

## 노년기 사회적 지지제공 및 지지받기와 주관적 안녕감의 관계: 기본 심리 욕구의 매개효과\*

Received: April 15, 2020  
Revised: July 13, 2020  
Accepted: August 20, 2020

이현서<sup>1</sup>, 정영숙<sup>2</sup>  
부산대학교 심리학과/ 박사과정 학생<sup>1</sup>, 부산대학교 심리학과/ 교수<sup>2</sup>

교신저자: 정영숙  
부산대학교 심리학과,  
부산광역시 금정구 부산대학로  
63번길

### The Relationships between Social Support (Giving and Receiving) and Subjective Well-Being in the Elderly: Mediating Effects of Basic Psychological Needs

E-MAIL:  
yschong@pusan.ac.kr

Hyeonseo Lee<sup>1</sup>, Youngsook Chong<sup>2</sup>  
Department of Psychology, Pusan National University/ Doctoral Student<sup>1</sup>  
Department of Psychology, Pusan National University/ Professor<sup>2</sup>

© Copyright 2020. The  
Korean Journal of  
Developmental Psychology.  
All Rights Reserved.

\* 이 논문은 2019년  
한국발달심리학회 학술대회에서  
포스터 발표한 내용을 수정  
보완한 것임.  
\* BK 21 플러스 [고령사회 대비  
웰에이징 행복심리디자이너 양성  
사업단]의 지원을 받아 수행된  
연구임 [NRFF16HR31D1802].

### ABSTRACT

본 연구는 노년기 친밀한 타인과 사회적 지지를 주고받는 것이 기본 심리 욕구를 매개로 주관적 안녕감 증진에 영향을 주는지 살펴보았다. 부산·경남에 거주하는 60세 이상 노인 330명을 대상으로 가족 또는 비 가족으로부터 노인이 받는 사회적 지지와 그들을 향한 사회적 지지제공, 기본 심리 욕구(자율성, 유능성, 관계성) 충족 정도, 그리고 주관적 안녕감을 측정하였다. 매개 분석 결과, 가족이나 비 가족과 관계없이 사회적 지지제공은 유능성과 관계성을 통해 주관적 안녕감에 유의한 영향을 주었다. 반면에 가족이나 비 가족으로부터 받는 사회적 지지는 기본 심리 욕구를 매개로 주관적 안녕감에 미치는 경로가 유의하지 않았다. 사회적 지지 제공의 효과가 대상에 따라 약간의 차이가 있었다. 가족에게 사회적 지지를 제공하는 경우에는 지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 유능성 및 관계성의 부분 매개효과가 나타났으나 비 가족에게 사회적 지지를 제공하는 것은 유능성 및 관계성의 완전 매개효과가 나타났다. 본 연구결과는 사회적 지지받기와 지지제공의 차별적 효과와 노년기 사회적 지지제공의 긍정적 효과를 보여줌으로써 사회적 지지제공에 관한 심리적 기능의 연구 필요성을 보여준다.

주요어 : 사회적 지지제공과 지지받기, 기본심리욕구, 주관적 안녕감, 노년기, 가족/비 가족

우리는 전 생애 동안 가족, 친구, 이웃 등 타인들과 관계를 맺고, 그 관계 속에서 정보와 지식을 서로 교환하고, 필요한 물질을 주고받으며, 공감과 위로를 주고받는다. 사회적 지지는 이처럼 타인과의 관계에서 다양한 자원을 주고받는 일종의 연결이다(Cohen & Hoberman, 1983; Taylor, 2011).

사회적 지지가 특정 관계에서 나타나는 주고받는 과정임에도 불구하고, 사회적 지지를 다룬 대부분의 연구는 사회적 지지를 받는 것이 신체 건강과 정신건강에 유용하다는 긍정적 이점을 보여주고 있다. 높은 사회적 지지를 받을수록 심장병, 당뇨병, 흡연 등 건강 관련 위험이 낮고(Heinze, Kruger, Reischl, Cupal, & Zimmerman, 2015; Taylor, 2011), 유방암 진단 후 병의 진전이 더딘 것으로 나타났다(Leung, Pachana, McLaughlin, 2014). 반면에 지속적으로 낮은 사회적 지지를 받는 사람들은 만성 건강 문제가 많고 일찍 사망하는 것으로 예측되었다(Herbst-Damm & Kulik, 2005; Olaya et al., 2017). 정신건강과 관련하여, 사회적 지지는 우울, 불안을 포함하여 많은 심리적 문제로부터 개인을 보호해주는 완충 역할을 하는 것으로 보고되고 있다(Ginter, Glauser, & Richmond, 1994; Hakulinen et al., 2016; Rueger, Malecki, Pyun, Aycock, & Coyle, 2016).

그런데 최근 사회적 지지받기에 관한 일부 문제점이 제기되었다. 문제의 핵심은 타인으로부터 지속적으로 사회적 지지를 받는 것이 개인을 타인에게 의존적으로 만들어 부정적 영향을 미칠 수 있다는 것이다. 자녀로부터 형평성에 맞지 않은 사회적 지지를 받는 노인은 자신이 의존적임을 인식하게 되어 오히려 삶의 만족도가 낮을 수 있다는 것이다(Lowenstein, Katz, & Gur Yaish, 2007). 과도한 사회적 지지를 받는다고 인식하는 노인이 우울

감, 실패감 등 부정적 정서를 더 자주 경험한다는 결과 역시 사회적 지지를 받는 것이 언제나 긍정적 영향을 보이는 것은 아님을 보여준다(Silverstein, Chen, & Heller, 1996; Thomas, 2010).

그뿐만 아니라 사회적 지지 제공의 심리적 기능에 관해 주목하는 연구들이 등장하였는데, 연구 결과는 사회적 지지 제공의 긍정적 영향을 일관되게 보고하고 있다(Inagaki et al., 2016; Schwartz, Meisenhelder, Ma, & Reed, 2003; Thomas, 2010; Warner, Schütz, Wurm, Ziegelmann, & Tesch-Römer, 2010).

본 연구는 사회적 지지는 관계 속에서 주고받는 행위이므로, 사회적 지지의 심리적 기능을 지지받기에 국한할 것이 아니라 지지제공으로 확장하여 탐색할 필요가 있다는 점에 주목하였다. 또한 사회적 지지받기의 역효과가 일부 보고되고 있고, 사회적 지지제공의 긍정적 효과가 보고되기 시작한 상황이기 때문에, 사회적 지지 기능에 관한 포괄적 연구를 위해 사회적 지지받기와 사회적 지지제공의 기능을 비교하는 연구가 필요할 것으로 판단하였다.

### 사회적 지지제공/지지받기와 노년기 심리적 적응

다른 사람들과 연결되는 것은 개인의 정서적 건강과 신체적 건강에 매우 중요하다. 사회적 지지는 타인과의 관계에서 다양한 자원을 주고받는 일종의 연결로 다양한 형태를 취한다(Cohen & Hoberman, 1983; Taylor, 2011). 자신이나 타인이 필요로 하는 정보를 주고받는 사회적 지지, 개인과 타인이 실질적으로 필요한 물질을 주고받는 사회적 지지가 있는가 하면, 개인과 타인에게 필

요한 위로나 공감, 지지를 보내는 사회적 지지가 있다.

신체 건강과 정신건강에 미치는 사회적 지지받기의 긍정적 기능을 고려해보면, 신체기능이 저하되고 인간관계가 축소되는 노년기에는 사회적 지지받기가 더욱 중요한 역할을 할 수 있다(Bosworth & Schaie, 1997; Rowe & Kahn, 1997). 선행연구 결과는 이런 생각을 지지해준다. 신체 기능의 저하, 역할 상실, 경제 능력의 감소, 친밀한 사람의 죽음 등으로 인해 많은 스트레스를 경험하는 노년기에 높은 사회적 지지를 받는 사람들은 지각된 스트레스가 낮았다(Cohen & Wills, 1985). 그리고 높은 사회적 지지를 받고 있다고 지각한 노인은 주관적 안녕감이 높고(Thompson & Heller, 1990), 삶의 만족도도 높은 것으로 나타났다(Chen & Feeley, 2014). 그러나 최근 사회적 지지받기의 문제점이 나타나고 있는데, 사회적 지지받기가 오히려 노인을 의존적으로 만들거나(Lowenstein et al., 2007), 부정적 정서를 더 자주 경험할 수 있다는 것이다(Silverstein et al., 1996; Thomas, 2010).

사회적 지지받기의 문제점이 드러나면서 사회적 지지받기와 지지제공의 역할을 비교하는 연구들이 진행되었다. 사회적 지지제공과 사회적 지지받기의 효과를 비교한 연구 결과들은 일관되게 사회적 지지제공이 적응에 더 유용함을 보여주는 결과를 보고하고 있다(박진진, 안정신, 2012; 백지은, 2010; 이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016; Inagaki et al., 2016; Schwartz et al., 2003; Thomas, 2010; Warner et al., 2010).

