

노인의 여가몰입이 자살생각에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과를 중심으로

최영신[†]

중앙승가대학교 불교사회학부 사회복지전공

본 연구는 노인의 자살률이 사회문제로 대두되는 가운데 노인의 자살을 예방하기 위한 방안을 찾으려는 시도의 하나로서 노인의 여가몰입이 자살생각에 미치는 영향을 분석하고, 그 영향관계에서 사회적 지지의 매개효과를 분석하고자 하였다. 본 연구는 노인복지관, 경로당을 이용하는 노인을 대상으로 하였다. 통계분석은 SPSS 22.0을 사용하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 분석의 결과, 노인의 여가몰입은 자살생각을 감소시키는 것으로 나타났으며, 사회적 지지에도 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 노인에 대한 사회적 지지도 자살생각을 감소시키는 것으로 나타났다. 노인의 여가몰입과 자살생각 간의 사회적 지지의 매개효과는 여가몰입의 하위변인 중에 인지몰입에서만 나타나는 것으로 검증되었다. 따라서 노인의 자살생각을 감소하게 하기 위한 방안으로 노인의 여가몰입과 사회적 지지를 높이기 위한 모색이 필요하다는 것을 알 수 있다. 이러한 본 연구의 결과에 기초하여 노인의 자살예방을 위한 제언을 하였다.

주요어: 노인, 여가몰입, 자살생각, 사회적 지지

[†] 단독저자 : 최영신, 중앙승가대학교 불교사회학부 사회복지전공 교수, 경기도 김포시 승가로 123,
E-mail : shin928@hanmail.net

■ 최초투고일 : 2018년 8월 31일 ■ 심사마감일 : 2018년 9월 27일 ■ 게재확정일 : 2018년 10월 14일

1. 서론

『자살예방 국가 행동계획』(2018.1.23)에 의하면 우리나라 인구 10만 명당 자살률은 25.6명, 연간 자살사망자는 13,092명(2016)으로 교통사고 사망률(10.1명)의 2.5배로 13년간 OECD 국가 1위(OECD 평균 12.1명)이다. 자살률은 연령에 비해 증가하는 데 노인자살률은 53.3명으로 전체 자살률의 2배 이상으로, OECD 노인자살률(18.4명)의 3배 수준이다. 이렇게 노인자살률이 다른 연령대에 비교하여 매우 높다는 현실은 노인의 자살예방이 시급한 과제를 드러내는 것이다.

노인자살이란 65세 이상의 노인세대 계층에서 일어나는 자살생각, 자살시도, 자살행위에 이르는 연속적인 개념이라 할 수 있다(Harwood & Jacoby, 2008). 노인자살의 원인은 매우 복잡적이어서 그 현상을 쉽게 이해하는 것은 어렵지만 일반적으로 노인자살에 관한 요인으로 퇴직(직업역할의 상실), 건강약화, 만성질환, 신체적·정신적 장애, 사회관계 범위의 축소, 배우자의 상실, 경제적 불안정, 가족불화, 우울증상 등을 들 수 있다(김형수, 2002, 160쪽).

노인자살의 원인이 무엇이든 스스로 목숨을 끊는 현상은 결코 바람직하지 않으며 노인자살률의 증가는 큰 사회문제이다.

우리나라의 노인자살에 관한 연구들은 2000년대 이후 우울(이민숙, 2005; 서인균, 이연실, 2016), 생태체계요인(이영서, 조준범, 최정인, 2016), 생활만족도(양남영, 문선영, 2012; 허성희, 정명희, 2017) 등 다양한 주제로 활발하게 이루어지고 있다.

본 연구는 노인자살 중에서 자살생각에 초점을 두고 연구하고자 한다. 자살생각은 자살시도나 자살행위 이전에 일어나는 것으로 자살생각과 관련된 변인을 이해한다는 것은 자살을 예방하는 중

요한 일이라 생각하기 때문이다.

노인의 자살생각 예측요인으로는 권오균, 오준수(2013), 서인균, 조혜정(2013), 오윤정, 김향동(2018) 등은 건강상태, 스트레스, 학대경험, 자이존 중감, 우울, 사회적 지지, 절망감 등과 관련한 연구들이 진행되었다.

이러한 노인의 자살생각 예측요인 중 서인균, 조혜정(2013) 등은 노인의 자살생각에 영향을 미치는 중요한 요인으로 우울을 들고 있다. 서인균, 조혜정(2013)은 스트레스가 높을수록 노인들은 자살생각을 하지만 스트레스가 자살생각에 직접적인 영향을 미치지 보다는 우울이 증가하면 자살생각이 증가한다고 하며, 우울이 스트레스와 자살생각 간에 매개역할을 한다고 하였다.

이와 같이 우울은 자살생각에 영향을 미치는 중요한 변인이지만, 한편으로 우울을 감소시켜 자살생각을 완화하는 중요한 변인의 하나가 사회적 지지라 할 수 있다. 많은 선행연구들이 사회적 지지가 노인자살과 자살생각을 감소시키는 핵심적인 변인이라고 검증하고 있다(이인정, 2011; 조추용, 2013; 권오균, 오준수, 2013; 오윤정, 김향동, 2018). 이인정(2011)은 사회적 지지가 우울한 노인의 자살생각을 완화하는 조절효과가 있다고 하였으며, 조추용(2013)은 우울을 노인자살의 가장 핵심요인이지만 사회적 지지가 높을수록 자살생각도 감소한다고 하였다. 권오균, 오준수(2013), 오윤정, 김향동(2018) 등도 우울이 자살생각에 큰 영향을 미치며, 자살생각을 완화시키는 주요한 요인으로 사회적 지지를 들고 있다.

사회적 지지 이외에 김효창, 손영미(2006), 이은석, 이선장(2009), 이종경, 이은주(2010), 김예성, 하용용(2015) 등은 자살생각을 예방하는 중요한 변인으로 적극적 여가활동을 제시하고 있다. 즉, 김효창, 손영미(2006), 이은석, 이선장(2009), 이종경, 이은주(2010)는 노인들의 자살시도로 이

어지는 가장 큰 원인으로 스트레스로 인한 우울감을 들고 있지만, 노인들의 여가활동 참여는 스트레스와 우울을 감소시키고 자살생각도 낮추는 효과가 있다고 하였다. 김예성, 하용용(2015)은 노인들의 생산적 여가활동의 참여는 정신적 건강 수준을 높여 궁극적으로는 자살생각을 완화시킬 수 있다고 하였다.

선행연구에서 살펴본 것처럼 노인에 대한 사회적 지지와 여가활동은 자살생각을 감소시켜 노인의 자살을 예방하는 핵심적인 변인이라 할 수 있다. 그러나 사회적 지지와 자살생각에 대한 연구는 비교적 활발하게 이루어지고 있지만 노인의 여가활동의 핵심적 상태라 할 수 있는 여가몰입과 관련된 연구는 거의 이루어지지 않고 있다. 여가몰입은 여가활동에서 나타나는 최적의 경험상태를 말한다(김춘옥, 2015, 81쪽). 이재풍, 이명희(2017)는 여가몰입은 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미쳐, 삶의 질에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한 선행연구를 검토한 결과, 노인의 자살생각에 중요한 영향을 미치는 여가몰입과 사회적 지지를 매개변인으로 한 연구도 이루어지지 않고 있다.

본 연구는 노인의 자살률 증가가 사회문제로 대두되는 가운데 노인의 자살을 예방하기 위한 방안을 찾으려는 시도의 하나로서, 노인의 자살생각을 완화할 수 있는 여가몰입과 사회적 지지를 주요 변인으로 하여, 노인의 여가몰입이 자살생각에 미치는 영향을 분석하고, 그 영향관계에서 사회적 지지의 매개효과를 분석하고자 한다.

따라서 본 연구의 연구문제는 여가몰입과 사회적 지지가 자살생각에 직·간접적으로 유의미한 영향을 미치는가? 만일 영향을 미친다면 상대적 영향력의 크기는 어떠한가? 이며, 이를 통하여 노인의 여가몰입과 자살생각, 사회적 지지의 영향관계를 밝힘으로써 노인의 자살을 예방하기 위한 기초자료를

제시하고자 한다.

