

사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도의 관계: 누구로부터의 지지가 중요한가?*

Received: July 23, 2022
Revised: August 25, 2022
Accepted: September 2, 2022

박재림¹, 신희영²
전북대학교 심리학과/ 박사과정 학생¹, 전북대학교 심리학과/ 부교수²

교신저자: 신희영
전북대학교 심리학과,
전주시 덕진구 백제대로 567
사회과학대학 610호

Social Support, Basic Psychological Needs, and Life Satisfaction: Whose Support Matters?

E-MAIL: shinhy@jbnu.ac.kr

Chaerim Park¹, Huiyoung Shin²
Department of Psychology, Jeonbuk National University/ Doctoral Student¹
Department of Psychology, Jeonbuk National University/ Associate Professor²

* 이 논문은 2022년도
전북대학교 연구기반 조성비
지원에 의하여 연구되었음

ABSTRACT

본 연구는 청·장년 및 노인을 대상으로 관계 유형별 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 매개로 삶의 만족도에 어떠한 영향을 미치는지, 그리고 이러한 관계는 연령 집단에 따라 차이를 보이는지 검증하였다. 이를 위해 30대-60대의 성인을 연령대에 따른 균등표집을 통해 807명(M=48.81세, 남성 50.4%)을 대상으로 배우자, 친구, 자녀 및 부모로부터의 사회적 지지, 기본 심리 욕구의 충족, 삶의 만족도를 측정하였다. 분석 결과, 배우자와 친구의 사회적 지지가 삶의 만족도와 높은 정적 관계를 보였다. 배우자의 지지는 자율성, 유능성, 관계성과 정적 관계를 보인 반면, 친구의 지지는 유능성 및 관계성과 정적 관계를 보였다. 기본 심리 욕구 중 유능성과 관계성이 삶의 만족도와 정적 관계를 보였고, 배우자와 친구의 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 관계는 연령 집단에 따라 차이를 보였으며 청·장년층에서 노인 에 비해 배우자와 친구 지지, 유능성과 관계성의 충족, 삶의 만족도 간의 관련성이 더 높은 것으로 나타났다. 본 연구는 초 고령자를 포함하지 못한 한계가 있으나 다양한 연령 집단에 따라 관계 유형별 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보았다는 점에서 의의가 있다. 후속 연구에서는 보다 다양한 사회적 관계를 고려하고 상호작용의 빈도와 정서적 강도에 초점을 맞출 필요가 있다.

주요어 : 관계 유형별 사회적 지지, 삶의 만족도, 기본 심리 욕구, 연령에 따른 차이



© Copyright 2022, The Korean Journal of Developmental Psychology. All Rights Reserved.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

사회적 관계(social relationship)는 배우자, 친구, 가족 등 개인의 삶에 직·간접적으로 관여하는 타인과의 사회적 상호작용을 포함한다. 선행 연구들은 타인과의 긍정적인 상호작용이 개인의 심리적 안녕감, 웰빙 및 건강에 중요한 역할을 한다고 강조한다(Holt-Lunstad et al., 2010). 연구 결과들은 개인이 친밀하고 지지적인 관계로부터 높은 긍정 정서를 경험하게 되고, 이는 개인의 행복과 주관적 안녕감에 긍정적인 영향을 준다고 보고하였다(Pierce & Quiroz, 2019; Walen & Lachman, 2000). 반면, 사회적 관계에서 높은 갈등과 충돌을 겪거나, 낮은 사회적 지지를 경험할 경우 개인은 높은 부정 정서와 외로움 및 우울을 보고하며 건강 문제가 심화되기도 하는 것으로 알려진다(Chen & Feeley, 2014; Lee & Goldstein, 2016).

이처럼, 사회적 지지(social support)는 개인의 인생 전반에 걸쳐 중요한 영향을 미치지만, 개인이 경험하는 사회적 지지의 수준과 그 영향은 배우자, 친구, 자녀, 부모 등과 같은 관계의 유형에 따라 달라질 수 있고(경선정 등, 2021; Secor et al., 2017), 다양한 사회적 관계의 중요도와 가치 및 그 영향은 개인이 인생 전반에 걸쳐 연령에 따른 여러 사회적 상황과 삶의 사건들을 경험함에 따라 변화하게 된다(Kahn & Antonucci, 1980). 따라서 연구자들은 사회적 지지가 개인의 심리적 안녕감과 건강에 미치는 영향을 살펴보는데 있어 개인이 맺고 있는 다양한 사회적 관계의 유형을 구체적으로 고려할 필요가 있으며, 관계 유형별 사회적 지지가 개인의 심리적 안녕감과 건강에 미치는 영향이 연령에 따라 어떠한 차이를 보이는지 검증할 필요가 있다고 제안해왔다(Segrin, 2003). 이에 본 연구는 개인의 사회적 관계를 배우자, 친구, 자녀, 부모로 세분화하여 구체적인 관계 유형별 사회적 지지가

개인의 기본 심리 욕구의 충족을 매개로 삶의 중요한 적응 지표 중 하나인 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 또한, 30대부터 60대의 청·장년층 및 노인을 대상으로 연령대에 따른 균등 표집을 실시하여 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 통해 삶의 만족도에 미치는 영향이 연령에 따른 차이를 보이는지 검증하였다.

사회적 지지를 개인이 맺고 있는 다양한 관계 유형별로 세분화하여 살펴보는 것은 심리적 건강에 미치는 여러 사회적 관계의 상대적인 중요도와 그 영향력을 살펴볼 수 있다는 면에서 의의가 있다. 또한, 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도의 관계에서 기본 심리 욕구의 매개효과를 검증하는 것은 다양한 관계를 통한 사회적 지지가 개인의 자율성, 유능성, 관계성의 충족을 통해 개인의 삶의 만족도에 영향을 미치는 기제에 대한 이해를 확장할 수 있을 것이다. 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향을 이해하기 위해 자기 결정 이론을 포함한 다양한 이론적 모델이 제안되었으나, 실제로 그러한 이론적 모델을 경험적으로 검증한 연구는 매우 부족한 편이다. 최근 개인이 경험하는 지지가 실제로 기본 심리 욕구의 충족을 통해 심리적 적응에 중요한 영향을 미치는지 검증한 연구들이 보고되고 있으나(Chen & Zhang, 2021; Karkkola et al., 2018), 대부분의 연구들이 자율성, 유능성, 관계성의 고유 효과를 구분하지 않고 일반적인 수준에서의 기본 심리 욕구 충족을 검증하였다는 한계가 있다. 본 논문에서는 관계의 유형뿐 아니라 기본 심리 욕구 또한 세부적으로 구분하여 다양한 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 자율성, 유능성, 관계성이 매개하는지, 그리고 세 가지 기본 심리 욕구 중 어떠한 기본 심리 욕구가 상대적으로 더욱 중요한 역할을 하는지 검증하였다

는 면에서 의의가 있다. 또한, 많은 선행 연구들이 특정 연령대에 초점을 맞추어 사회적 지지와 심리적 적응 간의 관계를 살펴보았다는 점(이현서, 정영숙, 2020)을 고려할 때, 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 여러 연령 집단을 대상으로 차이를 검증한 본 연구는 생애 발달 주기에 따른 사회적 관계의 특성과 영향에 대한 중요한 정보를 제공할 것이다.

사회적 지지와 삶의 만족도

사회적 지지는 사회적 관계를 통해 개인이 주고받는 정서적(emotional), 정보적(informational), 도구적(instrumental) 지지를 포함하는 긍정적인 자원을 의미한다(Cohen & Hoberman, 1983). 정서적 지지는 사회적 상호작용을 통해 주고받는 공감과 애정 및 신뢰 등의 지원을 의미하며(Cohen & Hoberman, 1983), 의미 있는 타인으로부터 개인이 관심과 존중을 받고 있다는 정보를 전달하게 되기 때문에 존중적 지지(esteem support)로 불리기도 한다. 정서적 지지를 통해 개인은 자신의 결점이나 단점과 상관없이 타인에게 인정받고 수용된다고 느끼게 되고 이는 개인의 자존감을 높이는 데 중요한 역할을 할 수 있다(Cobb, 1976). 정보적 지지는 개인이 스트레스 상황에서 문제를 이해하고 적절히 대처할 수 있도록 도움이 될 수 있는 정보와 조언을 제공하는 지원을 의미하며(Cohen & Wills, 1985), 상황에 대한 해석을 포함하는 인지적인 정보를 전달하기 때문에 평가적 지지(appraisal support) 또는 인지적 지지(cognitive guidance)로 불리기도 한다. 도구적 지지는 재정적, 물질적 지원, 또는 필요한 유·무형적 서비스를 제공하는 실질적 지원을 의미한다. 이처럼 이론적으로는 사

회적 지지가 기능에 따라 여러 유형으로 구분될 수 있으나, 실제 사회적 상황에서는 이와 같은 여러 유형의 지지가 서로 명확히 구별되는 독립적인 특성을 보이는 것은 아니다. 예컨대, 개인은 친한 친구와의 관계에서 서로 높은 공감과 애정 및 신뢰를 포함하는 정서적 지지를 주고받을 뿐만 아니라 스트레스나 문제 상황에 대해 함께 고민하며 정보적 지지 또는 도구적 지지를 서로 주고받게 되기도 한다(Cohen & Wills, 1985). 본 연구에서는 사회적 지지를 살펴보는데 있어 그 기능에 따라 세부적인 지지를 구별하지는 않지만 주로 정서적 지지와 정보적 지지에 초점을 맞추고자 한다.