먼저 사회적 지지제공은 사회적 지지받기에 비해 정신건강과 자기존중감에 더 긍정적 영향을 주는 것으로 나타났다. 노인이 가족이나 친구와 도움을 주고받는 행위와 정신 건강과의 관계를 살펴본 연

구에서 가족이나 친구로부터 도움을 받는 것(사회적 지지받기)보다는 도움을 주는 것(사회적 지지제공)이 노인의 정신 건강 향상을 더 잘 예측하는 것으로 나타났다(Schwartz et al., 2003). 특히 정서적 지지의 경우, 만성질환을 앓고 있는 중·노년기 성인이 자신의 파트너를 포함한 가까운 타인에게 정서적 지지를 제공하는 것이 지지를 받는 것보다 자기존중감과 삶에 대한 통제신념 증진에 유의한 영향을 주며, 이를 통해 삶의 질이 향상되는 것으로 나타났다(Warner et al., 2010).

또한 사회적 지지제공은 사회적 지지받기에 비해 행복 지표들과 더 관련이 있는 것으로 나타났다(이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016; Inagaki et al., 2016; Schwartz et al., 2003; Warner et al., 2010). 노인을 대상으로 한 정영숙과 최진희(2016) 연구에서 배우자와 자녀로부터의 낮은 수준의 사회적 지지는 노인의 우울을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 또한 사회적 지지받기는 행복 지표인 주관적 안녕감과 심리적 안녕감과 관련이 없는 것으로 나타났다. 반면 사회적 지지제공은 행복 지표를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 즉, 배우자와 자녀에게 사회적 지지를 많이 제공하는 노인일수록 주관적 안녕감과 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 자신이 타인들로부터 받는 사회적 지지(지지받기)는 우울과 같은 부정적 상태 완화와 관련되는 반면, 자신이 타인에게 제공하는 사회적 지지(지지제공)는 행복 지표의 향상과 관련된다는 결과는 사회적 지지제공과 사회적 지지받기의 기능이 다를 수 있음을 시사한다.

흥미로운 연구 결과는 사회적 지지제공과 지지받기에 대한 뇌신경 활동이 다르다는 것이다. Inagaki 등(2016)은 사회적 지지받기와 지지제공의 차이를 확인하기 위해 설문조사를 실시한 다음,

fMRI 기계 내에서 제시되는 사회적 지지받기 및 지지제공관련 과제를 수행하도록 하였다. 먼저, 설문조사에서 얻어진 결과는 사회적 지지받기와 지지제공은 둘 다 그 정도가 높을수록 우울, 스트레스 및 외로움 수준이 낮은 것으로 나타났다. 그런데 fMRI 촬영 결과는 설문조사 양상과 달랐다. 사회적 지지받기는 뇌신경 활동과의 관련성이 나타나지 않았지만, 사회적 지지를 제공하는 것은 스트레스 관련 영역의 반응은 낮은 반면, 긍정적 보상 관련 영역의 반응은 높게 나타났다. 즉, 사회적 지지를 제공하는 경우에는 스트레스 위협 관련 영역인 전측 뇌섬엽(anterior insula), 배측 전대상피질(dorsal anterior cingulate cortex) 및 편도체(amygdala) 활동이 감소하는 반면, 긍정적 보상 관련 영역인 복측선조체(ventral striatum) 활동이 증가하는 것으로 나타났다. 친밀한 타인에게 사회적 지지를 제공하는 것이 제공자에게 긍정 정서를 경험하게 하고, 스트레스를 낮추게 하는 역할을 할 수 있다면 사회적 지지제공은 행복과 관련이 있을 것이라는 추측이 가능하다.

사회적 지지받기와 사회적 지지제공을 비교하는 여러 연구 결과는 심리학에서 신체 건강과 정신건강의 위험요소를 완화하는 완충자로서 사회적 지지의 기능을 확장하여 사회적 지지제공이 갖는 긍정적 효과에 관심을 가질 필요성을 보여준다. 사회적 지지제공이 위험요소를 완충시키는 역할뿐만 아니라 긍정적 기능을 높일 수 있는 역할도 할 수 있는지 검증할 필요가 있다. 따라서 본 연구는 친밀한 사람들에게 사회적 지지를 제공하는 것과 그들로부터 사회적 지지를 받는 것이 행복의 대표적 지표인 주관적 안녕감과 차별적으로 관련되는지를 살펴보고자 한다. 주관적 안녕감은 행복의 정서적 측면을 측정하는 것으로 삶에 대한 만족과 긍정 정서와 부

정 정서로 구성되어 있다.

이제 행복과 관련된 인간의 세 가지 기본 심리 욕구를 고찰할 것인데(Deci & Ryan, 2002), 이는 사회적 지지제공과 사회적 지지받기가 기본 심리 욕구의 충족과 어떤 관련이 있는지 탐색하기 위해서이다.

### 사회적 지지제공/지지받기와 기본 심리 욕구

자기결정 이론은 행복과 기본 심리 욕구와의 관계를 설명하는 이론 중 하나이다. Deci와 Ryan (1985, 2000)이 제안한 자기결정 이론에 따르면, 인간은 자율성(autonomy), 유능성(competence), 관계성(relatedness)의 보편적 기본 심리 욕구를 지니고 있으며, 기본 심리 욕구 충족을 통해 주관적 안녕감이 증진될 수 있다(Deci & Ryan, 2000, 2002). 자율성은 자신의 행동 주체는 자신이며, 개인이 자신이 지향하는 가치에 따라 자율적으로 결정하는 것을 의미한다. 유능성은 자신을 둘러싼 사회 환경 속에서 자신의 능력이나 기술을 활용하여, 자신감과 효율성을 경험하는 것이다(Deci & Ryan, 2002). 관계성은 다른 사람과 돌봄을 주고받음으로써 얻게 되는 타인과의 연결감 혹은 자신이 속한 집단에 대한 소속감을 경험하는 것을 의미한다(Deci & Ryan, 2002). 이러한 개인의 기본 심리 욕구들의 충족은 사회적 맥락 속에서 이루어지며, 개인의 주관적 안녕감을 예측할 수 있다(Deci & Ryan, 2008).

사회적 지지받기와 기본 심리 욕구의 관계에 관한 최근 연구는 사회적 지지받기가 기본 심리 욕구 충족을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 즉 타인으로부터 사회적 지지받기는 자율성, 유능성, 관계성 충족을 유의하게 설명하며(손윤실, 김

우리, 김정섭, 2018), 나아가 사회적 지지받기는 세 가지 기본 심리 욕구를 충족함으로써 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 주는 것으로 나타났다(López-Walle, Balaguer, Castillo, & Tristán, 2012; Tian, Tian, & Huebner, 2016).

사회적 지지받기가 기본 심리 욕구 충족을 통해 개인의 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 준다는 결과가 보고되었지만, 사회적 지지제공과 기본 심리 욕구와의 관계를 살핀 연구는 거의 없다. 그런데 사회적 지지제공의 긍정적 효과에 관한 연구들이 등장하면서 사회적 지지제공이 많을수록 자기효능감이 높음을 보고하였는데(Piferi & Lawler, 2006), 이는 사회적 지지를 제공하는 것이 개인의 유능감 증진에 도움이 될 수 있음을 시사한다. 또한 노인이라도 자신이 가진 능력이나 자원을 활용하여 가족이나 친구에게 사회적 지지를 제공한다면, 행위의 주체라는 인식을 함으로써 자율성 지각에 도움을 줄 수 있을 것이다(Gruenewald, Liao, & Seeman, 2012; Thomas, 2010; Warner et al., 2010).

사회적 지지를 제공하는 것은 타인과의 연결감과 집단에 대한 소속감을 느끼게 하여 관계성 충족에 도움이 될 수 있다(Inagaki & Eisenberger, 2012; Taylor & Turner, 2001). 실제로 사회적 지지를 제공하는 사람은 지지를 받는 사람과의 유대감을 경험하는 것으로 나타났다(Inagaki & Eisenberg, 2012). 물론 가족이나 친구로부터 사회적 지지를 받는 경우, 도움과 보살핌을 받고 있다는 경험 역시 타인과의 연결감인 관계성이 충족될 수 있다.

사회적 지지제공이 지닌 잠정적 이점과 사회적 지지받기가 지닌 잠재적 한계를 고려하여, 본 연구는 사회적 지지받기와 사회적 지지제공이 기본 심리 욕구에 차별적 관계를 보이는지를 탐색하고자

수행하였다.

