

한국노인의 성공적 노화 전략 척도 개발을 위한 조사

안녕하십니까?

이 조사는 학술진흥재단의 신진연구지원과제로, 어르신들의 성공적 노화에 대한 인식과 현황을 조사하여 한국노인의 성공적 노화 척도를 개발하기 위해 실시되는 조사입니다.

각 문항에 대해 솔직하고 정확하게 응답해 주시기를 바라며, 귀하께서 응답하신 모든 내용은 비밀이 보장되며, 연구의 목적 이외에는 다른 목적으로 일체 사용되지 않으며, 응답하신 내용은 통계법 제13조(비밀의 보호 등)에 의거하여 법의 보호를 받습니다.

질문 내용에 대해 의문이 생기시거나 기타 문의사항이 있으시면, 조사원에게 물어보시거나 본 연구자(010-4467-6310)에게 연락해 주시면 성심껏 답해드리겠습니다.

감사합니다.

연구책임자 배재대학교 복지신학과 손의성 교수

설문대상자 주소 및 연락처				
설문조사대상 어르신 성명		설문대상자 답례품수령확인		
조사원 이름		조사원 연락처		
지역구분	____①대도시 ____②중소도시 ____③농어촌			설문지 번호

A. 일반적인 사항

1. 어르신의 성별은 어떻게 되십니까? _____ ① 남자 _____ ② 여자
2. 어르신의 올해 연세는 어떻게 되십니까? 만 _____ 세
3. 어르신께서는 학교를 어디까지 다니셨습니까?
_____ ① 무학 _____ ② 서당 _____ ③ 초등학교 ` _____ ④ 중학교
_____ ⑤ 고등학교 _____ ⑥ 대학 이상
4. 어르신께서는 현재 종교가 어떻게 되십니까?
_____ ① 불교 _____ ② 기독교 _____ ③ 천주교(카톨릭)
_____ ④ 유교 _____ ⑤ 기타 _____ ⑥ 종교 없음
5. 어르신께서는 현재 결혼상태가 어떻게 되십니까?
_____ ① 유배우 동거 _____ ② 유배우 별거 _____ ③ 사별 _____ ④ 미혼
6. 현재 어르신은 누구와 같이 살고 계십니까?
_____ ① 어르신 혼자 _____ ② 어르신과 배우자 _____ ③ 어르신과 자녀
_____ ④ 어르신과 배우자와 자녀 _____ ⑤ 기타(누구:)
7. 어르신께서는 현재 일상생활을 하시기에 본인의 건강수준이 어느 정도라고 생각하십니까?
_____ ① 매우 힘든 수준이다 _____ ② 힘든 편이다 _____ ③ 보통이다
_____ ④ 괜찮은 편이다 _____ ⑤ 전혀 문제가 없다
8. 어르신께서는 현재 기억력이나 사고력이 몇 년 전에 비해 어느 정도 수준이라고 생각하십니까?
_____ ① 매우 심각하게 낮아졌다 _____ ② 심각한 수준은 아니지만 제법 낮아졌다
_____ ③ 조금 낮아졌다 _____ ④ 거의 비슷한 수준을 유지하고 있다 _____ ⑤ 오히려 나아졌다
9. 어르신께서 생활하시면서 경제적으로 어느 정도 어려움을 느끼십니까?
_____ ① 매우 어렵다 _____ ② 약간 어렵다 _____ ③ 보통이다
_____ ④ 별로 어렵지 않다 _____ ⑤ 전혀 어렵지 않다
10. 어르신께서는 친목, 교육, 봉사, 일자리 등과 같은 사회활동에 어떻게 참여하고 계십니까?
_____ ① 전혀 참여하지 않는다 _____ ② 아주 가끔 참여한다 _____ ③ 보통이다
_____ ④ 잘 참여하는 편이다 _____ ⑤ 매우 적극적 참여하고 있다

B. 노년기 삶에 대한 실태

1. 다음은 어르신의 생활방식을 알아보기 위한 질문들입니다. 솔직하게 응답해 주시기 바랍니다.

각 문항마다 "응답 ㉠"과 "응답 ㉡" 두 가지 방식의 태도가 제시됩니다. 이 가운데 어르신의 생활 방식과 가장 비슷한 곳에 해당되는 1점부터 4점까지의 숫자에 동그라미(○) 표시를 해주세요.

