



저작자표시-비영리-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김 정 규 교수지도
석사학위 청구논문

스마트기기 대화형 SNS 사용이
고령자 우울에 미치는 영향
- 자기효능감과 사회적지지의 매개효과 -

2015

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
최 윤 희

스마트기기 대화형 SNS 사용이
고령자 우울에 미치는 영향
- 자기효능감과 사회적지지의 매개효과 -

김 정 규 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2014년 11월

성신여자대학교 대학원


심 리 학 과


최 윤 희


인 준 서

최윤희의 석사학위 논문으로 인준함

2014년 11월

심사위원장 서수연 (서명 또는 )

심사위원 김정주 (서명 또는 )

심사위원 이성애 (서명 또는 )

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 스마트기기 대화형 SNS 사용정도가 고령자 우울에 미치는 영향을 자기효능감과 사회적지지의 매개효과를 통해 살펴보았다. 스마트기기 사용 척도, 자기효능감 척도, 사회적지지 척도, 한국형 노인우울검사 및 인구통계학적 질문을 실시하였다. 총 254명의 자료가 수집되었으며, 최종 회귀분석에는 133명의 자료가 포함되었다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 스마트기기 사용 집단은 미사용 집단에 비해 우울수준이 낮고 자기효능감 수준이 높은 것으로 나타났다. 또한 스마트기기 대화형 SNS 사용은 우울수준을 낮추고 자기효능감을 높이는 데에도 관련이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 자기효능감과 통계적으로 유의미한 정적 상관을 보였다. 또한 스마트기기 대화형 SNS 사용정도, 자기효능감 및 지각된 사회적지지는 우울과 통계적으로 유의미한 부적 상관을 보였다. 셋째, 스마트기기 대화형 SNS 사용정도와 우울 간의 관계에서 자기효능감의 매개효과가 유의미하였다. 이러한 연구 결과를 종합하여 본 연구의 시사점과 의의, 제한점 및 후속연구 방향에 관하여 논의하였다.

주요어: 고령자, 우울, 스마트기기, 스마트폰, SNS, 자기효능감,
사회적지지, 매개효과

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	6
3. 연구문제	7
1) 연구문제	7
2) 연구모형	9
II. 이론적 배경	10
1. 고령자의 조작적 정의 및 인구추세	10
2. 자기효능감 및 사회적지지	11
3. 노년기 우울	14
4. 고령자의 스마트기기 사용	15
III. 연구방법	18
1. 연구대상 및 조사방법	18
2. 측정도구	19
1) 스마트기기 사용 척도(Smart Devices Usage Scale)	19
2) 자기효능감 척도(Self-Efficacy Scale)	20
3) 사회적지지 척도(Social Support Scale)	20
4) 한국형 노인우울검사 (Korean Form of Geriatric Depression Scale)	21
5) 인구통계학적 질문지(Demographic Questionnaires)	21

3. 자료 분석	23
IV. 연구결과	24
1. 인구통계학적 특성	24
2. 집단 간 측정 변인 비교	31
3. 측정 변인들 간의 상관관계	33
4. 스마트기기 대화형 SNS 사용과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 사회적지지의 매개효과	36
1) 연구모형 검증	36
2) 매개효과 유의성 검증	38
V. 논의	40
1. 연구결과에 대한 논의	40
2. 연구의 제한점과 제언	45
3. 연구의 의의	47
참 고 문 헌	
ABSTRACT	
부 록	

표 목 차

표 1. 조사표본의 인구통계학적 구성(N=254)	25
표 2. 스마트기기 사용자의 인구통계학적 구성(N=133)	28
표 3. 스마트기기 사용 집단과 미사용 집단 간의 측정변인별 평균비교	31
표 4. 측정변인 간 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 및 첨도	33
표 5. 스마트기기 대화형 SNS 사용에 따른 준거변인의 단순회귀분석 ..	35
표 6. 자기효능감과 사회적지지 of 매개효과(간접효과) 검증	38

그림 목 차

그림 1. 스마트기기 대화형 SNS 사용정도, 자기효능감, 지각된 사회적지지 및 우울 간의 관련성	9
그림 2. 연구모형의 결과	37

I. 서론

1. 연구의 필요성

고령자를 대상으로 하는 국내 연구들은 2012년 보건복지부 발표 자료의 반영 여부에 따라 세 가지로 나눌 수 있다. 우리나라가 고령화 사회에서 고령사회까지 가는 데 18년이 걸린다고 보고한 연구(강월석, 2013; 김옥희, 2013; 김재현, 2013; 김태훈, 2013; 배정미, 김희현, 양미경, 김희진, 김정희, 임현희, 2013; 신경은, 2014; 신성일, 김영희, 2013; 최아름, 정홍주, 2013; 하경분, 송선희, 2013)와 17년이 걸린다는 연구(김미정, 2014; 박현숙, 박용순, 2013), 그리고 고령사회의 기준을 언급했음에도 고령화 사회에서 고령사회까지의 소요 시기는 별도로 언급 하지 않은 연구(김정희, 김옥, 김숙향, 이경준, 2014; 전희선, 2013; 정옥분, 임정하, 정순화, 김경은, 2013; 최경애, 2013)이다. 이는 보건복지부의 2004년 보고에는 19년 소요로, 2008년 보고에는 별도 표기가 없었으며, 2012년 보고에는 17년 소요로 표기된 데에 기인한다(보건복지부, 2004; 보건복지부, 2008; 보건복지부, 2012). 2014년 조사된 결과의 보고서가 완성되어 발표된다면 이보다 더 짧아질 가능성도 배제할 수 없다.

다른 국가들은 최소한 수 십 년이 소요되는 진행임에도 우리나라는 불과 몇 년 사이에 예상이 달라질 만큼 속도가 빨라지고 있어, 연구에 보다 정확성을 기하려는 연구자들을 혼란스럽게 한다. 이러한 혼란은 조사 결과나 연구에만 국한되는 것이 아니다. 고령사회로의 빠른 진입으로 인해 우리 사회 전반에 걸쳐 다양한 변화가 발생할 것이며 그에 따른 영향은 노년층뿐 아니라 전 세대에게 미칠 것이다. 고령사회로의 진입 속도가 점

차 빨라지는 것은 비단 우리나라만의 문제가 아니라 세계적인 추세이지만, 우리나라의 속도가 다른 국가에 비해 매우 빠르다는 점은 다가올 변화에 대비하고 적응할 시간이 그만큼 줄어들고 있음을 나타낸다.

한편 각종 매스컴에서 노년 관련 주제를 다룰 때면 늘어나는 고령인구와 고령사회에 따른 다양한 ‘노인문제’나 ‘노화방지’에 초점을 두고 앞다투어 보도한다. 그러나 노화는 위협이 아니며 없애 버려야 할 문제도 아니다. 인간의 자연스러운 진행 과정이며 삶의 일부이다. 인간이 죽지 않고 살아남아 점차 나이를 먹으면 고령자가 되므로 노년기는 인류의 피할 수 없는 미래라고도 할 수 있다. 의학과 과학의 발달로 수명이 늘어 노년기는 길어지고, 다양한 이유로 홀로 생활하는 사람은 갈수록 증가하고 있다. 흔히 젊은 세대의 만혼 때문에 우리나라의 1인 가구가 많을 것이라 생각하기 쉽지만, 전체 1인 가구 중 미혼 1인 가구는 32.48%인데 비해 고령자 1인 가구는 49.49%에 달한다(여성가족부, 2010).

1인 가구라고 하더라도 경제적 여유가 있고 신체가 건강하며 자녀에게 의존하지 않는 고령자가 있는 반면, 경제적 빈곤과 만성질환에 시달리면서도 가족의 적절한 부양을 받지 못하는 고령자가 존재한다(백학영, 2006). 후자의 경우는 특히 가족이나 친지의 지원이 전혀 없거나 부족할 가능성이 많은데, 이때 소외감이나 고립감이 유발되어 고령자의 심리정서적 불안과 우울이 훨씬 쉽게 야기될 우려가 있다(김희년, 서홍란, 2010). 그러나 전자의 경우 또한 우울과 아주 무관하다고는 할 수 없다. 노년기에는 경제적인 상황 말고도 연령의 증가에 따른 생리적 변화가 빈번하며, 배우자나 친구의 사망 등 우울증 유발 요인은 매우 다양하고 복합적이기 때문이다(김희년, 서홍란, 2010). 이렇듯 우울증은 젊은 세대뿐만 아니라 노년기 정신질환 가운데서도 가장 흔한 질환이며 특히 고령자 자살시도의 80%는 우울증 환자라 보고되기도 하여(Hinrichsen, Clougherty, 2012, pp56) 우울증으로 인한 고령자의 자살이 사회 문제로 부각되기도 한다.

여러 관련 선행연구에서는 우울을 예방할 수 있는 중요한 변인으로 자기효능감과 사회적지지를 들고 있는데, 높은 자기효능감을 가진 고령자가 낮은 자기효능감을 가진 고령자보다 우울수준이 낮았으며, 사회적지지를 높게 지각한 고령자가 낮게 지각한 고령자보다 우울 수준이 낮았다고 보고하였다(박경민, 1994; 강선경, 2009; 주태하, 2011).

자기효능감이란 어떠한 결과를 얻으려는 행동과정에서 개인이 성공적으로 잘 수행해 낼 수 있으리라는 개인의 능력에 대한 신념으로, 세대를 막론하고 누구에게나 중요한 개념이다(김은희, 2004). 만성질환자나 고령자를 대상으로 수행된 연구들에서도 우울증 또는 삶의 질은 개인의 내적 요인인 자기효능감의 부재에서 기인하는 측면이 많은 것으로 확인되었다(강선경, 2009). 고령자의 낮은 자기효능감은 실제 기능상의 감퇴라기보다 고령자들의 오해와 스스로에 대한 잘못된 평가 때문에 빚어진 결과라고도 볼 수 있는데(김은희, 2004), 만약 잘못된 인식으로 인한 낮은 자기효능감을 가진 개인에게 사회적지지마저 부족하다면 잘못된 인식이 교정될 여지가 더 희박해지는 셈이다.

인간이 타인과 친밀한 관계를 맺으려는 욕구는 생물학적 욕구만큼 기본적이며 생존에도 필수적이어서(Yalom, Leszcz, 2008, pp41), 사회적 고립은 다양한 원인으로 인한 사망의 주요 위험 요인이 되기도 하며(House, Landis, & Umberson, 1988), 사회적지지는 암에 걸린 여성을 더 오래 생존하게 하는 효과를 가져 오기도 한다(Maunsell, Brisson, & Deschenes, 1995). 이렇듯 건강한 사회적 관계의 유지는 모든 연령 계층에게 필수적이지만 특히 고령자는 퇴직, 신체기능 저하, 의미 있는 타인의 사망 등으로 인해 다양한 대인관계를 경험할 가능성이 젊은 시절에 비해 조금씩 감소하고 있다는 점에서 그 중요성이 더 크다고 할 수 있다.

사회적지지가 이루어질 수 있는 사회적인 관계는 직접 얼굴을 맞대고 이루어나가는 것이 무엇보다 이상적이겠지만, 그렇지 않은 경우라 하더라도

도 일정 부분의 효과는 존재한다. 장기 요양시설에서 레크리에이션 자극을 촉진하기 위하여 사회적 보조 로봇을 사용한 선행 연구에서는, 비록 통계적으로 유의미하지는 않았으나 낮병원에 있는 인지손상 고령자에게 빙고게임 그룹 활동을 시행했을 때, 직면 이름대기(confrontational naming), 기억, 회상 및 재인의 향상을 보였다고 보고하였으며(Sobel, 2001; Louie, Han & Nejat, 2013에서 재인용), 노년층 인터넷 이용에 따른 대인관계 선행 연구에서는 고령자가 인터넷을 사용했을 때 사용하지 않는 사람보다 소외감을 덜 느끼는 것으로 보고되었다(이사명, 2012). 또한 고령자의 인터넷 활용이 사회적 네트워크에 미치는 영향을 고령자 관계성을 중심으로 살펴본 연구에서는, 인터넷 활용은 고령자 사회적 네트워크에 매우 밀접한 긍정적 영향을 미치고 있다고 보고하였으며 고령자의 정보활용 기회가 향상될 수 있도록 더욱 다양한 프로그램이 필요하다고 주장하였다(이복자, 명승환, 2010).

따라서 본 연구에서는 먼 거리에서도 사회적 관계를 이루어 나갈 수 있는 도구 가운데 특히 최근 사용자가 폭증하고 있는 스마트기기에 착안하였다. 컴퓨터의 크기가 축소되고 그 기능이 강화되어 개인별로 사용하도록 등장한 것이 스마트기기라고 할 수 있는데, 우리나라의 경우 외국에 비해 스마트기기가 급속도로 보편화 되고 있으며, 이러한 증가 추세는 전 세계를 아우르는 것으로, 2013년 3분기 스마트폰 보급률은 79.5%에 달하여 전 세계 1위로 조사되었다(미래창조과학부, 2013). 이동전화 가입자의 79.5%가 스마트폰을 사용하고 있음에도 관련 연구는 아직 그 속도를 따라잡지 못하였고 특히 노년층을 대상으로 살펴본 연구는 거의 존재하지 않는 실정이다.

한국언론재단에서 2011년에 실시한 미디어 이용행태에 대한 연구에 따르면, 스마트기기를 이용하는 가장 강한 이용 동기를 묻는 질문에 55세 이상 성인 응답자는 ‘시대에 뒤떨어지지 않기 위해서(41.7%)’라고 답하였

다(김균, 김양은, 김건우, 김도희, 2011). 이는 ‘전반적인 자기 능력에 대한 신념(오인수, 2002)’, 즉 자기효능감 수준이 일정 부분 확보되어 있어야 발휘될 수 있는 욕구라 여겨진다. 자기효능감이 높은 사람은 마주한 상황이나 과제에 자신감 있게 행동하고 도전하여 그 상황이나 과제에서 훌륭한 성과를 낼 수 있으므로(강현욱, 김지태, 2009), 일반 이동전화보다 메뉴가 복잡하고 많은 기능을 갖춘 스마트기기를 사용하는 고령자라면 그렇지 않은 고령자보다 높은 자기효능감을 유지할 가능성이 있다. 나아가 스마트기기를 더욱 능숙히 사용하게 된다면 훌륭한 성과에 따른 만족감 증대로 자기효능감의 수준이 높아지리라 판단하였다.

또한 스마트기기의 기능 가운데에서도 카카오톡, 라인, 마이피플 등의 대화형 SNS는 스마트기기 상에서 대화를 주고받는 어플리케이션으로, 같은 소셜 네트워크로 분류되는 트위터나 페이스북과는 달리 사용자 간에 실시간 대화가 가능하다. 한 개인이 다른 사람과의 상호작용을 통해 얻는 긍정적인 감정과 느낌의 총체를 지각된 사회적지지라고 일컬으므로(강현욱, 김지태, 2009), 대화형 SNS를 사용하는 고령자는 가까운 가족뿐 만 아니라 먼 거리의 지인들과도 폭넓은 상호교류가 가능하여 더 높은 수준의 사회적 지지를 지각할 수 있을 것이라 판단하였다.

기존에 연구된 스마트기기 관련 논문은 청소년이나 성인을 대상으로 과도한 스마트기기 사용에 따른 중독 연구가 다수를 차지하였다. 스마트기기는 개인, 병원, 학교, 식당 등 우리 사회의 다양한 분야에 활용되고 있으므로, 본 연구에서는 그 폐해를 알리고 경종을 울리기보다 잘 활용하고 적용하는 데에 초점을 두고자 한다. 특히 정보화 소외계층이라고 할 수 있는 노년층에게 스마트기기가 갖는 영향과 의미를 살펴보는 것은 노년층에게 뿐만 아니라 청·장년층에게도 다가올 현실이라는 점에서 모든 세대에게 큰 의의가 있을 것이다. 강월석(2013)은 스마트폰과 고령자의 삶의 만족도를 연구하였으나, 본 연구는 스마트기기로 그 폭을 확대하였

으며, 스마트기기의 대화형 SNS 사용이 우울에 미치는 영향을 살펴려는 연구라는 점에서 보다 구체적인 접근이라고 할 수 있다. 또한 박창희, 장석준(2013)의 연구는 본 연구와 동일하게 스마트 미디어를 다루었지만, 노년층의 정서적 측면이 아닌 디지털 복지를 다루었다는 점에서 차이가 있다.