개인은 자신이 속한 사회적 관계망 내에서 정기적으로 사회적 상호작용을 하고 안정적인 사회적 역할을 수행하게 되기 때문에, 사회적 관계 내에서의 사회적 지지는 개인에게 일반적으로 긍정적인 영향을 미친다. 사회적 지지가 개인의 심리적 적응에 미치는 주 효과에 근거한 연구들은 개인이 유지하는 다양한 긍정적인 사회적 상호작용이 개인에게 긍정 정서, 물질적 자원, 삶의 안정성과 예측 가능성을 지원하고 자존감을 강화함으로써 심리적 안녕감에 정적인 영향을 미치고(Chen & Feeley, 2014), 외로움과 우울의 부적 영향을 완충하는 보호 요인이 된다고 보고한다(Okabayashi et al., 2004). 물론, 사회적 지지와 심리적 안녕감의 관계는 서로 쌍방향으로 영향을 미치는 상호적인 특성을 가지나, 종단 데이터를 기반으로 하는 많은 연구들은 개인이 지각하는 사회적 지지가 실제로 개인의 심리적 안녕감과 건강 지표를 긍정적으로 예측한다고 보고한다(Pierce & Quiroz, 2019).

이러한 선행 연구를 바탕으로 생각해보면 의미 있는 타인으로부터의 사회적 지지는 개인의 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예상해볼

수 있다. 삶의 만족도는 주관적 안녕감의 인지적 요소에 해당하며 개인이 자신의 삶에 대해 만족하는 정도를 나타내는 구성 개념이다. 개인마다 삶의 만족도를 평가하는 기준은 다르기 때문에 삶의 만족도는 특정 객관적 지표에 근거하기보다 개인의 고유 기준을 바탕으로 한 주관적인 평가에 근거한다(Pavot & Diener, 2008). 즉, 삶의 만족도는 객관적 지표에 해당하는 수입, 재산, 교육 수준을 기반으로 한 평가가 아니라 개인 자신의 내적 기준을 바탕으로 평가된 주관적인 행복 수준을 반영한다.

선행 연구들은 삶의 만족도를 개인의 신체적, 심리적 건강과 밀접한 관련성을 보이는 변인으로 강조하며, 성인지 전반에 걸쳐 일관적으로 개인의 건강, 희망, 자기효능감과 정적 관계를 보인다고 보고한다(Siedlecki et al., 2008). 또한, 높은 삶의 만족도는 사회적 지지를 포함한 긍정적인 사회적 자원과 유의미한 정적 관계를 보이며 개인의 심리적 적응을 예측하는 것으로 나타난다(Rey et al., 2019). 즉, 개인이 높은 수준의 사회적 지지를 경험할수록 자신의 삶을 더욱 만족스럽다고 평가하며 이는 신체적 및 심리적 건강(Uchino, 2009)에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알려진다.

많은 선행 연구들이 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계에 대한 근거를 제시하지만, 대부분의 연구가 다양한 관계 유형을 세부적으로 구분하지 않고 일반적인 수준에서의 사회적 지지를 살펴보기나, 특정 관계에 초점을 맞추어 사회적 지지와 심리적 적응 지표 간의 관계를 살펴보았다는 제한점이 있다. 따라서 다양한 관계 유형별 사회적 지지가 개인의 삶의 만족도에 미치는 상대적인 중요도와 영향력에 대한 이해는 아직 부족한 수준이다. 이에 본 연구에서는 개인이 경험하는 사회적 지지를 배우자, 친구, 자녀, 부모의 세부 관계 유형별로

구분하고 각 관계 유형에서의 사회적 지지와 삶의 만족도와의 관계를 검증하고자 한다. 다양한 관계 유형을 구체적으로 구분하여 살펴본 선행 연구가 부족한 만큼, 본 연구에서는 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계에 대한 구체적인 가설을 세우지 않고 탐색적으로 살펴보았다. 그러나 상호작용의 빈도와 중요도를 고려하였을 때, 배우자와 친구가 개인의 삶의 만족도에 가장 중요한 영향을 미칠 것으로 예상하였다.

기본 심리 욕구의 매개효과

자기 결정 이론에 따르면 개인은 기본 심리 욕구(basic psychological needs)인 자율성, 유능성, 관계성(autonomy, competence, relatedness)이 충족될 때 성장과 발전에 대한 내적 동기가 발현되어 적응적인 발달을 경험하게 된다(Ryan & Deci, 2000). 자율성은 자신의 관심과 가치를 바탕으로 행동하며 자신의 주체성을 인식하고 자율적으로 행하는 자아를 통해 충족되는 욕구를 의미하고, 유능성은 자신을 둘러싼 환경을 효과적으로 다루며 그 안에서 자신의 능력을 발휘하고 자신감과 효율성을 통해 충족되는 욕구를 의미하며, 관계성은 타인과의 상호작용을 통해 연결되어 있음을 느끼고 관심과 보살핌을 주고받으며 충족되는 욕구를 의미한다(Ryan & Deci, 2000). 이러한 기본 심리 욕구는 인간의 보편적 욕구이며 사회적 맥락에 따라 촉진되거나 좌절될 수 있다(Deci & Ryan, 1985). 즉, 개인이 배우자, 친구, 자녀, 부모 등의 사회적 타자와 보살핌과 배려를 포함하는 지지적인 관계를 유지할 때 자율성, 유능성, 관계성의 욕구가 충족될 수 있고 이는 높은 삶의 만족도로 이어질 수 있다.

배우자는 혼인으로 이루어진 법적 가족 관계로

상대의 필요에 적절히 반응하고 애정과 사랑 및 존중을 주고받는 배우자의 사회적 지지는 개인의 심리적 적응에 핵심적인 역할을 한다고 볼 수 있다(Argyle, 1992). 여러 사회적 관계 중 가장 많은 시간을 함께 보내는 배우자와 개인은 정서적, 정보적, 도구적 지지를 포함하는 다양한 형태의 사회적 지지를 주고받게 된다(Dehle et al., 2001). 배우자의 관심과 존중, 애정을 바탕으로 한 정서적 지지는 개인의 자기 효능감과 존중감을 높여 관계성과 유능성의 충족에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한, 인생의 동반자로서 힘든 상황에서 문제를 제대로 이해하고 적절히 대처할 수 있도록 도움이 되는 정보와 조언, 물질적인 지원을 제공하는 정보적, 도구적 지지는 개인이 자신의 가치에 따라 행동하고 능력을 발휘하는데 힘이 되어 자율성과 유능성의 충족에 긍정적 영향을 미칠 수 있다.

친구는 자발성과 호혜성을 바탕으로 하는 평등한 관계로 관심과 배려, 조언과 격려를 주고받는 친구의 지지는 전 생애에 걸쳐 개인의 적응에 중요한 영향을 미친다(Berndt, 2002). 친구는 부모와 배우자와 같은 가족 관계에 비해 보살피고 돌봐야 하는 의무감으로부터 자유롭기 때문에 친구의 관심과 존중 및 배려는 개인이 친구 관계를 통해 높은 관계 만족도를 경험하게 함으로써 관계성의 욕구 충족에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한, 문제 상황에 직면했을 때 조언과 도움을 제공하는 친구의 정보적, 도구적 지지는 개인이 자신이 속한 환경을 효과적으로 다루며 그 안에서 자신의 능력을 발휘함으로써 유능성의 기본 심리 욕구 충족에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다(Moos, 1995).

부모와 자녀는 자녀가 세상에 태어나면서부터 전 생애에 걸쳐 서로 중요한 영향을 미치는 존재이다. 부모와 자녀의 관계는 자녀가 성인이 되기 전까지

는 자녀가 부모로부터 보살핌을 받는 일 방향적인 관계를 유지하지만 점차로 부모와 자녀가 서로 보살핌을 주고받는 양방향적인 관계로 변해가는 특성을 보인다. 특히, 노년기의 개인에게 자녀는 배우자만큼 중요한 사회적 지지를 제공하는 존재가 된다. 부모와 자녀는 애정과 존중의 정서적 지지를 주고받으며 관계성의 기본 심리 욕구 충족에 서로 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한, 부모는 자녀에게 물질적 지원을 포함한 도구적 지지와 다양한 사회적 상황에서 조언을 주는 정보적 지지를 제공하며 개인이 자신의 능력을 제대로 발휘할 수 있도록 하여 유능성의 기본 심리 욕구 충족에 긍정적인 영향을 줄 수 있다. 마찬가지로 자녀의 정서적 지지는 부모에게 자기 가치감과 삶의 보람을 느끼게 하고 자신의 능력을 발휘하는데 영향을 미쳐 유능성의 기본 심리 욕구 충족에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예상해볼 수 있다.

이처럼 의미 있는 타인으로부터의 사회적 지지는 개인의 기본 심리 욕구의 충족을 통해 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 주체적이고 독립적으로 사고하고, 자신의 능력을 발휘하며, 타인으로부터 존중을 받을 때 개인은 자신의 삶에 대해 전반적으로 만족스럽다고 평가할 확률이 높을 것이기 때문이다. 따라서 본 연구에서는 자율성, 유능성, 관계성의 기본 심리 욕구의 충족이 다양한 관계로부터의 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 매개할 것이라 예상하였다.