* 1점은 "응답 ㉠"에 가장 가까울 때이며, 2점은 "응답 ㉠" 방식의 태도를 취하지만 조금 약한 경우이며, 3점은 생활 방식이 "응답 ㉠"보다는 "응답 ㉡"에 가깝지만 정도가 조금 약할 때이며, 4점은 "응답 ㉡"와 거의 일치할 때 표시를 하시면 됩니다.

㉠와 거의 일치	㉠와 부분 일치	㉡와 부분 일치	㉡와 거의 일치
응답 ㉠	1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	응답 ㉡	

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
1	㉠ 몇 가지 일에만 나의 온 힘을 집중한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 많은 일에 내 힘이 분산되어 있다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
2	㉠ 주어진 시간에 가장 중요한 하나의 목표에 주의를 집중한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 항상 한 번에 여러 가지 목표를 추진한다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
3	㉠ 내가 원하는 것을 이루려고 할 때, 한두 가지 중요한 목표를 정한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 내가 원하는 것을 이루려고 할 때, 한두 가지 중요한 목표를 정하기보다는 일단 진행되는 상황을 관망하면서 기다린다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
4	㉠ 특정 목표를 성취하기 위해서는, 기꺼이 다른 목표들을 포기한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 특정 목표를 성취하기 위해 굳이 다른 목표들을 포기하지는 않는다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
5	㉠ 항상 한 번에 하나씩 차례로 목표를 성취해나간다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 항상 한 번에 많은 목표를 성취하려고 하기 때문에 쉽게 지친다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
6	㉠ 내가 원하는 것과 원하지 않는 것을 정확히 안다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 종종 상황이 마무리된 후에야 내가 원하는 것이 어떤 것이었는지 깨닫게 된다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
7	㉠ 일단 목표를 정하면 끝까지 고수한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 목표는 언제든지 변경할 수 있다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
8	㉠ 항상 가장 중요한 목표에만 주의를 집중한다.	㉡ 항상 한 번에 여러 가지 목표를 세운다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
9	㉠ 인생에서 중요한 결정은 나 자신이 내린다.	㉡ 구체적인 삶의 결정을 나 자신에게 맡기지 못한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
10	㉠ 나에게 중요한 것이 무엇인지 정확히 고려하고 있다.	㉡ 무슨 일이 일어나면 그때서야 그 일을 처리한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
11	㉠ 내 인생에서 중요한 목표들은 중복되지 않고 우선순위가 분명하다.	㉡ 내 인생에서 비중이 비슷한 목표들이 많다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
12	㉠ 나의 목표를 명확히 세우고, 그 목표를 고수해 나간다.	㉡ 종종 사소한 변화에도 내 목표를 수정한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
13	㉠ 나에게 적합한 목표를 찾기 위해 의도적으로 여러 가지 경험을 한다	㉡ 나에게 적합한 목표를 찾기 위해 특별한 시도를 하지 않는다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
14	㉠ 목표를 선택할 때 앞으로 진행될 상황을 충분히 예측한다.	㉡ 목표를 선택할 때 앞으로 진행될 상황까지 고려하지는 않는다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
15	㉠ 내가 추구하는 목표들은 일관성을 갖고 있다.	㉡ 내가 선택한 목표들은 추구하는 것이 제각각이다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
16	㉠ 가능한 모든 목표를 비교 검토한 후에 내게 맞는 목표를 선택한다.	㉡ 원하는 목표가 떠오르면 별다른 비교나 검토 없이 결정한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
17	㉠ 목표를 선택하는 나름대로의 원칙과 기준을 갖고 있다.	㉡ 그때 그때 상황에 따라 목표를 정한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	
18	㉠ 전처럼 할 수 없을 때, 중요하다고 여겨지는 한두 가지 목표를 고수한다.	㉡ 일이 예전처럼 잘 풀리지 않더라도 이미 정해놓은 모든 목표를 계속 고수한다.
	응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
19	㉠ 전에 해오던 중요한 일을 할 수 없게 되었을 때, 새로운 목표를 찾는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전에 해왔던 중요한 일을 할 수 없게 되었을 때, 시간과 노력을 다른 일에 쏟는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
20	㉠ 전에 해오던 것을 할 수 없게 되었을 때, 내게 중요한 것이 정확히 무엇인지를 고려한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전에 해오던 것을 할 수 없게 되었을 때, 주로 관망한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
21	㉠ 전처럼 할 수 없게 되었다면, 본질적인 것에 집중한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전처럼 할 수 없게 되었다더라도, 이전에 세워 놓은 모든 목표를 추구해나간다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
22	㉠ 더 이상 이전처럼 할 수 없게 되었을 때, 가장 중요한 목표에 집중한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 더 이상 이전처럼 할 수 없게 되었을 때에도, 이전처럼 모든 목표에 집중한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
23	㉠ 일이 점점 어려워지면, 그 상황 하에서 성취 가능한 목표를 고려해본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 점점 어려워지면, 그 상황을 그대로 수용한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
24	㉠ 일이 잘 풀리지 않으면 가장 중요한 목표부터 먼저 추진한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 잘 풀리지 않으면, 그냥 그대로 내버려 둔다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
25	㉠ 더 많은 노력이 필요한 일이 생길 때, 내가 진정으로 원하는 것이 무엇인지 고려해본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 더 많은 노력이 필요한 일이 생기더라도 별로 신경쓰지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
26	㉠ 전처럼 할 수 없을 때에는, 더 중요한 목표에 집중하기 위해 덜 중요한 목표들을 제외한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전처럼 할 수 없을 때에는, 나아질 때까지 기다린다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