2. 연구의 목적

최근 구글이 Ipsos MediaCT와 제휴하여 18~64세의 한국인 1,000명을 대상으로 한 인터뷰에 따르면 스마트폰은 'PC와 유사한 기능 또는 앱 다운로드와 같은 기능을 갖춘 고급 성능의 휴대전화'로 정의할 수 있다 (Google, 2013). 이러한 스마트폰을 비롯한 다양한 종류의 스마트기기가 기능뿐만 아니라 편리성에도 중점을 두어 개발되고 있다. 이에 스마트기기를 사용하는 고령자와 사용하지 않는 고령자의 특성을 살펴본 다음, 스마트기기에서 활용하는 어플리케이션(앱) 가운데서도 특히 사회적 관계를 반영할 것으로 판단되는 대화형 SNS의 사용이 고령자의 우울에 어떠한 영향을 미치는지를 밝히고, 나아가 우울 감소의 주요한 두 변인인 자기효능감과 사회적지지 그 관계에서 어느 정도 매개효과가 있을지를 검증하는 데에 목표를 두고자 한다.

3. 연구문제

1) 연구문제

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

[연구문제 1] 스마트기기 사용 고령자와 일반 이동전화 사용 및 이동전화 미사용 고령자 간에는 어떠한 차이가 있을 것인가?

가설 1-1. 스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 우울 수준이 낮을 것이다.

가설 1-2. 스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 자기효능감 수준이 높을 것이다.

가설 1-3. 스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 지각된 사회적지지 수준이 높을 것이다.

[연구문제 2] 고령자의 스마트기기 대화형 SNS사용, 우울, 자기효능감, 지각된 사회적지지 간에는 어떠한 관계가 있을 것인가?

가설 2-1. 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 우울과 부적 상관이 있을 것이다.

가설 2-2. 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 자기효능감과 정적 상관이 있을 것이다.

가설 2-3. 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 지각된 사회적 지지와 정적 상관이 있을 것이다.

[연구문제 3] 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도와 우울 간의 관계에서 자기효능감과 지각된 사회적지지가 매개할 것인가?

가설 3-1. 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 자기효능감을 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다.

가설 3-2. 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 지각된 사회적 지지를 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다.

2) 연구모형

본 연구에서는 [연구문제 3]에서 제시된 고령자의 스마트기기 SNS 사용 정도와 우울의 관계에서 자기효능감과 지각된 사회적지지의 매개효과를 알아보고자, 연구모형을 그림 1과 같이 설정하였다.

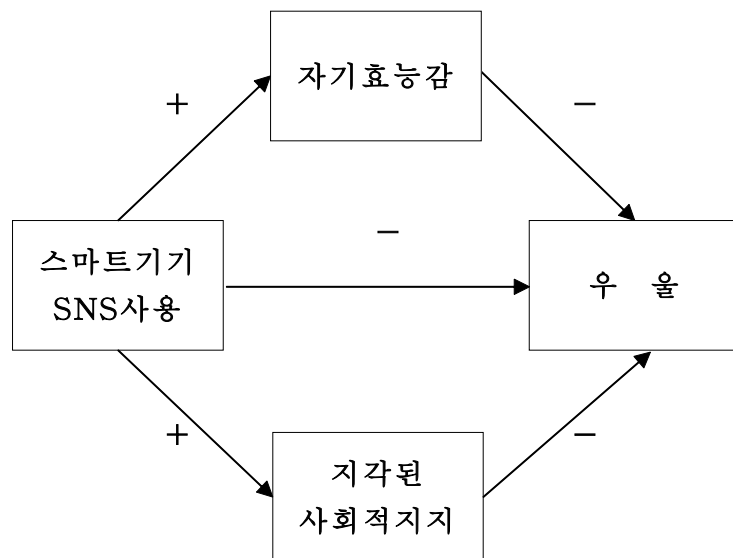


그림 1. 스마트기기 대화형 SNS 사용정도, 자기효능감, 지각된 사회적지지 및 우울 간의 관련성. '+'는 정적 상관, '-'는 부적 상관을 나타냄.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 고령자의 조작적 정의 및 인구추세

국제적으로 공용되는 고령자 기준은 물론, 우리나라 법률에 따른 고령자 기준은 만 65세 이상을 말하므로 본 연구에서도 고령자의 기준을 65세라고 정하고자 한다. UN이 정한 고령화의 판단기준에 의하면(UN, 2011), 전체 인구 가운데 65세 이상 고령 인구가 7%이상인 사회를 ‘고령화사회(Aging Society)’라 하며, 14%이상은 ‘고령사회(Aged Society)’, 20%이상은 ‘초고령사회(Post-Aged Society)’로 정의한다. 세계에서 가장 완만하고 오랜 고령화의 진전속도를 보이고 있는 프랑스는 1864년 처음으로 고령화 사회에 진입, 1979년 고령사회가 되기까지 115년이 소요되었다(황영희, 2012). 반면 2000년에 고령화 사회로 접어든 우리나라는 2017년에 고령사회로 진입할 것으로 예상되어 소요기간 17년이라는 최단 시간을 기록할 것으로 보인다(보건복지부, 2012). 이는 미국 72년, 일본 24년보다도 훨씬 빠른 진전속도이다.

또한 우리나라 65세 이상 고령인구는 2010년(545만 명)에 비해, 2030년 2.3배(1,269만 명), 2060년 3배(1,762만 명)이상 증가가 예상된다. 65세 이상 고령인구 규모는 2017년 유소년인구를 초과, 2030년에는 유소년인구의 2배, 2060년에는 4배까지 늘어날 전망이다. 반면, 15세~64세의 생산가능 인구는 2016년 3,704만 명(인구의 72.9%)을 정점으로 감소하여 2060년에는 생산가능 인구 10명이 10명(노인 8명과 어린이 2명)을 부양하게 되며, 65세 이상 고령인구 또한 미국 21.9%, 일본 35.1%를 제치고 한국이 40.1%로 세계 1위에 오를 전망이다(통계청, 2011). 따라서 길어지는 노년

기를 건강하고 행복하게 보내기 위한 다양한 연구와 방안이 우리나라에 더욱 절실하며 필수적이라 할 수 있다.

2. 자기효능감 및 사회적지지

일반적으로 자기효능감(self-efficacy)이란 목표달성에 필요한 행동과정을 조직하고 행하는 자신의 능력에 대한 믿음으로, 특정한 시간에 주어진 특정 과제를 얼마나 잘 수행할 수 있을지에 대한 스스로의 인식이라고 할 수 있다(Bandura, 1997). 반면 자아존중감(self-esteem)은 자기에 대한 평가, 자기 능력에 대한 태도에서 비롯되며, 자신을 긍정적으로 수용하고 가치 있는 인간으로서 인지하는 것이다. 다시 말하면 자기효능감이 자신의 능력에 대한 믿음이라고 한다면, 자아존중감은 자신의 가치에 대한 믿음이라고 할 수 있다. 자기효능감은 일에 대한 추진력, 높은 성취 의욕 및 자신의 능력에 대한 신뢰 등으로 구성되어 있으며, 이러한 심리적 자원이 높은 사람은 낮은 사람에 비해 두려움 또는 불안 수준이 낮은 것으로 알려져 있다(김동배, 김상범, 신수민, 2012).

고령자의 자기효능감을 다룬 연구들은 자기효능감이 고령자의 정신건강에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하였으며(성혜영, 조희선, 2005; 윤순덕, 한경혜, 2004), 고령자의 자아실현에 대한 연구에서는 고령자 자아실현에 직접적으로 가장 큰 영향을 준 요인이 자기효능감이라고 보고하였다(김미정, 2014). 성공적 노후척도를 활용한 고령자의 삶의 만족에 관한 연구에서는, 자녀의 성공, 부부관계와 같은 동반자적 삶, 자기통제 그리고 자기효능감이 고령자의 삶의 만족도에 가장 큰 영향을 미치는 결과를 나타내었다고 보고하였다(김희주, 주경희, 2008). 즉, 노년기 자기효능감은 남은 삶에 대한 희망을 갖고 다양한 활동에 참여하며 주변 사람

들로부터 자신이 필요한 사람으로 인정받으며 지속적인 성장을 꾀하는 것이라고 할 수 있다(김희주, 주경희, 2008).

사회적지지란 건강문제를 야기하는 스트레스의 충격을 감소 또는 완충할 수 있는 속성을 지닌 용어로, 가족, 친구, 이웃, 기타 사람에 의해 제공된 여러 형태의 도움과 원조를 의미하는데 널리 사용되어 왔다(Cohen, 1985; Norbeck, 1981; 채수원, 오경옥, 1991에서 재인용). 즉 한 개인이 타인과의 상호작용을 통해 타인으로부터 얻게 되는 모든 긍정적 자원이라 할 수 있다(김은희, 2004). 사회적지지는 어떤 자극이나 위기를 겪었을 경우 그 사실에 대하여 개인이 덜 충격적이 되도록 인지적으로 해석할 수 있게 하며, 여러 정보와 심리적 지지를 주어서 위기에서 빨리 회복 될 수 있도록 한다. 또한 변화와 위기의 연속인 인간 생활에서 예기치 못한 생활변화에 대하여 조절하는 역할을 하기도 한다(채수원, 오경옥, 1991).

사회적지지에 대한 다양한 연구에 따르면, 사회적지지는 지역사회 고령자의 고독감과 지각된 건강상태에 직접적인 영향이 있고(강윤희, 김미영, 이진정, 정덕유, 마예원, 2012), 고령자의 지각된 사회적지지가 건강증진행위에 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다(강현욱, 김지태, 2009). 또한 개인의 생활 사건으로 인한 스트레스의 부정적인 결과를 완화시켜주는 보호요인이기도 하며(고민석, 서인균, 2011), 스트레스를 완화하여 우울감을 감소시키는 완충효과를 보인다(이영자, 김태현, 1999). 즉, 사회적지지는 인간의 기본적인 사회적 욕구를 충족시키며 우울을 예방하여 고령자의 사회심리적 능력에 영향을 미친다고 할 수 있다(정영미, 2007).

노년기 정서경험과 정서조절에 관한 연구에서는, 고령자가 될수록 신체적으로 취약해지고 경제적, 사회적 능력이 저하되므로 신체에너지를 사용하지 않고 현재 에너지 상태를 유지하면서 부적 정서상태에서 벗어나려는 경향에서 각성수준이 낮은 정서를 각성수준이 높은 정서보다 더 많이 느낀다고 하였는데, 이는 노화로 인해 신체와 심리적 기능은 쇠퇴하지만

정서적인 상처나 안녕감의 감소는 보이지 않는 ‘자기보호적인 전략’으로, 매우 적응적이며 성공적 노화에 기여하는 중요한 특성이라고 하였다(김민희, 민경환, 2004). 고령자가 스마트기기를 사용하여 대화적 관계를 이어가는 것 또한 먼 거리 이동에 대한 신체적 부담의 감소로부터 자기보호적인 기능을 지니고 있다고 할 수 있으며, 현재의 노년층보다 스마트기기에 더 익숙한 신 노년층에게는 대화적 관계의 주요한 수단 가운데 하나로 자리 잡게 될 것이다.

자기효능감과 사회적지지에 따른 노년기 우울에 관한 연구에서는 개인의 자기효능감을 증진시키는 것이 우울에 대처하는 데에 중요하며, 특히 노년기에는 신체적 노화에 대한 긍정적인 수용을 하도록 함으로써 신체적 자기효능감을 증진시키는 동시에, 가정과 사회에서 고령자를 존중하고 지지하는 것 뿐 만 아니라 개인의 지각된 지지 수준을 높이는 것이 고령자의 심리적 안녕에도 도움이 된다고 하였다(박경민, 1994). 자기효능감과 사회적 지원이 우울증 노인의 삶의 질에 미치는 영향을 살펴본 연구에서는, 다른 만성 노인환자들에 비해 우울증 노인들의 자기효능감이 더 낮으므로 우울증 노인들의 자기효능 증진 전략이 중요하며, 삶의 질이 가정에서의 일상생활, 사회적 상호작용 및 감정 관련 영역에서 특히 낮게 나타나서 고령자들의 자신에 대한 가치 및 자기결정권을 존중하는 정서적 지원에 중점을 둔 사회적 관계망 개발이 필요하다고 주장하였다(강선경, 2009).

자기효능감과 사회적지지는 우울에 대한 스트레스의 영향을 감소시켜주는 조절효과가 있었으며, 특히 독거 가구가 부부가구와 자녀동반 가구보다 사회적지지와 자기효능감 수준이 낮아 우울과 스트레스에 취약하다(주태하, 2011). 이는 부부가구와 자녀동반 가구에 비해 독거가구에서 대인관계 충족으로 인한 사회적지지가 결여되어 있으며 그 대안 마련이 시급함을 뜻한다. 고령자의 안녕감은 그들이 일상생활을 어떻게 보내는지와

직결되어 있으므로, 다양한 관계를 통한 심리적인 지원세력을 만들어 주는 것은 고령자 스스로에게 살아가는 의미를 찾게 하는 동력이 될 것이다(한준상, 2002).

3. 노년기 우울

노년기에는 자녀들이 성장하여 부모의 품을 떠나고 친구들과 배우자가 죽음에 이른다. 이로 인한 외로움과 소외는 늙어가는 사람들의 불행을 강화시킨다. 인구가 거의 없는 시골지역에서는 지리적으로 고령자를 고립시키며, 도시에 살 때는 밖에 나가기를 두려워할 수 있다. 청력의 쇠퇴 및 언어장애 등이 의사소통의 장벽으로 작용하여 외로움을 증가시킬 수도 있으며, 다양한 상실로 인한 불완전성으로 다른 사람들을 신뢰하지 못하고 스스로 자초하여 고립에 빠지기도 한다. 고령자들은 은퇴나 고령으로 인하여 가정에서 그리고 사회에서의 역할상실로 고독감과 외로움 등을 느끼고, 이는 곧 우울감을 형성하게 되면서 노년기 삶의 질을 저하시키는 요인이 된다. 이렇듯 우울증은 노년기에서 볼 수 있는 가장 흔한 기능적 정신질환으로, 전 세계적으로 노년기 인구의 10~15% 정도가 개입이 필요할 정도로 심각한 수준의 우울증상을 경험하고 있는 것으로 나타났다(임은실, 2003; 김희년, 서홍란, 2010).

노년기 우울증은 고령자들의 정신건강뿐만 아니라 신체적, 인지적, 사회적 장애와 밀접한 연관이 있고, 고령자의 삶의 질과도 관련이 깊기 때문에 이에 대한 방대한 연구가 여러 학문분야에서 이루어져 왔다. 사회적 지지나 자기효능감이 노년기 우울을 감소시키는 주요 요인으로 밝혀져 왔으며(김윤정, 최혜경, 2000; 윤순덕, 한경혜, 2004; 백지은, 최혜경, 2005; 이인정, 2007), 여성 고령자의 강점과 사회적지지가 스트레스와 우울에

미치는 영향에 대한 연구에서는, 고령자가 지각한 강점 가운데 정서 강점이나 동기 강점에 비해 대인관계에서 강점을 적게 지각할수록 우울 정도가 높은 것으로 나타났다(박미진, 2007). 또한 노인의 건강상태가 스트레스와 우울에 미치는 영향 연구에서는 고령자의 건강상태에 따른 스트레스와 우울의 차이에서 실제 만성질환이나 급성질환의 유무보다 주관적 건강상태의 영향력이 더 큰 것으로 밝혀졌다(고민석, 서인균, 2011). 따라서 여러 신체적이고 상황적인 요인뿐만 아니라 고령자가 스스로를 어떻게 지각하고 있는지의 여부 또한 우울에 매우 중요한 영향을 끼친다고 할 수 있다.

