

## 내적 통제성과 후회 경험이 노인의 주관적 안녕감에 미치는 영향

주미정 정영숙\*  
부산대학교 심리학과

부산에 거주하는 65세 이상 남녀 노인 104명(남성 노인 45명, 여성 노인 59명)을 대상으로 노인들의 후회 영역, 후회 유형 및 후회 관련 정서를 살펴보고, 아울러 후회 강도, 후회 빈도, 후회 관련 정서와 내적 통제성 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보았다. 연구 결과, 노인들이 자신의 삶에서 가장 후회하는 영역은 남녀 모두 '교육'으로 나타났다. 후회 영역에서의 남녀 차이를 보면, 여성 노인의 경우 '연애/결혼' 영역에서, 남성 노인의 경우 '여가' 영역에서 유의하게 빈도가 높은 것으로 나타났다. 후회 유형에 있어서는 행위를 해서 후회하는 행위 후회보다 행위를 하지 않아서 후회하는 무행위 후회 유형이 더 높은 빈도로 나타났으며, 후회 관련 정서로는 '아쉬움' 정서가 가장 두드러지게 나타났다. 경로분석 결과, 내적 통제성은 주관적 안녕감과 후회 강도, 후회 빈도, 후회 관련 정서에 모두 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 후회 내용에 대한 개선 노력은 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 미친 반면, 후회 강도와 빈도는 후회 관련 정서를 매개로 주관적 안녕감에 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주요어: 노인, 후회 강도, 후회 관련 정서, 내적 통제성, 주관적 안녕감

노년기는 지나간 삶의 경험에 대해 새로운 의미를 부여하며 삶을 통합하는 시기이기도 하다 (Erikson, 1963, 1968). 자신의 삶을 되돌아보는 시점에서 과거에 대한 반추, 해결되지 않은 문제점들, 그리고 그것들에 대한 후회와 같은 부정적인 지각은 노인의 삶에 부정적 영향을 미칠 수 있다

(Bulter, 1963). 따라서 노인들이 남아있는 자신의 삶을 돌아보며 어떤 후회를 하고 있으며, 후회와 관련된 어떤 정서를 경험하고 있는지, 그리고 후회에 대해 어떻게 대응하고 있는지를 파악하는 것은 노년기의 삶을 수용하고 이해하는 데 도움이 될 것이다. 본 연구는 우리나라 노인의 후회에 관한

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

\* 이 논문의 일부는 2009 한국심리학회 연차학술대회에서 발표되었음.

연구를 시작하는 단계에서, 다양한 삶의 영역에서 남·여 노인들이 어떤 것을 어느 정도 후회하고 있는지, 노인의 후회 경험과 주관적 안녕감 간에는 어떤 관계가 있는지, 그리고 내적 통제성과 같은 개인적 특성에 따라 후회 경험이 다를 수 있는지를 살펴보고자 한다.

### 후회 유형과 후회 관련 정서

사람은 누구나 후회가 없는 삶을 살기를 바란다. 그러나 선택 기회가 제한되어 있고 개인이 지니고 있는 자원이 한정되어 있기에 후회 없는 인생을 살기란 매우 힘들다. 노인이 되어 젊은 시절에 가족들에게 따뜻하게 대하지 못한 것을 후회하는가 하면, 취업을 못한 젊은이가 대학시절 열심히 공부하지 않았던 것을 후회하기도 한다.

후회에 대한 정의는 인지적 측면을 강조한 정의와 인지와 정서 두 측면을 모두 고려한 정의가 있다. 전자는 후회를 과거의 사건에 대한 대안적 반대 사고인 ‘만약 ...했다면, ...했을 텐데’와 같은 사후가정(counter-factual) 사고로 본다(Kahneman & Miller, 1986; Miller, Turnbull, & McFarland, 1990; Roese, 1997). 후자는 후회를 사후가정 사고와 그에 따른 화나 무력감과 같은 부정적인 감정 경험의 결합(Gilovich & Medvec, 1994; Gilovich, Medvec, & Kahneman, 1998; Kahneman & Tversky, 1982; Landman, 1987; Wrosch & Heckhausen, 2002)으로 본다. 후회의 정의에 후회 경험 상황과 인지, 그리고 감정적 반응을 포함시켜 후회를 “후회란 불운, 한계, 상실, 위반, 장애물, 또는 실수에 대한 다소 고통스러운 인지적이고 정서적인 연민(feeling sorry)의 상태로, 후회는 정서적-이성(felt-reason) 또는 이성적 정서(reasoned-emotion)”로 정의하기도 한다(Landman,

1993, p. 36). 정리하자면, 후회란 지나간 삶에서 개인이 했어야 하는데 하지 못했거나, 하지 말았어야 하는데 했기 때문에 발생한 부적 감정이 수반된 사후가정적 사고라 할 수 있다.

후회의 유형에는 크게 특정 행위를 하지 말았어야 하는데 그 행위를 해서 발생한 ‘행위 후회(regrettable commission)’와 특정 행위를 했어야 했는데 하지 않아서 발생한 ‘무행위 후회(regrettable omission)’로 나눌 수 있다(Gilovich & Medvec, 1995; Hattiangadi, Medvec, & Gilovich, 1995; Kahneman & Miller, 1986). 그런데 후회가 발생한 시점과 현재의 시점 간의 간격에 따라 후회 유형에 차이가 있다. 후회가 발생한 시점과 현재의 시간 격차가 대략 1주에서 1개월 정도로 비교적 짧은 경우에는 무행위 후회보다 행위 후회를 더 많이 하는 반면(Kahneman & Tversky, 1982; Landman, 1987), 시간 격차가 클 경우에는 행위 후회보다 무행위 후회를 더 많이 하는 것으로 보고되고 있다(Gilovich & Medvec, 1995; Zeelenberg, Pligt, & Manstead, 1998). 이런 결과는 미국, 러시아, 중국, 일본의 피험자들에게서도 나타났다(Chen, Chiu, Roese, Tam, & Lau, 2006). 후회가 발생한 시점과 현재의 시간 격차가 클 경우 무행위 후회를 더 많이 하는 것은 사람들이 행한 것보다는 행하지 않은 것을 더 빈번하게 회상하기 때문이다. 이런 현상은 자이가르닉 효과(Zeigarnik effect) 즉, 이미 끝낸 일에 대해서는 구체적인 사실들을 금방 잊어버리는 반면, 끝내지 않은 일에 대해서는 구체적인 사실을 더 잘 기억하는 현상과 유사하다.

후회란 정서를 수반하는 인지적 심리과정이라고 정의한 것에서 알 수 있듯이 후회와 정서는 밀접한 관계가 있다. 후회의 유형에 행위 후회와 무행위 후회가 있듯이, 후회 관련 정서에는 개인이 원

하지 않았던 결과가 발생함으로써 야기되는 강렬한 화-정서가 있는가 하면, 기대했던 것을 얻지 못하여 생각에 잠기게 하는 아쉬움-정서도 있다 (Kahneman, 1995). 이에 덧붙여 Gilovich와 Medvec(1995)은 후회에는 고통스러운 절망감, 공허함, 슬픔과 같은 감정도 포함되어 있음을 제안하고, 실험을 통해 후회와 관련된 정서가 화-정서, 아쉬움-정서 그리고 우울-정서로 분리될 수 있음을 보고하였다(Gilovich et al., 1998). Kahneman(1995)은 후회와 관련된 정서들이 후회 유형과 후회 시기에 따라 다음과 같은 차이가 있음을 보여주고 있다. 첫째, 화-관련 정서는 특정 행위를 한 것에 대한 행위 후회에서 더 강하게 경험되는 반면, 아쉬움-관련 정서는 행위를 하지 않아 후회하는 무행위 후회에서 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 둘째, 후회 유형에 관계없이 화-관련 정서의 강도는 시간이 지남에 따라 약화되는 반면에, 아쉬움-관련 정서는 비교적 오랫동안 유지되었다. 셋째, 화-관련 정서는 비교적 최근의 사건에서 더 많이 경험되는 반면, 아쉬움-관련 정서는 비교적 오래전의 사건에 의해 더 많이 경험되었다. 즉, 후회 발생 시점과 현재 시점 사이의 시간 격차가 짧을수록 사람들은 행한 것에 대한 후회가 많았으며, 화-관련 정서를 더 많이 경험하는 반면에, 후회 발생 시점과 현재 시점 사이의 시간 격차가 길수록 사람들은 행하지 않은 무행위 후회가 더 많았고, 아쉬움-관련 정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 무행위 후회와 관련된 주 정서가 아쉬움-관련 정서라는 결과도 위의 맥락과 일치하는 결과라 하겠다(Wrosch & Heckhausen, 2002). 후회가 정서적 경험을 수반한다는 것, 그리고 후회 유형에 따라 후회 관련 정서가 달라질 수 있음을 고려해 볼 때, 우리나라 노인들이 어떤 영역에서 어떤 유형의 후회를 많이 하는지, 그리고 그와 관

련된 주된 후회 정서가 무엇인지를 살피는 것은 노인의 후회 연구를 위한 기초 작업이 될 것이다.

### 후회와 심리적 적응

후회와 관련된 연구들을 살펴보면, 많은 연구들이 후회 경험이 삶에 부정적 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다. 후회는 신체적 건강과 부적 상관을 나타내었고(Jokisaari, 2003; Wrosch, Bauer, Miller & Lupien, 2007), 우울과 정적 상관을 보여주었다(Landman, 1987; Lecci, Okun, & Karoly, 1994; Shieman, Pearlman, & Nguyen, 2005). 또한 후회는 자기비난과 연관되기 때문에 후회가 클수록 자아존중감이나 개인 통제감 같은 자아개념에도 부정적 영향을 미친다(Shieman, et al., 2005). 아마도 후회와 관련된 부정적 정서로 인해 후회 경험은 신체적 건강과 정신적 건강에 부정적 영향을 미침으로써 주관적 안녕감을 손상시키는 것으로 보인다(Gilovich, et al., 1998; Lecci, et al., 1994; Torges, Stewart, & Miner-Rubino, 2005; Wrosch, Bauer, & Scheier, 2005).

