Korean Journal of Research in Gerontology <Research Article>
한국노년학연구
2026, Vol. 35, No. 2, 101-128
http://dx.doi.org/10.25280/kjrg.35.2.2

노인의 가족 돌봄 제공 유형과 심리적 건강: 사회적 지지의 조절 효과와 연령 집단 차이*

Types of Family Caregiving and Psychological Well-being in Older Adults: Moderating Effects of Social Support and Age-Group Comparisons

심 민 지**
중앙대학교 심리학과

Minji Shim
Master's student, Department of Psychology, Chung-Ang University

김 기 연***
중앙대학교 심리학과

Giyeon Kim
Professor, Department of Psychology, Chung-Ang University

(초록)

본 연구는 한국 노인의 가족 돌봄 유형이 심리적 건강(우울, 삶의 만족도)에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절 효과를 분석하고, 이러한 관계가 전기 노인(65~74세)과 후기 노인(75세 이상) 집단 간에 차이가 있는지 탐색하였다. 이를 위해 2023년 노인실태조사 자료(N=9,945)를 이용하여 돌봄 유형을 세 집단(돌봄 미제공, 단일 돌봄, 다중 돌봄)으로 구분하였다. 분석 방법으로는 위계적 회귀분석 및 단순 기울기 분석을 활용하였다. 연구 결과, 돌봄 제공 집단(단일 및 다중 돌봄)은 돌봄 미제공 집단에 비해 유의하게 높은 삶의 만족도를 보였으며, 사회적 지지는 돌봄과 심리적 건강 간의 관계를 유의하게 조절하였다. 특히 사회적 지지가 낮은 조건에서 돌봄의 심리적 이득(우울 감소 및 삶의 만족도 증가)이 두드러지게 나타나 사회적 자원이 부족한 경우 돌봄의 대체적 자원 역할의 가능성을 확인하였다. 연령 집단별 분석 결과, 전기 노인 집단에서는 사회적 지지의 조절 효과가 뚜렷하게 나타났지만, 후기 노인 집단에서는 사회적 지지 수준과 무관하게 돌봄이 일관되게 높은 삶의 만족도로

* 이 논문은 2025년도 중앙대학교 연구 장학기금 지원에 의한 것임.

** 주저자: (06974) 서울시 동작구 흑석로 84, 중앙대학교 심리학과 석사과정 심민지(Minji Shim) (e-mail: minji.shim25@gmail.com)

*** 교신저자: (06974) 서울시 동작구 흑석로 84, 중앙대학교 심리학과 교수 김기연(Giyeon Kim) (e-mail: gkim@cau.ac.kr)

이어지는 안정적인 패턴을 보였다. 이는 후기 노인에게 돌봄 역할이 중요한 심리적 보상과 삶의 의미를 제공함을 시사한다. 본 연구는 노년기 돌봄 정책 수립 시 연령 집단별 자원 수준과 사회적 맥락을 고려한 차별적 개입이 필요함을 제언한다.

주제어 : 노년기 돌봄, 다중 돌봄, 사회적 지지, 우울, 삶의 만족도, 전기·후기 노인

(Abstract)

This study examined the effects of family caregiving types on the mental health (depression, life satisfaction) of Korean older adults and the moderating role of social support, focusing on the differences between the young-old (65-74) and the old-old (75+). Data from the 2023 National Survey of Older Koreans for older adults (N=9,945) were analyzed using hierarchical regression and simple slope analysis. The results show that both single and multiple caregivers reported significantly higher life satisfaction than non-caregivers. Furthermore, social support significantly moderated the relationship between caregiving types and mental health. The psychological benefits of caregiving, specifically reduced depression and enhanced life satisfaction, were most pronounced among individuals with low levels of social support. Age-group analyses further highlighted a distinct divergence: while the moderating effect of social support was prominent in the young-old group, it was not statistically significant in the old-old group. For the old-old group, caregiving consistently provides a stable sense of purpose and psychological reward in advanced age. These findings underscore the necessity of age-specific interventions that recognize the unique resource contexts and psychological needs of different older adult cohorts.

Key words : Late-life caregiving, Multiple caregiving, Social support, Depression, Life satisfaction, Age-group differences

Ⅰ. 서론

역할이론은 노년기를 새로운 역할을 취득하기보다는 은퇴, 건강 변화, 사회적 관계망 축소 등에 따라 개인이 수행하던 사회적 역할을 상실하게 되는 시기로 정의한다(Kim, 2007). 이러한 역할의 상실은 노인들의 심리적 건강과 신체 건강에 위험을 초래할 수 있다. 선행연구 결과에 따르면 노년기의 역할 상실은 노인의 삶의 만족도와 주관적 건강 상태에 부정적인 영향을 미친다(Kim & Choi, 2017). 또한 우울감을 증가시키고 자긍심과 통제감을 감소시키는 것으로 나타났다(Kang, 2020; Song & Marks, 2007).

이러한 역할의 상실과 공백의 시기에 노년기 돌봄은 노인들에게 새롭게 부여되는 대표적인 사회적 역할 중 하나이다. 최근 여성들의 경제활동 참여와 맞벌이 가구의 증가로 돌봄 공백이 발생했으며, 이를 중고령자들이 대체하는 현상이 늘고 있다. 또한, 늘어난 평균수명으로 인해 고령 부모를 돌봐야 하는 기간이 길어지면서 노인들이 노부모를 돌보는 동시에 배우자 혹은 손자녀를 돌보는 경우가 증가하고 있다(Song, Baek, & Jang, 2018; Choi

& Chung, 2023). 특히 여성일수록, 전기 노인일수록, 건강 상태가 좋을수록 이러한 가족 내 돌봄 임무를 수행할 가능성이 높다(Lee, 2013) 선행 연구에서는 이처럼 한 명의 돌봄 제공자가 노부모뿐만 아니라 손자녀, 혹은 장애나 중증질환으로, 지속적으로 돌봐주어야 하는 가족 구성원을 동시에 돌보는 현상을 다중 돌봄(multiple caregiving)이라고 정의한다(Kim et al., 2019; Shin & Kim, 2024).

이처럼 노년기 돌봄이 새롭게 부여되는 사회적 역할로 기능하는 상황에서, 돌봄 역할이 노인의 심리적 건강에 미치는 영향을 명확히 규명하는 것이 매우 중요하다. 노년기는 역할 상실, 신체 기능 저하, 만성질환 증가, 사회적 관계망 축소 등 다양한 상실이 집중되어 정신건강의 취약성이 높아지는 시기이다(허준수, 유수현, 2002). 실제로 한국의 자살률은 OECD 회원국 중 가장 높아 평균 대비 약 2배에 달하며, 특히 노년기에는 이러한 정신건강의 취약성이 더 두드러진다(OECD, 2025). 또한 노년기 우울은 인지 기능 저하 및 치매로의 진행과 밀접하게 연관되어, 개인의 삶의 질뿐 아니라 가족과 사회 전체에도 영향을 미친다(김은미, 오진경, 허익수, 2023). 한편, 삶의 만족도는 성공적 노화를 측정하는 핵심 지표로서 노인의 신체적 · 경제적 · 사회적 자원 상태를 종합적으로 반영하는 주관적 안녕의 척도이다(성기월, 2011). 따라서 본 연구는 노년기 심리적 건강의 부정적 지표인 우울과 긍정적 지표인 삶의 만족도를 동시에 측정함으로써, 노인의 심리적 건강 상태를 보다 포괄적으로 파악하고자 한다.

한편, 노년기의 돌봄이 심리적 건강에 미치는 영향은 단일한 방향으로 규정되지 않는다. 노년기 돌봄은 역할 상실로 인한 심리적 공백을 채울 수 있는 사회적 역할로서, 노인의 정체성과 유능감을 유지하는 데 기여한다는 점에서 정신건강과 밀접하게 연결된다. 그러나 동시에 돌봄은 신체적 · 정서적 부담을 수반하는 활동이기도 하여, 그 심리적 영향은 긍정적 방향과 부정적 방향 모두로 나타날 수 있다. 가족 돌봄으로 인한 돌봄 부담감과 돌봄 스트레스는 노인의 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미친다(Park, 2021; Choi, 2021). 특히 다중 돌봄으로 인한 스트레스는 주관적 웰빙을 낮추고 우울을 높이는 등 노인의 심리적 건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(Song, Baek, & Jang, 2018; Shin & Kim, 2024). 그러나 최근 돌봄 경험의 긍정적이고 보람 있는 측면인 돌봄 이득/보상(caregiving benefits/gains)에 주목하는 연구들이 증가하고 있다(Koerner, Kenyon, & Shirai, 2009). 예를 들어, 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 자기효능감은 삶의 만족도에 유의한 정적 영향을 미친다(Kim, 2025). 손자녀를 양육하는 조모의 양육 보상감 또한 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미친다(Kim & Chung, 2011).

기존의 연구들은 이러한 상반된 연구 결과를 두 가지 이론적 관점에서 해석해 왔다. 다시 말해, 이러한 결과는 역할 강화 이론(role enhancement theory)과 역할 긴장 이론(role strain theory)이라는 두 가지 관점에서 설명될 수 있다. 역할 강화 이론은 돌봄은 개인에게 정체성 강화, 유능감, 사회적 연결감 등 심리적 보상을 제공할 수 있다고 본다(Sieber,

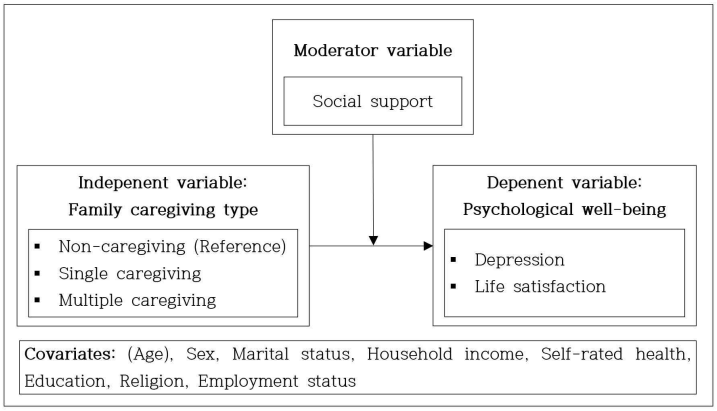
1974), 반면, 역할 긴장 이론은 동시에 복수의 역할을 수행하는 것이 역할 과부하와 자원 고갈을 초래해 부정적 영향을 미칠 수 있다고 설명한다(Goode, 1960). 한편, 이러한 역할 긴장 혹은 역할 강화의 메커니즘은 개인의 자원 수준과 사회적 맥락에 따라 다르게 작동할 수 있다(Moen, Robison, & Dempster, 1995). 즉, 개인이 활용할 수 있는 자원에 따라 동일한 돌봄 상황에서도 그 심리적 영향은 상이하게 나타날 수 있다. 사회적 지지는 돌봄 상황에서 개인이 경험하는 심리적 영향의 차이를 설명하는 핵심 요인으로 주목받고 있다.