4. 고령자의 스마트기기 사용

고령자의 신체 기능 및 운동 감각 저하는 사회활동에 저해 요소가 된다. 이에 노년기에 축소되고 약화되기 쉬운 인간관계를 활성화시키고 활발한 사회참여를 유도하는 매체로써 최근까지도 컴퓨터 및 인터넷 이용의 효과에 대한 다양한 연구가 진행되었다(장미옥, 2004; 이금룡, 2005; 이복자, 명승환, 2010; 장수지, 이재정, 2010; 김동배, 김상범, 김세진, 2011; 이사명, 2012; Cotten, Ford, Ford, & Hale. 2014). 고령자의 컴퓨터 이용이 사회활동참여에 미치는 영향을 규명하는 연구에서는 컴퓨터 이용 고령자는 전체 중 11.5%로, 이들 가운데 컴퓨터를 단순히 자신의 오락적 욕구충족을 위한 기계로 활용하는 사람보다 정보추구 및 타인과 의사소통을 통해 사회적 관계망을 형성, 강화시킬 수 있는 매체로 활용하는 사람이 사회활동에 더욱 적극적으로 참여하였다고 보고하였다(장수지, 이재정, 2010). 고령자 인터넷 이용 만족이 사회활동에 미치는 영향에 대한 연구에서는 인터넷이 고령자들의 생활에 활력을 주는 미디어 기능을 하

고 있으며, 신문이나 텔레비전과 같은 기존 매체는 고령자에게 오락만을 제공할 뿐, 실제 생활에 필요한 대인관계 형성이나 정보교환 역할을 하지 못하고 있다고 보고하였다(장미옥, 2004). 또한 최근 이루어진 인터넷 사용과 우울의 중단연구에서는 고령자들이 인터넷을 사용하면 우울증 확률이 약 33% 감소되는 효과가 있다고 보고하였는데, 특히 홀로 거주하는 고령자에게 더 강력한 영향을 끼치고, 인터넷을 통해 고립감과 외로움을 해소하기 때문에 이미 우울증에 걸린 고령자들도 인터넷 사용 시 우울증 감소에 도움이 된다고 하였다(Cotten, 2014). 또한 비록 고령자를 대상으로 한 연구는 아니지만, 최근 스마트폰을 활용한 우울 연구(Ly, 2014)나 스마트폰 기반 시스템을 이용한 주요우울장애 행동변화 감지 연구(Doryab, Min, Wiese, Zimmerman, & Hong, 2014) 등 해외에서도 스마트기기를 활용한 연구가 활발히 진행되는 추세이다.

컴퓨터는 현대 사회에서 필수적인 요소일 뿐만 아니라 특히 인터넷을 활용하는 고령자에게는 사회적 상호작용과 우울감소 효과도 기대할 수 있는 효과적인 도구라 할 수 있다. 그러나 현재의 고령자가 성인으로서 사회적 활동이 왕성하던 시기에는 컴퓨터 보급이 지금만큼 보편화 되어 있지 않았기 때문에 고령자는 지금의 젊은 세대와 달리 컴퓨터에 그리 익숙하지 못하다. 젊은 세대라면 너무 당연하여 무의식적으로 조작하게 되는 것도 고령자들에게는 낯설게 느껴지며 많은 노력이 필요하다. 컴퓨터를 배우는 다수의 고령자들이 컴퓨터를 켜고 끄는 것을 어려워하거나, 마우스를 드래그 하는 것과 클릭하는 것의 차이 및 인터넷과 포털 사이트의 차이를 이해하는 데에 종종 곤란을 겪는다.

전화 기능이 있는 소형 컴퓨터라 할 수 있는 스마트폰은 삼성전자의 갤럭시와 애플사의 아이폰이 2009년에 한국에 출시되어(위키백과), 이 시기가 국내에서 본격적으로 스마트폰이 주목을 받기 시작한 시점이라고 할 수 있다. 이후 2011년 스마트폰 보유율은 27%로, 남성과 2~30대, 사

무직과 대졸이상 고학력에서 보유 비율이 높은 것으로 조사되었고(방송통신위원회, 2011), 2013년에는 휴대폰 보유율은 94.5%, 스마트폰 보급률은 68.8%로 보고되어(방송통신위원회, 2013), 우리 사회에서 스마트폰으로 대변되는 스마트기기는 없어서는 안 될 필수품이 되었다.

스마트기기는 터치스크린을 사용하므로 은행 ATM기기를 조작하는 방법과 유사하여 고령자에게 컴퓨터보다 친숙하며, 전원과 마우스 조작에서 해방되므로 상대적으로 컴퓨터보다 작동이 비교적 용이하다고 할 수 있다. 한 자리에 고정되어 사용하는 컴퓨터보다 휴대가 가능하여 접근성도 뛰어나다. 노년층은 일반 휴대폰 대신 스마트폰 사용하는 것을 청장년층보다 낫설어 하며 비싼 요금제 선택에 대한 부담으로 젊은 세대에 비해 보급률도 낮은 편이다. 그러나 장년층 및 노년층을 대상으로 한 저렴한 스마트기기 및 요금제가 출시되고 있으며, 전화기능 없이 무선인터넷만을 사용하여 요금을 지불하지 않아도 되는 태블릿 PC나 아이패드 등의 기기도 그 종류가 다양해지고 있으므로 이로 인해 노년층의 스마트기기 접근성은 점차 더욱 용이해질 것으로 예상된다.

비록 2011년에 실시한 노인실태조사에서 65세 이상 고령자 가운데 스마트폰 소유자는 0.4%, 일반 핸드폰 소유자는 71.3%으로 보고되었으나(보건복지부, 2012), 2013년 정보문화 실태조사에 따르면 스마트폰 등 모바일 보급 및 이용확산에 힘입어 50대 이상의 디지털 신 중년층이 증가하고 있어 2012년 대비 실시간 메시지서비스 이용률은 60대가 31.6%에서 67.6%로, SNS서비스는 10.1%에서 21.7%로 증가하였다(미래창조과학부, 2013). 위의 조사에서 65세 이상 고령자의 경우가 명확히 구분되지는 않았으나, 인터넷 사용자를 대상으로 진행된 조사라는 점과 전 세대의 스마트기기 보유율이 점차 증대하고 있는 현 추세를 고려하면, 65세 이상 고령자의 경우에도 동일하게 스마트기기 보급이 증대할 것임을 어렵지 않게 추측해 볼 수 있다. 따라서 고령자가 스마트기기와 대화형 SNS의 활

용에 대한 영향을 살펴보는 것은 빠르게 변화하는 현재와 그 흐름을 파악하고, 향후 고령자 스마트기기 보편화 시대를 대비하는 큰 의의가 있다고 할 수 있을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상 및 조사방법

스마트기기의 노년층 보급 수준에 대한 매체나 기관의 조사는 2011년 0.4%로 보고된 이후 갱신 발표되지는 않았으나, 우리나라 전체인구 스마트폰 보급률이 2011년 27%에서 2013년 68.8%로, 2013년 3분기는 79.5%로 전 세계 1위로 발표되었다(미래창조과학부, 2013). 비록 연령에 따른 보급률이 상세히 조사되지는 못하였다 하더라도 고령자의 스마트폰 보급률 또한 인구비율에 걸맞게 급증했을 것임을 어렵지 않게 예측할 수 있다. 따라서 스마트기기 사용 고령자에 대한 설문조사 또한 충분히 가능하리라 판단하여 설문조사를 통한 연구를 실시하였다. 표집은 설문지 배부 및 수집의 편의성을 고려하여 서울 및 경기지역에 생활권을 둔 자를 대상으로 편의표집 방식으로 이루어졌다. 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 참여를 결정한 만 65세 이상 참여자에게 사전 동의를 구하고 실시하였으며, 설문을 완료한 참여자에게는 답례품으로 2,000원 상당의 파스를 지급하였다.

설문조사는 2014년 9월 30일부터 11월 30일까지 진행하였으며 연구자 지인의 부모·조부모를 비롯하여 노인복지관, 어머니합창단, 대형교회 노인대학, 경로당, 종로3가역, 청량리역, 탑골공원 및 동사무소 방문자를 대상으로 관계자의 사전 허가를 받은 후 실시하였다. 대부분의 설문응답은 자기보고식으로 이루어졌으며, 약 15~30분이 소요되었다. 노년층에게 생소한 '링크' 등과 같은 용어로 인해 응답누락이 발견 되었을 경우에 한하여 본 연구자가 구두로 추가 질문을 하였고, 시력 저하 등의 원인으로 자

기보고식 설문에 어려움이 있으나 참여 의사가 강한 참여자에게는 본 연구자가 설문 내용을 부가 설명 없이 그대로 읽어주어 연구자편향을 최소화하려 노력하였다. 본 연구자가 직접 진행하지 않고 지인을 통해 설문이 이루어졌을 경우에는 수거 시 구두로 설문을 읽어주었는지의 여부를 파악하여 별도로 구분하였다. 수거된 327명의 설문응답 가운데 인구통계학적 설문에 대한 응답이 누락되어 연령과 성별 파악이 불가능한 경우, 만 65세 미만자가 응답한 경우, 척도 미응답률이 전체 설문의 10%(스마트기기 사용자의 경우 10문항, 미사용자의 경우 8문항)를 초과한 경우, 설문 내용을 고려하지 않고 1줄로 응답한 경우에 해당하는 73명은 분석에서 제외하고 총 254명의 설문응답을 대상으로 분석을 실시하였다.

2. 측정도구

1) 스마트기기 사용 척도(Smart Devices Usage Scale)

예측변인인 스마트기기를 활용한 대화형 SNS 사용 정도를 측정하기 위하여 2014년도 노인실태조사 조사표(보건복지부, 2014), 문미향(2012) 및 강요한, 김교진, 신상희, 안병진, 황병일, & 홍승권(2006)의 설문 일부를 참고하여 본 연구자가 제작한 척도를 사용하였다. 척도에는 스마트기기 사용빈도, SNS 인지여부 및 대화형 SNS의 사용 시간과 구체적 사용 항목에 따른 빈도 등을 측정하였다. 독립표본 T검증과 상관관계 분석에는 등간척도나 비율척도로 측정된 자료를 사용하여야 한다. 따라서 연구 문제의 검증을 위한 분석에는 ‘전혀 사용 안함’, ‘약간 사용’, ‘보통’, ‘자주 사용’, ‘매우 자주 사용’의 리커트 5점 척도로 구성된 11 문항이 활용 가능한데, 그 중 스마트기기 자체의 사용을 묻는 3번 문항을 제외한 대화형

SNS 사용빈도 10문항을 적용하였다. 점수가 높을수록 스마트기기 대화형 SNS의 사용빈도가 높음을 뜻하며, 10문항에 대한 내적일치도 계수는 .912로 확인되었다.

2) 자기효능감 척도(Self Efficacy Scale)

Sherer와 Maddux(1982)의 자기효능감 측정도구를 박은숙 외(1998)가 수정 보완한 것을 서현미(2001)가 중복문항 1개를 제외한 지각된 자기효능감척도 16문항을 사용하였다. 이 척도는 특정 상황에 국한되지 않은 일반 상황에서의 자기효능감을 측정하고자 개발된 것으로, ‘전혀 그렇지 않다’, ‘대체로 그렇지 않다’, ‘대체로 그렇다’, ‘매우 그렇다’의 리커트 4점 척도로 이루어져 있다. 도구 개발 당시의 내적일치도 계수는 .71, 박은숙 외(1998)의 연구에서는 .93, 서현미(2001)의 연구에서는 .8031로 보고되었다. 박은숙 외(1998)의 연구에서 부정문항은 역으로 환산하였다는 보고에 따라 본 연구의 분석에 앞서 문항 4~6, 9~11, 13, 15를 역채점하였다. 본 연구에는 변별타당도를 높이기 위해 문항 7, 8, 12, 14를 제외한 12문항을 사용하였다. 12문항에 대한 내적일치도 계수는 .854이었다.

3) 사회적지지 척도(Social Support Scale)

매개변인인 사회적지지를 측정하기 위하여 박지원(1985)의 간접적으로 지각한 사회적지지 척도를 고령자에게 맞게 임주영(2002)이 수정한 문항을 사용하였다. 18문항의 리커트 5점 척도 구성으로, 점수가 높을수록 사회적지지를 높게 지각함을 뜻한다. 본 연구에서의 내적일치도 계수는 .879이었다.

4) 한국형 노인우울검사

(Korean Form of Geriatric Depression Scale, KGDS)

결과변인인 우울을 측정하기 위하여 Yesavage, Brink, Rose, Lum, Huang, Adey와 Leirer(1983)가 개발한 노인우울척도(Geriatric Depression Scale)를 정인과, 곽동일, 조숙행, 이현수(1998)가 한국형으로 표준화한 ‘한국형 노인우울검사’를 사용하였다. Yesavage 외(1983)의 척도는 노년기 보편적 신체증상이 일반 우울증상과 혼동되어 고령자의 우울수준이 과장 측정되는 것을 방지하기 위하여 제작되었다. 신체증상, 무력감 요인 및 자살사고에 대한 문항이 제외되어, 우울증 진단이 아닌 우울 경향 측정에 사용된다. 그러나 우리나라는 우울증이 주로 신체적 증상으로 표출되는 경향이 있으므로(김광일, 1977; 민성길, 김경희, 1978) 신체적 측면을 제외하는 것은 오히려 우울의 정확한 측정에 저해가 될 수 있다(정인과 외 1998). 따라서 본 연구에서는 신체적 측면 및 무력감 요소를 보완한 40문항의 ‘예/아니오’ 척도로 구성된 KGDS를 통하여 우울감을 측정하였다. 정인과 외(1998)의 연구에서 KGDS의 내적일치도 계수는 .88, 반분신뢰도는 .79로 보고되었다. 척도의 최적 절단 점수는 16점이며, 16~22점은 경도 우울증, 23~25점은 중등도 우울증, 26점 이상은 심도 우울증으로 분류 가능하다. 정인과 외(1998)의 해석지침에 따라 문항 6~15, 17~19, 21, 25~32를 역채점하였다. 본 연구에서 한국형 노인우울검사의 내적일치도 계수는 .888이었다.

5) 인구통계학적 질문지(Demographic Questionnaires)

연구 참여자의 기본적인 인구통계학적 변인을 알아보기 위하여 성별, 연령, 학력, 동거인, 근무기간, 가정수입, 용돈, 휴대폰 한 달 사용료 및

주관적 건강상태를 응답하도록 하였다.

3. 자료 분석

본 연구를 통해 수집된 자료는 SPSS 21.0을 사용하여 다음과 같이 분석을 실시하였다.

- 1) 연구 대상자의 일반 특성에 대한 빈도분석을 실시하였다.
- 2) 각 척도의 신뢰도 검증을 위하여 내적 일관성을 측정하는 크론바흐 알파(Cronbach's α) 계수를 이용하여 신뢰도 검사를 실시하였다.
- 3) 각 변인별 평균, 표준편차, 왜도와 첨도를 알아보기 위하여 기술통계 분석을 실시하였다.
- 4) 스마트폰 사용 집단과 미사용 집단 간의 특성을 알아보기 위하여 독립표본 T검증을 실시하였으며, 스마트기기 대화형 SNS 사용이 우울, 자기효능감, 사회적지지에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 각 준거변인별로 단순회귀분석을 실시하였다.
- 5) 각 변인 간의 상관관계를 살펴보기 위하여 상관분석을 실시하고 회귀 분석으로 매개모형을 검증하였다.
- 6) 스마트기기 대화형 SNS 사용정도가 우울에 미치는 영향에서 자기효능감과 사회적지지의 매개효과의 유의도를 검증하기 위하여 INDIRECT 프로그램으로 부트스트래핑 검증을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 인구통계학적 특성

본 연구에 사용된 254부의 표본에 대한 인구통계학적 구성은 표 1과 같다. 조사대상자 가운데 68.5%는 여성이었고, 60.2%는 70대로, 평균연령은 74세($SD=5.63$)였으며, 설문응답자 중 가장 고령자는 96세였다. 교육수준은 39.3%가 고등학교 졸업, 35.6%가 대학이상의 학력을 가진 것으로 조사되었다. 거주형태는 배우자와 함께 거주한다는 응답이 63.5%로 가장 많았고, 혼자 산다는 응답은 21.3%이었다. 전업주부 포함 직장 근무 경력은 40년 근무가 19.1%로 가장 많았다. 가족 내 한 달 수입은 100만원 미만인 24.7%이었고, 한 달 사용 용돈은 50만 원이 19.4%로 가장 많았으며 100만 원이라는 응답도 16.7%에 달하였다. 지각된 건강상태는 보통이 47.2%, 건강한 쪽(건강하다, 매우 건강하다)이 32.5%, 나쁜 쪽(건강하지 않은 편이다, 건강이 아주 좋지 않다)은 20.3%으로 나타났다. 또한 설문 후반에 집중도 저하로 척도 간 응답 수준의 차이가 생기는 것을 방지하기 위하여 설문 유형을 A형(설문 안내 및 참가동의서-스마트기기 SNS 사용척도-자기효능감척도-사회적지지척도-우울척도-인구통계학적 설문 순)과 B형(설문 안내 및 참가동의서-우울척도-사회적지지척도-자기효능감척도-스마트기기 SNS 사용척도-인구통계학적 설문 순)으로 나누어 실시하였는데, A형은 43.7%, B형은 56.3%로 나타났다. 고령자가 소유한 이동전화는 스마트폰이 46.9%, 일반 휴대폰이 42.5%를 차지하였으며, 아무 것도 가지고 있지 않다는 응답은 5.1%에 그친 것으로 나타났다.