27	㉠ 더 이상 할 수 없게 되었을 때, 아직 가능한 일에 노력을 기울인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 더 이상 할 수 없게 되었을 때, 나는 저절로 상황이 나아지리라고 믿는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
28	㉠ 전처럼 할 수 없을 때, 나에게 정말 중요한 것이 무엇인지를 고려해본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전처럼 할 수 없을 때, 그냥 그대로 내버려 둔다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
29	㉠ 평소 하던 대로 더 이상 할 수 없게 될 때, 그 상황 하에서 무엇을 할 수 있는지 정확히 고려해 본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 평소 하던 대로 더 이상 할 수 없게 될 때, 그것에 대해 길게 고려해보지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
30	㉠ 전처럼 할 수 없을 때 나의 취약점이나 문제점을 잘 파악한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 전처럼 할 수 없을 때 회복될 때까지 그냥 기다린다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
31	㉠ 전처럼 할 수 없게 된 상황을 이전부터 미리 예상하여 가상적인 대처방법이나 새로운 목표를 준비해둔다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 전처럼 할 수 없게 된 상황에 처해서야 비로소 대처방법이나 새로운 목표를 고려한다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
32	㉠ 계획한 것을 성취할 때까지 계속 노력한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 원하는 일을 당장 이루지 못할 때, 다른 가능성에 대해 조금 시도해보다가 그만둔다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
33	㉠ 정해진 목표를 달성하기 위해 모든 노력을 기울인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 일이 저절로 풀려질 때까지 기다리면서 관망하는 편이다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
34	㉠ 만약 내게 중요한 것이라면, 그 것에 전적으로 헌신한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 만약 내게 중요한 것이라 할지라도, 그것에 전적으로 헌신하기는 어렵다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
35	㉠ 목표를 성취할 때까지 끊임없이 노력한다 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 목표가 즉시 달성되지 못할 때, 조금 시도해보다가 그만둔다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
36	㉠ 계획을 실현시키기 위해 가능한 모든 노력을 기울인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 계획이 저절로 실현되지 않는다면, 우선 관망하며 기다린다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
37	㉠ 목표를 선택하면, 최대한 노력을 기울인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 주로 크게 노력하지 않고 성취할 수 있는 목표를 세운다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
38	㉠ 이루고 싶은 것이 있을 때, 적절한 순간이 올 때까지 기다릴 수 있다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 이루고 싶은 것이 있을 때, 가장 적절한 기회를 기다리기 보다는 먼저 오는 기회를 선택한다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
39	㉠ 내게 중요한 일이라면 성공하기 어려워도 열심히 노력한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 내게 중요한 일을 시작했음지라도 성공할 가능성이 희박하면 시도하기를 중단한다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
40	㉠ 앞서 나가고자 할 때, 성공한 사람을 본보기로 삼는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 앞서 나가고자 할 때, 나 혼자서 최선의 방법을 강구한다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4
41	㉠ 계획을 가장 잘 실현할 수 있는 정확한 방법이 무엇인지 고려한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4	㉡ 계획을 실현할 방법을 깊이 생각하지 않고, 일단 시도하고 본다. 응답 ㉡ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
42	㉠ 내게 중요한 일에는 나를 낙담케하는 장애물이 있어도 굴하지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 내게 중요한 것이 있더라도 장애물을 만나면 포기하고 다른 목표를 찾는다.
43	㉠ 계획을 가장 잘 실현할 수 있는 정확한 시기를 고려한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 계획을 세우면 일단 시작하고 본다.
44	㉠ 목표를 선택하는 나름대로의 원칙과 기준을 갖고 있다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 그때 그때 상황에 따라 목표를 정한다.
45	㉠ 계획을 실현할 때, 나의 강점을 충분히 활용한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 계획이 실현할 때, 해야 할 일을 그냥 열심히 할 뿐이다.
46	㉠ 새로운 계획을 실현하기 위해 필요에 따라 나의 생활을 조절한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 새로운 계획을 세웠더라도 생활방식에는 전혀 변화가 없다.
47	㉠ 목표 수행을 위해서는 위신과 체면에 얽매이지 않는다 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 목표 수행에 있어서 지나치게 주변의 시선과 분위기를 의식한다.
48	㉠ 목표를 수행하는 과정에서 어려움에 부딪힐 때, 목표를 포기할 수 없는 이유를 명백히 이해하고 있다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 목표를 수행하던 못하던 크게 신경쓰지 않는다.
49	㉠ 전에 하던대로 일을 할 수 없을 때, 같은 목표를 가진 사람들과 서로 협력을 한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전에 하던대로 일을 할 수 없을 때에도 나의 목표는 내 혼자서 감당해 나간다.
50	㉠ 특별히 어려운 상황에 처하면, 나이나 신분고하를 막론하고 누구에게나 배운다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 특별히 어려운 상황에 처하면, 모두가 인정할 만한 자격을 갖춘 사람에게서만 배운다.
51	㉠ 목표를 달성하기 위해 새로운 시도를 두려워하지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 목표를 달성하기 위해 지금까지 해오고 있는 범위 내에서 해보려고 노력한다.
52	㉠ 나는 일이 전과 같이 잘 풀리지 않을 때, 이전 수준의 성과를 얻을 때까지 다른 방법들을 계속 시도한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 전과 같이 잘 풀리지 않으면, 그대로 받아들인다.
53	㉠ 내 삶이 예전처럼 잘 풀리지 않으면, 다른 사람들의 도움이나 조언을 구한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 내 삶이 예전처럼 잘 풀리지 않더라도 다른 사람의 도움 없이 스스로 어떻게 할지를 결정한다.