사회적 지지는 가족, 친구, 이웃 등 다른 사람들에 의해 제공된 여러 형태의 도움과 원조로 정의된다. 이는 노인의 삶에서 스트레스를 예방하고, 중재하며, 부정적인 감정을 완화하는 매우 중요한 요인이다(Bae, Kim, & Yoon, 2005; Kim, 2019). 특히, 돌봄의 맥락에서 사회적 지지는 돌봄 제공자에게 정서적 스트레스를 해소할 기회를 준다. 또한, 긍정적인 인정을 받고 돌봄 외적인 긍정적인 사회적 관계를 유지할 기회를 제공한다(Shirai, Koerner, & Kenyon, 2009). 선행 연구에 따르면 사회적 지지는 돌봄 부담을 완화하는 보호 요인으로 작용한다(Cohen & Wills, 1985). 사회적 자원이 부족한 경우에는 오히려 돌봄이 대체적 역할 기회를 제공해 더 큰 의미를 가질 수도 있다(Sieber, 1974). 실제로 사회적 지지는 가족 돌봄 제공자의 자기효능감을 매개로 삶의 만족도에 유의한 정적 영향을 미친다(Kim, 2025). 또한 돌봄 부담감과 삶의 만족도의 관계를 조절하는 것으로 나타났다(Lee & Kim, 2024). 사회적 지지는 돌봄 상황 자체를 변화시키는 것이 아니라, 동일한 돌봄 상황에서 개인이 이를 어떻게 경험하는가를 달리하는 맥락적 자원으로 기능한다. 즉, 돌봄이 긍정적으로 또는 부정적으로 작용하는지를 가르는 데 중요한 역할을 한다. 따라서 본 연구에서는 사회적 지지 수준에 따라 돌봄과 심리적 건강 간의 관계가 어떻게 달라지는지를 탐색하고자 한다.

한편, 평균 수명이 늘어남에 따라 노년기 돌봄 수요가 증가했다. 이로 인해 노인 집단 내의 이질성도 확대되었다(Kim, 2023). 선행 연구에 따르면, 65세~74세 사이의 전기 노인과 75세 이상의 후기 노인 사이에는 건강 상태, 경제 수준, 사회 참여 등 다양한 차이가 존재한다(Kim, 2018; Kang, & Kang, 2021). 이러한 연령 집단 간의 차이는 노년기 돌봄이 노인의 심리적 건강에 미치는 영향이 노인 전체 집단에게 동일하게 작동하지 않을 가능성을 시사한다. 전기 노인의 경우 풍부한 개인적·사회적 자원을 보유하고 있다(Im et al., 2025; Lee, 2022). 후기 노인은 이러한 자원이 상대적으로 제한적이다(Jeon & Lee, 2016). 따라서 전기 노인에게는 돌봄이 역할 정체성 강화 또는 자아효능감을 통해 긍정적인 의미를 가질 가능성이 있다. 반면 후기 노인에게는 더 큰 심리적 부담으로 다가올 수 있다. 따라서 노년기의 돌봄 유형과 심리적 건강 간의 관계를 파악할 때는 연령 집단을 구분해 분석하는 것이 필요하다.

본 연구는 노인을 전기 노인과 후기 노인으로 구분하여, 각각의 연령 집단에서 돌봄 유형과 심리적 건강 간의 관계, 그리고 사회적 지지의 조절 효과가 어떻게 달라지는지를

<Figure 1> Research Model



Note: Multi-group analysis was conducted by dividing the sample into young-old (65-74) and old-old (75+) groups. Age was excluded in the subgroup analysis.

탐색하고자 한다. 구체적으로, 한국 노인의 가족 돌봄 유형과 심리적 건강(우울, 삶의 만족도) 간의 관련성을 살펴보고, 사회적 지지가 이 관계를 어떻게 조절하는지 밝히는 것이 목적이다. 이를 통해 노년기 돌봄의 심리적 효과와 이를 강화하거나 약화하는 요인들을 명확하게 규명하고자 한다. 나아가 본 연구는 노년기 돌봄의 심리적 효과가 사회적 지지 수준 및 연령 집단(전기 · 후기 노인)의 가용 자원에 따라 어떻게 차별적으로 나타나는지 규명함으로써, 노년기 돌봄 정책 수립 시 연령과 사회적 맥락을 고려한 맞춤형 개입 전략을 마련하는 데 학술적 · 정책적으로 기여하고자 한다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위해 설정한 본 연구의 구체적인 연구모형은 <Figure 1>과 같다. 본 모형을 바탕으로 구체적인 연구 문제를 설정해 이를 검증하고자 한다. 연구의 주요 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 돌봄 유형(미제공, 단일, 다중)에 따른 노인의 심리적 건강(우울, 삶의 만족도)은 유의한 차이가 있는가?

연구문제 2. 사회적 지지는 돌봄 유형이 노인의 심리적 건강(우울, 삶의 만족도)에 미치는 영향을 유의하게 조절할 것인가?

연구문제 3. 돌봄 유형과 심리적 건강 간의 관계 및 사회적 지지의 조절 효과는 전기 노인과 후기 노인 간에 유의한 차이를 보이는가?

Ⅱ. 방법

1. 연구 자료

본 연구는 2023 노인실태조사를 활용하여 진행하였다. 노인실태조사는 한국 노인의 생활 현황 전반에 대한 실태와 욕구 파악을 목적으로 보건복지부와 한국보건사회연구원에서 2008년부터 3년 주기로 수행된 법정 조사로,

2023년 조사는 여섯 번째로 시행된 국가승인통계(승인번호 제117071호)이다. 자료 수집은 2023년 9월 4일부터 11월 12일까지 이루어졌으며, 조사의 객관성과 윤리적 타당성을 확보하기 위해 한국보건사회연구원 생명윤리위원회(IRB)의 심의 및 승인(제2023-078호)을 거쳤다. 조사는 전문 교육을 이수한 면접원이 태블릿 PC를 활용한 TAPI(Tablet-PC Assisted Personal Interview) 방식으로 가구를 직접 방문해 일대일 대면 면접을 수행하였다(Kang, 2023). 조사 대상은 977개 조사구, 7,556가구의 10,078명의 65세 이상 노인이며, 본 연구의 연구 대상은 2023 노인실태조사 전체 표본 중 결측과 대리응답을 제외한 9,945명(남성 3,819명, 여성 6,126명)이다.

2. 연구 도구

1) 종속변수: 우울

우울은 2023 노인실태조사의 단축형 노인우울척도(Korean Version of Short Form of Geriatric Depression Scale, SGDS-K)를 통해 측정하였다. 본 연구에서는 모든 문항에서 점수가 높을수록 우울이 높음을 의미하도록 1, 5, 7, 11, 13번 문항을 제외한 10개 문항을 역코딩하여 분석에 사용하였다. 각 문항을 합산한 총점은 0점에서 15점의 범위를 가지며, 15점에 가까울수록 높은 우울을 나타내는 것으로 분석하였다. 신뢰도 분석 결과 본 연구에서 SGDS-K의 Cronbach's alpha 값은 .842로 양호한 신뢰도를 나타내었다.

2) 종속변수: 삶의 만족도

삶의 만족도는 2023 노인실태조사의 '귀하께서는 다음과 같은 삶의 부분에 대하여 얼마나 만족하십니까?' 문항의 '삶 전반'에 해당하는 문항을 통해 측정하였다. 선행 연구를 참고하여 연구 대상자가 인지한 주관적인 삶의 만족도를 비교적 쉽게 반영할 수 있도록 전반적인 삶의 만족도를 측정하는 단일 문항을 활용하였다(Song, 2023; Shin & Kim, 2024). 해당 문항은 1점에서 5점의 범위를 가지며, 본 연구에서는 점수가 높을수록 삶에 만족함을 나타내도록 재코딩하여 사용하였다('매우 불만족' 1점, '매우 만족' 5점).

3) 독립변수: 가족 돌봄 유형

가족 돌봄 유형은 돌봄 선행 연구를 참고하여(Shin & Kim, 2024) 돌봄 미제공 집단, 가족 구성원 한 명에게만 돌봄을 지원하는 단일 돌봄 집단, 둘 이상의 가족에게 돌봄을 제공하는 다중 돌봄 집단으로 구분하였다. 가족 돌봄 유형을 구분하기 위하여 활용한 변수와 재구성 방법은 다음과 같다.

먼저, 노인실태조사의 '가족 간 도움의 교환' 영역에서 '간병・돌봄・병원 동행 도움(신체적 도움)'을 제공하는지 조사하는 문항을 통해 돌봄 여부를 측정하였다. 해당 문항은 간병・돌봄・병원 동행 도움을 동거 자녀, 비동거 자녀, 배우자, 본인 혹은 배우자 부모에게 제공하는지 묻는 각각의 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 매우 그렇다(1), 그런 편이다(2), 그렇지 않은 편이다(3), 전혀 그렇지 않다(4)는 보기가 제시되었다. 본 연구에서는 '매우 그렇다'와 '그런 편이다'에 응답한

경우를 도움을 주는 것으로 구분하였다. 동거 자녀와 비동거 자녀에게 제공하는 도움은 '자녀 도움'이라는 하나의 변수로 통합하였으며 '지난 1년간 귀하께서는 정기적으로 돌봐주신 10세 미만의 (친/외) 손자 · 손녀가 있습니까?' 문항을 활용하여 손자녀 돌봄을 측정하였다. 해당 문항에 '있다'라고 응답하면 손자녀 돌봄을 하는 것으로 구분하였다. 종합하여, 돌봄 제공자로 자녀, 배우자, 본인 혹은 배우자의 부모, 손자녀까지 총 네 대상을 포함하였으며, 네 대상 중 돌봄을 제공하는 대상이 없을 때 0(돌봄 미제공), 한 대상에게 돌봄을 제공하는 경우 1(단일 돌봄), 둘 이상의 대상에게 돌봄을 제공하는 경우 2(다중 돌봄)로 코딩하였다.

4) 조절 변수: 사회적 지지(0-3)

사회적 지지는 2023 노인실태조사의 '귀하께서는 다음과 같은 상황에서 도움을 받을 수 있는 사람이 몇 분 정도 있으십니까?' 문항을 통해 측정하였다. 선행 연구(Lee, Lee, & Choy, 2025)를 참고하여 각각 정서적, 도구적, 경제적 상황에 대해 도움을 받을 수 있는 사람의 수가 1명 이상일 경우 1점, 그렇지 않으면 0점으로 처리하여 합산하였다. 이에 따라 최종 점수의 범위는 0점에서 3점이며, 점수가 높을수록 다양한 영역에서 사회적 지지를 받고 있음을 의미한다.