표 1. 조사표본의 인구통계학적 구성(N=254)

특성	사례수(N)	유효퍼센트(%)
성별		
남자	80	31.5
여자	174	68.5
연령		
60대(만65~69세)	63	24.8
70대(만70~79세)	153	60.2
80대(만80~89세)	35	13.8
90대(만90~99세)	3	1.2
교육수준		
무학	6	2.4
초졸	19	7.7
중졸	36	14.6
고졸	97	39.3
대학이상	89	36.0
무응답	7	(2.8)
동거여부(복수응답)		
독거	53	21.3
배우자	158	63.5
자녀	84	33.7
손주	36	14.5
친구	0	0
무응답	5	(2.0)

특성	사례수(N)	유효퍼센트(%)
근무기간(주부포함)		
10년 이하	28	12.4
11~20년	24	10.7
21~30년	42	18.7
31~40년	66	29.3
41~50년	51	22.7
51년 이상	14	6.2
무응답	29	(11.4)
가구당 수입		
100만원 미만	54	24.7
100~200만원	51	23.3
200~300만원	42	19.2
300~400만원	32	14.6
400만원 이상	40	18.3
무응답	35	(13.8)
한 달 용돈		
10만원 이하	20	9.0
11~20만원	40	18.0
21~30만원	38	17.1
31~40만원	14	6.3
41~50만원	43	19.4
51~100만원	49	22.1
101만원 이상	18	8.1
무응답	32	(12.6)

특성	사례수(N)	유효퍼센트(%)
소유기기		
스마트폰 ^a	119	46.9
스마트기기(갤럭시 탭, 아이패드 등)	6	2.4
스마트폰과 스마트기기 모두 있음	8	3.1
일반 휴대폰만 있음	108	42.5
없음	13	5.1
한 달 이동전화요금		
사용안함	11	4.6
1만원 미만	26	10.8
1~2만원	62	25.7
2~3만원	45	18.7
3~4만원	53	22.0
5만원 이상	44	18.3
무응답	13	(5.1)
지각된 건강상태		
아주 좋지 않음	16	6.5
건강하지 않은 편	34	13.8
보통	116	47.2
건강	64	26.0
매우 건강	16	6.5
무응답	8	(3.1)
자기보고식 설문참여		
예	227	89.4
아니오	27	10.6
설문지 유형		
A형	111	43.7
B형	143	56.3

주. ^a범주 상 스마트기기에 포함되지만 구분을 위해 분류하였음.

표 2. 스마트기기^a 사용자의 인구통계학적 구성(N=133)

특성	사례수(N)	유효퍼센트(%)
스마트기기 사용기간		
6개월 미만	16	12.3
6개월~1년	26	20.0
1년~1년 반	16	12.3
1년 반~2년	20	15.4
2년 이상	52	40.0
무응답	3	(2.3)
스마트기기 사용빈도		
전혀 사용 안 함	3	2.3
약간 사용	17	13.2
보통	36	27.9
자주 사용	42	32.6
매우 자주 사용	31	24.0
무응답	4	(3.0)
스마트기기 1일 사용시간		
10분 이하	26	20.3
11~30분 이하	46	35.9
31~60분 이하	31	24.2
61~120분	13	10.2
121~180분	3	2.3
181분 이상	9	7.0
무응답	5	(3.8)
SNS인식여부		
예	71	55.0
아니오	58	45.0
무응답	4	(3.0)

주. ^a스마트폰 포함.

특성	사례수(N)	유효퍼센트(%)
SNS 1일 사용시간		
0분	16	14.2
1~10분 이하	37	32.7
11~30분 이하	38	33.6
31~60분 이하	17	15.0
61~120분 이하	3	2.7
121~180분 이하	1	0.9
181분 이상	1	0.9
무응답	20	(15.0)
대화형 SNS 사용이유(2개 선택)		
동영상, 소식 등 흥미로운 내용	71	55.5
범죄예방 등 유용한 정보	13	10.2
떨어져 있는 가족 및 친구와 연락	88	68.8
세상의 흐름에 뒤처지지 않음	43	33.6
기타	11	8.6
무응답	5	(3.8)
대화형 SNS 불편사항(모두 선택)		
메뉴설정이나 작동방법	47	36.7
화면 글씨가 작음	28	21.9
읽고 싶지 않을 때 메시지를 주고받음	29	22.7
잘 모르는 사람에게 메시지를 주고받음	80	62.5
기타	8	6.3
무응답	5	(3.8)

표 2에 제시된 바와 같이, 스마트기기를 사용한 기간을 묻는 질문에는 2년 이상이라는 응답이 40%로 가장 많았으며, 사용빈도를 묻는 질문에는 ‘자주 사용’이 32.6%, ‘매우 자주 사용’이 24.0%로, 56%에 달하는 응답자가 스마트기기를 자주 활용한다고 응답하였다. 실질적인 1일 사용시간을 묻는 질문에는 30분이 21.1%, 60분이 18%로 나타났으며, 전체 응답자 가

운데 80.5%가 1시간 이하로 사용한다고 응답하였다. 소셜 네트워크 서비스(SNS) 가운데 카카오톡, 라인, 마이피플 등 양방향 대화가 가능한 대화형 SNS를 알고 있는지에 대한 질문에서는 45%의 응답자가 모른다고 답변하였으나, 스마트기기 소유자 가운데 SNS 사용 시간이 0분이라는 응답은 14.2%에 불과하였다. SNS 1일 사용시간은 평균 26.28분($SD=34.57$)으로 나타났으며, 대화형 SNS를 사용하는 이유를 묻는 질문에서는 ‘떨어져 있는 가족 및 친구와 연락’ 응답이 68.8%로 가장 많았고, SNS 사용 시 불편 사항으로는 ‘잘 모르는 사람과 메시지를 주고받는 것’을 선택한 응답자가 62.5%에 달하였다.

2. 집단 간 측정 변인 비교

첫 번째 연구문제의 검증을 위하여 스마트폰 사용, 스마트기기 사용, 스마트폰과 스마트기기 모두 사용, 일반 휴대폰 사용, 기기 미사용의 다섯 가지 유형으로 구분하여 설문을 실시하였으나, 표 1에서 제시된 바와 같이 스마트기기 사용, 스마트폰과 스마트기기 모두 사용 및 기기 미사용 고령자의 수가 현저히 적어 스마트기기 사용 고령자 집단(스마트폰 사용, 스마트기기 사용, 스마트폰과 스마트기기 모두 사용)과 스마트기기 미사용 고령자 집단(일반 휴대폰 사용, 기기 미사용)의 두 집단으로 나누어 독립표본 T검증으로 비교하였다. 두 집단 간의 우울, 자기효능감 및 지각된 사회적지지 수준에 대한 분석 결과는 표 3에 제시하였다.

표 3. 스마트기기 사용 집단과 미사용 집단 간의 측정변인별 평균비교

측정변인	스마트기기 사용 (N=133)	스마트기기 미사용 (N=121)	t
	M(SD)	M(SD)	
우울	11.11(7.14)	15.29(7.41)	-4.57***
자기효능감	36.07(4.90)	33.41(6.76)	3.55***
사회적지지	65.38(9.11)	64.87(11.18)	.40

주. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, N=254.

우울은 스마트기기 사용과 미사용에 따른 집단 간 평균의 차이가 유의미하게 나타났고($t = -4.57$, $p < .001$), 스마트기기 사용자($M = 11.11$, $SD = 7.14$)가 미사용자($M = 15.29$, $SD = 7.41$)보다 우울 수준이 낮게 나타났다. 자기효능감 또한 스마트기기 사용과 미사용에 따른 집단 간 평균 차이가 유의미하게 나타났으며($t = 3.55$, $p < .001$) 스마트기기 사용자($M = 36.07$, $SD = 4.90$)가 미사용자($M = 33.41$, $SD = 6.76$)보다 자기효능감 수준이 높게 나타났다. 반면, 사회적지지는 스마트기기 사용자($M = 65.38$, $SD = 9.11$)가 미사용자($M = 64.87$, $SD = 11.18$)보다 높았으나 그에 따른 차이는 유의미하지 않았다($t = .40$, $p = .69$).

따라서 가설 1-1의 ‘스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 우울 수준이 낮을 것이다.’와 가설 1-2의 ‘스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 자기효능감 수준이 높을 것이다.’는 지지되었으나, 가설 1-3의 ‘스마트기기 사용 고령자는 스마트기기 미사용 고령자보다 지각된 사회적지지 수준이 높을 것이다.’는 지지되지 않았다.

3. 측정 변인들 간의 상관관계

두 번째 연구문제에 해당하는 스마트기기 대화형 SNS 사용, 우울, 자기효능감, 지각된 사회적지지의 경로 모형을 검증하기 위한 기초자료로 상관분석을 실시하였다. 스마트기기 사용 척도에 응답한 스마트폰 사용자, 스마트기기 사용자, 및 스마트폰과 스마트기기 모두 사용자를 대상으로 상관관계를 살펴보고자 각 변인들의 상관과 기술통계량을 표 4에 제시하였다.

표 4. 측정변인 간 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 및 첨도

	1	2	3	4	<i>M</i>	<i>SD</i>	왜도	첨도
1. SNS 사용	—				26.80	8.88	.20	-.39
2. 우울	-.27**	—			11.11	7.14	.83	.63
3. 자기효능감	.21*	-.33**	—		36.07	4.90	-.35	1.02
4. 사회적지지	.05	-.20*	.19*	—	65.38	9.11	.14	-.04

주. *N*=133. **p*<.05. ***p*<.01. ****p*<.001.

스마트기기 대화형 SNS 사용은 우울 및 자기효능감과 통계적으로 유의하게 관련되었으나 지각된 사회적지지는 통계적으로 유의하지 않았다. 스마트기기 대화형 SNS 사용과 가장 상관이 높은 변인은 우울($r=-.27$, $p<.01$)이며, 다음은 자기효능감($r=.21$, $p<.05$)이었다. 보다 구체적으로, 스마트기기 대화형 SNS 사용이 많을수록 우울은 감소하는 부적인 관계를 보였으며, 자기효능감은 증가하는 정적인 관계를 보였다. 우울은 스마트기기 대화형 SNS 사용, 자기효능감, 지각된 사회적지지와 통계적으로 유의하게 관련되었다. 우울과 가장 상관이 높은 변인은 자기효능감($r=-.33$,

$p<.01$)이며, 다음은 스마트기기 대화형 SNS 사용($r=-.27, p<.01$)과 지각된 사회적지지($r=-.20, p<.05$)이었다. 보다 구체적으로, 우울 수준이 높을수록 자기효능감, 대화형 SNS 사용 및 지각된 사회적지지 수준이 낮아지는 부적의 관계를 보였다. $r=0.1$ 은 작은 상관, $r=0.3$ 은 중간 상관, $r=0.5$ 은 큰 상관으로 판단할 수 있으므로(Cohen, 1992) 우울과 자기효능감은 중간 수준의 상관을 나타내며, 우울과 스마트기기 대화형 SNS 사용, 우울과 지각된 사회적지지, 스마트기기 대화형 SNS 사용과 자기효능감은 중간 이하의 상관을 나타낸다. 또한 왜도가 2, 첨도가 7을 넘지 않는 경우 정규분포 가정을 충족하므로(Curran, West & Finch, 1996) 본 연구에 사용된 각 측정변인 모두 정규분포 가정이 충족되었다.

따라서 가설 2-1의 ‘고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 우울과 부적 상관이 있을 것이다’와 가설 2-2의 ‘고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 자기효능감과 정적 상관이 있을 것이다’는 지지되었으나, 가설 2-3의 ‘고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 지각된 사회적지지와 정적 상관이 있을 것이다’는 지지되지 않았다.

이에 덧붙여, 스마트기기 사용 집단 가운데에서 대화형 SNS 사용수준에 따른 측정변인 간 차이가 있는지를 추가 검증하였다. 스마트기기 대화형 SNS 사용 총점을 예측변인으로, 우울, 자기효능감 및 지각된 사회적지지의 총점을 준거변인으로 하여 각각 단순회귀분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 5에 제시하였다.

표 5. 스마트기기 대화형 SNS 사용에 따른 준거변인의 단순회귀분석

예측 변인	준거 변인	<i>B</i>	β	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>
	우울	-.214	-.266	.068	-3.16**	.071	10.01**
대화형 SNS 사용	자기 존중감	.115	.207	.047	2.43*	.043	5.89*
	사회적 지지	.051	.050	.090	0.57	.003	.33

주. *N*=133. **p*<.05. ***p*<.01. ****p*<.001.

스마트기기 대화형 SNS 사용을 예측변인으로 설정한 회귀모형은 우울 수준 예측에 $\alpha = .01$ 수준에서 통계적으로 유의하였다, $F(1, 131) = 10.01$, $p = .002$. 보다 구체적으로, 대화형 SNS 사용의 1단위 증가는 0.21 단위의 우울 수준 감소를 가져왔다($b = -0.21$, $t(131) = -3.16$, $p = .002$). 우울의 변화량 중 약 7.1%는 대화형 SNS 사용 수준의 변화량에 의해서 설명 가능하다. 또한 스마트기기 대화형 SNS 사용을 예측변인으로 설정한 회귀모형은 자기효능감 수준 예측에 $\alpha = .05$ 수준에서 통계적으로 유의하였다, $F(1, 131) = 5.89$, $p = .017$. 보다 구체적으로, 대화형 SNS 사용의 1단위 증가는 0.12 단위의 자기효능감 수준의 증가를 가져왔다($b = 0.12$, $t(131) = 2.43$, $p = .017$). 자기효능감 변화량 중 약 4.3%는 대화형 SNS 사용 수준의 변화량에 의해서 설명 가능하다. 반면 스마트기기 대화형 SNS 사용을 예측변인으로 설정한 회귀모형은 지각된 사회적지지 수준 예측에 통계적으로 유의하지 않았다, $F(1, 131) = 0.33$, $p = .567$.

4. 스마트기기 대화형 SNS 사용과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 사회적지지의 매개효과

1) 연구모형 검증

세 번째 연구문제인 스마트기기 대화형 SNS 사용과 우울의 관계에서 자기효능감과 사회적지지가 매개하는지를 알아보기 위하여 Baron and Kenny(1986)의 제안에 따라 다음과 같이 회귀 방정식을 검증하였다. 첫째, 예측변인은 매개변인에 통계적으로 유의미해야 한다. 둘째, 매개변인은 결과변인에 통계적으로 유의미해야 한다. 셋째, 위의 두 경로가 통제 되었을 때, 이전에 통계적으로 유의미했던 예측변인은 결과변인에 더 이상 유의미하지 않아야 한다. 위의 세 조건을 모두 충족하면 완전매개모형이 성립되며, 첫째와 둘째 조건이 성립되었으나 여전히 예측변인이 결과변인에 유의미하게 나타나는 경우는 부분매개모형이 성립된다.

본 연구에서는 스마트기기 대화형 SNS 사용을 예측변인으로, 자기효능감과 지각된 사회적지지를 매개변인으로, 우울을 결과변인으로 하여 회귀 분석을 실시하였다. 분석 결과, 스마트기기 대화형 SNS 사용이 자기효능감에 미치는 경로($\beta=.21, p<.05$), 자기효능감이 우울에 미치는 경로($\beta=-.33, p<.001$), 스마트기기 대화형 SNS 사용이 우울에 미치는 경로($\beta=-.27, p<.01$), 지각된 사회적지지가 우울에 미치는 경로($\beta=-.20, p<.05$)는 유의미하게 나타났으나, 스마트기기 대화형 SNS 사용이 지각된 사회적지지에 미치는 경로($\beta=.05, p=.567$)는 유의미하지 않았다. 모형의 결과는 그림 2에 제시하였다.