2. 이론적 배경 및 변수 간 영향관계

1) 이론적 배경

(1) 여가몰입

여가몰입에 대한 정의는 연구자마다 다양한데, 박유진, 김재휘(2002)는 여가몰입을 “다양한 활동으로부터 수반되어 복잡한 요소들이 자유의지에 의해 이루어지는 개인적인 독특한 경험”이라고 하였으며, 정태호(2013)는 “어떤 행위가 도전적이고 그것을 할 수 있는 숙련도를 가졌을 때 재미와 즐거움, 기쁨을 느끼는 최적의 경험”이라고 하였다, 이명희(2017)는 “여가활동에서 나타나고 있는 최적의 경험 상태로 개인의 내적인 동기가 중심이 되고, 여가활동에 심취되어 있는 상태”라고 하였다. 이러한 여가몰입은 여가활동 참여시 참가자의 여가활동 능력이나 환경의 난이도가 균형점을 이를 경우 발생하며, 여가활동 참여정도에 긍정적인 영향을 미치는 변인인 동시에 여가활동이 지속되는 진행여부 및 경험의 질적인 측면을 향상시키는 변인이다(김승수, 2012, 41쪽).

여가몰입은 “행동몰입, 인지몰입의 하위변인으로 구성된다. 행위몰입은 여가활동 참여자들의 행동적 몰입의 정도와 관련된 정보를 얻으려고 하는 노력, 상상적인 행위와 관련된 관심의 수준 정도를 말한다. 즉, 여가활동을 하려고 하는 욕구로 여가활동에서의 몰입 수준을 의미한다. 인지몰입은 자신의 여가활동에 대한 심리적인 기대로서 여가활동의 선호 정도와 여가를 하고 싶어 하는 욕구 및 여가활동에 대한 인식의 정도를 말한다.

즉, 여가활동에 정서적으로 반응을 하고 있는 수준을 의미한다(이재풍, 이명희, 2017, 146쪽).” 따라서 “개인적으로 의미가 있는 활동들은 내적으로 동기화가 된 활동이라고 할 수가 있으며, 최적의 각성 수준을 동반하게 된다는 점에서 여가물입은 내적인 동기가 유발되고 적정 수준의 각성된 여가 행동들을 통하여 의미 있게 충족될 수 있다(이명희, 2017, 57쪽).”

노인에 있어서 여가활동은 노년기 삶을 보다 만족스럽고 행복하게 영위하는데 중요한 요소로 작용한다. 노인의 여가활동은 사회적 역할 상실에 따른 고독감 해소, 자기 존중과 자아 정체성유지 그리고 여가만족 및 생활만족 등에 기여하는 중요한 역할을 한다(이귀옥, 2010, 118쪽). 이와 같이 여가활동에서 나타나는 여가물입은 생활만족도에 긍정적 영향을 미치며(권현재, 2009; 이귀옥, 2010), 생활만족도는 자살생각을 감소시킨다(조계화, 김영경, 2008).

(2) 사회적 지지

“사회적 지지는 가족, 친구, 이웃, 동료, 상사 등에 의해 제공된 여러 형태의 도움과 원조를 의미한다. 사회적 지지란 할 일을 분담하고 물질적 혹은 인지적 도움을 제공하거나 정서적 안락감을 제공하여 개인의 지배감을 고양시키는 사회활동의 결과이며, 개인이 존경받고 보호받을 수 있다는 신념의 결과라 할 수 있다(Habib, 1995; 황보옥, 박영준, 2010, 305쪽 재인용).”

“사회적 지지는 개인을 둘러싸고 있는 사회적 관계를 통해 개인의 신체적·정서적·물질적 욕구를 충족시키기 위한 모든 행위를 의미하고, 건강에 직접적인 영향을 주는 스트레스와 심리적 부담으로 인한 해로운 영향을 감소시키는 기능을 가지고 있다(이민숙, 2005, 196쪽).”

최초로 사회적 지지에 대하여 정의를 내린 Cobb (1976)은 “사회적 지지는 스스로가 사랑과 보살핌을 받고 있으며 자신이 가치 있는 존재로 존중받고 있고 다른 사람들과 공동의 의사소통망 속에 있다는 것을 믿도록 해주는 정보로서 위기 시에 적응을 촉진시키고 변화에 적응할 수 있는 완충변인으로써 기능을 한다”고 하였다. 즉 인간의 생활은 변화와 위기의 연속이며, 사회적 지지는 이러한 예기치 못한 생활의 변화에 대한 영향을 조절하는 역할을 함으로써 인간으로 하여금 평형을 이루게 하여 신체적, 정신적 건강을 유지하게 한다고 보았다(성선진, 2010, 11쪽 재인용).

노인들에게 사회적 지지는 노년기에 경험하게 되는 경제적 어려움, 건강의 상실, 지위와 역할 및 사회참여 기회의 상실과 같은 심리적·사회적 문제들에 대해 효과적으로 적응 및 대처할 수 있도록 도움을 주는 요소이며, 노인의 스트레스와 이로 인한 증상을 예방하고 노후의 행복한 삶과 삶의 질을 증진시키는 주요한 자원이 된다.

이와 같은 사회적 지지는 사회적 관계의 긍정적 차원으로 사람들 간에 관심, 이해, 위로, 실질적인 도움 등을 교환하는 것인데 그 관계 안에 있는 사람은 자신이 사랑과 존중을 받고 대화의 관계망에 속한 것으로 느끼게 된다. 나아가 사회적 관계망 속에 포함되어 있고 가까운 사람들과 교류, 의미 있는 접촉을 유지하는 것은 노년기 자살을 막는데 중요한 역할을 할 수 있다(이인정, 2011, 41쪽). Cutright & Fernquist(2001)도 사회적 지지는 정신 질환에 의한 고통, 상실에 의한 우울, 실업, 만성질환 등 곤경과 어려움에 처한 사람들을 자살로 부터 보호하는 역할을 한다고 하였다. 이민숙(2005)도 사회적 지지가 개인의 정서적 문제를 완화시켜 우울을 예방하고 자살행동을 예방하는 효과가 있다고 하였다.

(3) 자살생각

자살은 죽음에 이르게 하는 행동으로 자신에게 위해를 가하는 스스로의 능동적, 수동적 행동이 포함되며, 죽음을 목적 또는 기대로 한다(De Leo, Burgis, Bertolote, Kerkhof & Bille-Brahe, 2004, p. 36).

자살의 개념은 자살생각(suicidal ideation), 자살시도(attempted suicide), 자살행동(completed suicide)의 단계로 구분할 수 있다. 자살생각은 자살행위에 대한 생각을 의미하며 죽음에 대한 일반적인 생각으로부터 자살하는 수단에 대한 생각까지를 포함한다. 자살시도는 자살생각이 구체적인 행동으로 표현된 경우를 말하며 고의적이고 실제적인 자해 등을 포함한다. 자살행동이란 자살을 시도한 결과 실제 죽음에 이른 경우를 말한다(서문진희, 이현아, 2011; 이상구, 이윤정, 정혜선, 2011).

본 연구의 주요 변인은 자살생각이므로 자살생각에 한하여 살펴보면, 자살생각은 자살에 대하여 고민하거나, 생각 또는 계획을 하는 것을 말한다(Klonsky, May & Glenn, 2016, pp. 320-322). 또 자살생각은 자살행위와는 다른 속성을 분명히 지니지만 자살의 주요 변인의 하나로 자살행위의 이전단계로, 목숨을 끊으려 하는 계획, 무언의 행동이나 간접적, 직접적으로 언어를 통해서 표현하는 것을 말한다(김형수, 2002; 허성희, 정명희, 2017). Henry, Ai-Vryn, Conal & Brian(2004)은 자살까지에 이르는 과정을 죽음에 대한 소망, 자살생각, 자살 계획, 자살 시도, 자살의 5단계로 설명을 했다.

자살생각을 한다고 해서 반드시 자살행동으로 이어지는 것은 아니지만 자살생각은 생각만으로 끝나지 않고 실제로 자살계획이나 시도, 자살행위로 이어질 가능성도 높아지며, 자살생각은 자살계획이나 시도에 중요한 예언이 될 수 있다(정명희,

허성희, 2017). 즉 자살은 자살생각에서 시작되어 실제 행동으로 이어지는 사례가 많으므로 자살을 예방하는 방법으로 자살생각을 일으키게 되는 원인에 대한 분석과 자살생각을 감소시키는 변인을 밝혀 자살생각을 완화하게 하는 것도 자살을 예방하는 방안의 하나라 할 수 있다.