발달 단계에 따른 사회적 지지

개인은 인생 전반에 걸쳐 다양한 사회적 관계를 맺고 유지하며, 각 관계에서 다른 수준의 사회적 지지를 경험한다. 연령이 증가함에 따라 인생의 주

요 전환기를 거쳐 다양한 생활 사건과 사회적 상황을 겪으면서, 개인에게 중요한 의미를 가지는 사회적 관계의 대상은 변화하게 되고 각 관계가 개인에게 미치는 영향의 크기도 달라지게 된다(Kahn & Antonucci, 1980). 따라서 개인이 맺고 있는 다양한 사회적 관계가 개인의 심리적 안녕감에 미치는 중요도 및 영향력도 연령에 따라 차이를 보일 수 있다(Umberson et al., 2010). 예컨대, 청소년기와 성인 초기에는 개인에게 있어 부모와 가족보다 친구가 사회적 지지의 주요 원천이 되고 자아 효능감과 심리적 안녕감에 중요한 영향을 미친다(Scholte et al., 2001). 그러나 개인이 성인기로 진입하면서 연인 및 배우자와의 관계가 가지는 상대적 중요도가 높아지고, 연인이나 배우자의 사회적 지지는 개인의 심리적 적응과 밀접한 관련을 가지게 된다(Qualter et al., 2015). 중년 및 노년기에는 가까운 친구와 배우자 및 자녀를 포함한 직계 가족 구성원의 사회적 지지가 더욱 중요해지고 이들로부터의 사회적 지지가 개인의 심리적 안녕감에 중요한 역할을 하게 된다(Carstensen, 1995).

이처럼 인생의 각 단계를 거치면서 다양한 사회적 관계의 유형에 따른 사회적 지지가 개인에게 미치는 가치와 중요도 및 영향력이 변화하는 것은 생애 발달 주기에 따라 개인이 속한 사회적 관계망의 크기와 특성이 달라지기 때문이다. 사회 정서적 선택 이론에 따르면 연령이 증가함에 따라 개인의 시간에 대한 관점이 변화하게 되고 이는 개인의 관계에 대한 사회적 동기에 중요한 영향을 미치게 된다(Carstensen, 1995). 성인 초기에 속하는 20대의 개인은 자신에게 인생의 많은 시간이 남아있다는 관점을 가지고 있기 때문에 사회적 관계를 통해 새로운 정보를 획득하고자 하는 정보 추구의 목표가 강하며 이에 따라 20대의 사회적 관계망의 특성은

크기가 크고 넓으며 다양한 사회적 관계를 포함하는 모습을 보인다(Segrin, 2003). 반면, 노년기에 가까워질수록 개인은 자신에게 남아있는 인생의 시간이 제한적이라는 관점을 가지게 되기 때문에 정보와 지식 추구의 목표보다 정서적, 관계적인 목표를 강하게 추구하게 된다. 이에 노인은 젊은 성인에 비해 자신에게 남아있는 제한적인 시간을 중요한 사람에게 집중하려는 모습을 보이게 되고 따라서 노인의 사회적 관계망의 특성은 크기가 작고 가까운 친구와 배우자를 포함한 핵심적인 관계만을 포함하는 모습을 보인다(Cantor & Little, 1985).

이처럼 여러 이론과 선행 연구들은 연령이 증가함에 따라 개인의 사회적 관계의 크기와 특성이 달라지고 다양한 사회적 관계로부터의 사회적 지지가 개인의 심리적 건강에 미치는 영향 또한 변화할 수 있다는 근거를 제공한다. 이를 바탕으로 생각해볼 때, 다양한 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계는 연령에 따라 유의미한 차이가 있을 것으로 예상해볼 수 있다. 이에 본 연구는 30대에서 60대에 해당하는 다양한 연령 집단을 대상으로 관계 유형별 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 통해 삶의 만족도에 미치는 영향이 연령에 따라 어떠한 차이를 보이는지 검증하였다. 본 연구에서 구체적으로 살펴본 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 관계 유형별(배우자, 친구, 자녀, 부모) 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계는 어떠한가?

연구 문제 2. 기본 심리 욕구(자율성, 유능성, 관계성)는 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는가?

연구 문제 3. 관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도 간의 관계는 연령 집단에 따라 유의미한 차이를 보이는가?

방 법

연구 대상

온라인 패널 사이트를 통해 설문 조사에 자발적으로 참여하고자 하는 성인을 대상으로 연령대와 성별에 따른 균등표집을 기반으로 자료를 수집하였다. 참여자들은 설문 시작 전 연구에 대해 충분한 안내를 제공 받았으며, 설문 도중 참여를 원하지 않는 경우 자유롭게 그만 둘 수 있도록 하였다. 설문 완료 후 참여에 대한 답례로 패널 사이트에서 정한 기준에 따라 사례를 제공하였으며, 응답자의 비밀 보장을 위해 응답 내용은 모두 코드로 변환하였다. 최종 연구 참여자는 20~69세에 해당하는 1,033명의 성인이었으나, 본 연구에서는 배우자를 포함한 다양한 유형의 사회적 지지를 살펴보기 위해 대부분이 미혼에 해당되는 20대를 분석에서 제외하였다¹⁾. 표본의 인구통계학적 특성을 표 1에 자세히 제시하였다. 수집된 자료 중 이상치로 나타난 불성실한 응답자를 제외하고 30~69세에 해당하는 총 807명(평균 연령: 48.81, 남성: 50.4%)의 성인을 자료 분석에 사용하였다.

측정 도구

사회적 지지

관계 유형별 사회적 지지를 측정하기 위해 Chopik(2017)이 개발한 척도를 경선정 등(2021)이 번안 타당화한 사회적 지지 척도를 사용하였다. 본

1) 전체 표본(기혼과 미혼을 모두 포함)과 하위 표본(기혼만을 포함)을 대상으로 분석을 진행한 결과 변인 간의 관계에 있어 두 표본 간에 차이를 보이지 않았다. 따라서 본 논문에서는 전체 표본을 바탕으로 분석 결과를 보고하였다.

척도는 배우자, 친구, 자녀 및 가족을 포함한 여러 관계 유형별 사회적 지지와 갈등을 측정하며, 각 관계에 해당하는 사회적 지지와 갈등이 각각 3문항과 4문항으로 구성되어 있다. Chopik(2017)의 연구에서 배우자, 친구, 자녀 및 가족의 사회적 지지는 각각 높은 내적 일치도와 구성 타당도를 보여주었다. 본 연구에서는 배우자, 친구, 자녀 및 부모의 사회적 지지를 측정하는 12문항을 사용하였다(예: “---는 당신의 감정을 얼마나 잘 이해해주나요?”, “당신에게 문제가 생겼을 때 도움을 받기 위해 ---에게 얼마만큼 의지합니까?”, “---에게 당신의 걱정거리를 얼마나 자주 털어놓을 수 있습니까?”). 모든 문항은 5점 리커트 척도로 구성되었으며, 각 문항의 총점이 높을수록 높은 사회적 지지를 경험하는 것으로 해석할 수 있다. Chopik(2017)의 연구에서 내적 일치도는 배우자 지지 .81, 친구 지지 .84, 자녀 지지 .83, 가족 지지 .86으로 나타났으며, 본 연구에서는 배우자 지지 .86, 친구 지지 .83, 자녀 지지 .82, 부모 지지 .81로 나타났다.

기본 심리 욕구

기본 심리 욕구를 측정하기 위해 Ryan과 Deci가 개발한 척도를 이명희와 김아영(2008)이 번안 타당화한 한국형 기본 심리 욕구 척도(Basic Psychological Needs Scale: BPNS)를 사용하였다. 본 척도는 자율성(예: ‘나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다’), 유능성(예: ‘나는 내게 주어진 일을 잘 해결할 능력이 있다고 느낀다’), 관계성(예: ‘나는 내 주변 사람들로 부터 사랑과 관심을 받는 것을 느낀다’)의 3가지 하위 차원, 총 18문항으로 구성되며 모든 문항은 5점 리커트 척도를 사용하였다. 각 차원의 점수가 높을수록 해당 기본 심리 욕구가 충족된 것으로 해

표 1. 표본의 인구통계학적 특성

| 항목 | | 30대 | 40대 | 50대 | 60대 | 합계 |
|------|--------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 연령 | 빈도 | 203 | 204 | 209 | 207 | 823 |
| | 평균(단위: 세) | 34.51 | 43.97 | 53.20 | 63.27 | 48.83 |
| 성별 | 남 | 100 | 104 | 105 | 106 | 415 |
| | 여 | 103 | 100 | 104 | 101 | 408 |
| 학력 | 고등학교 졸업 이하 | 21 | 37 | 47 | 61 | 166 |
| | 대학교 졸업 | 161 | 149 | 133 | 120 | 563 |
| | 대학원 이상 졸업 | 21 | 18 | 29 | 26 | 94 |
| 소득 | 1천만원 미만 | 24 | 33 | 56 | 52 | 165 |
| | 1천만원-2천만원 미만 | 11 | 15 | 14 | 25 | 65 |
| | 2천만원-3천만원 미만 | 30 | 24 | 27 | 28 | 109 |
| | 3천만원-4천만원 미만 | 45 | 34 | 21 | 38 | 138 |
| | 4천만원 이상 | 93 | 98 | 91 | 64 | 346 |
| 혼인여부 | 유 | 87 | 145 | 171 | 172 | 575 |
| | 무 | 116 | 59 | 38 | 35 | 248 |
| 자녀여부 | 유 | 54 | 142 | 183 | 195 | 574 |
| | 무 | 149 | 62 | 26 | 12 | 249 |

주. 혼인상태 '무'에는 미혼, 이혼, 사별이 포함됨.

석할 수 있다. 이명희와 김아영(2008)의 연구에서 내적 일치도는 자율성 .70, 유능성 .75, 관계성 .79였으며, 본 연구에서의 내적 일치도는 자율성 .80, 유능성 .91, 관계성 .84로 나타났다.

삶의 만족도

삶의 만족도를 측정하기 위해 Diener와 동료들(1985)이 개발하고 조명환과 차경호(1998)가 변안한 한국판 삶의 만족도 척도(Satisfaction with the Life Scale: SWLS)를 사용하였다. 총 5문항(예: '나는 나의 삶에 만족한다', '전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다')으로

구성되어 있으며, 총점이 높을수록 삶의 만족도가 높은 것으로 해석한다. 조명환과 차경호(1998)의 연구에서 내적 일치도는 .84였으며, 본 연구에서의 내적 일치도는 .90으로 나타났다.

