

중년기 성인의 노화에 대한 태도와 영향요인

Attitudes Toward Aging and Influencing Factors in Middle Adulthood

김정하¹(Jung-Ha Kim) <https://orcid.org/0009-0004-5415-0490> 김혜연^{2*}(Hye-Yeon Kim) <https://orcid.org/0009-0009-5925-6856>

¹Jeju National University University of Natural Sciences Department of Human Ecology & Welfare, Part Time Teacher

²Jeju National University University of Natural Sciences Department of Human Ecology & Welfare, Professor

<초 록>

본 연구는 중년기 성인의 노화에 대한 태도와 그 영향을 미치는 요인을 살펴보고, 각 요인의 상대적 영향력을 검증하여 긍정적인 노화 태도 형성을 위한 기초 자료를 제공하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 제주도에 거주하는 40~64세 기혼 성인 382명을 대상으로 설문 조사를 실시하고, 상관분석과 다중회귀분석을 통해 자료를 분석하였다.

연구 결과, 생활만족도가 노화에 대한 태도에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타났으며, 특히 대인관계, 직무수행, 생활환경 적응이 긍정적인 노화 태도 형성에 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 반면, 연령은 노화에 대한 태도에 부정적인 영향을 미쳤고, 건강상태, 기대수명, 정서적·정보적 지지는 노화에 대한 태도와 정적상관을 보였으나, 회귀분석에서는 유의한 영향을 미치지 않았다.

이러한 결과는 중년기 성인의 생활만족도를 높이고 사회적 지원을 강화하는 정책적 노력이 필요함을 시사한다. 특히, 중년기 이후에도 의미 있는 사회적 역할을 지속하고 안정적인 대인관계를 유지할 수 있도록 지원하는 환경 조성이 중요하다.

▲주제어: 노화에 대한 태도, 중년기, 생활만족도, 노후준비

I. 서론

1. 연구의 필요성과 목적

현대 사회는 과학과 의학의 발전으로 인간의 평균 수명이 연장되면서, 생애 주기와 발달 단계 전반에 걸쳐 큰 변화가 나타나고 있다. 특히 빠르게 진행되는 고령화로 인해 노인 인구가 급격히 증가하고 중년기와 노년기의 기간이 길어지면서 중년기와 노인 그리고 노화에 관한 관심이 점점 더 높아지고 있다(김신미, 김순이 2009). 이러한 변화는 단순히 개인의 노화 적응 문제를 넘어, 건강 관리, 경제적 준비, 노동시장 구조, 연금 및 복지 제도, 세대 간의 갈등 등 사회 전반에 걸쳐 영향을 미치며(한국보건사회연구원, 2019), 이는 현재 우리 사회가 해결해야 할 중

요한 과제로 대두되고 있다.

중년기는 인생 주기에서 노화 과정의 중요한 전환점으로 신체적·심리적·사회적 변화가 두드러지게 나타나는 시기이다. 개인적 발달의 관점에서는 신체적·생물학적 노화가 시작되며, 만성질환의 유병률이 증가하고 생산성 감퇴를 가져오게 된다(Levinson, 1978; Lachman, 2004). 사회적 관점에서는 직업과 사회생활에서 성취와 도전 경험의 절정에 달하지만, 점차 하강과 은퇴를 예감하고 새로운 일을 시작하기에는 늦었다고 인식하는 시기로도 여겨진다(김명자, 1989). 가장 급격한 변화는 심리적 변화로 중년기는 삶의 유한성을 자각하며 자신의 내적 정체성과 본질적인 가치에 관심을 가지는 심리적 성숙을 가져오는 시기일 수 있다. 반면, 신체적, 사회적 변화로 인해 역할감 소나 관계의 단절로 인한 소외감, 외로움 및 우울감을 느

* Corresponding Author: Hye Yyeon Kim, Jeju National University, 102 Jejudaehak-ro, Jeju-si, Jeju-do, (63243) Rep. of Korea.

Tel. +82-64-754-2114, Fax. +82-64-755-6130, E-mail morning@jejunu.ac.kr

[Received] January 31, 2025; [Revised] February 21, 2025; [Accepted] March 28, 2025

끼는 것과 같은 다양한 적응 문제를 경험하는 역동적인 시기에 해당하기도 한다(오은아, 2019).

이처럼 중년기는 다양한 삶의 영역에서 젊은 시절과 차이를 실감하게 되면서 노화에 대해 긍정적이기보다는 부정적으로 인식하기 쉽다. 특히 오늘날 중년기는 과거 부모세대와 달리 한편으로는 부모 부양과 자녀 양육 및 교육의 책임을 져야 할 뿐 아니라 다른 한편으로는 자신의 노후를 스스로 준비해야 하는 이중의 부담이 있다. 따라서 중년기가 실제 노인들보다 노화에 대한 부정적인 인식과 불안감을 더 크게 호소하는 경향을 보인다 (Barrett & Robbins, 2008).

노화는 출생에서 성장기를 거쳐 사망에 이르는 과정에서 나타나는 삶의 보편적이고 자연스러운 현상(신순옥, 2013)으로, 이는 개인적 요인뿐만 아니라 환경적 요인이 상호작용을 통해 이루어지는 다면적인 변화과정으로 이해할 수 있다(류희선, 2004; 배문조, 2012). 이러한 노화는 모든 사람들이 경험하는 일반적 현상이지만, 노화에 대해 갖는 태도는 주관적인 인식이어서 개인에 따라 다르다.

노화에 대한 태도는 구체적으로 노년기를 바라보는 개인의 시각으로, 시간의 흐름에 따라 진행되는 노화 과정에서 얼마나 만족하고 변화에 잘 적응하는지를 평가하는 것을 말한다(Levy, 2009). 즉, 노화에 대한 태도는 개인이 노화와 신체적, 심리적, 사회적 변화에 대해 가지는 감정적, 인지적, 행동적 반응으로 나타나며, 이는 개인의 가치관, 경험, 사회적 환경에 따라 긍정적 또는 부정적으로 형성될 수 있다.

노화에 대한 태도에 관한 선행연구들에 따르면 긍정적인 노화 태도는 높은 삶의 만족도, 건강한 심신의 상태, 낮은 불안 및 우울 수준과 관련이 있다고 보고되고 있다 (Bryant et al., 2012; Faudzi et al., 2019; Liu et al., 2020). 반면, 노화에 대한 부정적 태도는 자신감과 자존감을 저하하고, 사회참여와 동기를 감소시켜 결과적으로 노년기의 삶의 질을 떨어뜨리는 주요 원인으로 작용한다(Hess, 2006). 이러한 연구 결과에서 볼 수 있듯이 삶의 만족도가 높을수록 노화를 긍정적으로 수용하는 태도가 형성될 가능성이 크다고 보고하고 있다(남민정 & 조영문, 2018; 유순정, 2022; Long, 2014).

생활만족도는 개인이 자신의 삶을 얼마나 긍정적으로 평가하는지를 나타내는 주관적 웰빙의 핵심 요소이며, 노화에 대한 태도 형성에도 중요한 영향을 미친다 (Veenhoven, 1996). 이는 생활만족도가 높을수록 긍정적 정서가 강화되고, 노화 과정에서의 변화에 대한 수용력이

증가하기 때문이다(George, 2010). 일반적으로 삶의 만족도가 높은 사람들은 자신의 노화를 보다 긍정적으로 받아들이고, 노년기를 가치 있는 삶의 단계로 인식하는 경향이 있다.

특히, 생활만족도가 높을수록 노화 과정에서의 신체적·정신적 변화에 대한 수용력이 증가하며, 노화에 대한 불안이 감소하는 것으로 보고되고 있다(Kotter-Grühn & Hess, 2012). 이는 생활만족도가 높은 개인들이 더 효과적인 스트레스 대처 전략을 사용하고, 자기효능감을 유지할 가능성이 높기 때문이다. 반면, 생활만족도가 낮은 사람들은 노화에 대한 부정적 인식을 강화할 가능성이 있으며, 이는 노화와 관련된 불안과 스트레스를 증가시키는 요인이 될 수 있다 (김수정 & 김현정, 2015).

송기영(2018)의 연구에서도 노화에 대한 긍정적인 태도를 가진 사람들은 현재의 생활만족도가 높으며, 이러한 만족도는 건강 관리 및 대인관계 만족도와도 밀접한 관련이 있다고 보고되었다. 또한, 중년기에는 삶의 만족도가 단순한 현재의 생활 평가뿐만 아니라 미래에 대한 기대와도 연결되어 있다. 즉, 현재 삶에 대한 만족도가 높을수록 미래에 대한 긍정적 기대도 높아지고, 이는 노화에 대한 태도에도 영향을 미칠 수 있다(Veenhoven, 1996).