5) 공변인

본 연구는 선행 연구에서 노인의 우울 및 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 일관되게 보고된 인구사회학적 변인(성별, 연령, 교육수준, 배우자 유무), 경제적 변인(가구소득, 취업 여부), 건강 및 사회적 변인(주관적 건강, 종교)을 공변인으로 투입하였다(Shin & Kim, 2024; Lee, 2025). 연령은 연속형 변수로 투입하였으며, 성별은 남성과 여성으로 분류하였다. 교육년수는 응답자의 총 교육 년수를 연속형 변수로 투입하였으며, 배우자 유무는 미혼, 사별, 이혼, 별거와 같이 '무배우자'에 해당하면 0, 그 외 '유배우자'는 1로 분류하였다. 연 가구 총소득은 5분위로 구분하여 분석에 활용하였다. 주관적 건강은 '귀하께서는 자신의 평소 건강 상태가 어떻다고 생각하십니까?' 문항의 매우 건강하다(1), 건강한 편이다(2), 보통이다(3), 건강하지 않은 편이다(4), 전혀 건강하지 않다(5)를 역코딩하여 점수가 높을수록 건강이 좋음을 나타내도록 하였다. 종교는 '귀하의 종교는 무엇입니까?' 문항의 '없음'에 해당하면 0, 그 외에 불교, 개신교, 천주교, 유교, 원불교와 같이 종교가 있으면 1로 분류하였다. 취업 여부는 '귀하께서는 현재 수입이 있는 일을 하십니까' 문항의 현재 일을 한다(1) 답변을 1, 그 외 '일한 경험은 있으나, 지금은 하지 않는다'와 '평생 일을 하지 않았다'를 0으로 분류하였다.

3. 분석 방법

주요 변수 간의 관련성을 파악하기 위해 기술통계와 상관관계 분석, 카이제곱 검정 및 일원 분산분석을 실시하였다. 회귀 모형에 포함된 독립 및 통제 변수 간 다중공선성 가능성을 검토하기 위해 분산 팽창계수(Variance Inflation Factor, VIF)를 산출한 결과, 모든 변수의 VIF가 10 미만(1.04~1.70)으로 확인되어

다중공선성의 문제는 없는 것으로 확인되었다. 이후 노인의 돌봄 유형과 우울 또는 삶의 만족의 관계에서 사회적 지지의 조절 효과를 분석하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

위계적 회귀분석의 1단계에서는 인구통계학적 정보인 성별, 연령, 배우자 유무, 연 가구 소득, 주관적 건강, 교육년수, 종교 유무 그리고 취업 여부를 통제 변인으로 투입하였으며, 2단계에서는 통제 변인을 포함한 상태에서 독립변인과 조절변인인 돌봄 유형과 사회적 지지를 투입하였다. 3단계에서는 통제변인, 독립변인, 조절변인을 포함한 상태에서 독립변인과 조절변인의 상호작용 항을 투입하여 분석하였다. 위계적 회귀 분석에서 통계적으로 유의한 조절 효과가 나타난 경우에는 사회적 지지 수준에 따른 단순 기울기 분석을 실시하고, Johnson-Neyman 기법을 통해 사회적 지지의 어느 범위에서 돌봄 유형의 효과가 유의한지 탐색하였다(Hayes, 2018). 분석은 R version 4.5.2를 사용하여 수행하였다.

Ⅲ. 결과

1. 연구 대상자의 일반적 특성

연구 대상자의 일반적 특성은 <Table 1>에 제시하였다. 전체 연구 대상자 9,945명의 평균 연령은 74.02세였다. 여성은 61.6%였다. 배우자가 있는 비율은 59.1%로, 무배우자(40.9%)보다 높았다. 평균 교육년수는 8.24년이었다. 주관적 건강 상태는 평균 3.17점으로 보통 수준이었다. 종교가 없는 비율은 59.1%였고, 미취업은 60.4%로 취업(39.6%)보다 높았다. 우울 점수의 평균은 3.09로 비교적 낮은 수준이었다. 삶의 만족도는 평균 3.32점으로, 중간값보다 다소 높게 나타났다.

돌봄 유형에 따른 차이를 살펴보면, 모든 변수에서 통계적으로 유의한 집단 간 차이가 나타났다. 먼저 돌봄 유형에 따른 연령 차이가 유의하였다($F = 100.40$, $p < .001$). 사후 검증 결과, 세 집단 모두 유의하게 달랐다. 돌봄 미제공 집단은 단일 돌봄 및 다중 돌봄 집단보다 유의하게 연령이 높았다. 성별의 경우 집단 간 유의한 차이가 나타났으며($X^2 = 95.92$, $p < .001$), 돌봄 미제공 집단은 여성 비율이 가장 높았던 반면, 단일 돌봄과 다중 돌봄 집단은 상대적으로 남성 비율이 높았다. 배우자 유무의 경우 집단 간 가장 큰 차이가 나타났으며($X^2 = 2021.21$, $p < .001$), 다중 돌봄 집단의 유배우자 비율이 가장으로 높았고, 돌봄 미제공 집단은 무배우자 비율이 가장 높았다. 이는 다중 돌봄에 배우자 돌봄이 포함될 가능성이 높기 때문이라고 해석할 수 있다. 가구소득, 주관적 건강, 교육 수준 역시 모든 집단 간 차이가 유의미했다. 다중 돌봄, 단일 돌봄, 돌봄 미제공 순으로 높았다($F = 173.32$, $p < .001$; $F = 64.47$, $p < .001$; $F = 121.91$, $p < .001$). 종교 유무의 경우, 집단 간 유의미한 차이가 있었으나($X^2 = 7.21$, $p < .05$), 효과 크기가 작아 집단 간 실질적 차이는 크지 않았다. 취업 여부는 집단 간 유의한 차이가 있었으며($X^2 = 29.02$, $p < .001$), 다중 돌봄 집단의 취업 비율이 가장 높았다. 돌봄 미제공 집단이 가장 낮았다. 조절 변인인 사

<Table 1> Participant characteristics by caregiving status (*N*=9,945)

		Total	Non-caregiving	Single caregiving	Multiple caregiving	*F* or X^2
		n = 9,945	*n* = 5,643	*n* = 3,390	*n* = 912	
		M (SD) or %				
Covariates						
Age	(65-103)	74.02 (6.75)	74.74 (6.95)	73.46 (6.46)	71.68 (5.78)	100.40***
Sex	Male	38.4	34.2	44.1	43.1	95.92***
	Female	61.6	65.8	55.9	56.9	
Marital status	Never married, separation, divorce etc.	40.9	60.0	19.0	4.4	2021.21***
	Married	59.1	40.0	81.0	95.6	
Household income	(.00-11.35)	7.65 (1.14)	7.47 (1.18)	7.85 (1.03)	8.00 (1.02)	173.32***
Self-rated health	(1-5)	3.17 (0.89)	3.09 (0.90)	3.25 (0.85)	3.38 (0.85)	64.47***
Education	(0-22y)	8.24 (4.24)	7.68 (4.38)	8.89 (3.99)	9.45 (3.65)	121.91***
Religion	Irreligious	59.1	59.6	57.5	61.8	7.21*
	Religious	40.9	40.4	42.5	38.2	
Employment status	Unemployed	60.4	62.5	58.5	54.4	29.02***
	Employed	39.6	37.5	41.5	45.6	
Moderator Variable						
Social Support	(0-3)	2.37 (0.91)	2.30 (0.94)	2.43 (0.86)	2.58 (0.79)	51.43***
Dependent Variables						
Depression	(0~15)	3.09 (3.24)	3.36 (3.41)	2.82 (2.99)	2.43 (2.78)	51.43***
Life satisfaction	(1-5)	3.32 (0.66)	3.25 (0.68)	3.40 (0.62)	3.51 (0.60)	99.45***

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

Note: Household income was log-transformed.

회적 지지는 모든 집단 간 차이가 유의미했다 (F = 51.43, p < .001). 다중 돌봄, 단일 돌봄, 돌봄 미제공 순이었다. 종속 변인인 우울과 삶의 만족도 모두 집단 간 유의한 차이가 있었으며(F = 51.43, p < .001; F = 99.45, p < .001), 세 집단 모두 서로 유의하게 달랐다. 우울은 돌봄 미제공, 단일 돌봄, 다중 돌봄 순이었고, 삶의 만족도는 다중 돌봄, 단일 돌봄, 돌봄 미제공 순이었다. 정리하면, 돌봄 제공 집단은 미제공 집단보다 연령이 낮았고, 소득

과 교육 수준이 높았다. 건강 상태도 양호했고, 배우자가 있는 비율이 높았다. 사회적 지지 또한 높았고, 우울은 낮았으며 삶의 만족도는 높은 경향을 보였다. 이는 상대적으로 자원이 풍부한 노인이 돌봄을 제공할 가능성이 높다는 것을 시사한다.

<Table 2> Participant characteristics by age group (*N*=9,945)

		Total	Young-old (65-74)	Old-old (75+)	t, X^2
		n = 9,945	*n* = 5,708	*n* = 4,237	
		M (SD) or %			
Covariates					
Age	(65-103)	74.02 (6.75)	69.1 (2.89)	80.65 (4.38)	-149.24***
Household income	(.00-11.35)	7.65 (1.14)	7.87 (1.14)	7.35 (1.07)	23.55***
Self-rated health	(1-5)	3.17 (0.89)	3.39 (0.82)	2.87 (0.89)	29.82***
Education	(0-22y)	8.24 (4.24)	9.76 (3.43)	6.19 (4.37)	44.01***
Sex	Male	38.4	38.6	38.1	0.32
	Female	61.6	61.4	61.9	
Marital status	Never married, separation, divorce etc.	40.9	33.3	51.2	322.42***
	Married	59.1	66.7	48.8	
Religion	Irreligious	59.1	58.5	59.9	1.86
	Religious	40.9	41.5	40.1	
Employment status	Unemployed	60.4	51.3	72.6	457.16***
	Employed	39.6	48.7	27.4	
Caregiving type	Non-care giving	56.7	52.2	62.8	147.94***
	Single caregiving	34.1	36.2	31.2	
	Multiple caregiving	9.2	11.5	6	
Moderator Variable					
Social Support	(0-3)	2.37 (0.91)	2.49 (0.82)	2.21 (0.99)	15.13***
Dependent Variables					
Depression	(0-15)	3.09 (3.24)	2.61 (2.95)	3.74 (3.48)	-17.11***
Life Satisfaction	(1-5)	3.32 (0.66)	3.41 (0.64)	3.21 (0.67)	15.45***

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

Note. Household income was log-transformed.