2) 변수 간의 영향관계

(1) 여가몰입과 자살생각 관계

여가몰입과 자살생각과 관련 된 많은 선행연구(김효창, 손영미, 2006; 이은석, 이선장, 2009; 이종경, 이은주, 2010; Teixeira, Vasconcelos, Fernandes & Brustad, 2013; 김예성, 하용용, 2015) 등이 노인의 여가몰입이 자살생각과 밀접하게 관련이 있다고 검증하고 있다.

김효창, 손영미(2006)는 자살특성과 자살유형에 대한 연구에서 노인들의 자살시도로 이어지는 가장 큰 원인을 스트레스로 인한 우울감을 들고 있으며, 예방적 차원으로 적극적 여가활동을 제언하고 있다. 이은석, 이선장(2009)은 농촌노인의 신체적 여가활동 참여가 자살생각에 미치는 영향에 대한 분석에서 신체적 여가활동에 참여하지 않은 것에 비하여 신체적 여가활동의 참여는 정서적 요인인 스트레스와 우울감을 낮추는데 영향을 준다고 하였다. 또한 신체적 여가활동의 참여기간이 길수록 자살생각의 하위변인인 강한 자살생각, 약한 자살생각, 자살준비, 자살가능성 모두에 부적의 영향을 미친다고 하였다. 즉 신체적 여가활동의 강도(참여기간 및 빈도)가 자살생각의 감소에 영향을 미친다고 하였다.

이종경, 이은주(2010)는 여가스포츠활동에 참여하는 노인은 참여하지 않는 노인보다 자살생각이 낮게 나타난다고 분석하였다. 구체적으로 여가스

포츠활동에 참여하는 노인과 비참여노인의 비교에서 학력, 연령, 참여경험, 건강의 수준에서도 자살생각에 큰 차이가 나타나는데, 비참여노인이 더 자살생각에 노출된다고 하였다. 노인이 학력이 낮고, 연령이 높아지고, 여가활동참여가 적어지고, 건강정도가 나빠질수록 상실감과 우울감이 커지며 자살생각이 증가하게 된다고 하였다. Teixeira, Vasconcelos, Fernandes & Brustad(2013)는 노인의 신체적 여가활동은 우울, 소외감을 감소시켜 자살생각을 완화하여 자살을 예방하는 데 효과적이라고 하였다.

김예성, 하용용(2015)은 노인의 자살을 예방하기 위한 방안으로 생산적 여가활동에 주목하면서, 생산적 여가활동은 노인들의 신체적, 정신적 건강을 증진시켜 스트레스에 대한 대처능력을 키우고, 우울을 예방하는데 기여하므로써 자살생각을 감소하게 한다고 하였다.

이상의 연구를 토대로 노인의 여가몰입의 하위요인들이 자살생각에 부(+)적인 영향을 미칠 것으로 추정되므로 여가활동의 최적의 경험상태인 여가몰입도 자살생각과 관련하여 부(+)적인 영향을 미칠 것으로 추정되어 본 연구의 가설을 다음과 같이 설정하였다.

<가설 1> 여가몰입은 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 1-1> 행위몰입은 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 1-2> 인지몰입은 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

(2) 여가몰입과 사회적 지지의 관계

여가활동, 여가몰입이 사회적 지지를 높인다는 연구로 Heyl, Wahl, Mollenkopf(2005), 문용, 윤

정옥, 주성택(2011), 박윤길(2010), 임재구(2015), 이상범, 김형남(2016), 손지영(2017) 등의 연구가 있다.

Heyl, Wahl, Mollenkopf(2005)는 노인의 여가활동은 정서적 안녕 뿐만 아니라 사회구조적 관계망을 형성하는데 도움을 주어 사회적 지지를 높인다고 분석하였다.

문용, 윤정옥, 주성택(2011)은 노인복지관의 여가시설을 이용하는 노인들을 대상으로 한 연구에서 여가몰입은 사회적 지지에 유의한 영향을 미친다고 하였으며, 노인의 여가몰입은 주관적 안녕에 영향을 미쳐 삶의 질을 향상시킨다고 하였다. 박윤길(2010)은 사회적 지지와 여가몰입과 관련하여 여가활동에 대한 몰입은 사회적 관계에 긍정적 영향을 미치며, 이러한 변화는 노인의 심리적, 신체적, 사회적 변화에 긍정적 강화로 작용하며, 특히 사회적 변화는 참여자들 간에 상호유대 관계를 바탕으로 한 사회적 지지를 증가시켜 심리적 안정을 가져와 노년기의 고독감을 줄인다고 하였다.

임재구(2015)는 서울지역의 체육 참여노인들의 사회적 지지가 여가몰입에 미치는 영향을 알아본 결과, 생활체육 참여노인들의 사회적 지지의 하위요인들인 평가적, 정서적, 물질적 지지가 모두 여가몰입에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한 이러한 여가몰입은 운동지속의 하위요인인 운동습관, 운동관심, 운동환경요인, 운동친구에 모두 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 따라서 사회적 지지는 노인들에게 주위사람들과 활발한 사회관계를 형성하게 하여 생활체육활동의 참여 지속성을 높이며, 생활체육활동은 여가몰입을 하는 노인의 만족감을 높여 삶의 질을 향상시키므로 운동지속과 여가몰입을 높이기 위한 사회적 지지의 강화가 필요하다.

이상범, 김형남(2016)도 노인들의 여가몰입이 높

아질수록 사회적 지지가 높아지며, 사회적 지지는 노인들의 삶의 질에 정적 영향을 미친다고 하였으며, 손지영(2017)도 노인의 사회적 지지와, 여가몰입, 삶의 질 간 영향력 관계에 대한 분석에서 유의미한 영향관계 파악이 가능하다고 하였다.

이상 연구를 토대로 노인의 여가몰입의 하위요인들이 사회적 지지에 직접적으로 정(+)적인 영향을 미칠 것으로 추정되어 본 연구의 가설을 다음과 같이 설정하였다.

- <가설 2> 여가몰입은 사회적 지지에 직접적으로 정(+)적인 영향을 미칠 것이다.
 <가설 2-1> 행위몰입은 사회적 지지에 직접적으로 정(+)적인 영향을 미칠 것이다.
 <가설 2-2> 인지몰입은 사회적 지지에 직접적으로 정(+)적인 영향을 미칠 것이다.

(3) 사회적 지지와 자살생각의 관계

사회적 지지와 자살생각과 관련 된 많은 선행연구들(이민숙, 2005; Vanderhorst & McLaren, 2005; McLaren, Gomez, Psych, Bailey & Horst, 2007; Schroepfer, 2008; 양남영, 문선영, 2012; 권오균, 오준수, 2013; 오윤정, 김향동, 2018)이 노인의 사회적 지지가 자살생각과 밀접하게 관련이 있다고 검증하고 있다.

이민숙(2005)은 노인복지관과 일반종합복지관을 이용하는 노인을 대상으로 한 연구에서 노인의 자살생각과 사회적 지지 간에는 부적 상관관계를 나타내며, 사회적 지지가 약하다고 생각하는 노인일수록 자살생각을 한다고 검증하였다. 양남영, 문선영(2012)은 노인의 사회적 지지, 건강상태, 생활만족도와 관련된 연구에서 사회적 지지가 강할수록 자살생각을 적게 하는 것으로 나타났다고 검증하였다.

Vanderhorst & McLaren(2005)은 가족과 친구와의 관계 즉 사회적 지지에 대한 만족이 낮을수록 노인들의 자살생각이 높아진다고 하였다. McLaren, Gomez, Psych, Bailey & Horst(2007)도 노인의 우울, 자살생각, 사회적 지지의 조절효과에 대한 검증에서 사회적 관계에 대한 소속감 즉 사회적 지지가 높을수록 자살생각이 감소하며, 우울이 조절효과를 갖는다고 하였다. Schroepfer(2008)는 말기환자를 대상으로 사회적 지지와 자살생각 간의 관계를 분석한 결과, 사회적 지지의 수준이 높은 노인들보다 사회적 지지의 수준이 낮거나 갈등적인 관계에 처한 노인들이 더 자살생각을 많이 한다고 분석하며, 자살생각은 사회적 관계망의 크기보다는 사회적 지지의 질에 의하여 더 영향을 받는다고 하였다.