번호	응답 ㉠	응답 ㉡
54	㉠ 이전과 같은 결과를 얻는데 더 힘이 든다면, 전과 같이 할 수 있을 때까지 더 열심히 노력한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 이전과 같은 결과를 얻는데 더 힘이 든다면, 전과 같은 기대를 차라리 포기한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
55	㉠ 중요한 일이라고 생각될 때는, 거기에 더 많은 시간과 노력을 기울일 필요가 있는지를 잘 유념해서 결정한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 나에게 중요한 일일지라도, 그 일에 필요한 시간과 노력을 기울이지 않을 때도 있다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
56	㉠ 특별히 어려운 상황에 처하면, 의사나 상담가, 혹은 관련 전문가의 도움을 구한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 특별히 어려운 상황에 처하더라도, 혼자서 해결하려고 노력한다 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
57	㉠ 일이 잘 풀리지 않으면, 다른 사람들의 도움을 받아들이는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 어려운 상황이라도 다른 사람들에게 도와달라고 부담을 주지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
58	㉠ 일이 전과 같은 방식으로 진행되지 않을 때, 그 일을 성취하기 위해 다른 방법을 찾아본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 전과 같은 방식으로 진행되지 않을 때, 그 상황의 방식을 그대로 받아들인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
59	㉠ 전처럼 어떤 일을 할 수 없을 때는, 그 일을 해낼 수 있는 다른 수단과 방법을 강구한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전처럼 어떤 일을 할 수 없을 때는, 그냥 그대로 받아들인다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
60	㉠ 전에 하던대로 어떤 일을 할 수 없을 때는, 다른 사람에게 그 일을 해달라고 요청한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전에 하던 대로어떤 일을 할 수 없을 때는, 그 상황을 감수한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
61	㉠ 지금까지 성취한 것을 잃어버리지 않으려고 더 많은 시간과 노력을 투자한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 지금까지 성취한 것을 잃어버리지 않으려고 더 많은 시간과 노력을 투자하기를 꺼리는 편이다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
62	㉠ 일이 전과 같이 잘되지 않을 때, 다른 사람들이 어떻게 하는지 살펴본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 전과 같이 잘되지 않더라도 무엇이 최선인지를 거의 생각하지 않는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
63	㉠ 일이 전과 같이 잘되지 않으면, 도움이 될 만한 방송과 책을 참조한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 일이 예전처럼 잘되지 않으면 내 방식으로 한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
64	㉠ 전과 같이 하는 것이 매우 불가능할 때, 신(초월자, 종교 등)으로부터 힘과 용기와 지혜를 얻는다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전과 같이 하는 것이 매우 불가능할 때에도 혼자 힘으로 극복하려고 노력한다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡
65	㉠ 전과 같이 하는 것이 매우 불가능할 때에도 모든 상황을 긍정적으로 바라본다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡	㉡ 전과 같이 하는 것이 매우 불가능할 때에는 심리적으로 매우 위축된다. 응답 ㉠ 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 응답 ㉡