연령 집단에 따른 차이를 살펴보면, 성별과 종교 유무를 제외한 모든 주요 변수에서 전기 노인과 후기 노인 간에 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다. 전기 노인(65-74세)은 후기 노인(75세 이상)보다 가구 소득, 교육 수준, 주관적 건강 상태가 유의하게 더 높았다($t = 23.55$, $p < .001$; $t = 44.01$, $p < .001$; $t = 29.82$, $p < .001$). 전기 노인은 배우자가 있는 비율이 후기 노인보다 높았다($X^2 = 322.42$, $p < .001$). 취업 상태인 비율도 전기 노인이 더 높았다($X^2 = 457.16$, $p < .001$). 돌봄 유형에서도 전기 노인은 다중 돌봄과 단일 돌봄 비율이 후기 노인보다 높았다($X^2 = 147.94$, $p < .001$). 사회적 지지 수준과 삶의 만족도도 전기 노인이 더 높았다($t = 15.13$, $p < .001$; $t = 15.45$, $p < .001$). 우울 수준은 후기 노인이 더 높았다($t = -17.11$, $p < .001$). 종합하면, 전기 노인이 후기 노인보다 가용할 수 있는 경제적 · 사회적 · 신체적 자원이 전반적으로 더 풍부하다(<Table 2> 참조).

2. 변수 간 상관관계

주요 변수의 왜도와 첨도를 확인한 결과, 가구 소득을 제외한 모든 변수에서 왜도는 -1.356~1.262, 첨도는 -0.580 ~ 1.169의 범위로 나타나 왜도 ±2, 첨도 ±7 이내로 정규성 가정을 충족하였다. 가구 소득의 경우 로그 처리를 했음에도 왜도(-2.508)와 첨도(15.017)가 기준을 다소 초과하였으나, 본 연구의 표본 크기(N=9,945)가 충분히 크므로 정규성 위배의 영향이 크지 않아 회귀분석 결과의 신뢰성이 유지될 수 있다(Hair et al., 2019).

주요 변수들의 상관관계는 <Table 3>에 제시하였다. 우울과 삶의 만족도는 유의한 부적 상관을 보였다($r = -.458$, $p < .001$). 사회적 지지는 우울과 부적 상관($r = -.226$, $p < .001$), 삶의 만족도와는 정적 상관($r = .227$, $p < .001$)을 보였다. 돌봄 유형에서 단일 돌봄과 다중 돌봄은 우울과 각각 부적 상관($r = -.060$, $r = -.065$), 삶의 만족도와는 각기 정적 상관($r = .083$, $r = .091$)을 나타냈다. 돌봄 집단은 비돌봄 집단보다 우울 수준이 낮고 삶의 만족도가 높았다.

3. 돌봄 유형과 우울의 관계에서 사회적 지지의 조절 효과

돌봄 미제공 집단을 기준으로 단일 돌봄과 다중 돌봄이 우울에 미치는 영향에서 사회적 지지의 조절 효과를 검증하기 위해 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 <Table 4>와 같다.

분석은 3단계로 진행되었다. 1단계에서는 통제 변인으로 8가지 인구통계학적 정보만을 투입하였다(연령, 성별, 배우자 유무, 연 가구 소득, 주관적 건강, 교육년수, 종교 유무, 취업 여부). 2단계에서는 독립변수인 돌봄 유형과 조절변수인 사회적 지지를 투입했다. 3단계에서는 통제변인, 독립변인, 조절변인을 모두 포함해 돌봄 유형과 사회적 지지의 상호작용항을 추가로 투입하였다.

분석 결과, 통제 변수만을 포함한 Model 1은 우울 변량의 24.6%를 유의하게 설명했다. 2단계에서 돌봄 유형과 사회적 지지를 추가한 결과 설명력이 25.8%로 유의하게 증가하였으

<Table 3> Correlation analyses

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Depression	—											
2. Life satisfaction	-0.46***	—										
3. Social support	-0.23***	0.23 ***	—									
4. Age	0.21 ***	-0.18***	-0.18***	—								
5. Sex	0.05 ***	-0.07***	0.01	-0.00	—							
6. Marital status	-0.15 ***	0.15 ***	0.08 ***	-0.22 ***	-0.29***	—						
7. Household income	-0.16***	0.18 ***	0.13 ***	-0.27 ***	-0.14 ***	0.24 ***	—					
8. Self-rated health	-0.48 ***	0.42 ***	0.22 ***	-0.33***	-0.10***	0.17 ***	0.22 ***	—				
9. Education	-0.26 ***	0.23 ***	0.15 ***	-0.48 ***	-0.28 ***	0.27 ***	0.27 ***	0.36 ***	—			
10. Religion	-0.02*	0.06 ***	0.01	-0.03**	0.17 ***	-0.02*	-0.01	0.04 ***	0.05 ***	—		
11. Employment status	-0.21***	0.14 ***	0.10 ***	-0.26***	-0.11 ***	0.06 ***	0.28 ***	0.21 ***	0.09 ***	-0.02*	—	
12. Single caregiving	-0.06***	0.08 ***	0.05 ***	-0.06***	-0.08***	0.32 ***	0.13 ***	0.07 ***	0.10 ***	0.02 *	0.03 **	—
13. Multiple caregiving	-0.07***	0.09 ***	0.08 ***	-0.11***	-0.03**	0.24 ***	0.10 ***	0.08 ***	0.09 ***	-0.02	0.04 ***	-0.23 ***

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

<Table 4> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and depression, life satisfaction (*N*=9,945)

Variables	Depression			Life Satisfaction		
	b	SE	β	b	SE	β
Covariates						
Age	-.008	.005	-.017	.003	.001	.033**
Sex	-.212	.064	-.032**	.002	.014	.002
Marital status	-.352	.068	-.053***	.032	.014	.024*
Household income	-.019	.027	-.007	.027	.006	.047***
Self-rated health	-.482	.035	-.405***	.258	.007	.345***
Education	-.042	.008	-.055***	.011	.002	.072***
Religion	-.027	.058	-.004	.055	.012	.041***
Employment status	-.709	.062	-.107***	.052	.013	.038***
Main Effect						
Caregiving type						
(Non-caregiving)						
Single caregiving	-.050	0.066	-.007	.064	.014	.046***
Multiple caregiving	-.161	0.109	-.014	.122	.023	.053***
Social Support	-.498	0.040	-.140***	.111	.008	.153***
Interaction Effect						
Single*Social Support	.200	0.068	.031**	-.053	.014	-.040***
Multiple*Social Support	.427	0.123	.033**	-.038	.026	-.014
R^2		.260			.213	
adj. R^2		.259			.212	
ΔR^2		.001***			.001***	
F		267.937***			206.873***	

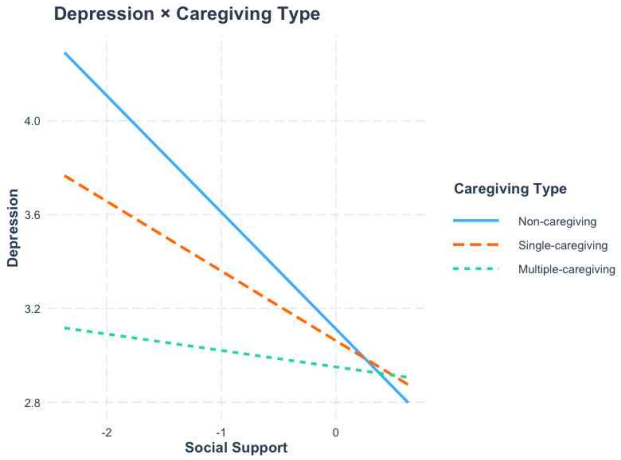
** p < .05, ** p < .01, *** p < .001*

Note: Household income was log-transformed, and social interaction was mean-centered for the analysis.

며(ΔR^2 = .012, p < .001), 3단계에서 돌봄 유형과 사회적 지지의 상호작용항을 추가한 결과 설명력이 추가로 증가하였다(ΔR^2 = .001, p < .001).

자세히 살펴보면, 우울에 대한 돌봄 유형의 주 효과는 단일 돌봄(β = -.007, p = .453)과 다중 돌봄(β = -.014, p = .139) 모두에서 통계적으로 유의하지 않았다. 즉, 돌봄 미제공 집

<Figure 2a> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and depression



단과 비교했을 때 단일 돌봄 집단과 다중 돌봄 집단의 우울 수준에는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 사회적 지지(β = -.140, p < .001)의 주 효과는 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 사회적 지지 수준이 높을수록 우울 수준이 낮은 것으로 확인되었다. 돌봄 유형과 사회적 지지의 상호작용 효과의 경우, 단일 돌봄 집단(β = .031, p = . 003)과 다중 돌봄 집단(β = .033, p < .001) 모두에서 통계적으로 유의한 조절 효과가 나타났다. 이는 돌봄 제공 유형과 우울 간의 관계가 사회적 지지 수준에 따라 달라질 수 있음을 의미한다.

유의한 상호작용 효과를 바탕으로 단순 기울기 및 Johnson-Neyman 기법을 통해 조건부 효과를 확인하였다. 사회적 지지가 낮은 수준(-1SD)에서 단일 돌봄(b = -.232, p = .011)과 다중 돌봄(b = -.550, p = .001) 모두 돌봄 미제공 집단보다 우울 수준이 유의하게 낮았다. 반면, 평균 이상의 사회적 지지(Mean, +1SD)에서는 집단 간 우울 수준의 차이가 유의하지 않았다(<Figure 2a> 참조). Johnson-Neyman 분석 결과, 단일 돌봄은 사회적 지지가 -.49 이하, 다중 돌봄은 사회적 지지가 -.15 이하에서만 우울 수준이 유의하게 낮았다(<Appendix 1, 2> 참조). 즉, 사회적 지지가 낮을 때 돌봄 유형별 우울 수준의 차이가 나타나고, 사회적 지지 수준이 높아질수록 그 차이는 감소함을 의미한다. 결과적으로, 사회적 지지 수준에 따라 돌봄 경험과 우울 수준 간의 관계가 차별적으로 나타남을 시사한다.

4. 돌봄 유형과 삶의 만족도의 관계에서 사회적 지지의 조절 효과

돌봄 미제공 집단을 기준으로 하였을 때, 단일 돌봄과 다중 돌봄이 삶의 만족도에 미치는 영향에서 사회적 지지의 조절 효과를 검증한 결과도 <Table 4>에 제시하였다.

