

불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안의 관계에서 반복적 부정 사고와 삶의 의미의 역할[†]

김지영

한양사이버대학교 상담심리학과
박사과정

하승수[‡]

한양사이버대학교 상담심리학과
교수

본 연구의 목적은 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안의 관계에서 반복적 부정 사고를 통한 삶의 의미의 조절된 매개효과를 검증하는데 있다. 이를 위하여 성인 남녀 256명을 대상으로 불확실성에 대한 인내력 부족 척도, 노화불안 척도, 반복적 부정 사고 척도, 삶의 의미 척도를 분석하였고, 주요 변인들에 대한 상관분석 및 매개효과, 조절효과, 조절된 매개효과를 검증하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 불확실성에 대한 인내력 부족, 노화불안, 반복적 부정사고는 각각 유의한 정적 상관을 보였고, 삶의 의미는 각 불확실성에 대한 인내력 부족, 노화불안, 반복적 부정사고와의 사이에서 유의한 부적 상관을 보였다. 둘째, 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고의 관계를 삶의 의미가 조절하는 것으로 나타났다. 넷째, 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개하여 노화불안에 미치는 영향에서 삶의 의미의 조절된 매개효과가 유의하였다. 이러한 결과는 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 통하여 노화불안에 미치는 영향이 삶의 의미의 수준에 따라 차이를 보임을 의미한다. 끝으로 본 연구의 의의와 제한점 그리고 후속 연구에 대한 제언을 서술하였다.

주요어: 노화불안, 삶의 의미, 불확실성에 대한 인내력 부족, 반복적 부정 사고

[†] 본 논문은 김지영의 석사학위 논문을 수정 정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author): 하승수, (04763) 서울시 성동구 왕십리로 220 한양사이버대학교 상담심리학과 교수, Tel: 02-2290-0363, E-mail: 1120011@hycu.ac.kr

우리 사회는 급속한 평균수명의 연장(대한민국 전체 기대수명 1970년 62.3세에서 2023년 83.5세, 통계청 생명표, 2024) 및 노령인구의 증가(고령인구비율 2000년 7%에서 2025년 20%, 25년 4월 고령 인구 1,046만명, 통계청, 2025)를 경험하고 있다. 그리고 급격한 노령화 현상에 대한 대처준비나 인식부족 등으로 미국노인(2.3점/5점)에 비해 한국노인(2.9점/5점)들의 노화불안이 상대적으로 높다고 한다(김숙, 2010). 노화에 대한 불안함을 뜻하는 노화불안(Aging Anxiety)은 Lasher와 Faulkender(1993)에 의하면, 노화 과정과 관련하여 미래에 야기될 수 있는 현상에 관한 부정적 감정 및 두려움이다. 이는 노화에 대한 태도의 한 측면으로서 인생에 영향을 미치며, 신체적, 심리적, 사회적, 초월적 상실을 포함하는 복합적 개념이다. 이와 유사하게 Lynch(2000)는 노화불안이 개인이 개별적으로 늙어 가는 것에 대한 불안으로서 젊음은 지나가고 이미 많이 늙어 버렸다는 부정적인 생각과 점점 더 늙어 노쇠해 갈 것에 대한 두려움을 포함한다고도 하였다. 노화불안은 우울(김순이, 이정인, 2007; 오은아, 박기환, 2019)을 유발하며, 삶의 만족(김숙, 2010; 박근아, 2018)과 심리적 안녕감(김예지, 2018; 문도선, 2017; 신순우, 2013; 조은아, 2022)을 떨어뜨리는 것으로 알려져 있으며, 최근에도 Bodner 등(2023)이 노화불안과 삶의 의미 감소, 심리적 고통 증가가 관련된 것을 재확인하였다.

인간은 자기 자신이 늙음을 자각하고 스스로 인정하는 심리적 자각에 있어 신체적 증후와 정신적 및 사회적 경험으로부터 영향을 많이 받는데 이러한 자각의 과정에 대부분 심리적 저항의식을 가진다(최순남, 2002). 노화를 설명하고 이