그러나 최근 후회가 우리의 삶에 부정적 영향만 미치는 것은 아니라는 사실이 보고되고 있다. 사람들은 후회 경험을 통해 자신이 잘못된 일에 대한 대안적 행위들을 생각하는 기회를 얻을 수 있기 때문에, 사람들이 자신의 삶을 적극적으로 변화시킴으로써 후회를 극복하도록 하는 동기를 부여할 수 있다(Gilovich & Medvec, 1995; Lecci, et al., 1994; Markman, Gavanski, Sherman, & McMullen, 1993; Markus & Ruvolo, 1989). 이러한 동기 부여는 실제로 사람들로 하여금 후회 경험을 바로잡을 수 있는 행위를 유발하여 궁극적으로 개인 삶의 질의 향상을 가져 올 수도 있다(Zeelenberg, 1999). Saffrey, Summerville 및

Roese(2008)는 사람들이 다른 부정적 정서보다 후회를 더 가치 있는 것으로 평가하는 경향이 있음을 지적하였다. 즉, 후회가 과거 경험에 의미를 부여하고, 후회와 관련된 행동에 대해 접근 혹은 회피를 적절하게 선택하도록 하며, 자기에 대한 통찰을 제공하는 기능을 한다는 것이다. 요컨대, 후회 경험 자체는 부정적일 수 있으나, 후회를 극복하고자 노력한다면 삶을 개선하는데 도움이 될 수 있다는 점에서 후회는 긍정적 기능을 할 수 있는 것이다. 그러나 여전히 후회만 하고 있다면 후회는 개인에게 심리적 고통을 주게 되어 심리적 안녕감을 손상시킬 것이다.

주관적 안녕감(subjective well-being)이 높다는 것은 삶의 만족이 높고, 긍정적 정서를 많이 경험하며, 부정적 정서를 적게 경험하는 것이다(Diener, 1984; Diener, Suh, Smith, & Shao, 1995). Lawton(1972)은 주관적 안녕감을 불편한 증상이 없는 것, 자신에 대한 만족, 자신과 환경과의 일치 등과 같은 다양하고 구체적인 지표를 지닌 안녕의 일반화된 감정이라고 정의하기도 한다.

후회와 관련하여 안녕감에 영향을 주는 요인으로 후회 강도와 후회 빈도를 지적할 수 있다. 후회 강도란 특정 후회에 대해 얼마나 강하게 후회하는지를 말해 주는 것이고, 후회 빈도는 특정 후회를 얼마나 자주 빈번하게 경험하는지를 말해주는 것이다. Wrosch 등 (2005)은 후회의 강도가 클수록 주관적 안녕감이 낮아진다는 것을 보고하였다. Gilovich와 Medvec(1994)은 인생 전반에 대한 후회에서 행위 후회보다 무행위 후회가 더 많이 나타나는데, 이는 행위 후회보다 무행위 후회가 더 빈번하게 경험되기 때문인 것으로 보았다. Roese와 Summerville(2005)의 연구에서는 미래 기회에 대한 지각이 후회 강도와 관련되어 있다고 주장하고 있는데 반하여, Beike와 Markman(2009)은 과

거에 상실한 기회에 대해서 더 빈번하게 후회한다고 보고하고 있다.

후회 강도와 빈도에 관한 주장들을 종합하면, 후회의 강도와 빈도는 후회와 관련된 심리적 반응에 다르게 영향을 미칠 가능성을 시사해준다. 특정 행위를 강하게 후회하는 것이 더 큰 영향을 주는지, 아니면 특정 행위를 자주 후회하는 것이 더 큰 영향을 주는지 경험적으로 확인할 필요가 있다. 따라서 본 연구에서는 노인의 후회 경험을 파악할 때, 특정 후회에 대한 강도와 빈도를 모두 질문하여, 후회 강도와 빈도가 미치는 영향을 살펴보고자 하였다.

앞서 보았듯이, 후회할 일이 발생했을 때 어떻게 대응하느냐에 따라 후회 경험이 개인에게 미치는 부정적 영향이 심각할 수도 있고 약화될 수도 있다. 후회 경험에 대한 해석에 영향을 줄 수 있는 개인 특성으로 '내외 통제 소재'를 들 수 있다. 내외 통제 소재는 개인의 성격 특성 중 하나로 행동의 원인과 결과에 대하여 개인이 지각하는 인과적 신념으로, 자신에게 일어난 사건의 원인을 자신의 내부에 두는지 아니면 외부에 두는지를 말한다(Rotter, 1966).

내외 통제 소재 차원에서 사건의 원인이 자신에게 있다고 믿는 내적 통제성은 개인의 심리적 안녕감과 정적 상관을 보여주고 있다(Myers & Diener, 1995). 즉, 내적 통제성을 가진 개인은 삶을 스스로 통제할 수 있다는 자신감을 갖게 되어 안녕감이 높아진다(임주영, 정귀연, 2004; 정상원, 2007; Pearlin & Skaff, 1996; Veenhoven, 1991). 또한 내적 통제성은 스트레스를 완충하는 변인으로, 내적 통제성이 높을수록 스트레스를 덜 느끼고(양혜정, 1992), 다양한 스트레스에 보다 잘 대처할 수 있고(Miller & Monge, 1986), 자신의 환경을 변화시키는데 더욱 능동적이며(Pittman & Pittman,

1979), 생활 전반에 있어 보다 우수한 적응력을 보인다(Tangney, Baumeister, & Boone, 2004).

내적 통제성이 높은 사람들이 보여주는 스트레스 대처 기능이나 생활 적응적 기능 및 안녕감과의 관련성을 고려해 보면, 내적 통제성은 노인의 후회 경험으로 인한 부정적 영향을 약화시킬 가능성이 있다. 본 연구에서는 후회로 인한 부정적 정서가 심리적 안녕감에 부정적 영향을 미치는 과정에서 내적 통제성이 이를 완화시킬 수 있는지를 살펴보고자 하였다.

노년기는 남아있는 삶의 시간이 적기 때문에 후회하는 것을 되돌리거나 변화시킬 기회도 적고 변화시킬 능력도 감소한다. 따라서 후회를 개선하기 위한 노력이 젊은이들과는 달리 개인적 적응에 도움이 되지 않을 수도 있다(Wrosch & Heckhausen, 2002). 본 연구에서는 노인들에게도 후회에 대한 개선 노력이 주관적 안녕감을 높이는지를 살펴봄으로써, 노년기에 후회 개선 노력이 갖는 적응적 의미를 탐색해보고자 하였다.

후회에 관한 심리학적 연구가 시작된 지 얼마 되지 않았으며, 더욱이 한국 노인을 대상으로 수행한 후회 연구는 노인이 삶의 어느 영역에서 후회를 가장 많이 경험하는지를 살핀 정도에 불과하다(윤현숙, 유희정, 2008). 윤현숙과 유희정(2008)의 연구에서는 한국 노인을 신체적·심리적·사회적 기능 영역을 기준으로 성공집단과 실패집단으로 분류한 후 각 집단별 후회 영역을 비교하였다. 그런데 연구에 참여한 노인들 중 지금까지 살아오면서 후회하는 것이 하나도 없다고 응답한 비율이 성공집단은 43.2%, 실패집단은 27.8%였다. 평균 35%를 상회하는 높은 비율의 노인들이 전혀 후회하지 않는다고 응답하였다. 이에 반하여, 외국 연구에서는 후회가 없다고 보고한 노인의 비율이 훨씬 낮은 것으로 나타났는데, Lecci 등(1994)의 연구에서는

7%가, Jokissari(2003)의 연구에서는 응답 노인의 19%가 후회가 없다고 응답하였다. 윤현숙과 유희정의 연구(2008)에서 후회하는 것이 없다고 응답한 노인의 비율이 현저하게 높게 나타난 것은 후회에 관한 질문 방식과 관련될 가능성이 있다. 윤현숙과 유희정(2008)은 노인들에게 후회 경험을 질문할 때 “가장 후회하는 것이 무엇입니까?”라는 단일 문항을 사용했는데, 이런 질문은 노인들의 후회 경험을 충분히 드러내지 못하게 했을 가능성이 높다. 따라서 본 연구에서는 가능한 후회 경험을 충분히 보고할 수 있도록 절차를 보완하였다. 즉, 노인들이 자신의 후회 경험에 대해 충분히 생각한 후 응답할 수 있도록 삶의 다양한 영역들을 하나씩 제시한 후, 각 영역별 후회 경험에 대해 질문하여 보다 풍부하고 현실에 근접한 자료를 얻고자 하였다.

Roese와 Summerville(2005)은 후회 관련 문헌에 대한 개관을 통해 후회 영역에서 남녀 차이가 거의 없다고 말하고 있다. 그런데 한국에서는 특히 노인의 경우 남녀의 역할과 교육 수준, 경제적 지위에서 차이를 보이고 있는 실정이다. 따라서 후회 영역과 관련하여 성차가 있는지 살펴보고자 한다.

## 연구문제

본 연구에서는 노인들을 대상으로 일대일 심층 면접을 통해 후회와 관련된 다음의 두 가지 주제를 살펴보고자 하였다. 첫째, 다양한 삶의 영역에서 남·여 노인들이 경험하는 후회 영역, 후회 유형 및 후회 관련 정서가 무엇인지를 살펴보고자 하였다. 둘째, 노인의 후회 경험과 내적 통제성 및 주관적 안녕감과의 관계를 살펴보고자 하였다.