자료 분석

분석을 위하여 SPSS 25.0와 R 4.1.0의 lavaan 패키지를 사용하였다. 먼저 기술 통계와 상관 분석을 실시하여 변인들 간의 관련성을 살펴보았으며, *F*-검정과 독립 표본 *t*-검정을 실시하여 연령 집단 및 성별에 따른 변인 간 차이를 살펴보았다. 이후,

구조방정식을 통해 관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구의 충족, 삶의 만족도 간 측정 모형을 확인한 후 변인 간 관계 및 매개효과를 검증하였다. 자료의 결측치는 최대 우도법(FIML)을 사용하여 처리하였으며, 기본 심리 욕구의 하위 요인 간 상관을 고려하여 잠재 변수 간 공분산을 설정하였다. 매개효과를 검증하기 위해 Bootstrapping(Bollen & Stine, 1990)을 사용하여 유의성을 검증하였으며, 변인들 간의 관계에 있어 청·장년층과 노인간의 차이를 집단 차이 검증을 통해 살펴보았다.

결 과

기술 통계 및 상관 분석

주요 변인들의 기술통계 및 상관관계 결과를 표

2에 제시하였다. 변인들의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2.0과 7.0 이하로 나타나 정규성 가정을 충족하였다(Curran et al., 1996). 주요 변인들의 상관 분석 결과, 관계 유형별 사회적 지지는 서로 유의미한 정적 상관을 보였다($r=.23\sim.39, p<.01$). 또한, 배우자 지지는 자율성($r=.16, p<.01$), 유능성($r=.15, p<.01$), 관계성($r=.18, p<.01$)의 기본 심리 욕구 모두와 정적 상관을 보인 반면, 친구, 자녀 및 부모 지지는 자율성을 제외한 유능성 및 관계성과 정적 상관을 보였다($r=.11\sim.29, p<.01$). 삶의 만족도는 관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구 모두와 정적 상관을 보였다($r=.19\sim.45, p<.01$).

주요 변인의 연령 집단에 따른 차이를 알아보기 위해 F -검정을 실시한 결과를 표 3에 제시하였다. 사회적 지지는 모든 관계 유형에서 연령 집단 간 유의미한 차이가 나타났으며, 기본 심리 욕구는 자율성만이 연령 집단 간 유의미한 차이를 보였다.

표 2. 연구 변인 간 상관관계 및 기술통계 ($N=807$)

| 변인 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
|----------|-----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 사회적 지지 | 1. 배우자 지지 | - | | | | | | | |
| | 2. 친구 지지 | .23** | - | | | | | | |
| | 3. 자녀 지지 | .31** | .35** | - | | | | | |
| | 4. 부모 지지 | .31** | .37** | .39** | - | | | | |
| 기본 심리 욕구 | 5. 자율성 | .16** | .03 | .03 | -.04 | - | | | |
| | 6. 유능성 | .15** | .15** | .14** | .11** | .43** | - | | |
| | 7. 관계성 | .18** | .29** | .20** | .18** | .40** | .70** | - | |
| 종속 변인 | 8. 삶의 만족도 | .38** | .27** | .29** | .30** | .19** | .45** | .42** | |
| | 평균 | 3.56 | 3.06 | 2.84 | 2.91 | 3.80 | 3.31 | 3.35 | 2.73 |
| | 표준편차 | 0.95 | 0.84 | 0.92 | 1.00 | 0.71 | 0.82 | 0.81 | 0.90 |
| | 왜도 | -0.69 | -0.27 | 0.13 | -0.14 | -0.39 | -0.41 | -0.41 | -0.11 |
| | 첨도 | 0.07 | -0.20 | -0.55 | -0.73 | -0.28 | 0.21 | 0.21 | -0.64 |

* $p<.05$. ** $p<.01$.

표 3. 주요 변인의 연령 집단에 따른 평균, 표준 편차 및 차이 검증 결과

| | | 30대 ^a | | 40대 ^b | | 50대 ^c | | 60대 ^d | | <i>F</i> (<i>p</i>) | <i>post hoc</i> |
|----------|--------|------------------|------|------------------|------|------------------|------|------------------|------|-----------------------|--------------------|
| 사회적 지지 | 배우자 지지 | 3.97 | 0.78 | 3.54 | 0.98 | 3.39 | 0.98 | 3.55 | 0.93 | 9.26*** | a > b, c, d |
| | 친구 지지 | 3.33 | 0.82 | 3.05 | 0.79 | 2.87 | 0.86 | 3.00 | 0.82 | 11.17*** | a > b, c, d |
| | 자녀 지지 | 2.96 | 0.99 | 2.77 | 0.86 | 2.66 | 0.91 | 3.04 | 0.93 | 5.96** | d > c |
| | 부모 지지 | 3.23 | 0.92 | 2.95 | 0.95 | 2.77 | 0.96 | 2.68 | 1.07 | 12.76*** | a > b, c, d; b > d |
| 기본 심리 욕구 | 자율성 | 3.68 | 0.72 | 3.72 | 0.71 | 3.81 | 0.72 | 4.00 | 0.64 | 8.41*** | d > a, b |
| | 유능성 | 3.25 | 0.86 | 3.28 | 0.80 | 3.32 | 0.77 | 3.41 | 0.85 | 1.41 | - |
| | 관계성 | 3.38 | 0.84 | 3.30 | 0.82 | 3.29 | 0.81 | 3.43 | 0.77 | 1.51 | - |
| 종속 변인 | 삶의 만족도 | 2.80 | 0.91 | 2.75 | 0.83 | 2.66 | 0.92 | 2.72 | 0.95 | 0.81 | - |

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

구체적으로 연령 집단 간의 차이를 살펴보기 위해 Scheffe와 Games-Howell 사후 분석을 실시하였다. 분석 결과, 배우자와 친구 지지는 30대가 40, 50, 60대보다 높았으며, 자녀 지지는 60대가 50대보다 높은 것으로 나타났다. 부모 지지는 30대가 40, 50, 60대보다 높았으며, 40대가 60대보다 높은 것으로 나타났다. 자율성의 경우 60대가 30, 40대보다 높은 것으로 나타났다.

주요 변인의 성별에 따른 차이를 알아보기 위해 *t*-검정을 실시한 결과를 표 4에 제시하였다. 분석 결과, 여성이 남성보다 높은 자녀 지지(*t*=-4.68, *p*<.001, *d*=.39)를 경험하는 반면, 남성은 여성에 비해 높은 부모 지지(*t*=3.85, *p*<.001, *d*=.27)를 경험하는 것으로 나타났다. 또한, 여성은 남성에 비해 높은 자율성(*t*=-2.37, *p*<.05, *d*=.17)을 지각하는 반면, 남성은 여성에 비해 높은 삶의 만족도를 지

표 4. 주요 변인의 성별에 따른 평균, 표준 편차 및 차이 검증 결과

| | | 남성 (<i>n</i> =407) | | 여성 (<i>n</i> =400) | | <i>t</i> (<i>p</i>) | <i>d</i> |
|----------|--------|------------------------|------|------------------------|------|-----------------------|----------|
| 사회적 지지 | 배우자 지지 | 3.64 | 0.84 | 3.48 | 1.05 | 1.93 | 0.16 |
| | 친구 지지 | 3.06 | 0.83 | 3.06 | 0.85 | -0.12 | 0.01 |
| | 자녀 지지 | 2.67 | 0.90 | 3.02 | 0.91 | -4.68*** | 0.39 |
| | 부모 지지 | 3.04 | 0.94 | 2.77 | 1.04 | 3.85*** | 0.27 |
| 기본 심리 욕구 | 자율성 | 3.74 | 0.70 | 3.86 | 0.71 | -2.37* | 0.17 |
| | 유능성 | 3.32 | 0.79 | 3.31 | 0.86 | 0.26 | 0.02 |
| | 관계성 | 3.32 | 0.78 | 3.37 | 0.84 | -0.84 | 0.06 |
| 종속 변인 | 삶의 만족도 | 2.86 | 0.87 | 2.60 | 0.92 | 4.02*** | 0.28 |

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

각하는 것으로 나타났다($t=4.02, p<.001, d=.28$). 그러나 전반적으로 성별 차에 대한 효과 크기는 작은 것으로 나타났다(Cohen, 1992).

측정 모형의 검증

측정 모형을 검증하기 전 문항묶음(parceling)을 통해 척도의 잠재 변수를 측정 변수로 구성하였다. 문항묶음은 개별 문항보다 지표의 연속적인 특성을 나타내며, 개별 문항 분포의 비정규성을 상쇄할 수 있기 때문에 보다 정규성에 가까워질 수 있고(Hau & Marsh, 2004), 모형 적합도를 높일 수 있다는 장점이 있다. 본 연구의 목적은 개별 문항의 특성을 살펴보는 것이 아닌 구인 간의 구조적 관계를 확인하는 데 있기 때문에 잠재변인을 문항

묶음으로 구성하여 분석하였다. 측정 모형의 적합도를 확인한 결과 $\chi^2=707.61, df=223, p<.001, CFI=.96, TLI=.95, RMSEA=.05, SRMR=.05$ 로 측정 모형의 적합도는 적절한 것으로 나타났다.

구조 모형의 검증

사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도의 구조적 관계를 검증한 결과를 그림 1에 제시하였다.

