

## 중년성인과 노인의 SOC 전략과 생활만족 -농촌지역 주민을 대상으로-

장 휘 숙\*

충남대학교 심리학과

이 연구는 농사일을 생업으로 하는 40대부터 70대까지의 성인중기 성인과 성인후기의 노인들을 대상으로 SOC 전략과 생활만족과의 관계를 규명하려고 하였다. 이를 위해 40대부터 70대까지 남녀 329명이 표집되었고, 일 대 일의 면접을 통하여 SOC 전략 척도와 생활만족 척도 및 인구통계학적 질문지가 실시되었다. 연구결과 SOC 전략 중 의도적 선택과 상실에 기초한 선택에서는 성이나 연령에 따른 차이가 나타나지 않았으나 최적화 전략에서는 남성들이 여성들보다 그리고 40대가 70대보다 더 효과적인 전략을 사용하였고, 보상전략에서는 40대가 70대보다 그리고 60대가 70대보다 더 효과적인 전략을 사용하는 것으로 나타나 최적화 전략과 보상전략 모두 연령에 따라 감소하는 패턴을 보여 주었다. 전체적인 생활만족에서는 성차나 연령차가 없었으나 경제적으로 여유가 있을수록, 자녀에게 만족할수록, 건강상태가 좋을수록 그리고 손자녀 양육에 가담하지 않을수록 더 큰 생활만족을 경험하며, 배우자 유무와 종교 유무는 생활만족과 관련이 없었다. 한편 SOC 전략 중 최적화 전략만이 생활만족을 유의하게 설명하여 최적화 전략의 효과적 사용과 생활만족을 높일 수 있는 방안에 대한 논의가 이루어졌다.

주요어: SOC 전략, 선택, 최적화, 보상, 생활만족

20세기 이전까지는 존재하지도 않았던 성인이  
가 평균수명의 증가로 점점 더 길어지고 있다.  
이제 성인은 성인초기, 중기 및 후기 외에도  
성인후기의 후기(85세 이후)라는 새로운 발달단  
계를 포함하게 됨으로써 100세인이라는 단어조  
차 낮설지 않게 되었다. 문제는 연령증가와 함께

감퇴나 상실이 증가하기 때문에 적응적 발달을  
이루기 어렵고 행복한 노후를 보내기가 쉽지 않  
다는 것이다. 우리는 일생동안 성장하고 유지하  
고 그리고 상실을 조절하지 않으면 안된다. 그러  
나 성인중기에 이르면 노화의 증후들이 나타나  
기 시작하고 상실과 감퇴가 현저해지므로 성장

\*교신저자: 장휘숙, 충남대학교 심리학과, 대전시 유성구 궁동 220. E-mail : hsjang@cnu.ac.kr

과 유지 및 상실에 효과적으로 대처하는 것이 점차 어려워진다. 여기에 대한 하나의 방안으로 독일의 Baltes 등(Baltes & Baltes, 1990; Baltes, Staudinger, & Lindenberger, 1999)은 선택(Selection: S)과 최적화(Optimization: O) 및 보상(Compensation: C)의 세가지 발달적 조절을 포함하는 SOC 이론(때로 전략이라고도 불린다) 혹은 보상을 갖는 선택적 최적화 이론(selective optimization with compensation)을 제안하였다. 이 이론은 사람들이 개인적 발달과 안녕을 증진시키기 위해 그들의 삶을 어떻게 관리하는지를 설명하는 이론으로, SOC란 Selection(선택), Optimization(최적화) 그리고 Compensation(보상)의 첫 자로서 발달적 조절의 세가지 중심적 과정에 해당한다. 노화심리학(psychology of aging)과 전생애 심리학(life-span psychology) 내에서 발달된 이 이론은 획득의 최대화와 상실의 최소화를 적응적 발달로 가정하고 이를 위해 선택, 최적화 그리고 보상의 발달적 조절이 이루어져야 한다고 강조한다. 여기서 발달적 조절이란 실제적 발달을 이루려고 하는 개인의 노력과 발달에 영향을 주는 다양한 맥락에 심리적으로 적응하려는 개인의 시도, 양자의 역동적 상호작용을 의미한다.

SOC 전략에서 선택이란 개인이 인생의 목표를 선택하고 목표의 위계를 구성하여 어느 정도로 목표에 헌신할 것인지를 결정하는 과정으로 의도적 선택과 상실에 기초한 선택으로 구분될 수 있다(장휘숙, 2002; Freund & Baltes, 1998). 전자는 순수하게 개인 자신이 원하는 것을 목표로 삼는 반면, 후자는 목표달성이 어려울 때 이루어지는 선택으로 목표체계를 재구성하는 것을 포함한다. 각 개인은 개인적 능력과 스테미나, 시간, 돈, 사회적 지위 등에서 제한을 받을 뿐 아

니라 가소성에서도 연령관련적 변화가 일어나기 때문에 목표를 선택하지 않으면 안된다. 따라서 선택은 특정한 기능영역에 자원을 집중하게 함으로써 자원의 낭비를 막고 발달적 방향을 인도하는 역할을 한다. 또한 최적화는 개인이 설정한 목표를 달성하기 위하여 필요한 수단을 획득하고 통합하고 적용하는 과정에 해당한다. 보통 각 개인이 설정한 목표에 도달하기 위한 방법들은 다양할 수 있으므로 개인 자신에게 적절한 목표 달성 수단을 찾아내는 것이 중요하다.