따라서 생활만족도는 단순한 정서적 요인에 그치는 것이 아니라, 개인이 노화를 어떻게 받아들이고 준비하는 과정에서 중요한 역할을 하며, 건강 행동, 대인관계 유지, 심리적 복원력 등의 요인을 통해 노화 태도 형성을 촉진할 수 있다(Bowling & Dieppe, 2005).

하지만, 현대 사회에서는 신체적, 정신적, 사회적, 문화적 측면에서 노화에 대해 부정적으로 인식하는 경향이 증가하면서, 많은 사람들이 노화에 대해 걱정과 불안을 느끼고 있다(Jung et al., 2016). 특히 대부분의 사람은 노화를 떠올릴 때 주로 신체적 변화를 가장 먼저 연상하고 이를 부정적으로 바라보는 경우가 많다(김정현, 김옥, 2012). 더욱이 급격히 진행되는 고령화는 이러한 노화 불안을 더욱 심화시키고 있어 노년기를 앞두고 있는 중년기가 갖고 있는 노화에 대한 태도가 어떻게 형성되는가가 중요해지고 있다.

이러한 측면에서 선행연구들은 중년기 성인의 노화에 대한 태도의 중요성과 함께 이에 영향을 미치는 다양한 요인들을 밝혀왔다. 김정호(2007)은 긍정적인 노화에 대한 태도가 체계적인 노후준비를 촉진한다고 밝혔으며, 김정현과 김옥(2012)은 신체적 건강과 자아 존중감이 노화에 대한 태도 형성에 큰 영향을 미친다고 보고하였다.

또한, 오은아와 박기환(2021)은 개인적 요인뿐만 아니라 가족과 직장에서의 사회적 지지가 중년기의 노화 불안을 완화하고 긍정적인 태도 형성에 기여한다고 강조하였다. 김자영(2019)의 연구에서는 경제적 안정성과 사회적 지원이 중년기의 노화에 대한 태도에 미치는 중요성을 제시하였다. 더불어, 높은 생활만족도는 개인이 자신의 삶을 긍정적으로 인식하고 노화를 자연스럽게 긍정적으로 받아들일 가능성을 높이는 중요한 요인으로 지적된다(Veenhoven, 1996).

이와 같은 선행연구들은 중년기 성인이 긍정적인 노화에 대한 태도를 형성하도록 돕기 위해서는 다양한 영향요인을 고려해야 할 필요성을 제기한다.

이러한 배경에서 본 연구는 중년기 성인의 노화에 대한 태도와 관련하여 다양한 영향요인을 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도로 구분하고, 이러한 특성이 미치는 영향력을 분석하고자 한다.

이에 따라 본 연구는 중년기 성인의 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도가 중년기 성인의 노화에 대한 태도 형성에 어떠한 관계가 있으며 그 영향력은 어느 정도인지를 분석하고자 한다. 이를 통해 중년기 성인의 노화에 대한 태도를 이해하고 긍정적인 노후 준비를 도울 수 있는 이론적, 실천적 자료를 제공하고자 한다.

이러한 본 연구의 결과는 궁극적으로 개인적 차원에서는 중년기와 노년기에 대한 심리적 준비와 적응을 돕고, 사회적 차원에서는 고령화 사회에 적합한 정책적·제도적 지원 방향을 제시함으로써 건강하고 지속 가능한 고령화 사회를 만드는 데 기여할 수 있을 것이다.

2. 연구 문제

본 연구는 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 있어서 주요 요인 및 그 영향력을 분석하는 데 목적이 있다. 이러한 본 연구의 연구목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째. 중년기 성인의 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도와 노화에 대한 태도의 관계는 어떠한가?

둘째. 중년기 성인의 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도가 노화에 대한 태도에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 중년기와 노화에 대한 태도

노화는 생물학적·심리적·환경적 요인이 상호작용하여 나타나는 보편적 과정으로, 모든 사람이 겪는 자연스러운 변화이다(신순옥, 2013). 그러나 이를 받아들이는 개인의 태도는 신체적, 심리적, 사회적 경험에 따라 다르게 형성된다. 따라서 한 개인에게 있어 인생의 발달 단계로 자연스럽게 일어나는 노화는 객관적 사실이지만, 노화를 바라보고 인식하며 느끼는 방식인 노화에 대한 태도는 주관적이며 사회적인 의미를 지닌다.

그래서 Levy(2009)는 노화에 대한 태도를 개인이 시간의 흐름 속에서 경험하는 변화에 대해 가지는 감정적, 인지적, 행동적 반응으로 정의하면서, 이는 개인의 가치관과 사회적 환경에 따라 긍정적 또는 부정적으로 나타날 수 있다고 설명한다.

한편 중년기는 신체적 노화와 같은 생물학적 변화뿐만 아니라, 직업적·사회적 역할의 변화를 경험하는 시기이다. 중년기는 흔히 직업적·경제적 정점에 도달하며 자신의 생애 후반부를 계획하는 것으로 인식된다. 그러나 우리나라의 중년기의 경우 자신의 은퇴 후 계획뿐 아니라 부모 부양과 자녀 양육이라는 두 세대 간의 역할 부담을 갖고 있다(김명자, 1989). 또한 중년기는 인생의 중요한 전환점으로서 개인의 성장과 성숙을 바탕으로 삶의 의미와 방향을 재정립해야 하는 시기이기도 하다.

이러한 측면에서 중년기는 그 어느 인생주기 보다는 노화를 인식하고 준비해야 할 필요성을 절감하고 있어, 노화에 대한 태도가 갖는 의미와 중요성이 큰 시기이다.

Lachman et al. (2015)는 중년기를 성숙한 자기 성찰과 자아 통합을 통해 미래에 대한 긍정적 기대를 형성할 수 있는 시기로 보았다. 이 시기의 직업적 성취와 사회적 책임은 자기효능감을 강화하며, 개인적 성숙은 이후 생애 주기에 중요한 심리적·정서적 기반을 마련한다는 것이다. 그에 따르면 중년기는 노화에 대해 긍정적인 태도를 형성할 가능성이 높다고 할 수 있다.

Wurm et al. (2017)은 중년기의 삶의 경험과 성취를 통해 노화를 긍정적으로 수용할 가능성이 크다고 주장한다. 중년기는 개인이 자신의 과거 성취를 돌아보며 삶의 의미를 재조명할 수 있는 중요한 시기로, 이러한 과정에서 성공적으로 전환 과업을 수행한 경우 노화에 대한 태도가 긍정적으로 나타난다고 보았다. 특히, 중년기는 자신의

건강과 웰빙을 적극적으로 관리하려는 노력을 통해 건강한 노화(healthy aging)에 대한 기대감을 형성할 수 있는 시기이며, 이는 노화 과정에 대한 긍정적인 태도를 강화하는 요인으로 작용할 수 있다.

이와 같이 중년기의 성장과 성숙의 결과 노화에 대한 태도가 긍정적으로 형성될 수 있지만, 전환기 과정에 처한 중년기의 실제적 상황과 어려움으로 인해 노화에 대한 태도가 부정적으로 형성되기 쉽다는 결과를 제시하는 연구자들도 있다.

Kornadt et al. (2015)는 중년기가 노화에 대해 부정적인 태도를 가질 가능성이 높은 시기임을 강조하면서, 그 이유를 신체적, 심리적, 사회적 변화와 연결 지었다. 그는 중년기에 신체적 노화로 인해 건강 문제와 외모 변화가 두드러지게 나타나고, 사회적·직업적 역할이 축소되는 경험이 정체성 위기를 유발할 수 있다는 것이다. 그래서 이러한 변화로 인해 중년기는 노화에 대해 부정적인 인식을 갖게 된다는 것이다. 특히, 중년기는 젊은 세대에 비해 노화와 관련된 부정적인 사회적 고정관념을 더 강하게 내면화할 가능성이 높으며, 이는 노화 과정에 대한 우려와 불안을 심화시키는 주요 원인으로 작용한다고 지적했다.

한편 Lachman과 Bertrand(2001)은 중년기의 긍정적인 측면과 함께 동시에 공존하는 역할 갈등과 생물학적 변화가 스트레스와 불안을 유발할 수 있다고 지적하면서, 이 시기의 대처 능력과 심리적 유연성이 삶의 질과 노화에 대한 태도 형성에 핵심적 역할을 한다고 강조했다.

이상에서 제시한 바와 같이, 중년기는 노화에 대한 태도가 본격적으로 형성되는 중요한 시기이다. 이러한 노화에 대한 태도가 어떻게 형성되는가는 다양한 요인에 의해 영향을 받는 주관적인 측면이며, 그중에서도 삶의 만족도는 중년기 성인의 노화에 대한 태도 형성에 중요한 역할을 할 수 있다. 특히, 중년기의 삶의 만족도 수준은 노화 과정에 대한 개인의 기대와 태도를 형성하는 데 직·간접적인 영향을 미칠 수 있으며, 이에 대한 체계적인 연구가 필요하다.