## 노년기 친밀한 사회적 관계와 사회적 지지제공/지지받기

정보나 필요한 물질을 제공하고, 공감과 위로를 주고받는 사회적 지지는 기본적으로 친밀한 관계 속에서 발생한다(Cohen & Hoberman, 1983; Inagaki & Eisenberger, 2012; Taylor, 2011). 그런데 친밀한 타인에는 가족, 친구, 이웃 등 다양한 대상이 있다. 성인기 친밀한 타인의 역할을 제안한 이론으로 호위대 모델이 있다(Antonucci & Akiyama, 1987; Antonucci, Ajrouch, & Birditt, 2014). 호위대 모델(convoy model)에 따르면, 우리는 친밀한 타인이 필요하며, 그들의 역할은 우리가 힘들고 어려울 때 우리를 보호해주는 호위대 역할을 한다는 것이다. 개인에게 중요한 타인들은 친밀감에 따라 세 가지 동심원으로 나뉜다. 동심원 중심에 있는 내부원에는 가장 중요하고 친밀한 대상으로 주로 배우자와 자녀가 포함된다. 중간원에는 대체로 형제자매와 친한 친구들이 포함되며, 제일 바깥의 외곽원에는 서로 알고 지내는 친구나 이웃이 해당한다(Antonucci & Akiyama, 1987; Antonucci, Akiyama, & Takahashi, 2004). 호위대는 연령과 상황에 따라 변화하는데, 노년기 호위대의 크기는 작아지고 호위대 구성원들은 배우자와 자녀 중심으로 달라진다(Antonucci et al., 2004; Antonucci, Fiori, Birditt, & Jackey, 2010). 즉, 노년기 관계를 맺고 있는 사람들이라도 그 친밀도에 따라 가족과 가족 아닌 사람은 그 의미가 다를 수 있다.

사회적 지지를 주고받는 것에 관한 연구에서 대부분 그 대상을 구분하지 않고 있다. 본 연구에서

는 사회적 지지를 주고받는 대상으로 가족(배우자와 자녀)과 '비(非) 가족(친구와 이웃)'으로 구분하였다. 사회적 지지 대상으로 가족과 비 가족을 구분하는 것에는 한국 노인에게 가족은 특별한 의미를 지니는 것으로 일관되게 보고되고 있기 때문이다. 한국 노인들에게 가족은 성공적 노화를 규정하는 주요 요인이자, 삶을 의미 있게 만드는 주요 원천이며(안정신, 정영숙, 정여진, 서수균, Cooney, 2011; 정영숙, 조설애, 안정신, 정여진, 2012), 가족에게 사회적 지지를 제공하는 것은 노인의 행복을 유의하게 예측하였다(김현정, 이정은, 한성민, 2010; 정영숙, 최진희, 2016; 정진경, 김고은, 2012). 가족보다 친구에게 지지를 제공하는 것이 기쁨, 만족감 등 노인의 긍정 정서를 유의하게 설명하는 연구도 있다(민기채, 이정화, 2008).

사회적 지지제공과 지지받기를 비교하면서 대상을 달리하는 연구가 부족한 상황에서 사회적 지지 대상에 따라 사회적 지지제공과 지지받기가 기본 심리 욕구가 어떻게 연관될지 정확하게 예측하기 어렵다. 따라서 본 연구는 친밀한 관계에서 사회적 지지제공과 지지받기가 대상에 따라(가족 또는 비가족) 세 가지 기본 심리 욕구를 거쳐 주관적 안녕감에 이르는 과정을 탐색하는 데 그 목적을 두었다. 즉, 사회적 지지받기와 사회적 지지제공이 기본 심리 욕구(자율성, 유능성, 관계성)를 매개로 주관적 안녕감에 영향을 미치는 과정에서 사회적 지지받기와 지지제공에서 차이가 있는지, 그리고 사회적 지지받기와 지지제공의 양상이 가족이나 비가족이나에 따라 차이가 있는지를 알아보고자 하였다. 구체적 연구문제는 다음과 같다.

**연구 문제 1.** 가족으로부터 사회적 지지받기와 그들을 향한 사회적 지지제공은 기본 심리 욕구(자

율성, 유능성, 관계성)를 매개로 주관적 안녕감에 영향을 미치는 과정에 차이가 있는가?

**연구 문제 2.** 비 가족으로부터 사회적 지지받기와 그들을 향한 사회적 지지제공은 기본 심리 욕구(자율성, 유능성, 관계성)를 매개로 주관적 안녕감에 영향을 미치는 과정에 차이가 있는가?

## 방 법

### 연구대상

부산 및 경남에 거주하는 60세 이상 노인 330명이 본 연구의 설문조사에 참여하였다. 응답자 중 불성실한 응답을 한 20명을 제외한 310명의 자료가 본 연구 분석에 사용되었다. 응답자 중 남성이 155명(50%), 여성이 155명(50%)이었으며, 이들의 평균 연령은 71.85( $SD=7.19$ )세였다. 교육수준은 고등학교 졸업이 127명(41.0%)으로 가장 많았으며, 중학교 졸업 69명(22.3%), 대학교 졸업 55명(17.7%), 초등학교 졸업 51명(16.5%), 무학 8명(2.6%) 순이었다. 응답자의 대부분은 기혼자였으며(264명, 85.2%), 현재 배우자와 동거하는 경우가 158명(51.0%)이었다. 응답자들이 느끼는 주관적 건강상태는 '보통이다'가 146명(47.1%), '좋다'와 '매우 좋다'가 각각 92명(29.7%)과 21명(6.8%)이었으며, 자신의 건강이 '나쁘다'고 응답한 사람 41명(13.2%), '매우 나쁘다'고 응답한 사람은 10명(3.2%)으로 전반적으로 응답자들은 자신을 건강하다고 지각하였다. 다른 사람과 비교하여 개인이 주관적으로 느끼는 경제 상태는 '비슷하다'가 140명(45.2%)으로 가장 많았으며, '조금 더 좋다'와 '아

주 좋다'가 각각 73명(23.5%)과 18명(5.8%)이었으며, 타인에 비해 자신의 경제상태가 '조금 안 좋다'가 55명(17.7%), '아주 안 좋다'가 24명(7.7%)이었다.

## 연구도구

### 사회적 지지받기 및 지지제공의 측정

개인이 가족과 비 가족으로부터 사회적 지지를 얼마나 받고 있는지, 그리고 자신이 가족과 비 가족에게 사회적 지지를 얼마나 제공하는지 측정하기 위해 기존 연구를 참조하여 사회적 지지 영역을 선정하였다(이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016; 하정혜, 김지현, 2016). 본 연구에 사용된 네 가지 사회적 지지 유형에는 정서적 지지, 물질적 지지, 정보적 지지, 그리고 평가적 지지가 포함되었다.

먼저 본 연구에 참여한 노인이 가족이나 비 가족으로부터 받는 사회적 지지받기 정도는 네 가지 사회적 지지 유형(각 유형당 3개 문항)에서 응답자들이 "배우자와 자녀로부터 이런 것을 얼마나 받고 있는지"(가족으로부터의 사회적 지지받기) 또는 "친구와 이웃으로부터 이런 것을 얼마나 받고 있는지"(비 가족으로부터의 사회적 지지받기)를 질문하여 자신에게 해당하는 정도를 응답하게 하였다. 그리고 개인이 가족이나 비 가족에게 제공하는 사회적 지지 정도를 측정하기 위해서는 네 가지 사회적 유형을 제시하고(유형별 3개 문항), 본인이 "배우자와 자녀에게 이런 것을 얼마나 제공하고 있는지"(가족에게 사회적 지지제공) 또는 "친구와 이웃에게 이런 것을 얼마나 제공하고 있는지"(비 가족에게 사회적 지지제공)를 질문하여 그 정도를 응답하게 하였다. 종합하면, 본 연구에서는 사회적 지지받기와 사회적 지지제공이 두 가지 유형이 있으며,

그 대상에는 가족 또는 비 가족이 있다. 따라서 연구에 참여한 노인이 응답한 문항은 총 48개 문항이며(가족으로부터의 사회적 지지받기 12문항, 비 가족으로부터 사회적 지지받기 12문항, 가족을 향한 사회적 지지제공 12문항, 비 가족을 향한 사회적 지지제공 12문항), 각 문항은 5점 Likert 척도로 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'로 구성되어 있다. 합산 점수가 높을수록 사회적 지지받기 및 지지제공이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 개인의 사회적 지지받기와 사회적 지지제공 정도는 각각의 12문항의 평균값을 사용하였다. 본 연구에서의 사회적 지지받기 및 지지제공 척도 Cronbach's  $\alpha$ 는 가족 지지받기 .95, 가족 지지제공 .95, 비 가족 지지받기 .95, 비 가족 지지제공 .95였다.