한편 보상은 목표관련적 수단에서의 상실이나 감퇴가 일어나 개인의 기능수준을 위협할 때, 기능의 유지를 위하여 부가적 자원이나 수단을 활용하고 대체물을 투자하는 것을 의미한다. 즉 환경조건의 변화로 동일한 목표에 도달하기 위하여 새로운 수단이 요구될 때, 그리고 생물학적 노화와 연합된 가소성의 감소와 인생후기에 다양한 수단들이 상실될 때 보상이 활성화된다는 것이다. 그러나 만약 보상적 노력이 실패하거나 비용이 이익을 초과할 때는 개인의 목표위계를 재조정하거나 개인의 표준을 낮추거나 혹은 새로운 목표를 찾거나 해야한다. 흥미롭게도 발달은 항상 성장과 감퇴 혹은 상실이나 실패 양자를 포함하기 때문에 Baltes는 감퇴나 상실을 관리하기 위해 특히 보상을 중요시한다. 그 이유는 자원이 상실되거나 감퇴가 일어나 개인의 기능수준이 저하될 때 기능을 유지하기 위해 부가적 수단을 적용해야 하기 때문이다. 실제로 SOC 전략은 Lerner(2002)의 주장대로 청년기 발달을 설명하는 효과적인 이론이기도 하지만, 예상하지 못한 위험이나 새로운 과제에 자주 직면하게 되는 성인기 동안 상실이나 실패를 더 많이 경험할 수 있으므로(Baltes & Carstensen, 1996; Baltes, Baltes, Freund, & Lang, 1999), 성인기

동안의 중요한 인생관리전략이라고 볼 수 있다. 특히 생물학적 노화로 인해 다양한 수단들이 상실될 때 SOC 전략의 사용이 요구되므로(장휘숙, 2002) 이 연구에서는 40대부터 70대까지의 남녀 성인들의 SOC 전략 사용에서의 차이를 규명하려고 한다.

SOC 전략이 실제 생활에 적용될 때, 그것은 목표를 선택하고 효과적으로 목표를 추구하며 목표를 유지하거나 변경하는 과정에 해당하기 때문에 연령에 따라 달라질 것으로 가정할 수 있다. Baltes와 Baltes(1990)는 연령증가와 함께 개인은 다양한 인생경험을 하므로 더 유능하게 SOC 전략을 사용할 수 있다고 주장한 반면, 72세부터 102세까지의 노인들을 대상으로 수행된 Berlin Aging Study로부터 나온 횡단적 자료들은 연령증가와 함께 SOC 전략의 사용이 감소한다고 보고하였다(Freund & Baltes, 1998). 또한 18세부터 80세 이상의 노인들을 대상으로 횡단적으로 연구한 Freund와 Baltes(2002)는 SOC 전략은 성차를 나타내지는 않으나 연령에 따라서는 차이를 보인다고 보고하였다. 즉 연령은 SOC 전략 중 의도적 선택과 정적 상관이 있고 상실에 기초한 선택과 최적화 및 보상은 역전된 U자형의 관계가 있다는 것을 확인함으로써 성인중기(43-67세)가 상실에 기초한 선택과 최적화 및 보상이 절정에 도달하는 시기라는 것이다. 이러한 결과들은 SOC 전략은 성인중기의 어느 시점까지는 증가하지만 성인후기의 어느 시점에 이르르면 신체적, 사회적, 인지적 자원들의 감소로 SOC 전략의 활용은 저조해질 것이라는 것이다. 그러나 60세부터 75세 이상의 중산층 노인들을 횡단적으로 비교한 하정연과 오윤자(2003)는 75세 이상의 높은 연령에서 보상전략의 사용수준이 다른 연령대에 비해 더 높다고 보고하여 서

구 연구와는 차이를 보였다. 또한 대학생들과 50대의 성인들을 횡단적으로 연구한 장휘숙(2003b)은 성인중기 성인들이 대학생들보다 더 효과적 인 의도적 선택과 최적화 전략을 사용할 수 있었으나 보상전략을 사용하는 능력에서는 중년 여성들이 가장 저조하여 성과 연령의 상호작용 효과도 보여주었다. 이러한 결과는 성인기 동안 SOC 전략의 사용에서 성이나 연령에 따라 차이가 있는지를 다시 확인할 필요가 있음을 제기한다.

또한 이 연구에서는 성이나 연령에 따른 SOC 전략의 차이와 함께 SOC 전략과 생활만족간에 어떤 관련이 있는지를 확인하려고 한다. 그 이유는 SOC 전략은 인생관리전략에 해당하기 때문에 효과적인 SOC 전략을 사용하는 사람들은 성인기 동안 다양한 변화가 일어난다고 할지라도 삶을 잘 관리할 수 있으므로 개인은 더 큰 생활 만족을 경험할 수 있을 것이기 때문이다. 그 증거로서 Freund와 Baltes(2002)는 효과적인 SOC 전략은 긍정적 정서는 물론 더 높은 수준의 안녕감과 연합되어 있다고 보고하였고 Wiese, Freund 및 Baltes(2002)는 3년간의 종단연구를 통하여 SOC 전략이 직업과 관련된 전체적인 주관적 안녕을 효과적으로 예언할 수 있음을 제시하였다. 그들은 성격특성을 통제하였을 때도 SOC 전략이 직업과 관련된 주관적 안녕에 유의한 영향을 미치는 변인임을 확인하였을 뿐 아니라 이러한 결과는 횡단연구의 결과와도 일치하여(Wiese, Freund, & Baltes, 2002), SOC 전략은 다양한 연령의 성인들의 생활만족을 예언하는 중요한 변인일 것으로 추정된다.

그러나 생활만족은 SOC 전략 외에도 여러 요인들의 영향을 받는다. 서구에서 이루어진 연구들은 일관성있게 연령은 생활만족과 관련이 없다고 보고한다. 그 증거로서 47세부터 68세까지

