examined for 328 domestic older adults aged 65-79 years ( $M=67.77$ ,  $SD=2.95$ ) using SNS. The results indicated that the mediating effects of loneliness were significant in the relationship between the three types of SNS use and successful aging but in different ways. In other words, it was found that SNS use for relationship pursuit and SNS use for information pursuit in older adults not only directly affects successful aging, but also indirectly affects successful aging by lowering loneliness. On the other hand, the indirect effect of loneliness was positive for SNS use in the pursuit of relationships and information but negative for entertainment. These findings suggest that, contrary to the other two types of SNS use, the use of SNS for entertainment reduces successful aging by increasing loneliness. This study revealed a mechanism by which the purpose of SNS use in older adults affects successful aging through loneliness, and confirmed that the relationship between these mechanisms may vary depending on the purpose of SNS use.

*Keywords* : Older Adults, Purpose of SNS Use, Successful Aging, Loneliness