2. 노화에 대한 태도 이론

태도란 특정 주제나 현상에 대해 개인이 가지는 주관적인 인식(Eagly & Chaiken, 1993)을 의미하므로, 노화에 대한 태도란 노화라는 현상에 대해 개인이 가지는 주관적인 인식을 뜻한다.

Levy의 고정관념 체화 이론은 이러한 노화에 대한 태도가

주관적인 인식에서 더 나아가 고정관념이라는 것을 보여준다. 고정관념 체화 이론이란 사회적 고정관념이 개인의 자아에 내면화된다는 것이다. 이러한 고정관념 체화 이론에 따르면 노화에 대한 태도는 단순히 외부환경에서 형성된 것이 아니라 개인의 경험과 인식 속에서 내면화되어 자기고정관념화로 전환되는 과정을 거친다(Levy, 2009).

그러므로 Levy(2009)는 자신의 노화에 대한 태도는 자신의 노화에 얼마나 만족하며, 노화로 인한 변화에 얼마나 잘 적응하고 있는지를 나타낸다고 하였다. Levy는 오히려 노화/은퇴 중단 연구(OLSAR)를 기반으로 한 연구에서 "자신의 노화 인식(Self-Perception of Aging)"이라는 개념을 제시하며, 이는 사회적 고정관념의 영향을 받아 형성된 자신의 노화에 대한 고정관념을 의미한다고 설명하였다. 특히, 아동기부터 성인기에 이르는 사회적 상호작용과 문화적 경험을 통해 학습된 부정적인 노화 고정관념은 나이가 들어감에 따라 자아와 연결되며, 궁극적으로 내면화되어 개인의 건강과 행동에 중요한 영향을 미친다고 주장하였다(Levy, 2003; Levy & Myers, 2004).

이처럼 고정관념 체화 이론은 노화에 대한 태도는 단순한 주관적인 인식이 아닌 여러 요인의 상호작용 및 상호영향의 결과 내지 효과로 심층적이고 심화된 인식으로 자리잡는다는 것을 나타내 준다. 특히 고정관념 체화 이론의 핵심은 사회적 고정관념이 노년기에 접어든 개인의 행동, 심리적 상태, 그리고 생리적 반응에까지 영향을 미친다는 점이다.

부정적인 노화 고정관념은 심혈관계 스트레스 반응, 면역 체계 약화, 건강 증진 행동 감소 등 다양한 경로를 통해 건강에 부정적인 결과를 초래한다(Levy, 2009). 반면, 긍정적인 노화에 대한 태도는 스트레스를 줄이고 건강한 행동을 장려하며, 더 나은 건강과 삶의 질을 유지하도록 돕는다. Levy, Slade, 및 Kasl(2002)의 연구는 이러한 점을 뒷받침하며, 긍정적인 노화에 대한 태도를 가진 사람들이 장기적으로 더 건강한 신체적 기능을 유지한다는 결과를 제시하였다.

이와 같은 Levy의 연구결과와 마찬가지로 노화에 대한 태도는 결과적으로 개인의 다양한 신체적, 정신적, 그리고 다양한 생활영역에 영향을 미친다는 연구들이 많이 이루어져 왔다.

Moser et al. (2011)은 부정적인 노화에 대한 태도가 일상 생활 수행 능력 감소와 연관이 있음을 밝혔다. 또한 Wurm et al. (2010)는 긍정적인 노화에 대한 태도가 신체 활동 증가와 밀접한 관련이 있음을 제시하고 있다. Stephan et al. (2015)

역시 부정적인 노화 인식이 신체적 쇠퇴를 가속화하는 반면, 긍정적인 태도는 신체 기능 유지 및 장수와 연관이 있음을 보고하였다.

한편 Bryant et al. (2012)은 긍정적인 노화에 대한 태도를 가진 사람들이 더 높은 심리적 웰빙과 낮은 우울 증상을 경험한다고 밝혔다. 이는 긍정적인 노화에 대한 태도가 심리적 적응 및 스트레스 관리에 효과적임을 보여준다. Kotter-Grühn과 Hess(2012)는 긍정적인 노화 인식이 사회적 관계를 강화하고 사회적 참여를 촉진하며, 노년기 삶의 만족도를 높이는 데 기여한다고 주장하였다.

이상에서 알 수 있듯이, 노화에 대한 태도는 단순히 개인의 주관적 반응에 그치지 않으며, 고정관념으로서 개인의 태도, 행동, 건강에 많은 영향을 미친다((Levy, 2009; Westerhof & Wurm, 2015). 따라서 중년기에 부정적인 노화 고정관념을 극복하고, 긍정적인 노화 태도를 형성하는 것이 노년기 건강 증진과 삶의 질 향상을 위해 필수적이다 (Bowling & Dieppe, 2005).

3. 선행연구의 고찰

오늘날 급격한 고령화로 인해 노인 인구가 증가하고 노년기가 길어지면서 노화에 관한 관심 역시 증가하고 있다. 특히 성공적 노화와 노년의 삶의 질 향상이라는 측면에서 노화에 대한 태도의 중요성과 의미가 부각되고 있다.

이에 따라 노화에 대한 태도에 관한 선행연구가 많이 이루어져 왔는데, 이들은 노화에 대한 태도가 단일의 인식이 아니며 여러 요소로 구성된 개념임을 보여주고 있다. 또한 노화에 대한 태도가 일종의 개인의 신체적, 심리적, 사회적 변화에 대한 반응방식으로 다양한 요인들에 의해 영향을 받아 형성되고 있음을 밝히고 있다.

이러한 요인들을 개인적 특성, 노후관련 특성 및 생활만족도로 구분하여 제시하면 다음과 같다.

우선 개인적 특성과 관련된 선행연구를 살펴보면, 배혜영 외(2014)는 연령대가 높아질수록 부정적 태도가 강화된다고 주장한 반면, 최성재(2009)은 연령과 관계없이 모든 연령대에서 부정적 태도가 나타날 수 있다고 보고하였다. 또한 이미진(2012)은 연령이 높고 배우자가 없으며, 농촌 지역에 거주하거나 교육 수준이 낮은 경우 노화에 대해 부정적인 태도를 가질 가능성이 크다고 보고하고 있다. 이러한 특성을 가진 개인이 노화에 대해 부정적인 태도를 가질 수 있는 이유로는 신체적·심리적 변화에 대한 부정적 인식, 정서적 지지 부족, 그리고 정보와 자원 접근

성의 차이라고 하였다. 성별과 관련하여 Neugarten et al. (1961)은 여성이 남성보다 노화를 더 부정적으로 인식하는 경향이 있다고 밝혔으며, 이는 신체적 외모 변화와 건강 문제에 대한 민감성 차이에서 발생한다고 하였다.

노후에 대한 태도는 노후 생활과 관련된 요인에 의해서도 영향을 받게 되는데, 그러한 것으로는 부양을 해줄 수 있는 자녀의 존재, 자신의 건강상태, 경제적 상태 및 사회적 관계를 들 수 있다. 김준표와 김순은(2018)은 부모-자녀 간의 결속력이 강할수록 삶의 만족도가 높아 노화에 대한 태도에 긍정적인 영향을 미친다고 밝혔다. 또한, 건강 상태와 주관적 건강 인식이 좋을수록 긍정적인 태도를 형성하며(최외선, 손현숙, 1991; 조아라, 오희영, 2017), 자신의 기대수명이 길다고 인식하는 경우 노화를 성장과 발달의 과정으로 받아들일 가능성이 높다(최해경, 이선화, 2021). 경제적 안정은 노화 과정에서 스트레스를 완화하고 삶의 만족도를 높이며, 이는 긍정적인 노화에 대한 태도를 형성하는 데 중요한 역할을 한다(이민선, 한기향, 2022). Montepare와 Lachman(2019)은 중년기의 노화에 대한 태도가 자아 정체성과 사회적 지지에 큰 영향을 받는다고 밝혔다. 가족, 친구, 동료와의 긍정적인 관계를 유지하고 자아 효능감을 높게 평가하는 개인은 노화를 자연스럽게 받아들이는 반면, 사회적 지지가 부족하거나 스트레스가 많은 환경에 처한 경우 부정적인 태도를 보일 가능성이 높다. 그래서 가족, 친구, 직장 동료와의 관계가 풍부할수록 긍정적인 노화에 대한 태도가 나타나는데(여미옥, 2013). 특히, 가족이나 친구와의 교류는 심리적 안정과 정서적 지원을 제공하며, 노인의 삶의 질과 행복감을 증진시키는 데 기여한다(진영선, 2014).

한편 생활만족도는 노화에 대한 태도 형성에 중요한 영향을 미치는 심리적 요인으로, 생활만족도가 높은 개인은 자신의 현재 삶을 긍정적으로 평가하며, 이는 스트레스 관리, 정신건강 유지, 사회적 관계 형성 등과 밀접한 관련이 있다(George, 2010).