관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도의 관계

본 연구의 첫 번째 연구 문제인 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 살펴보기 위해 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도의 직접 경로를 살펴본 결과, 배우자 지지($\beta=.30, p<.001$),

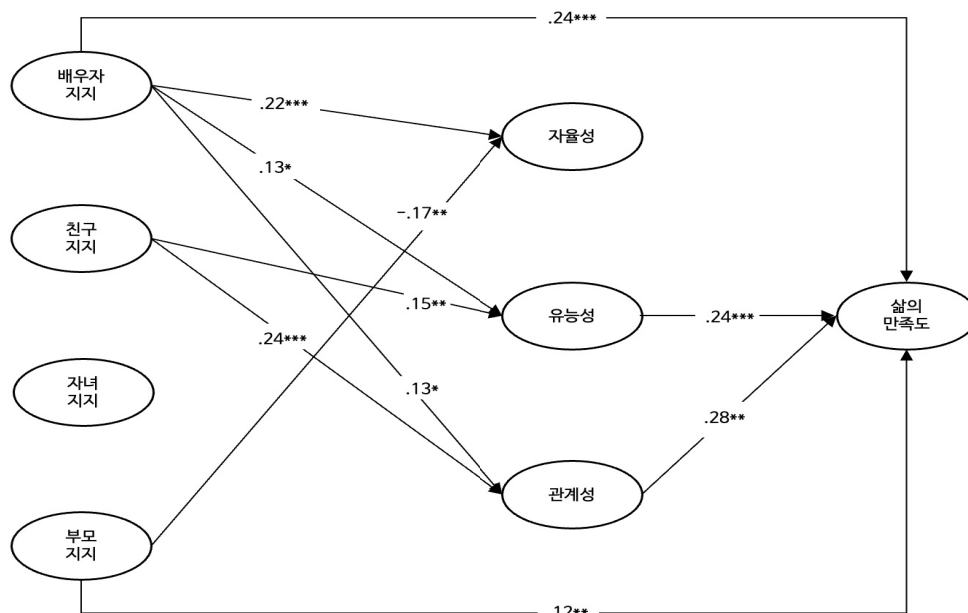


그림 1. 전체 표본에 대한 연구 모형의 경로계수

주. 유의한 경로만을 포함함. * $p<.05$. ** $p<.01$. *** $p<.001$.

친구 지지($\beta=.14, p<.01$), 부모 지지($\beta=.13, p<.05$)가 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 보이는 것으로 나타났다.

사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도의 관계

기본 심리 욕구를 매개 변인으로 추가하여 관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도 간의 관계를 살펴본 결과, 배우자 지지는 자율성($\beta=.22, p<.001$), 유능성($\beta=.13, p<.05$), 관계성($\beta=.13, p<.05$)과 정적 관계를 보이고, 친구 지지는 유능성($\beta=.15, p<.01$) 및 관계성($\beta=.24, p<.001$)과 정적 관계를 나타냈으며, 부모 지지는 자율성($\beta=-.17, p<.01$)과 부적 관계를 보였다. 또한, 유능성($\beta=.24, p<.001$)과 관계성($\beta=.28, p<.01$)은 삶의 만족도와 정적 관계를 보이는 것으로 나타났다.

기본 심리 욕구의 매개효과

본 연구의 두 번째 연구 문제인 관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계에서 기본 심리 욕구(자율성, 유능성, 관계성)가 매개 역할을 하는지 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다(Preacher et al., 2007). 10,000번의 무선 표집을 통해 95%의 신뢰 구간을 산출하였으며(Bollen & Stine, 1990), 신뢰 구간의 상한값과

하한값 사이에 '0'을 포함하지 않을 경우 매개효과가 .05 유의 수준에서 통계적으로 유의하다고 해석할 수 있다. 부트스트래핑을 실시하여 기본 심리 욕구의 매개효과를 검증한 결과를 표 5에 제시하였다. 유능성과 관계성은 배우자 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 부분 매개하고(유능성: $\beta=.03, 95\% C.I.: .01-.09$; 관계성: $\beta=.04, 95\% C.I.: .01-.11$), 친구 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났다(유능성: $\beta=.02, 95\% C.I.: .01-.10$; 관계성: $\beta=.07, 95\% C.I.: .03-.22$).

연령 집단별 차이

연령 집단에 따라 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도의 구조적 관계가 유의미한 차이를 보이는지 살펴보기 위해 유의미한 경로만을 포함하여 집단 차이 검증을 실시하였다. 30, 40, 50, 60대의 연령 집단에 따라 결과의 패턴이 차이를 보이는지 살펴본 결과, 30대-50대에 해당하는 청·장년층과 60대 이상에 해당하는 노인 집단 간에 결과의 패턴에서 차이가 나타나, 두 그룹(30대-50대, 60대)을 대상으로 집단 차이 검증을 실시하였다. 두 집단 간 경로계수의 유의성을 검정하는데 있어 집단 간 경로계수를 자유롭게 추정된 모형과 경로계수가 동일하도록 제약한 모형의 적합도 지수를 비교한

표 5. 매개효과 검정 결과

| 경로 | 부트스트랩 추정치 | | 95% 신뢰구간 | |
|-----------------------|----------------|------|----------|-----|
| | 추정치(β) | 표준오차 | 하한 | 상한 |
| 배우자 지지 → 유능성 → 삶의 만족도 | .03 | .02 | .01 | .09 |
| 친구 지지 → 유능성 → 삶의 만족도 | .02 | .02 | .01 | .10 |
| 배우자 지지 → 관계성 → 삶의 만족도 | .04 | .03 | .01 | .11 |
| 친구 지지 → 관계성 → 삶의 만족도 | .07 | .05 | .03 | .22 |

주. 연구 모형의 경로계수에서 유의미한 경로를 포함한 매개효과만을 보고함.

결과, 두 모형 간 $\Delta\chi^2$ 이 통계적으로 유의하였다 ($\Delta\chi^2=86.95, p<.001$). 이에, 관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도 간의 관계에 있어 두 그룹 간에 유의미한 차이를 고려한 모형을 최종 모형으로 선택하였다. 최종 모형의 적합도는 $\chi^2=1079.12, df=462, p<.001, CFI=.95, TLI=.93, RMSEA=.06, SRMR=.06$ 으로 나타났으며, 구조 모형의 적합도 지수가 높아 자료가 연구 모형을 잘 지지하는 것으로 나타났다. 최종 모형에서 관계 유형별 사회적 지지와 기본 심리 욕구는 청·장년과 노인의 삶의 만족도를 각각 총 분산의 42%, 40%를 설명하는 것으로 나타났다.

관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도 간의 구조적 관계를 두 그룹으로 구분하여 그림 2에 결과를 제시하였다. 전반적으로, 청·장년

층에 비해 노인 집단에서 배우자의 지지가 삶의 만족도에 직접적으로 미치는 영향이 상대적으로 크고 부모의 지지가 삶의 만족도에 직접적으로 미치는 영향은 작은 것으로 나타났다. 그러나 청·장년 집단에서는 배우자와 친구의 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 유능성과 관계성의 기본 심리 욕구가 유의미하게 매개하는 반면, 노인 집단에서는 기본 심리 욕구의 매개효과가 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 관계 유형별 사회적 지지와 기본 심리 욕구 간의 관계에서 두 그룹 간에 차이를 보였는데, 노인 집단의 경우 배우자($\beta=.20, p<.05$)와 친구 지지($\beta=.22, p<.01$)는 관계성의 기본 심리 욕구와 유의미한 정적 관계를 보인 반면, 청·장년 집단의 경우 배우자와 친구 지지는 자율성, 유능성, 관계성의 모든 기본 심리 욕

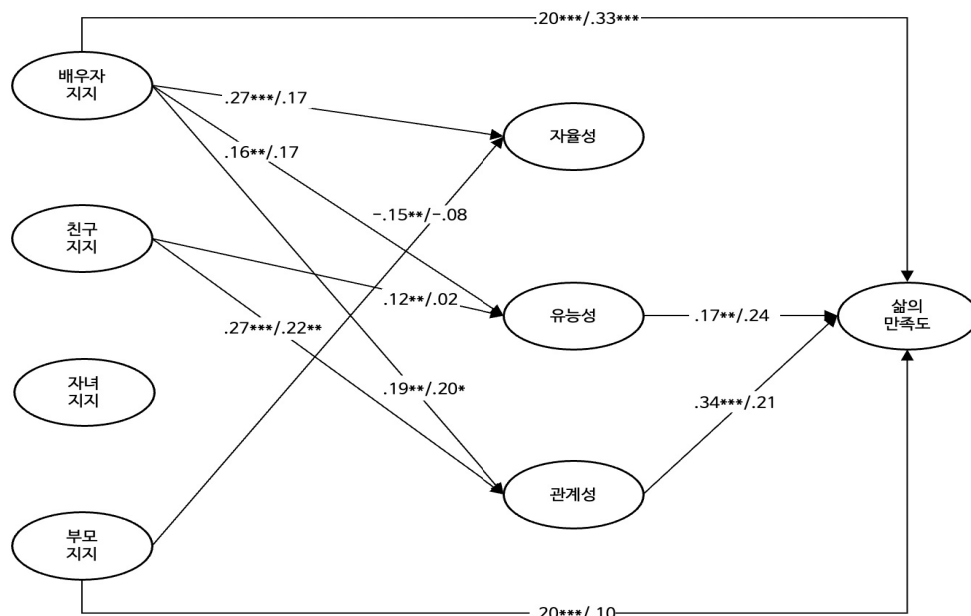


그림 2. 연령 집단에 따른 연구 모형의 경로계수

주. 청·장년과 노인에 해당하는 경로계수를 /의 전과 후에 각각 표기하였음. * $p<.05$. ** $p<.01$. *** $p<.001$.