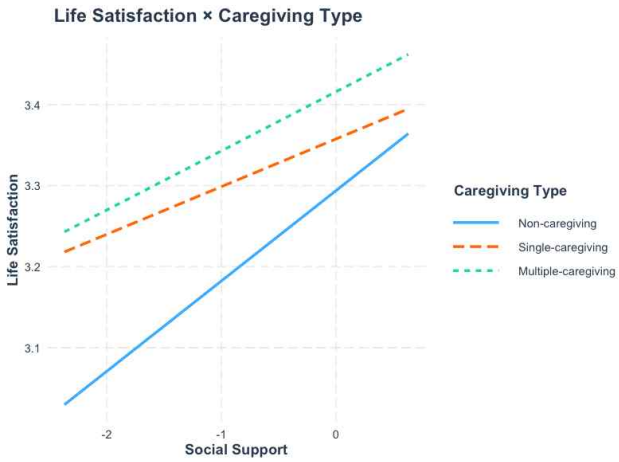
위계적 회귀분석 결과, 통제 변수만을 포함

한 Model 1은 삶의 만족도 변량의 약 19.4%를 유의하게 설명하였다. 2단계에서 돌봄 유형과 사회적 지지를 추가한 결과 설명력이 21.2%로 유의하게 증가하였으며(ΔR^2 = .018, p < .001), 3단계에서 돌봄 유형과 사회적 지지의 상호작용항을 추가한 결과 설명력이 추가로 증가하였다(ΔR^2 = .001, p < .001).

투입된 변인들의 효과를 살펴보면, 돌봄 유형의 주 효과는 단일 돌봄 집단(β = .046, p < .001)과 다중 돌봄 집단(β = .053, p < .001)에서 모두 유의하게 나타났다. 즉, 단일 돌봄 집단과 다중 돌봄 집단 모두 돌봄 미제공 집단보다 삶의 만족도가 유의하게 높았다. 사회적 지지(β = .153, p < .001) 또한 유의한 주 효과가 나타났다. 사회적 지지가 높을수록 삶의 만족도가 증가하는 것으로 확인되었다. 돌봄 유형과 사회적 지지의 상호작용 효과를 검증한 결과, 단일 돌봄 집단(β = -.040, p < .001)의 경우에만 유의한 조절 효과가 나타났으며, 다중 돌봄 집단(β = -.014, p = .138)의 경우 유의한 조절 효과가 나타나지 않았다.

단순기울기분석 결과, 사회적 지지가 낮을 때(-1SD) 단일 돌봄 집단(b = 112, p <.001)은 돌봄 미제공 집단보다 삶의 만족도가 유의하게 높았다. 평균 수준에서도 단일 돌봄 집단(b = .064, p < .001)은 삶의 만족도가 유의하게 높았다. 그러나 사회적 지지가 높은 경우(+1SD)는 단일 돌봄의 삶의 만족도 이점이 유의하지 않았다. 다중 돌봄과 사회적 지지의 상호작용은 통계적으로 유의하지 않았다. 단순기울기 분석 결과, 사회적 지지의 수준(-1SD, Mean, +1SD)과 관계없이 다중 돌봄 집단은 돌봄 미제공 집단보다 일관되게 높은 삶의 만족도를 보였다(-1SD: b = .16, p < .001; Mean: b = .12, p < .001; +1SD: b = .09, p < .001)(<Figure 2b> 참조). Johnson-Neyman 분석에서 단일 돌봄은 사회적 지지 약 0.6 이하에서, 다중 돌봄은 사실상 관측 범위 전 구간에서 돌봄 미제공 집단보다 유의하게 높은 삶의 만족도를 나타냈다(<Appendix 3, 4> 참조). 즉,

<Figure 2b> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and life satisfaction



사회적 지지 수준이 높아질수록 단일 돌봄의 삶의 만족도 이점은 감소하는 반면, 다중 돌봄의 이점은 사회적 지지 수준에 따라 변화하지 않고 안정적으로 유지됨을 의미한다.

5. 연령집단별 추가 분석 결과

돌봄 유형과 심리적 건강의 관계에서 사회적 지지의 조절 효과가 연령 집단에 따라 다

<Table 5> Additional Analyses by Age Group

	Young-Old (65-74, n = 5,708)			
	Depression		Life satisfaction	
Variables	b	p	b	p
Model Fit				
R^2	.219		.192	
ΔR^2	.002*	.0027	.002***	<.001
F	132.77***	<.001	112.96***	<.001
Main				
Single caregiving (vs. None-caregiving)	-.047	.564	.045*	.012
Multiple caregiving (vs. None-caregiving)	-.058	.641	.098***	<.001
Social ssuport	-.469***	<.001	.108***	<.001
Moderator				
Single*Social Support	.243*	.011	-.078***	<.001
Multiple*Social Support	.419**	.005	-.049	.136
	Old-Old (75 and older, n = 4,237)			
	Depression		Life satisfaction	
Variables	b	p	b	p
Model Fit				
R^2	.261		.202	
ΔR^2	.001	.072	.0003	.4082
F	124.43***	<.001	89.26***	<.001
Main				
Single caregiving (vs. None-caregiving)	-.081	.48	.106***	<.001
Multiple caregiving (vs. None-caregiving)	-.372	.077	.176***	<.001
Social ssuport	-.518***	<.001	.112***	<.001
Moderator				
Single*Social Support	.169	.098	-.027	.182
Multiple*Social Support	.387	.066	-.014	.740

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

Note: All models were adjusted for sex, marital status, household income, self-rated health, years of education, religion, and employment status. Social interaction was mean-centered for the analysis.

르게 나타나는지 확인했다. 전체 노인을 전기 노인(65~74세)과 후기 노인(75세 이상)으로 나누어 추가 분석을 실시하였다. 각 집단에는 동일한 위계적 회귀분석 모형이 적용되었다. 연령 집단 내 분석에서는 연령을 제외하고 성별, 배우자 유무, 연가구 소득, 주관적 건강, 교육년수, 종교 유무, 취업 여부를 통제 변인으로 투입했다. 분석 결과는 <Table 5>에 제시하였다.

1) 전기 노인(65~74세)

전기 노인 집단(N = 5,708)의 분석 결과는 전체 노인 집단과 유사했다. 우울에서는 돌봄 유형의 주 효과가 유의하지 않았다. 그러나 사회적 지지와의 상호작용 효과는 단일 및 다중 돌봄 집단 모두에서 유의했다. 단순 기울기 분석 결과, 사회적 지지가 높은 수준에서 다중 돌봄 집단의 우울 수준이 유의하게 높았다. 삶의 만족도에서는 돌봄 미제공 집단보다 단일 돌봄 집단과 다중 돌봄 집단 모두 삶의 만족도가 유의하게 높았다. 조절 효과는 단일 돌봄과 사회적 지지의 상호작용 효과에서만 유의했다. 사회적 지지 수준이 낮을 때 단일 돌봄의 긍정적 효과가 더 두드러졌다.

2) 후기 노인(75세 이상)

후기 노인 집단(N = 4,237)의 분석 결과는 전체 노인 및 전기 노인 집단과 달랐다. 우울과 삶의 만족도에서 돌봄 유형과 사회적 지지 간의 상호작용 효과는 모두 유의하지 않았다. 우울에서는 돌봄 유형의 주 효과와 사회적 지지의 상호작용 효과가 모두 통계적으로 유의하지 않았다. 삶의 만족도는 돌봄 유형의 주 효과는 유의하였지만, 상호작용 효과는 유의하지 않았다. 즉, 후기 노인은 사회적 지지의 수준과 관계없이 단일 돌봄 및 다중 돌봄 집단 모두 미제공 집단보다 일관되게 높은 삶의 만족도를 보였다.

Ⅳ. 논의

본 연구는 돌봄 유형(돌봄 미제공, 단일 돌봄, 다중 돌봄)이 심리적 건강(우울, 삶의 만족도)에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절 효과를 분석하였다. 또한 이러한 메커니즘이 노년기의 연령 집단(전기 노인, 후기 노인)에 따라 어떻게 달라지는지를 함께 확인하였다. 연구 결과, 돌봄 유형이 심리적 건강에 미치는 영향을 사회적 유의하게 조절하는 것을 확인할 수 있었으며, 이러한 조절 효과가 전기 노인과 후기 노인 간에 서로 다른 질적 양상을 나타내는 것을 알 수 있었다. 주요 논의점은 다음과 같다.

첫째, 돌봄 유형에 따른 심리적 건강의 차이를 살펴본 결과, 돌봄 유형이 우울 수준에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았으나, 삶의 만족도는 단일 돌봄 집단과 다중 돌봄 집단 모두 돌봄 미제공 집단에 비해 유의하게 높은 삶의 만족도를 나타냈다. 이는 돌봄의 제공이 반드시 심리적 부담으로 작용하는 것이 아니라, 오히려 역할 의미감과 사회적 연결감을 통해 삶의 만족도를 높이는 긍정적인 효과를 가질 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 돌봄 역할이 정체성 강화, 유능감, 사회적 연결감 등의 심리적 보상을 제공할 수

있다는 역할 강화 이론(Sieber, 1974)과 일치한다. 또한 돌봄 제공자의 자기효능감이 삶의 만족도에 긍정적 영향을 미친다는 선행 연구와도 맥을 같이한다(Kim & Chung, 2011; Kim, 2025). 이는 돌봄을 단순히 부담의 관점에서만 바라보는 시각에서 벗어나 돌봄 경험의 긍정적인 측면에 주목할 필요가 있음을 시사한다.

둘째, 사회적 지지의 조절 효과를 검증한 결과, 우울과 삶의 만족도에서 서로 다른 양상이 나타났다. 우울의 경우 사회적 지지가 돌봄 유형과 우울 수준 간의 관계를 유의하게 조절하는 것으로 나타났다. 구체적으로 사회적 지지가 낮은 수준에서는 단일 돌봄 집단과 다중 돌봄 집단 모두 돌봄 미제공 집단에 비해 유의하게 낮은 우울 수준을 보였으나, 사회적 지지가 평균 이상인 경우에는 집단 간의 차이가 사라졌다. 이는 사회적 지지가 낮은 조건에서는 돌봄 역할이 대체적 의미로 기능해 우울을 완충하는 역할을 하며, 사회적 지지가 충분해지면 이러한 완충 효과가 감소함을 시사한다. 이는 사회적 자원이 부족할 경우 돌봄이 대체적 역할 기회를 제공할 수 있다는 Sieber(1974)의 주장과 일치하는 결과이다. 그러나 삶의 만족도는 단일 돌봄과 사회적 지지의 상호작용만이 유의하게 나타났으며, 다중 돌봄의 상호작용은 유의하지 않았다. 단일 돌봄은 사회적 지지가 평균 이하의 경우 돌봄 미제공 집단보다 삶의 만족도가 높았으나, 사회적 지지가 높은 수준에서는 이러한 차이가 사라졌다. 다중 돌봄의 경우에는 상호작용이 비유의 하였음에도 불구하고 사회적 지지의 수준과 무관하게 돌봄 미제공 집단에 비해 유의하게 높은 삶의 만족도를 나타내었다. 이는 다중 돌봄 제공자의 삶의 만족도가 사회적 지지 수준과 관계없이 안정적으로 유지된다는 것을 의미한다.