의 성인들을 종단적으로 추적한 듀크 종단연구는 6년 동안 전반적 생활만족에서 변화가 없다고 보고하였다(Palmore, 1981). 또한 25세부터 65세까지의 성인 약 5,000명을 9년간 종단적으로 추적한 Costa, Zonderman, MacCrae, Cornoni-Huntley, Locke Barbano(1987)도 동일한 결과를 보고하였는가 하면 연령에 따른 행복감의 변화를 연구한 Mroczek과 Kolarz(1998)도 노인들이 젊은이들보다 더 불행하다고 지각하지 않는다는 것을 확인하였다. 이와는 달리 국내 연구에서 이루어진 연구들은 다소 차이나는 결과들을 보고하고 있다. 그 예로서 정명숙(2005)은 노인들의 삶에 대한 전반적 만족도가 다른 어떤 연령보다 더 높다고 보고하였고 정태연과 조은영(2005)는 70대 노인들의 경우 여성들이 남성들보다 더 큰 생활만족을 경험한다고 보고하였는가 하면 김수연(1987)은 성별과 연령에 따라 생활만족에서 차이가 있다고 보고하여 성과 연령의 상호작용 가능성을 제시하였다. 그러나 서구에서 이루어진 연구들은 연령 뿐 아니라 성차도 없다고 보고하고 있으므로(Antonucci, 1991; Murrell & Norris, 1991; George, 1990) 성과 연령에 따른 전체적 생활만족에서의 변화를 다시 확인할 필요가 있을 것이다. 성이나 연령외에도 배우자 유무, 친구유무, 종교유무, 경제상태, 자녀에 대한 만족 및 건강상태에 대한 만족 등이 전체적 생활만족에 영향을 줄 가능성이 있으므로(성경현, 김영숙, 2003; 유성호, 1997; 이우복, 1993; 김옥수, 1987; 김수연, 1987; Antonucci, 1991; Murrell & Norris, 1991; George, 1990) 이 연구에서 함께 규명하려고 한다.

그러므로 이 연구에서는 40대부터 70대까지의 남녀 성인들을 대상으로 성인중기부터 성인후기까지 SOC 전략과 생활만족이 연령과 성에 따라

어떤 차이를 나타내는지를 먼저 확인하고, 두 변인간의 관계도 규명하는 동시에 생활만족에 영향을 주는 변인들을 함께 확인하려고 한다.

## 방 법

### 연구대상

충청북도 Y군 11개 면의 농촌 지역주민들이 연구대상자로 표집되었다. 일 대 일의 면접이 실시되었으므로 질문에 대한 응답이 누락되는 경우는 없었으나 청력이 좋지 않거나 불성실하게 응답한 사람 혹은 질문에 대한 이해가 부족한 사람들은 제외되었다. 특히 80세 이상의 노인들은 질문 자체를 이해하지 못하는 노인들이 대부분이었으므로 최종분석에서 제외되었다. 결국 최종 분석대상자는 329명으로 그 중 40대 79명(남: 40명, 여: 39명), 50대 78명(남: 32명, 여: 46명), 60대 85명(남: 43명, 여: 42명), 그리고 70대 87명(남: 41명, 여: 46명)이었다. 학력은 국졸 혹은 그 이하가 58.72%로서 절반이상을 차지하였고, 중졸은 21.10%, 고졸은 16.51% 그리고 대졸은 3.67%이었다. 또한 배우자가 생존해 있는 사람은 79.33%였고 한명 이상의 자녀가 있는 사람은 96.66% 그리고 가까운 친구가 있는 사람은 62.31%였다. 거주형태는 부부동거 비율이 44.21%, 부부와 자녀의 동거 28.35%, 자녀와만 동거 4.27%, 독거 12.80% 그리고 부모와 거주하는 비율은 10.37%였으며, 종교를 가지고 있는 사람이 55.93%, 종교가 없는 사람은 44.07%였다. 가정의 경제상태에 대해서는 응답을 회피하는 사람들이 많았으나 1년 동안 전혀 수입이 없는 노인도 있어 경제적으로 어려운 상태였으며 생활환경도 매우 열악하였다.

## 측정도구

### (1) SOC 질문지

Baltes 등(1999)이 개발한 SOC 질문지가 사용되었다. 이 질문지는 의도적 선택과 상실에 기초한 선택, 최적화 및 보상의 네가지 하위요인을 포함하며 각 하위요인마다 12개의 문항을 포함하나 이 연구에서는 각 하위요인 중 4문항씩, 전체 16문항이 사용되었다. 각 문항은 “하나의 목표를 결정하면 나는 그것에 매달린다,” “나는 상황에 맞게 목표를 변경할 수 있다”와 같이 두개의 진술문 중 하나를 선택해야 하는 강제선택 양식으로 구성되어 있으며 연구대상자들은 두 사람의 허구의 개인 A와 B의 인생관리 행동 중 어느 것이 자신을 더 잘 기술하는지를 결정하라는 요구를 받는다. Baltes 등(1999)과 Stange, Freund 및 Baltes(2000)는 SOC 질문지의 강제선택 양식이 단일문항 양식보다 인생의 목적과 더 높은 상관을 지니고 있고 사회적 바람직성과의 상관은 더 낮다고 밝힌 바 있다. Freund와 Baltes(2002) 역시 4가지 요인들의 타당성을 입증하였을 뿐 아니라 장휘숙(2003a)은 SOC 질문지가 적절한 신뢰도와 준거관련타당도 및 구성타당도를 지니고 있는 척도임을 확인한 바 있으므로 이 연구에서도 강제선택 양식이 그대로 사용되었다.

SOC 질문지에서의 높은 점수는 더 바람직한 SOC 전략을 사용한다는 것을 의미하는 것으로, 높은 의도적 선택 점수는 개인이 분명한 목표를 가지고 있거나 개인의 자원을 집중할 제한된 수의 목표를 선택하며 목표의 중요성에 따라 목표 위계를 구축하는 행동에 응답하였음을 의미한다. 높은 상실에 기초한 선택 점수는 목표관련적 수단에서의 상실에 직면하여 목표위계를 재구성하고 상실이 일어나기 이전의 목표수준이나 목표

위계를 유지하기보다 포부수준을 조절한다는 의미를 지닌다. 또한 최적화에서의 높은 점수는 목표에 도달하기 위해 기술을 획득하고 목표를 달성할 수 있는 수단에 투자한다는 의미이며, 보상에서의 높은 점수는 상실이나 감소에 직면하여 대안적 수단에 투자하는 행동을 선호한다는 의미를 지니고 있다. 따라서 개인의 SOC 점수는 네가지 하위요인 점수로 계산될 수도 있고 전체 점수로 합산될 수 있으나 여기서는 네가지 하위요인 점수를 각각 계산하였다. Cronbach  $\alpha$  로 측정된 내적 일관성 계수는 의도적 선택 .80, 상실에 기초한 선택 .78, 최적화 .76 그리고 보상 .74였으며, SOC 질문지가 두가지 진술문 중 하나를 선택하는 강제선택 양식임을 감안할 때 적절한 신뢰도를 지니고 있다고 볼 수 있었다.