노인들의 후회 영역, 후회 유형 및 후회관련 정서 탐색과 관련된 구체적인 문제는 다음과 같다.

- 1-1. 남·여 노인들은 삶의 영역 중 어느 영역에서 후회를 많이 하고 있는가? 후회 영역에서 남·여 차이가 있는가?
- 1-2. 노인들의 후회 영역에 따라 후회 유형에 차이가 있는가? 행위 후회와 무행위 후회가 많이 나타나는 영역은 어떤 영역인가?
- 1-3. 노인들의 후회 유형에 따라 후회 관련 정서 경험에 차이가 있는가?

노인의 후회 경험과 내적 통제성 및 주관적 안녕감과 관계와 관련된 구체적인 문제는 다음과 같다.

- 2-1. 후회 강도와 후회 빈도, 그리고 후회 관련 정서는 주관적 안녕감과 어떤 관계가 있는가?
- 2-2. 후회 강도와 후회 빈도는 개선 노력과 어떤 관계가 있는가? 후회 개선 노력은 주관적 안녕감과 어떤 관계가 있는가?
- 2-3. 내적 통제성에 따라 지각한 후회 경험에 차이가 있는가? 내적 통제성은 주관적 안녕감에 어떤 영향을 주는가?

### 방 법

#### 연구대상

본 연구에는 부산시에 소재한 노인정, 노인대학, 복지관 등에서 본 연구에 참여하기를 자원한 65세 이상 남녀 노인 120명이 참여하였다. 총 120명의 응답자 중 전혀 후회를 하지 않는다고 응답한 4명, 인터뷰를 완료하지 못한 4명, 응답내용에 일관성이 없는 8명은 연구 대상에서 제외하고 총 104명의 응답자의 자료를 본 연구에 사용하였다.

연구 대상의 사회 인구통계학적 변인은 다음과 같다(표 1. 참조). 전체 대상 104명 가운데 여성 노인이 59명(56.7%), 남성 노인이 45명(43.3%)으로 여성노인이 조금 더 많았다. 전체 평균 연령은 72.8세( $SD = 5.7$ )였는데, 여성 노인의 평균연령은 73.3세( $SD = 6.4$ )였고, 남성 노인의 평균연령은 72.1세( $SD = 4.8$ )였다. 교육수준에서는 여성은 무학이 44.1%로 가장 많았고, 그 다음이 초졸(22.0%)과 고졸(16.9%)이었다. 남성은 대졸이상이 31.3%로 가장 많았고, 그 다음이 고졸(24.4%), 중졸(22.2%)이었다.

주관적 건강수준에서는 ‘보통’이라고 지각하는

표 1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성

		성별	
		남	여
성별		45 (43.3)	59 (56.7)
연령	65 - 69	12 (11.5)	19 (18.3)
	70 - 74	23 (22.1)	18 (17.3)
	75 - 79	6 ( 5.8)	10 ( 9.6)
	80 이상	4 ( 3.8)	12 (11.5)
배우자	유	39 (37.5)	22 (21.1)
	무	6 ( 5.8)	37 (35.6)
거주 형태	독거	4 ( 3.8)	20 (19.2)
	동거	41 (39.4)	39 (37.5)
학력	무학	4 ( 3.8)	26 (25.0)
	초졸	6 ( 5.8)	13 (12.5)
	중졸	10 ( 9.6)	9 ( 8.6)
	고졸	11 (10.6)	10 ( 9.6)
	대졸	14 (13.5)	1 ( 1.0)
	매우어렵다	2 ( 1.9)	11 (10.6)
생활 수준	조금어렵다	6 ( 5.8)	14 (13.5)
	보통	29 (27.9)	28 (26.9)
	여유있다	8 ( 7.7)	5 ( 4.8)
	매우여유있다	0	1 ( 1.0)
건강	매우나쁘다	1 ( 1.0)	13 (12.5)
	약간나쁘다	15 (14.4)	14 (13.5)
	보통	14 (13.5)	22 (21.1)
	약간건강하다	15 (14.4)	7 ( 6.7)
	매우건강하다	0	3 ( 2.9)
종교	유	22 (21.2)	57 (54.8)
	무	23 (22.1)	2 ( 1.9)

노인이 34.6%(여성 노인의 37.3%, 남성 노인의 31.1%)로 가장 많았고, 주관적 생활수준에서도 '보통'이라고 지각하는 노인이 54.8%(여성 노인의 47.5%, 남성노인의 64.4%)로 가장 많았다. 종교에서는 남녀 모두 종교가 있는 경우가 76%이고, 배우자 상태를 보면, 유배우자의 경우 여성은 37.3%, 남성은 86.7%였다. 거주 상태 중 독거의 경우 여성은 33.9%를 차지하고 있었으나 남성은 8.9%였다.

## 측정도구

### 후회 영역 및 후회 경험 측정

노인들이 경험하는 후회를 충분히 이끌어내기 위해 본 연구에서는 Roese와 Summerville(2005)이 후회 영역과 관련된 11개 논문을 메타 분석하여 얻어진 12개의 주요 삶의 후회 영역(교육, 경력, 부모역할, 경제, 건강, 친구, 가족, 여가, 공동체, 자기계발, 연애/결혼, 영성)을 하나씩 차례로 제시하고, 각 영역에서 후회가 있는지, 있다면 어떤 후회를 하고 있는지 알아보았다.

구체적으로 “일생을 살아오시면서, (교육)과 관련해 후회하는 것이 있습니까?”와 같이 노인들에게 각 영역에서 후회하는 것이 있는지 물었고, 여기서 후회하는 것이 있다고 응답한 경우, 무엇을 후회하고 왜 후회하는지 후회 내용을 질문하였다. 그 다음 그러한 후회가 자신의 삶에서 어느 정도 중요한지를 질문하였다. 그 다음 그 후회를 얼마나 강하게 느끼는지(후회 크기), 그리고 그 후회를 얼마나 자주 생각하는지(후회 빈도)를 11점(0-10점) 척도 상에서 응답하게 하였다. 후회 강도는 각 후회 영역에서 얼마나 크게 후회하는지에 대한 점수와 그 후회 내용이 자신의 삶에서 얼마나 중요한지에 대한 점수를 곱한 값으로 계산하였다. 한 개

인의 전체 후회 강도는 12개 영역에서 개인이 응답한 후회 크기와 후회 중요도 값을 곱한 값들을 평균하여 얻어졌다. 개인의 전체 후회 빈도는 12개 영역에서 얻어진 후회 빈도 점수의 평균값을 사용하였다.

후회 강도와 빈도 측정이 끝난 후에 각 후회와 관련하여 어떤 정서를 느끼는지(후회 관련 정서)를 측정하였다. 끝으로, 후회하는 것을 교정하고 향상하기 위해 어느 정도 노력했는지(개선 노력 정도)를 측정하였으며, 12가지 삶의 후회 영역의 제시 순서는 개인별로 무선회하였다.

후회 관련 정서를 측정하기 위해 Gilovich 등(1998)이 사용한 후회 관련 정서 형용사 15개를 사용하였다. 15개의 형용사는 화-관련 정서 5개(화가 나는, 당혹스러운, 죄책감을 느끼는, 짜증나는, 부끄러운), 아쉬움-관련 정서 5개(아쉬움이 많은, 부족함을 느끼는, 향수에 젖는, 감상적인, 꿈이 많은), 우울-관련 정서 5개(슬픈, 텅 빈, 채워지지 않는, 무기력한, 비참한)가 포함되어 있었다. 응답자에게는 후회 관련 형용사 15개 중 자신의 후회와 관련하여 느끼는 정서를 모두 선택하게 하였다.

각 영역별 후회 내용과 후회 이유, 후회 내용에 대한 개선 방법에 대해서는 노인응답자가 응답한 내용을 면접자가 기록하였고, 삶에서의 후회 내용의 중요도, 후회 강도, 후회 빈도, 후회 내용에 대한 자기 탓 정도와 개선 노력의 정도는 노인응답자들에게 0-10점까지 높이를 달리하는 막대그래프를 제시하여 자신에게 해당되는 정도를 직접 지적하도록 한 후, 해당되는 수치를 면접자가 기록하였다.

### 내적 통제성 측정

개인의 내적 통제성을 측정하기 위해 Rotter(1966)의 내외 통제 소재 척도를 차재호, 공정자와

김철수(1973)가 우리말로 번역한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 21개 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에는 내적 통제와 외적 통제를 포함하는 두 문항이 한 쌍으로 구성되어 있다. 내적 통제에 해당하는 문항으로는 ‘국민도 나라 일에 영향을 줄 수 있다’와 같은 문항이 포함되며, 외적 통제에 해당하는 문항에는 ‘일반 국민은 나라 일에 왈가왈부해 봤자 소용이 없다’와 같은 문항이 포함되어 있다. 본 연구에서는 내적 통제에 해당되는 문항에 점수를 부여하여, 이 척도에서 점수가 높을수록 내적 통제성이 높은 것이 된다. 본 연구에서 사용한 내외 통제 소재 척도의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .70이었다.

### 주관적 안녕감 측정

노인들의 주관적 안녕감을 측정하기 위해 본 연구에서는 Lawton(1975)의 PGCMS(Philadelphia Geriatric Center Morale Scale)를 박기남(2004)이 번역한 것을 사용하였다. 이 척도는 나이드 노인들 대상으로 측정하도록 특별히 고안된 주관적 안녕감 척도로서 불안, 외로움, 노화에 대한 태도를 재는 세 영역 17문항으로 구성되어 있다. 불안을 재는 문항에는 ‘나는 때때로 걱정이 많아서 잠을 못 이루곤 한다’, ‘나는 많은 것들을 두려워한다’ 등의 6개 문항이, 외로움을 재는 문항에는 ‘나는 때때로 인생이 살만 한 가치가 없는 것이라 느낀다’, ‘외롭다는 생각이 든다’ 등의 6개 문항이, 그리고 노화에 대한 태도 문항에는 ‘나이가 들어갈수록 점점 쓸모없는 사람이 된다’, ‘나는 지금 젊었을 때 만큼 행복하다’ 등의 5개 문항이 포함되어 있다.