Veenhoven(1996)은 생활만족도가 높은 사람이 노화를 보다 긍정적으로 수용하고, 노년기를 의미 있는 삶의 단계로 인식할 가능성이 높다고 보고하였다. 이는 생활만족도가 높을수록 개인이 자신의 삶을 가치 있고 충만하게 받아들이며, 노화를 자연스러운 생애 과정으로 인식하게 됨을 시사한다. 반면, 생활만족도가 낮은 경우 노화에 대한 부정적 인식이 강화될 수 있으며, 이는 노화에 대한 불안과 스트레스를 증가시키는 요인이 될 수 있다(김수연, 1987).

김정호(2007)은 삶의 만족도가 높은 중년기 성인은 노화에 대한 부정적 인식을 덜 가지며, 적극적인 노후 준비를 수행하는 경향이 있다고 밝혔다. 또한, 송기영(2018)의 연구에서는 노화에 대한 태도가 긍정적인 사람일수록 현재의 생활만족도가 높으며, 이는 건강관리 및 대인관계 만족도와도 밀접한 관련이 있다고 보고하였다. 이와 같은 연구들은 생활만족도가 단순한 현재 삶의 평가를 넘어, 노화 인식과 태도 형성에도 영향을 미치는 주요 심리적 요인임을 시사한다. 특히, 생활만족도는 노화와 관련된 스트레스와 불안을 조절하는 보호 요인으로 작용할 수 있으며, 노화 과정에서의 심리적 적응력을 높이는 역할을 할 수 있다(Allan & Johnson, 2009).

따라서, 노화를 긍정적으로 수용하기 위해서는 단순한 건강 증진이나 경제적 준비뿐만 아니라, 생활만족도를 높이기 위한 다양한 심리적·사회적 지원이 필요하다. 이상과 같은 선행연구들의 결과들은 중년기 성인의 노화에 대한 태도가 다양한 영향요인에 의해 형성됨을 밝혀주고 있다. 그러므로, 이러한 영향요인들이 어떻게, 그리고 어느 정도로 영향을 미치는가를 밝힘으로써 긍정적 노화에 대한 태도를 형성하기 위한 이론적 기반을 마련하고, 중년기와 노년기의 삶의 질 향상에 기여할 수 있는 실질적인 자료를 제공할 수 있을 것이다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 제주도에 거주하는 40세에서 64세의 기혼 중년 남녀를 대상으로 진행되었다. 중년기의 범위는 노인 복지법에서 노년기를 65세 이상으로 규정한 기준(이미경, 2019)을 근거로 40세에서 64세로 설정하였다. 연구의 목적을 달성하기 위해 2024년 2월 14일부터 3월 31일까지 설문조사를 실시하였다. 예비조사는 2024년 1월 8일부터 14일까지 진행되었으며, 총 30명을 대상으로 설문 문항의 타당성과 이해도를 검토하였다. 예비조사 결과를 바탕으로 설문 문항을 수정하고, 관련 분야 전문가의 자문을 거쳐 최종 설문지를 완성하였다.

본 조사는 비확률적 편의표집(convenience sampling) 방식을 통해 설문지를 배포 및 회수하였다. 총 450부의 설문지가 배포되었으며, 이 중 무응답, 불성실한 응답, 또는 회수되지 않은 설문지 68부를 제외한 최종 382부가 분석에 활용되었다.

2. 측정도구

본 연구는 선행연구를 기초로 설문을 구성하였으며, 본 연구에서 사용된 측정도구는 다음과 같다.

1) 개인적 특성

본 연구에서는 중년기의 개인적 특성으로 성별, 연령, 교육 수준, 직업을 포함하였다. 연령은 현재 만 나이를 기입하였으며, 교육수준은 최종 학력을 기준으로 하였다. 직업의 경우, 현재 수행 중인 주요 직업을 기준으로 직업 유형을 고려하여 분류하였다.

2) 노후 관련 특성

본 연구에서는 노후 관련 특성으로 자녀 수, 건강 상태, 기대수명, 노후 생활 준비 정도, 사회적 지지 인원을 포함한 다섯 가지 항목으로 구성하였다. 자녀 수는 응답자가 현재 양육 중이거나 독립한 자녀를 포함한 자녀의 총수를 주관식 문항으로 측정하였으며, 건강 상태는 개인이 스스로 인식하는 전반적인 건강 상태를 5점 Likert 척도로 평가하였다. 기대수명은 자신의 예상 수명을 주관식 문항으로 파악하였고, 노후 생활 준비 정도는 5점 Likert 척도를 통해 평가하였다. 사회적 지지 인원의 경우 박지원(1985)의 사회적 지지 척도를 근거로 정서적, 정보적, 물질적 지지의 세 측면으로 구성하여 지지를 제공한다고 응답한 인원을 기입 하도록 하였다. 이때 정서적 지지는 사랑과 이해 등 정서적 지원을, 정보적 지지는 문제 해결과 관련된 정보를 제공하는 지원을, 물질적 지지는 금전이나 물품을 제공하는 지원을 의미한다.

3) 생활만족도

본 연구에서 사용된 생활만족 지수는 Bigot(1974)이 개발한 Life Satisfaction Index Well-Being (LSE-W)를 기초로, 김영돈(1988) 등이 한국 실정에 맞게 번안하여 사용했던 설문지를 박미현(2007)이 다시 수정한 도구를 사용하였다.

생활만족도는 여가 및 노후준비(4문항), 대인 관계(3문항), 직무 수행(4문항), 생활환경 적응(7문항), 가족관계(5문항)의 5개 영역으로 총 23문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert의 5점 척도로 측정하였는데, 전체 생활만족도의 신뢰도는 .844 였고, 각 하위 영역별로 살펴보면 여가 및 노후준비 .787, 대인 관계 .802, 직무 수행 .820, 생활환경 적응 .823, 가족관계 .829로 나타났다.

4) 노화에 대한 태도

본 연구에서 사용된 노화에 대한 태도는 Laidlaw와 동료들(2006)이 개발한 노화에 대한 태도척도(Aging Attitudes Questionnaire, AAQ)를 기반으로, 김정현과 김옥(2012)이 한국 사회의 맥락을 반영하여 수정·개발한 척도를 사용하였다. 수정된 노화에 대한 태도 척도(AAQ-21)는 심리적 상실(5문항), 사회적 상실(4문항), 심신의 변화와 성장(12문항)의 세 가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 총 21개의 문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도를 사용하여 측정하였는데, 부정적으로 진술된 8개 문항은 점수를 역환산(reverse scoring)으로 처리하여 점수가 높을수록 노화에 대한 태도가 긍정적인 것으로 해석하였다. 본 연구에서 사용된 노화에 대한 태도 척도의 신뢰도(Chronbach's α)는 .787로 나타났다.

3. 분석방법

본 연구에서는 자료 분석을 위해 SPSS/WIN 25.0 프로그램을 활용하였다. 연구대상자의 개인적 특성, 노후 관련 특성, 생활만족도 및 노화에 대한 태도에 대해 빈도분석과 기술통계를 실시하여 기본적인 분포와 경향을 파악하였다. 또한, 일반적 특성, 노후 관련 특성, 생활만족도와 노화에 대한 태도 간의 관계를 확인하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 마지막으로, 각 변수들이 노화에 대한 태도에 미치는 영향력을 분석하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 조사대상자의 일반적 특성

본 연구의 연구대상자인 중년기 성인의 일반적 특징은 <표 1>과 같다.

연구의 대상자는 총 382명으로, 우선 개인적 특성을 살펴보면, 성별은 남성이 135명(35.3%), 여성이 247명(64.7%)으로 여성이 더 높은 비율을 차지하였다. 연령대는 40대가 198명(51.8%)으로 가장 많았고, 50대가 163명(42.7%), 60대가 21명(5.5%)의 순으로 나타났고, 평균 연령은 49.2세(S.D = 6.18)였다. 교육 수준은 대학교 졸업자가 196명(51.4%)으로 가장 많았고, 그다음은 전문대 졸업 93명(24.4%), 대학원 이상 65명(17.1%), 고졸 이하 27명(7.1%) 순으로 나타났다. 대졸 이상의 비율이 과반수를 차지하였으며, 평균 교육기간은 15.6년(S.D = 1.62)이었다. 직업은 전문직 종사자가 94명

표 1. 참여자의 인구사회학적 특성

변수	집단	전체(N=382)	변수	집단	전체(N=382)	
범주형 변수		빈도(%)	범주형 변수		빈도(%)	
성별	남	135(35.3)	교육 수준	고졸이하	27(7.1)	
	여	247(64.7)		전문대 졸	93(24.4)	
연령	40대	198(51.8)	대학졸	대학교 졸	196(51.4)	
	50대	163(42.7)		대학원이상	대학원이상	65(17.1)
	60대	21(5.5)				
범주형 변수			범주형 변수			
직업	사무직	88	23.2			
	기술직	23	6.1			
	전문직	94	24.8			
	공무원	51	13.5			
	자영업	39	10.3			
	무직	23	6.1			
	기타	61	16.1			
연속형 변수		평균	표준편차			
교육년수		15.6(12~18년)	1.62			
자녀수		1.65(0~4명)	1.01			
건강상태*		3.34(1~5)	.809			
기대수명		86.5(65~108세)	7.08			
노후생활준비정도*		2.55(1~5)	.812			
사회적 지지 인원	정서적 지지	5.46	4.50			
	정보적 지지	6.48	7.69			
	물질적 지지	4.30	3.77			
	전체	16.3	13.8			
생활만족도	여가 및 노후준비	3.22	.654			
	대인관계	3.63	.552			
	직무수행	3.65	.570			
	생활환경적응	3.53	.576			
	가족관계	3.77	.591			
전체		3.56	.492			

(24.8%)으로 가장 많았고, 그다음으로 사무직 88명(23.2%), 기타 직업군 61명(16.1%), 공무원 51명(13.5%), 자영업 39명(10.3%), 기술직 23명(6.1%), 무직 23명(6.1%) 순으로 나타났다.