권오균, 오준수(2013)는 저소득 독거노인을 대상으로 한 자살생각과 관련된 변인들에 대한 인과모형을 규명하기 위해 스트레스, 절망감, 건강상태, 우울감, 사회적 지지를 분석하며, 우울감이 사회적 지지를 매개하며, 사회적 지지가 낮을수록 우울감이 높아지고, 우울감이 높아질수록 자살생각이 증가한다고 하였다.

오윤정, 김향동(2018)은 노인의 자살생각 예측요인으로 자아존중감, 우울, 사회적 지지를 자살생각과 관련하여 분석하며, 사회적 지지가 낮을수록 자살생각과 우울감이 높아져, 사회적 지지와 심리적 건강의 관계가 밀접한 관계있다고 분석하면서 사회적 지지가 높을수록 자살생각이 감소한다고 검증하였다.

이상의 연구를 토대로 사회적 지지가 자살생각에 부(-)적인 영향을 미칠 것이라고 추정하여 다음과 같이 가설을 설정하였다.

- <가설 3> 사회적 지지는 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

(4) 여가몰입, 자살생각, 사회적 지지와의 관계

노인의 여가몰입과 사회적 지지, 자살생각의 주요 변인을 대상으로 한 연구는 거의 이루어지지 않고 있다. 노인의 여가활동과 사회적 지지, 자살생각과 관련하여 세 변수의 영향관계를 다룬 선행연구도 다음의 소수의 연구 이외에 매우 부족하다.

이종경, 이은주(2010)는 노인의 지속적인 여가스포츠활동 참여는 사회적 유대관계를 강화하고 심리적, 정서적 건강에 바람직한 영향을 주어 자살생각을 완화하는 데 기여한다고 하였다.

김예성, 하용용(2015)은 노인의 생산적 여가활동의 참여는 사회적 연결망의 확대를 통한 사회적 지지를 증가시켜 자살생각을 감소시키며 궁극적으로는 노인의 자살예방에 기여한다고 하였다. 특히 여가활동은 가족관계를 대체할 수 있는 사회적 지지를 강화하여 줌으로써 자살생각에 긍정적 영향을 미친다고 하였다.

이상의 연구를 토대로 여가몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것으로 추정되어 다음과 같이 가설을 설정하였다.

<가설 4> 여가몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 4-1> 행위몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 4-2> 인지몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적으로 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

3. 연구모형 및 측정도구

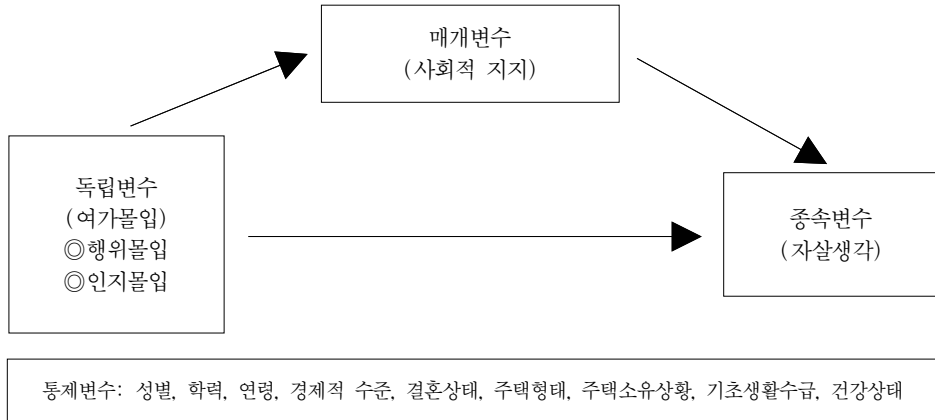
1) 연구모형

본 연구는 노인의 여가몰입의 하위변인인 행위몰입, 인지몰입이 자살생각에 미치는 차별적 영향력을 분석하고, 여가몰입과 자살생각 간의 사회적 지지의 매개효과를 분석하고자 <그림 1>과 같이 연구모형을 설정하였다. 즉 종속변수인 자살생각에 대하여 행위몰입, 인지몰입 등 여가몰입의 하위변인들을 독립변수들로 설정하고 사회적 지지를 매개변수로 설정하여, 각각 독립변수들과 매개변수가 종속변수에 미치는 직접적 영향력과 매개변수인 사회적 지지를 통해 독립변수가 간접적으로 미치는 영향력을 분석하고자 하였다.

2) 측정도구

(1) 여가몰입

독립변수는 Scanlan(1993)이 개발한 척도 ESCM (Expansion of the sport commitment model)을 정용각(1997)이 국내 실정에 맞게 수정·번안하여 개발한 여가몰입척도를 권현재(2008), 김성수(2009), 이재풍, 이명희(2017) 등이 검증한 측정도구를 사용하였다. 여가몰입에 대한 요인분석을 실시한 결과, 요인적재량이 모두 0.4 이상이고 누적분산율이 68,380으로 변수의 타당도가 검증되었다고 판단하여 척도 구성을 행위몰입(4문항), 인지몰입(8문항)의 2개 요인인 총 12문항으로 구성하고, Likert식 5점 척도로 측정하였다. 이 척도의 신뢰계수인 Cronbach's Alpha는 이재풍, 이명희(2017)에서는 0.950, 손지영(2017)에서는 0.884, 본 연구에서 Cronbach alpha 계수는 0.876으로 척도의 신뢰성을 확인하였다.



<그림 1> 연구모형

(2) 사회적 지지

매개변수는 Zimet, Dahlem, Zimet, Farley(1988) 등이 개발한 사회적 지지 다면적 척도(MSPSS: Multidimensional Scale of Perceived Social Support)를 사용하였다. 사회적 지지에 대한 요인 분석을 실시하여 요인적재량이 모두 0.4 이상이고 누적분산율이 77.711로 변수의 타당도가 검증되었다고 판단하여 척도 구성을 가족의 지지(4문항), 친구의 지지(4문항), 주요 타인의 지지(4문항)의 총 12항목으로 구성하였다. Likert 5점 척도를 활용하였으며, 점수가 높을수록 사회적 지지가 높다는 것으로 여미옥(2013)의 연구에서는 Cronbach alpha 계수가 0.933이었으며, 김양이, 이연숙(2017)의 연구에서는 0.917이었다. 본 연구에서 Cronbach alpha 계수는 0.764로 나타났다.

(3) 자살생각

종속변수는 김형수(2002)가 변안한 Harlow, Newcomb & Bentley(1986)의 자살생각 척도(Suicide Ideation Scale)를 사용하였다. 이 척도

는 ① 자살에 대한 생각을 해봄, ② 최근에 죽고 싶다고 생각해 본적이 있음, ③ 자살을 시도해 본적이 있음, ④ 삶이 자살로 끝날 것이라고 생각해봄, ⑤ 누군가에게 자살하고 싶다고 말 해본 적이 있음의 총 5문항으로 구성되어 있다. 자살생각에 대한 요인분석을 실시하여 요인적재량이 모두 0.4 이상이고 누적분산율이 74.793로 변수의 타당도가 검증되었다고 판단하였다. Likert 5점 척도를 활용하였으며, 점수가 높을수록 자살생각이 높다는 것이다. Harlow, Newcomb & Bentley(1986)의 연구에서는 Cronbach alpha 계수가 0.845였으며, 김형수(2002)연구에서는 0.740, 김경미(2006)의 연구에서는 0.86이었다. 본 연구에서 Cronbach alpha 계수는 0.668로 나타났다.

3) 자료수집 및 분석방법

본 연구의 대상은 충청도, 경상도, 전라도에 소재하고 있는 노인복지관, 경로당을 이용하는 노인들을 대상으로 하였다. 여가시설을 이용하는 노인의 성별, 연령, 지역성, 경제적 수준, 건강상태 등을 고려한 균등표집이 어려워, 표집방법은 비확률

편의 표집방법을 사용하였다. 조사기간은 2018년 4월 1일부터 5월 10일이며, 사전에 전화로 협조를 구한 후 우편조사를 하거나 직접방문을 통하여 실시하였다. 총 700부를 배포하여 681부의 설문지가 회수되었으며, 신뢰성이 부족하다고 판단되는 설문지 19부를 제외하고 총 662부를 사용하여 조사 분석을 실시하였다.

