

노인의 문제중심대처와 주관적 안녕감 : 노화인식의 조절효과

Problem-Focused Coping and Subjective Well-Being: The moderating effects of awareness of age-related changes

남상희 · 김지연*

충북대학교 심리학과 박사 후 연구원 · 서울대학교 심리과학연구소 연구원*

Nam, SangHee · Kim, Ji-Yeon*

Department of Psychology, Chungbuk University
Institute of Psychological Sciences, Seoul National University*

Abstract

This study aimed to examine the effect of problem-focused coping on subjective well-being and the moderating effects of awareness of positive (gains) or negative (losses) age-related changes among elderly people. Specifically, this study predicted that problem-focused coping would be positively related to subjective well-being (hypothesis 1) and that the awareness of positive (hypothesis 2) or negative (hypothesis 3) age-related changes negatively moderated the influence of problem-focused coping and subjective well-being. For this purpose, we conducted an online survey with 350 elderly participants. The results were as follows: First, problem-focused coping positively predicted subjective well-being; Second, awareness of positive age-related change mitigated the relationship between problem-focused coping and subjective well-being; However, the moderating effect of awareness of negative age-related change was not significant. Finally, the implications and limitations of this study were discussed.

Keywords: Awareness of age-related changes, Problem-focused coping, Subjective well-being, Elderly person

I. 서론

노인들은 일상 사건 속에서 신체적·인지적 쇠퇴, 직장에서의 은퇴로 인한 무력감, 기존 사회적 관계망으로부터의 고립, 주변인들의 죽음 등 여러 스트레스 사건을 경험하며 다양한 대처방식을 사용한다. 노년기에 필연적으로 겪게 되는 이러한 다양한 스트레스 사건들에 어떻게 대처하는지는 노인의 삶의 질에 직접적으로 영향을 미친다. 스트레스 관리에 있어 대처의 중요성 때문에 여러 연구자들(Amirkhan, 1990; Ano & Vasconcelles, 2005; Lazarus

& Folkman, 1984; Sinclair & Wallston, 2004)은 다양한 대처방식을 연구해왔다.

스트레스 대처방식 중 가장 널리 연구되어 왔던 것은 Lazarus와 Folkman(1984)의 정서중심대처와 문제중심대처이다. 구체적으로 정서중심대처는 스트레스 상황과 관련된 정서적 고통을 관리하는 것을, 문제중심대처는 정보를 얻고 상황을 변화시키는 등 당면한 문제를 수정하는데 초점을 두는 것을 의미한다. 여기서 정서중심대처는 스트레스 사건으로부터 유발된 정서적 결과(예: 불안, 초조)를 조절하는 데 초점을 맞추기 때문에 핵심 문제를 도

본 논문은 2018년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(NRF-2018S1A5A8026945).

* Corresponding author: Kim, Ji-Yeon

Tel: +82-2-880-6316, Fax: +82-2-877-6428

E-mail: bdbd1@snu.ac.kr

© 2022, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

외시 할 수 있다는 한계가 있는 반면, 문제중심대처는 스트레스를 주는 상황 자체를 변화시키려고 한다는 측면에서 적응적이다(민하영, 2021; Carver et al., 1989; Jones et al., 2003). 이러한 문제중심대처의 적응적 특징 때문에 본 연구에서는 특히 문제중심대처에 초점을 맞춰 노인의 주관적 안녕감(subjective well-being)에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 주관적 안녕감은 삶의 질에 대한 심리학적 접근방식으로서(Diener, 1984), 개인의 삶에 대한 주관적인 만족도를 의미한다. 전체 인구의 16.5%가 노년층으로 구성된 현재 시점에서(통계청, 2021) 신체적 쇠퇴와 같은 노화로 인한 불가피한 변화에도 불구하고 노인의 삶의 질을 유지하고 주관적 만족도를 유지하는 것은 중요한 도전이 될 수 있다. 평균수명의 증가로 길어진 노년기 삶을 행복하게 보낼 수 있도록 하기 위해 노인의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인을 파악하는 것은 중요하다. 더 나아가 다른 성격 및 사회적 요인과는 달리 대처방식은 노년기에도 학습될 수 있는 저비용의 개입방법이 될 수 있기에 노인의 주관적 안녕감의 선행요인으로서 대처방식에 대해 탐색할 필요성이 있다.

더 나아가 본 연구에서는 노인의 문제중심대처의 사용과 주관적 안녕감 간의 관계를 노화인식(AARC: Awareness of Age-Related Change, Brothers et al., 2019)이 조절할 것이라고 예측하였다. 노년기는 신체적 쇠퇴나 사회적 고립과 같은 부정적인 경험뿐만 아니라 경험의 축적으로 인한 성장이나 지혜의 획득과 같은 긍정적인 경험을 하게 되는 시기이다. 노인들은 자원의 상실이나 신체적 쇠퇴와 같은 노화 관련 위협을 경험하는 한편(Baltes & Smith, 2003), 사소한 것에 감사하며 자신답게 살고자 하고 생활 속에서 경험하는 다양한 사건들에 현명하게 대처하는 등 자신의 삶을 풍요롭게 가꾸어나갈 수 있다. 노화인식은 일상의 경험에서 이러한 노화로 인한 긍정적·부정적 변화를 인식하는 것을 의미하며, 노화로 인한 긍정적 변화를 인식하는 노화이득인식(AARC-gains)과 신체적 쇠퇴와 같이 노화로 인한 손실을 인식하는 노화손실인식(AARC-losses)으로 구분된다(남상희, 김지연, 2021; Brothers, 2016; Diehl & Wahl, 2010). 선행연구에 따르면 노화에 대한 긍정적 태도는 다양한 스트레스 상황에서 완충작용(buffer)을 하는 반면(Levy et al., 2016), 노화에 대한 부정적 태도는 일상에서의 스트레스에 더 민감하게 반응하게 만든다(Bellingtier & Neupert, 2018). 즉, 노화에 대해 어떠한 태도를 가지고 있는지는 일상 속에서의 다양한 문제에서 보호요인으로서 기능을 하거나(노화이득인식), 더 부정적

인 방식으로 반응하게끔(노화손실인식) 할 수 있다. 본 연구는 이러한 노화인식의 기능을 바탕으로, 노인의 문제중심대처와 주관적 안녕감 간의 관계에서 긍정적·부정적 노화인식의 조절효과가 나타나는지를 살펴보는 것을 연구목적으로 하였다.