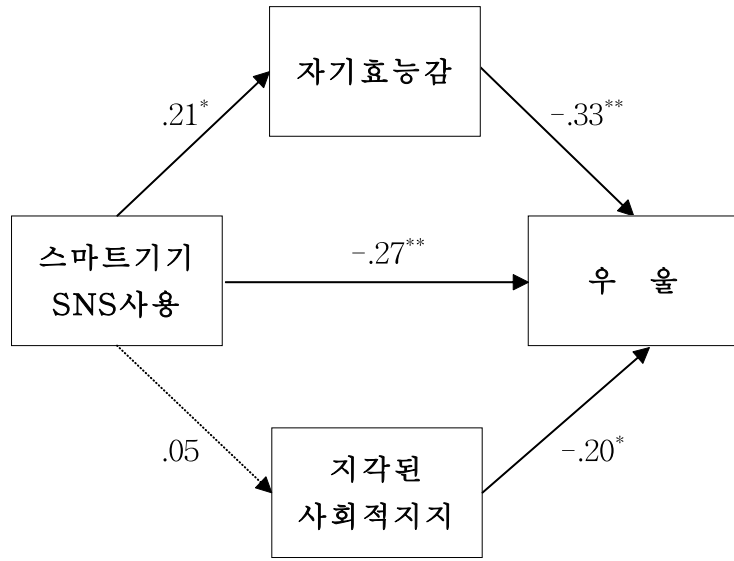


그림 2. 연구모형의 결과. 모수추정치는 표준화계수, 점선은 유의미하지 않은 경로.
 N=133. * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

2) 매개효과 유의성 검증

스마트기기 대화형 SNS 사용이 우울에 미치는 영향에서 자기효능감과 사회적지지가 유의미한지 확인하기 위하여 부트스트래핑 방식을 사용하였다. 이는 매개효과가 통계적으로 유의미한지를 확인하는 방법으로, 매개효과는 정상분포를 이루지 않지만 부트스트래핑 절차를 적용하면 매개효과가 정상분포를 이루어야 한다는 가정 없이 검증이 가능하다(서영석, 2010). 본 연구에서는 부트스트래핑 표본을 10,000개 생성으로 지정하였고 매개효과에 대한 신뢰구간을 95%로 설정하였다. 추정치에 대한 신뢰구간이 0을 포함하지 않는다면 매개효과는 .05 수준에서 통계적으로 유의하다고 결론 내릴 수 있는데, 연구변인 간의 직접 및 간접효과에 대한 검증 결과는 표 6에 제시하였다.

표 6. 자기효능감과 사회적지지의 매개효과(간접효과) 검증

경로	간접효과	95%CI	
		<i>LL</i>	<i>UL</i>
SNS 사용 → 자기효능감 → 우울	-.044*	-0.10	-0.01
SNS 사용 → 사회적지지 → 우울	-.006	-0.04	0.01

주. CI=신뢰구간^{confidence interval}, *LL*=하한가^{lower limit}, *UL*=상한가^{upper limit}
N=133. **p*<.05. ***p*<.01. ****p*<.001.

스마트기기 대화형 SNS 사용과 우울의 관계에서 자기효능감의 간접효과는 $-.044(p<.05)$ 로 유의하게 나타났으나, 사회적지지의 간접효과는 신뢰구간에 0이 포함되어 있어 통계적으로 유의미하지 않았다. 따라서 가설 3-1의 ‘고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 자기효능감을 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다’는 지지되었으며 이에 대한 설명력은 16.8%로 나타났다. 그러나 가설 3-2의 ‘고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용정도는 지각된 사회적지지를 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다’는 지지되지 않았다.

V. 논의

1. 연구결과에 대한 논의

본 연구는 급증하는 스마트기기 사용 인구에 비해 고령자의 스마트기기 사용 관련 연구가 거의 없었다는 점에서 고령자의 사용 실태를 파악하고, 스마트기기 대화형 SNS 사용정도에 따른 우울 수준을 살펴보고자 하였다. 또한 고령자 우울에 자기효능감과 사회적지지가 매개역할을 한다는 선행연구에 착안하여 대화형 SNS 사용과 우울 간의 관계에서도 매개효과가 있는지를 검증하였다.

본 연구의 결과와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 설문에 응답한 고령자의 특성을 살펴보았다. 조사대상자 가운데 여성의 비율이 68.5%로 나타났는데, 선행연구에서는 여성고령자가 약 60%를 차지한 경우가 많았으나(권태연, 2009; 김경호, 김지훈, 2008; 김동배, 신수민, 정규형, 2012; 박순미, 2011; 방영숙, 남기민, 2009; 배진희, 2009; 신창환, 2010), 70.9%로 보고된 연구(김현순, 김병석, 2007)와 75.6%로 보고된 연구(문남숙, 남기민, 2008) 뿐 아니라 87%인 연구(김신열, 김순규, 서효정, 2011) 및 88.2%인 연구(김동배, 김상범, 신수민, 2012)도 보고되어, 선행연구에 비하여 성별 비율이 편중되었다고 볼 수 없으며, 여성의 평균 수명이 남성보다 높은 점이 반영되었다는 보고(김동배, 김상범, 신수민, 2012)와 일치한다고 할 수 있다.

그러나 고등학교 이상 학력자가 74.9%로 조사되어 기존 선행연구에서 보고된 24.7%(권태연, 2009), 14.66%(김경호, 김지훈, 2008), 20.5%(김동배 외, 2012), 30.9%(김신열, 장영은, 서효정, 2011), 39.7%(김현순, 김병석,

2007), 17.3%(신창환, 2010)에 비해 고학력자 비율이 높은 것으로 나타났다.

가족 내 한 달 수입에 대한 질문을 통하여 특정 응답에 편중되지 않고 다양한 경제수준을 가진 참여자가 골고루 반영되었음이 확인되었으며, 한 달 용돈에 50만원 이상이라는 응답이 30%를 차지하는 것은 용돈을 일정 금액으로 구분지어 사용하기보다 축의금 등을 용돈에 포함시키거나 자신이 생활비를 관리하는 경우 이를 모두 용돈의 범주로 판단하여 응답하는 경향이 반영된 것으로 판단된다. 실제로 표기 응답 옆에 생활비 포함이라고 부연설명을 적어놓거나 완료한 설문지를 본 연구자에게 되돌려주며 첨언하는 응답자도 다수 관찰되었다. 지각된 건강상태는 보통이 47.2%, 건강하다와 매우 건강하다가 32.5%로, 응답자들은 비교적 스스로를 건강하게 인식하고 있는 것으로 나타났다. 설문 유형이 A형은 43.7%, B형은 56.3%로 보고된 점은, 연구 초반에 A형 설문을 실시하고 후반에 B형 설문을 실시하였는데, 초반 설문 시 예상치 못했던 누락이 발생하여 분석에 포함되지 못한 자료가 많은 반면, 후반에서는 누락이 되지 않도록 주의를 기울여 제외된 자료가 상대적으로 적었기 때문이라고 볼 수 있다.

둘째, 고령자의 휴대폰 보급 현황과 스마트기기 대화형 SNS 사용 실태를 살펴보았다. 고령자가 소유한 이동전화는 스마트폰이 46.9%로, 2011년 노인실태조사에서 나타난 0.4%라는 결과 및 강월석(2013)이 2012년 9월에 노인복지관에서 진행한 설문에서 응답자의 10%만이 스마트폰을 사용했다는 보고와 비교해서도 스마트폰 소유자 비율이 큰 폭으로 증가했음이 확인 되었다. 휴대폰 미소유자가 5.1%에 지나지 않는 점을 고려해 볼 때, 휴대폰은 노년층에도 이미 필수품이 되었음을 알 수 있다.

표 2에서 볼 수 있는 바와 같이 ‘소셜 네트워크 서비스(SNS)를 알고 계십니까?’라는 SNS 인식여부에 대한 질문에서 43.6%¹⁾의 응답자가 모른

¹⁾ 무응답이 제외된 유효퍼센트가 아닌, 무응답 비율을 포함한 퍼센트임.

다고 하였으나, 대화형 SNS의 정의와 ‘카카오톡’ 등 해당 예시를 설명한 다음 묻는 질문에서는 전체 응답자 가운데 73%²가 1분 이상 대화형 SNS를 사용한다고 응답하였다. 이는 응답자 가운데 29.4%³(무응답 3%⁴를 대화형 SNS 미사용으로 간주 시 26.4%⁵)가 비록 SNS라는 용어를 알고 있지는 못하더라도 이미 대화형 SNS를 활용하고 있음을 암시하는 결과라 할 수 있다. 이는 고령자들이 스스로 생각하는 것보다 기능을 훨씬 잘 발휘하고 있으나 미처 인식하지 못하고 있을 가능성을 내포하며, 김은희(2004)의 연구에서 고령자의 낮은 자기효능감은 실제 기능상의 감퇴라기보다 고령자의 오해와 잘못된 평가에 따른 결과일 수 있다는 보고와도 맥락을 같이 한다. 또한 스마트기기 사용 시 불편사항에 대한 질문에서 화면의 글씨가 작다거나 작동방법의 어려움과 같은 신체적 불편감보다도 ‘잘 모르는 사람과 메시지를 주고받는 것’을 가장 많이 선택한 것으로 보아, 노년층에서 신체적 기능 저하로 인한 불편감은 더 이상 가장 큰 장애요인이 되지 않음을 알 수 있다.

셋째, 스마트기기(스마트폰, 스마트기기, 스마트폰과 스마트기기) 사용 고령자와 스마트기기 미사용(일반 휴대폰, 기기미사용) 고령자의 차이를 살펴보았다. 그 결과 스마트기기 사용 고령자는 미사용 고령자보다 우울 수준이 낮고, 자기효능감 수준이 높은 것으로 나타났으나 사회적지지 수준의 차이는 나타나지 않았다. 스마트폰과 일반 휴대폰의 가장 큰 차이점 가운데 하나가 인터넷 접속 기능이라는 점을 고려할 때, 인터넷 사용 시 우울수준이 감소하였다는 연구(Cotten, 2014)와 맥락을 같이하는 결과라 할 수 있다. 또한 고령자의 사회참여가 우울에 미치는 영향에 대하여 사회적지지와 자기효능감의 매개효과를 살펴본 연구(김동배, 김상범, 신수민, 2012)에서 사회참여를 통하여 증진된 사회적지지와 자기효능감이 우울감소로 이어지는 매개효과를 가져왔다는 결과와 일부 일치한다.

추가적으로 스마트기기 사용자 가운데 대화형 SNS를 많이 사용하는

사람과 적게 사용하는 사람의 차이가 있는지 살펴보았다. 스마트기기 대화형 SNS 사용을 예측변인으로 설정하고 우울, 자기존중감, 지각된 사회적지지를 각각 준거변인으로 설정하여 검증한 단순회귀분석 결과, 대화형 SNS의 사용 정도에 따라서도 우울수준과 자기효능감 수준에 차이가 있음이 나타났다. 만약 고령자 복지의 일환으로 최신 스마트기기의 보급을 증대 시키고자 한다면, 인력을 확충하고 관련 강좌를 개설하여 스마트기기를 잘 활용할 수 있도록 예산을 배분하는 것 또한 필요하다. 단순히 물리적인 보급률을 늘리는 데에는 한계가 있으나, 기존에 소유한 스마트기기를 잘 활용할 수 있도록 대책을 마련하는 것은 노년기 우울 개선 및 자기효능감 증대에 장기적인 효과를 가져 올 수 있음이 시사되기 때문이다.

지각된 사회적지지 수준이 검증되지 않은 원인으로서는 스마트기기와 일반 휴대폰 간의 구분이 고령자에게는 ‘대화형’의 유무로 분명하게 특징지어지기 어렵다는 데에서 찾을 수 있다. 실제 가족 및 친구와 카카오톡 등으로 3분 이상 이야기 하는 지에 대한 질문에서 ‘전혀 사용 안 함’은 22.7%였으나 ‘매우 자주 사용’은 9.1%로 나타나 고령자들이 대화형 SNS를 대화적 관계로 사용하는 비율이 크지 않았다. 또한 간단한 대화라면 일반 휴대폰의 문자 기능으로도 가능하기 때문에 SNS의 대화적 관계만이 사회적 관계를 반영한다고 할 수 없음을 간과하였다. 설문응답이 대부분 외부에서 활발한 활동을 하는 사람들로 이루어져서, 이미 사회적지지를 많이 느끼는 이들에게는 스마트기기 대화형 SNS를 통한 사회적지지가 그리 큰 영향을 미치지 못한 것일 수 있다.

넷째, 고령자의 스마트기기 대화형 SNS 사용, 우울, 자기효능감 및 지각된 사회적지지 간의 관계를 살펴보았다. 그 결과 스마트기기 대화형 SNS 사용은 우울과 부적 상관성이 있었으며 자기효능감과는 정적 상관성이 있었음이 나타났으나 지각된 사회적지지와는 상관성이 나타나지 않았다. 사

회적지지가 검증되지 않은 원인을 살펴보면, 농촌노인의 우울에 사회적지지가 직·간접효과가 있음을 보고한 연구(김영주, 2009)는 사회적지지 가운데 가족지지가 가장 높고 그 다음으로 같은 마을에 살고 있는 친구 및 이웃이 중요한 지지원으로 작용하나, 상대적으로 친척 지지와 공공기관에서 제공되는 공식적인 지지는 그 정도가 미약하다고 보고하였다. 본 연구에서 밝혀려한 사회적지지는 면대면 상황이 아닌 인터넷을 기반으로 한 원거리 지지로써, 선행연구의 친척지지 및 공식적 지지와 비슷한 위치를 갖는다고 할 수 있다. 따라서 결과가 미미하게 나타난 선행연구와 유사하게 작용하여 매개효과가 검증되지 않았다고 짐작해 볼 수 있다.

다섯째, 스마트기기 대화형 SNS 사용정도를 예측변인으로, 우울을 결과변인으로 설정하여 자기효능감과 지각된 사회적지지가 매개변인으로써 간접적인 효과를 갖는지를 살펴보았다. 그 결과 스마트기기 대화형 SNS의 사용은 우울에 직접적인 감소효과를 가질 뿐 아니라, 자기효능감을 매개하여 영향을 주는 것으로 나타났다. 반면, 스마트기기 대화형 SNS의 사용은 사회적지지에 영향을 미치지 않았는데, 이는 이미 충분한 사회적지지를 지각하고 있는 참여자들은 스마트기기 대화형 SNS의 사용여부에 따라 영향 받을 가능성이 적다는 점을 원인으로 들 수 있다.

2. 연구의 제한점과 제언

본 연구의 제한점과 그에 따른 제언은 다음과 같다.

첫째, 사용 척도에 다소 오류가 있었다. 연구 진행 시 일반 휴대폰 소유 고령자가 스마트기기 사용 척도를 작성하는 경우가 종종 있었는데, 이는 SNS를 문자와 혼동한 데에서 발생한 것일 수 있다. 추후에 일반 휴대폰 사용자의 활용도도 반영될 수 있도록 심층 연구가 진행된다면 고령자의 휴대폰 및 스마트기기 활용을 더 깊이 이해할 수 있게 될 것이다. 스마트기기 사용 척도에서 고령자가 갖고 있는 기기를 질문하였는데, 갖고 있는 것을 사용할 것이라는 전제하에 연구가 진행되었으나, 엄밀히는 갖고 있는 것은 사용하는 것과 다르므로 구분이 필요하다는 것을 간과하였다. 따라서 추후 본 연구에 사용된 스마트기기 사용 척도를 활용할 연구자는 요인이 좀 더 정확히 측정될 수 있도록 문항을 수정할 필요가 있다. 사회적지지 척도에는 역문항이 없어 문항을 제대로 읽지 않고 한 줄로 응답하는 응답자를 가려내기가 어려웠다. 또한 40문항으로 구성된 한국형 노인우울검사는 우울 측정에는 전혀 무리가 없었으나 설문 응답 시 고령자들이 몇몇 문항에 의문을 갖는 경우가 있었다. 후속연구에서는 문항이 더 매끄럽게 다듬어져 응답이 용이하며 문항수가 줄어 시간도 단축될 수 있는 30문항 구성의 한국형 노인우울검사(정인과, 곽동일, 조숙행, 이현수, 1997)를 활용하기를 권한다.

둘째, 설문의 배부 방식에 개선이 필요하다. 설문의 집중도 저하로 인한 척도상의 차이를 사전에 방지하고자 지필 설문 유형을 두 가지로 진행하려는 연구자는, 혹시 발생할 수도 있는 연구 초반의 미흡함으로 인해 응답 누락의 우려가 있으므로 A형 설문 실시 후 B형 설문을 실시하는 방식보다 A형과 B형 설문을 동시에 진행하는 것이 바람직하다.