셋째, 연령 집단에 따른 차이를 살펴본 결과, 전기 노인과 후기 노인 간의 다른 패턴이 나타났다. 전기 노인(65-74세)의 경우 우울과 삶의 만족도 모두에서 사회적 지지의 조절 효과가 유의하게 나타났다. 이는 전기 노인이 사회적 지지 수준에 따라 돌봄 경험의 심리적 영향이 차별적으로 나타남을 의미하며, 사회적 지지가 충분히 확보될 경우 돌봄 유형에 따른 심리적 건강의 차이가 완화될 수 있음을 시사한다. 반면, 후기 노인(75세 이상)의 경우 우울과 삶의 만족도 모두에서 사회적 지지의 조절 효과가 유의하지 않았다. 본 연구는 후기 노인의 경우 제한된 자원으로 인해 돌봄이 더 큰 심리적 부담감으로 작용할 것으로 예상했으나, 실제 결과는 이와 상반되게 나타났다. 후기 노인 돌봄 제공자는 사회적 지지 수준과 무관하게 비돌봄 집단에 비해 높은 삶의 만족도를 유지하는 것으로 확인되었다. 이는 후기 노인이 돌봄 역할에서 얻는 심리적 보상이 더욱 안정적으로 작동함을 시사한다. 이러한 결과는 사회정서적 선택 이론(Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999)의 관점에서 해석할 수 있다. 즉, 후기 노인은 남은 시간에 대한 인식이 높아짐에 따라 의미 있는 관계와 역할에 얻는 심리적 보상을 더욱 중요하게 여기게 되며, 돌봄 역할이 이러한 심리적 욕구를 충족시키는 핵심 원천으로 기능할 수는 있다. 또한 후기 노인의 경우 오랜 돌봄 경험을 통해 심리적 적응이 이루어져 사회적 지지의

수준과는 관계없이 돌봄에서 의미를 찾는 능력이 더욱 공고해졌을 가능성도 있다. 또한 선행 연구들에 따르면, 전기 노인과 후기 노인의 우울과 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인들이 서로 다르게 나타난다(Kang & Kang, 2021; Kim & Sung, 2014). 특히 사회 참여가 후기 노인의 삶의 만족도 증진에 유의한 영향을 미친다는 연구 결과(Kang & Kang, 2021)를 고려할 때, 후기 노인의 심리적 건강에는 사회적 지지 이외에 여가 활동 참여, 자녀로부터의 경제적 · 정서적 지원 등 다양한 요인이 복합적으로 작용할 가능성이 있다. 따라서 향후 연구에서는 후기 노인의 심리적 건강에 영향을 미치는 다양한 요인들을 통합적으로 고려한 더 정교한 분석이 필요하다.

이러한 결과는 Moen et al.(1995)가 제안한 바처럼 동일한 돌봄 상황이라도 개인의 자원 수준과 사회적 맥락에 따라 심리적 영향이 상이하게 나타난다는 점을 지지한다. 본 연구에서 노년기 돌봄은 전반적으로 역할 강화의 성격을 나타냈으나, 그 강화의 작동 방식은 사회적 지지 수준과 연령 집단에 따라 차별화되었다. 이는 노년기 돌봄의 긍정적 효과가 모든 노인에게 동일하게 나타나는 것이 아니라, 개인이 처한 자원 결핍 상태와 생애 주기적 맥락에 의해 조건적으로 조절될 수 있음을 의미한다.

따라서 노년기 돌봄 정책 및 개입 전략을 수립할 때 노인의 연령 집단별 특성을 고려해야 한다. 전기 노인 돌봄 제공자의 경우 사회적 지지 수준을 파악하는 것이 중요하다. 사회적 지지가 부족한 전기 노인의 경우에는 돌봄이 사회적 지원의 대체 자원으로 사용될 수 있으므로 돌봄의 의미를 강조하고 돌봄 경험을 통한 자아실현과 정체성 강화를 지원하는 프로그램이 효과적일 수 있다. 반면 사회적 지지가 충분한 전기 노인의 경우 돌봄이 다른 사회활동 기회를 제한할 수 있으므로, 과도한 돌봄 부담을 예방하고 다양한 사회활동에 참여할 수 있도록 균형 유지를 지원하는 방향의 개입이 필요할 것이다. 후기 노인의 경우 돌봄 역할이 중요한 심리적 보상과 의미를 제공할 수 있으므로 돌봄을 중단시키거나 부담을 강조하기보다는 후기 노인이 돌봄 역할을 지속할 수 있도록 신체적이고 실질적인 지원을 강화하는 데 초점을 맞출 필요가 있다. 동시에 돌봄을 제공하지 않는 후기 노인의 경우 역할의 부재로 인한 삶의 만족도 저하가 우려되므로, 지역사회 참여 및 사회적 역할 부여를 통한 적극적 개입이 필요하다.

그러나 이러한 결과의 일반화에는 다음과 같은 제한점이 있다. 첫째, 연구 설계 및 인과관계 검증의 한계이다. 본 연구는 횡단 자료를 활용해 분석했기 때문에 돌봄 유형과 심리적 건강 간의 인과관계를 단정하기 어렵다. 향후 연구에서는 종단 자료를 활용해 인과 방향을 반복적으로 검증할 필요가 있다. 둘째, 주요 변수의 측정과 통제에 일부 한계가 있었다. 노년기에는 경제활동, 자원봉사 등 다차원적인 사회적 역할이 존재함에도 본 연구는 가족 돌봄이라는 단일 역할 차원에만 국한하여 심리적 건강과의 관계를 단편적으로 살펴보았다는 한계가 있다. 또한, 돌봄 변수를 더미 코딩해 집단 간 차이만 비교했으며, 돌봄의 강도, 시간, 대상자 건강 등의 질적 특성을 충분히 반영하지 못했다. 노인의 건강 상태 역시

주관적 건강으로만 통제해 ADL 등 객관적 지표를 포함하지 못했고, 사회적 지지도 합산 점수로 측정해 유형별 효과를 구분하지 못한 한계가 있다. 셋째, 표본 크기와 가구 특성 통제에 일부 제한이 있었다. 다중 돌봄 집단의 표본 비율이 전체의 9.2%로 적어 통계적 검정력이 다소 제한될 수 있다. 또한, 돌봄 미제공 집단의 취약성을 더 명확히 통제하기 위해 1인 가구 여부, 독거 기간 등 구체적 가구 특성을 분석에 직접 포함하지 못했다. 후속 연구에서는 이러한 가구 특성을 더욱 세밀하게 반영할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 노년기의 돌봄 유형이 심리적 건강에 미치는 영향과 사회적 지지의 조절 효과, 그리고 이에 대한 노인의 연령 집단 별 차이를 살펴보았다는 데 의의가 있다. 연구 결과, 특히 역할 강화 이론과 역할 긴장 이론이 상호 배타적이지 않으며, 사회적 지지 수준에 따라 두 메커니즘이 다르게 작동함을 보여줌으로써 노년기 돌봄 연구의 이론적 토대를 확장하는 데 기여하였다. 또한 연령 집단에 따른 차별적 개입의 필요성을 제시하여 노인 돌봄 정책 및 실천에 도움이 되는 방향을 제시하였다는 점에서 실천적 의의가 있다.

Conflicts of interest

The authors declare no conflicts of interest.

References

Bae, J. Y., Kim, W.-H., & Yoon, K. (2005). Depression, suicidal thoughts and the buffering effect of social support among the elderly. Journal of the Korean Gerontological Society, 25(3), 59-73.

Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist, 54*, 165-181. [https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165]

Choi, H. (2021). The impact of older primary family caregivers' caregiving burden on their life satisfaction and the mediating effect of attitude toward aging. Korean Journal of Social Welfare Education, 55, 73-99. [https://doi.org/10.31409/KJSWE.2021.55.73]

Choi, S. M., & Chung, S. (2023). Double care responsibility, double care stress, subjective well-being of middle-aged and older adults. Social Work Practice & Research, 20(2), 145-188. [https://doi.org/10.38082/SWPR.2023.20.02.145]

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357. [https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310]

Goode, W. J. (1960). A theory of role strain. *American Sociological Review, 25*, 483-496. [https://doi.org/10.2307/2092933]

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., &

Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis (8th ed.)*. Cengage Learning.

Hayes, A. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs, 85*(1), 4-40. [https://doi.org/10.1080/03637751.2017.1352100]

Hur, J.-S., & You, S. (2002). Determinants of depression among elderly persons. Mental Health & Social Work, 13, 7-35.

Im, J., Park, M.-B., Lee, K.-S., & Joo, W. Y. (2025). The association between subjective health status and social relationship satisfaction level of the elderly: Comparison with young-old and old-old. Health Policy and Management, 35(2), 160-175.

Jeon, S., & Lee, S. (2016). Relationships between the sensory, cognitive and physical functions of young-old and old-old individuals. Korean Journal of Health Education and Promotion, 33(5), 23-36. [https://doi.org/10.14367/kjhep.2016.33.5.23]

Kang, E., Kim, H., Jeong, C., Kim, S., Lee, S., Ju, B., Hwang, N., Kim, K., Lee, H., & Choi, K. (2023). The 2023 National Survey of Older Koreans (Research Report No. 2023-84). Ministry of Health and Welfare & Korea Institute for Health and Social Affairs. [https://repository.kihasa.re.kr/handle/201002/46064]

Kang, J., & Kang, S. (2021). Influencing factors on life satisfaction of the elderly in the early and late stages. The Journal of Humanities and Social Science, 12(5), 287-302. [https://doi.org/10.22143/HSS21.12.5.20]

Kang, Y. (2020). Effects of role absences on depression of the elderly: Focusing on the moderating effects of leisure and social activities. Journal of the Korean Society for Wellness, 15(1), 247-258. [https://doi.org/10.21097/ksw.2020.02.15.1.247]

Kim, B.-G. (2019). The effect of stress on depression of the elderly: Focusing on the moderating effect of social support and mediating effect of sense of self-respect. Journal of the Korea Contents Association, 19(6), 281-291.

Kim, B., & Choi, E. Y. (2017). Effects of retirement on health and life satisfaction. Quarterly Journal of Labor Policy, 17(1), 85-107.

Kim, C.-H. (2018). The effect of active aging activities of elderly people on mental health and life satisfaction. Journal of The Health Care and Life Science, 6(1), 16-20.

Kim, C.-S. (2007). Social theories and discourses on population aging. Journal of the Korean Gerontological Society, 27(3), 667-690.