### (2) 생활만족척도

성인기 동안의 전체적 생활만족을 연구한 많은 연구자들은 단일문항으로 구성된 척도를 주로 사용하는가 하면(Campbell, 1981), 어떤 연구자들은 전체적 생활만족을 긍정적 감정과 부정적 감정의 조합으로 가정하고 중다의 문항으로 구성된 척도를 사용하였다(Bradburn, 1969). 중요한 것은 단일문항 척도나 중다문항의 척도가 서로 높은 상관을 이루고 있어 사실상 단일차원의 생활만족을 측정한다고 추론할 수 있다는 것이다. 그러므로 이 연구에서는 성인후기의 노인들이 포함되어 있다는 점을 감안하여 단일문항의 생활만족 척도를 사용하였다. 즉 “당신은 현재의 생활에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항에 대해 ‘전혀 만족하지 않는다’(1점), ‘대체로 만족하지 않는다’(2점), ‘그저 그렇다’(3점), ‘대체로 만족한다’(4점), ‘매우 만족한다’(5점)로 구성된 5점 척도상에 응답하도록 하였다.

**절 차**

충청북도 Y군의 11개면에서 포도농사를 주로 하는 농촌 지역을 표집하였으므로 40대 이하의 젊은이들을 찾아보기 어려웠고 60대 이상의 노인들이 대부분이었다. 면접은 2004년 2월 2일부터 10일까지 실시되었으며, 사전에 훈련받은 5명의 대학원생들이 11개면의 농촌지역에 소재한 각 가정을 방문하여 개별적으로 이루어졌다. 면접은 먼저 인구통계학적 질문으로 성별과 학력, 직업, 배우자 생존유무, 자녀유무, 종교유무, 친구유무 등을 조사하였고 건강상태, 경제상태, 손자녀 양육 등에 관해 질문한 다음 생활만족과 SOC 전략에 대한 질문이 이루어졌다. 일부의 노인들을 제외하고 대부분의 연구대상자들이 성실하게 질문에 응답하였으며 면접 실시시간은 약 30-40분이 소요되었다. 면접 참여를 높이기 위해 간단한 선물이 제공되었다.

**결 과**

**1. 성과 연령에 따른 SOC 전략의 차이**

성과 연령에 따른 SOC 전략의 차이를 규명하

기 위하여 성과 연령을 독립변인으로 하여 2(남성, 여성)x4(40대, 50대, 60대, 70대)의 2원변량분석을 실시하였다. 표 1은 성과 연령에 따른 SOC 전략의 평균과 표준편차를 계산한 결과이다.

2원변량분석 결과 의도적 선택과 상실에 기초한 선택에서는 성과 연령의 주효과나 상호작용 효과 모두 유의하지 않았으나 최적화에서는 성( $F(1, 321)=3.92, p<.05$ )과 연령( $F(3, 321)=4.31, p<.001$ )의 주효과가 유의하였고 성과 연령의 상호작용 효과는 유의하지 않았다. Tukey 검증으로 사후분석을 실시한 결과, 그림 1과 2에 제시된 바와같이 남성들이 여성들보다 더 효과적인 최적화 전략을 사용하고 그리고 40대가 70대보다 더 효과적인 최적화 전략을 사용하는 것으로 나타났으며, 전체적으로 남녀 모두 연령이 증가할수록 최적화 전략의 사용이 저조해지는 패턴을 나타내었다. 또한 보상에서는 성의 주효과와 연령과 성의 상호작용 효과는 유의하지 않았으나 연령( $F(3, 321)=6.98, p<.001$ )의 주효과가 유의하였다. Tukey 검증으로 사후분석을 실시한 결과 그림 3에 제시된 바와같이 40대가 70대보다 그리고 60대가 70대보다 더 효과적인 보상전략을 사용하는 것으로 나타났고 전체적으로 연령증가와 함께 보상전략의 사용 역시 저조해지

표 1. 성과 연령에 따른 SOC 전략의 평균과 표준편차

	남자				여자			
	40대	50대	60대	70대	40대	50대	60대	70대
의도적 선택	3.23 (0.67)	3.03 (0.73)	3.23 (0.75)	3.17 (0.73)	3.02 (0.80)	2.91 (0.69)	3.19 (0.74)	2.95 (0.81)
상실에 기초한 선택	3.53 (0.73)	3.12 (0.83)	3.23 (0.84)	3.14 (0.90)	3.22 (0.79)	3.19 (0.74)	3.02 (0.68)	3.15 (0.78)
최적화	3.60 (0.56)	3.43 (0.71)	3.39 (0.79)	3.17 (0.89)	3.42 (0.67)	3.39 (0.77)	3.00 (0.79)	3.10 (0.79)
보상	3.23 (0.67)	2.62 (0.70)	3.06 (0.66)	2.68 (0.78)	3.04 (0.67)	3.00 (0.69)	2.90 (0.72)	2.65 (0.60)

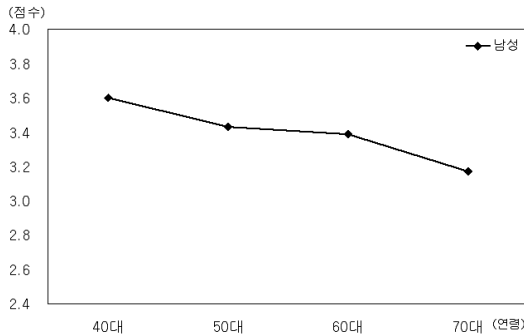


그림 1. 최적화의 연령별 변화패턴(남성)