2. 다음은 노년기 삶에 대한 어르신의 생각과 실태를 알아보기 위한 질문들입니다.

‘전혀 그렇지 않다’ 부터 ‘매우 그렇다’ 까지 5단계로 그 정도를 표시하도록 되어있습니다.

이 중에서 어르신에게 해당된다고 생각되는 빈칸에 동그라미(○) 표시를 해주세요.

번호	질문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	알고 지내는 사람들과 계속 좋은 관계를 가지고 있다.					
2	몸을 움직이는데 불편함이 없다.					
3	마음을 터놓고 이야기할 사람이 있다.					
4	앞으로의 삶에 대해 희망을 가지고 있다.					
5	매일 매일 할 일거리가 있다.					
6	주변사람들에게 필요한 사람이다.					
7	나를 위해 무엇인가를 배우고 있다.					
8	친인척들과 자주 어울린다.					
9	죽기 전에 해야 할 일을 다 할 수 있을 것이다.					
10	자식들의 도움 없이 생활할 수 있는 돈이 있다.					
11	비슷한 환경이나 처지의 사람들과 서로 베풀며 산다.					
12	자녀들이 건강하다.					
13	자녀들이 결혼해서 화목하게 잘 살고 있다.					
14	마음을 터놓고 이야기 할 자식이 나를 돌봐준다.					
15	자녀들이 경제적으로 걱정 없이 살고 있다.					
16	자녀들과 자주 연락하거나 만나고 있다.					
17	우리 부부는 서로를 이해한다.					
18	우리 부부는 집안일을 서로 같이 한다.					
19	우리 부부는 모두 건강하다.					
20	내 마음을 다스릴 수 있다.					
21	몸이 허락하는 한 활동을 계속한다.					
22	매일 규칙적으로 생활을 한다.					
23	살기 좋은 동네에서 살고 있다.					

번호	질 문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
24	즐거운 마음으로 살고 있다.					
25	나는 내 삶에 어려운 부분이 있어도 가능한 한 남에게 구차한 모습을 보이지 않는다					
26	나는 자녀와의 관계에서 '내 삶은 내가 책임진다' 는 정신으로 산다					
27	나는 지금도 정신이 맑아서 사리분별에 큰 문제가 없다					
28	나는 남편 혹은 아내로서의 역할을 잘 감당해왔다					
29	나는 외모를 단정하고 깨끗하게 가꾼다					
30	나는 부모로서의 역할을 잘 감당해왔다					
31	나는 건강을 해치는 습관을 고치려고 노력한다					
32	나는 내 분수에 맞는 의식주생활을 한다					
33	나는 평생토록 하고자 하는 활동(일, 취미 등)이 있다					
34	나는 내가 하는 활동(일, 취미 등)을 통해 성취감을 느끼고 있다					
35	나는 나의 건강을 유지하기 위해 꾸준히 운동을 하고 있다					
36	나는 사회활동(여가 및 종교활동 등)에 참여를 많이 하는 편이다					
37	내가 참여하는 모임에서 내가 필요한 사람으로 인정받고 있다					
38	나는 친구들을 잘 사귀는 편이다					
39	나에게는 여가 혹은 종교활동 등에서 정기적으로 만나는 친한 친구들이 있다.					
40	나의 자녀들은 나에게 효도를 잘 하고 있다					
41	나는 나의 자녀들을 자랑스럽게 여기고 있다					
42	나는 세상에 존재할 가치가 있다고 느낀다					
43	내가 살고 있는 집이 만족스럽다					
44	나는 젊은 세대의 입장을 잘 수용하는 편이다					
45	나는 자녀나 남의 일에 일일이 간섭하지 않는다					