II. 이론적 배경

1. 문제중심대처와 주관적 안녕감

일상 속에서 사람들은 여러 스트레스 사건에 직면하며 다양한 방식으로 이에 대처하고자 한다. 대처는 개인의 통제를 초과하는 외부적·내부적 요구의 관리를 목표로 하는 인지적·행동적 노력(Lazarus & Folkman, 1984)으로서 스트레스의 영향을 완화함으로써 상황에 적응하게 할 수 있다(배옥현, 홍상욱, 2008; Gamrowska & Steuden, 2014). Lazarus와 Folkman(1984)은 대처방식을 문제중심대처와 정서중심대처의 두 가지 양식으로 구분하였는데, 그중 정서중심대처가 자기조절을 통해 문제상황에서 발생할 수 있는 정서적 고통을 관리하려는 것을 의미한다면(Schoenmakers et al., 2015), 문제중심대처는 당면한 스트레스원이나 문제 자체에 초점을 맞춰 문제를 변화시키고 관리하는 적극적 행동 전략을 의미한다(Lazarus & Folkman, 1984). 이러한 적극적 성격 때문에 문제중심대처는 우울증(Cong et al., 2021), 정서적 소진(Lewin & Sager, 2009), 적응(Herman & Tetrick, 2009)과 같은 준거변인에 대해 적응적인 효과를 가지는 대처방식으로 간주된다(Bond & Bunce, 2000; Reyes et al., 2021). 문제중심대처는 주관적 안녕감에 대해서도 정적 효과를 보이는 것으로 나타났다(서정현, 2011; 연은경, 2011). 가령 콜롬비아 노인들을 대상으로 문제중심 및 정서중심대처의 주관적 안녕감에 대한 효과를 비교한 결과, 정서중심대처와는 달리($r=-.16, p<.001$) 문제중심대처는 주관적 안녕감과 중간 수준의 정적 관계($r=.50, p<.001$)를 보였다(Reyes et al., 2021). 이러한 문제중심대처의 적응적 기능을 고려하여 본 연구에서는 이에 초점을 맞춰 주관적 안녕감과 관계의 탐색하고자 하였다.

한편 주관적 안녕감은 “삶에 대한 만족 및 그에 대한 정서반응을 포함한 자신의 삶에 대한 전반적인 평가반응”(Myers & Diener, 1995)으로서 삶에 대한 만족과 관련된 인지적 영역과 정적·부적 정서에 대한 정서적 영역

의 두 차원으로 구분된다(Diener et al., 1999). 목표와 우선순위를 선택 및 최적화하고 상실한 것을 보상함으로써 성공적 노화를 이룰 수 있다고 주장하는 Baltes와 Baltes(1990)의 SOC 모델(selective optimization with compensation)은 이러한 노인의 주관적 안녕감과 문제중심대처와의 관련성을 부분적으로 보여준다. 노인은 필연적으로 노화로 인한 기능의 상실을 포함하여 젊은 시절에는 경험하지 못했던 다양한 스트레스 상황을 경험하기 때문에 주어진 상황에 직면하고 최적의 경로를 선택하며 상실을 보완할 필요성을 가진다. 이러한 행위는 본질적으로 당면한 문제에 초점을 맞춰 적절하게 대처하는 데 초점을 가지는 문제중심대처와 관련되어 있다(Galiana et al., 2020). 이처럼 문제중심대처는 노인에게 중요한 대처방식으로 간주될 수 있다. 예를 들어, Chen et al.(2018)의 연구에서는 긍정적 감정(positive affect)에 대한 연령별 차이가 문제중심대처에 의해 완전매개된다는 것을 밝히면서 스트레스가 많은 상황에서 특히 노인들이 문제중심대처를 사용하는 것이 유익할 것이라고 주장하였다. 이와 일관되게 문제중심대처는 노인의 안녕감을 정적으로 예측하였다(Galiana et al., 2020; Nunes et al., 2016; Reyes et al., 2021). 노인에게 있어 문제중심대처의 중요성을 보여주는 상기의 연구를 바탕으로 본 연구에서는 노인의 문제중심대처가 주관적 안녕감과 정적으로 관련될 것이라고 예측하였다.

[가설 1] 문제중심대처는 주관적 안녕감에 정적인 영향을 미칠 것이다.

2. 노화인식의 조절효과

노화인식은 나이가 들면서 일상적 경험 속에서 행동, 수행수준, 삶을 경험하는 방식에서 변화를 인식하는 것을 의미한다(Diehl & Wahl, 2010). 노화인식은 근본적으로 노화에 대해 어떠한 태도를 지니는지와 관련되어 있으며, 노화에 대한 태도는 노인들의 미래시간조망(future time perspective)과 전반적 자기효능감(Dutt & Wahl, 2019), 삶의 만족(Wurm et al., 2013), 신체적·정신적 건강(Bryant et al., 2012), 심지어 수명(Levy et al., 2002)과 같은 삶의 질과 관련된 다양한 변인을 직접적으로 예측할 뿐만 아니라 부정적인 요인들이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 수 있다(Brothers et al., 2018). 이와 같은 노화에 대한 태도의 중요성 때문에 Brothers et al.(2019)

은 건강, 인지, 대인관계, 사회인지정서, 생활방식이라는 광범위한 영역에서 긍정과 부정의 양방향적 인식을 포괄적으로 측정하는 노화인식 척도(AARC)를 개발하였다. 남상희, 김지연(2021)은 한국의 노인들을 대상으로 이를 타당화하여 1 요인의 노화이득인식과 2 요인의 노화손실인식(건강 영역 손실인식, 건강 외 영역 손실인식)을 발견하였다.

선행연구에 따르면 노화인식은 노화 관련 변화에 대한 주관적 지각을 의미한다(Diehl & Wahl, 2010). 이러한 노화인식은 변화에 대한 적응노력의 원동력으로, 노인이 얼마나 충분한 자원을 가지고 있는지를 반영한다(Diehl & Wahl, 2010; Diehl et al., 2014; Dutt et al., 2018). 구체적으로 노화이득인식은 성장이나 주어진 것에 감사하는 것과 같이 노화로 인한 이득을 인식하는 것을 의미하며 자원의 충족을, 노화손실인식은 신체기능의 감퇴와 사회적 네트워크에서의 소외와 같이 노화로 인한 손실을 인식하는 것을 의미하며 자원의 부족을 반영한다(Dutt et al., 2018). 노화 과정에서 발생하는 이익과 손실에 대한 이러한 주관적 인식은 현재 자신이 보유하고 있는 역량에 대한 감각을 형성한다(Diehl & Wahl, 2010).

두 가지 노화인식 중 특히 노화이득인식은 일종의 심리적 대처자원으로서 기능하여(Windsor et al., 2021) 문제상황에서 일종의 완충제로서 작용할 수 있다(Brothers et al., 2018; Windsor et al., 2021). 즉, 노화이득인식은 자원으로서의 역할을 하여 스트레스나 문제 상황을 덜 부정적으로 느끼게 할 수 있다. 본 연구에서는 노화이득인식이 스트레스 상황에서 완충작용을 한다면 문제중심대처의 수준과 주관적 안녕감의 관계는 약할 수 있다고 예측하였다. 다시 말해서 노화이득인식이 높은 노인들에게서는 노화에 대한 긍정적 인식이 보호요인, 혹은 완충제 역할을 하기 때문에 주관적 안녕감에 대한 문제중심대처의 역할이 크지 않을 것으로 예측하였다.

반면 노화손실인식은 이와 반대되는 효과를 가질 것이라고 예측할 수 있다. 노화에 대해 부정적인 태도를 가지는 것은 스트레스 민감성을 높이며(Bellingtier & Neupert, 2018), 상황에 대처할 수 있는 역량이 부족하다는 지각을 만든다(Diehl & Wahl, 2010). 이러한 인식 속에서 노인은 비록 문제중심대처를 하려는 경향이 있더라도 자신이 상황에 대처할 수 있다는 통제감이나 자기효능감을 적게 지각하게 되고 이것은 차례로 문제중심대처의 효과성을 떨어뜨릴 수 있다. 따라서 노화손실인식이 높은 노인들은 문제중심대처방식을 사용하더라도 대처방식의 효과

성이 크지 않을 수 있다. 따라서 본 연구에서는 노화손실 인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 약화시킬 것으로 예측하였다. 이러한 논의를 바탕으로 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 설정하였다.