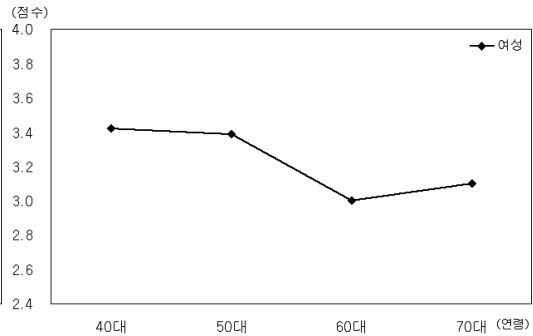


그림 2. 최적화의 연령별 변화패턴(여성)

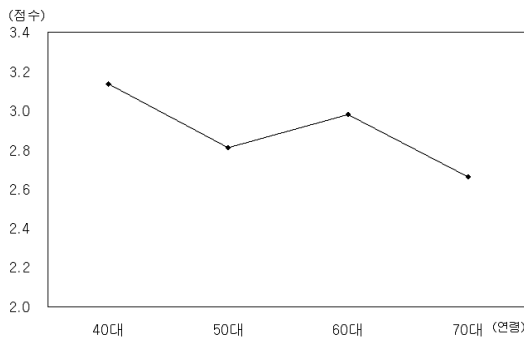


그림 3. 보상의 연령별 변화패턴

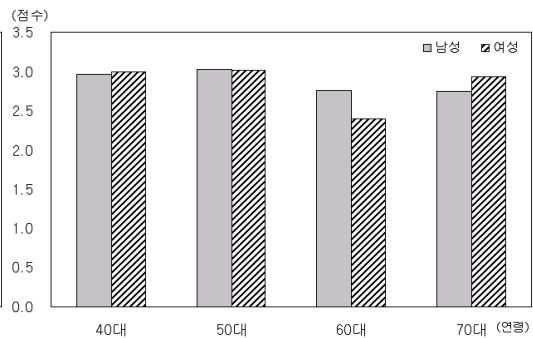


그림 4. 연령에 따른 생활만족도

는 경향이 있음을 나타내었다.

## 2. 성과 연령에 따른 생활만족의 차이

성과 연령에 따라 전체적 생활만족에서 차이가 있는지를 규명하기 위하여 성과 연령을 독립 변인으로 하여 2(남성, 여성)×4(40대, 50대, 60대, 70대)의 2원변량분석을 실시하였다. 40대, 50대, 60대 그리고 70대에서의 남성들의 생활만족 점수 평균(괄호안은 표준편차)은 그림 4와 같이 각각 2.96(1.12), 3.03(1.14), 2.76(1.23), 2.75(1.01)이었고, 여성들은 각각 3.00(1.24), 3.02(1.19), 2.40(1.08) 그리고 2.93(1.27)이었다. 2원변량분석 결과 성이나 연령의 주효과는 물론 성과 연령의

상호작용 효과는 유의하지 않았다. 이러한 결과는 남녀 모두 연령과 상관없이 유사한 정도의 생활만족을 경험한다는 것을 의미한다.

## 3. 생활만족에 영향을 주는 요인

생활만족에 영향을 주는 요인들을 확인하기 위하여 배우자 유무, 손자녀 양육, 가까운 친구의 존재, 종교 유무, 경제상태, 자녀에 대한 만족 및 건강상태 변인과 생활만족과의 상관을 계산하였다. 그 결과 배우자 유무( $r=0.161, p<.01$ ), 친구유무( $r=0.165, p<.001$ ), 경제상태( $r=.480, p<.001$ ), 자녀에 대한 만족( $r=0.402, p<.001$ ) 및 건강상태( $r=0.248, p<.001$ )는 생활만족과 유의한

표 2. 7가지 요인에 따른 삶의 만족의 회귀분석 결과

구분	B	표준오차	Beta	t값
배우자 유무	.017	.146	.006	.118
손자녀 양육	-.121	.032	-.093	-1.941*
가까운 친구 유무	.037	.033	.056	1.135
종교 유무	-.065	.113	-.028	-.574
경제상태	.371	.050	.372	7.422***
자녀에 대한 만족	.270	.050	.268	5.397***
건강상태	.127	.046	.136	2.776**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ , 이하 동일함

표 3. SOC가 생활만족에 미치는 영향에 대한 회귀분석 결과

구분	B	표준오차	Beta	t값
의도적 선택	-.171	.090	-.109	-1.886
상실에 기초한 선택	-.065	.089	-.044	-.739
최적화	.250	.094	.165	2.654**
보상	.032	.092	.019	.347

정적 상관을 나타내었고 손자녀 양육( $r = -0.130$ ,  $p < .05$ )과는 유의한 부적 상관을 나타내었으나 종교유무와 생활만족 사이에는 유의한 상관이 나타나지 않았다.

생활만족에 미치는 7가지 요인들의 상대적 영향력을 확인하기 위하여 7가지 변인들을 독립변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 표 2에 제시된 바와같이 경제상태( $\beta = .372$ ,  $p < .001$ ), 자녀에 대한 만족( $\beta = .268$ ,  $p < .001$ ), 건강상태( $\beta = .136$ ,  $p < .01$ ) 그리고 손자녀 양육( $\beta = -.093$ ,  $p < .05$ ) 순으로 삶의 만족을 유의하게 설명하였다. 즉 경제적으로 여유가 있고 만족할수록, 건강상태가 좋을수록 그리고 손자녀 양육에 가담하지 않을수록 생활만족을 더 크게 느끼는 것으로 해석될 수 있었다.

#### 4. SOC 전략과 생활만족의 관계

SOC 전략과 생활만족간의 관계를 규명하기

위하여 먼저 상관분석을 실시한 결과 최적화와 생활만족 사이에만 유의한 정적 상관이 있었고( $r = 0.114$ ,  $p < .05$ ) 의도적 선택과 상실에 기초한 선택 및 보상 요인과 생활만족간에는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 회귀분석 결과에서도 표 3과 같이 최적화( $\beta = .165$ ,  $p < .01$ )만 유의한 설명력을 갖는 것으로 나타났으므로 바람직한 최적화 전략을 사용할수록 생활만족이 높아진다는 해석을 할 수 있었다. 다시 말하면 구체적인 목표관련적 기술을 획득하고 인내심을 가지고 목표를 추구할 수 있을 때 성인중기와 후기의 성인들은 큰 생활만족을 경험할 수 있다는 것이다.