구와 유의미한 정적 관계를 보였다. 또한, 기본 심리 욕구와 삶의 만족도 간의 관계에서 두 그룹 간에 차이를 보였는데, 청·장년 집단의 경우 유능성($\beta = .17, p < .01$)과 관계성($\beta = .34, p < .001$)이 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 보인 반면, 노인 집단의 경우 기본 심리 욕구와 삶의 만족도 간의 관계는 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

논 의

전 생애에 걸쳐 개인은 다양한 사회적 관계를 형성하고 유지하며 긍정적인 상호작용을 통해 서로 사회적 지지를 주고받는다. 개인이 경험하는 사회적 지지의 수준과 그 영향은 여러 관계 유형에 따라 달라질 수 있고(Secor et al., 2017), 연령이 증가함에 따라 여러 삶의 사건들을 경험하면서 변화할 수 있다는 선행 연구를(Wrzus et al., 2013) 바탕으로, 본 연구는 개인의 사회적 관계를 배우자, 친구, 자녀, 부모로 구분하여 관계 유형별 사회적 지지가 자율성, 유능성, 관계성의 기본 심리 욕구 충족을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴 보았다. 또한, 30대부터 60대까지의 청·장년층과 노년기의 성인을 대상으로 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 통해 삶의 만족도에 미치는 영향이 연령에 따른 차이를 보이는지 검증하였다. 연구 결과는 여러 사회적 관계 중 배우자와 친구로부터의 사회적 지지가 인생 전반에 걸쳐 삶의 만족도에 가장 중요한 영향을 미침을 보여주었다. 또한, 유능성과 관계성의 기본 심리 욕구가 배우자와 친구로부터의 사회적 지지와 삶의 만족도를 매개하며 이러한 관련성은 노인보다 청·장년층에서 더욱 뚜렷한 것으로 나타났다.

관계 유형별 사회적 지지와 삶의 만족도

배우자, 친구 및 부모로부터의 지지는 개인의 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 나타냈으나, 자녀로부터의 지지는 개인의 삶의 만족도와 유의미한 관련성을 보이지 않았다. 또한, 배우자로부터의 지지가 친구나 부모로부터의 지지에 비해 상대적으로 삶의 만족도와 높은 정적 관계를 보이는 것으로 나타나 배우자의 지지가 삶의 만족도에 특히 중요한 역할을 한다는 것을 보여주었다. 기존의 사회적 지지와 심리적 적응을 살펴본 많은 연구들은 관계 유형을 세부적으로 구분하지 않고 일반적인 수준에서의 사회적 지지를 하나의 잠재변인으로 살펴보거나, 특정 관계에 초점을 맞추어 심리적 적응과의 관계를 검증하였다. 따라서 여러 사회적 관계 중 누구로부터의 사회적 지지가 개인의 심리적 적응에 특히 중요한 영향을 미치는지, 그리고 여러 사회적 관계에서의 지지를 함께 고려하였을 때 특정 사회적 관계의 영향을 고려한 이후에도 다른 사회적 관계가 부가적으로 개인의 심리적 적응에 중요한 영향을 미치는지 검증하는데 한계가 있었다(Giles et al., 2005). 본 연구에서는 사회적 지지를 관계 유형에 따라 세분화하여 살펴봄으로써 여러 사회적 관계 중 배우자와 친구의 지지가 삶의 만족도에 중요한 영향을 미치며, 특히 배우자의 지지가 결정적인 역할을 한다는 것을 보여주어 사회적 지지와 심리적 적응의 관계를 검증하는데 있어 다양한 유형의 사회적 관계를 함께 고려하는 것이 중요하다는 점을 강조한다.

본 연구에서 다양한 관계 유형별 사회적 지지를 함께 포함하여 동시에 고려했음에도 배우자와 친구 및 부모로부터의 사회적 지지가 각각 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 보이며 삶의 만족도를 추

가 설명한 것은 서로 다른 유형의 사회적 관계가 개인의 심리적 적응에 구별되는 중요한 영향을 미친다는 것을 시사하며, 각 관계는 개인에게 보호요인으로 작용할 뿐만 아니라 그 효과는 누적될 수 있음을 보여준다(Luthar et al., 2000). 이러한 결과는 개인이 여러 사회적 관계에서 높은 수준의 지지를 경험할 경우 시간이 흐름에 따라 누적된 사회적 지지의 긍정적인 효과는 더욱 커질 수 있으며 이는 높은 수준의 삶의 만족도로 이어질 수 있음을 의미한다.

기본 심리 욕구의 매개효과

예상한 바와 같이 관계 유형별 사회적 지지는 개인의 기본 심리 욕구와 정적 관계를, 기본 심리 욕구는 삶의 만족도와 정적 관계를 나타냈다. 구체적으로 배우자의 사회적 지지는 자율성, 유능성, 관계성 모두와 정적 관계를 보이고, 친구 지지는 유능성 및 관계성과 정적 관계를 보인 반면, 부모 지지는 자율성과 부적 관계를 보였다. 또한, 개인의 유능성과 관계성은 삶의 만족도와 높은 정적 관계를 보였으며, 이러한 관계에서 유능성과 관계성은 배우자와 친구로부터의 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다.

자기 결정 이론에 따르면 사회적 지지는 개인의 기본 심리 욕구의 충족에 중요한 영향을 미치며 (Ryan & Deci, 2000), 실제로 많은 경험적 연구들은 사회적 지지의 수준에 따라 개인의 기본 심리 욕구의 충족 정도가 달라질 수 있다고 보고하였다 (Deci & Ryan, 2014). 본 연구의 결과는 관계 유형에 따라 사회적 지지의 특성은 달라질 수 있으며 이는 개인의 자율성, 유능성, 관계성의 기본 심리 욕구 충족에 차별화된 영향을 줄 수 있다는 점을

추가로 시사한다.

개인에게는 배우자와의 관계에서 관심과 배려, 사랑과 공감을 주고받을 뿐만 아니라, 스트레스 상황에 대해 함께 고민하며 문제를 해결하는데 도움이 될 수 있는 조언과 정보, 물질적 지원을 주고받는다. 이처럼 배우자의 지지는 정서적, 정보적, 도구적 지지를 모두 포함하는 특성을 가지며 인생의 동반자이자 경제 공동체로서 개인의 심리적 적응에 결정적인 영향을 미친다(Cutrona & Suhr, 1992). 개인이 스트레스 상황에 처해있을 때 배우자의 정서적 지지는 문제 상황 자체에 대한 부정적인 평가로 인한 자신감과 자존감의 저하로부터 보호해주는 역할을 한다. 또한, 배우자는 정보적 지지를 통해 개인이 문제 상황을 해결하기 위한 적절한 대처 방안을 마련하는데 도움을 줄 수 있으며, 부모와 형제의 죽음과 같은 관계 상실의 경험에서 부정적 정서를 완화하고 상실의 고통으로부터 회복할 수 있도록 돕고 개인이 경제적인 어려움을 겪게 될 경우 실질적인 도움을 주기도 한다(Cohen & Wills, 1985). 본 연구의 결과는 이러한 배우자의 정서적, 정보적, 도구적 지지가 개인의 자존감을 높여 자신의 가치에 따라 주체적으로 행동할 수 있도록 하며, 문제 상황을 효과적으로 해결하고 유능하게 처리할 수 있도록 도움으로써 자율성과 유능성의 욕구 충족에 중요한 영향을 미친다는 점을 시사한다. 특히, 배우자의 정서적 지지는 유능성과 관계성의 기본 심리 욕구 충족을 매개로 개인의 삶의 만족도에 중요한 역할을 한다는 것을 보여준다(Patrick et al., 2007).

배우자와 관계의 밀도와 강도에 있어 차이가 있긴 하지만, 가까운 친구 역시 개인에게 애정과 관심, 배려와 공감, 도움이 될 수 있는 조언과 정보, 실질적인 지원을 제공한다(Blieszner, 2014). 본 연

구 결과는 이러한 친구의 지지가 개인의 유능성과 관계성의 기본 심리 욕구 충족에 긍정적인 영향을 미치고, 이는 높은 수준의 삶의 만족도로 이어진다는 것을 보여준다. 이러한 결과는 개인이 배우자 및 가까운 친구와 관심과 배려, 사랑과 공감을 주고받고 서로에게 도움이 되는 정보와 실질적인 지원을 주고받는 것이 속한 환경에서 자신의 능력을 발휘하는데 도움을 주며 자신감과 유능감을 경험하게 하고 타인과의 상호작용을 통해 타인과 연결되어 있다는 의미감을 느끼게 함으로써 높은 삶의 만족도로 이어진다는 점을 강조한다.

예상한 바와 달리 본 연구에서는 부모의 지지가 개인의 자율성의 충족에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나 이러한 결과는 부모와 자녀의 사회적 관계가 지니는 특성에 기인한 것일 수 있다. 비교적 평등한 배우자와 친구와의 관계에 비해 부모와 자녀 간의 관계는 상대적으로 수직적인 특성을 보이고, 이는 서구 문화권에 비해 한국에서 더욱 두드러진 특성이기도 하다(현정환, 2007). 자율성이 자신의 관심과 가치를 바탕으로 주체적으로 행동함으로써 충족되는 기본 심리 욕구임을 고려할 때(Ryan, 1993), 사랑과 관심을 바탕으로 할지라도 수직적인 관계를 형성하고 있는 부모로부터 지나친 간섭과 요구를 경험하는 것은 개인의 자율성에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 후속 연구에서는 이러한 부모와 자녀 간 관계의 특성을 고려하여 부모의 사회적 지지와 기본 심리 욕구의 충족 간의 관계를 재검증해볼 필요가 있다.