	질 문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
46	나는 계획을 세우면 그 계획을 끝까지 수행한다.					
47	나는 어떤 방법을 사용해서라도 일을 잘 마무리 짓는다.					
48	나는 다른 사람보다는 내 자신을 더 의지한다.					
49	나는 세상 일에 지속적으로 관심을 갖는 것을 중요하게 여긴다.					
50	나는 부득이 할 경우 일을 혼자 힘으로도 할 수 있다.					
51	나는 내 삶에 있어서 성취해 온 것들에 대해 자부심을 느낀다.					
52	나는 문제를 잘 헤쳐 나가는 편이다.					
53	나는 나 자신을 좋아한다.					
54	나는 한 번에 여러 가지 일들을 처리해 나갈 수 있다.					
55	나는 결단력이 있다.					
56	나는 매사에 요점이 무엇인지 잘 파악한다.					
57	나는 차근차근 일을 해나가는 편이다.					
58	나는 이전에 어려움을 경험해 보았기 때문에 힘든 순간들을 잘 극복해 나갈 수 있다.					
59	나는 자제력을 갖고 있다.					
60	나는 세상 일에 지속적으로 관심을 기울이고 있다.					
61	나는 웃음거리를 잘 찾아내는 편이다.					
62	어려운 상황에 처할 때 나 자신을 믿고 그 어려움을 잘 극복한다.					
63	위기상황에서 나는 다른 사람에게 힘이 되어줄 수 있는 사람이다.					
64	나는 어떤 상황을 여러 가지 관점에서 볼 줄 안다.					
65	나는 때로 내가 원하지 않는 일이라도 필요하면 한다.					
66	내 삶은 의미가 있다.					
67	나는 내가 할 수 없는 일에 집착하지 않는다.					
68	어려운 상황에 처했을 때에 나는 그 문제의 해결방법을 잘 찾는 편이다.					
69	나는 내가 해야 할 일을 해낼 만한 충분한 역량이 있다.					
70	나는 나를 좋아하지 않는 사람이 있어도 개의치 않는다.					

	질 문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
71	나의 의지대로 할 수 있는 일이 거의 없다					
72	내가 겪는 문제를 해결할 수 있는 방법이 없다					
73	내 능력으로는 인생에서 중요한 일을 바꿀 수 없다					
74	나는 어떤 문제를 해결하려 할 때 무기력하다고 느낀다					
75	나는 무엇인가에 의해 쫓기는 듯한 느낌을 받는다					
76	내가 하기에 따라 나에게 일어날 일들이 달라질 수 있다					
77	내가 마음 먹은 일은 무엇이든지 할 수 있다.					

3. 다음은 어르신의 삶의 만족 정도를 알아보기 위한 질문들입니다.

‘전혀 그렇지 않다’ 부터 ‘매우 그렇다’ 까지 5단계로 그 정도를 표시하도록 되어있습니다.

이 중에서 어르신에게 해당된다고 생각되는 빈칸에 동그라미(○) 표시를 해주세요.

번 호	질 문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	전반적으로 내 삶은 내가 바라는 삶에 거의 도달해있다					
2	내 삶의 여건들은 매우 좋다					
3	나는 내 삶에 만족하고 있다					
4	내 삶에서 내가 바라는 중요한 것들은 대체로 성취해왔다					
5	내가 다시 태어난다해도 지금까지의 내 삶을 대부분 그대로 유지할 것이다					

- 오랜 시간동안 설문에 응답하시느라 정말 수고하셨습니다 -