#### 논 의

이 연구는 농사일을 생업으로 하는 40대부터 70대까지의 성인중기 성인과 성인후기의 노인들을 대상으로 SOC 전략과 전체적 생활만족이 성과 연령에 따라 차이가 있는지, SOC 전략과 전

체적 생활만족간에는 어떤 관계가 있는지 그리고 생활만족에 영향을 미치는 변인에는 어떤 것이 있는지를 규명하려고 하였다. 이를 위해 SOC 전략 척도와 전체적 생활만족 척도가 사용되었고 다양한 인구통계적 변인에 대한 질문지가 사용되었다. 변량분석 결과 의도적 선택과 상실에 기초한 선택에서는 유의한 성차나 연령차가 나타나지 않았으나 최적화에서는 남성들이 여성들보다 그리고 40대가 70대보다 더 효과적인 최적화 전략을 사용하는 것으로 나타났으며 보상에서는 40대가 70대보다 그리고 60대가 70대보다 더 효과적인 보상전략을 사용하는 것으로 나타났다.

또한 전체적인 생활만족에서는 유의한 성차나 연령차가 나타나지 않아 남녀 모두 연령과 상관없이 유사한 정도의 전체적인 생활만족을 경험한다고 해석할 수 있었다. 또한 배우자 유무, 친구유무, 경제상태, 자녀에 대한 만족, 건강상태는 전체적인 생활만족과 유의한 정적 상관을 나타내었고 손자녀 양육과 전체적인 생활만족은 유의한 부적 상관을 나타내었다. 생활만족과 유의한 상관을 나타낸 변인들의 상대적 영향력을 확인한 결과 경제상태, 자녀에 대한 만족, 건강상태 및 손자녀 양육 순으로 생활만족에 만족에 영향을 주고 있어, 경제적으로 여유가 있고 자녀에게 만족할수록, 건강상태가 좋을수록 그리고 손자녀 양육에 가담하지 않을수록 전체적인 생활만족을 더 크게 느끼는 것으로 나타났다. 이와 함께 SOC 전략 중 최적화 전략만이 생활만족과 유의한 상관을 나타내고 유의한 설명량을 갖는 것으로 나타나 효과적인 최적화 전략의 사용은 생활만족을 높이는 역할을 하는 것으로 밝혀졌다.

그러나 최적화 전략에서 남성들이 여성들보다

그리고 40대가 70대보다 더 효과적인 전략을 사용한다는 이 연구의 결과는 SOC 전략의 사용에서 성차는 없고 연령증가와 함께 개인은 더 유능하게 SOC 전략을 사용할 수 있다는 Baltes와 Baltes(1990)의 주장은 물론 역전된 U자형의 관계를 보고한 Freund와 Baltes (2002)의 결과와도 차이를 보였다. 또한 75세 이상의 중산층 노인들이 보상전략을 더 많이 사용한다는 하정연과 오윤자(2003)의 연구와도 차이를 나타내었다. 이 연구에서 비록 모든 연령대에서 통계적으로 유의한 차이를 나타내지는 않았지만 남녀 모두 최적화와 보상 전략에서 감소패턴을 나타내어 연령증가는 오히려 최적화와 보상전략의 사용을 저해하는 요인으로 확인되었다. Baltes와 Baltes (1990)의 주장대로 연령증가와 함께 개인은 다양한 인생경험을 하기 때문에 더 유능하게 SOC 전략을 사용할 수 있을 것으로 기대됨에도 불구하고 정반대의 결과가 나타난 이유는 무엇일까? 아마도 그 이유는 의도적 선택과 상실에 기초한 선택에서 성차나 연령차가 나타나지 않은 결과와도 연결되어 있을 것이다.

우선 이 연구에 포함된 연구대상자들은 포도 농사를 주로 하는 농민들로서 성인초기부터 농사일외의 다른 일을 거의 생각해보지 않은 사람들이다. 그들에게 농사는 평생의 과업이므로 의도적 선택 전략을 사용해야 할 일도 거의 없을 뿐 아니라 한해 농사가 잘못된다면 할지라도 다른 일을 찾을 가능성이 적기 때문에 상실에 기초한 선택에서도 성차나 연령차가 나타나지 않았을 것이다. 더욱이 노화와 함께 체력이 저하되면 효과적으로 농사를 짓기 위해 새로운 수단을 찾기도 어렵고 부가적 자원이나 대체물을 투입하는 것도 어려워지므로 최적화나 보상능력도 저조해질 수밖에 없을 것이다. 특히 체력적으로

남성들보다 불리한 여성들은 농사일과 관련한 최적화 전략으로 인내심을 가지고 더 높은 수준의 기능을 성취하기 어려울 것이므로 여성들의 저조한 최적화 전략의 사용과 최적화와 보상전략에서의 연령에 따른 감소패턴은 당연한 결과일 수 있을 것이다. 따라서 SOC 전략과 생활만족과의 관계에서 최적화 요인만이 생활만족을 유의하게 설명한다는 이 연구의 결과 역시 타당한 결과로 생각된다. 그 이유는 농촌지역 특성상의 의도적 선택이나 상실에 기초한 선택 및 보상전략을 사용하기 어려우므로 오히려 최적화에 해당하는 전략으로 영농관련적 기술을 획득하고 인내심을 가지고 농사를 짓는 사람들이 더 큰 생활만족을 느낄 수 있을 것이기 때문이다. 물론 연구자의 추론이 사실인지 아닌지는 다양한 직업을 갖는 다양한 연령의 성인들을 연구해야만 분명해질 수 있을 것이다.