통계분석을 위하여 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 요인분석, 신뢰도분석, 빈도분석, 기술통계분석, 상관관계분석을 실시하였고, Baron & Kenny (1986)의 방식에 따라 위계적 회귀분석을 실시하여 본 연구의 가설을 검증하였으며, 사회적 지지의 직·간접, 총효과 등 매개효과를 검증하기 위하여 Sobel-test를 실시하였다.

4. 분석결과

1) 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 성별 분포는 여자가 502명(75.8%)으로 남자 160명(24.2%) 보다 많게 나타났다. 학력을 보면 초졸 이하가 가장 많아 485명(73.3%)이며, 중졸이 113명(17.1%), 고졸이 48명(7.3%), 중졸이 33명(10.2%)의 순이다. 연령을 보면 70대가 가장 많아 294명(44.4%)이며, 다음으로 80대가 233명(35.2%)으로 많았다. 결혼 상태를 보면, 사별이 345명(52.1%)으로 가장 많으며, 다음으로 유배우가 301명(45.5%)으로 많다. 국민기초생활수급 여

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

변수	항목	빈도(명)	비율(%)	변수	항목	빈도(명)	비율(%)
성별	남성	160	24.2	연령	60대	105	15.9
	여성	502	75.8		70대	294	44.4
학력	초등학교 졸업이하	485	73.3		80대	233	35.2
	중학교 졸업	113	17.1		90대	30	4.5
	고등학교 졸업	48	7.3	결혼 상태	미혼	3	0.5
	전문대학교 졸업	6	0.9		유배우자	301	45.5
	대학교 졸업이상	10	1.5		별거중	9	1.4
매우 부유	3	0.5	이혼		4	0.6	
경제적 수준	부유	59	8.9	사별	345	52.1	
	보통	446	67.4	기초 생활 수급	수급자	67	10.1
	빈곤	137	20.7		비수급자	594	89.7
	매우 빈곤	17	2.6	주택 소유 상황	본인(배우자, 자녀)소유	610	92.1
주택 형태	단독주택	531	80.2		전세	9	1.4
	아파트	104	15.7		월세	15	2.3
	다세대주택	22	3.3		기타	28	4.2
	기타	5	0.8	건강 상태	매우 좋음	9	1.4
건강 상태	좋음	103	15.6		좋음	103	15.6
	보통	267	40.3		보통	267	40.3
	나쁨	225	34.0		나쁨	225	34.0
	매우 나쁨	58	8.8		매우 나쁨	58	8.8

부를 보면, 비수급자가 594명(89.7%)로 가장 많다. 경제적 수준을 보면 보통이 446명(67.4%)으로 가장 많으며, 빈곤이 137명(20.7%)이며, 부유가 59명(8.9%)의 순으로 나타났다. 주택형태는 단독주택이 531명(80.2%)으로 가장 많으며, 아파트가 104명(15.7%)으로 많았다. 주택소유상황은 본인(배우자, 자녀)소유가 가장 많아 610명(92.1%)으로 가장 많다. 건강상태는 보통으로 267명(40.3%), 나쁨 267명(34.0%), 좋음이 103명(15.6%)으로 나타났다.

2) 기술통계와 상관관계

주요변수의 기술통계와 상관관계의 결과는 <표 2>와 같다. 여가몰입의 하위변수의 평균값을 보면 행위몰입 2.633(표준편차: 0.886), 인지몰입 2.4639(표준편차: 1.0588)이다. 매개변수인 사회적 지지의 평균값은 3.5314(표준편차: 0.6935)로 나타났으며, 자살생각 평균값은 1.3281(표준편차: 0.5326)로 나타났다.

주요 변수 간 상관관계분석의 결과를 보면 모두 유의수준 $p < 0.01$ 에서 유의미한 관계로 나타났다. 여가몰입의 하위변수인 행위몰입은 인지몰입과 0.628로 정(+)적인 상관관계를 나타냈다. 매개변수인 사회적 지지는 행위몰입과 0.414, 인지몰입과 0.356의 정(+)적인 상관관계를 나타냈다. 종속변수인 자살생각은 인지몰입과 -0.291, 행위몰입과 -0.308, 사회적 지지와 -0.387의 부(-)적인

상관관계를 나타냈다. 상관계수가 모두 0.8이하로 나타나 주요 변수 간 신뢰성을 확보하여 다중공선성의 문제가 나타나지 않았다.

3) 매개효과 검증 결과분석

본 연구에서는 노인의 여가몰입과 자살생각의 영향관계에서 사회적 지지에 대한 매개효과를 분석하기 위하여 Baron & Kenny(1986)의 3단계 방식에 따른 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이 방식은 1단계의 독립변수가 매개변수에 영향을 주고, 2단계의 독립변수가 종속변수에 영향을 주고, 3단계에서 독립변수와 매개변수 모두 종속변수에 영향을 미쳐야 한다. 주요변수들의 다중공선성을 검증한 결과 변수들의 분산팽창요인(VIF: Variance Inflation Factor)이 모두 10에 근사한 값이 없고, 공차한계(Tolerance)도 모두 .10 보다 높게 나타나고 있어 다중공선성에 문제가 없는 것으로 나타났다. 사회적 지지의 매개효과의 검증으로는 Sobel test를 활용하였다.

(1) 사회적 지지에 대한 여가몰입의 회귀분석 결과: 1단계

노인의 여가몰입은 사회적 지지에 직접적으로 정(+)적 영향을 줄 것이라는 가설에 대한 검증인 1단계 분석의 결과는 <표 3>과 같다. 1단계 분석의

<표 2> 주요 변수의 기술통계와 상관관계분석

변수	평균	표준편차	인지몰입	행위몰입	사회적 지지	자살생각
행위몰입	2.6330	0.88758	1			
인지몰입	2.4639	1.05883	.628**	1		
사회적 지지	3.5314	0.69348	.414**	.356**	1	
자살생각	1.3281	0.53277	-.291**	-.308**	-.387**	1

** . $p < 0.01$.

<표 3> 사회적 지지에 대한 여가몰입의 회귀분석 결과: 1단계

독립변수		종속변수	사회적 지지			
			B	β	t	p
통제변수	상수	2,521		18,096	.000	
	연령	.019	.014	.382	.702	
	성별	.102	.063	1,553	.121	
	학력	-.032	-.020	-.496	.620	
	결혼상태	.155	.111*	2,814	.005	
	경제적 수준	.057	.038	1,045	.296	
	기초생활수급자	.135	.059	1,570	.117	
	건강상태	-.055	-.039	-1,094	.274	
	주택소유상황	.062	.024	.645	.519	
	주택형태	-.173	-.100**	-2,702	.007	
독립변수 (여가몰입)	행위몰입	.230	.294***	6,358	.000	
	인지몰입	.088	.134**	2,891	.004	
F		16.125***				
R ²		0.215				
수정된 R ²		0.202				

*, p < 0.05, **, p < 0.01, ***, p < .001

※ 더미변수: 연령(70대=1), 성별(여=1), 학력(초졸이하=1), 결혼상태(유배우자=1), 경제적 수준(보통=1), 기초생활수급(비수급자=1), 건강상태(보통=1), 주택소유상황(본인소유=1), 주택형태(단독주택=1).

결과, 회귀방정식모형 전체의 적합도가 통계상 유의미한 것으로 검증되었다(F값=16.125, p<.001). 1단계의 설명력은 21.5%였다(R²=0.215). 여가몰입(독립변수)의 하위변수인 행위몰입($\beta=0.294$, p=0.001)과 인지몰입($\beta=0.134$, p=0.004) 모두 사회적 지지(매개변수)에 유의미하게 정적(+)인 영향을 주는 것으로 나타났다. 영향력 크기는 β 값의 기준으로 행위몰입이 인지몰입 보다 더 영향력이 큰 것으로 나타났다. 따라서 행위몰입과 인지몰입이 사회적 지지에 정적(+)으로 영향을 미친다는 <가설 2-1>과 <가설 2-2>가 채택되었다. 즉 여가몰입의 하위변수인 행위몰입, 인지몰입이 높을수록 사회적 지지가 높게 나타난다는 것을 알 수 있다. 더미화한 통제변수들(Dummy variables) 중에는 결혼상태($\beta=-0.111$, p=0.005)가 사회적 지지에 정적으로 영향을 미쳤으며, 주택형태($\beta=-0.100$,

p=0.007)가 부(-)적으로 유의미한 영향을 미쳤다. 즉 유배우자의 경우 사회적 지지가 높아지며, 단독주택의 경우 사회적 지지가 낮아지는 것으로 나타났다.