본 연구 결과에서 개인의 유능성과 관계성의 욕구 충족은 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는 것으로 나타난 반면, 개인의 자율성의 욕구 충족은 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계에서 유의미하게 매개 역할을 하지 않는 것으로 나타

났다. 이러한 결과는 기본 심리 욕구의 상대적 중요도가 문화권에 따라 다르게 나타날 수 있다는 선행 연구를 바탕으로 이해해볼 수 있다(Miller, 1999). 서구 문화권에서 자율성은 세 가지 기본 심리 욕구 중 가장 핵심적인 요소로 꼽히며 실제 자기 결정 이론에서도 자율성이 가장 강조된다(Ryan, 1993). 반면, 국내 연구 결과를 살펴보면 한국의 경우 자율성과 유능성보다 관계성의 욕구 충족이 가장 중요하게 여겨지는 것으로 보고되며 이로 인한 영향도 제일 큰 것으로 보고된다(이명희, 김아영, 2008). 이는 서구에 비해 한국이 관계 중심적인 집단주의 특성을 가지고 있어 타인과의 상호의존적인 관계가 상대적으로 더 중요하게 강조되기 때문일 수 있다(이현서, 정영숙, 2020). 후속 연구에서는 문화권에 따른 가치와 기본 심리 욕구 간의 관계를 고려하여 한국 사회에서의 자율성, 유능성, 관계성의 의미와 중요도를 서구 문화권과 비교하여 살펴볼 필요가 있다.

연령 집단별 차이

관계 유형별 사회적 지지, 기본 심리 욕구, 삶의 만족도 간의 관계가 연령 집단에 따른 차이가 있는지 검증한 결과, 청·장년층에서 노인에 비해 배우자와 친구의 지지, 유능성과 관계성, 삶의 만족도 간의 관련성이 더 높은 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 청·장년층에서는 배우자와 친구의 사회적 지지와 삶의 만족도 간의 관계를 유능성과 관계성의 기본 심리 욕구가 유의미하게 매개하는 반면, 이러한 매개효과가 노인층에서는 나타나지 않았다. 또한, 청·장년층에서는 배우자와 친구의 사회적 지지가 자율성, 유능성, 관계성의 모든 기본 심리 욕구와 높은 정적 관계를 보인데 반해, 노인층

에서는 배우자와 친구의 사회적 지지가 관계성의 기본 심리 욕구와 정적 관계를 보였다. 흥미롭게도 청·장년층에서는 배우자와 부모의 사회적 지지 모두 삶의 만족도에 중요한 영향을 주는 것으로 나타났다. 노인층에서는 부모의 지지가 미치는 영향은 유의미하지 않은 반면 배우자의 지지가 삶의 만족도에 직접적으로 미치는 영향이 청·장년층에 비해 더 큰 것으로 나타났다.

이러한 결과는 Carstensen(1995)의 사회 정서적 선택 이론을 바탕으로 이해해볼 수 있다. 노인의 경우 자신에게 남아있는 인생의 시간이 제한적이라고 지각하기 때문에 정보와 지식을 추구하는 미래 지향적인 목표보다 현재의 정서적 안정감에 기여할 수 있는 중요한 관계에 초점을 맞추는 정서적, 관계적 목표를 추구하는 모습을 보인다. 본 연구에서 노인의 경우 배우자와 친구의 지지가 여러 기본 심리 욕구 중 관계성과만 유의미한 정적 관계를 보인 것은 소수의 중요한 사회적 관계에 초점을 맞추어 정서적 안정감을 추구하고자 하는 노년기의 특성이 반영된 것으로 해석할 수 있다.

청·장년층에 비해 노인에게서 배우자로부터의 사회적 지지가 삶의 만족도와 더 높은 정적 관계를 보인 것은 연령이 증가할수록 개인이 속한 사회적 관계망의 크기가 작아지고 가까운 직계 가족이 노인의 심리적 적응에 중요한 영향을 미친다는 점을 강조하는 결과라고 볼 수 있다(Carstensen, 1995; Walen & Lachman, 2000). 흥미롭게도 배우자의 지지와 노인의 삶의 만족도 간의 관계를 기본 심리 욕구의 충족이 매개하지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 배우자의 사회적 지지가 관계성의 충족을 통해 노인의 삶의 만족도에 간접적으로 영향을 미치기보다는 다양한 생활 사건에서 직접적인 도움을 제공함으로써 삶의 만족도에 기여하기 때문

으로 해석해 볼 수 있다. 또한, 청·장년층에서는 부모의 지지와 삶의 만족도가 높은 정적 관계를 보인 반면, 노년기에는 부모의 지지와 삶의 만족도 간의 관계가 유의미하지 않았다. 이러한 결과는 대부분의 노인의 경우 부모의 죽음으로 부모가 더 이상 개인의 심리적 적응에 영향을 미치지 못하기 때문으로 이해해 볼 수 있다.

본 연구 결과는 노년기의 삶의 만족도에 있어 배우자와 친구의 지지가 특히 중요한 영향을 미친다는 점을 강조한다. 실제로 많은 연구들은 연령이 증가함에 따라 가까운 친구와 가족의 사회적 지지가 개인의 심리적 적응에 미치는 영향력이 더욱 커지며(Huxhold et al., 2014), 특히 가까운 친구의 지지가 가족의 지지보다 개인의 심리적 적응에 더욱 중요한 역할을 한다고 보고한다(Gupta & Korte, 1994). 친구 관계는 가족 관계와 달리 개인이 관계를 유지하거나 끝맺는 선택을 할 수 있다는 특성을 가지며, 노인은 자신의 정서적 안정감에 도움이 되는 가까운 친구를 중심으로 사회적 관계를 유지하기 때문에, 이러한 가까운 소수의 친구의 사회적 지지는 노인의 심리적 적응에 가장 중요한 역할을 할 수 있다(Giles et al., 2005). 또한, 노년기에 개인이 부모와 배우자, 형제자매의 죽음을 겪으며 가족 관계의 크기가 축소됨에 따라 친구 관계가 가지는 영향력은 더욱 커질 수 있다. 후속 연구에서는 노인의 심리적 적응에 긍정적인 영향을 미치는 친구 관계의 특성에 초점을 맞추어 다양한 심리적 건강 지표와의 관련성을 확인할 필요가 있다.

본 연구 결과는 배우자와 가족 및 친구와 긍정적인 사회적 관계를 유지하며 사회적 상호 작용을 지속하는 것이 청·장년기와 노년기 개인의 심리적 적응에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 특히, 노인은 청·장년층의 개인에 비해 배우자와

부모의 죽음을 경험하게 될 확률이 높고, 이와 같은 가까운 타인의 죽음은 축소된 사회적 연결망을 경험하게 한다. 또한, 은퇴 이후 사회적 역할이 줄고 경제적 능력이 저하됨에 따라 노년기의 개인이 유능성과 자율성 등의 기본 심리 욕구를 충족할 기회는 더욱 줄어들게 된다. 따라서 친구 및 동년배 집단과의 관계를 통해 지속적인 사회적 상호작용을 하는 것이 노년기의 개인에게는 특히 중요할 것이다. 일상적인 삶 속에서 취미와 관련된 집단에 소속되어 활동하거나 지역사회에 봉사를 통해 참여적 활동을 지속하는 것은 사회적 접촉과 긍정적인 사회적 상호작용을 유지하는 데 기여할 수 있을 것이다. 이러한 사회적 집단에서 동년배 노인들과 맺은 친구 관계는 가까운 가족의 부재를 보완하여 외로움과 우울의 감정을 완충할 수 있고 나이가 들어가는 과정에 대한 높은 이해와 공감을 바탕으로 정서적 지원을 제공할 수 있을 것이다.

본 연구는 다음과 같은 몇 가지 제한점을 가지고 있다. 첫째, 관계 유형별 사회적 지지와 기본 심리 욕구의 충족 및 삶의 만족도를 측정함에 있어 모두 자기 보고 척도에 의존했다는 한계가 있다. 개인이 경험하는 사회적 지지와 심리적 적응을 살펴보는 데 있어 자기 보고 자료는 중요한 정보를 제공할 수 있으나, 모든 변인을 자기 보고 척도에 기반 하였을 경우 변인 간의 관계가 과대 추정될 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서는 다수의 출처를 바탕으로 한 자료를 이용하여 사회적 지지의 상호 호혜적 관계를 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 횡단 자료를 기반으로 하여 변인 간의 인과 관계를 설명하는데 제한이 있다. 다양한 사회적 관계의 중요도와 영향력은 시간의 흐름에 따라 변화하며 사회적 지지의 제공과 수혜의 양상 또한 생애 발달 주기에 따라 달라지는 모습을 보인다. 예컨대, 유

년기에는 자녀가 부모로부터 사회적 지지를 받는 입장이었다면, 중·장년기에는 자녀가 부모에게 사회적 지지를 제공하는 입장이 된다. 이처럼, 사회적 관계와 사회적 지지의 역동적인 특성을 고려할 때 사회적 지지의 영향을 검증하는데 있어 종단적 접근을 바탕으로 연령과 사회적 관계 양상의 변화를 상호작용의 검증을 통해 보다 자세히 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 30~69세에 해당하는 다양한 연령의 성인을 대상으로 자료를 수집하였으나 75세 이상의 초 고령자를 포함하지 못하였다는 아쉬움이 있다. 후속 연구에서는 초 고령자를 포함한 표본으로 연구 결과의 일반화 가능성을 확보할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 다양한 사회적 관계를 고려하여 관계 유형별 사회적 지지가 기본 심리 욕구의 충족을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보고, 관계 유형에 따른 상대적인 크기를 비교함으로써 여러 사회적 관계 중 누구로부터의 사회적 지지가 개인의 심리적 적응에 특히 중요한 영향을 미치는지에 대한 이해를 확장하였다. 또한, 30대부터 60대에 해당하는 연령에 따라 군집집단된 성인 자료를 바탕으로 이러한 관계가 연령 집단에 따라 어떠한 유사점과 차이점을 보이는지에 대해 중요한 정보를 제공하였다는 점에서 의의가 있다.