각 문항은 ‘전혀 아니다’에서 ‘매우 그렇다’까지 5점 리커트 척도로 평정되었는데, 노인들의 응답을 용이하게 하기 위해 5점 척도를 보기 쉽도록 막대 그래프로 제시하였고, 노인들로 하여금 자신의 생

각과 일치하는 수치를 지적하도록 하였다. 그리고 부정적 진술 문항의 점수는 역부호화하였다. 이 척도의 범위는 17-85점이며, 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 사용된 주관적 안녕감 문항의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .89이었다.

### 절차

본 조사는 2009년 2월 10일부터 2월 24일까지 실시되었다. 발달심리학을 전공하는 심리학과 대학원생 6명이 노인들을 대상으로 일대일 면접을 실시하였다. 면접자들은 설문지 실시와 관련하여 충분히 훈련받은 후 면접에 참여하였다. 면접은 설문지 내용에 따라 면접자가 노인들에게 질문을 하고, 응답자가 응답을 하면, 그 내용을 기록하는 형식으로 진행되었다. 면접 시간은 1인당 약 40분에서 1시간 20분 정도 소요되었다.

### 결과

#### 1. 후회 영역, 후회 유형 및 후회 관련 정서 분석

본 연구의 기술적 분석과 평균 차이 분석 등은 SPSS 15.0 for Window를 사용하였다.

##### 1-1. 노인들의 후회 영역

본 연구에 참여한 104명의 노인들은 본 연구자가 제시한 12개의 후회 영역 중에서 평균 4.2개 ( $SD = 2.1$ )의 영역에서 후회를 한다고 응답하였다. 후회 영역의 개수를 성별로 분석한 결과, 남성 노인은 평균 4.1개( $SD = 2.2$ ), 여성 노인은 평균 4.3개( $SD = 2.0$ )로 남성 노인과 여성 노인이 보고한 평균 후회 수에서는 차이가 나타나지 않았다(표 2. 참조).

노인들이 후회하는 전체 후회 개수는 비슷하였으나, 후회를 많이 하는 영역에서는 남·여 차이가 나타났다. 표 2에서 알 수 있듯이, 여성 노인은 남성 노인에 비해 연애/결혼 영역에서 후회를 더 많이 하는 것으로 나타난 반면(이항검증  $p < .01$ ), 남성 노인은 여성 노인에 비해 여가 영역에서 훨씬 더 많은 후회를 보고하였다(이항검증  $p < .05$ ).

표 2에서 보는 바와 같이, 노인응답자들이 12개 삶의 영역에서 교육 영역에서 가장 많은 후회를 보고하였다. 그 다음으로 부모역할, 경제, 건강과 관련된 후회를 많이 하는 것으로 나타났다.

### 1-2. 노인들의 영역별 후회 유형

노인들이 삶의 여러 영역에서 보이는 후회 유형을 알아보기 위해 노인들이 응답한 후회 내용을 각 영역별로 행위 후회(특정 행위를 하지 말았어야 했는데 했기 때문에 하는 후회)와 무행위 후회(특정 행위를 했어야 했는데 하지 않았기 때문에 하는 후회)로 구분하여 표 3에 제시하였다. 표 3을 보면, 노인들은 전체적으로 무행위 후회를 행위 후

회보다 3배 이상 많이 보고하였다. 구체적으로 살펴보면, 노인들은 교육, 부모역할, 건강, 가족, 자기 계발, 여가, 공동체 영역(이항검증  $p < .001$ )과 친구, 영성 영역(이항검증  $p < .05$ )에서 무행위 후회 빈도가 특히 높았다. 삶의 여러 영역에서 행위 후회보다 무행위 후회가 많은 결과와는 반대로, 연애/결혼 영역에서는 오히려 무행위 후회보다 행위 후회가 2배 이상(이항검증  $p < .05$ ) 많이 나타났다. 이 영역에서 행위 후회가 많았던 것은 응답한 대부분의 여성노인들이 결혼한 것에 후회를 보였기 때문이다. 즉, 응답한 여성 노인의 19%가 결혼한 행위 자체를 후회하였고, 응답한 여성 노인의 43%는 지금의 배우자와 결혼한 것을 후회하였다. 한편, 경제, 경력 영역에서는 행위 후회와 무행위 후회 간에 차이가 없는 것으로 나타났다.

### 1-3. 노인들의 후회 영역에 따른 후회 관련 정서

후회와 관련된 세 가지 정서인 화 정서, 아쉬움 정서, 그리고 우울 정서를 각 후회 영역별로 분류

표 2. 각 후회 영역에서 후회가 있다고 응답한 노인의 수와 남녀빈도(비율)에 대한 이항 검증

순위	영역	남 (N=45)	여 (N=59)	p	전체 (N=104)
1	교육	32 (71.1)	48 (81.4)	.466	80 (76.9)
2	부모역할	25 (55.6)	32 (54.2)	.924	57 (54.8)
3	경제	20 (44.4)	30 (50.8)	.538	50 (48.1)
4	건강	20 (44.4)	24 (40.7)	.828	44 (42.3)
5	연애/결혼	12 (26.7)	30 (50.8)	.009	42 (40.4)
6	가족	17 (37.8)	23 (39.0)	1.000	40 (38.5)
7	경력	10 (22.2)	18 (30.5)	.272	28 (26.9)
8	친구	13 (28.9)	13 (22.0)	.401	26 (25.0)
9	자기 계발	11 (24.4)	14 (23.7)	1.000	25 (24.0)
10	여가	14 (31.1)	9 (15.3)	.026	23 (22.1)
11	공동체	8 (17.8)	8 (13.6)	.597	16 (15.4)
12	영성	4 (8.9)	3 (5.1)	.424	7 (6.7)
전체 후회 개수의 평균		4.1(SD=2.2)	4.3(SD=2.0)		4.2(SD=2.1)

한 결과가 표 4에 제시되어 있다. 전반적으로 살펴 보면, 후회와 관련된 세 가지 정서 중 노인들은 아쉬움 정서가 가장 높은 것으로 나타났다. 이러한 경향은 경제, 건강, 연애/결혼 그리고 경력 영역을 제외한 모든 후회 영역에서 나타나는데, 교육 영역 [ $F(2, 158) = 22.75, p < .001$ ], 부모역할 영역 [ $F(2, 112) = 6.99, p < .001$ ], 가족 영역 [ $F(2, 78) = 8.49, p < .001$ ], 친구 영역 [ $F(2, 50) = 7.13, p < .001$ ], 자기계발 영역 [ $F(2, 48) = 4.07, p < .05$ ], 여가 영역 [ $F(2, 44) = 9.05, p < .001$ ], 공동체 영역 [ $F(2, 30) = 5.77, p < .01$ ], 그리고 영성 영역 [ $F(2, 12) = 4.50, p < .05$ ]에서 일관적으로 관찰되었다.

## 2. 내적 통제성, 후회 경험 및 주관적 안녕감 간의 관계

본 연구의 주 관심은 내적 통제성 정도에 따라 노인의 후회 경험이 달라지는지, 그리고 후회 강도와 빈도 및 후회 관련 정서와 주관적 안녕감 간에

어떤 관련성이 있는지 파악하는 것이다. 이를 위해 상관분석을 통해 변인들 간의 관련성을 살펴보고, 내적 통제성 정도에 따른 후회 경험의 차이를 비교하였다. 그리고 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인을 중다회귀 분석을 통해 추출한 후, 경로 분석을 통해 변인들 간의 관련성을 살펴보았다.

### 2-1. 내적 통제성, 후회 경험 및 주관적 안녕감 간의 상관관계 분석

내적 통제성과 후회 경험 그리고 주관적 안녕감 사이의 관계를 살펴보기 위해 이들 사이의 상관관계를 표 5에 제시하였다.

표 5에서 보이는 바와 같이, 내적 통제성과 후회에 대한 개선 노력은 주관적 안녕감과 정적 상관을 보인 반면, 후회와 관련된 모든 요소들(후회 강도, 후회 빈도 및 후회 관련 정서)은 주관적 안녕감과 부적 상관을 보여주었다. 즉, 내적 통제를 할수록( $r = .39, p < .01$ ), 그리고 후회에 대한 개선 노력을 할수록( $r = .33, p < .001$ ) 주관적 안녕감은

표 3. 후회 영역별 후회가 있다고 응답한 노인의 행위 후회와 무행위 후회의 빈도 및 비율(%)

영역	행위 후회		무행위 후회		행위+무행위 후회*		행위-무행위 후회에 대한 이항검증** <i>p</i>
교육	0	( 0 )	78/80	(97.5)	2/80	( 2.5)	< .001
부모역할	3/57	( 5.3)	50/57	(87.7)	4/57	( 7.0)	< .001
경제	19/50	(38.0)	30/50	(60.0)	1/50	( 2.0)	.152
건강	9/44	(20.5)	34/44	(77.3)	1/44	( 2.2)	< .001
연애/결혼	27/42	(64.3)	11/42	(26.2)	4/42	( 9.5)	.014
가족	5/40	(12.5)	35/40	(87.5)	-	( 0 )	< .001
경력	9/28	(32.1)	16/28	(57.2)	3/28	(10.7)	.230
친구	7/26	(26.9)	19/26	(73.1)	-	( 0 )	.029
자기	4/25	(16.0)	21/25	(84.0)	-	( 0 )	.001
여가	1/23	( 4.3)	22/23	(95.7)	-	( 0 )	< .001
공동체	0	( 0.0)	16/16	(100)	-	( 0 )	< .001
영성	0	(14.3)	6/7	(85.7)	1/7	(14.3)	.031
전체 개수	84/438 (19.2)		338/438 (77.2)		16/438 ( 3.6)		< .001

\* 행위+무행위 후회는 각 영역에서 행위 후회와 무행위 후회 둘 다를 보고한 경우임.