(2) 자살생각에 대한 여가몰입의 회귀분석 결과: 2단계

노인의 여가몰입은 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 줄 것이라는 가설에 대한 검증인 2단계의 분석의 결과는 <표 4>와 같다. 2단계 분석의 결과, 회귀방정식 모형 전체의 적합도가 통계상으로 유의미한 것으로 검증되었다(F값=10.256, p=0.01). 2단계의 설명력은 14.8%였다(R²=0.148). 여가몰입(독립변수)의 하위변수 행위몰입($\beta=-0.113$, p=0.019), 인지몰입($\beta=-0.176$, p=0.000)이 자살생

〈표 4〉 자살생각에 대한 여가몰입의 회귀분석 결과: 2단계

독립변수		종속변수	자살생각			
			B	β	t	p
통제변수	상수	2.018		18.111	.000	
	연령	-.040	-.038	-1.006	.315	
	성별	.006	.005	.117	.907	
	학력	.041	.034	.807	.420	
	결혼상태	-.032	-.030	-.731	.465	
	경제적 수준	-.096	-.084*	-2.209	.028	
	기초생활수급자	-.101	-.057	-1.469	.142	
	건강상태	-.112	-.103**	-2.759	.006	
	주택소유상황	-.138	-.070	-1.784	.075	
독립변수 (여가몰입)	주택형태	.042	.031	.819	.413	
	행위몰입	-.068	-.113*	-2.353	.019	
	인지몰입	-.089	-.176***	-3.647	.000	
F		10.256***				
R ²		0.148				
수정된 R ²		0.134				

*. $p < 0.05$, **. $p < 0.01$, ***. $p < 0.001$

각(종속변수)에 모두 부(-)적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 영향력의 크기는 β 값의 기준으로 영향력의 크기는 인지몰입이 행위몰입보다 크게 나타났다. 따라서 행위몰입과 인지몰입이 자살생각에 직접적으로 부적 영향을 미친다는 <가설 1-1>, <가설 1-2>가 채택되었다. 즉 여가몰입이 높을수록 자살생각이 감소한다는 것을 의미한다. 더미화한 통제변수들(Dummy variables) 중에는 경제적 수준($\beta = -0.084$, $p = 0.028$)과 건강상태($\beta = -0.103$, $p = 0.006$)가 부(-)적으로 유의미한 영향을 미쳤다.

(3) 자살생각에 대한 여가몰입과 사회적 지지의 회귀분석 결과: 3단계

노인의 여가몰입과 자살생각의 영향력에서 사회적 지지의 매개역할을 검증하는 3단계의 분석의 결과는 <표 5>와 같다. 3단계 분석의 결과, 회귀

방정식모형 전체의 적합도가 통계상으로 유의미한 것으로 검증되었다(F 값=14.971, $p = 0.001$). 3단계의 설명력은 21.7%였다($R^2 = 0.217$). 이는 자살생각에 대한 여가몰입 변수의 설명력 14.8%($R^2 = 0.148$)가 사회적 지지를 통하여 약 6.9%($R^2 = 0.069$)의 설명력이 증가하였음을 의미한다. 2단계와 달리 3단계에서는 여가몰입의 하위변수 중 인지몰입($\beta = -0.136$, $p = 0.004$)만이 사회적 지지를 매개로 자살생각에 유의미한 부(-)적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 매개변수인 사회적 지지($\beta = -0.297$, $p = 0.000$)도 자살생각에 유의미한 부(-)적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 즉 사회적 지지가 자살생각에 직접적으로 부(-)적인 영향을 미친다는 <가설 3>이 채택되었다. 더미화한 통제변수들(Dummy variables) 중에는 단계2와 같이 경제적 수준($\beta = -0.073$, $p = 0.047$)과 건강상태($\beta = -0.114$, $p = 0.001$)가 부(-)적으로 유의미한 영향을 미쳤다.

<표 5> 자살생각에 대한 여가몰입과 사회적 지지의 회귀분석 결과: 3단계

독립변수		종속변수	자살생각			
			B	β	t	p
통제변수	상수	2.592		19.764	.000	
	연령	-.036	-.034	-.935	.350	
	성별	.029	.024	.581	.561	
	학력	.034	.028	.694	.488	
	결혼상태	.003	.003	.072	.942	
	경제적 수준	-.083	-.073*	-1.990	.047	
	기초생활수급자	-.070	-.040	-1.064	.288	
	건강상태	-.124	-.114**	-3.198	.001	
	주택소유상황	-.124	-.063	-1.668	.096	
독립변수 (여가몰입)	주택형태	.003	.002	.051	.959	
	행위몰입	-.016	-.026	-.549	.583	
	인지몰입	-.069	-.136**	-2.924	.004	
사회적 지지		-.228	-.297***	-7.555	.000	
F		14.971***				
R ²		0.217				
수정된 R ²		0.203				

*. $p < 0.05$, **. $p < 0.01$, ***. $p < 0.001$.

(4) 사회적 지지의 매개효과 분석결과

2단계와 3단계의 종속변수에 대한 독립변수들의 영향력 크기 즉 자살생각에 대한 여가몰입의 하위 변인인 행위몰입, 인지몰입의 영향력의 크기를 비교한 결과, 2단계보다 3단계에서 감소한 것은 인지몰입이다. 인지몰입은 2단계에서 $\beta = -0.176$ 이었으나 3단계에서는 $\beta = -0.136$ 으로 감소하였다. 즉, 사회적 지지는 여가몰입의 하위변인 중 인지몰입과 자살생각 간에서 부분매개효과를 가진다고 해석할 수 있다. 실질적으로 사회적 지지의 매개효과를 확인하기 위하여 실시한 Sobel test 결과는 <표 6>과 같다. 인지몰입 \Rightarrow 사회적지지 \Rightarrow 자살생각의 Z값은 $-2.0532(p < .001)$ 로 인지몰입과 자살생각 관계에서 사회적 지지의 매개경로가 검증되었다. 따라서 인지몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적으로 정(+)적인 영향을 미

친다는 <가설 4-2>이 채택되었다. 이로써 여가몰입의 하위변인인 인지몰입은 사회적 지지에 영향을 미치며, 사회적 지지는 다시 자살생각에 영향을 미치는 경로가 확인되었다. 즉, 인지몰입이 노인의 자살생각을 감소하게 하기 위해서는 사회적 지지도 중요하다는 것을 의미한다.

(5) 자살생각에 대한 여가몰입과 사회적 지지의 각 변수들의 직·간접효과, 총 효과

이상의 결과를 토대로 매개효과가 검증된 인지몰입과 자살생각 간 사회적 지지의 각 변수들의 직·간접효과와 총효과의 분석 결과는 <표 7>과 같다. 인지몰입이 자살생각에 미치는 직접효과가 $\beta = -0.136$, 사회적 지지를 매개로 한 간접효과는 $\beta = -0.040(0.134 \times -0.297)$ 으로, 총효과는 $\beta = -0.176$ 이다.

<표 6> 여가몰입이 자살생각에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 매개효과: Sobel test

매개효과 경로	Z
인지몰입 ⇒ 사회적지지 ⇒ 자살생각	Z = -2.0532**

<표 7> 자살생각에 대한 여가몰입(인지몰입)과 사회적 지지의 직·간접효과, 총효과

영향관계	효과		
	직접효과	간접효과	총효과
인지몰입 → 자살생각	-0.136**		
인지몰입 → 사회적 지지	0.134**		
사회적지지 → 자살생각	-0.297***	-	-
인지몰입 → 사회적지지 → 자살생각	-	-0.040*** (0.134×-0.297)	
(인지몰입 → 자살생각) + (인지몰입 → 사회적지지 → 자살생각)			-0.176**

5. 결론 및 정책적 함의

본 연구는 노인의 자살생각에 대한 여가몰입의 하위변인들과 사회적 지지의 직접적인 영향과 더불어 사회적 지지의 매개효과를 중심으로, 이들 변수들이 자살생각에 미치는 직·간접효과와 총효과를 검증하고자 하였으며, 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 노인의 여가몰입이 자살생각에 직접적인 부(-)적 영향을 미칠 것이라는 가설의 검증결과, 여가몰입의 하위변인인 행위몰입, 인지몰입 모두 자살생각에 직접적으로 유의미한 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 검증되었다. 즉, 여가몰입이 높을수록 자살생각이 감소하는 것으로 나타났다. 이러한 연구분석 결과는 노인의 신체적 여가활동이 자살생각을 감소하게 한다는 이은석, 이선장(2009), 이종경, 이은주(2010), 김예성, 하용용(2015)의 연구결과를 지지한다.