[가설 2] 노화이득인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 조절할 것이다. 구체적으로 노화이득인식이 높을 때에는 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계가 약화될 것이다.

[가설 3] 노화손실인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 조절할 것이다. 구체적으로 노화손실인식이 높을 때에는 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계가 약화될 것이다.

정리하면 연구모형은 [그림 1]과 같다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2022년 2월 대한민국 만 60세 이상 성인을 대상으로 성별을 기준으로 할당표집하여 온라인 설문을 시행하였다. 몇 세부터 노인인지에 대한 기준은 명확하지 않다. 대부분의 사회보장제도는 만 65세를 노인의 시작 연령으로 보지만, 정년을 고려하여 만 60세를 기준으로 삼기도 한다. 본 연구에서는 노인의 범위를 넓게 보고 만 60세 이상의 성인을 대상으로 하였다.

연구 참여자는 총 350명으로 평균 연령은 64.99세(표준편차 4.43)이고, 남성 175명(50%), 여성 175명(50%)이었다. 설문조사는 리서치 업체를 통해 온라인으로 진행하였으며, 설문문의 내용과 방법에 대한 설명을 읽은 후 설

문 응답에 희망하는 사람만 설문에 참여하도록 하였다.

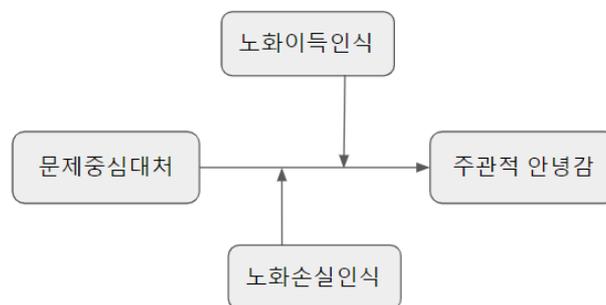
2. 연구 도구

1) 주관적 안녕감

필라델피아 노화연구소 노인용 사기 척도(Philadelphia Geriatric Center Morale Scale, Lawton, 1972, 1975)를 한국판 타당화한 도구(유경 외, 2012)를 사용하였다. 본 척도는 노년기의 주관적 안녕감을 측정하는데 유용한 도구로 알려져 있다(유경 외, 2012). 문항의 예로 ‘나이가 들어가면서 내가 기대했던 것보다 상황이 더 나아진다’, ‘나는 지금 젊었을 때만큼 행복하다’ 등이 있다. 총 15문항으로 각 문항을 5점 척도(1점: 전혀 동의하지 않음 ~ 5점: 매우 동의함)에서 평정하도록 하였다. 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높다고 해석되도록 채점하였으며, 본 연구에서는 전체 척도의 평균 점수를 활용하여 분석하였다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .92였다.

2) 문제중심대처

모선희, 이지영(2002)이 사용한 척도 중 문제중심대처 요인의 4개 문항을 사용하였다. 본 척도는 Stewart(1988)가 제작한 Individual Coping Style의 척도를 우리나라 노인 20명을 대상으로 개별면담을 실시하여 우리나라 노인의 정서와 실제 상황에서의 적합성을 확인한 척도이다. 문항의 예로는 ‘다른 해결책을 찾아본다’, ‘가벼운 운동으로 기분을 전환한 뒤에 다시 생각한다’ 등이 있다. 각 문항에 대해 4점 척도(1점: 전혀 그렇지 않음 ~ 4점: 항상 그러함) 상에서 평정하도록 하여서 점수가 높을수록 문제중심대처방식을 자주 사용한다고 볼 수 있다. 본 연구에서 평균 점수를 활용하여 분석하였으며, Cronbach's α 는 .63이었다.



[그림 1] 연구모형

3) 노화인식

Brothers et al.(2019)이 개발한 척도를 남상희, 김지연(2021)이 한국판 타당화한 척도를 사용하였다. 한국판 노화인식 척도는 크게 노화이득인식과 노화손실인식의 2요인으로 구성된다. 노화이득인식 문항은 5문항, 노화손실인식 문항은 9문항이다. 각 문항에 대해 1점(전혀 그렇지 않다)부터 4점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하였다. 즉, 노화이득인식 척도는 점수가 높을수록 노화에 따라서 얻은 것이 많다고 생각한다고 볼 수 있고, 노화손실인식 척도의 점수가 높을수록 노화로 인해서 잃어버린 것이 많다고 생각한다고 해석할 수 있다. 노화이득인식 요인의 문항의 예로는 ‘나이가 들어가면서, 나는 사람들과의 관계를 더욱 감사하게 여긴다’, ‘나이가 들어가면서, 나는 더욱 더 나답게 살기 위해 노력한다’ 등이 있고, 노화손실인식의 문항의 예로 ‘나이가 들어가면서, 나는 건강에 더 많은 신경을 쓴다’, ‘나이가 들어가면서, 나는 사람들이 종종 나를 없는 사람 취급한다는 것을 깨달았다’ 등이 있다. 본 연구에서는 평균 점수를 활용하여 분석하였으며, Cronbach's α 는 노화이득인식이 .75, 노화손실인식이 .87이었다.

4) 스트레스 수준

이영인(2005)에서 노인의 생활 스트레스 수준 측정에 이용한 척도(ELSI)를 사용하였다. 이 척도는 Aldwin(1990)이 개발한 것이며, 서울대 심리학과에서 문항을 번안하였다. 문항내용은 노년기 발생할 수 있는 스트레스 사건으로 구성되어 있으며, 문항의 예로 ‘배우자의 죽음’, ‘자식들과의 사이가 안좋아짐’ 등이 있다. 총 30개 문항으로 각 문항에 대해 1점에서 4점 사이(1점: 그 일로 인해 전혀 스트레스를 받지 않음 ~ 4점: 그 일로 인해 극심한 스트레스를 받음)에서 평가할 수 있도록 하였고, 해당 문항내용의 스트레스 사건을 경험하지 않았을 때는 0점에 표시하도록 하였다. 점수가 높을수록 스트레스가 높다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 총점을 분석에 활용하였으며, Cronbach's α 는 .93이었다.

5) 인구사회학적 변인

연령, 성별, 혼인상태, 자녀유무, 교육수준, 주관적 경제력, 주관적 건강 정보를 수집하였다. 연령은 만 나이를 직접 기입하도록 하였고, 성별은 남성과 여성 중 선택하도록 하였다(여성=0, 남성=1). 혼인상태는 미혼, 기혼, 이

혼, 사별, 동거 중 하나를 선택하도록 하였으며 이후 분석에서는 기혼과 동거를 한 범주로 묶고, 미혼, 이혼, 사별을 또 다른 한 범주로 묶어서 활용하였다(미혼, 이혼, 사별=0, 기혼 및 동거=1). 자녀유무는 자녀 없음과 자녀 있음 중 하나를 선택하도록 하였으며(자녀없음=0, 자녀있음=1), 교육수준은 중학교 졸업 이하, 고등학교 졸업, 전문대학교 졸업, 대학교 졸업 이상 중 하나를 선택하도록 하였다(중졸 이하=1, 고졸=2, 전문대졸=3, 대졸 이상=4). 마지막으로 주관적 경제력과 주관적 건강상태는 1점(매우 나쁨)부터 5점(매우 좋음) 사이에서 평정하도록 하였다.