노후 관련 특성을 보면, 평균 자녀 수는 1.65명(S.D=1.01)으로 나타났다. 건강 상태는 평균 3.34(SD=.809)로 대체로 양호한 수준으로 나타났고, 기대수명은 평균 86.5세(SD=7.08)로 한국인의 평균 수명과 비슷한 수준으로 나타났다. 노후생활 준비 정도는 평균 2.55(SD=.812)로 보통 이하 수준으로 나타났고, 사회적 지지는 정보적지지 평균 6.48(SD=7.69)로 가장 높았으며, 그다음으로 정서적지지 평균 5.46(SD=4.50), 물질적지지 평균 4.30(SD=3.77) 순으로 나타났다. 사회적 지지 전체 평균은 16.3(SD=13.8)이었다.

생활만족도는 하위영역 중 가족관계가 평균 3.77(SD=.591)로 가장 높게 나타났으며, 직무 수행은 평균 3.65(SD=.570), 대인관계는 평균 3.63(SD=.552), 생활환경 적응은 평균 3.53(SD=.576), 여가 및 노후 준비는 평균 3.22(SD=.654)로 가장 낮게 나타났다. 각 하위영역은 대체로 중간 이상의 만족도를 보였으며, 생활만족도 전체 평균은 3.56(SD=.492)으로 나타나 응답자들이 자신의 삶 전반에 대해 대체로 긍정적으로 평가하고 있음을 보여준다.

2. 중년기 성인의 노화에 대한 태도

본 연구의 연구대상자인 중년기 성인의 노화에 대한 태도의 일반적 경향은 <표 2>와 같다.

노화에 대한 태도의 하위영역에서는 심신의 변화와 성장이 평균 3.26(SD=.436)으로 가장 높게 나타났다. 사회적 상실과 심리적 상실은 모두 평균 3.22로 유사한 수준을 보였으며, 노화 과정에서 경험하는 대인관계의 변화와 심리적 측면에서의 어려움이 비슷한 정도로 인식하고 있음을 보여준다. 또한, 노화에 대한 태도의 전체 평균은 3.24(SD=.385)로, 응답자들이 노화를 대체로 수용적인 태도로 받아들이고 있음을 보여준다.

3. 중년기 성인의 일반적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도와 노화에 대한 태도와의 관계

본 연구의 연구대상자인 중년기 성인의 일반적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도와 노화에 대한 태도와의 상관관계를 실시한 결과는 <표 3>과 같다.

먼저, 중년기 성인의 일반적 특성 중에서 성별은 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계($r=.158, p < .01$)가 있는 것으로 나타나, 여성이 남성보다 노화에 대해 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다. 반면, 연령은 노화에 대한 태도와 부적인 상관관계($r=-.165, p < .01$)를 보였다. 즉, 연령이 높을수록 노화에 대해 부정적인 태도를 가지는 것으로 나타났다.

교육 년수는 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계($r=.103,$

$p < .05$)가 있는 것으로 나타나, 교육 기간이 길수록 노화에 대해 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다.

중년기 성인의 노후 관련 특성 중에서는 건강 상태, 기대수명, 정서적 지지와 정보적 지지가 노화에 대한 태도와 유의미한 정적인 상관관계를 나타냈다. 건강 상태는 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계($r=.207, p < .01$)를 보였으며, 건강 상태가 좋다고 느낄수록 노화에 대해 긍정적인 태도를 가지는 것으로 나타났다. 또한, 기대수명 역시 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계($r=.145, p < .01$)를 나타내, 자신이 기대수명이 길다고 인식할수록 노화에 대해 긍정적인 것으로 나타났다.

정서적 지지와 정보적 지지는 모두 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계를 보였다. 정서적 지지($r=.145, p < .01$)를 많이 받을수록, 그리고 정보적 지지($r=.112, p < .05$)를 통해 노후 관련 정보와 조언을 많이 받을수록 노화에 대해 긍정적인 태도를 가지는 것으로 나타났다.

한편, 자녀 수, 노후 생활 준비 정도는 노화에 대한 태도와 유의미한 상관관계를 보이지 않았다.

마지막으로, 중년기 성인의 생활만족도는 생활만족도 전체($r=.537, p < .01$)뿐만 아니라, 하위 요인인 직무수행($r=.525, p < .01$), 생활환경 적응($r=.513, p < .01$), 대인관계($r=.504, p < .01$), 가족관계($r=.379, p < .01$), 여가 및 노후 준비($r=.329, p < .01$) 모두 노화에 대한 태도와 정적인 상관관계를 나타냈다.

특히, 생활만족도 전체는 노화에 대한 태도와 가장 강한 정적인 상관관계($r=.537, p < .01$)를 보였으며, 이는 중년기 성인의 노화에 대한 태도 형성에 있어 가장 중요한 영향 요인 중 하나임을 시사한다.

4. 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 미치는 주요 요인들의 영향력

본 연구의 연구대상자인 중년기 성인의 일반적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도가 노화에 대한 태도에 미치는 영향을 분석하기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다.

표 2. 중년기 성인의 노화에 대한 태도 (N= 382)

	변인	최소값	최대값	평균 M	표준편차 S.D
노화 태도	심리적 상실	1.20	5.00	3.22	.658
	사회적 상실	2.00	5.00	3.22	.485
	심신의 변화와 성장	1.67	4.83	3.26	.436
	전체	2.14	4.71	3.24	.385

표 3. 중년기 성인의 일반적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도와 노화에 대한 태도와의 상관관계 (N= 382)

	노화에 대한태도	성별	연령	교육년수	자녀유무	자녀수	직업유무	건강상태	기대수명	노후생활준비정도	물질적지지	정서적지지	정보적지지	지지전체인원	여가 및 노후	대인관계	직무수행	생활환경적응	가족관계	생활만족도	
노화에대한태도	1																				
성별	.158**	1																			
연령	-.165**	-.090	1																		
교육년수	.103*	.006	-.012	1																	
자녀유무	-.016	-.011	-.106	-.163**	1																
자녀수	.024	.002	-.058	-.139*	.775**	1															
직업유무	-.015	-.165**	.068	.028	-.026	-.066	1														
건강상태	.207**	-.102*	.038	.023	-.082	-.048	.037	1													
기대수명	.145**	-.042	-.074	.038	-.071	-.033	.042	.200**	1												
노후생활준비정도	.090	-.106*	.133*	.059	-.020	.002	.023	.152**	-.029	1											
물질적지지	.021	-.091	.057	-.109*	-.016	.000	.101	.047	-.027	.135*	1										
정서적지지	.145**	-.043	.074	-.007	-.087	-.048	.073	.106*	.089	.067	.705**	1									
정보적지지	.112*	-.067	.065	-.002	-.106	-.070	.042	.004	.151**	.055	.498**	.678**	1								
지지전체인원	.078	-.057	.028	-.034	-.040	-.040	.072	.005	.076	.022	.537**	.589**	.704**	1							
여가및노후준비	.329**	-.100	.083	.172**	-.082	-.077	.013	.234**	.082	.529**	.155**	.158**	.123*	.065	1						
대인관계	.504**	.036	-.058	.095	-.005	-.001	.049	.236**	.159**	.203**	.166**	.282**	.218**	.156**	.528**	1					
직무수행	.525**	.009	-.068	.166**	-.071	-.023	-.001	.234**	.164**	.190**	.128*	.192**	.179**	.120*	.615**	.682**	1				
생활환경적응	.513**	-.037	-.067	.096	-.089	-.034	-.036	.431**	.242**	.287**	.164**	.220**	.195**	.114*	.655**	.639**	.764**	1			
가족관계	.379**	-.035	-.119*	.004	-.023	.002	-.011	.219**	.101	.162**	.214**	.199**	.169**	.157**	.447**	.512**	.629**	.597**	1		
생활만족도	.537**	-.038	-.058	.128*	-.070	-.034	-.001	.342**	.186**	.338**	.198**	.245**	.208**	.144**	.788**	.773**	.883**	.904**	.779**	1	

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

이 때 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 영향을 미치는 요인과 그 영향력을 분석하기 위해, 앞서 실시한 상관관계 분석결과를 고려하여 독립변수를 다중회귀분석에 포함시켰다. 그 결과 중년기 성인의 특징 중 성별(더미변수), 연령, 교육년수, 건강상태, 기대수명, 정서적지지, 정보적지지, 생활만족도의 하위 요인인 여가 및 노후준비, 대인관계, 직무수행, 생활환경적응, 가족 관계를 선택하였다.