셋째, 고령자의 응답이 대부분 자기보고식으로 이루어져, 각각 다른 개

념으로 이해했을 우려가 있다. 고령자에게 설문을 할 때에는 일반적으로 널리 알려진 용어라 하더라도 주요한 개념이라면 해당 용어의 정의를 다시 한 번 풀어서 설명하는 것이 필요하다. 이로써 고령자가 주요 개념을 더 잘 이해하고 연구에 참여하여, 몰입도와 응답 수준이 높아질 수 있다. 또한 여성고령자들이 부적절한 결과에 대한 원인 제공자를 솔직하게 답변하기보다 자신 스스로가 원해서라고 응답하거나 '기타'등에 응답하여 자세한 응답을 회피하는 특성이 있음을 제안한 연구(남기민, 정은경, 2009)에서와 같이, 노년층의 응답은 다른 연령층의 응답처럼 직접적이지 않을 수 있음을 고려하여 가능한 한 솔직한 답변이 도출될 수 있도록 설문 구성에 신경을 써야하며 해석에도 신중을 기하는 것이 필요하다. 본 연구자의 설문을 예로 들면, 인구 통계학적 설문에서 '용돈'에 대한 질문보다 '생활비'에 대한 질문이 더 적절했을 것으로 판단된다.

넷째, 응답자가 편중되어 연구 결과를 일반화하기에는 무리가 있다. 스마트폰 사용 고령자와 일반 휴대폰 사용 고령자는 조사 대상을 구하기 어렵지 않았지만, 스마트폰을 사용하지 않고 스마트기기만을 사용하는 고령자, 스마트폰과 스마트기기 모두 사용하는 고령자 및 기기 미사용 고령자는 대상자를 찾기가 어려워 사례수의 차이가 매우 크게 나타나 정확한 검증에 제약이 있었다. 또한 선행 연구에 비하여 고학력자가 월등히 많으므로 일반화에 주의가 필요하다. 사례수가 충분치 않아서 구조방정식을 적용하지 못하였고, 홀로 거주하는 고령자의 특성을 구체적으로 검증하지 못하였다. 앞으로 진행될 관련 연구는 사례수를 충분히 확보할 필요가 있으며 다양한 배경을 가진 고령자 뿐 아니라 사회활동이 활발하지 않은 재가노인을 대상으로 삼는다면, 본 연구에서 밝혀지지 않은 사회적지지에 대한 검증도 가능하리라 기대한다.

3. 연구의 의의

몇 가지 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의를 지닌다.

첫째, 본 연구는 고령자를 대상으로 스마트기기 사용 실태 및 대화형 SNS 사용이 우울에 미치는 영향을 연구한 최초의 시도라는 점에서 의의가 있다. 고령자 관련 연구는 타 연령층 연구에 비해 턱없이 부족한 실정이며, 특히 우리나라는 세계에서 가장 빠르게 스마트기기가 보급되고 있으므로 이에 대한 발 빠른 연구는 향후 국내 뿐 아니라 전 세계적인 흐름을 살펴보는 데 있어서도 소중한 경험적 자료가 될 것이다.

둘째, 고령자 우울에 스마트기기 및 스마트기기 대화형 SNS의 활용이 효과가 있음을 밝혀, 향후 고령자 우울감소에 다각적인 접근을 시도할 수 있는 가능성을 제시하였다.

셋째, 고령자의 가능성은 고령자 스스로 및 타 연령층이 생각했던 것보다 더 높음을 알리는 계기가 되었다. 대중 매체를 통해 제시되는 모델 뿐 아니라 타인의 행동과 사회적 상호작용 또한 중요한 학습 요인이 된다는 사회학습이론(Bandura, 2001; Bandura, 1971, pp5-8)에서처럼, 고령자 또한 성취수준을 향상시킬 수 있음을 인식했을 때 고령자 스스로도 자신의 효능감에 대하여 재고할 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구의 결과는 고령자에게 있어서 지각된 사회적지지는 원거리보다 면대면의 근거리 장면에서 더 효과가 있을 수 있음을 시사한다. 신체적 기능수준은 더 이상 고령자에게 가장 중요한 요인이 아니며, 이는 고령자에 대한 보건 의료서비스가 신체적 측면 뿐 아니라 정신보건 측면에서도 통합적으로 이루어져야 한다는 연구(김영주, 2009)의 제안을 지지하는 결과라 할 수 있다.

마지막으로, 아늑한 사람이 되려고 노력 할수록 더욱 같은 상태에 머물게 되는 ‘변화의 역설적 이론(Beisser, 1970)’을 적용하면, 한 개인은 노화를

거부할수록 더욱 노화에 머물게 된다. 또한 역으로 젊은 상태에 남아 있으려 할수록 그 사람은 변화하는 환경과의 관계에서 변하게 된다(Yontef, 2008 pp50). 우리나라는 젊음에 대한 애정이 각별하여 전 연령계층이 노화의 수준을 낮추거나 줄이는 데에 큰 관심을 갖고 있다. 그러나 세월의 흔적을 없애려 노력하기보다 다가오는 고령사회를 맞이하여 살아온 세월을 있는 그대로 수용하고 받아들인다면, 고령자의 삶 또한 청장년의 삶과 다를 바 없이 게슈탈트 상담에서 말하는 ‘지금 여기’를 충분히 알아차리고 머무르게 될 것이다. 이에 고령자의 현 상태를 살피고 앞으로의 방향을 제시하는 데에 본 연구가 밑거름이 되리라 기대한다.

참 고 문 헌

- 강선경 (2009). 자기효능감과 사회적 지원이 우울증 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. **한국노년학**, 29(2), 629-643.
- 강월석 (2013). **스마트폰 정보활용과 이용성과가 노인의 삶의 만족도에 미치는 영향**. 호서대학교 벤처전문대학원 박사학위논문
- 강요한, 김교진, 신상희, 안병진, 황병일, 홍승권 (2006). 연령 별 휴대 전화 메뉴 사용현황 분석. **대한인간공학회 학술대회논문집**, 410-414.
- 강윤희, 김미영, 이건정, 정덕유, 마예원 (2012). 지역사회 노인의 사회적 지지, 고독감, 수면의 질, 지각된 건강상태에 관한 연구. **한국보건간호학회지**, 26(2), 303-313.
- 강현욱, 김지태 (2009). 노인의 지각된 사회적지지와 자기효능감이 건강증진행위에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(3), 57-68.
- 고민석, 서인균 (2011). 노인의 건강상태가 스트레스와 우울에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절효과. **대한보건연구**, 37(1), 1-14.
- 권태연 (2009). 노년기 연소노인, 중고령노인, 초고령노인 집단의 스트레스 요인과 자아존중감이 우울에 미치는 영향-자아존중감 2요인의 매개효과를 중심으로. **사회복지연구**, 40(1), 163-196.
- 김경호, 김지훈 (2008). 노인의 우울이 삶의 만족도에 미치는 효과: 자아존중감의 매개효과 중심으로. **가족과 문화**, 20(4), 95-116.
- 김광일 (1977). 우울증의 증후학적 연구. 제 1 편: Hamilton 우울증측정표의 적응을 위한 연구. **신경정신의학**, 16(1), 36-45.
- 김균, 김양은, 김건우, 김도희 (2011). **고령화 시대 노인층의 미디어 이용행태 및 지원방안 연구**. 서울: 한국언론진흥재단.
- 김동배, 김상범, 김세진 (2011). 서울지역 장, 노년층의 인터넷활용능력,

- 대인관계능력, 사회활동에 관한 연구: 잠재평균분석을 활용한 집단비교. **한국노년학**, 31(3), 733-749.
- 김동배, 김상범, 신수민 (2012). 무배우자 노인의 사회참여가 우울에 미치는 영향: 사회적 지지와 자아효능감의 매개효과. **한국노년학**, 32(1), 289-303.
- 김동배, 신수민, 정규형 (2012). 노년기 자원봉사참여유형이 우울에 미치는 영향-자아통합감의 매개효과를 중심으로. **노인복지연구**, 57, 7-28.
- 김미정 (2014). **노인의 자아실현 예측모형**. 경희대학교 박사학위논문.
- 김민희, 민경환 (2004). 노년기 정서경험과 정서조절의 특징. **한국심리학회지: 일반**, 23(2), 1-21.
- 김신열, 김순규, 서효정 (2011). 배우자 사별노인의 우울과 적응유연성: 사회적지지의 매개효과 검증. **보건사회연구**, 31(3), 165-196.
- 김신열, 장영은, 서효정 (2011). 노인의 결혼만족도가 자살생각에 미치는 영향: 노년기 우울을 매개로 하여. **한국노년학**, 31(2), 305-319.
- 김영주 (2009). 농촌노인의 우울에 대한 사회적지지의 매개효과. **노인복지연구**, 46, 77-104.
- 김옥희 (2013). 사회적 지지와 동거여부가 노인의 정신건강에 미치는 영향. **사회과학연구**, 22, 234-255.
- 김윤정, 최혜경 (2000). 연구논문: 사회적 지지로서의 노인부양. **한국노년학**, 20(1), 209-223.
- 김은희 (2004). **노인의 사회적지지와 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향**. 대구대학교 석사학위논문.
- 김재현 (2013). **노인들의 여가 참여특성에 따른 우울감, 사회적응, 여가 만족, 삶의 만족에 관한 연구**. 전남대학교 박사학위논문.
- 김정희, 김옥, 김숙향, 이경준 (2014). 노인의 사회적 지지가 노화불안에 미치는 영향과 자아존중감의 매개효과. **노인복지연구**, 64, 323-343.

- 김태훈 (2013). **노인의 주관적 노후준비에 영향을 미치는 요인**. 경기대학교 석사학위논문.
- 김현순, 김병석 (2007). 자아존중감이 노인의 스트레스와 우울의 관계에 미치는 매개효과. **한국노년학**, 27(1), 23-37.
- 김희년, 서홍란 (2010). 자기효능감이 요보호독거노인의 우울수준에 미치는 영향에 관한 연구. **노인복지연구**, 48, 59-82.
- 김희주, 주경희 (2008). 한국적 성공적 노후척도를 활용한 노인의 삶의 만족에 관한 연구. **한국노인복지학회, 통권**, (41), 125-158.
- 남기민, 정은경 (2011). 여성독거노인들이 인지한 사회활동과 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향: 우울과 죽음불안의 매개효과를 중심으로. **노인복지연구**, 52, 325-348.
- 문남숙, 남기민 (2008). 노인의 죽음준비도와 성공적 노화의 관계-우울 및 죽음불안의 매개효과를 중심으로. **한국노년학**, 28(4), 1227-1248.
- 문미향 (2012). **부모의 미디어에 대한 인식과 영아의 미디어 사용실태에 관한 연구**. 울산대학교 석사학위논문.
- 민성길, 김경희 (1978). 우울증에서 보는 신체증상에 관한 연구. **신경정신의학**, 17, 149-154.
- 박경민 (1994). **자기효능감과 사회적지지에 따른 노년기 우울에 관한 연구**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박미진 (2007). 여성노인의 스트레스와 우울의 관계에서 강점과 사회적 지지의 완충효과. **한국심리학회지: 여성**, 12(2), 197-211.
- 박순미 (2011). 노인의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향-사회참여와 경제활동의 매개효과와 조절효과를 중심으로. **노인복지연구**, 53, 305-332.
- 박은숙, 김순자, 김소인, 전영자, 이평숙, 김행자, 한금선 (1998). 노인의 건강증진행위 및 삶의 질에 영향을 미치는 요인. **대한간호학회지**,

28(3). 638-649

- 박창희, 장석준 (2013). 노년층 스마트 미디어와 디지털 복지. **언론학 연구**, 17(4), 79-105.
- 박현숙, 박용순 (2013). 고령자의 직무만족도가 삶의 만족도에 미치는 영향연구: 사회적 지지의 매개효과 및 혼인여부의 조절효과를 중심으로. **노인복지연구**, 61, 85-110.
- 방영숙, 남기민 (2009). 노인의 성태도와 성욕구 대처행동이 주관적 행복감에 미치는 영향-건강과 우울의 매개효과를 중심으로. **노인복지연구**, 46, 215-238.
- 배정미, 김희현, 양미경, 김희진, 김정희, 임현희 (2013). 한국 노인의 스트레스와 관리방안. **한국위기관리논집**, 9(3), 175-194.
- 배진희 (2009). 고령노인의 일상생활기능 저하가 우울에 미치는 영향-사회활동참여와 노인학대의 매개효과를 중심으로. **한국노년학**, 29(1), 353-368.
- 백지은, 최혜경 (2005). 한국노인들이 기대하는 성공적인 노화의 개념, 유형 및 예측요인. **한국가정관리학회지**, 23(3), 1-16.
- 백학영. (2006). 저소득 독거노인의 빈곤 경험에 관한 질적 연구. **사회복지연구**, 31, 5-39.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(4), 1147-1168.
- 서현미 (2001). **노인의 건강증진행위 모형 구축**. 서울대학교 박사학위논문.
- 성혜영, 조희선 (2006). 연구논문: Rowe 와 Kahn 의 구성요소를 활용한 성공적 노화 모델. **한국노년학**, 26(1), 105-123.
- 신경은 (2014). **가상현실 게임이 노인 뇌졸중 환자의 우울, 대인관계, 삶의 만족도에 미치는 효과**. 동신대학교 대학원 석사학위논문.

- 신성일, 김영희 (2013). 노인의 삶의 질에 관련된 변인들의 메타분석. **상담학연구**, 14(6), 3673-3690.
- 신창환 (2010). 삶의 특성이 노인우울에 미치는 영향에 관한 연구: 삶의 만족도의 매개효과를 중심으로. **한국노년학**, 30(2), 453-469.
- 오인수 (2002). 일반적 자기효능감: 개념, 측정관련 이슈와 인적자원관리 측면의 시사점. **한국심리학회지: 산업 및 조직**, 15(3), 49-72.
- 윤순덕, 한경혜 (2004). 농촌노인의 생산적 활동과 심리적 복지. **한국노년학**, 24(2), 57-77.
- 이금룡 (2005). 컴퓨터/인터넷 활용이 노년기 적응과정에 미치는 영향에 대한 탐색적 연구, **한국인간발달학회 학술대회지**, 2005(1), 79-101
- 이복자, 명승환 (2010). 노인의 인터넷활용과 사회적 네트워크에 관한 탐색적 연구: 광역시를 중심으로. **지방정부연구**, 14(3), 269-293.
- 이사명 (2012). **노년층의 인터넷 이용에 따른 사회 심리적 경험연구**. 건국대학교 석사학위논문.
- 이영자, 김태현 (1999). 단독가구 노인의 스트레스와 우울감-사회적 지지의 완충효과를 중심으로. **한국노년학**, 19(3), 79-93.
- 이인정. (2007). 남녀노인의 우울, 삶의 만족에 대한 심리사회적 요인들의 영향의 차이에 관한 연구. **노인복지연구**, 36, 159-179.
- 임은실 (2003). **저소득 재가노인의 신체적 기능, 우울 및 사회적지지가 삶의 질에 미치는 영향**. 연세대학교대학원 석사학위논문.
- 임주영 (2001). **노인이 지각한 주관적 안녕감과 애착 유형, 사회적 지지와의 관계**. 경북대학교 석사학위 논문.
- 장미옥 (2004). 노인들의 인터넷 이용후의 만족이 사회활동에 미치는 영향. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 7(3), 133-154.
- 장수지, 이재정 (2010). 노년기 컴퓨터 이용과 사회활동참여: 전기 노인의

- 컴퓨터 이용형태에 따른 분석. **한국사회복지학**, 62(3), 353-374.
- 전희선 (2013). 고령화 사회에서의 선거공약 19 대 총선에서 나타난 일자리 관련 공약을 중심으로. **지방자치연구**, 16, 105-132.
- 정영미 (2007). 여성노인의 우울에 따른 건강상태 및 우울관련 요인. **한국노년학**, 27(1), 71-86.
- 정옥분, 임정하, 정순화, 김경은 (2013). 노년기 사회적 자원이 성공적 노화에 미치는 영향 - 개인적 자원의 매개 효과를 중심으로. **인간발달연구**, 20(1), 79-99.
- 정인파, 곽동일, 조숙행, 이현수 (1997). 한국형 노인우울검사 (Korean Form of Geriatric Depression Scale, KGDS) 표준화 연구. **노인정신의학**. 대한노인정신의학회, 1(1).
- 정인파, 곽동일, 조숙행, 이현수 (1998). 한국형 노인 우울검사 (KGDS) 표준화에 대한 예비연구. **신경정신의학**, 37(2), 340-351.
- 주태하 (2011). **사회적지지, 자기효능감, 스트레스가 노인 우울에 미치는 영향 : 가구유형별 비교연구**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 채수원, 오경옥 (1991). **노인의 사회적 지지와 삶의 질에 관한 연구**. 충남대학교 석사학위논문.
- 최경애 (2013). 노인 정보화교육의 참여동기, 지속동기, 학습지속유형에 관한 연구. **교육연구논총**, 34(1), 65-90.
- 최아름, 정홍주 (2013). 노인의 삶의 질 결정요인에 관한 한일비교 연구. **보건과 사회과학**, 33, 189-217.
- 하경분, 송선희 (2013). 노인의 일상적 스트레스 및 사회적 지지와 심리적 복지감과의 관계 연구. **한국콘텐츠학회논문지**, 13(7), 278-289.
- 한준상 (2002). 신고령사회 노인교육의 패러다임: 노인세력의 힘과 노인의 평생학습력. *Andragogy Today: International Journal of Adult & Continuing Education*, 5(1), 1-21.