3. 분석 방법

우선 각 변인의 기술통계치 및 변인 간 관계를 확인하기 위하여 기술통계 분석 및 상관분석을 실시하였다. 스트레스 수준과 인구사회학적 특성은 노년기 주관적 안녕감과 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있으므로(김여진, 임연옥, 2015; 서수균 외, 2012; Pinguart & Sorensen, 2000), 문제중심대처가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 확인할 때 이들 변인의 효과를 통제할 필요가 있다. 따라서 상관분석에서 스트레스 수준 및 인구사회학적 변인이 주관적 안녕감과 유의한 상관관계를 보이는지 확인하고, 유의한 상관을 보이는 변인을 이후 가설검증을 위한 분석에서 통제변인으로 투입하였다. 상관분석 시, 명목변수는 더미코딩을 실시하여 진행하였다.

가설 1 검증을 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 위계적 회귀분석 시, 주관적 안녕감과 유의한 상관이 있는 스트레스 수준, 성별, 자녀유무, 혼인상태, 주관적 경제력, 주관적 건강을 통제변인으로 투입한 후 독립변인인 문제중심대처가 종속변수인 주관적 안녕감에 영향을 미치는지 분석하였다.

다음으로 가설 2와 3을 검증하기 위하여 Hayes(2013/2015)의 프로세스 매크로(Process Macro) 1번 모형을 사용하여 부트스트래핑(bootstrapping) 방식으로 95% 신뢰구간과 모수 추정치를 구하였다. 전통적으로 조절효과를 확인하기 위하여 위계적 회귀분석이 많이 사용되었으나, 최근에는 프로세스 매크로 방법 역시 많이 사용되고 있다. 위계적 회귀분석 방법과 달리 프로세스 매크로 방법은 조절효과의 값의 변화에 따라서 독립변수와 종속변수의 관계가 어떻게 달라지는지 한 번에 분석할 수 있어서 편리하다. 통제변인으로는 가설 1 검증 시와 마찬가지로

스트레스 수준, 성별, 자녀, 혼인상태, 주관적 경제력, 주관적 건강을 투입하였다.

IV. 결과

1. 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 사용된 변인의 평균 및 표준편차를 확인하고, 변인 간 관계를 확인하기 위하여 상관분석을 수행하였다.

주요 변인 기술통계치를 보면 주관적 안녕감의 평균은 3.46($SD=.69$), 문제중심대처의 평균은 2.83($SD=.39$), 노화이득인식의 평균은 3.11($SD=.43$), 노화손실인식의 평균은 2.48($SD=.48$)이었다. 주요 변인 포함 그 외 변인의 기술통계치는 <표 1>에 제시하였다.

한편, 상관분석에서 주관적 안녕감과 문제중심대처($r=.24, p<.001$)는 유의한 상관을 보였고, 노화손실인식과 노화이득인식은 서로 유의한 상관을 보이지 않았다($r=-.03, n.s.$). 또한 주관적 안녕감과 스트레스 수준은 유

의한 상관관계를 보였으며($r=-.39, p<.001$), 인구사회학적 변인 중에서는 성별($r=.12, p<.05$), 주관적 경제력($r=.39, p<.001$), 주관적 건강($r=.48, p<.001$), 혼인상태($r=.19, p<.001$), 자녀유무($r=.17, p<.01$)가 주관적 안녕감과 유의한 상관관계를 가졌다. 즉, 주관적 안녕감은 스트레스 수준이 낮고, 주관적 경제력과 건강 수준이 좋을 때 더 높았으며, 여성이 남성보다, 미혼, 사별, 이혼인 상태보다 배우자 혹은 동거인이 있는 상태일 때, 그리고 자녀가 없을 때보다 유자녀일 때 높은 것으로 나타났다. 상관분석 결과는 <표 2>에 제시하였다.

2. 위계적 회귀분석

가설 1을 검증하기 위하여 단계 1에 통제변인을 투입하고, 단계 2에 독립변인인 문제중심대처를 투입한 위계적 회귀분석을 수행하였다. 통제변인에는 상관분석에서 주관적 안녕감과 유의한 상관을 보였던 스트레스 수준 및 성별, 주관적 경제력, 주관적 건강, 혼인상태, 자녀유무를 투입하였다.

<표 1> 기술통계치

대분류	중분류	소분류	기술통계치	
주관적 안녕감	-	-	3.46(.69)	
문제중심대처	-	-	2.83(.39)	
노화이득인식	-	-	3.11(.43)	
노화손실인식	-	-	2.48(.48)	
스트레스 수준	-	-	19.71(16.56)	
인구사회학적 변인	주관적 경제력	-	2.81(.78)	
	주관적 건강	-	3.23(.79)	
	연령	-	64.99(4.43)	
	성별	남성		175(50%)
		여성		175(50%)
	혼인상태	미혼, 이혼 혹은 사별		51(14.6%)
		기혼 혹은 동거		299(85.4%)
	자녀유무	자녀 있음		321(91.7%)
		자녀 없음		13(3.7%)
	교육수준	중졸		9(2.6%)
		고졸		89(25.4%)
		전문대졸		36(10.3%)
대졸이상			216(61.7%)	

주. 주관적 안녕감, 문제중심대처, 노화이득인식, 노화손실인식, 주관적 경제력, 주관적 건강, 연령은 평균과 표준편차, 스트레스 수준은 총점과 표준편차, 성별, 혼인상태, 자녀유무, 교육수준은 빈도수와 퍼센트가 기술통계치 수치에 해당함

분석 결과, 공차한계는 모두 .01보다 크고, VIF는 모두 10보다 작아서 다중공선성에는 문제가 없었다. 단계 2 모형의 F 값은 29.75로 유의하였고($p < .001$), 문제중심대처는 통제변인의 효과를 제외하고도 주관적 안녕감을 유의하게 추가적으로 예측해주는 것으로 나타났다($\Delta R^2 = .012$,

$p < .05$). 즉, 문제중심대처를 자주 사용할수록 주관적 안녕감이 더 높은 것으로 나타났다($B = .20, p < .05$)(가설 1 지지). 해당 결과는 <표 3>에 제시하였다.