\*\* 행위 혹은 무행위 후회 중 어느 하나만을 보고한 사람들을 대상으로 이항검증을 실시하였음.

표 4. 후회 영역별 후회 관련 정서 평균 개수 및 차이 비교

영역	화 정서 <sup>a</sup>	아쉬움 정서 <sup>b</sup>	우울 정서 <sup>c</sup>	F 값
교육	0.81	1.78	0.94	(2,158) = 22.75***
부모역할	0.89	1.44	0.89	(2,112) = 6.99***
경제	1.22	1.36	0.98	(2, 98) = 1.56
건강	1.07	1.02	0.93	(2, 86) = .22
연애/결혼	1.07	1.02	0.90	(2, 82) = .35
가족	1.10	1.73	1.08	(2, 78) = 8.49***
경력	1.18	1.61	1.57	(2, 54) = .82
친구	0.88	1.69	0.92	(2, 50) = 7.13***
자기개발	0.88	1.20	0.56	(2, 48) = 4.07*
여가	0.52	1.52	0.87	(2, 44) = 9.05***
공동체	0.75	1.25	0.31	(2, 30) = 5.77**
영성	0.29	1.00	0.00	(2, 12) = 4.50*
평균	0.89	1.39	0.83	

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$  (양방검증)

<sup>abc</sup> 세 가지 후회 정서 평균 개수의 범위는 각각 0점 - 5점이며, 수치가 높을수록 화, 아쉬움, 우울 정서를 더 많이 느끼는 것임.

높았다. 그러나 강하게 후회하고( $r = -.28, p < .01$ ), 자주 후회하고( $r = -.21, p < .05$ ), 후회와 관련된 정서를 많이 느낄수록( $r = -.42, p < .001$ ) 주관적 안녕감은 낮았다.

삶에 대해 자신이 통제할 수 있다고 느끼는 정도인 내적 통제성과 주관적 안녕감 사이에는 정적 상관을 보인 결과와는 반대로, 내적 통제성은 후회 경험 요소들과는 부적 상관을 보여 주었다. 즉, 내적 통제를 할수록 후회 강도가 더 낮고( $r = -.30, p < .01$ ), 후회 빈도도 더 적고( $r = -.32, p < .001$ ), 후회 관련 정서( $r = -.33, p < .001$ )도 더 낮

은 것으로 나타났다.

후회와 관련된 세 가지 측면들 즉, 후회 강도, 후회 빈도 및 후회 관련 정서 간에는 모두 정적 상관관계를 보여주었다[후회 강도와 후회 빈도( $r = .69, p < .001$ ), 후회 강도와 후회 관련 정서( $r = .35, p < .001$ ), 후회 관련 정서와 후회 빈도( $r = .34, p < .001$ )]. 즉, 후회 강도와 빈도가 높을수록 후회 관련 정서도 더 많이 보고되었다.

특이한 점은 표 5에서 보듯이 노인집단에서 후

표 5. 후회 경험과 주관적 안녕감 및 내적 통제성 간의 상관계수

	주관적 안녕감	내적 통제	후회 강도	후회 빈도	후회 정서	개선 노력
주관적 안녕감						
내적 통제	.39**					
후회 강도	-.28**	-.30**				
후회 빈도	-.21*	-.32***	.69***			
후회 정서	.42***	-.33***	.35***	.34***		
개선 노력	.33***	.17	-.22*	-.17	-.09	

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

표 6. 주관적 안녕감에 대한 예측 변인들의 위계적 중다회귀 분석

종속변인	단계	예측변인	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
주관적 안녕감	1	후회 정서	-.42	-4.62***	.17		(1, 102)= 21.36***
	2	후회 정서	-.39	-4.54***			(1, 101)= 17.53***
		개선 노력	.29	3.39**	.26	.09	
	3	후회 정서	-.31	-3.56**			(1, 100)= 15.02***
		개선 노력	.26	3.04**			
		내적 통제	.25	2.77**	.31	.05	

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$  (양방 검증)

회가 강할수록 오히려 이에 대한 개선 노력은 더 적은 것으로 나타나, 후회 강도와 후회 개선 노력 간에 부적 상관관계가 나타났다( $r = -.22, p < .05$ ). 후회 빈도와 개선 노력 간에는 유의한 상관이 나타나지 않았다.

### 2-2. 주관적 안녕감에 대한 예측 요인들의 중다회귀 분석

본 연구의 중요한 목적 중의 하나는 측정 변인들이 궁극적으로 노인의 주관적 안녕감을 얼마나 타당하게 예측해주는지 평가하는 것이다. 이에 본 연구에서 측정한 예측변인인 내적 통제성, 후회 강도, 후회 빈도, 후회 관련 정서, 개선 노력이 노인의 주관적 안녕감을 얼마나 잘 설명할 수 있는지를 분석하였다. 각각의 예측 변인들이 주관적 안녕감을 설명하는 양을 상대적으로 비교하기 위해 단계적 투입(stepwise) 방법으로 주관적 안녕감에 대한 변인들의 설명량을 분석하였다. 이 결과는 표 6에 제시되어 있다.

중다회귀 분석 결과, 후회 관련 정서는 주관적 안녕감 변량의 17%를 설명하였고( $F(1, 102) = 21.36, p < .001$ ), 개선 노력을 추가할 경우 이 두 가지 변인은 주관적 안녕감 변량의 26%를 설명하였는데( $F(1, 101) = 17.53, p < .001$ ), 이는 후회 개

선 노력이 투입됨으로써 설명량이 9% 증가한 것이다. 그리고 후회 관련 정서, 개선 노력, 그리고 내적 통제성 모두 회귀모형에 투입될 경우 이들은 주관적 안녕감 변량의 31%를 설명하였는데( $F(1, 100) = 15.02, p < .001$ ), 내적 통제성이 추가됨으로 인해 다른 두 변인에 의한 설명량에 비해 5% 증가한 것이다.

위의 결과는 주관적 안녕감을 가장 잘 예측하는 변인은 후회 관련 정서로서 후회로 인한 부정적 정서가 주관적 안녕감을 낮추는데 크게 기여함을 보여주는 것이다. 반면에 후회에 대한 개선 노력과 내적 통제성은 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 주는 변인임을 보여주고 있다.

중다회귀 분석 결과, 후회 강도와 후회 빈도는 주관적 안녕감을 직접적으로 예측하는 변인으로 나타나지 않았다. 그런데 앞의 변인들 간의 상관관계 분석에서 후회 강도와 후회 빈도는 주관적 안녕감과 부적 상관을 보인 점을 감안해보면, 후회 강도와 빈도는 직접적으로 주관적 안녕감에 영향을 미치지보다는 후회 관련 정서와 같은 변인들에 영향을 주어 주관적 안녕감에 간접적으로 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

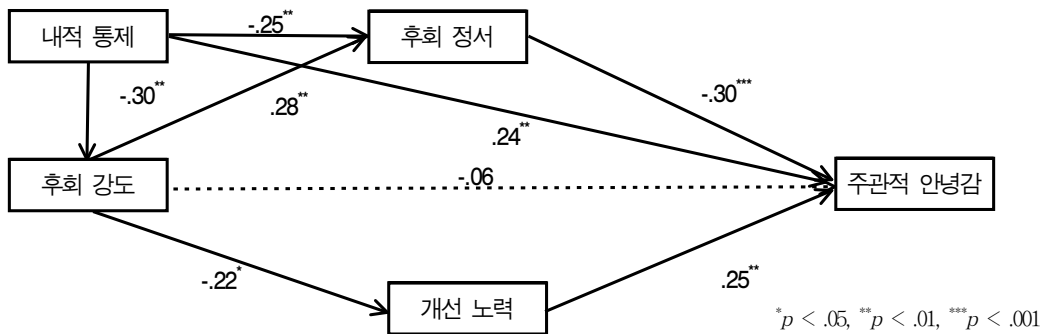


그림 1. 후회 강도가 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 경로 모형

### 2-3. 경로분석을 통한 내적 통제성, 후회 경험 및 주관적 안녕감 간의 관계

본 연구에서 경로모형을 설정할 때 다음과 같은 사항들을 고려하였다. 첫째, 내적 통제성은 후회 경험이나 주관적 안녕감의 결과라기보다는 이것에 영향을 주는 선행요인이라고 가정하는 것이 타당하다. 일반적으로 내적 통제성은 개인의 안정적 성격 특성으로 간주되며, 스트레스를 완충하는 주요 결정 요인이다(양혜정, 1992).