본 연구에서 실시한 다중회귀모형은 공차한계가 .250 ~ .952, VIF는 1.050~4.000로 독립변수 간 독립성의 가정을 충족하였다. 또한 F값이 16.965($P < .001$)로 나타나 이 모형의 회귀식은 통계적으로 유의하였다.

<표 4>에서 나타난 바와 같이 중년기 성인의 성별, 연령, 대인관계, 직무수행, 생활환경 적응이 노화에 대한 태도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성별은 노화에 대한 태도에 정적 영향을 미쳤으며($t = 2.918, p < .01$), 여성이 남성보다 긍정적인 태도를 가지는 것으로 나타났다. 연령은 부적 영향을 미쳤으며($t = -2.054, p < .05$), 이는 연령이 높을수록 노화에 대해 부정적인 태도를 가지는 것으로 나타났다. 반면, 대인관계($t = 3.185, p < .01$), 직무수행($t = 2.323, p < .05$), 생활환경 적응($t = 3.035, p < .01$)은 정적 영향을 미쳤으며 생활만족도가 높을수록 노화에 대해 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다. 특히 생활만족도는 노화에 대한 태도에 가장 큰 영향을 미친 변수로 나타나, 생활만족도가 삶의 전반적인 만족감을 통해 노화 인식을 긍정적으로 변화시키는 주요 요인임을 보여준다.

한편, 교육 년수($t = .702, p > .05$), 건강 상태($t = .494, p > .05$), 기대수명($t = .128, p > .05$), 정서적지지($t = .701, p > .05$), 정보적 지지($t = -.370, p > .05$)는 노화에 대한 태도에

유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

이상과 같은 중년기 성인의 성별, 연령, 교육년수, 건강상태, 기대수명, 정서적지지, 정보적지지, 여가 및 노후준비, 대인관계, 직무수행, 생활환경적응, 가족 관계의 요인들은 수정된 R^2 에서 제시된 바와 같이 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 관해 37.8%의 설명력을 갖고 있는 것으로 나타났다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중년기 성인의 노화에 대한 태도의 중요성을 인식하고, 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도가 노화에 대한 태도에 미치는 영향을 분석하여, 긍정적인 노화에 대한 태도 형성과 삶의 질 향상을 위한 기초 자료를 제공하는 데 목적이 있다. 이를 위해 중년기 성인의 개인적 특성, 노후 관련 특성 및 생활만족도와 노화에 대한 태도와의 관계를 분석하고 그 결과를 토대로 영향력을 분석하였다.

본 연구의 연구 결과를 토대로 다음과 같이 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 본 연구의 연구대상자인 중년기 성인의 노화에 대한 태도의 전체 평균은 3.24로 대체로 긍정적인 것으로 나타났으며, 특히 심신 변화와 성장에 대한 점수가 가장 높게 나타나 신체적·정신적 변화를 긍정적으로 인식하는 것으로 나타났다. 이는 노화 과정을 자아 성찰과 심리적 성장의 기회로 수용하려는 태도로 해석될 수 있다. 따라서 이러한 결과는 노화 과정에서 정서적 안정과 심리적 지원을 제공할 수 있는 프로그램 개발의 필요성을 시사한다.

표 4. 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 미치는 주요 영향요인들의 영향력 분석 (N= 382)

독립변수	B	SE	β	t	VIF	R^2	F
성별	.103	.035	.129	2.918**	1.050		
연령	-.006	.003	-.093	-2.054*	1.103		
교육년수	.007	.011	.031	.702	1.061		
건강상태	.012	.023	.025	.494	1.373		
기대수명	.000	.002	.006	.128	1.124		
정서적지지	.004	.006	.043	.701	2.027	.378	16.965***
정보적지지	-.001	.003	-.022	-.370	1.964		
여가 및 노후준비	-.046	.036	-.078	-1.255	2.075		
대인관계	.138	.043	.201	3.185**	2.154		
직무수행	.126	.054	.190	2.323*	3.611		
생활환경적응	.173	.057	.262	3.035**	4.000		
가족관계	.023	.038	.036	.615	1.842		

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

둘째, 중년기 성인의 노화에 대한 태도는 성별, 교육 년수, 건강 상태, 기대수명, 정서적 지지, 정보적 지지, 생활 만족도와 정적 상관관계를 보였으며, 연령과는 부적 상관관계를 나타냈다. 먼저, 여성은 남성보다 노화를 긍정적으로 인식하였으며, 교육 년수가 길수록 노화에 대한 태도가 긍정적인 것으로 나타났다. 이는 교육을 통해 노화에 대한 올바른 정보를 습득하고 부정적인 고정관념을 줄이는 것이 긍정적인 태도 형성에 기여할 수 있음을 시사한다(Barrett & Toothman, 2018). 따라서, 노화 과정에 대한 인식을 개선하기 위해 교육 기회를 확대하고, 사회적 지원을 강화하는 노력이 필요하다. 또한, 건강 상태와 기대수명이 높을수록 노화를 긍정적으로 받아들이는 반면, 연령이 많을수록 노화를 부정적으로 인식하는 것으로 나타났다. 이는 건강한 신체 상태가 신체적 자율성과 심리적 안정감을 높여 노후의 삶의 질을 유지하는 데 중요한 역할을 하기 때문이며(Rowe & Kahn, 1997), 중년기부터 적극적인 건강 관리와 예방적 의료 지원이 필요함을 시사한다. 이러한 결과는 최해경과 이선화(2021)의 연구에서 노화에 대한 태도가 건강 상태와 삶의 만족도 간의 관계에서 매개 효과를 가지는 것으로 나타난 결과와 맥락을 같이하며, 연령 증가가 노화에 대한 부정적인 태도를 심화시킬 수 있음을 보고한 이미진(2012)의 연구를 뒷받침한다.

정서적 지지와 정보적 지지에서도 사회적 관계에서 충분한 정서적 지지를 받을수록, 그리고 노후 관련 정보를 많이 접할수록 노화를 긍정적으로 인식하는 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지가 개인의 심리적 안정과 자아 존중감을 높이고(Antonucci et al., 2003), 노후에 대한 불안을 완화하는 역할을 할 수 있음을 시사한다. 따라서, 중년기 이후의 사회적 지원과 노화 관련 정보 시스템을 강화할 필요가 있다.

마지막으로, 생활만족도는 노화에 대한 태도와 가장 큰 정적상관 관계를 보였으며, 특히 직무수행, 생활환경 적응, 대인관계, 가족관계, 여가 및 노후 준비와 같은 다양한 요인이 밀접한 관련을 보였다. 특히, 현재 삶에 대한 만족도가 높을수록 노화를 긍정적으로 받아들이는 것으로 나타났다. 이는 중년기 이후에도 의미 있는 역할을 지속하고, 안정적인 사회적 관계를 유지할 수 있도록 지원하는 사회적 지원 체계 마련이 필요함을 시사한다(Baltes & Baltes, 1990; Ryff, 1989).

한편, 본 연구에서는 노후 생활 준비 정도와 노화에 대한 태도 간에 유의미한 관계가 나타나지 않았다. 이는 기

존 연구와 차이를 보이는 결과로, 몇 가지 요인에 의해 설명될 수 있다.

우선, 본 연구에서 사용된 노후 생활 준비 정도 측정 방식이 단일 문항으로 구성되어 있어, 노후 준비의 다양한 차원을 충분히 반영하지 못했을 가능성이 있다. 향후 연구에서는 노후 준비를 경제적·건강적·심리적·사회적 요인으로 세분화하여 분석할 필요가 있다.

또한, 본 연구의 표본이 40~64세 기혼 중년기 성인으로 구성되어 있어 노후 준비와 노화에 대한 태도가 직접적으로 연결되지 않았을 가능성이 있다. 즉, 노후 준비는 시간이 지남에 따라 실질적인 변화가 일어나는 과정이기 때문에, 중년기보다는 고령층에서 더 강한 영향을 미칠 가능성이 크다. 향후 연구에서는 노후 준비와 노화에 대한 태도 간의 관계를 보다 심층적으로 탐색하고, 연령대별 차이를 고려한 연구 설계를 적용할 필요가 있다.