- 황영희 (2012). 프랑스의 고령화와 노인교육현황 고찰. *21세기사회복지연구*, 9(2), 153-177.
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*, New York: General Learning Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, New York: W.H.Freeman.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media psychology*, 3(3), 265-299.
DOI: 10.1207/S1532785XMEP0303_03
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173.
<http://www.public.asu.edu/~davidpm/classes/psy536/Baron.pdf>에 서
2014. 11. 25. 자료 얻음.
- Beisser, A. (1970). *The Paradoxical Theory of Change*. Gestalt Therapy Now, ed. J. Fagan & I.L. Shepherd, Harper & Row, New York.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological bulletin*, 112(1), 155.
- Cotten, S. R., Ford, G., Ford, S., and Hale, T. M. (2014). Internet Use and Depression Among Retired Older Adults in the United States: A Longitudinal Analysis. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*,
DOI:10.1093/geronb/gbu018.
- 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.

[http://www.unc.edu/~curran/pdfs/Curran,West%26Finch\(1996\).pdf](http://www.unc.edu/~curran/pdfs/Curran,West%26Finch(1996).pdf)에서 2014. 11. 25. 자료 얻음.

Doryab, A., Min, J. K., Wiese, J., Zimmerman, J., & Hong, J. (2014). Detection of Behavior Change in People with Depression. In *Workshops at the Twenty-Eighth AAAI Conference on Artificial Intelligence*.

<http://www.aaai.org/ocs/index.php/WS/AAAIW14/paper/viewFile/8850/8303>에서 2014. 12. 24. 자료 얻음.

Hinrichsen, G. A., Clougherty, K. F. (2012). 노인우울증의 대인관계 치료 (임기영, 김지혜 역). 서울: 학지사. (원전은 2006에 출판)

House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, *241*(4865), 540-545.

<http://www.fundacion-salto.org/documentos/Social%20relationships-Health,%20Science,%201988.pdf>에서 2014. 8. 12. 자료 얻음.

Louie, W. Y., Han, R., & Nejat, G. (2013). Did Anyone Say BINGO: A Socially Assistive Robot to Promote Stimulating Recreational Activities at Long-Term Care Facilities. *Journal of Medical Devices*, *7*(3), 030944.

Ly, H. (2014). Smartphone-Supported Versus Regular Face-to-Face Behavioral Activation Treatment for Depression: a Randomized Controlled Non-Inferiority Trial. In *Medicine 2.0 Conference*. JMIR Publications Inc., Toronto, Canada. [Abstracts]

<http://www.medicine20congress.com/ocs/index.php/med/med2014/paper/view/2112>에서 2014. 12. 25. 자료 얻음.

Maunsell, E., Brisson, J., & Deschenes, L. (1995). Social support and survival among women with breast cancer.

CANCER-PHILADELPHIA, 76, 631-631.

[http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1097-0142\(19950815\)76:4%3C631::AID-CNCR2820760414%3E3.0.CO;2-9/pdf](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1097-0142(19950815)76:4%3C631::AID-CNCR2820760414%3E3.0.CO;2-9/pdf)에서 2014. 8. 12. 자료 얻음.

Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological reports*, 51(2), 663-671.

http://www.researchgate.net/profile/Mark_Sherer/publication/259982132_The_Self-efficacy_Scale_Construction_and_validation/links/02bfe50fda7607fa2e000000.pdf?ev=pub_ext_doc_dl&origin=publication_detail&inViewer=true에서 2014. 11. 18. 자료 얻음.

Yalom, I.D., Leszcz, M. (2008). **최신 집단정신치료의 이론과 실제**. (최해림, 장성숙 역). 서울: 하나의학사. (원전은 2005에 출판)

Yesavage, J. A., Brink, T. L., Rose, T. L., Lum, O., Huang, V., Adey, M., & Leirer, V. O. (1983). Development and validation of a geriatric depression screening scale: a preliminary report. *Journal of psychiatric research*, 17(1), 37-49.

http://ac.els-cdn.com/0022395682900334/1-s2.0-0022395682900334-main.pdf?_tid=aa91a674-8f7e-11e4-abe2-00000aacb362&acdnat=1419873671_641ff858fba0640ae981ee2b69c6fcf5에서 2014. 8. 15. 자료 얻음.

Yontef, G. M. (2008). **알아차림, 대화 그리고 과정**. (김정규, 김영주, 심정아 역). 서울: 학지사. (원전은 1988에 출판)

네이버 지식백과 검색어: SNS (검색일: 2014년 9월 30일)
<http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1526243&cid=42171&categoryId=42180> (SNS 사용척도 6번에 인용)

미래창조과학부 (2013). 2013 정보문화실태조사. <http://www.msip.go.kr>

방송통신위원회 (2011). 방송매체이용행태조사 : 개인매체 보유현황

http://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=164&tblId=DT_002&conn_path=I2

방송통신위원회 (2013). 2013년 방송매체이용행태조사 결과발표.

<http://www.kcc.go.kr/user.do?mode=view&page=A05030000&dc=K0000001&boardId=1113&boardSeq=37432>

보건복지부 (2005). 2004년 전국 노인실태 및 복지욕구조사 보고서.

<http://stat.mw.go.kr/front/statData/publicationView.jsp?menuId=41&bbsSeq=7&nttSeq=267&searchKey=&searchWord=&nPage=5>

보건복지부 (2009). 2008년 노인실태 보고서.

<http://stat.mw.go.kr/front/statData/publicationView.jsp?menuId=41&bbsSeq=7&nttSeq=12031&searchKey=&searchWord=&nPage=3>

보건복지부 (2012). 2011년도 노인실태조사. <http://stat.mw.go.kr>

보건복지부 (2014). 2014년도 노인실태조사 조사표.

<http://meta.narastat.kr/metasvc/svc/SvcMetaDcDtaPopup.do?orgId=17&confmNo=11771>

여성가족부 (2010). 2010년 제2차 가족실태조사. <http://meta.narastat.kr>

위키백과 검색어: 스마트폰 (검색일: 2014년 8월 12일)

<http://ko.wikipedia.org/wiki/%EC%8A%A4%EB%A7%88%ED%8A%B8%ED%8F%B0>

통계청 (2011). 장래인구추계: 2010-2060. <http://kostat.go.kr>

Google (2013). Our Mobile Planet. 한국 모바일 소비자의 이해. 2013년 5월 <http://think.withgoogle.com/mobileplanet/ko/downloads/>

UN. (2011). *World Population Prospects: The 2010 Revision, Highlights and Advance Tables*. Working Paper No ES/P/WP. 220. New York: United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division.

ABSTRACT

The Effects of Interactive SNS Usage of Smart Devices on Depression in the Elderly: The Mediating Effect of Self Efficacy and Social Support

Chey, Yun Hui

Department of Psychology

Graduate School of

Sungshin University

The purpose of this study was to examine the relationship between interactive SNS usage of smart devices and depression in the elderly, and to investigate the mediating effect of self efficacy and social support on the relationship. Smart Devices Usage Scale, Self Efficacy Scale, Social Support Scale, Korean Form of Geriatric Depression Scale, and Demographic Questionnaires survey was conducted. A total of 254 cases were included for this study, and 133 cases were included for the final regression analysis. The results of this study are as follows:

First, the smart devices using group was low level of depression, and high level of self efficacy than the smart devices unused group.

In addition, interactive SNS use of smart devices that showed to be related also to lower depression levels to increase self efficacy. Second, interactive SNS use of smart devices was found to have statistically significant positive correlation with self efficacy. Also interactive SNS use of smart devices, self efficacy, and perceived social support were found to have statistically significant negative correlation with depression. Third, the mediating effect of self efficacy on depression was statistically significant. The limitations of this study are discussed along with some suggestions for future research and strategies.

Key words: elderly, depression, smart devices, Smart phone, SNS,
self efficacy, social support, mediating effect

부 록

부록 I. 스마트기기 SNS 사용 척도

부록 II. 자기효능감 척도

부록 III. 사회적지지척도

부록 IV. 한국형 노인우울검사

부록 V. 인구통계학적 질문지

안녕하십니까?

저는 성신여자대학교 대학원 심리학과에 재학 중인 학생입니다.

어르신들께 드리는 본 설문지는 어르신들이 스마트폰, 갤럭시 탭, 아이패드 등 각종 스마트기기를 사용함으로써 달라지는 점이 있는지를 연구하기 위하여 제작되었습니다.

설문지 작성에는 약 30~40분 정도가 걸리며, **설문에는 옳거나 그른 정답이 없으므로 어르신의 평소 생각을 솔직하게 표시해주시면 됩니다.** 혹시 답변이 곤란한 질문이 있다면 응답하지 않으셔도 되며, 언제든지 설문을 그만두실 수도 있습니다만, 해당하는 모든 설문에 빠짐없이 응답해 주신다면 연구에 매우 큰 도움이 될 것입니다.

본 연구에서는 개인의 신원을 파악할 수 있는 정보(예: 주민등록번호)는 수집하지 않으며, 작성해주신 모든 응답은 익명으로 처리되고 자료는 단지 연구 목적으로만 사용될 것을 약속합니다.

설문 작성을 완료해 주신 분께는 연구 참여에 대한 감사의 표시로 소정의 선물을 드립니다. 또한 본 연구에 대하여 궁금하신 점이 있다면 언제든지 아래 연구자에게 연락 주시기 바랍니다.

귀한 시간을 내어 연구에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

연구자 소 속: 성신여자대학교 대학원 심리학과

연구자 성 명: 최 윤 희

연구자 연락처: 010-0000-2046

“위에 기술된 내용을 읽어보았으며, 이 연구 참가에 동의합니다.”

날짜: 2014 년 월 일

성명:

서명:

본 연구의 참여에 동의하신다면 다음 쪽으로 넘겨 설문 작성을 시작해 주십시오.

주. 연구에 사용된 설문지는 고령자의 가독성을 고려하여 글자크기 13으로 구성하였으며 본 설문지는 논문 편집용지에 맞추어 사용 설문지에서 글자크기만을 10으로 줄인 것임.

※ 아래 해당하는 사항에 ✓ 표시 해 주세요.

1. 어르신께서 가지고 계신 것은 무엇입니까?

- ① 스마트폰
- ② 스마트기기(갤럭시 탭, 아이패드 등)
- ③ 스마트폰과 스마트기기 모두 있음
- ④ 일반 핸드폰만 있음 (⇒ 4쪽 설문으로 이동: 2,3쪽 설문은 안 하셔도 됩니다)
- ⑤ 없음 (⇒ 4쪽 설문으로 이동: 2,3쪽 설문은 안 하셔도 됩니다)

※ 다음은 어르신의 스마트폰 및 스마트기기 사용에 관한 질문입니다.

2. 스마트기기를 사용하신지는 얼마나 되었습니까?

- ① 6개월 미만 ② 6개월~1년 ③ 1년~1년 반 ④ 1년 반~2년 ⑤ 2년 이상

3. 스마트기기를 얼마나 자주 사용하십니까?

- ① 전혀 사용 안 함 ② 약간 사용 ③ 보통 ④ 자주 사용 ⑤ 매우 자주 사용

4. 스마트기기를 하루에 몇 분 동안 사용하십니까? (약 _____ 분)

5. 소셜 네트워크 서비스(SNS)를 알고 계십니까? (예 / 아니오)

6. 개인이 다른 가입자들과 인터넷으로 대인관계 및 정보교류를 맺도록 하는 시스템을 소셜 네트워크 서비스(SNS)라고 합니다. 카카오톡, 라인, 마이피플 등은 실시간으로 대화가 가능하여 대화형 SNS라고 부릅니다.

어르신께서는 대화형 SNS를 하루에 몇 분 동안 사용하십니까? (약 _____ 분)

7. **카카오톡 등으로 받은 메시지를 얼마나 자주 확인하십니까?**

사용 빈도와 가장 적합한 칸에 ✓ 표시해 주십시오.

문 항	전혀 사용 안함	약간 사용	보통	자주 사용	매우 자주 사용
1) 받은 메시지를 확인한다.	1	2	3	4	5
2) 메시지에 포함된 링크(인터넷 화면으로 연결되는 주소)를 방문한다.	1	2	3	4	5
3) 메시지에 포함된 동영상(TV같은 영상)을 시청한다.	1	2	3	4	5

8. **카카오톡 등으로** 메시지를 얼마나 자주 보내십니까?
사용 빈도와 가장 적합한 난에 표시해 주십시오.

문 항	전혀 사용 안함	약간 사용	보통	자주 사용	매우 자주 사용
1) 가족 및 친구에게 받은 메시지를 그대로 전달한다.	1	2	3	4	5
2) 내가 직접 작성한 메시지를 보낸다.	1	2	3	4	5
3) 메시지를 보낼 때 이모티콘(그림문자)을 사용한다.	1	2	3	4	5
4) 내가 직접 선택한 사진을 보낸다.	1	2	3	4	5
5) 내가 직접 링크(인터넷 화면으로 연결되는 주소)를 추가하여 보낸다.	1	2	3	4	5
6) 가족 및 친구와 간단한 안부를 주고받는다.	1	2	3	4	5
7) 가족 및 친구와 카카오톡 등으로 3분 이상 이야기한다.	1	2	3	4	5

9. 카카오톡 등을 사용하는 이유가 무엇입니까? 가장 중요한 것 2개만 선택해 주세요.

- ① 동영상이나 소식 등 흥미로운 내용
- ② 범죄 예방법 등 유용한 정보
- ③ 떨어져 있는 가족 및 친구와 연락
- ④ 세상의 흐름에 뒤처지지 않음
- ⑤ 기타()

10. 카카오톡 등을 사용하시기에 불편한 점은 무엇입니까?
해당되는 것에 모두 표시해 주세요.

- ① 메뉴 설정이나 작동 방법
- ② 화면의 글씨가 작음
- ③ 읽고 싶지 않을 때 메시지를 주고받는 것
- ④ 잘 모르는 사람에게 메시지를 받는 것
- ⑤ 기타()

※ 다음은 어르신이 스스로를 어떻게 생각하시는 지에 관한 질문입니다.
 각 문항을 읽고 어르신 생각과 가장 적합한 항목에 ✓ 표시해 주세요.