Wrosch 등(2005)의 후회 모델에서는 후회강도가 주관적 안녕감을 낮추는 것으로 나타났다. 그런데

본 연구의 회귀분석 결과, 후회 강도와 후회 빈도는 주관적 안녕감을 직접적으로 예측하는 변인이 되지 못했다. 그리고 후회 강도와 빈도는 후회 관련 정서와 상관이 있었다. 상관분석과 회귀분석에서 공통적으로 나타난 결과는 후회 관련 정서가 주관적 안녕감에 크게 영향을 미친다는 것이었다. 또한 상관분석과 회귀분석에서 후회에 대한 개선 노력은 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이런 결과를 토대로, 경로 모형 설정 시 후회 관련 정서와 후회에 대한 개선 노력의 두 변인을 주관적 안녕감에 영향을 줄 수 있는 매

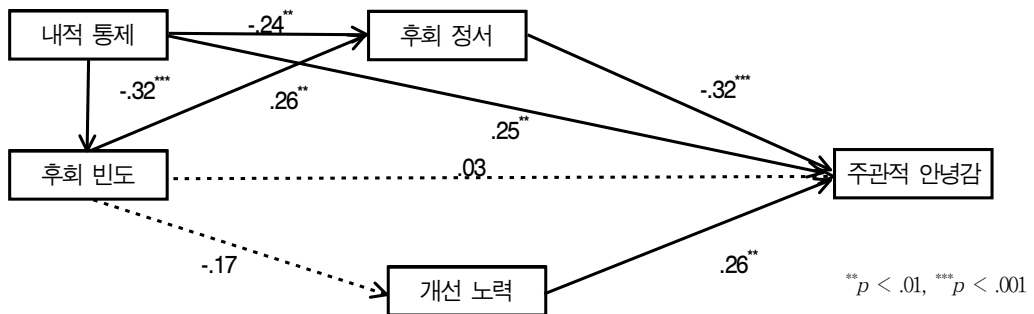


그림 2. 후회 빈도가 주관적 안녕감에 미치는 영향에 관한 경로 모형

개변인으로 상정하였다.

본 연구에서는 후회 강도와 후회 빈도를 구분하여 이들 각각의 경로분석을 실시하였다. 그림 1은 후회 강도에 의한 후회 과정을, 그림 2는 후회 빈도에 의한 후회 과정에 대한 경로분석을 보여주고 있다. 경로모형 설정과 모형의 적합도 분석은 Amos7.0을 이용하였다.

먼저, 그림 1에 제시된 후회 강도를 기준으로 구성된 경로모형의 적합도를 살펴보면,  $X^2 = 1.367$ ,  $df = 2$ ,  $p = .505$ ,  $GFI = .995$ ,  $NFI = .982$ ,  $RMSEA < .001$ 로 모든 지수를 충족하는 매우 적합한 모형이었다\*. 앞에서 가정한 바와 같이 후회 강도는 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 주지 않는 대신( $\beta = -.06$ ,  $p > .05$ ), 후회 관련 정서를 매개로 주관적 안녕감에 간접적으로 영향을 미치고 있다. 즉, 후회 강도가 클수록 후회 관련 정서가 커지고( $\beta = .28$ ,  $p < .01$ ), 후회 관련 정서가 클수록 주관적 안녕감이 낮아진다( $\beta = -.30$ ,  $p < .001$ ). 또한 후회 강도는 후회 내용에 대한 개선 노력에 부정적 영향을 미치나( $\beta = -.22$ ,  $p < .05$ ), 개선 노력 자체는 주관적 안녕감을 높여준다( $\beta = .25$ ,  $p < .01$ ). 그리고 내적 통제성은 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 주기도 하고( $\beta = .24$ ,  $p < .01$ ), 후회 관련 정서를 매개로 주관적 안녕감에 간접적으로도 영향을 주기도 한다.

그림 2에 제시된 후회 빈도를 기준으로 구성된 경로모형 즉, 회귀계수값 등을 포함한 통계치들 및 적합도는 위의 후회 강도를 기준으로 구성된 경로모형과 매우 유사하다. 후회 빈도를 기준으로 구성된 경로모형의 적합도를 살펴보면,  $X^2 = 1.652$ ,  $df = 2$ ,  $p = .438$ ,  $GFI = .994$ ,  $NFI = .977$ ,  $RMSEA <$

.001로 모든 지수를 충족하는 매우 적합한 모형이다. 또한 후회 강도에 기반한 경로모형과 같이 후회 빈도는 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 주지 않는 대신( $\beta = .03$ ,  $p > .05$ ), 후회 관련 정서를 매개로 주관적 안녕감에 간접적으로 영향을 미친다. 즉, 후회 빈도가 높을수록 후회 관련 정서가 커지고( $\beta = .26$ ,  $p < .01$ ), 후회 관련 정서가 클수록 주관적 안녕감이 낮아진다( $\beta = -.32$ ,  $p < .001$ ). 특히 후회 강도가 후회 내용에 대한 개선 노력을 낮추는 것으로 관찰된 반면, 후회 빈도는 이러한 영향이 관찰되지 않았다. 그림 2에서도 개선 노력 자체는 주관적 안녕감을 높여주는 것으로 나타나고 있다( $\beta = .26$ ,  $p < .01$ ). 그리고 내적 통제는 후회 관련 정서를 매개로 주관적 안녕감에 간접적으로도 영향을 주는 동시에 직접적으로도 주관적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다( $\beta = .25$ ,  $p < .01$ ).

## 논 의

본 연구는 지금까지 거의 다루어지지 않았던 노인의 후회 경험을 후회 영역, 후회 유형 및 후회 관련 정서 등 다양한 형태로 분석한 후, 이러한 후회 경험의 특성들이 주관적 안녕감이나 내적 통제성과 어떠한 관련성을 갖는지 탐색하기 위해 수행하였다.

먼저 노인들이 가장 많이 후회하는 영역을 살펴보면, 12개의 다양한 삶의 영역에서 가장 많이 후회가 보고된 영역은 남녀 구분 없이 '교육'에 관한 후회였다. 그런데 성공 노인 집단과 실패한 노인집단의 후회 영역을 비교한 윤현숙과 유희정(2008)의

\* 본 연구에서는 적합도 평가 지수로  $X^2$  통계량(자유도, p-value)과 함께 절대적 적합도 지수인 GFI, RMSEA, 그리고 상대적 적합도 지수인 NFI를 사용하였다.  $X^2$  통계량을 사용할 경우 p-value가 .05보다 크면 일반적으로 적합도가 높은 것으로 받아들인다. GFI, NFI는 .90이상, RMSEA는 .80(혹은 .10)이하면 적합도가 좋은 것으로 간주된다.

연구에서 성공한 한국노인이 가장 후회하는 영역은 ‘경제’ 영역이었고, 실패 노인 집단이 가장 후회하는 영역은 ‘가족’으로 나타났다. 한국 노인을 대상으로 한 두 연구에서 차이가 나는 것이 노인들의 후회 측정 방법과 관련이 있을 것으로 보인다. 먼저, 후회 영역을 보고하도록 할 때 ‘가장 후회하는 영역을 한 가지만 말하라’고 지시하는 경우(윤현숙, 유희정, 2008)와 본 연구에서처럼 가능한 후회 영역을 하나씩 제시하고 ‘후회하는 것을 말하라’고 지시하는 경우는 응답이 달라질 수 있다. 본 연구에서 노인들이 교육과 관련된 후회(젊었을 때 더 많이 배워야 했는데, 더 열심히 공부할 걸, 등)가 많았던 것은 교육이라는 영역이 일반적으로 직업 선택이나 지위, 명예, 자존감 등 인생 전반에 널리 영향을 주는 영역이기 때문에, 대부분의 노인들이 후회가 있는 영역으로 나타났을 것으로 짐작된다. 즉, 가장 후회하는 영역 하나만을 선택하도록 질문한 경우에는 교육이 가장 후회하는 영역이 아닐 수 있으나, 교육과 관련된 영역을 제시하면 대부분의 노인들이 이와 관련된 후회를 응답했을 가능성이 크다.

후회 영역에 관한 여러 선행연구들을 통합적으로 개관한 논문에서 Roese와 Summerville(2005)이 사람들이 가장 많이 후회하는 영역이 교육과 관련된 영역이라고 결론내리는 것에 비추어 본다면, 본 연구에서 가장 많은 노인들이 후회하는 영역이 교육이라는 응답은 본 연구에서 사용된 후회 관련 질문이 적절했음을 보여주는 것이라 하겠다. 후회에 관한 연구를 할 때, ‘후회하는 것 하나를 말하라’는 질문보다 본 연구에서처럼 다양한 삶의 영역들을 제시하고 후회에 관한 질문을 하는 것이 사람들의 후회 경험에 관한 정보를 더 많이 얻어낼 수 있다는 것을 지지해주는 또 다른 증거는 본 연구에서 노인들이 응답한 후회 개수의 평균 4개 이

상이라는 점을 들 수 있다. 가장 후회하는 것이 무엇인지를 물었던 윤현숙과 유희정(2008)의 연구에서는 전혀 후회를 하지 않는다고 응답한 비율이 평균 35% 이상이었고, 실패한 노화 집단에서조차 후회가 없다고 응답한 비율이 27.8%에 달했다는 것은 단일 문항으로 구성된 질문으로는 노인의 후회 경험을 충분히 이끌어내기 어려움을 보여주고 있다.

후회 영역과 관련하여 본 연구에서 나타난 흥미로운 점은 결혼 영역에서 노인의 성별에 따라 큰 차이가 나타난 것이었다. 우리나라 여성 노인들은 남성 노인에 비해 결혼과 관련된 영역에서 훨씬 더 많은 후회를 보여주었다. 즉, 많은 여성 노인들이 남편과 결혼한 것을 후회하고 있는데 반해, 남성 노인들은 아내와의 결혼에 대해 후회가 별로 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여성이 남성에 비해 좀 더 관계 중심적임에도 불구하고(박아청, 2000; 정진경, 1987; Eagly & Steffan, 1984), 남편들은 아내의 이러한 욕구를 충족시키지 못했거나, 아내로서의 삶에 대한 불만을 나타내는 것으로 보인다.