Kim, E. J., & Chung, S. (2011). Life satisfaction of grandmothers raising grandchildren: Focusing on mediating effects of caregiving rewards, grandmother-adult parent relationship

and social support. Korean Journal of Gerontological Social Welfare, 54, 285-310. [https://doi.org/10.21194/kjgsw..54.201112.285]

Kim, E., Oh, J., & Huh, I. (2023). An investigation of the cumulative effects of depressive symptoms on the cognitive function in community-dwelling older adults: Analysis of the Korean Longitudinal Study of Aging. Journal of Korean Academy of Nursing, 53(4), 453-467. [https://doi.org/10.4040/jkan.23018]

Kim, G., Allen, R. S., Wang, S. Y., Park, S., Perkins, E. A., & Parmelee, P. (2019). The Relation Between Multiple Informal Caregiving Roles and Subjective Physical and Mental Health Status Among Older Adults: Do Racial/Ethnic Differences Exist?. *The Gerontologist, 59*(3), 499-508. [https://doi.org/10.1093/geront/gnx196]

Kim, H. K., & Sung, J. (2014). The longitudinal factors related to the depression of the Korean elderly: Comparison of younger-old and older-old. Korean Journal of Gerontological Social Welfare, 66, 427-449. [https://doi.org/10.21194/kjgsw..66.201412.427]

Kim, J. (2023). The effects of age-friendly environment factors on aging in place intention of older adults: A comparison of age groups. Studies on Life and Culture, 70, 69-95. [https://doi.org/10.17924/solc.2023.70.69]

Kim, J. (2025). Exploring the influence of social support on self-efficacy and life satisfaction in parents caring for adult children with developmental disabilities. Journal of the Korea Society of Computer and Information, 30(5), 107-114. [https://doi.org/10.9708/jksci.2025.30.05.107]

Koerner, S. S., Kenyon, D. B., & Shirai, Y. (2009). Caregiving for elder relatives: which caregivers experience personal benefits/ gains?. *Archives of gerontology and geriatrics, 48*(2), 238-245. [https://doi.org/10.1016/j.archger.2008.01.015]

Lee, J. (2025). Meta-analysis of life satisfaction in the elderly. [Master's thesis, Tongmyong University]. [http://tu.dcollection.net/common/orgView/200000876471]

Lee, M., & Kim, O. (2024). The effect of care burden of the main caregiver of elderly people with dementia on life satisfaction: The moderating effect of social support. Korea and World Review, 6(2), 683-713.

Lee, S.-C. (2013). Social role and life satisfaction of Korean older adults. Korea Social Policy Review, 20(4), 9-35. [https://doi.org/10.17000/kspr.20.4.201312.9]

Lee, S.-Y. (2022). The effects of social capital on depression and life satisfaction of the elderly age: Focusing on the comparison between the young-old and the old-old. Journal of the Korean Gerontological Society, 42(6), 11111126. [https://doi.org/10.31888/JKGS.2022.42.6.1111]

Lee, S. E., Lee, J. H., & Choy, Y. S. (2025). The association between social support and perception of death preparedness among older adults: Using the 2023 Korean Elderly Survey. Korean Public Health Research, 51(2), 175-188.

Moen, P., Robison, J., & Dempster-McClain, D. (1995). Caregiving and women's well-being: a life course approach. *Journal of Health and Social Behavior, 36*(3), 259-273. [https://doi.org/10.2307/2137342]

OECD (2025), *Health at a Glance 2025: OECD Indicators*, OECD Publishing, Paris, [https://doi.org/10.1787/8f9e3f98-en]

Park, J. (2021). The effect of care burden of elderly spouses caring for dementia elderly on life satisfaction: The moderating effect of social support. Journal of Family Resource Management and Policy Review, 25(4), 43-54. [https://doi.org/10.22626/jkfrma.2021.25.4.004]

Shin, Y., & Kim, G. (2024). The relationship between employment and psychological health among Korean young-old women: The role of type of family caregiving. Journal of the Korean Gerontological Society, 44(4), 455-474. [https://doi.org/10.31888/JKGS.2024.44.4.455]

Shirai, Y., Koerner, S. S., & Kenyon, B. D. (2009). Reaping caregiver feelings of gain: the roles of socio-emotional support and mastery. *Aging & mental health, 13*(1), 106-117. [10.1080/13607860802591054]

Sieber, S. D. (1974). Toward a theory of role accumulation. *American Sociological Review, 39*(4), 567-578. [https://doi.org/10.2307/2094422]

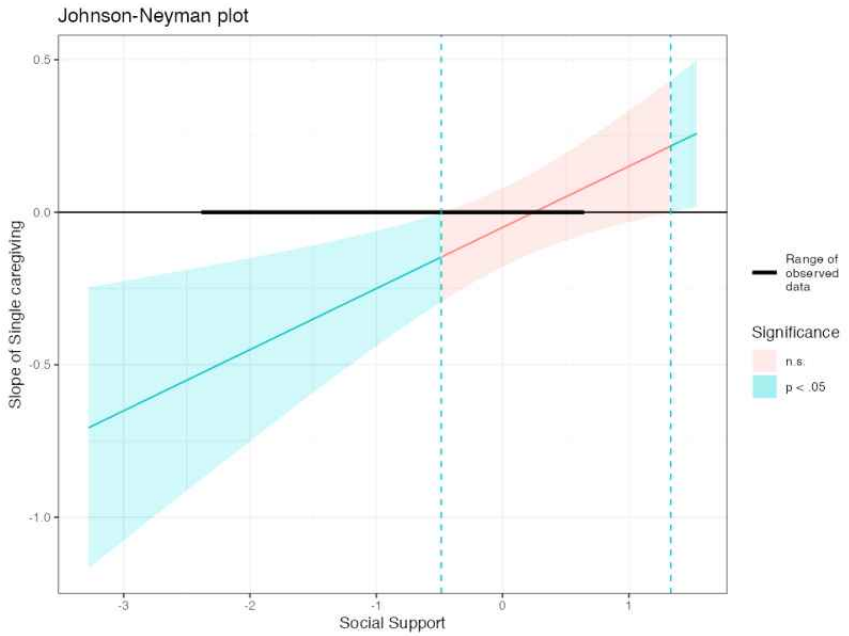
Song, D., Baek, K.-H., & Jang, S. J. (2018). A study on emotional burnout among middle-old aged double caregivers. Family and Culture, 30(1), 58-85. [https://doi.org/10.21478/family.30.1.201803.003]

Song, S. (2023). The effect of discomfort in using digital devices on life satisfaction among older adults: The multiple mediating effects of perceived social respect and discrimination experiences. Korean Journal of Gerontological Social Welfare, 78(4), 39-65. [https://doi.org/10.21194/kjgsw.78.4.202312.39]

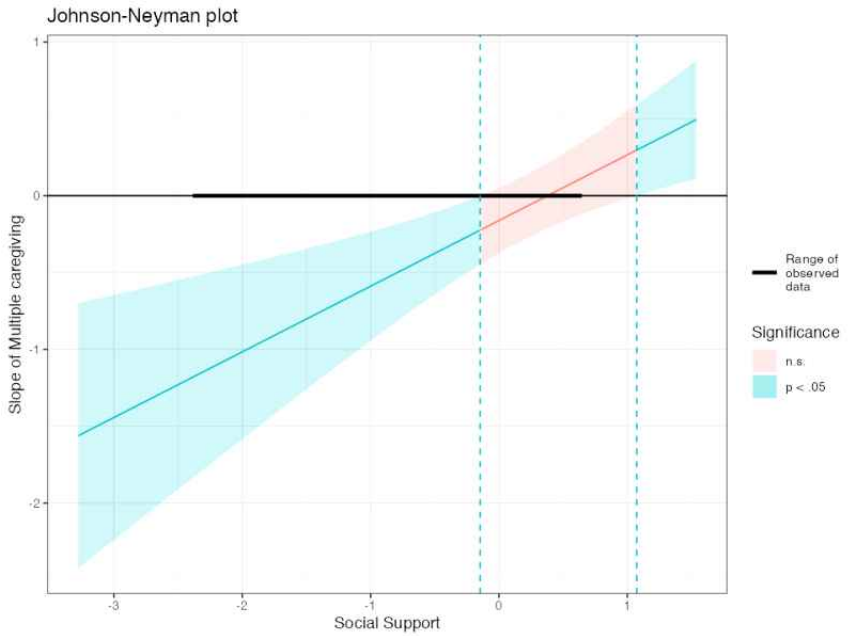
Sung, K.-W. (2011). Relation of successful aging and wisdom in Korean older adults. Journal of Korean Gerontological Nursing, 13(1), 48-57.

Received: May 29, 2026
Revised (final form): July 6, 2026
Accepted: July 21, 2026

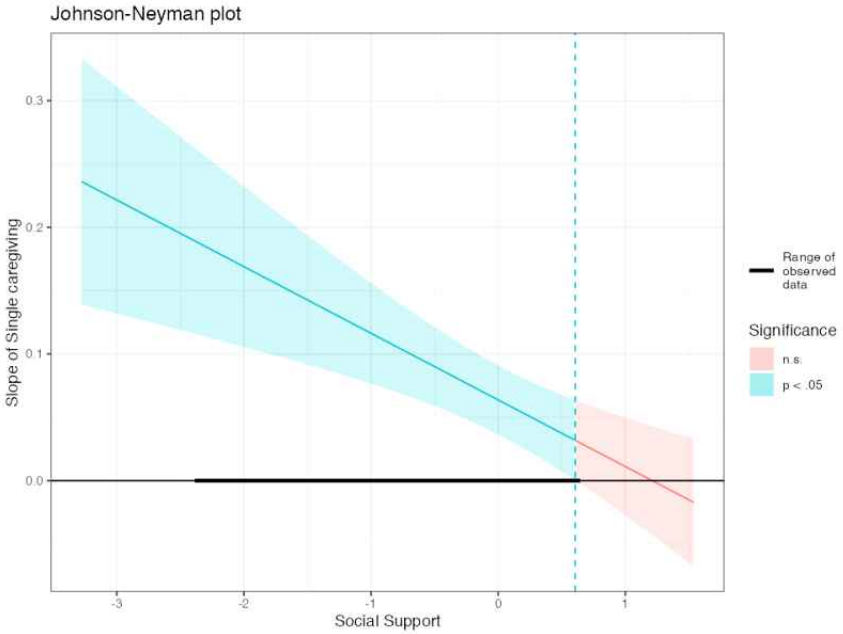
<Appendix 1> The moderating effects of social support on relation between single caregiving and depression