흥미롭게도 전체적인 생활만족에서는 남녀 모두 연령과 상관없이 유사한 정도의 만족을 경험하는 것으로 나타나 Palmore(1981)나 Costa 등(1987)의 연구는 물론 Antonucci(1991)와 George(1990)의 연구와 일치하였다. 그러나 70대 노인들을 대상으로 연구한 정태연과 조은영(2005)의 연구나 정명숙(2005)의 연구 및 김수연(1987)의 연구와는 일치하지 않았다. 그렇다면 성인후기의 남녀 노인들은 왜 젊은 사람들과 유사한 정도의 전체적 생활만족을 경험하는가? 언뜻 보면 노인들의 체력은 이미 저하되었고 직업(농사일은 다른 일보다 더 오랫동안 할 수 있기는 하지만)으로부터의 은퇴에 의해 경제적으로 어려운 상태에 있으며, 배우자와 사별한 노인들도 있으므로 더 적은 전체적 생활만족을 경험할 것으로 생각된다. 그러나 노인들은 젊은 사람과 자신을 비교하지 않을 뿐 아니라 기대수준이나 포부수준을

낮추는 적응력을 지니고 있기 때문에(장휘숙, 2006; Brandstädter & Greve, 1994), 성인후기에 일어나는 다양한 감퇴도 그들의 삶의 만족을 저하시키지는 못할 것이라는 추론을 가능하게 한다.

이 연구에서 경제상태는 성인기의 생활만족을 설명하는 가장 중요한 변인으로 국내외에서 이루어진 여러 선행연구들(김미라, 2002; 김수연, 1987; Antonucci, 1991; Murrell & Norris, 1991)과 일치하였고 자녀에 대한 만족 역시 생활만족을 설명하는 중요한 요인으로 나타나 자녀가 있는 노인들이 없는 노인들보다 더 큰 생활만족을 경험한다는 성경현과 김영숙(2003) 및 유성호(1997)의 연구와 일치하였다. 또한 건강상태도 선행연구(이형실, 2003; 김미라, 2002; Antonucci, 1991)와 일치되게 생활만족에 영향을 주는 중요한 변인으로 밝혀졌다. 그러나 배우자 유무는 김미라(2002)의 연구와 일치되게 생활만족과 유의한 상관이 있었음에도 불구하고 유의한 설명력을 갖지 못하는 것으로 나타났다. 실제로 배우자 유무는 경제상태나 자녀에 대한 만족, 건강상태와 유의한 상관을 나타내었기 때문에, 이러한 요인들이 먼저 생활만족을 설명하게 됨으로써 회귀분석의 특성상 배우자 유무는 유의한 설명력을 갖지 못한 것으로 추정된다. 혼자 사는 노인보다 부부가 함께 사는 노인들이 더 장수한다는 연구(Woodruff-Pak, 1997)는 배우자 유무와 생활만족의 관련성을 시사하는 증거로 볼 수 있을 것이다. 그러나 손자녀 양육은 성인들의 생활만족에 부정적 영향을 주는 것으로 나타나 손자녀 양육으로 자신을 위한 시간이나 휴식시간의 감소로 우울해진다는 박창기(2002)의 연구나 집안에 간혀 사회로부터 고립되어 있다고 느낀다는 Bullock(2004)의 연구와 맥을 같이 하는 결과로

서 손자녀 양육은 조부모의 생활만족을 저하시키는 부담스러운 일이라고 볼 수 있었다. 한편 종교유무는 생활만족도를 유의하게 설명하지 못함으로써 김수연(1987)의 연구나 이우복(1993)의 연구와 차이를 보였다. 그러나 단순히 종교를 가지고 있는 것이 생활만족도를 높이는 것이 아니라 얼마나 종교를 중요하게 여기고 종교에 심취하느냐가 생활만족을 결정하는 더 중요한 요인일 것으로 생각되므로 앞으로의 연구에서는 종교유무 외에도 종교의 중요성이나 영성 혹은 종교에 몰입하는 정도를 함께 조사해야만 생활만족도와 종교의 관계가 규명될 수 있을 것이다.

또한 이 연구는 횡단연구이므로 단지 연령집단간의 차이만을 비교할 수밖에 없다는 제한점을 지니고 있다. 최적화와 보상요인에서 나타난 연령에 따른 전반적인 감소패턴이 과연 사실인지는 오로지 종단연구에 의해서만 확인될 수 있을 것이므로 가까운 미래에 종단설계에 의한 연구가 이루어질 수 있어야 할 것이다. 더욱이 이 연구에서는 농사일을 생업으로 하는 농촌지역에 한정하여 연구대상자들을 표집하였으므로 앞으로의 연구에서는 다양한 직업을 갖는 다양한 연령의 성인들을 연구함으로써 직업의 특성에 기인한 SOC 전략의 차이를 확인해보는 것도 흥미로운 것이다. 이와함께 이 연구에서는 SOC 전략을 측정하는 자기보고식 질문지만이 사용되었으나 Lindenberger와 Marsiske 및 Baltes(2000)가 사용한 것처럼 성인이나 노인들에게 적합한 행동적 지표와 같은 다양한 연구방법들을 모색함으로써 성인중기나 후기의 개인들에게 적합한 연구방법들이 개발되지 않으면 안 될 것이다.

결론적으로 감퇴나 상실에 대처하는 메커니즘으로서 SOC 전략은 개인의 생활만족을 결정하

는 중요한 요인임이 분명하다. 이 연구에서 40대 이후부터 SOC 전략 중 최적화와 보상 전략이 감퇴하는 패턴을 나타낸다는 것이 확인됨으로써 농촌지역의 성인중기 성인과 성인후기 노인들의 생활만족을 높이기 위해선 효과적인 최적화 전략이나 보상전략이 사용될 수 있도록 도울 필요가 있음이 제기된다. 특히 영농기술의 체계적 지원과 같은 최적화 전략의 활성화는 농촌지역의 중년 성인이나 노인들의 생활만족을 높이는 하나의 방안이 될 수 있으므로 여기에 적합한 프로그램의 개발도 모색해볼 필요가 제기된다. 더욱이 연구대상자들은 경제상태와 건강상태를 생활만족에 영향을 미치는 중요한 요인으로 지각하고 있으므로 그들의 소득을 높이고 필요할 때마다 적절한 의료적 지원이 제공될 수 있는 사회복지 시스템의 확충이 무엇보다 시급한 과제로 볼 수 있었다.