사회적 지지받기와 지지제공 문항을 영역별로 살펴보면, 정서적 지지를 얼마나 받고 있는지 측정하는 문항에는 '가족이나 비 가족은 내가 사랑과 보살핌을 받고 있다고 느끼게 해준다.'가, 그리고 정서적 지지를 얼마나 제공하는가를 측정하는 문항에는 '나는 가족이나 비 가족이 사랑과 보살핌을 받고 있다고 느끼게 해준다.'가 포함되어 있다. 물질적 지지를 얼마나 받고 있는지 측정하는 문항에는 '가족이나 비 가족은 내가 돈이 필요할 때 언제나 기꺼이 마련해준다.'가, 물질적 지지를 얼마나 제공하는가를 측정하는 문항에는 '가족이나 비 가족에게 돈이 필요할 때 언제나 기꺼이 마련해준다.'가 포함되어 있다. 정보적 지지를 얼마나 받고 있는지 측정하는 문항으로는 '가족이나 비 가족은 내가 어려운 상황에 처했을 때 합리적인 결정을 내릴 수 있도록 조언해준다.'가, 그리고 정보적 지지를 얼마나 제공하는지 측정하는 문항으로는 '가족이나 비 가족이 어려운 상황에 처했을 때 합리적인 결정을

내릴 수 있도록 조연한다.’가 포함되어 있다. 끝으로, 평가적 지지를 얼마나 받고 있는지 측정하는 문항에는 ‘가족이나 비 가족은 내가 한 행동에 대해 공정하게 평가해준다.’가, 그리고 평가적 지지를 얼마나 제공하는지 측정하는 문항에는 ‘가족이나 비 가족이 한 행동에 대해 공정하게 평가해준다.’가 포함되어 있다.

### 기본 심리 욕구

기본 심리 욕구를 측정하기 위하여 Ryan과 Deci(www.psych.rochester.edu/SDT/)의 기본 심리 욕구 척도를 이명희와 김아영(2008)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 기본 심리 욕구 척도는 3개 하위 영역의 총 18개 문항으로 구성되어 있다. 자율성 척도에 속하는 문항에는 ‘나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다.’가, 유능성 척도에 속하는 문항에는 ‘나는 내게 주어진 일을 잘 해결할 능력이 있다고 느낀다.’가, 그리고 관계성 척도에 속하는 문항에는 ‘나는 내가 만나는 사람들과 잘 지낸다.’가 포함되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’로 구성되어 있으며, 부정적인 내용은 역채점하였다. 각 하위요인별 합산 점수가 높을수록 기본 심리 욕구가 잘 충족되었음을 의미한다. 본 연구에서 자율성 척도의 내적 일치도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .70, 유능성 척도의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .83, 그리고 관계성 척도의 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .82이었다.

### 주관적 안녕감

주관적 안녕감을 측정하기 위해서 서은국과 구재선(2011)이 개발한 한국인 단축형 행복 척도를 사용하였다. 이 척도는 삶의 만족감(3문항), 긍정

정서(3문항) 및 부정 정서(3문항)를 측정하는 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 7점 Likert 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서 삶의 만족감 척도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .84, 긍정 정서 척도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .93, 부정 정서 척도 Cronbach’s  $\alpha$ 는 .86이었다. 주관적 안녕감 점수는 ‘삶의 만족도+긍정 정서-부정 정서’로 계산하였으며, 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높음을 의미한다.

### 연구절차

2019년 9월부터 12월까지 부산 및 경남지역의 사회복지관, 경로당 등을 면접자가 방문하거나 우편 발송하여 설문조사를 실시하였다. 설문조사는 사전연락을 통해 설문조사에 따른 방문을 수락한 기관의 프로그램에 참여하거나 시설을 이용하고 있는 노인을 대상으로 진행되었다. 응답자는 설문조사에 동의한 노인이며, 스스로 설문지를 작성하기 어려운 경우에는 면접자가 직접 질문을 하고 응답하는 방식으로 설문조사를 실시하였다. 총 330부가 수집되었고, 이 중 불성실한 자료 20부가 제외되었으며, 총 310명의 자료가 분석에 사용되었다.

### 자료분석

수집된 자료 분석을 위해 SPSS 25.0 프로그램과 SPSS PROCESS Macro Version 3.4 프로그램을 사용하여 다음과 같은 순서로 분석을 실시하였다.

첫째, 연구 대상자들의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였고, 각 측정 도구의 신뢰도 검증을 위해



Cronbach's  $\alpha$ 를 산출하였다. 둘째, 주요 변인들의 평균, 표준편차, 첨도, 왜도를 알아보기 위해 기술통계를 실시하고, 변인들 간의 관련성을 살펴보기 위한 Pearson 상관분석 및 부분상관분석 (partial correlation)을 실시하였다. 셋째, 사회적 지지(받기 대 제공)와 주관적 안녕감과의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구들의 매개효과를 SPSS PROCESS model 4를 통해 확인한 후 Bootstrapping으로 유의성을 검증하였다. 검증을 위해 무선 할당된 표본 수는 5,000개였고, 95% 신뢰구간 내에 '0'이 포함되지 않은 경우에 유의한 것으로 판단하였다(Hayes, 2017).

## 결 과

### 주요 변인들의 상관분석

주요 변인들의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도를 표 1에 제시하였다. 변인의 왜도와 첨도의 절대값이 정상분포 판단기준(왜도<2, 첨도<7)을 충족시

키는 것으로 나타났다(Curran, West, & Finch, 1996).

표 2에는 주요 변인들 간의 상관관계가 나타나 있다. 상관분석 결과를 보면, 가족(배우자/자녀)의 경우와 비 가족(친구와 이웃)의 경우 모두 사회적 지지받기나 사회적 지지제공은 기본 심리 욕구 및 주관적 안녕감과 유의한 정적 상관을 보여주고 있다. 먼저, 가족과의 사회적 지지받기와 지지제공을 살펴보면, 가족으로부터 받는 사회적 지지는 노인의 자율성( $r=.27, p<.01$ ), 유능성( $r=.30, p<.01$ ), 관계성( $r=.46, p<.01$ ), 주관적 안녕감( $r=.41, p<.01$ )과 유의한 정적 상관을 보여주었다. 또한 가족에게 제공하는 사회적 지지제공 역시 노인의 자율성( $r=.28, p<.01$ ), 유능성( $r=.35, p<.01$ ), 관계성( $r=.53, p<.01$ ), 및 주관적 안녕감( $r=.47, p<.01$ )과 유의한 정적 상관을 보여주었다.

비 가족(친구/이웃)의 경우에도 유사한 결과를 보여주었다. 친구나 이웃으로부터 받는 사회적 지지는 노인의 자율성( $r=.23, p<.01$ ), 유능성( $r=.19, p<.01$ ), 관계성( $r=.47, p<.01$ ), 및 주관적 안녕감( $r=.34, p<.01$ )과 유의한 정적 상관을 보여주었다.

표 1. 주요 변인의 기술 통계치

측정변인	평균	표준편차	왜도	첨도	
지지받기	가족	48.72	9.68	-1.39	2.59
	비 가족	41.27	9.44	-.39	.02
지지제공	가족	48.93	8.93	-1.16	2.54
	비 가족	41.98	9.12	-.34	.39
기본 심리 욕구					
자율성	67.22	9.18	-.24	.21	
유능성	22.77	3.82	-.49	.16	
유능성	21.64	4.00	-.16	.20	
관계성	22.81	3.83	-.45	.69	
주관적 안녕감	20.28	9.04	-.17	-.23	

표 2. 주요 변인 간 상관

가족 \ 비 가족	1	2	3	3-1	3-2	3-3	4
1. 사회적 지지받기	-	.79**	.38**	.23**	.19**	.47**	.34**
2. 사회적 지지제공	.81**	-	.42**	.23**	.23**	.54**	.35**
3. 기본 심리 욕구	.43**	.49**	-	.75**	.82**	.79**	.61**
3-1. 자율성	.27**	.28**	.75**	-	.42**	.37**	.39**
3-2. 유능성	.30**	.35**	.82**	.42**	-	.50**	.50**
3-3. 관계성	.46**	.53**	.79**	.37**	.50**	-	.55**
4. 주관적 안녕감	.41**	.47**	.61**	.39**	.50**	.55**	-

Note. 대각선 좌측 하단의 수치는 '가족'의 상관계수이고, 대각선 우측 상단의 수치는 '비 가족'의 상관계수임.  
\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

그리고 친구나 이웃에게 제공하는 사회적 지지 역시 노인의 자율성( $r = .23, p < .01$ ), 유능성( $r = .23, p < .01$ ), 관계성( $r = .54, p < .01$ ), 및 주관적 안녕감( $r = .35, p < .01$ )과 유의한 정적 상관을 보여주었다.