다양한 삶의 영역에서 노인들이 하지 말아야 하는 것을 행한 것에서 오는 행위 후회가 많은지, 아니면 행해야 할 것을 하지 못한 데서 오는 무행위 후회가 많은지를 살펴본 결과, 전체적으로 행위 후회보다는 하고 싶은 것을 해보지 못한 데서 오는 무행위 후회 빈도가 3배 이상 많았다. 이러한 결과는 노인응답자들에게 후회에 관한 질문을 할 때 인생 전반을 통한 장기적 관점에서의 후회를 보고하도록 하였기 때문일 것으로 추측된다. 본 연구에서는 후회 경험을 측정할 때 ‘일생을 살아오시면서 00 영역과 관련해 후회하는 것이 있습니까?’ 라고 질문하였는데, 이것은 응답자들로 하여금 장기적인 안목에서 자신의 후회 내용을 회고하도록 하였을

가능성이 높다. 단기적 관점에서 후회에 대해 보고 하도록 했을 때에는 행위 후회를 더 많이 보고하는 반면, 장기적 관점에서는 무행위 후회를 더 많이 보고한다는 기존의 연구 결과들이(Chen, Chiu, Roese, Tam, & Lau, 2006; Gilovich & Medvec, 1995; Kahneman & Tversky, 1982; Landman, 1987; Zeelenberg, Pligt, & Manstead, 1998) 이런 가능성을 지지해준다. 그런데 장기적 관점에서의 후회를 보고했는지라도 연애/결혼 영역에서는 현재의 배우자와 결혼한 것을 후회하는 행위 후회가 무행위 후회의 2배 이상 많이 보고되었다. 이는 많은 여성 노인들이 결혼한 것에 대해 후회를 보였기 때문이다.

노인들이 응답한 후회와 관련된 정서를 영역별로 분석한 결과, 화, 아쉬움 및 우울의 세 가지 정서 중 아쉬움 정서가 가장 높았는데, 이러한 경향성은 노인들의 후회가 장기적 관점에서 이루어졌고, 장기적 관점에서의 후회는 무행위 후회가 많았다는 점, 그리고 하고 싶은 것을 하지 못하면서 오는 무행위 후회는 아쉬움 정서와 관련되었기 때문일 것이다(Gilovich & Medvec, 1995; Gilovich, et al., 1998; Wrosh & Heckhausen, 2002).

본 연구에서는 자신에게 발생하는 일의 결과는 자신 탓이라는 내적 통제성이 후회 관련 경험과 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미칠 것으로 상정하였다. 상관분석 결과, 내적 통제성이 높을수록 후회 강도와 후회 빈도 및 후회 관련 정서가 적었으며, 주관적 안녕감과 정적 상관을 보여주었다. 그런데 내적 통제성이 높으면 상황에 대한 내적 통제감으로 인해 이를 개선하려고 노력할 것이라고 기대했으나, 상관분석 결과 내적 통제성과 후회에 대한 개선 노력은 의미 있는 상관을 보이지 않았다. 내적 통제성과 개선 노력 간에 유의한 관계가 나타나지 않는 가능한 한 이유로 본 연구에 참

여한 사람들이 대부분 70세 이상의 노인들이라는 점을 지적할 수 있다. 아마도 고령이라 내적 통제성이 높은 노인일지라도 자신의 삶 속에서 더 이상 새로운 기회를 탐색하거나 혹은 자신의 능력을 발휘할 기대가 적기 때문에 후회가 있더라도 이를 적극적으로 개선하는 행동이 미약하게 표출될 수 있을 것이다. Jokisaari(2003)의 연구 결과에 따르면, 노인들은 젊은이에 비해 그들의 후회 관련 목표나 사건을 변화시키기 용이하지 않다고 평가하는 경향을 보이는데, 본 연구에서 나타난 내적 통제성과 개선 노력 사이의 유의하지 않은 상관관계도 이러한 경향을 반영할 것으로 보인다.

본 연구에서 측정된 예측변인들인 내적 통제성, 후회 강도, 후회 빈도, 후회 관련 정서, 및 개선 노력을 모두 고려하여 이들이 노인의 주관적 안녕감을 얼마나 설명할 수 있는지 분석한 결과, 후회 관련 정서, 개선 노력, 그리고 내적 통제성 순으로 주관적 안녕감을 예측하였다. 반면, 후회 경험의 중요 요소인 후회 강도와 후회 빈도의 주관적 안녕감에 대한 상대적 기여도는 통계적으로 유의하지 않았는데, 경로분석 결과 후회 강도와 후회 빈도는 직접적으로 주관적 안녕감에 영향을 미치지 보다는 다른 변인들을 매개로 주관적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

중다회귀 분석 결과에서 주관적 안녕감에 영향을 미치는 후회 경험 요소 중에서 후회 관련 정서가 가장 설명력이 컸고, 경로분석 결과 후회 강도나 후회 빈도가 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 미치지 보다는 후회 관련 정서를 매개로 간접적으로 영향을 미친다는 공통적이고 수렴적인 결과는, 후회 경험 자체보다는 후회로 인해 발생한 부정적 정서 경험이 개인의 주관적 안녕감에 매우 중요함을 시사한다(Gilovich, et al., 1998; Lecci, et al., 1994; Torges, et al., 2005; Wrosh et al.,

2005).

개인의 성격 차원의 하나인 내적 통제성이 후회 경험과 관련된 여러 측면들에 많은 영향을 미치고, 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미친다는 본 연구 결과는 내적 통제성이 개인의 심리적 안녕감과 정적 상관을 보여준 선행 연구 결과들과 일치한다 (정상원, 2007; Myers & Diener, 1995; Pearlin & Skaff, 1996; Veenhoven, 1991).

그리고 후회 강도와 후회 빈도가 후회 관련 정서를 통해 주관적 안녕감에 간접적으로 영향을 미친다는 결과는 노인들의 주관적 안녕감 증진 방략 선택에도 시사점을 제공한다. 내적 통제성과 같은 개인의 일반적 신념은 변하기가 매우 어렵다. 반면에 특정 사상에 대한 개인의 정서는 가변적일 수 있다. 특히 노인들은 젊은이들에 비해 정서-중심적인 대처행동을 더 많이 한다는 점을 고려해 본다면(유경, 2005; Folkman, Lazarus, Pimley, & Novacek, 1987; Gutmann, 1964; Lazarus, 1996), 노인들이 후회 경험에 대항하고 개인의 주관적 안녕감을 향상시키는 데에는 후회와 관련된 부정적 정서 조절 훈련이 도움이 될 것으로 보인다.

Zeelenberg(1999)는 후회의 긍정적 기능으로써 후회경험은 후회를 교정할 수 있는 동기를 부여하여 삶의 질의 향상을 가져 올 수 있음을 제안하였다. 본 연구에서는 Zeelenberg(1999)의 제안을 탐색적으로 검증해보고자 노인들에게 ‘후회하는 것을 교정하고 향상하기 위해 어느 정도 노력했는지’ 단일 문항으로 개선노력을 측정하여, 후회 강도/빈도와 개선노력 그리고 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보았다. 연구 결과는 흥미롭게도 노인들은 후회 강도가 높을수록 개선노력을 더 많이 하기보다는 오히려 하지 않는 부적 상관을 보여주었다. 이 결과와 관련하여 두 가지 점을 생각해 볼 수 있다. 첫째, 후회와 개선노력 간의 관계에 대한 추후 연

구들이 더 필요하다는 것이다. 우선 본 연구에서 나타난 것처럼 후회 강도와 개선노력 간의 부적 관계가 본 연구에만 국한된 것인지 아니면 노인들이 보여주는 보편적 현상인지를 확인하는 작업이 이루어져야 할 것이다. 이를 위해 젊은 층과 노인 층의 후회경험을 비교하는 연구가 이루어져야 할 것이다. 또 다른 한 가지는 본 연구에서 얻어진 결과를 확장하기 위해서는 후회에 관한 개선노력을 측정하는 방법의 보완이 필요하다. 단순히 후회를 교정하기 위해 얼마나 노력했는가를 묻는 것에 더 나아가 구체적으로 어떤 노력을 얼마나 하였는지를 확인하는 작업과 개선노력을 재는 추가적 질문들이 보완되어야 할 것이다. 본 연구에서는 노인들에게서 후회 강도나 후회 빈도는 후회 개선노력과 관련이 없거나 부적인 관련이 있는 것으로 나타났다지만, 후회 개선노력 자체는 주관적 안녕감에 도움이 되는 것으로 나타났다. 이를 종합적으로 검토해보면, 후회 내용과 그 대응 방식이 차별화될 필요가 있다는 것이다. 개선이 가능한 후회에 관해서는 개선을 위해 적극적으로 노력하는 것이 주관적 안녕감을 높일 수 있는 반면에(Gilovich & Medvec, 1995; Lecci, et al., 1994; Markman, et al., 1993; Markus & Ruvolo, 1989), 개선이 불가능한 후회에 관해서는 노력보다는 이로부터 벗어나는 것(disengagement)이 주관적 안녕감을 높일 수 있을 것이다.

본 연구는 우리나라에서 거의 다루어지지 않았던 노인의 후회 경험과 관련된 다양한 자료들을 일대일 심층 면접으로 수집하여, 노인의 후회 경험에 대한 일반적인 특성뿐만 아니라 주관적 안녕감과 내적 통제성 등과 같은 여러 요인들 간의 상호 관련성을 파악함으로써, 노인 후회의 적응을 위한 시사점들을 도출하였다는 점에서 의미가 있을 것이다.

끝으로 후속 연구에 대한 제안을 하면서 논의를 끝마치고자 한다. 첫째, 본 연구는 노인들의 후회 경험 유무와 주관적 안녕감과의 관계에 대해서 살펴보았다. 추후 연구에서는 후회 경험의 존재 자체에 국한될 것이 아니라, 노인들이 자신의 후회 경험에 대해서 어떻게 생각하고 있으며 후회 경험에 대해 어떻게 대처했는지를 살펴보고, 대처 방식에 따라 주관적 안녕감에 미치는 영향이 어떠한지 살펴보는 것이 노인의 후회 경험을 좀 더 심층적으로 접근하고 이해하는 방법이 될 것으로 사료된다. 둘째, 발달적 관점에서 연구 대상을 청년 또는 중년으로 확대 적용하여 후회 경험과 내적 통제성, 그리고 주관적 안녕감과의 관계를 살펴봄으로써 연령에 따른 적절한 후회 경험의 적응 방략과 주관적 안녕감 증진을 위한 지침을 제시해 줄 연구가 필요할 것이다.