셋째, 중년기 성인의 노화에 대한 태도에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과, 성별, 연령, 대인관계, 직무수행, 생활환경 적응이 유의미한 영향을 미치는 변수로 나타났다. 반면, 교육년수, 건강상태, 기대수명, 정서적 지지, 정보적 지지는 노화에 대한 태도에 유의미한 영향을 미치지 않았다.

먼저, 성별에 따라 노화에 대한 태도에 차이가 나타났으며, 여성은 남성보다 더 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다. 이는 Bowling과 Dieppe(2005), Palmore(1999)의 연구결과와 일치하며, 여성들이 남성보다 건강 관리와 사회적 관계 유지에 더 적극적이고, 정서적 개방성이 높아 노화에 대한 긍정적인 태도를 가질 가능성이 크다는 점을 시사한다.

반면, 연령은 노화에 대한 태도에 부정적인 영향을 미쳤으며, 이는 신체적 기능 저하, 사회적 역할 감소, 경제적 부담 증가 등이 노화에 대한 부정적인 인식을 강화할 수 있음을 보고한 기존 연구(Levy et al., 2002)와도 일치한다. 특히, 노화에 대한 태도는 단순한 생물학적 연령에 의해 결정되는 것이 아니라, 개인이 경험하는 사회적·경제적 환경에 따라 다르게 형성될 수 있으며(Park, 2009), 이러한 점을 고려할 때 중년기부터 체계적인 노후준비를 지원하는 정책적 접근이 필요하다.

또한, 대인관계, 직무수행, 생활환경 적응이 노화에 대한 태도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 삶의 전반적인 만족도가 노화에 대한 태도 형성에 중요한 역할을 한다는 기존 연구(Baltes & Baltes, 1990; Ryff, 1989)와 일치하는 결과이다. 특히, 대인관계는 사회적 지지 및 소속감과 밀접하게 연관되며, 이는 노화에 대한 태

도를 긍정적으로 형성하는 중요한 요인으로 작용할 수 있다(Antonucci et al., 2003). 직무수행 역시 노화에 대한 태도를 긍정적으로 형성하는 요인으로 나타났는데, 이는 중년기 이후에도 사회적 역할을 지속하는 것이 노화에 대한 태도 유지에 기여할 수 있음을 시사한 선행 연구(Atchley, 1999)와 맥락을 같이한다. 직업을 통한 성취감, 경제적 자립, 사회적 네트워크 확장은 중년기 이후에도 긍정적인 노화에 대한 태도를 유지하는 데 기여할 수 있으며, 이에 따라 고령 근로자의 역할 강화와 직무 환경 조성을 위한 정책적 지원이 필요하다. 생활환경 적응이 원활할수록 노화에 대한 태도가 긍정적으로 형성된다는 결과는 안정적인 주거 환경과 지역사회 내 사회적 참여가 노화 인식에 중요한 영향을 미친다는 기존 연구(Moody, 2006)와도 일치한다. 이는 노인복지 정책이나 노후 준비 프로그램에서 주거 및 지역사회 환경을 고려한 접근이 필요함을 의미한다.

반면, 건강 상태는 상관관계 분석에서는 노화에 대한 태도와 유의미한 관계를 보였으나, 다중회귀분석에서는 유의미한 영향을 나타내지 않았다. 이는 건강 상태가 노화에 대한 태도에 직접적인 영향을 미치기보다는, 생활만족도와 같은 심리적 요인을 통해 간접적으로 작용했을 가능성을 시사한다. 또한, 본 연구에서는 건강상태를 단일 문항으로 측정하였기 때문에 신체적·정신적 건강의 다양한 차원을 충분히 반영하지 못했을 가능성도 있다. 향후 연구에서는 보다 정교한 건강 측정 변수를 적용하여 분석할 필요가 있다.

한편, 기존 연구에서 사회적 지지는 심리적 안녕감에는 영향을 미치지만, 직접적으로 노화에 대한 태도를 변화시키는 역할은 제한적일 수 있음을 보고한 연구(Fingerman et al., 2004)와 유사한 결과가 나타났다. 즉, 사회적 지지는 노화 인식을 간접적으로 형성할 수 있지만, 직접적인 태도 변화에는 다른 요인들이 보다 중요한 역할을 할 수 있음을 의미한다.

따라서, 노화에 대한 태도 형성에는 건강이나 경제적 준비보다 현재의 삶에 대한 만족도가 중요한 영향을 미치는 요인으로 작용한다. 이는 노화를 긍정적으로 수용하기 위해서는 단순히 신체적 건강이나 경제적 대비에만 초점을 맞추기보다 전반적인 생활만족도를 향상시키는 사회적·심리적 지원이 필요함을 시사한다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 제주도에 거주하는 중년기를 대상으로

진행되어 연구 결과를 전체 중년기 인구로 일반화하는 데에는 지역적 한계가 있다. 또한 노화에 대한 태도는 중년기의 문제만이 아니므로 청년기로부터 노년기에 이르는 생애 전반으로 연구대상을 확대하여 연구할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 중년기의 노화에 대한 태도에 있어서 다양한 영향요인을 고려하였다. 그러나 다양한 심리적 특징과 사회적, 문화적 영향을 포함하지 못하였다. 따라서 앞으로의 연구에서는 중년기 성인의 노화에 대한 태도 형성을 이해하기 위한 보다 심층적이고 폭넓은 영향요인들을 고려할 필요가 있다.

참고문헌

- 김명자(1989). **중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구 : 서울시 남성과 여성을 중심으로**. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수연(1987). **도시 노인의 생활 만족도와 관련변인에 관한 연구**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김신미, 김순이(2009). 노인의 노화불안과 삶의 질. *정신간호학회지*, 18(2), 207-218.
- 김영돈, 이길홍, 민병근(1988). 정신장애자의 생활만족지수에 관한 예비조사. *신경정신의학*, 27(5), 842-852.
- 김자영(2019). 고령장애인의 빈곤과 우울감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과 검증. *보건사회연구*, 39(3), 148-178.
- 김정옥(2017). **중년기 성인의 노인에 대한 태도가 노년준비에 미치는 영향에서 노화태도의 매개효과**. 용문상당심리대학원대학교 석사학위논문.
- 김정호(2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계: 동기상태이론의 적용. *한국심리학회지 : 건강*, 12(2), 325-345.
- 김정현, 김옥(2012). 노화태도척도(AAQ)의 한국 노인 적용을 위한 타당성 연구. *한국노년학*, 32(4), 1181-1197.
- 김준표, 김순은(2018). 노인의 노화태도가 삶의 만족에 미치는 영향: 부모-자녀 간 결속의 다중매개효과 검증. *한국노년학*, 38(3), 521-536.
- 남민정, 조영문(2018). 노인의 기본심리욕구와 지체가 성공적 노화에 미치는 영향. *성인간호학회지*, 30(1), 70-78. <https://doi.org/10.7475/kjan.2018.30.1.70>
- 류희선(2004). **대학생들의 노화에 관한 지식과 노인에 대한 태도**. 한서대학교 대학원 석사학위논문.
- 박미현(2008). **중년여성의 여가활동 유형에 따른 자아존중감, 여가만족 및 생활만족의 관계**. 상명대학교 대학원 박사학위논문.