3. 조절효과 분석

<표 2> 변수 간 상관계수

($N=350$)

구분	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l
a	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
b	.24***	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
c	.21***	.26***	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
d	-.51***	-.19***	-.03	1	-	-	-	-	-	-	-	-
e	-.39***	.00	.03	.28***	1	-	-	-	-	-	-	-
f	.02	-.01	-.06	.09	-.04	1	-	-	-	-	-	-
g	.12*	.02	.02	.00	-.05	.21***	1	-	-	-	-	-
h	.39***	.18**	.13*	-.16**	-.09	.03	.06	1	-	-	-	-
i	.48***	.25***	.08	-.57***	-.20***	-.06	.11*	.42***	1	-	-	-
j	.19***	.06	.09	-.10	-.17*	-.12	.17**	.20***	.17*	1	-	-
k	.17**	.11*	-.03	-.14*	-.01	-.07	.11*	.08	.10	.08	1	-
l	.04	.14*	.04	-.05	.05	-.10	.12*	.13**	.16**	.07	.01	1

주 1. a: 주관적 안녕감, b: 문제중심대처, c: 노화이득인식, d: 노화손실인식, e: 스트레스 수준, f: 연령, g: 성별, h: 주관적 경제력, i: 주관적 건강, j: 혼인상태, k: 자녀유무, l: 교육수준

주 2. 성별은 여성 0, 남성 1, 혼인상태는 미혼, 사별, 이혼을 0, 기혼 혹은 동거를 1, 자녀유무는 자녀없음을 0, 자녀있음을 1, 교육수준은 고졸 이하는 0, 전문대졸 이상을 1로 더미코딩하였음.

주 2. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

<표 3> 문제중심대처가 주관적 안녕감에 미치는 영향

($N=350$)

단계	투입변인	B	SE	R^2	F
1단계	스트레스 수준	-.01***	.22	.366	33.06***
	성별	.06	.00		
	주관적 경제력	.21***	.06		
	주관적 건강	.27***	.04		
	혼인상태	.04	.04		
	자녀유무	.39*	.10		
2단계	스트레스 수준	-.01***	.00	.377	29.75***
	성별	.06	.06		
	주관적 경제력	.20***	.04		
	주관적 건강	.25***	.04		
	혼인상태	.04	.10		
	자녀유무	.35*	.16		
	문제중심대처	.20*	.08		

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

우선 가설 2, 즉 문제중심대처와 주관적 안녕감의 관계에서 노화이득인식의 조절효과를 검증하기 위해 프로세스 매크로 모형 1을 활용하여 분석하였다. 모든 연속변수는 평균 중심화를 사용하였다. 분석 결과, 회귀모형의 F 값은 25.78로 유의하였다($p<.001$). 문제중심대처는 주관적 안녕감에 정적으로 유의한 영향을 끼쳤고($B=.17, p<.05$), 노화이득인식도 주관적 안녕감과 정적으로 유의한 영향을 끼쳤다($B=.23, p<.01$). 또한 문제중심대처와

노화이득인식의 상호작용항이 유의하여($B=-.42, p<.05$) 노화이득인식의 조절효과가 존재하는 것으로 나타났다(가설 2 지지). 결과는 <표 4>에 제시하였다.

문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계에서 노화이득인식의 조건부 효과를 살펴본 결과, 노화이득인식이 평균보다 1 표준편차 낮은 집단($M-1SD$ 집단)과 평균인 집단(M 집단)은 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값이 0을 포함하지 않아서 문제중심대처를 자주 사용할수록 주관

<표 4> 노화이득인식의 조절효과

($N=350$)

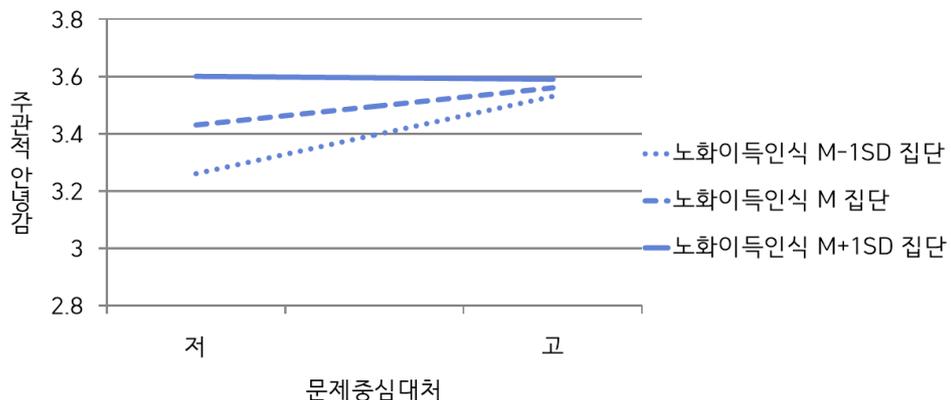
변인	B	SE	R^2	F
문제중심대처	.17*	.08	.42	25.78***
노화이득인식	.23**	.07		
문제중심대처 x 노화이득인식	-.42*	.17		
스트레스 수준	-.01***	.00		
성별	.06	.06		
주관적 경제력	.19***	.04		
주관적 건강	.26***	.04		
혼인상태	.00	.10		
자녀유무	.39*	.16		

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

<표 5> 노화이득인식 수준에 따른 조건부 효과

노화이득인식 수준에 따른 집단구분	Effect	SE	t	LLCI	UCLI
$M - 1SD$.34	.12	2.96**	.11	.57
M	.17	.08	2.03*	.01	.32
$M + 1SD$	-.01	.10	-.12	-.22	.19

주. * $p<.05$, ** $p<.01$



[그림 2] 문제중심대처와 주관적 안녕감의 관계에서 노화이득인식의 조절효과

적 안녕감이 높았지만, 노화이득인식이 평균보다 1 표준편차 높은 집단은 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값이 0을 포함하여 문제중심대처에 따른 주관적 안녕감의 유의한 변화가 없었다. 구체적 결과는 <표 5>와 <그림 1>에 제시하였다.

다음으로 가설 3인 문제중심대처와 주관적 안녕감의 관계에서 노화손실인식의 조절효과를 검증하기 위한 분석을 수행하였다. 가설 2 검증 시와 마찬가지로 프로세스 매크로 모형 1을 활용하여 분석하였고, 모든 연속변수는 평균 중심화를 사용하였다. 분석 결과, 회귀모형의 F 값은 28.57로 유의하였다($p < .001$). 문제중심대처는 주관적 안녕감에 정적으로 유의한 영향을 끼쳤고($B = .18, p < .05$), 노화손실인식도 주관적 안녕감과 부적으로 유의한 영향을 끼쳤다($B = -.42, p < .001$). 문제중심대처와 노화손실인식의 상호작용항이 유의하지 않아서($B = .02, n.s.$) 노화손실인식의 조절효과가 존재하지 않는 것으로 나타났다(가설 3 기각). 결과는 <표 6>와 <그림 2>에 제시하였다.

V. 논의 및 제언

본 연구에서는 노인들에게서 문제중심대처와 주관적 안녕감이 어떤 관계를 가지는지 확인하고, 그 관계에 대한 노화이득인식과 손실인식의 조절효과를 확인하였다. 본 연구에서 노화이득인식과 노화손실인식 간 상관계수는 $-.03$ 로 통계적으로 유의하지 않았다. 또한 문제중심대처, 노화이득인식, 노화손실인식 모두 주관적 안녕감과 유의한 관계를 가지고 있었으며, 노인들의 주관적 안녕감은 문제중심대처 및 노화이득인식이 높을수록, 노화손실인식이 낮을수록 높아졌다.