그런데 상관분석 결과에서 주목할 점은 가족이나 비 가족으로부터의 사회적 지지받기와 지지제공 간의 상관관계가 높다는 점이다(가족:  $r = .81, p < .01$ , 비 가족:  $r = .79, p < .01$ ). 사회적 지지받기와 사회적 지지제공의 높은 상관은 선행연구들의 상관분석에서 나온 결과와 유사하다(이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016). 따라서 각 변인들과의 고유 관련성을

파악하기 위해 본 연구에 사용된 변인들을 통제된 부분상관분석을 실시하여 표 3에 제시하였다. 표 3에서 보는 바와 같이, 가족이나 비 가족으로부터 사회적 지지를 받는 것과 이들을 향해 사회적 지지를 제공하는 것은 그 양상이 다르게 나타났다. 가족의 경우, 가족으로부터 사회적 지지를 받는 것은 기본 심리 욕구와 유의한 상관이 없으며, 주관적 안녕감과도 유의한 상관을 보이지 않았다. 반면 가족에게 제공하는 사회적 지지는 개인의 자율성( $r = .12, p < .05$ ), 유능성( $r = .19, p < .01$ ), 관계성( $r = .30, p < .01$ ), 및 주관적 안녕감( $r = .26, p < .001$ )

표 3. 사회적 지지받기 및 지지제공과 기본심리욕구, 주관적 안녕감 간의 부분상관

변인		기본 심리 욕구(전체)	자율성	유능성	관계성	주관적 안녕감
사회적 지지받기	가족	.07	.06	.04	.06	.06
	비 가족	.08	.09	.02	.09	.12*
사회적 지지제공	가족	.26***	.12*	.19**	.30**	.26***
	비 가족	.22***	.07	.13*	.32***	.14*

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

과 유의한 정적 상관을 보여주었다. 비 가족의 경우에도 유사한 양상이 나타났다. 비 가족으로부터 사회적 지지를 받는 것은 주관적 안녕감을 제외한 기본 심리 욕구와 그 하위 요소인 자율성, 유능성, 관계성과 유의한 상관을 보이지 않았다. 그러나 비 가족으로부터 받는 사회적 지지는 주관적 안녕감만 유의한 정적 상관( $r=.12, p<.05$ )을 보여주었다. 가족의 경우와 유사하게, 비 가족에게 사회적 지지를 제공하는 것은 기본 심리 욕구인 유능성( $r=.13, p<.05$ ), 관계성( $r=.32, p<.001$ ), 및 주관적 안녕감( $r=.14, p<.05$ )과 유의한 정적 상관을 보여주었다. 그러나 가족의 경우와는 달리 비 가족에게 제공하는 사회적 지지는 자율성과는 유의한 상관이 나타나지 않았다.

본 연구에서 주관적 건강상태와 주관적 경제상태는 사회적 지지받기, 사회적 지지제공과 정적 상관이 있는 것으로 나타나 매개분석에서 공변인으로 통제하여 분석하였다.

### 가족에 대한 사회적 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감 관계에서 기본심리 욕구의

### 매개효과

가족으로부터 사회적 지지를 받는 것과 가족에게 사회적 지지를 제공하는 것과 주관적 안녕감 간의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구들이 어떻게 매개하는지 살펴보기로 하자. 매개효과를 검증하기 위해 사회적 지지받기는 사회적 지지제공, 주관적 경제상태 및 주관적 건강상태를 공변인으로 설정하였고, 사회적 지지제공은 사회적 지지받기, 주관적 경제상태 및 주관적 건강상태를 공변인으로 설정한 후 매개효과를 검증하였다.

가족(배우자와 자녀)과의 사회적 지지받기와 사회적 지지제공의 매개효과 분석 결과가 그림 1에 제시되어 있다. 그림 1에서 보는 바와 같이, 가족으로부터 받는 사회적 지지받기와 본인이 가족에게 제공하는 사회적 지지제공은 그 양상이 매우 다르다. 가족으로부터 받는 사회적 지지(사회적 지지받기)는 세 가지 기본 심리 욕구를 유의하게 예측하지 않는 것으로 나타난 반면, 가족에게 제공하는 사회적 지지(사회적 지지제공)는 기본 심리 욕구인 자율성( $a_1$  경로;  $B=.08, p<.05$ ), 유능성( $a_2$  경로;

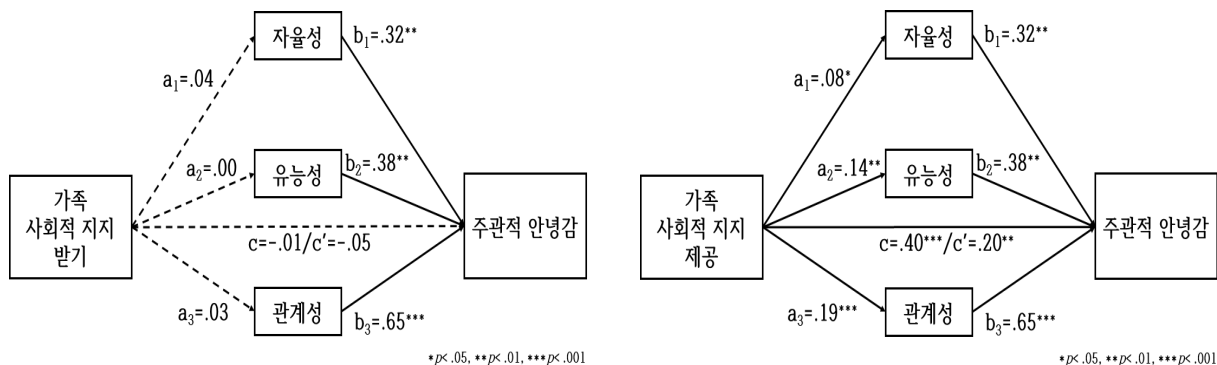


그림 1. 가족에 대한 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구의 매개 모형

표 4. 가족에 대한 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 기본 심리 욕구의 매개효과 Bootstrapping 검증

간접 효과 경로	B	Boot SE	95% CI	
			Boot LL	Boot UL
지지받기 → 자율성 → 주관적 안녕감	.01	.01	-.01	.04
지지받기 → 유능성 → 주관적 안녕감	.00	.01	-.03	.03
지지받기 → 관계성 → 주관적 안녕감	.02	.02	-.02	.06
지지제공 → 자율성 → 주관적 안녕감	.03	.02	-.00	.07
지지제공 → 유능성 → 주관적 안녕감	.05	.02	.02	.10
지지제공 → 관계성 → 주관적 안녕감	.13	.04	.06	.20

$B=.14, p<.01$ ), 관계성( $a_3$  경로:  $B=.19, p<.001$ )을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 또한 가족에게 제공하는 사회적 지지의 경우, 자율성( $b_1$  경로:  $B=.32, p<.01$ ), 유능성( $b_2$  경로:  $B=.38, p<.01$ ), 관계성( $b_3$  경로:  $B=.65, p<.001$ )이 개인의 주관적 안녕감을 모두 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 가족에게 제공하는 사회적 지지는 주관적 안녕감으로 가는 직접효과도 통계적으로 유의한 것으로 나타났다( $c'=.20, p<.01$ ).

가족과의 사회적 지지받기와 지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구의 매개효과를 확인하기 위해 Bootstrapping 검증을 실시한 결과를 표 4에 제시하였다. 표 4를 보면, 가족으로부터의 사회적 지지받기에서 세 가지 기본 심리 욕구의 신뢰구간에 0이 포함되어 통계적으로 유의한 매개효과가 확인되지 않았다. 반면 가족에게 제공하는 사회적 지지제공에서는 세 가지 기본 심리 욕구 중 유능성( $B=.05, 95\% CI=.02\sim.10$ )과 관계성( $B=.13, 95\% CI=.06\sim.20$ )이 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의한 매개효과를 확인하였다.

### 비 가족에 대한 사회적 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

비 가족에 대한 사회적 지지와 주관적 안녕감 간의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구들의 매개효과를 살펴보기로 하자. 가족에 관한 분석에서와 마찬가지로 비 가족으로부터 사회적 지지받기는 사회적 지지제공, 주관적 경제상태 및 주관적 건강상태를 공변인으로, 사회적 지지제공은 사회적 지지받기, 주관적 경제상태 및 주관적 건강상태를 공변인으로 설정한 후 매개효과를 검증하여 그림 2에 제시하였다. 그림 2에서 보는 바와 같이, 비 가족으로부터의 사회적 지지받기는 세 가지 기본 심리 욕구를 유의하게 예측하지 않는 것으로 나타나 가족으로부터의 사회적 지지받기와 동일한 결과가 나타났다.