- 박지원(1985). **사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구**. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 배문조(2012). 성인들의 노화사실인지에 따른 노후준비의식과 성공적 노화에 대한 인식. *노인복지연구*, 58, 111-132.
- 배혜영, 김아란별, 남수진, 윤혜주, 김가영, 장다혜, 김수현 (2014). 노화기대가 성인의 건강증진 행위에 미치는 영향. *한국데이터정보과학회지*, 25(1), 77-85.
- 송기영(2018). 노인의 노후준비가 성공적 노화에 미치는 영향과 삶의 만족도의 매개효과. *노인복지연구*, 73(1), 469-503.
- 신순옥(2013). **중년기 노화불안요인 탐색 및 노화불안과 노후준비도, 심리적 안녕감의 관계**. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 여미옥(2013). **노인의 성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사회참여 태도와 사회적 지지를 중심으로**. 목원대학교 대학원 박사학위논문.
- 오은아(2019). **중년기 노화불안 척도 개발 및 노화불안과 웰 에이징의 관계 모형 검증**. 가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 오은아, 박기환(2021). 한국 중년기 노화불안에 영향을 미치는 요인. *한국심리학회지 : 건강*, 26(3), 509-528.
- 유순정(2022). 노인의 노화태도가 사회적 고립감에 미치는 영향에서 희망감의 매개효과. *교류분석상담연구*, 12(2), 97-119.
- 이미경(2019). **중년기 여성의 자기이해 증진을 위한 미술치료 경험 사례연구**. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이미진(2012). 중노년층의 본인의 노화에 대한 태도에 영향을 미치는 요인: 잠재성장모형을 이용한 패널분석. *한국사회복지학*, 64(1), 101-124.
- 이민선, 한기향(2022). 노인의 노화에 대한 태도와 삶의 만족도 사이의 관계에 미치는 긍정적 신체 이미지의 매개효과. *한국의류학회지*, 46(6), 1023-1038.
- 조아라, 오희영(2017). 중장년 성인과 노인의 노화에 대한 태도. *성인간호학회지*, 29(1), 41-50.
- 진영선(2014). **노년인생 제 2막의 삶**. 대구: 경북대학교 출판부.
- 최성재(2009). 수도권 지역 중년기 이후 세대의 노후생활인식과 노인에 대한 인식. *한국노년학*, 29(1), 329-352.
- 최외선, 손현숙(1991). 도시 주부의 자아긍정감과 가정생활만족도. *대한가정학회지*, 29(4), 99-114.
- 최해경, 이선화(2021). 노인의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향: 노화 태도의 매개 및 조절 효과. *사회과학연구*, 32(1), 309-327.
- 한국보건사회연구원(2019). **초고령 사회 대비 정책 연구**. 세종: 한국보건사회연구원.
- Allan, L. J., & Johnson, J. A. (2009). Perceived ageism and aging anxiety: The roles of aging knowledge and perceived control. *The Journals of Gerontology: Series B*, 64(6), 687-696. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp072>
- Antonucci, T. C., Ajrouch, K. J., & Birditt, K. (2003). Social relations and aging. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 23(1), 1-21.
- Antonucci, T. C., Fuhrer, R., & Dartigues, J. F. (2003). Social relations and depressive symptomatology in a sample of community-dwelling French older adults. *Psychology and Aging*, 18(1), 91-101.
- Atchley, R. C. (1999). *Continuity and adaptation in aging: Creating positive experiences*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences*, 1-34.
- Barrett, A. E., & Robbins, C. (2008). The multiple sources of women's aging anxiety and their relationship with psychological distress. *Journal of Aging and Health*, 20(1), 32-65. <https://doi.org/10.1177/0898264307309932>
- Barrett, A. E., & Toothman, E. L. (2018). Multiple pathways to aging: Examining aging self-perceptions and gendered expectations. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(8), 1487-1497.
- Bowling, A., & Dieppe, P. (2005). What is successful ageing and who should define it? *BMJ*, 331(7531), 1548-1551.
- Bryant, C., Bei, B., Gilson, K., Komiti, A., Jackson, H., & Judd, F. (2012). The relationship between attitudes to aging and physical and mental health in older adults. *International Psychogeriatrics*, 24(10), 1674-1683. <https://doi.org/10.1017/S1041610212000774>
- Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Fort Worth, TX: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.
- Faudzi, F. N. B., Armitage, C. J., Bryant, C., & Brown, L. (2019). A systematic review of the psychometric properties of self-report measures of attitudes to ageing. *Research on Aging*. Advance online

- publication. <https://doi.org/10.1177/0164027518825117>
- Fingerman, K. L., Hay, E. L., & Birditt, K. S. (2004). The best of ties, the worst of ties: Close, problematic, and ambivalent social relationships. *Journal of Marriage and Family*, 66(3), 792-808.
- George, L. K. (2010). Still happy after all these years: Research frontiers on subjective well-being in later life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65(3), 331-339. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbq006>
- Hess, T. M. (2006). *Attitudes toward aging and their effects on behavior*. In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging* (6th ed., 379-399). San Diego, CA: Academic Press.
- Jung, H. W., Jang, I. Y., Lee, Y. S., Lee, C. K., Cho, E. I., Kang, W. Y., . . . Kim, D. H. (2016). Prevalence of frailty and aging-related health conditions in older Koreans in rural communities: A cross-sectional analysis of aging study of Pyongchang rural area. *Journal of Korean Medical Science*, 31(3), 345-352. <https://doi.org/10.3346/jkms.2016.31.3.345>
- Kornadt, A. E., Voss, P., & Rothermund, K. (2015). Age stereotypes and self-views revisited: Patterns of internalization and projection processes across the life span. *The Journals of Gerontology: Series B*, 70(4), 582-591.
- Kotter-Grühn, D., & Hess, T. M. (2012). The impact of age stereotypes on self-perceptions of aging across the adult lifespan. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67B(5), 563-571.
- Lachman, M. E. (2004). Development in midlife. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 305-331. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141521>
- Lachman, M. E., & Bertrand, R. M. (2001). Personality and the self in midlife. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* 279-309. Wiley.
- Lachman, M. E., Teshale, S., & Agrigoroaei, S. (2015). Midlife as a pivotal period in the life course: Balancing growth and decline at the crossroads of youth and old age. *International Journal of Behavioral Development*, 39(1), 20-31. <https://doi.org/10.1177/0165025414533223>
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. New York, NY: Ballantine Books.
- Levy, B. R. (2003). Mind matters: Cognitive and physical effects of aging self-stereotypes. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 58B(4), 203-211. <https://doi.org/10.1093/geronb/58.4.p203>
- Levy, B. R. (2009). Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 332-336.
- Levy, B. R., & Myers, L. M. (2004). Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging. *Preventive Medicine: An International Journal Devoted to Practice and Theory*, 39(3), 625-629.
- Levy, B. R., Slade, M. D., & Kasl, S. V. (2002). Longitudinal benefit of positive self-perceptions of aging on functional health. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 57(5), 409-417. <https://doi.org/10.1093/geronb/57.5.p409>
- 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.
- Liu, J. X., Hall, B. J., Fu, M., Zhang, B., Guo, J., & XingLin, F. (2020). Attitudes toward aging, social support and depression among older adults: Difference by urban and rural areas in China. *Journal of Affective Disorders*, 274, 85-92. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.052>
- Long, S. C. M. (2014). *Attitudes to ageing: A systematic review of attitudes to ageing and mental health, and a cross-sectional analysis of attitudes to ageing and quality of life in older adults* (Unpublished doctoral dissertation). The University of Edinburgh, Edinburgh, Scotland.
- Montepare, J. M., & Lachman, M. E. (2019). The intersection of aging and middle age: Focus on aging attitudes. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 39, 53-75.
- Moody, H. R. (2006). *Aging: Concepts and controversies*. Thousand Oaks, CA: Pine Forge Press.
- Moser, C., Spagnoli, J., & Santos-Eggimann, B. (2011). Self-perception of aging and vulnerability to adverse outcomes at the age of 65-70 years. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 66(6), 675-680. <https://doi.org/10.1093/geronb/>

gbr052

- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134-143. <https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134>
- Palmore, E. (1999). *Ageism: Negative and positive*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- Park, D. C. (2009). Psychological issues in successful aging. *Science*, 323(5919), 930-931.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Stephan, Y., Sutin, A. R., & Terracciano, A. (2015). How old do you feel? The role of age discrimination and biological aging in subjective age. *PLOS ONE*, 10(3), e0119293. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0119293>
- Veenhoven, R. (1996). *The study of life satisfaction*. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (11-48). Budapest, Hungary: Eötvös University Press.
- Westerhof, G. J., & Wurm, S. (2015). Longitudinal research on subjective aging, health, and longevity: Current evidence and new directions for research. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 35(1), 145-165.
- Wurm, S., Diehl, M., Kornadt, A. E., Westerhof, G. J., & Wahl, H. W. (2017). How do views on aging affect health outcomes in adulthood and late life? Explanations for an established connection. *Developmental Review*, 46, 27-43.
- Wurm, S., Tomasik, M. J., & Tesch-Römer, C. (2010). On the importance of a positive view on ageing for physical exercise among middle-aged and older adults: Cross-sectional and longitudinal findings. *Psychology & Health*, 25(1), 25-42.

<Abstract>

This study aims to examine the factors influencing middle-aged adults' attitudes toward aging and to verify the relative influence of each factor to provide foundational data for fostering a positive attitude toward aging. A survey was conducted with 382 married adults aged 40 to 64 residing in Jeju, and the collected data were analyzed using correlation analysis and multiple regression analysis.

The results indicated that life satisfaction was the most significant factor influencing attitudes toward aging. In particular, interpersonal relationships, job performance, and adaptation to the living environment played a crucial role in shaping a positive attitude toward aging. In contrast, age had a negative impact on attitudes toward aging. While health status, life expectancy, emotional support, and informational support showed a positive correlation with attitudes toward aging, they did not have a statistically significant effect in the regression analysis.

These findings suggest that efforts to enhance life satisfaction and strengthen social support for middle-aged adults are necessary. In particular, fostering an environment that enables individuals to maintain meaningful social roles and stable interpersonal relationships beyond middle age is essential.

▲Keywords : attitudes toward aging, middle-aged adults, life satisfaction, preparation for old age