둘째, 노인의 여가몰입이 사회적 지지에 직접적인 정(+)적 영향을 미칠 것이라는 가설의 검증결과, 행위모델, 인지몰입 모두 사회적 지지에 유의

미한 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 검증되었다. 이러한 연구분석 결과는 여가몰입이 사회적 지지에 유의한 영향을 미친다는 박윤길(2010), 문용, 윤정옥, 주성택(2011), 임계구(2015), 이상범, 김형남(2016), 손지영(2017) 등의 연구결과를 지지한다.

셋째, 노인의 사회적 지지가 자살생각에 직접적인 부(-)적인 영향을 미칠 것이라는 가설의 검증결과, 사회적 지지가 자살생각에 유의미한 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 이러한 연구분석 결과는 사회적 지지가 자살생각에 유의한 영향을 미친다는 이민숙(2005), 이인정(2011), 양남영, 문선영(2012), 권오균, 허준수(2013), 오윤정, 김향동(2018) 등의 연구결과를 지지한다.

넷째, 노인의 여가몰입은 사회적 지지를 매개로 자살생각에 간접적인 부(-)적 영향을 미칠 것이라는 가설의 검증결과, 인지몰입만 유의미한 매개효과가 있는 것으로 분석되었다. 이러한 연구분석 결과는 이종경, 이은주(2010), 김예성, 하용용(2015) 등의 연구결과를 지지한다.

본 연구의 결과에 따라 여가몰입과 사회적 지지

와 관련하여 노인의 자살생각을 감소시키기 위한 방안을 제안하면 다음과 같다.

첫째로 노인의 여가몰입이 자살생각을 감소시키는 것으로 나타났으므로, 여가활동 프로그램의 확대를 통하여 여가몰입의 기회제공과 강화가 필요하다. 자살생각의 감소에 여가활동이 효과적이라고 많은 선행연구가 제안하고 있는 것처럼 여가활동에 적극적으로 참여할 수 있도록 다양한 신체적, 정서적, 사회적 여가프로그램의 개발을 통하여 여가활동에 대한 선택의 폭을 넓히는 것이 필요하다. 이를 위해서는 다양한 사회적 경제적 격차와 건강상태의 격차, 인지활동, 교육수준, 취미, 특성에도 많은 차이가 있는 만큼 각각의 특성에 맞는 혹은 모든 노인의 참여가 가능한 프로그램의 개발이 필요하다. 나아가 여가프로그램 참여의 활성화를 위한 주기적인 홍보와 교육, 여가활동 시설 및 기관의 정비, 프로그램을 운영할 수 있는 행정직, 전문직의 지속적인 개발과 확보, 국가와 지방자치단체의 재정적 지원이 필요하다.

둘째로 노인의 여가몰입이 사회적 지지에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으므로, 노인의 자살을 예방하기 위한 방안의 하나로서 사회적 지지가 빈약한 노인들에게 취미생활 공유, 친구만들기, 건전한 사회적 관계를 형성할 수 있는 프로그램의 개발과 지지가 필요하다. 이러한 사회적 지지를 높일 수 있는 여가활동은 프로그램 참여 시 생기는 친밀감과 상호 지지가 스스로 가치 있는 사람이 느끼게 하고, 서로 믿고 의지하며, 용기를 얻게 되어 삶의 질을 향상시킨다(손지영, 2017).

셋째로, 노인의 사회적 지지가 자살생각을 완화하는 것으로 나타났으므로, 자살생각을 감소시키기 위해서는 가족, 친구, 타인의 지지를 강화하는 방안의 모색이 필요하다. 독거노인과 노인부부가구가 증가하는 고령사회에서 가족과의 관계를 강

화시키는 심리, 사회, 경제, 복지적 다양한 가족지원제도의 모색과 사회로부터 소외되거나 고립된 노인들에 대한 재가방문서비스, 상담 지원 등 사회적 지지의 강화와 자살고위험군 발굴을 위한 전 사회적 네트워크의 구축도 필요하다.

넷째로, 노인의 여가몰입 중 인지몰입과 자살생각 간에 사회적 지지의 매개효과가 확인되었으므로, 인지몰입과 사회적 지지를 높이기 위한 다양한 프로그램의 개발이 필요하다. 인지몰입은 여가활동에 대한 심리적인 기대, 여가를 하고 싶어 하는 욕구, 여가활동에 대한 인식의 정도를 말하므로, 여가활동에 참여하고자 하는 동기부여 및 흥미를 끄는 프로그램의 개발과 홍보, 정보제공이 필요하다. 나아가 이러한 프로그램의 참여가 친밀한 사회적 지지를 강화시키는 즉, 프로그램 참여자 간 사회적 지지를 높일 수 있는 관계 형성, 유지 강화로 이어질 수 있도록 프로그램을 개발하고 보급하는 것은 노인들의 자살생각을 감소시켜 자살의 예방에 기여할 것이다.

끝으로 본 연구는 다음과 같은 한계를 가지고 있다. 먼저 시간적, 물리적 제약으로 인하여 편의상 편의표집으로 노인복지관, 경로당을 이용하는 노인만을 대상으로 하였으므로, 연구의 결과를 일반화하는 데 한계를 지닌다. 따라서 후속연구에서는 표집대상의 확대를 통하여 대표성을 확보하는 것이 필요하다. 또한 노인의 여가몰입과 사회적 지지, 자살생각은 환경 및 상황, 시간에 따라 변할 수 있는 주관적 개념이므로 양적인 횡단적인 연구만으로는 많은 제한점이 있다. 따라서 2차 자료 수집을 통한 종단적인 연구나 질적 연구에 의한 심층 분석을 통하여 자살예방을 위한 여가몰입과 사회적 지지의 강화, 자살생각을 감소시키기 위한 대안을 보완하는 것이 필요하다.

참 고 문 헌

- 곽윤길 (2010). 노인의 여가활동 참여가 사회적 관계에 미치는 영향에 관한 연구. <한국레크리에이션학회지>, 34(3), 27-42.
- 권오균 · 허준수 (2013). 저소득 독거노인의 자살생각 인과모형에 관한 연구. <정신보건과 사회사업>, 41(4)65-93.
- 권현재 (2008). 여가행동과 여가몰입이 모험관광 참여자의 만족도에 미치는 영향. 배재대학교 박사학위논문.
- 김성수 (2009). 여가만족과 여가몰입이 심리적 안녕감 및 자아실현에 미치는 영향에 관한 연구: 관광전공 대학생을 중심으로, 안양대학교 박사학위논문.
- 김승수 (2012). 대학생의 여가활동 동기와 관여도가 심리적 안녕감, 여가몰입 및 생활만족에 미치는 영향. 우송대학교 박사학위논문.
- 김양이 · 이연숙 (2017). 노인복지관 이용노인의 사회적 지지가 행복감에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과. <노인복지연구>, 72(4), 217-238.
- 김예성 · 하용용 (2015). 독거노인의 생산적 여가활동 참여에 따른 신체적 정신적 건강과 자살생각에 관한 연구: 서울지역 저소득 독거노인을 대상으로. <보건사회연구>, 35(4), 344-374.
- 김춘옥 (2015). 노인의 여가몰입이 삶의 질에 미치는 영향. <한국복지실천학회지>, 6(2), 78-99.
- 김형수 (2002). 한국 노인의 자살생각과 관련요인 연구. <한국노년학>, 22(1), 159-172.
- 김효창 · 손영미 (2006). 노인자살의 특성과 자살유형에 관한 연구. <한국심리학회지>, 12(2), 1-19.
- 문용 · 윤정옥 · 주성택 (2011). 노인복지관 여가 스포츠시설 이용노인의 개인적 특성과 여가몰입, 사회적지지 및 주관적 안녕 간의 인과관계. <한국체육과학회지>, 20(6), 95-109.
- 박유진 · 김재휘 (2002). 여가경험과 여가정체성 현출성에 따라 여가경험이 여가 및 생활만족에 미치는 영향. <한국심리학회지>, 21(20), 141-161.
- 서문진희 · 이현아 (2011). 주관적 건강인식과 사회적 지지가 노인자살 생각에 미치는 영향-우울감 매개효과를 중심으로-. <노인복지연구>, 54, 361-385.
- 서인균 · 이연실 (2016). 독거노인이 사회적 자원과 자살생각 간의 관계에 대한 우울의 매개효과-농촌과 도시독거노인 비교를 중심으로-. <노인복지연구>, 71(2), 219-247.
- 서인균 · 조혜정 (2013). 노인의 스트레스와 자살생각 간의 관계에 대한 우울의 매개효과: 독거노인과 비독거노인 비교연구. <노인복지연구>, 61, 135-162.
- 손지영 (2017). 여가스포츠 참여 노인의 여가몰입과 삶의 질: 사회적 지지의 매개효과 검증. <한국체육과학회지>, 26(4), 331-344.
- 양남영 · 문선영 (2012). 노인의 건강상태, 사회적 지지 및 생활만족도가 자살생각에 미치는 영향. <디지털융복합연구>, 10(11), 515-524.
- 여미옥 (2013). 노인의 성공적 노화에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사회참여의 태도와 사회적 지지를 중심으로. 목원대학교 박사학위논문.
- 오윤정 · 김향동 (2018). 노인의 자살생각 예측요인. <융합정보논문지>, 8(2), 1-9.
- 이귀옥 (2010). 노인들의 여가활동에서 여가몰입의 여가만족도와 생활만족도에 미치는 영향. <호텔경영학연구>,