## 참 고 문 헌

- 김미라(2002). 노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인 탐색. 서울여자대학교 사회복지대학원, 석사학위논문.
- 김수연(1987). 도시노인의 생활만족도와 관련변인에 관한 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김옥수(1987). 노인의 자아존중감관 불안에 관한 연구. 중앙의학, 52(8), 517-524.
- 박창기(2002). 농촌지역 조부모-손자녀 가족의 가족기능에 관한 연구. 대구가톨릭대학교 석사학위 청구논문.
- 성경현, 김영숙(2003). 노인의 생활만족에 영향을 미치는 요인들에 대한 탐색. 한국심리학회지: 건강, 8(1), 113-131.

- 유성호(1997). 노인과 성인자녀의 별거를 결정하는 변인: 그 이론적 탐색. *한국노년학*, 16(1), 51-68.
- 이우복(1993). 노인의 생활만족도에 영향을 주는 요인에 관한 연구. 충북대학교 교육대학원, 석사학위논문.
- 이형실(2003). 농촌 노인의 세대간 사회적 지원 교환과 생활만족: 성별 및 연령집단별 비교. *대한가정학회지*, 41(2), 57-69.
- 장휘숙(2002). 전생애 발달심리학과 SOC 이론. 2002년도 한국심리학회 연차학술발표대회논문집, 210-215.
- 장휘숙(2003a). 애착과 SOC 전략의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 16(3), 103-117.
- 장휘숙(2003b). SOC 전략과 관련변인들-연령, 성, 애착, 성격특성과의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 16(4), 243-258.
- 장휘숙(2006). *성인심리학*. 서울: 박영사.
- 정명숙(2005). 연령과 삶에 대한 만족도. *한국심리학회지: 발달*, 18(4), 87-108.
- 정태연, 조은영(2005). 노년기의 외로움 및 생활만족도와 관련된 변인탐색. *한국노년학*, 25(1), 55-71.
- 하정연, 오윤자(2003). 성공적인 노화를 위한 선택 적정화 보상전략 관련 변인 연구-중산층 노인을 중심으로. *한국가정관리학회지*, 21(2), 131-144.
- Antonucci, T. C. (1991). Attachment, social support, and coping with negative life events in mature adulthood. In E. M. Cummings, A. L. Greene, & K. H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping*, 261-276. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., Baltes, M. M., Freund, A. M., & Lang, F. R. (1999). *The measure of selection, optimization, and compensation (SOC) by self-report(Tech Rep. 1999)*. Berlin, Germany: Max Planck Institute for Human Development.
- Baltes, M. M., & Carstensen, L. L. (1996). The process of successful ageing. *Ageing and Society*, 16, 397-422.
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Brandtstädter, J., & Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review*, 14, 52-80.
- Bullock, K. (2004). The changing role of grandparents in rural families: The results of an exploratory study in Southeastern North Carolina. *Families in Society*, 85(1), 45-54.
- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America*. New York: McGraw-Hill.

- Costa, P. T., Jr., Zonderman, A. B., McCrae, R. R., Comoni-Huntley, J., Locke, B. Z., & Barabano, H. E. (1987). Longitudinal analyses of psychological well-being in a national sample: Stability of mean levels. *Journal of Gerontology, 42*, 50-55.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization and compensation as strategies of life-management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging, 13*, 531-543.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(4), 642-662.
- George, L. K. (1990). Social structure, social processes, and social-psychological states. In R. H. Binstock & L. K. George (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (3rd ed., pp. 186-204). San Diego, CA: Academic Press.
- Lerner, R. M. (2002). *Adolescence: Development, diversity, context, and application*. Prentice Hall.
- Lindenberger, U., Marsiske, M., & Baltes, P. B. (2000). Memorizing while walking: Increase in dual-task costs from young adulthood to old age. *Psychology and Aging, 15*, 417-436.
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 1333-1349.
- Murrell, S. A., & Norris, F. H. (1991). Differential social support and life change as contributors to the social class distress relationship in old age. *Psychology and Aging, 6*, 223-231.
- Palmore, E. B. (1981). *Social patterns in normal aging: Findings from the Duke Longitudinal Study*. Durham, NC: Duke University Press.
- Stange, A., Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2000). *To SOC or not to SOC: Two studies investigating a questionnaire measuring processes of adaptive development*. Poster session presented at the 42nd congress of the German Society of Psychology, Jena, Germany.
- Wiese, B. S., Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2002). Subjective career success and emotional well-being: Longitudinal predictive power of selection, optimization and compensation. *Journal of Vocational Behavior, 60*, 321-335.
- Woodruff-Pak, D. S. (1997). *Neuropsychology of aging*. Malden, MA: Blackwell.

1차 원고 접수: 2007. 4. 11

수정 원고 접수: 2007. 5. 10

최종게재결정: 2007. 5. 11

# SOC Strategies and Life-Satisfaction in Middle and Later Adulthood

Hwee-Sook Jang

Department of Psychology, Chungnam National University

This study examined the relation between SOC strategy and life-satisfaction. From 40years to 70 years middle and older adults(N=329) completed questionnaires measuring SOC strategies containing elective selection and loss-based selection, optimization and compensation, the level of life-satisfaction, and demographic characteristics. Except elective selection and loss-based selection, there are significant difference in optimization and compensation according to sex and age. That is, Males had more effective optimization strategies than females and 40years adults had more effective optimization strategies than 70years. In the compensation strategies 40years adults were more competent than 70years older adults and 60years than 70 years older adults. However, optimization strategies among SOC strategies explained significantly general life-satisfaction. But there were no significant difference in general life-satisfaction level according to sex and age. Interestingly economic state, satisfaction to children, and health state were related to general life-satisfaction positively and care giving for grandchildren negatively.

*Key words:* SOC strategy, selection, optimization, compensation, life-satisfaction