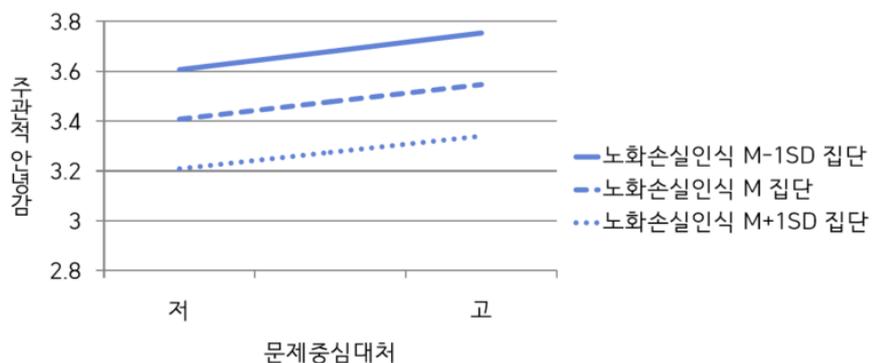
본 연구의 주요 가설과 관련하여 문제중심대처는 노인의 주관적 안녕감을 유의하게 예측하였으며(가설 1), 그 관계는 노화이득인식에 의해 조절되었다(가설 2). 이는 문제중심대처와 안녕감 간 정적 관계(Galiana et al., 2020; Nunes et al., 2016; Reyes et al., 2021) 및 노화이득인식의 완충역할(Brothers et al., 2018; Windsor et al., 2021)

<표6> 노화손실인식의 조절효과

($N=350$)

변인	B	SE	R^2	F
문제중심대처	.18*	.08	.44	28.57***
노화손실인식	-.42***	.08		
문제중심대처 x 노화손실인식	-.02	.14		
스트레스 수준	-.01***	.00		
성별	.09	.06		
주관적 경제력	.22***	.04		
주관적 건강	.11*	.05		
혼인상태	.05	.10		
자녀유무	.26	.15		

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



[그림 3] 문제중심대처와 주관적 안녕감의 관계에서 노화손실인식의 조절효과

을 발견하였던 선행연구의 결과와 일치한다. 본 연구에서는 노화손실인식이 높을 때 문제 상황에 대처할 수 있다는 자신감이나 자기효능감의 감소(Dutt & Wahl, 2019)로 인해 주관적 안녕감에 대한 문제중심대처의 효과성이 낮아질 것이라고 예측하였다. 하지만 노화손실인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간의 관계를 조절하지 못하여 가설 3은 지지되지 않았다. 다만 본 연구에서는 노화손실인식이 높을 때 주관적 안녕감이 유의하게 감소하여($r = -.51, p < .001$), 노화손실인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 조절하기보다는 주관적 안녕감에 대한 직접 효과를 가지는 것으로 해석할 수 있었다. 구체적으로 본 연구의 주요 결과에 대한 해석과 함의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 가설에는 언급되지 않았지만 본 연구에서 노화이득인식과 노화손실인식은 서로 독립적이었다. 이러한 결과는 주관적 노화의 긍정적·부정적 노화인식을 질적으로 상이한 요소로 간주하였던 선행연구와 일치하여(Brothers, 2016; Diehl & Wahl, 2010), 단일차원의 측정이 노화인식을 총체적으로 포착하기에는 부족할 수 있음을 보여준다. 노인은 자신의 노화에 대해 긍정적·부정적 측면 모두를 인식할 수 있기 때문에(Carstensen et al., 2011; Laidlaw et al., 2007) 단순히 노화에 대한 만족도를 측정하는 것은 노화에 대한 양가적인 태도를 모두 포착하지는 못한다는 한계가 있다. 즉, 노인은 노화에 대해 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 모두 인식하거나 인식하지 않을 수 있으므로 노화인식을 단일차원으로 측정하면 노화인식의 복잡성을 포괄하지 못한다. 긍정적·부정적 노화인식의 구분은 또한 각각의 인식이 서로 다른 효과를 가질 수 있다는 측면에서 중요성을 가진다. 예를 들어 본 연구에서 노화이득인식의 조절효과는 유의하였지만, 노화손실인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 조절하지 못하였다. 더 나아가 노화손실인식은 주관적 안녕감과 $-.51$ 이라는 비교적 높은 수준의 부적인 상관관계를 보였지만 노화이득인식과 주관적 안녕감과의 상관은 $.21$ 에 불과했다. 이렇게 준거변인에 대한 노화이득인식과 손실인식의 효과가 서로 다르게 나타난 본 연구결과 역시 두 유형의 노화인식이 서로 구분되는 독립된 차원의 개념이라는 점을 보여주며, 각각이 노인의 삶에 미치는 영향이 다를 수 있음을 시사한다. 더 나아가 노화이득인식과 노화손실인식이 독립적으로 형성될 수 있다는 것은 실무자들에게 두 가지 인식 중 하나에만 초점을 맞추기보다는 두 가지 인식 모두에 개입할

방도를 구상할 필요가 있음을 보여준다. 가령 단순히 노화에 대한 부정적 고정관념을 줄이는 데에만 집중하기보다는 노화로 인한 이득에는 어떤 것이 있는지 안내하고 스스로 지각하도록 도움을 줄 수 있을 것이다.

둘째, 가설 1에서 예측한 대로 문제중심대처는 노인의 주관적 안녕감을 유의하게 예측하였고, 이는 노인의 안녕감에 대한 대처방식의 효과를 암시한다. 대처방식은 교육을 통해 변화될 수 있기에, 노인의 대처방식에 대한 개입은 낮은 비용으로 효과를 볼 수 있는 고효율의 개입 방법이라고 할 수 있다(Galiana et al., 2020). 본 연구는 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있는 쉽게 개입가능한 요인의 효과를 밝혔다는 점에서 연구자 및 실무자에게 가치를 제공한다. 노인은 생리적·인지적 기능의 감퇴, 사회적 네트워크에서의 소외, 경제적 어려움 등 다양한 스트레스 상황을 경험한다. 노령인구의 비율이 급격하게 늘어나는 상황에서 노인의 안녕감을 향상하기 위한 대책 마련이 시급해지고 있다. 이러한 상황에서 노인들에게 효과적인 대처방식을 학습 및 훈련시키는 것은 노년기의 안녕감에 영향을 미칠 수 있는 손쉬운 방법이 될 수 있다. 본 연구는 실무자들에게 노인들의 삶의 질 향상을 위해 노인들이 문제중심대처를 효과적으로 사용하도록 훈련할 필요가 있음을 시사한다. 예를 들어 Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스와 대처방식에 대한 지식과 인식을 높이고 대처자원을 높일 방법을 알기 위한 기술훈련을 제공하였다. 이를 바탕으로 Pourmohamadrez-Tajrishi et al.(2015)은 12회의 문제중심대처방식 프로그램을 개발하여 다운중후군 자녀를 가진 어머니에게 시행한 결과 공포증, 우울증, 편집증적 사고, 강박증, 불안, 공격성 등 역기능적인 심리적 증상이 유의하게 감소된다는 것을 보여주었다. 마찬가지로 노인에게 문제중심대처를 효과적으로 사용할 수 있도록 훈련함으로써 역기능적 심리적 증상을 완화시키고 주관적 안녕감을 개선하여 노인의 삶의 질을 높일 수 있으리라 기대된다.