- 19(6), 117-133.
- 이명희 (2017). 노인의 여가만족과 여가몰입이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. 예원대학교 박사학위논문.
- 이민숙 (2005). 노인의 우울과 자살에 대한 사회적 지지의 영향. <임상사회사업연구>, 2(3), 191-212.
- 이상범 · 김형남 (2016). 여가스포츠활동 참여자의 사회적지지, 생활 스트레스와 여가만족간의 인과관계. <한국체육과학회지>, 25(3), 55-67.
- 이영서 · 조춘범 · 최정인 (2016). 사별노인의 생태체계요인이 자살생각에 미치는 영향과 성별의 조절효과 검증. <노인복지연구>, 71(3), 137-161.
- 이은석 · 이선장 (2009). 농촌지역 노인의 스트레스, 우울 및 자살생각에 있어서 신체적 여가활동의 완충효과. <한국스포츠사회학회지>, 22(2), 35-54.
- 이인정 (2011). 노인의 우울과 자살생각의 관계에 대한 위기사건, 사회적 지지의 조절효과. <보건사회연구>31(4), 34-62.
- 이재풍 · 이명희 (2017). 노인의 여가만족과 여가몰입이 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. <사회복지경영연구>, 4(2), 141-178.
- 이종경 · 이은주 (2010). 노인의 여가스포츠활동참가와 스트레스 및 자살생각 감소의 관계. <한국여가레크리에이션학회지>, 34(3), 17-26.
- 임재구 (2015). 생활체육 참여노인들의 사회적 지지가 여가몰입 및 운동지속에 미치는 영향. <한국웰니스학회지>, 10(40), 39-50.
- 정명희 · 허성희 (2017). 주변인의 자살경험이 노인의 자살생각, 자살계획, 자살시도에 미치는 영향에 관한 연구. <노인복지연구>, 72(1), 305-333.
- 정태호 (2013). 중등교사의 여가스포츠 참가가 스포츠몰입 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. 경기대학교 박사학위논문.
- 조계화 · 김영경 (2008). 한국노인의 우울, 자살생각 및 삶의 만족도 영향 요인. <한국간호교육학회지>, 14(2), 176-187.
- 조추용 (2013). 노인이 우울과 사회적 지지가 자살생각에 미치는 영향: 생태체계적 관점 중심으로. <한국케어매니지먼트 연구>, 8(1), 1-20.
- 허성희 · 정명희 (2017). 노인의 생활만족도가 자살생각에 미치는 영향: 저소득노인과 일반노인의 비교. <사회복지 실천과 연구>, 14(1), 87-114.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical consideration. *Journal of Personality & Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Brown, S. L., & Vinokur, A. D. (2003). The Interplay among Risk Factors for Suicide Ideation and Suicide: The Role of Depression, Poor Health and Loved One's Message of Support and Criticism. *American Journal of Community Psychology*, 32, 131-141.
- Cutright, P., & Fernquist, M. (2001). The Relative Gender Gap in Suicide: Societal Integration, the Culture of Suicide, and Period Effects in 20 Developed Countries, 1955-1994, *Social Science Research*, 30(1), 76-99.
- De Leo, D., Burgis, S., Bertolote, J. M., Kerkhof, A. J. F. M., & Bille-Brahe, U. (2004). Definitions

- of suicidal behaviour. *In Suicidal behavior: Theories and research findings* (Eds.), Gottingen: Hogrefe & Huber.
- Ge, D., Sun, L., Zhou, C., Qian, Y., Zhang, L., & Medina, A. (2017). Exploring the risk factors of suicidal ideation among the seniors in Shandong, China: A path analysis. *Journal of Affective Disorders*, 207, 393-397.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentley, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicidal ideation: Lack of purpose in life as a meditational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 5-21.
- Harwood, D., & Jacoby, R. (2008). Suicidal Behaviour Among the Elderly. *The International Handbook of Suicide and Attempted Suicide*. Keith Hawton Kees van Heeringen (ed.), John Wiley & Sons, Ltd.
- Henry, O., Ai-Vryn, C., Conal, C., & Brian, A. L. (2004). Recent development: Suicide in older people. *British Medical Journal*, 329(16), 895-899.
- Heyl, V., Wahl, H. W., & Mollenkopf (2005). Visual Capacity, Out-of-home Activities and Emotional Well-being in Old Age: Basic Relations and Contextual Variation. *Social Indicators Research*, 74(1), 159-189.
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). The relationship between nonsuicidal self-injury and attempted suicide: converging evidence from four samples. *Journal of abnormal psychology*, 122(1), 231-237.
- McLaren, S., Gomez, R., Psych, A., Bailey, M., & Horst, R. K. (2007). The association of depression and sense of belonging with suicidal ideation among older adults: applicability of resiliency models. *Suicide and Life-Threatning Behavior*, 37(1), 89-102.
- Schroepfer, T. A. (2008). Social relationships and their role in the consideration to hasten death. *The Gerontologist*, 48(5), 612-621.
- Teixeira, C. M., Vasconcelos, R. J., Fernandes, H., M., & Brustad, R. J. (2013). Physical Activity, Depression and Anxiety Among the Elderly. *Social indicators research*, 113(1), 307-318.
- Vanderhorst, R. K., & McLaren, S. (2005). Social relationships as predictors of depression and suicidal ideation in older adults. *Aging and Mental Health*, 9, 517-525.

The Influence of Leisure Commitment on Elderly Suicide Ideation: Focusing on Mediating Effects of Social Support

Young-Shin Choi

Dept. of Social Welfare, Joong-Ang Sangha University

Since the suicide rate among the elderly has become a social problem, the purpose of this study is to analyze the influence of leisure commitment on elderly suicidal ideation and to examine the mediating effects of social support as a method to prevent elderly suicides. This study was conducted for the elderly who use the comprehensive social welfare center, the elderly welfare center, center for senior citizens, and the elderly classroom. Hierarchical regression analysis was performed using SPSS 22.0. As a result of the analysis, leisure commitment of the elderly revealed a decrease of suicidal ideation, and had a positive effect on social support. In addition, it was found that social support for the elderly decreased suicide ideation. As for the mediating effect of social support between leisure commitment and suicidal ideation of the elderly, it was verified that only cognitive commitment had a significant effect among the sub-variables of leisure commitment. Thus, to reduce the elderly suicide ideation, increasing leisure commitment and social support of the elderly is required. Based on the results of this study, this researcher suggests the prevention of elderly suicides.

Keywords: The Elderly, Leisure Commitment, Suicide Ideation, Social Support