본 연구는 노인의 후회 경험에 대한 전반적인 탐색을 시도한 연구로서, 연구에 참여한 노인의 절반이 70대(54.8%)이고, 80대는 15.3%이었다. 학력의 경우에도 여성 노인의 대다수가 초졸 이하(66%)인데 비하여 남성의 대다수는 중졸 이상(77.7%)이었다. 노인집단의 경우, 연령대와 교육 수준에 따라 경제 상황이나 삶의 질이 다를 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 연령대와 교육 수준을 고려한 연구를 통해 다양한 노인층의 후회 경험에 대한 연구가 필요할 것으로 보인다.

### 참 고 문 헌

박기남 (2004). 노년기 삶의 만족도의 성별 차이. *한국노년학*, 24(3), 13-29.

박아청 (2000). 여성의 자아정체감 형성에 대한 새로운 접근. *한국심리학회지: 발달*, 13(1), 115-126.

양혜정 (1992). 내외통제성과 사회적 지지에 따른 노인의 죽음불안에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

유경 (2005). 정서최적화와 정서복잡성이 장노년기 심리적 적응에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.

윤현숙, 유희정 (2008). 성공적인 한국 노인의 삶: 다학제 간 심층 인터뷰 사례. 이주일, 박군석, 유경, 김영범, 장숙량, 윤현숙, 유희정, 김동현. *한국 노인이 경험하는 인생의 보람과 후회* (pp. 243-282). 서울: 박학사.

임주영, 정귀연 (2004). 노인의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인 연구: 배우자 유·무를 중심으로. *한국노년학*, 24(1), 71-87.

정상원 (2007). 내외통제성, 인지정서조절 전략과 주관적 안녕감에 관한 연구. 서강대학교 석사학위논문.

정진경 (1987). 성역할 연구의 양성적 시각. *한국여성학*, 3, 132-160.

차재호, 공정자, 김철수 (1973). 내외통제척도 작성. *한국행동과학연구소 연구노트*, 2(19), 263-271.

Beike, D. R., & Markman, K. D. (2009). What we regret most are lost opportunities: A theory of regret intensity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(3), 385-397.

Bulter, R. N. (1963). The Life Review: An Interpretation of Reminiscence in the Aged. *Psychiatry*, 26, 65-76.

Chen, J., Chiu, C., Roese, N. J., Tam, K., & Lau, I. Y. (2006). Culture and counterfactuals: On the importance of life domains. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 37(1), 75-84.

Diener, E. (1984). Subjective well-being.

- Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Suh, E. M., Smith, H., & Shao, L. (1995). National differences in reported subjective well-being: Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34, 7-12.
- Eagly, A. H., & Steffan, V. J. (1984). Gender Stereotypes of nationalities applied to both woman and man. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 451-462.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Pimley, S., & Novacek, J. (1987). Age differences in stress and coping process. *Psychology and Aging*, 2, 171-184.
- Gilovich, T., & Medvec, V. H. (1994). The temporal pattern to the experience of regret. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 347-355.
- Gilovich, T., & Medvec, V. H. (1995). The experience of Regret: What, When, and Why. *Psychological Review*, 102(2), 379-395.
- Gilovich, T., Medvec, V. H., & Kahneman, D. (1998). Varieties of regret: A debate and partial resolution. *Psychological Review*, 105(3), 602-605.
- Gutmann, D. (1964). An exploration of ego configurations in middle and later life. In B. Neugarten (Ed.), *Personality in middle and later life* (pp. 114-148). New York: Atherton.
- Hattiangadi, N., Medvec, V. H., & Gilovich, T. (1995). Failing to act: regrets of Terman's geniuses. *International Journal of Aging and Human Development*, 40, 175-185.
- Jokisaari, M. (2003). Regret appraisals, age, and subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 37, 487-503.
- Kahneman, D. (1995). Varieties of counterfactual thinking. In N. Roesse & J. Olsen (Eds.), *What might have been: The social Psychology of counterfactual thinking* (pp. 375-396). Mahwah, NJ: Eelbaum.
- Kahneman, D., & Miller, D. T. (1986). Norm theory: Comparing reality to its alternatives. *Psychological Review*, 93, 136-153.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1982). The simulation heuristic. In D. Kahneman, P. Slovic, & A. Tversky (Eds.), *Judgement under uncertainty: Heuristic and biases* (pp. 201-208). New York: Cambridge University Press.
- Landman, J. (1987). Regret: A theoretical and conceptual analysis. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 17, 135-160.
- Landman, J. (1993). *Regret: Persistence of the possible*. New York: Oxford University Press.
- Lawton, M. P. (1972). The dimension of morale. In D. Kent, R. Kastenbaum, & S. Sherwood (Eds.), *Research Planning and Action for the Elderly: The Power and Potential of Social Science* (pp. 144-164). New York: Behavioral Publications.
- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia Geriatric Center for Morale Scale: A Revision. *Journal of Gerontology*, 30(1), 85-89.

- Lazarus, R. (1996). The role of coping in the emotions and how coping changes over the life course. In C. Magai & S. McFadden (Eds.), *Handbook of emotion, adult development, and aging* (pp. 289-306). San Diego, CA: Academic Press.
- Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of Psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*, 731-741.
- Markman, K. D., Gavanski, I., Sherman, S. J., & McMullen, M. N. (1993). The mental simulation of better and worse possible worlds. *Journal of Experimental Social Psychology, 29*, 87-109.
- Markus, H., & Ruvolo, A. (1989). Possible selves: Personalized representation of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 211-242). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Miller, K. L., & Monge, P. R. (1986). Participation, satisfaction and Productivity: A meta-analytic review. *Academy of Management Journal, 29*, 727-753.
- Miller, D. T., Turnbull, W., & McFarland, C. (1990). Counterfactual thinking and social perception: Thinking about what might have been. *Advances in Experimental Social Psychology, 23*, 306-319.
- Myers, D., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science, 6*, 10-19.
- Pittman, N. L. & Pittman, T. S. (1979). Effects of amount of helplessness training and internal-external locus of control on mood and performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 37*, 39-47.
- Pearlin, L. I., & Skaff, M. M. (1996). Stress and the life course: A paradigmatic alliance. *Gerontologist, 36*(2), 239-247.
- Roese, N. J. (1997). Counterfactual thinking. *Psychological Bulletin, 121*, 133-148.
- Roese, N. J., & Summerville, A. (2005). What we regret most... and Why. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(9), 1273-1285.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs, 80*(1), 1-28.
- Saffrey, C., Summerville, A., & Roese, N. J. (2008). Praise for regret: People value regret above other negative emotions. *Motivation and Emotion, 32*(1), 46-54.
- Shieman, S., Pearlin, L., & Nguyen, K. B. (2005). Status Inequality and Occupational Regret in Late Life. *Research on Aging, 27*, 692-724.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*, 271-324.
- Torges, C. M., Stewart, A. J., & Miner-Rubino, K. (2005). Personality after the prime of life: Men and Women coming to terms with regrets. *Journal of Research in Personality, 39*, 148-165.
- Veenhoven, R. (1991). Questions on happiness:

- Classical topics, modern answers, blind spots. F. Intrack, M. Argyle, & N. Schwartz (Eds.). *Subjective Well-Being* (pp. 7-26). Oxford: Pergamonpress.
- Wrosch, C., & Heckhausen, J. (2002). Perceived control of life regret: Good for young and bad for old adults. *Psychology and Aging, 17*, 340-350.
- Wrosch, C., Bauer, I., Miller, G. E., & Lupien, S. (2007). Regret Intensity, Diurnal Cortisol Secretion, and Physical Health in Older Individuals: Evidence for Directional Effects and Protective Factors. *Psychology and Aging, 22*(2), 319-330.
- Wrosch, C., Bauer, I., & Scheier, M. F. (2005). Regret and quality of life span: The influence of disengagement and available future goals. *Psychology and Aging, 20*(4), 657-670.
- Zeelenberg, M. (1999). The use of crying over spilled milk: A note on the rationality and functionality of regret. *Philosophical Psychology, 12*, 325-340.
- Zeelenberg, M., van der Pligt, J., & Manstead, A. S. R. (1998). Undoing regret on dutch television: Apologizing for interpersonal regrets involving actions or inactions. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(10), 1113-1119.

---

1차 원고 접수: 2009. 10. 14.

수정 원고 접수: 2009. 11. 12.

최종 게재 결정: 2009. 11. 12.

# Relationships of Locus of Control and Regret Experiences with Subjective Well-Being in the Aged

Mi-jung Joo

Young-sook Chong

Department of Psychology, Pusan National University

The purpose of this study was to investigate the relationships of regret experiences, locus of control with subjective well-being in the aged. Face-to-face interview data was gathered from 104 participants who completed the questionnaire. The result was as follows: First, old people reported the most regrets on education-relevant domain of the 12 regret domains. Second, the aged reported more regrettable omission than regrettable commission. They also reported more wistful-emotions related with regrettable omission. Fourth, they showed the more internal locus of control, the less regret experiences and the more subjective well-being. Finally, efforts to change regret experiences was found to directly influence participants' subjective well-being, whereas both regret intensity and regret frequency affected indirectly their subjective well-being mediated by regret-related emotions.

*Keywords: locus of control, subjective well-being, aged, regret intensity, regret-related emotion*