셋째, 본 연구에서는 노화인식의 자원으로써의 기능에 초점을 맞춰서 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 노화이득인식이 부적으로 조절한다는 것을 보여주었다. 노화이득인식은 일종의 심리적 대처자원으로서 자신의 역량에 대한 긍정적 태도와 관련되어(Diehl & Wahl, 2010) 일상 속에서의 다양한 스트레스 사건에 대한 완충 작용을 할 수 있다(Brothers et al., 2018; Windsor et al., 2021). 이처럼 노화이득인식이 문제 상황에서 완충 역할을 하기 때문에 노화로 인한 이득을 많이 인식하는 노인

들에게서 문제중심대처의 효과가 높지 않을 수 있다. 본 연구는 이러한 노화이득인식의 중요성을 보여주었다는데서 의의를 가진다. 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인은 다양하고 복잡하게 상호작용한다. 실무자들이 상담이나 훈련과 같은 개입방법을 설계하기 위해서는 이러한 다양한 변인들의 효과에 대해 이해하고, 구체적인 대상 집단을 설정할 필요가 있다. 예를 들어, 본 연구와 관련해서 이미 노화이득인식이 높은 노인들의 경우에는 대처 방식에 대한 개입이 별로 효과를 발휘하지 못할 수 있다. 하지만 노화이득인식이 낮은 노인들의 경우 대처 방식에 대한 개입은 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미칠 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구에서 노화이득인식과는 달리 노화손실인식은 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계를 조절하지 못하였다. 즉, 노화손실인식은 주관적 안녕감에 대한 주효과는 가지고 있었지만 문제중심대처와의 상호작용 효과는 발견되지 않았다. 본 연구에서는 노화손실인식이 낮을 때에 비해 높을 때 문제중심대처의 효과성이 더 낮을 것이라고 예측하였으나, 노화로 인한 손실을 적게 인식할 때 문제중심대처의 수준이 어떠한 주관적 안녕감이 높은 편이기에 문제중심대처의 효과가 크지 않았다(그림 2). 또한 노화이득인식이 낮은 조건에서 문제중심대처와 주관적 안녕감 간 관계가 높아 문제중심대처가 낮은 노화이득인식의 부정적 효과를 상쇄하는 것과는 달리(그림 1), 문제중심대처 전략을 많이 사용할 때 노화손실인식의 부정적 효과가 상쇄되지도 않았다(그림 2). 예측과는 달리 노화손실인식과 문제중심대처 간 상호작용이 발견되지 않은 이유는 부분적으로 노화손실인식의 주효과 때문으로 설명할 수 있다. 노화손실인식은 주관적 안녕감과 -.51이라는 비교적 높은 수준의 상관관계를 보였으며, 이는 노화손실인식이 주관적 안녕감에 미치는 강한 영향을 암시한다. 이같이 노화손실인식과 주관적 안녕감의 강한 연결성을 보여주는 결과는 연구자와 실무자가 노인의 주관적 안녕감을 예측하고 관리하는 데 노화손실인식에 초점을 맞출 필요성을 보여준다. 구체적으로 연구자들은 노화손실인식을 야기하는 요인을 확인하고, 실무자들은 노화손실인식을 감소시키기 위한 개입 방안을 마련할 필요가 있다. 가령 노인들에게 노화에 대한 부정적 인식이 지지되지 않는 증거를 보여줘 노화손실인식을 감소시키는 등(Brothers, 2016)의 활동은 그 자체로 노인의 주관적 안녕감을 향상시킬 가능성이 있다.

본 연구는 노인의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요

인으로서 문제중심대처의 효과를 확인하였으며 이 관계에서 일종의 경계조건으로서 노화인식의 조절효과를 살펴본 것이다. 이러한 주요 발견에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 한계를 가진다.

첫째, 본 연구의 주요 준거변인은 주관적 안녕감이었다. 주관적 안녕감은 삶의 질에 영향을 미치는 의미 있는 지표로서 기능하지만, 그 외의 다른 주요한 준거변인을 살펴볼 필요도 있다. 예를 들어, 심리적 안녕감(psychological well-being), 매일 경험하는 정적 정서 및 부정 정서(positive affect and negative affect schedule; PANAS) 등은 주관적 안녕감의 대안적 측정치가 될 수 있다. 특히 본 연구는 단일시행 연구로서 전반적인 주관적 안녕감에 대한 평가를 측정하였지만, 경험표집법(experience sampling method, ESM)이나 일상재구성법(day reconstruction method, DRM)과 같이 하루에 경험하는 정서나 만족도를 여러 번 측정하여 변동성을 포착하는 것도 의미 있는 결과를 가져올 수 있다.

둘째, 본 연구는 자신의 대처방식, 인식 및 주관적 안녕감을 묻는 자기보고식 방법으로 시행되었다. 비록 본 연구의 초점이 노인 스스로의 인식에 있었기 때문에 본인에게 자기보고식으로 질문하는 것이 의미 있었지만, 가령 대처방식에 대해 본인에게 질문하기보다는 실제로 어떠한 대처방식을 사용하는지에 대한 관찰자의 평가를 사용한다면 보다 객관적인 대처, 노화인식 및 안녕감 간의 관계를 확인할 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구는 단일조사로 진행되었기 때문에 변인들 간의 인과관계에 대해 파악하지 못한다는 한계가 있다. 예를 들어 본 연구에서는 대처방식이 노인의 주관적 안녕감에 영향을 미친다고 가정하였지만, 실제로는 주관적 안녕감이 높은 노인들이 문제중심대처를 더 많이 사용할 수도 있다. 향후 연구에서는 앞서 언급했던 경험표집법이나 일상재구성법과 같은 단기종단연구, 혹은 연단위의 보다 장기적인 종단연구를 시행하여 인과관계를 보다 뚜렷하게 확인할 필요가 있을 것이다.