반면, 비 가족을 향한 사회적 지지제공은 가족을 향한 사회적 지지 제공과 전반적으로 유사한 양상이나 약간의 차이가 있었다. 가족을 향한 사회적 지지제공은 세 가지 기본 심리 욕구 모두를 유의하게 예측하였으나, 비 가족을 향한 사회적 지지제공은 유능성( $a_2$  경로:  $B=.10, p<.05$ ), 관계성( $a_3$  경로:  $B=.19, p<.001$ )을 유의하게 예측하였으나, 자율성

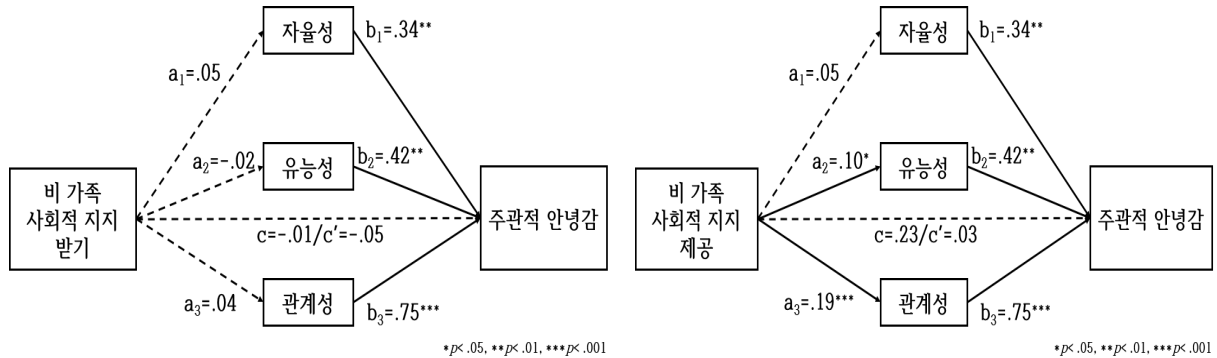


그림 2. 비 가족에 대한 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구의 매개 모형

표 5. 비 가족에 대한 지지받기/지지제공과 주관적 안녕감의 관계에서 기본 심리 욕구의 매개효과 Bootstrapping 검증

간접 효과 경로	B	Boot SE	95% CI	
			Boot LL	Boot UL
지지받기 → 자율성 → 주관적 안녕감	.02	.01	-.01	.05
지지받기 → 유능성 → 주관적 안녕감	-.01	.02	-.04	.03
지지받기 → 관계성 → 주관적 안녕감	.03	.03	-.02	.08
지지제공 → 자율성 → 주관적 안녕감	.02	.02	-.01	.05
지지제공 → 유능성 → 주관적 안녕감	.04	.02	.01	.09
지지제공 → 관계성 → 주관적 안녕감	.14	.04	.07	.23

은 유의하게 예측하지 않는 것으로 나타났다.

세 가지 기본 심리 욕구의 매개효과를 확인하기 위해 Bootstrapping 검증을 실시한 결과(표 5), 가족으로부터 지지받기와 마찬가지로 비 가족으로부터의 사회적 지지받기에서도 세 가지 기본 심리 욕구의 신뢰구간에 0이 포함되어 통계적으로 유의한 매개효과가 확인되지 않았다. 그러나 비 가족을 향한 사회적 지지제공에서는 가족을 향한 사회적 지지제공과 동일하게 세 가지 기본 심리 욕구 중 유능성( $B=.04$ , 95% CI=.01~.09)과 관계성( $B=.14$ , 95% CI=.07~.23)의 신뢰구간에 0이 포함되지 않아

통계적으로 유의한 매개효과를 확인하였다.

## 논 의

본 연구는 사회적 지지는 관계 속에서 주고받는 행위이므로 사회적 지지받기뿐만 아니라 사회적 지지제공의 기능도 함께 탐색할 필요가 있다는 점에 주목하여, 노인을 대상으로 가족(배우자와 자녀)이나 비 가족(친구와 이웃)으로부터 받는 사회적 지지와 이들을 향한 사회적 지지제공이 세 가지 기본

심리 욕구를 매개로 노인의 주관적 안녕감을 증진하는 심리적 과정에서 차이가 있는지를 탐색하고자 수행되었다.

본 연구에서 주목할 만한 결과는 사회적 지지와 기본 심리 욕구를 매개로 주관적 안녕감에 영향을 주는 과정에서 사회적 지지제공과 지지받기의 양상이 다르게 나타났다는 것이다. 즉, 사회적 지지 대상이 가족이나 비 가족이나에 관계없이 사회적 지지받기는 주관적 안녕감 간의 관계에서 세 가지 기본 심리 욕구 어느 것도 매개하지 않는 반면, 사회적 지지제공은 세 가지 기본 욕구 중 유능감과 관계성을 매개로 주관적 안녕감에 영향을 준다는 것이다. 이 결과는 두 가지 함의를 제공한다.

첫째, 노인들이 배우자나 자녀 또는 친구나 이웃에게 필요한 정보나 물질을 제공하고, 공감과 위로를 제공하는 것(사회적 지지제공)이 자신이 남에게 필요한 일을 할 수 있는 유능한 존재라는 유능감과 타인과의 연결감(관계성)을 통해 주관적 안녕감이 높아진다는 결과는 사회적 지지제공의 긍정적 효과를 보여줌으로써 노인들이라도 사회적 지지를 받기 보다는 사회적 지지를 제공하는 것이 적응에 더 도움이 될 수 있다는 것을 시사한다. 심리적·물질적 자원을 가족이나 친구들과 나눔으로써 노인의 유능감이 높아지며(Gruenewald et al., 2012), 친밀한 타인에게 정서적 지지를 제공하는 것이 정서적 지지를 받는 것보다 자기존중감 증진에 더 영향을 준다는 결과(Warner et al., 2010)는 본 연구에서 사회적 지지제공이 유능감을 매개로 주관적 안녕감에 영향을 준다는 결과와 일치한다. 또한 사회적 자원을 나눔으로써 친밀한 타인과의 연결감 및 사회구성원으로서의 소속감 경험을 통해 노년기 행복을 증진할 수 있다는 결과(Inagaki & Eisenberger, 2012; Taylor & Turner, 2001)는 본 연구에서 사

회적 지지제공이 관계성을 매개로 주관적 안녕감에 영향을 준다는 결과와 일치한다고 할 수 있다.

본 연구의 주요 결과와 관련하여 주목할 또 다른 점은 사회적 지지제공의 긍정적 효과와 비교해 보면, 사회적 지지받기는 세 가지 기본 심리 욕구와의 관련성이 나타나지 않아 사회적 지지받기의 효과가 한계가 있다는 점이다. 본 연구에서 사회적 지지받기가 노인의 삶의 만족을 낮추거나 부정적 정서에 영향을 준다는 결과를 얻진 않았다(Lowenstein et al., 2007; Silverstein et al., 1996; Thomas, 2010). 그러나 가족이나 비 가족으로부터 사회적 지지를 받는 것이 주관적 안녕감과 관련된 세 가지 기본 심리 욕구 어느 것보다도 관련이 없다는 점은 사회적 지지의 긍정적 기능의 한계를 탐색할 필요성을 제시해준다.

형평 이론과 정체성 이론은 사회적 지지받기의 문제점과 사회적 지지제공의 긍정적 효과를 예측하는 데 도움을 준다. 형평 이론은 대인관계 속에서 자원 교환이 균형을 이룰 때 심리적 만족을 느낀다는 것이다(Walster, Berscheid, & Walster, 1973). 따라서 상대방으로부터 받는 과도한 사회적 자원은 노인에게 부정적 영향을 미칠 수 있다(백지은, 2010; Lowenstein et al., 2007; Silverstein et al., 1996; Shrout, Herman, & Bolger, 2006). 정체성 이론에 따르면, 개인의 정체감은 관계 속에서 형성되는데, 타인으로부터 과도한 지원을 받는 것은 자기효능감이 저하되어 개인의 정체성에 위협이 된다는 것이다(Stryker, 2007). 정체성 이론에 따르면, 자신이 타인에게 사회적 지원을 제공하는 것은 자신이 유능한 존재라는 인식에 도움을 주어 자신의 정체성에 긍정적 영향을 미칠 수 있다. 형평 이론과 정체성 이론 관점에서 보면, 가족이나 비 가족을 향한 사회적 지지제공은 개인의

유능감과 관계성에 긍정적 영향을 미칠 수 있다.

기본 심리 욕구 충족은 주관적 안녕감과 밀접하게 연결되어 있다(Deci & Ryan, 2002). 그런데 본 연구에서 사회적 지지제공과 주관적 안녕감과의 관계에서 세 가지 심리 욕구 중 유능성과 관계성은 매개효과가 나타났지만, 자율성은 매개하지 않는 것으로 나타났다. 그런데 본 연구 결과와 달리 서구의 성인을 대상으로 친사회적 행동(개인이 타인에게 제공하는 사회적 자원)과 주관적 안녕감 간의 관계를 살핀 연구에서 친사회적 행동이 자율성과 유능성을 매개하여 주관적 안녕감을 증진한다는 결과를 보고하고 있는데(Martela & Ryan, 2016), 이는 문화에 따라 기본 심리 욕구의 상대적 중요성에 차이가 있을 수 있음을 시사한다. 자율성은 자신의 행동과 계획에 대해 스스로 결정할 수 있다는 신념으로(Deci & Ryan, 2002), 자율성을 지지하는 환경적 맥락에서 이루어진다(Deci & Ryan, 2008). 그런데 한국은 문화적 분류에 따르면 자신의 욕구보다는 타인의 욕구 혹은 타인과의 관계를 우선시하는 집단주의적 성향이 강한 나라로 분류되고 있다(Kitayama & Uchida, 2005). 집단주의 문화권에서는 개인의 자율성이나 성취보다는 사회적 역할에 대한 의무나 타인과의 조화를 중요하게 생각한다. 따라서 개인의 행복에 영향을 미치는 세 가지 기본 심리 욕구의 상대적 영향력이 문화에 따라 다를 수 있다. 본 연구에서 얻어진 결과가 문화적 특성에 기인한 것인지 추가 연구가 필요할 것이다.