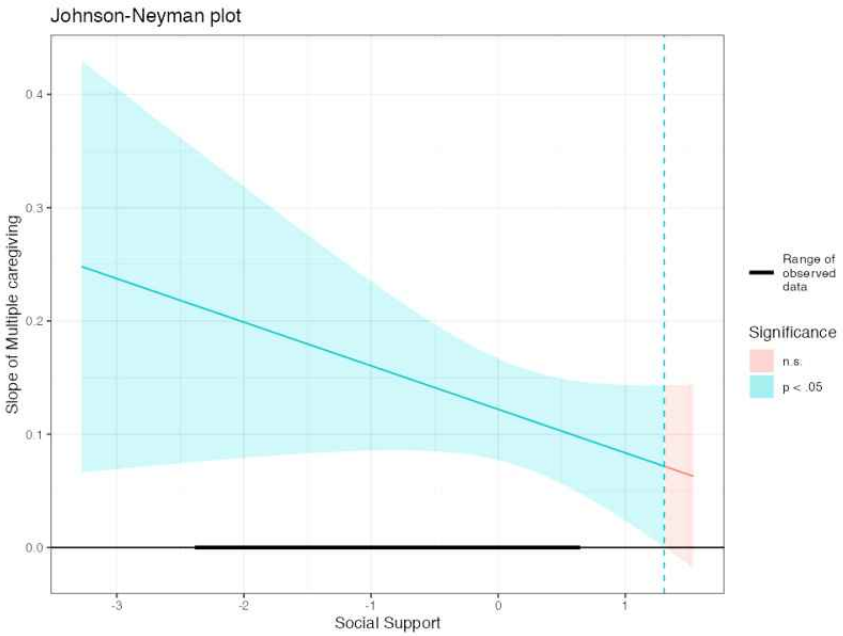
<Appendix 2> The moderating effects of social support on relation between multiple caregiving and depression



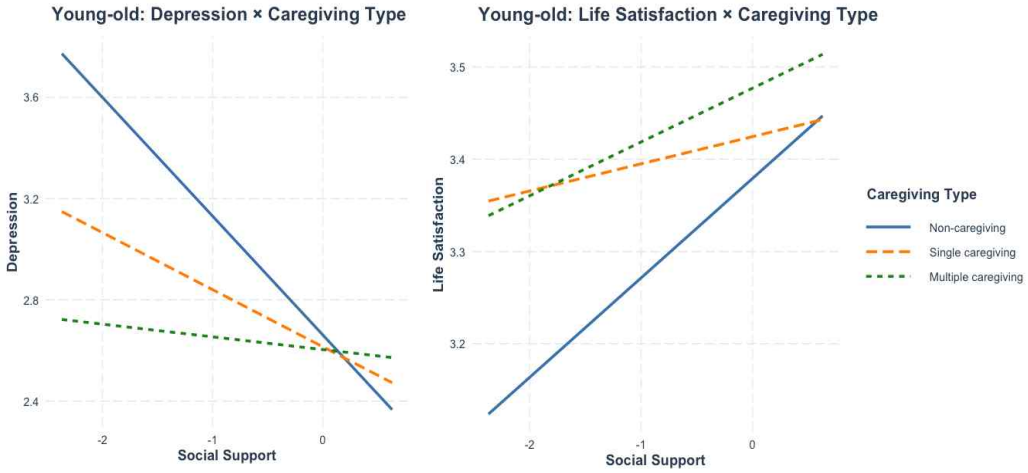
<Appendix 3> The moderating effects of social support on relation between single caregiving and life satisfaction



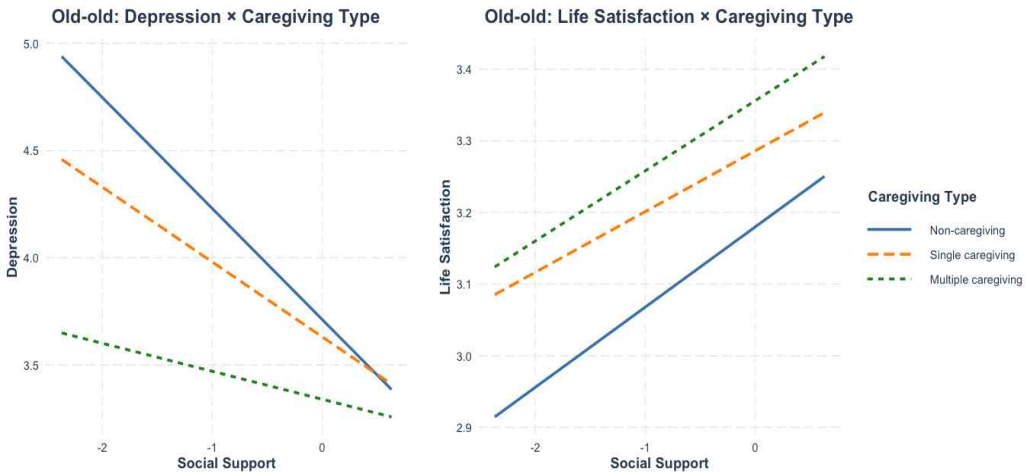
<Appendix 4> The moderating effects of social support on relation between multiple caregiving and life satisfaction



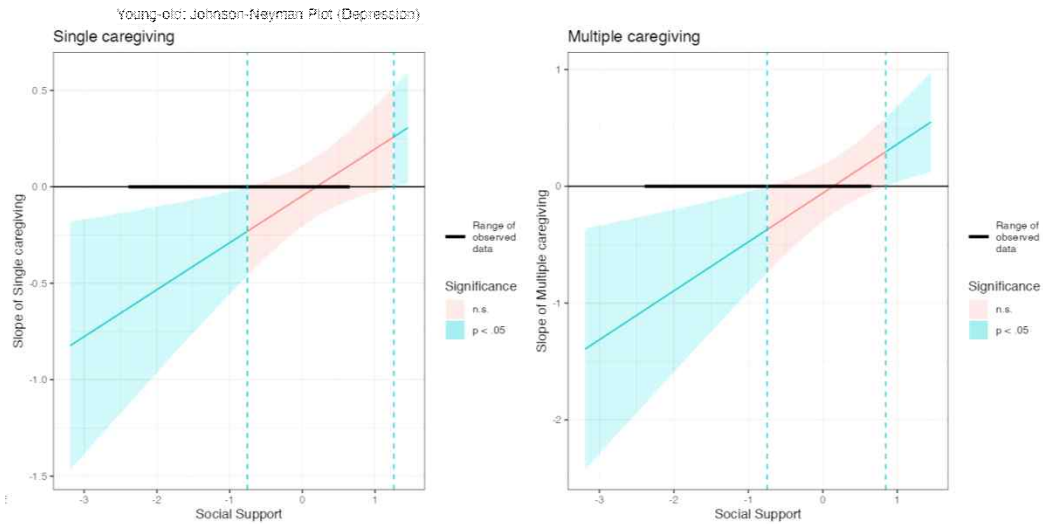
<Appendix 5> Social Support as a Moderator in the Young-Old Group



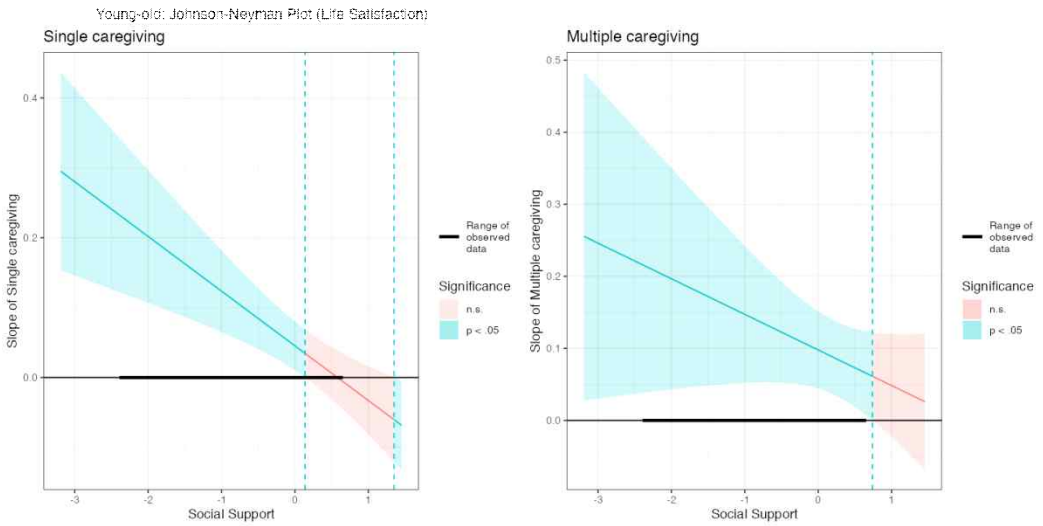
<Appendix 6> Social Support as a Moderator in the Old-Old Group



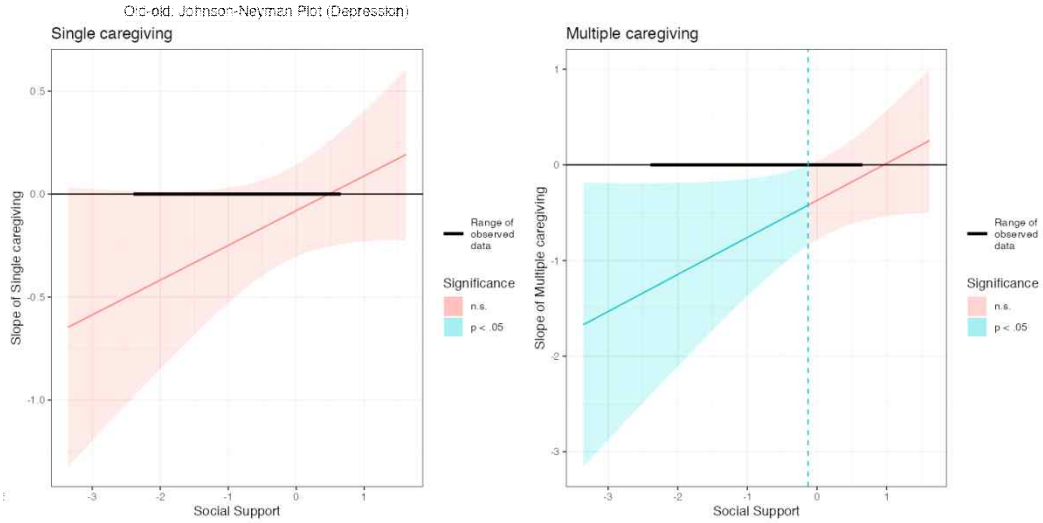
<Appendix 7> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and depression (young-old)



<Appendix 8> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and life satisfaction (young-old)



<Appendix 9> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and depression (old-old)



<Appendix 10> The moderating effects of social support on relation between caregiving status and life satisfaction (old-old)