주제어: 노화인식, 문제중심대처, 주관적 안녕감, 노인

REFERENCES

김여진, 임연옥(2015). 한국 노인 주관적 안녕감의 성별 차

- 이 메타분석. *한국콘텐츠학회논문지*, 15(9), 195-209.
- 남상희, 김지연(2021). 한국판 노화인식 척도의 타당화 연구: 서울시 노인을 중심으로. *한국콘텐츠학회논문지*, 21(11), 692-710.
- 민하영(2021). 보육교사의 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 영향: 성인애착불안의 조절효과를 중심으로. *한국생활과학회지*, 30(5), 721-731.
- 모선희, 이지영(2002). 노인의 스트레스와 대처방식에 관한 연구. *한국노년학*, 22(1), 65-80.
- 배옥현, 홍상욱(2008). 대학생의 자아분화 정도가 스트레스 수준 및 대처방식에 미치는 영향에 관한 연구. *한국생활과학회지*, 17(1), 27-34.
- 서경현(2011). 대학생의 스트레스, 문제중심 대처 및 상/하향비교 대처와 주관적 웰빙 간의 관계. *청소년학연구*, 18(8), 217-236.
- 서수균, 백지영, 정영숙(2012). 노인의 스트레스 및 삶의 의미성과 행복감의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 25(3), 17-30.
- 연은경(2011). 스트레스 대처 방식이 회복실 간호사의 주관적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 박사학위논문.
- 유경, 김지현, 강연욱, 이주일(2012). 한국판 노인용 사기 척도(PGCMS)의 타당화 연구. *한국노년학*, 32(1), 207-222.
- 이영인(2005). 일개 지역 노인에서 통증과 관련된 요인 분석: 스트레스와의 관계를 중심으로. 서울대학교 박사학위논문.
- 통계청(2021). 2021 고령자 통계, https://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/1/index.board?bmode=read&aSeq=403253에서 인출
- Aldwin, E. (1990). The elders life stress inventory. In: Stephens, M., Crowther, J., Hobfoll, S., & Tennenbaum, D., (Eds.). *Stress and coping in later-life families*. New York: Hemisphere Publishing.
- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1066-1074.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461-480.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: the model of selective optimization with compensation. in *Successful Aging: Perspectives From the Behavioral Sciences*, eds P. B. Baltes, and M. M. Baltes (Cambridge: Cambridge University Press), 1 - 34.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2003). New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontology*, 49(2), 123-135.
- Bellingtier, J. A., & Neupert, S. D. (2018). Negative aging attitudes predict greater reactivity to daily stressors in older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(7), 1155-1159.
- Bond, F. W., & Bunce, D. (2000). Mediators of change in emotion-focused and problem-focused worksite stress management interventions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(1), 156-163.
- Brothers, A. (2016). Awareness of Age-Related Change (AARC): Measurement, Conceptual Status, and Role for Promoting Successful Aging, Unpublished doctoral dissertation, Colorado State University, Colorado.
- Brothers, A., Diehl, M., Gabrian, M., & Wahl, H. (2018). Subjective aging within a resilience framework: The buffering role of awareness of positive age-related change. *Innovation in Aging*, 2, 748.
- Brothers, A., Gabrian, M., Wahl, H. W., & Diehl, M. (2019). A new multidimensional questionnaire to assess awareness of age-related change (AARC). *The Gerontologist*, 59(3), e141-e151.
- Bryant, C., Bei, B., Gilson, K., Komiti, A., ... & Judd, F. (2012). The relationship between attitudes to aging and physical and mental health in older adults. *International Psychogeriatrics*, 24(10), 1674-1683.
- Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., ... & Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves with age: evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging*, 26(1), 21-33.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based

- approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267 - 283.
- Chen, Y., Peng, Y., Xu, H., & O'Brien, W. H. (2018). Age differences in stress and coping: Problem-focused strategies mediate the relationship between age and positive affect. *The International Journal of Aging and Human Development*, 86(4), 347-363.
- Cong, C. W., Ling, W. S., & Aun, T. S. (2021). Problem-focused coping and depression among adolescents: Mediating effect of self-esteem. *Current Psychology*, 40(11), 5587-5594.
- Diehl, M. K., & Wahl, H. W. (2010). Awareness of age-related change: Examination of a (mostly) unexplored concept. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65(3), 340-350.
- Diehl M. K., Wahl H. W., Barrett A. E., Brothers A. F., ... & Wurm, S. (2014). Awareness of aging: Theoretical considerations on an emerging concept. *Developmental Review*, 34, 93 - 113.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302
- Dutt, A. J., & Wahl, H. W. (2019). Future time perspective and general self-efficacy mediate the association between awareness of age-related losses and depressive symptoms. *European Journal of Ageing*, 16(2), 227-236.
- Galiana, L., Tomás, J. M., Fernández, I., & Oliver, A. (2020). Predicting well-being among the elderly: The role of coping strategies. *Frontiers in Psychology*, 11, 616.
- Gamrowska, A., & Steuden, S. (2014). Coping with the events of daily life and quality of life of the socially active elderly. *Health Psychology Report*, 2(2), 123-131.
- Hayes, A. F. (2013). Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A RegressionBased Approach Second Edition. Hyeong Kwon Lee Translated (2015). Gyeonggi: Shinyoungsa Public.
- Herman, J. L., & Tetrick, L. E. (2009). Problem focused versus emotion focused coping strategies and repatriation adjustment. *Human Resource Management: Published in Cooperation with the School of Business Administration, The University of Michigan and in Alliance with the Society of Human Resources Management*, 48(1), 69-88.
- Jones, T. G., Rapport, L. J., Hanks, R. A., Lichtenberg, P. A., & Telmet, K. (2003). Cognitive and psychosocial predictors of subjective well-being in urban older adults. *The Clinical Neuropsychologist*, 17(1), 3-18.
- Koenig, H. G., Cohen, H. J., Blazer, D. G., Pieper, C., ... & DiPasquale, B. (1992). Religious coping and depression among elderly, hospitalized medically ill men. *The American Journal of Psychiatry*, 149(12), 1693 - 1700.
- Laidlaw, K., Power, M. J., & Schmidt, S. (2007). The attitudes to ageing questionnaire (AAQ): development and psychometric properties. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A Journal of the Psychiatry of Late Life and Allied Sciences*, 22(4), 367-379.
- Lawton, M. P. (1972). The dimensions of morale. In D. Kent, R. Kastenbaum, & S. Sherwood(Ed.), *Research, planning, and action for elderly*(pp. 144-165). New York: Behavioral Publication.
- Lawton, M. P. (1975). The Philadelphia geriatric center morale scale: A revision. *Journal of Gerontology*, 30(1), 85-89.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Levy, B. R., Moffat, S., Resnick, S. M., Slade, M. D., & Ferrucci, L. (2016). Buffer against cumulative stress: Positive age self-stereotypes predict lower cortisol across 30 years. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 29(3), 141-146.
- Levy, B. R., Slade, M. D., Kunkel, S. R., & Kasl, S. V. (2002). Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(2), 261-270.

- Lewin, J. E., & Sager, J. K. (2009). An investigation of the influence of coping resources in salespersons' emotional exhaustion. *Industrial Marketing Management*, 38(7), 798-805.
- Myers, D., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Nunes, R. P., Melo, R. L. P. D., Júnior, S., & Eulálio, M. D. C. (2016). Relationship between coping and subjective well-being of elderly from the interior of the Brazilian Northeast. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 29, 33-36.
- Pinquart, M. & Sorensen. S. (2000). Influence of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and aging*, 15(2), 187-224.
- Pourmohamadreza-Tajrishi, M., Azadfallah, P., Garakani, S. H., & Bakhshi, E. (2015). The effect of problem-focused coping strategy training on psychological symptoms of mothers of children with down syndrome. *Iranian Journal of Public Health*, 44(2), 254-262.
- Reyes, M. F., Satorres, E., Delhom, I., Bueno-Pacheco, A., & Meléndez, J. C. (2021). Coping and Life Satisfaction in Colombian Older Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20), 10584.
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: how are they related?. *European Journal of Ageing*, 12(2), 153-161.
- Sinclair, V. G., & Wallston, K. A. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment*, 11(1), 94-101.
- Stewart, K. L. (1988). *Stress and Adaptation: A multi-system model of individual couple, family, and work systems*. University of Minnesota Press.
- Windsor, T. D., Abbott, M. J., Cations, M., Howard, A. J., & Wilton-Harding, B. (2021). Subjective perceptions of age-related gains buffer negative associations of perceived age-related losses with health, well-being, and engagement. *International Journal of Behavioral Development*, 0(0), 1 - 7.
- Wurm, S., Warner, L. M., Ziegelmann, J. P., Wolff, J. K., & Schüz, B. (2013). How do negative self-perceptions of aging become a self-fulfilling prophecy?. *Psychology and Aging*, 28(4), 1088-1097.

Received 09 August 2022;

1st Revised 30 September 2022;

2nd Revised 12 October 2022;

Accepted 12 October 2022