본 연구에서 가족과 비 가족에게 사회적 지지를 제공하는 것이 유능감과 관계성을 매개로 행복(본 연구에서는 주관적 안녕감)에 영향을 준다는 결과는 노인의 적응에 유용한 방향을 안내해준다. 먼저 가족을 살펴보면, 인생 후반기에 접어든 노인에게 가족은 가장 중요한 사회적 관계이자, 노년기 삶의

의미의 원천이다(안정신 외, 2011; 정영숙 외, 2012). 사회적 지지제공이 기본 심리 욕구 충족을 통해 노인의 행복을 증진할 수 있다면, 노인은 자신에게 가장 의미 있는 존재인 배우자와 자녀에게 자신이 가진 다양한 자원을 제공함으로써 보다 유능하고 의미 있는 존재가 되어, 행복한 노년을 보낼 수 있을 것이다(김경미, 류승아, 최인철, 2011). 본 연구 결과는 가족이 아니더라도 친구나 이웃에게 자신이 가진 물질적·심리적 자원을 제공하는 것 역시 유능성과 관계성 충족이라는 심리적 이득을 얻게 됨으로써 노인의 주관적 안녕감이 향상될 수 있음을 의미한다. 이웃이나 친구를 향한 사회적 지원의 긍정적 효과는 활동적 노화(active aging)와 관련된 시사점도 있다. 활동적 노화란 일상적인 삶 속에서 참여적 활동과 환경적 기반을 통해 노인의 삶의 질을 향상하는 것으로 노인의 적극적인 참여를 중시한다(WHO, 2002). 노인이 가진 자원을 타인에게 제공하는 것이 주변 사람들과의 연결감을 충족할 기회와 경험을 제공하는 것은 노인들의 활동적 노화를 증진하여 노인의 삶의 질 증진에 도움이 될 것이다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 후속 연구에 대해 제안을 하고자 한다. 첫째, 본 연구에 참여한 노인들은 대부분 복지관을 이용하는 사람들이었다. 복지관에 나와 활동을 하는 노인들은 비교적 건강도 좋고, 타인과의 교류도 빈번한 사람들이다. 따라서 사회적 지지제공의 효과에 관한 본 연구 결과를 노인 전반에 일반화하기는 어려울 것이다. 향후 연구에서는 다양한 생활환경을 지닌 노인을 포함하여 노년기 사회적 지지의 주고받기에 관한 차별적 효과에 관한 검증이 필요하다. 둘째, 본 연구에서는 가족과 비 가족에 대한 사회적 지지받기와 지지제공을 모두 응답자가 지각하는 정도를 측정하였다.

본 연구에서 사용한 사회적 지지받기와 지지제공 척도는 일부 연구자들이 사용한 것이지만, 특히 사회적 지지제공의 타당도 검증은 아직 미흡한 상태이다(이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016; 하정혜, 김지현, 2016). 따라서 사회적 지지받기 문항을 토대로 하되, 지지제공을 적절하게 측정할 수 있는 타당한 척도의 개발이 필요하다. 그뿐만 아니라 사회적 지지받기와 지지제공에 관한 차별적 효과를 검증하려면 지지에 관한 인식 측정을 넘어 특정 관계에서 실제로 주고받는 사회적 지지를 측정하는 방안이 모색될 필요도 있다.

사회적 지지에 대한 인식을 측정한 본 연구에서는 선행연구와 유사하게 사회적 지지받기와 지지제공 간의 높은 상관관계가 확인되어(이지연, 2006; 정영숙, 최진희, 2016), 사회적 지지받기와 지지제공의 매개효과를 분석하기 위해 공변인으로 처리하였다. 사회적 지지받기와 지지제공이 상관이 높다는 것은 관계가 좋으면 사회적 지지의 주고받음이 많고, 반대로 관계가 나쁘면 주고받음이 적을 수 있음을 의미한다. 일반적으로 부정적 관계는 노인의 심리적 적응에 부정적 영향을 미친다(임정연, 김호영, 염유식, 2016). 따라서 후속 연구에서는 사회적 지지 대상과의 관계의 질(quality)을 고려하여 사회적 지지받기와 지지제공의 차별적 효과를 검증할 필요가 있을 것이다. 끝으로, 사회적 지지에는 정서적 지지, 정보적 지지, 평가적 지지, 물질적 지지 등 다양한 하위유형이 있다(박지원, 1985; Cohen & Hoberman, 1983; Taylor, 2011). 그런데 사회적 지지받기 및 지지제공과 노인의 주관적 안녕감 간의 관계에 관심을 둔 본 연구에서는 지지유형별 분석을 하지 않았다. 향후 사회적 지지의 하위유형에 따른 지지받기 및 지지제공의 차별적 효과에 대한 검증을 통해 사회적 지지받기와 지지

제공의 차별적 효과에 대한 보다 체계적 연구가 필요하다.

본 연구는 사회적 지지의 받는 측면에 초점을 두었던 기존의 선행연구와 달리, 사회적 지지를 주고받는 상호적 측면을 고려하여 노년기 행복에 대한 사회적 지지받기와 지지제공의 영향을 구분하여 살펴보았다는 점에서 그 의의가 있다. 또한, 사회적 지지 대상자를 가족 이외 친구와 이웃으로 확장하여 노년기 사회적 관계에 따른 사회적 지지받기와 지지제공의 효과를 검증하는 경험적 자료를 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 인간의 수명이 연장되면서 사회적 역할이 축소되고, 신체적 기능이 저하되고, 경제적 능력이 감소하는 노년기가 점점 더 길어진다면, 노인의 기본 심리 욕구 충족 기회는 점점 더 줄어들 수밖에 없다. 본 연구는 가족이나 친구 또는 이웃과 같은 친밀한 타인에게 노인이 지닌 사회적 지원을 제공함으로써 유능감과 관계성을 충족하여 행복할 수 있음을 보여주었다. 따라서 신체기능이 저하되고 경제력이 감소하더라도 노인들은 일상생활 속에서 주변의 가족이나 친구 또는 이웃에게 삶에서 터득한 문제해결을 위한 조언이나 정보를 제공하고, 공감과 지지를 보냄으로써 주관적 안녕감을 유지할 수 있을 것이다. 본 연구결과가 사회적 지지제공을 통해 긍정적이고 성공적인 노화를 안내할 수 있는 기초 자료가 되길 기대한다.

## Conflict of Interest

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



## 참고문헌

- 김경미, 류승아, 최인철 (2011). 삶의 의미가 노년기 행복과 건강에 미치는 영향: 청년기와 노년기의 비교를 중심으로. **한국심리학회지: 일반**, **30**(2), 503-523.
- 김현정, 이정은, 한성민 (2010). 세대간 지원교환이 성공적 노화에 미치는 영향. **노인복지연구**, **47**(1), 265-288.
- 민기채, 이정화 (2008). 비공식적 관계망에 대한 지원 제공이 노인의 정신 건강에 미치는 영향-성차를 중심으로. **한국노년학**, **28**(3), 515-533.
- 박지원 (1985). **사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구**. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 박진진, 안정신 (2012). 사회적 지지와 노년기 죽음불안 관계에 대한 자아통합감의 매개효과. **한국가족관계학회지**, **17**(3), 139-152.
- 백지은 (2010). 남성노인과 여성노인의 사회적 지지 경험이 심리적 건강에 미치는 영향. **한국심리학회지: 여성**, **15**(3), 425-445.
- 서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, **25**(1), 96-114.
- 손윤실, 김우리, 김정섭 (2018). 전문대학생이 지각한 사회적 지지와 심리적 안녕감 간의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, **18**(7), 591-608.
- 안정신, 정영숙, 정여진, 서수균, Cooney, T. M. (2011). 성공적 노화 연구의 비판적 고찰. **한국심리학회지: 발달**, **24**(3), 35-54.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, **22**(4), 157-174.
- 이지연 (2006). 사회적 지원이 개인 안녕과 이타성에 미치는 영향. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, **20**(1), 55-75.
- 임정연, 김호영, 염유식 (2016). 관계유형별 사회적 지지와 갈등이 노인의 우울과 자살사고에 미치는 영향: 전기·후기 노년기를 구분하여. **Korean Journal of Clinical Psychology**, **35**(3), 645-657.
- 정영숙, 조설애, 안정신, 정여진 (2012). 한국 노인의 삶의 의미 원천으로서 가족관계와 자기초월 가치가 성공적 노화에 미치는 영향. **한국심리학회지: 발달**, **25**(1), 19-41.
- 정영숙, 최진희 (2016). 배우자와 자녀에 대한 사회적 지원의 수혜/제공과 노인의 행복감 및 우울과의 관계. **사회과학연구**, **27**(4), 235-264.
- 정진경, 김고은 (2012). 노년기 부모-성인자녀간 지원유형에 관한 연구. **한국노년학**, **32**(3), 895-912.
- 하정혜, 김지현 (2016). 중년여성 한부모의 성역할 갈등과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지와 삶의 의미의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, **28**(4), 1023-1046.
- Antonucci, T. C., & Akiyama, H. (1987). Social networks in adult life and a preliminary examination of the convoy model. *Journal of Gerontology*, **42**(5), 519-527.
- Antonucci, T. C., Ajrouch, K. J., & Birditt, K. S. (2014). The convoy model: Explaining social relations from a multidisciplinary perspective. *The Gerontologist*, **54**(1), 82-92.