항 내 용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	대체로 그렇다	매우 그렇 다
1. 나는 어떤 계획을 세울 때 그 계획을 이룰 수 있다고 확신한다.	1	2	3	4
2. 나는 어떤 일을 한번 시도해서 해내지 못하면 해낼 때까지 계속 시도한다.	1	2	3	4
3. 나는 스스로 중요한 목표를 세웠을 때 그 목표들을 성취한다.	1	2	3	4
4. 나는 일을 끝내기도 전에 포기한다.	1	2	3	4
5. 나는 어려움이 닥치면 피해버린다.	1	2	3	4
6. 나는 어떤 일이 복잡해 보이면 시도해보려는 생각조차 않는다.	1	2	3	4
7. 나는 즐겁지 못한 일이라도 그것을 끝낼 때까지 매달린다.	1	2	3	4
8. 나는 무언가 하려고 하면 바로 그 일을 착수 한다.	1	2	3	4
9. 나는 새로운 것을 배울 경우 초기에 성공적이지 못하면 곧 포기한다.	1	2	3	4
10. 나는 예기치 못한 문제가 생겼을 때 그것을 잘 처리하지 못한다.	1	2	3	4
11. 나는 새로운 일이 너무 어려워 보이면 배우려고 시도하지 않는다.	1	2	3	4
12. 나는 실패했을 때 더욱 열심히 한다.	1	2	3	4
13. 나는 일을 해내는 내 능력에 대해 확신하지 못한다.	1	2	3	4
14. 나는 내 자신을 믿는다.	1	2	3	4
15. 나는 쉽게 포기한다.	1	2	3	4
16. 나는 일상생활에서 일어나는 대부분의 문제 를 처리할 능력이 있다.	1	2	3	4

※ 다음은 **어르신이 평소 주위 사람들에 대해 어떻게 느끼시는지** 알아보려고 하는 것입니다. **가까운 가족 또는 친구를 떠올리신 다음, 어르신이 그 분께 느끼는 것과 가장 가까운 난에 ✓ 표시해 주십시오.**

문 항	그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	가끔 그렇다	대체로 그렇다	항상 그렇다
1. 기분이 좋을 때 그 기분을 함께 나눈다.	1	2	3	4	5
2. 외로울 때 같이 이야기 한다.	1	2	3	4	5
3. 속상할 때 위로해 준다.	1	2	3	4	5
4. 어려움에 처해 있을 때 관심을 가지고 걱정해 준다.	1	2	3	4	5
5. 걱정거리가 있을 때 그것에 대해 이야기 해 준다.	1	2	3	4	5
6. 마음 놓고 믿고 의지한다.	1	2	3	4	5
7. 나를 인격적으로 존중해 준다.	1	2	3	4	5
8. 나의 의견을 존중해주고 대체로 받아들인다.	1	2	3	4	5
9. 성인병에 대한 정보를 제공해 준다. (식이요법, 운동, 민간요법)	1	2	3	4	5
10. 어떤 선택을 해야만 할 때 합리적인 결정을 내릴 수 있게 조언해 준다.	1	2	3	4	5
11. 쇼핑(좋은 물건, 싸게 파는 곳)이나 한의원에 관한 정보를 제공 해 준다.	1	2	3	4	5
12. 내가 필요하다고 하면 아무리 큰돈이라도 마련해 준다.	1	2	3	4	5
13. 내가 필요로 하는 물건이 있으면 언제라도 사다 준다.	1	2	3	4	5
14. 내가 몸져 누워 있을 때 병 수발을 해 준다.	1	2	3	4	5
15. 필요시 병원비나 약값을 대 준다.	1	2	3	4	5
16. 내가 취한 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가해 준다.	1	2	3	4	5
17. 내가 가치 있는 존재임을 인정 해 준다.	1	2	3	4	5
18. 집안일(화초관리, 청소, 음식 솜씨, 간단한 집 손질)에 자부심을 가질 수 있게 인정해 준다.	1	2	3	4	5

※ 다음은 어르신이 평소 느끼는 기분에 대한 질문입니다. 각 문항을 읽고 어르신과 가장 적합한 항목에 표시해 주세요.

문 항		반응	
1	쓸데없는 생각들이 자꾸 떠올라 괴롭다	예	아니오
2	아무 것도 할 수 없을 것처럼 느낀다	예	아니오
3	안절부절 하고 초조한 때가 자주 있다	예	아니오
4	밖에 나가기보다는 주로 집에 있으려 한다	예	아니오
5	앞날에 대해 걱정한 때가 많다	예	아니오
6	지금 내가 살아있는 것이 참 기쁘다	예	아니오
7	인생은 즐거운 것이다(새삼) 그걸 깨달았다	예	아니오
8	아침에 기분 좋게 일어난다	예	아니오
9	예전처럼 정신이 맑다	예	아니오
10	나는 거의 전과 다름없이 일을 할 수 있다	예	아니오
11	변비로 고생하는 일이 거의 없다	예	아니오
12	건강에 대해서 걱정하는 일이 별로 없다	예	아니오
13	지금의 내 판단력은 어느 때 보다도 좋다	예	아니오
14	나는 내 친구들 못지 않게 건강하다	예	아니오
15	나는 누구하고나 잘 어울린다	예	아니오
16	정말 자신이 없다	예	아니오
17	나는 늘 즐겁다	예	아니오
18	병에 걸릴까봐 걱정하지는 않는다	예	아니오
19	지난 몇 해 동안 대체로 건강했다	예	아니오
20	경련이 일어나 본 적이 없다	예	아니오
21	내 기억력은 괜찮은 것 같다	예	아니오
22	미쳐버릴까봐 두렵다	예	아니오
23	당황하면 갑자기 땀이 나서 매우 괴로운 때가 있다	예	아니오
24	선선한 날에도 쉽게 땀이 나곤 한다	예	아니오
25	이따금 지저분한 농담을 듣고 웃는다	예	아니오
26	나는 하루 중 아침에 기분이 가장 좋다	예	아니오
27	나는 예전처럼 일들을 쉽게 처리한다	예	아니오
28	나의 삶은 매우 충만해 있다	예	아니오

문 항		반응	
29	나는 예전에 하던 일들을 여전히 즐긴다	예	아니오
30	나도 다른 사람만큼 기분이 좋았다	예	아니오
31	미래에 대해 희망적으로 느꼈다	예	아니오
32	행복했다	예	아니오
33	사람들이 불친절했다	예	아니오
34	나는 나의 잘못에 대하여 항상 나 자신을 비난한다	예	아니오
35	나는 전보다 화가 나고 짜증이 날 때가 많다	예	아니오
36	나는 전보다 내 모습(용모)이 추해졌다고 생각한다	예	아니오
37	어떤 일을 시작하려면 예전보다 힘이 많이 든다	예	아니오
38	나는 무슨 일을 하든지 곧 피곤해 진다	예	아니오
39	전보다 몸무게가 많이 줄었다	예	아니오
40	나는 요즘 이성에 대한 흥미를 많이 잃었다	예	아니오

☞ 뒷면 설문도 빠짐없이 작성 부탁드립니다☺

※ 다음은 어르신의 일반적인 사항에 대한 질문입니다. 응답하신 내용은 모두 익명으로 처리되며, 오로지 연구 목적으로만 사용되므로 편히 작성해 주십시오.

1. 어르신의 성별은 어떻게 되십니까? (남 / 녀)
2. 어르신의 연세는 어떻게 되십니까? (만 세)
3. 어르신의 최종 학력은 무엇입니까?
① 무학 ② 초등학교 졸업 ③ 중학교 졸업 ④ 고등학교 졸업 ⑤ 대학교 이상
4. 현재 어르신과 같이 거주하고 있는 사람을 모두 표시해 주십시오.
① 혼자 산다. ② 배우자 ③ 자녀 ④ 손주 ⑤ 친구
5. 어르신께서는 직장(전업주부 포함)에서 몇 년 정도 일하셨습니다? (약 년)
6. 어르신의 가족 내 한 달 수입은 어느 정도입니까?
① 100 미만 ② 100~200만원 ③ 200~300만원 ④ 300~400만원 ⑤ 400만원 이상
7. 어르신이 사용하시는 한 달 용돈은 어느 정도입니까? (약 만원)
8. 사용하시는 휴대폰, 스마트폰, 및 스마트기기의 한 달 사용료는 얼마입니까?
① 1만원 미만 ② 1~2만원 ③ 2~3만원 ④ 3~4만원 ⑤ 5만원 이상
9. 어르신이 느끼시기에 어르신의 건강상태는 어떠십니까?
① 건강이 아주 좋지 않다
② 건강하지 않은 편이다
③ 보통이다
④ 건강하다
⑤ 매우 건강하다

- 끝 -

설문에 응답해주셔서 감사합니다!

감사의 글

논문을 쓸 때 보다 감사의 글을 쓸 때가 더 망설여지고 가슴이 두근거립니다. 한참을 돌아서 드디어 원하던 공부를 했던 지난 2년間は, 제 인생에서 정말 '행복하다'는 말이 딱 어울리는 시기였습니다. 10년 동안 준비하던 유학이 좌절되었을 때 꿈도 포기했었는데, 합력하여 선을 이룬다는 성경 말씀처럼 제가 공부하고 또 무사히 논문이 출판되게 된 데에는 정말 많은 분들의 도움과 기도가 있었음을 다시금 깨닫습니다.

나를 창조하시고 내 삶의 의미이신 하나님, wonderful counselor(사9:6)를 비전으로 주시고는 왜 길을 안 열 어주시나고 제가 엄청 원망했지요. 제게 가장 좋은 때와 상황을 허락하시느라 그랬다는 것을 이제야 이해합니다. 제가 어른들에게 관심을 갖게 된 이유인 우리 엄마, 김음실 여사님! 논문 주제도 엄마가 아이패드로 카카오톡을 하며 즐거워하셨던 데에서 출발했다는 것 아세요? 100세 장수, 안됩니다. 제가 실컷 흐드랄 수 있도록 적어도 120살까지는 건강하게 오래오래 사셔야 합니다. 꿈을 포기했던 제 인생을 다시 돌아보게 했던 우리 아버지, 최 달교 사장님, 그렇게 서로 원망하며 싸우던 것은 점점 멀어지고, 아버지가 입원하셨을 때 병실에서 도란도란 이야기 하던 것, 명동으로, 을지로로, 대학로로, 맛집을 찾아 뛰다니며 포장해오던 것만이 생생하게 남아 소중한 추억이 되었습니다. 아이가 태어나면 세상에 잘 태어났다고 모두 환영하듯이, 부모님의 임종을 곁에서 잘 배웅하는 것도 감동적일 수 있음을, 아버지를 천국으로 배웅하면서 알았습니다. 아버지가 그곳에 계시어서 천국이 이제 제 고향입니다. 뒤늦게 직장 그만두고 공부하겠다는 동생을 기꺼이 지원해주신 우리 오빠, 같이 늦깎이로 공부하며 누가 성적 더 잘 만나 내기했던 언니, 처제에게 맞난 것 잔뜩 사준 형부, 매번 뛰어난 필체와 어른스러운 내용으로 이모를 깜짝 놀라게 하는 편지를 쓴 내 조카 호찬이, 쑥스러워 말로 표현한 적은 없지만 모두 사랑합니다.

한참이나 연락 없던 제자를 기꺼이 대학원에 받아주시고 이상적인 상담자의 표본이 되어주신 김정규 교수님, 교수님의 제자라는 것이 참 자랑스럽습니다. 교수님의 가르침은 한 번 듣고는 다 깨달을 수 없는, 되새길수록 많은 것을 알게 되는 가르침입니다. 앞으로 늘 교수님의 가르침을 떠올리며 삼삼에 입학하겠습니다. 논리적인 사고와 글쓰기를 향상시켜주신 박혜경 교수님, 수업은 힘들었지만 정말 재미있었고 짧은 시간에 참 많은 것을 배웠습니다. 짝한 강좌 더 듣고 싶었는데 논문 진행 때문에 포기해야만 했던 것이 무척 안타깝습니다. 어려운 수업도 쉽게 다가갈 수 있게 가르쳐주신 서수연 교수님, 휴일에 쉬시다가도 통계의 늪에 빠진 제자들을 구원하러 달려와 주신 조영민 교수님, 꼼꼼하고 정확하게 가르쳐 주셨던 이정윤 교수님, 언제나 제자들을 배려해주신 채규만 교수님, 교수님들의 사소한 행동 하나하나가 제자를 아끼는 마음에서 나온 것이었음을 이 글을 쓰는 지금이야 알게 됩니다. 여러 교수님의 가르침 덕분에 대학원 수업과 생활이 지체와 지식으로 통성할 수 있었습니다. 고맙습니다.

처음 만났을 때 너무 많아 깜짝 놀랐지만 평생 든든한 지원군이 될 우리 동기, 혜경이, 민선이, 승미, 에스더, 지혜, 현정, 하영이, 선우, 고은이, 진희이, 상연이, 선경이, 윤경이, 정지, 차지, 송송이, 유리, 같이 공부하면서 참 즐거웠어. 한 사람 한사람에게 고마운 것이 참 많은데, 너무 많아서 여기에 다 적지는 못하겠고, 각자에게 따로 표현하도록 할게. 그리고 겸손하고 성실한 수영아, 내가 네게서 배운 것이 더 많단다.

늘 기도해주고 격려해주는 복영언니, 부드럽고 따뜻한 상현언니, 첫 설문응답 제공자 은정언니, 속정 깊은 영욱이, 매주 찬양대 연습 때 만나서 한 마디 나누는 것만으로도 큰 힘이 되었어요. 휴야 때문에 가끔 밖에 못 보지만 그래도 만나면 한결같은 은영이, 주현이, 내가 바쁘다는 핑계로 편하기 여기도 못했네. 다음번엔 꼭 조금 더 여유를 갖고 볼 수 있게 된다면 좋겠다. 그리고 우리 문화기획 최강멤버 경희언니, 지혜언니, 인수, 늘 나만 받는 것 같아 미안하고 고맙고, 여러분의 기도 덕분에 무사히 여기까지 왔네요. 어려움을 때마다 기도 부탁하러 조르르 달려갈 사람이 바로 곁에 있다는 것이 든든합니다. 아픈데도 기꺼이 논문에 대한 상세한 조언을 해 준 지현이, 중고등학교 때도 통하는 게 많아서 참 좋았는데 한참 후에 만났을 때에도 같은 하나님 안에서 같은 길을 걷고 있었다는 것이 신기했어. 나보다 어리지만 언제나 배울 점이 많았는데 멀든 건강해져서 네가 조금이나마 편해질 수 있었으면 좋겠다. 항상 제 엉뚱한 생각을 신선하고 자극이 된다며 재미있게 들어준 도희언니, 제가 한참 방황할 때에도 그런 제 모습을 수용하며 제가 언젠가 돌아올 거라는 믿음이 간다고 얘기해 주었죠. 언니의 진심어린 조언 덕분에 잘 헤쳐 나왔어요. 또 설문이 모이지 않아 곤란해 하는 제게 발 벗고 나서준 김기희 권사님, 이세림 집사님, 장현숙 권사님, 유선이, 성희, 애신언니, 대성오빠, 인터오빠, 은영이, 은경언니, 순영언니, 유진언니, 아... 이 과마뽀를 어떻게 다 감을 수 있을까요?

내가 과거에 머물러 허우적거릴 때, 현재의 나는 그보다 훨씬 낫고 충분히 이겨낼 힘이 있다고 이야기해주신 내 친구 지영이, 유학 말고 국내 대학원 가면 되지 않겠냐는 네 말 덕분에 여기까지 올 수 있었어. 또 돈 못 버는 학생신분일 동안에는 배고프면 언제든지 밥과 목차를 제공하겠다는 약속과, 약속에만 그치지 않고 배불 아니라 마음까지도 따뜻하게 채워준 네가 참 고맙다. 친구찬스, 아직 두 달 더 남은 거 알지? :) 학부 때도 푹푹 해서 부러웠는데 여전히 똑부러지는 데다 여유와 편안함 마저 장착한 민정이, 너 없는 데서 민정 선생님이 내 친구야~하고 자랑 많이 했다. 오로지만에 같이 공부할 수 있어서 좋았고 또 많이 배웠어. 최성 선생님이 직접 발행하신 떡볶이 제공 쿠폰, 노트북에 붙여놓고 논문 다 쓰면 꼭 먹으리! 다짐했는데 드디어 같이 먹었네요. 선생님 의 게슈탈트 치료를 향한 열정도 많이 보고 배웠습니다. 한 부라도 설문 더 해주려고 신경 써 주신 은진 선생님, 상희 선생님, 특히 많은 설문부수로 제게 무한 감동을 선사해주신 성희 선배님, 논문에 대해 궁금한 것은 무엇이든 언제든지 물어보라고 지지해 주었던 지현 선배님, 그리고 먼 곳에서 늘 응원해주는 미에코, 모두 고맙습니다.

또한 따뜻한 차와 함께 좋은 말씀도 많이 해주신 종로3가 오재열 역장님, 사무장님, 설문 일정과 장소까지도 신경써주신 은평노인종합복지관 이지은 부장님, 탐골공원 관리소장님, 영락교회 노인대학, 자원봉사부, 은퇴안수집사회, 청량리역 고석지원센터, 논현노인종합복지관, 진관동사무소, 선릉어머니합창단, 이복5도합창단, 그리고 설문에 응답해 주신 327명의 어른신 한 분 한 분의 도움과 정성 덕분에 제가 무사히 연구를 진행 할 수 있었습니다. 일일이 착아뵙고 인사드리지는 못하지만, 저를 위해 기도해주시고 응원해주신 모든 분들께 제 대신 하나님께서 30배, 60배, 100배의 큰 복으로 갚아주시길 기도합니다.