후속 연구에서는 연인 관계나 직장 동료들을 포함한 보다 다양한 관계를 바탕으로 여러 사회적 관계가 개인의 심리적 적응에 미치는 상대적이고 누적적인 효과에 대해 검증해볼 필요가 있다. 또한, 사회적 관계가 심리적 적응에 미치는 영향을 강화하거나 약화시키는 변인에도 관심을 가질 필요가 있다. 예컨대, 사회적 타자와 함께 시간을 보내는 정도, 상호작용의 빈도, 정서적 강도 등을 함께 고려

하는 연구는 관계의 질에 따라 사회적 관계가 심리적 적응에 미치는 영향이 어떻게 달라지는지에 대한 귀중한 정보를 제공할 것이다.

Conflict of Interest

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

참고문헌

- 경선정, 박재림, 신희영 (2021). 다차원적 관계의 지지와 갈등이 우울과 회복탄력성에 미치는 영향: 연령의 상호작용 효과. **한국심리학회지: 발달**, 34(3), 87-114.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 22(4), 157-174.
- 이현서, 정영숙 (2020). 노년기 사회적 지지제공 및 지지받기와 주관적 안녕감의 관계: 기본 심리 욕구의 매개효과. **한국심리학회지: 발달**, 33(3), 43-64.
- 조명한, 차경호 (1998). **삶의 질에 대한 국가간 비교**. 집문당.
- 현정환 (2007). 한국의 부모자녀관계와 관련된 최근 연구동향과 과제. **한국보육학회지**, 7(1), 95-110.
- Argyle, M. (1992). Benefits produced by supportive social relationships. In H. O. F. Veiel & U. Baumann (Eds.), *The meaning and measurement of social support* (pp. 13-32). Hemisphere Publishing Corp.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10.
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Blieszner, R. (2014). The Worth of Friendship: Can Friends Keep Us Happy and Healthy? *Generations*, 38(1), 24-30.
- Bollen, K. A., & Stine, R. (1990). Direct and indirect effects: Classical and bootstrap estimates of variability. *Sociological Methodology*, 20, 115-140.
<https://doi.org/10.2307/271084>
- Cantor, M., & Little, V. (1985). Aging and social care. In R. H. Binstock & E. Shanas (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (pp. 745-781). Van Nostrand Reinhold.
- Carstensen, L. L. (1995). Evidence for a life-span theory of socioemotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science*, 4(5), 151-156.
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep11512261>
- Chen, L., & Zhang, Z. (2021). Community Participation and Subjective Wellbeing: Mediating Roles of Basic Psychological Needs Among Chinese Retirees. *Frontiers in Psychology*, 12, 743897.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.743897>
- 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.
<https://doi.org/10.1177/0265407513488728>
- Chopik, W. J. (2017). Associations among relational values, support, health, and well being across the adult lifespan. *Personal Relationships*, 24(2), 408-422.
<https://doi.org/10.1111/per.12187>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
<https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125.
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- 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.
<http://dx.doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.16>
- Cutrona, C. E., & Suhr, J. A. (1992). Controllability of stressful events and satisfaction with spouse support behaviors. *Communication Research*, 19(2), 154-174.
<https://doi.org/10.1177/009365092019002002>
- 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.
[https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2014). Autonomy and need satisfaction in close relationships: Relationships motivation theory. In N. Weinstein (Ed.), *Human motivation and interpersonal relationships: Theory, research, and applications* (pp. 53-73). Springer Science + Business Media.
- Dehle, C., Larsen, D., & Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307-324.
<https://doi.org/10.1080/01926180126500>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with

- life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Giles, L. C., Glonek, G. F., Luszcz, M. A., & Andrews, G. R. (2005). Effect of social networks on 10 year survival in very old Australians: The Australian longitudinal study of aging. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 59(7), 574-579.
<http://doi.org/10.1136/jech.2004.025429>
- Gupta, V., & Korte, C. (1994). The effects of a confidant and a peer group on the well-being of single elders. *The International Journal of Aging and Human Development*, 39(4), 293-302.
<https://doi.org/10.2190/4YYH-9XAU-WQF9-APVT>
- Hau, K. T., & Marsh, H. W. (2004). The use of item parcels in structural equation modelling: Non normal data and small sample sizes. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 57(2), 327-351.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8317.2004.tb00142.x>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: a meta-analytic review. *PLoS Medicine*, 7(7), e1000316.
<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Huxhold, O., Miche, M., & Schüz, B. (2014). Benefits of having friends in older ages: Differential effects of informal social activities on well-being in middle-aged and older adults. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(3), 366-375.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbt029>
- Kahn, R. L., & Antonucci, T. C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles and social support. In P. B. Baltes & O. G. Brim (Eds.), *Life-span Development and Behavior* (pp. 253-286). Academic Press.
- Karkkola, P., Kuittinen, M., Hintsala, T., Ryyänen, J., & Simonen, A. (2018). Each one counts: Basic needs mediating the association between social support and vitality at work. *Scandinavian Journal of Work and Organizational Psychology*, 3(1), 1-11.
<https://doi.org/10.16993/sjwop.54>
- Lee, C. Y. S., & Goldstein, S. E. (2016). Loneliness, stress, and social support in young adulthood: Does the source of support matter? *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 568-580.
<https://doi.org/10.1007/s10964-015-0395-9>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>

- Miller, J. G. (1999). Cultural psychology: Implications for basic psychological theory. *Psychological Science, 10*(2), 85-91.
<https://doi.org/10.1111/1467-9280.00113>
- Moos, R. H. (1995). Development and applications of new measures of life stressors, social resources, and coping responses. *European Journal of Psychological Assessment, 11*(1), 1-13.
<https://doi.org/10.1027/1015-5759.11.1.1>
- Okabayashi, H., Liang, J., Krause, N., Akiyama, H., & Sugisawa, H. (2004). Mental health among older adults in Japan: Do sources of social support and negative interaction make a difference? *Social Science & Medicine, 59*(11), 2259-2270.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2004.02.024>
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A., & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*(3), 434-457.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.3.434>
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 3*(2), 137-152.
<https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Pierce, K. D., & Quiroz, C. S. (2019). Who matters most? Social support, social strain, and emotions. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(10), 3273-3292.
<https://doi.org/10.1177/0265407518817400>
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research, 42*(1), 185-227.
<https://doi.org/10.1080/00273170701341316>
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., ... & Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 250-264.
<https://doi.org/10.1177/1745691615568999>
- Rey, L., Extremera, N., & Sánchez-Álvarez, N. (2019). Clarifying the links between perceived emotional intelligence and well-being in older people: Pathways through perceived social support from family and friends. *Applied Research in Quality of Life, 14*(1), 221-235.
<https://doi.org/10.1007/s11482-017-9588-6>
- Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy, and the self in psychological development. In J. E. Jacobs (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1992: Developmental perspectives on motivation* (pp. 1-56). University of Nebraska Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000).

- Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Scholte, R. H., Van Lieshout, C. F., & Van Aken, M. A. (2001). Perceived relational support in adolescence: Dimensions, configurations, and adolescent adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 11(1), 71-94.
<https://doi.org/10.1111/1532-7795.00004>
- Secor, S. P., Limke-McLean, A., & Wright, R. W. (2017). Whose support matters? Support of friends (but not family) may predict affect and wellbeing of adults faced with negative life events. *Journal of Relationships Research*, 8, e10.
<https://doi.org/10.1017/jrr.2017.10>
- Segrin, C. (2003). Age moderates the relationship between social support and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 29(3), 317-342.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2003.tb00842.x>
- Siedlecki, K. L., Tucker-Drob, E. M., Oishi, S., & Salthouse, T. A. (2008). Life satisfaction across adulthood: Different determinants at different ages? *The Journal of Positive Psychology*, 3(3), 153-164.
<https://doi.org/10.1080/17439760701834602>
- Uchino, B. N. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A life-span perspective with emphasis on the separability of perceived and received support. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3), 236-255.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01122.x>
- Umberson, D., Crosnoe, R., & Reczek, C. (2010). Social relationships and health behavior across life course. *Annual Review of Sociology*, 36, 139-159.
<https://doi.org/10.1146/annurev-soc-070308-120011>
- Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 5-30.
<https://doi.org/10.1177/0265407500171001>
- Wrzus, C., Hänel, M., Wagner, J., & Neyer, F. J. (2013). Social network changes and life events across the life span: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 139(1), 53-80.
<https://doi.org/10.1037/a0028601>

Social Support, Basic Psychological Needs, and Life Satisfaction: Whose Support Matters?

Chaerim Park¹

Huiyoung Shin²

Department of Psychology, Jeonbuk National University/ Doctoral Student¹

Department of Psychology, Jeonbuk National University/ Associate Professor²

The present study investigated the associations between relationship-specific social support, basic psychological needs, and life satisfaction, and whether these associations differ by varying age groups. Participants of 807 adults, aged between 30 and 69 years ($M_{age}=48.81$, male=50.4%), reported their social support from spouses, friends, children, and parents, satisfaction of basic psychological needs (autonomy, competence, and relatedness), and life satisfaction in 2021 year. Structural equation modeling analyses revealed that social support from spouses and friends was positively associated with the levels of life satisfaction. While spousal support was linked to the satisfaction of all needs, friend support was positively linked to the satisfaction of competence and relatedness, and parental support was negatively linked to the satisfaction of autonomy. Moreover, the satisfaction of competence and relatedness were positively associated with life satisfaction, and they mediated the associations between spousal and friend support and life satisfaction. These associations varied by age groups, such that the magnitudes of the associations between relationship-specific social support, the satisfaction of basic psychological needs, and life satisfaction were greater for younger adults than for older adults.

Keywords : social support, life satisfaction, basic psychological need satisfaction, age difference