- Antonucci, T. C., Akiyama, H., & Takahashi, K. (2004). Attachment and close relationships across the life span. *Attachment & Human Development, 6*(4), 353-370.
- Antonucci, T. C., Fiori, K. L., Birditt, K., & Jackey, L. M. H. (2010). Convoys of social relations: Integrating life-span and life-course perspectives. In M. E. Lamb, A. M. Freund, & R. M. Lerner (Eds.), *The handbook of life-span development*, Vol. 2. Social and emotional development (pp. 434-473). Canada: John Wiley & Sons.
- Bosworth, H. B., & Schaie, K. W. (1997). The relationship of social environment, social networks, and health outcomes in the Seattle Longitudinal Study: Two analytical approaches. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 52*(5), 197-205.
- Chen, Y., & Feeley, T. H. (2014). Social support, social strain, loneliness, and well-being among older adults: An analysis of the Health and Retirement Study. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*(2), 141-161.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology, 13*(2), 99-125.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods, 1*(1), 16-29.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality, 19*(2), 109-134.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology, 49*(3), 182-185.
- Ginter, E. J., Glauser, A., & Richmond, B. O. (1994). Loneliness, social support, and anxiety among two south pacific cultures. *Psychological Reports, 74*(3), 875-879.
- Gruenewald, T. L., Liao, D. H., & Seeman, T. E. (2012). Contributing to others, contributing to oneself: Perceptions of generativity and health in later life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 67*(6), 660-665.

- Hakulinen, C., Pulkki-Råback, L., Jokela, M., Ferrie, J. E., Aalto, A. M., Virtanen, M., ... Elovainio, M. (2016). Structural and functional aspects of social support as predictors of mental and physical health trajectories: Whitehall II cohort study. *Journal of Epidemiology and Community Health, 70*(7), 710-715.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New-York: Guilford publications.
- Heinze, J. E., Kruger, D. J., Reischl, T. M., Cupal, S., & Zimmerman, M. A. (2015). Relationships among disease, social support, and perceived health: A lifespan approach. *American Journal of Community Psychology, 56*(3-4), 268-279.
- Herbst-Damm, K. L., & Kulik, J. A. (2005). Volunteer support, marital status, and the survival times of terminally ill patients. *Health Psychology, 24*(2), 225-229.
- Inagaki, T. K., & Eisenberger, N. I. (2012). Neural correlates of giving support to a loved one. *Psychosomatic Medicine, 74*(1), 3-7.
- Inagaki, T. K., Haltom, K. E. B., Suzuki, S., Jevtic, I., Hornstein, E., Bower, J. E., & Eisenberger, N. I. (2016). The neurobiology of giving versus receiving support: The role of stress-related and social reward-related neural activity. *Psychosomatic Medicine, 78*(4), 443-453.
- Kitayama, S., & Uchida, Y. (2005). Interdependent agency: An alternative system for action. In R. M. Sorrentino, D. Cohen, J. M. Olson, & M. P. Zanna (Eds.), *Cultural and social behavior: The Ontario Symposium* (Vol. 10, pp. 137-164). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Leung, J., Pachana, N. A., & McLaughlin, D. (2014). Social support and health-related quality of life in women with breast cancer: a longitudinal study. *Psycho-Oncology, 23*(9), 1014-1020.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., & Tristán, J. (2012). Autonomy support, basic psychological needs and well-being in Mexican athletes. *The Spanish Journal of Psychology, 15*(3), 1283-1292.
- Lowenstein, A., Katz, R., & Gur-Yaish, N. (2007). Reciprocity in parent-child exchange and life satisfaction among the elderly: A cross-national perspective. *Journal of Social Issues, 63*(4), 865-883.
- Martela, F., & Ryan, R. M. (2016). The benefits of benevolence: Basic psychological needs, beneficence, and the enhancement of well-being. *Journal of Personality, 84*(6), 750-764.
- Olaya, B., Domènech-Abella, J., Moneta, M. V., Lara, E., Caballero, F. F., Rico-Urbe, L. A., & Haro, J. M. (2017). All-cause mortality and multimorbidity in older

- adults: The role of social support and loneliness. *Experimental Gerontology*, *99*, 120-126.
- Piferi, R. L., & Lawler, K. A. (2006). Social support and ambulatory blood pressure: An examination of both receiving and giving. *International Journal of Psychophysiology*, *62*(2), 328-336.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, *37*(4), 433-440.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K., Pyun, Y., Aycok, C., & Coyle, S. (2016). A meta-analytic review of the association between perceived social support and depression in childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, *142*(10), 1017-1067.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). An overview of self-determination theory: An organismic-dialectical perspective. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Schwartz, C., Meisenhelder, J. B., Ma, Y., & Reed, G. (2003). Altruistic social interest behaviors are associated with better mental health. *Psychosomatic Medicine*, *65*(5), 778-785.
- Shrout, P. E., Herman, C. M., & Bolger, N. (2006). The costs and benefits of practical and emotional support on adjustment: A daily diary study of couples experiencing acute stress. *Personal Relationships*, *13*(1), 115-134.
- Silverstein, M., Chen, X., & Heller, K. (1996). Too much of a good thing? Intergenerational social support and the psychological well-being of older parents. *Journal of Marriage and the Family*, *58*(4), 970-982.
- Stryker, S. (2007). Identity theory and personality theory: Mutual relevance. *Journal of personality*, *75*(6), 1083-1102.
- Taylor, J., & Turner, R. J. (2001). A longitudinal study of the role and significance of mattering to others for depressive symptoms. *Journal of Health and Social Behavior*, *42*(3), 310-325.
- Taylor, S. E. (2011). Social Support: A Review. In H. S. Friedman (Ed.), *The Oxford Handbook of Health Psychology* (pp. 189-214). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Thomas, P. A. (2010). Is it better to give or to receive? Social support and the well-being of older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, *65*(3), 351-357.
- Thompson, M. G., & Heller, K. (1990). Facets of support related to well-being: Quantitative social isolation and perceived family support in a sample of elderly women. *Psychology and Aging*, *5*(4), 535-544.
- Tian, L., Tian, Q., & Huebner, E. S. (2016).

School-related social support and adolescents' school-related subjective well-being: The mediating role of basic psychological needs satisfaction at school. *Social Indicators Research*, 128(1), 105-129.

Warner, L. M., Schüz, B., Wurm, S., Ziegelmann, J. P., & Tesch-Römer, C. (2010). Giving and taking—Differential effects of providing, receiving and anticipating emotional support on quality of life in adults with multiple illnesses. *Journal of Health Psychology*, 15(5), 660-670.

Walster, E., Berscheid, E., & Walster, G. W. (1973). New directions in equity research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 25(2), 151-176.

WHO (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva, Swiss Confederation: WHO.

## The Relationships between Social Support (Giving and Receiving) and Subjective Well-Being in the Elderly: Mediating Effects of Basic Psychological Needs

Hyeonseo Lee<sup>1</sup>

Youngsook Chong<sup>2</sup>

Department of Psychology, Pusan National University/ Doctoral Student<sup>1</sup>

Department of Psychology, Pusan National University/ Professor<sup>2</sup>

The purpose of this study was to identify the mediating effect of basic psychological needs between giving social support (GSS) and receiving social support(RSS)and subjective well-being (SWB) of the elderly in close relationships. Questionnaires were completed by 330 participants aged over 60 from Busan and Gyeongsangnam-do in South Korea including measuring degrees in GSS and RSS, BPN(autonomy, competence, and relatedness), SWB. Results from mediating analyses showed that competence and relatedness had significant mediating effects on the relationship between GSS and SWB. However, there was no significant indirect effect on the relationship between RSS and SWB. The effect of GSS differed slightly depending on the type of relationship. In the case of the family, there was partial mediation of competence and relatedness in the relationship between GSS and SWB, and the direct effect between GSS and SWB. In the case of non-family, there was complete mediation of competence and relatedness in the relationship between GSS and SWB. This study's results indicate the need to study the psychological functions of GSS by showing the positive effect of GSS in the elderly.

*Key words* : giving social support/receiving social support, basic psychological needs, subjective well-being, elderly, family/non-family