해해보려고 헤이플릭 한계이론(Hayflick, 1996; Hayflick & Moorhead, 1961), 텔로미어이론(Cristofalo et al., 1999; De Lange, 1998)등 수많은 이론들이 제시되어 왔다. 그런데 박상철(2004)은 300여 가지가 넘는 다양한 가설들이 대부분 노화 양상의 일부분만을 설명하고 있는 양상설에 불과하다고 주장하였다. 노화는 대립적이고 상호 배제적 모순을 갖는 현상을 설명해 내야하기 때문에 가설들을 통합하기 어려울 수밖에 없고 근본 원인은 아직도 미궁에 빠져있다는 것이다(박상철, 2024). Carleton 등(2007)에 의하면 미지의 것에 대한 두려움이 병리학적 불안의 가장 기본적인 구성 요소이자 모든 불안장애의 기본 구성 요소일 수 있다고 하였듯이, 개인에게는 노화 자체가 미지의 영역이다. 개인이 노화로 인해 신체적, 정신적, 사회적으로 어떤 상태나 상황을 맞닥뜨릴지 확신할 수 없으며, 종래는 죽음으로 이어질 수 있다는 측면에서 미래의 불확실성과 노화불안은 관련이 있다. 그리고 이때 개인이 원치 않는 상황에 처해지거나 경험하게 될 가능성에 대해 우려하고 두려움을 견뎌내기 힘들어하면서 불확실성에 대한 인내력이 부족하면, 노화불안이 높아질 것으로 예상하는데 이에 대한 확인이 필요하다.

불확실성에 대한 인내력 부족은 사건의 발생 가능성과는 무관하게 부정적인 사건이 일어날 수도 있다는 사실을 지나치게 수용하지 못하는 경향(Ladouceur et al., 2000)이고, 불확실한 상황과 사건에 대해 인지, 정서, 행동적 수준에 있어서 부정적으로 반응하는 기질 및 성격적 속성이 있는 특성요인(Buhr & Dugas, 2009; Dugas et al., 2001)이다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 높은 사람은 애매모호한 정보를 더 위협적인 것으로

해석하며(Dugas et al., 2005), 예측 불가능한 상황을 과대평가하기 때문에 미래 상황에 대한 불안과 공포반응이 생긴다(Zvolensky et al., 2000). 이러한 불확실성에 대한 인내력 부족이 범불안장애와 여러 불안장애에 연관되며 증상의 발생과 유지에 영향을 미친다고 보고(Boelen & Reijntjes, 2009; Ladouceur et al., 2000; McEvoy & Mahoney, 2012)된 바 있기에, 그 영향이 미래의 불확실성과 연관되어 보이는 노화불안이라는 불안의 종류에도 역시 적용될 것으로 예측하였다.

또한, 반복적 부정 사고 역시 불안과 관련이 높다고 알려져 있다(Samtani & Moulds, 2017). Ehring과 Watkins(2008)는 반복적 부정 사고를 하나 이상의 부정적인 주제에 대해 통제하기 어려운 것으로 경험되는 사고 과정으로 정의하고, 반복적, 수동적 또는 상대적으로 통제할 수 없고, 부정적인 내용에 초점을 맞춘다고 설명했다. 미국의 노년학자 Butler(1969)가 노화와 노인에 대한 부정적 측면을 연령차별(Ageism)로 명칭하는 등 노화에 대한 일반적인 인식은 부정적인 편이며, 노화로 인해 신체적, 정신적, 사회적으로 처할 상황을 긍정적이기보다는 부정적인 관점에서 바라보기 쉽다. Harvey 등(2004)이 반복적 부정 사고를 모든 범위의 장애에 존재한다는 초진단적 과정(transdiagnostic process)으로 제안했듯이, 반복적 부정 사고가 반복될 때 노화불안 역시 상승할 여지가 있을 것으로 예상하였다. 선행연구에서 불확실성에 대한 인내력 부족이 장애로 이어지는 과정에서 반복적 부정 사고가 역할하여, 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안을 반복적 부정 사고가 매개(윤소진, 장혜인, 2019)하는 구조가 노화불안에도 유의하게 작동하는지 확인해보고자 하였

다.

노화불안을 완화할 수 있는 요인으로는, 부정적인 것을 완화하는데 영향을 주는 요인(박선영, 권석만, 2012; 서수균 외, 2012)으로 알려진 삶의 의미를 연구에 적용해 보고자 했다. 이는 삶의 의미를 높게 지각할수록 노화불안이 낮아진다는 연구들(문도선, 2017; 신순옥, 2013)과 높은 수준의 삶의 의미가 노화불안과 우울의 두려움을 완화한다고 보고한 Bergman과 Bodner(2022)의 연구를 참고하였다. 삶의 의미(Meaning in Life)는 일반적으로 인생 또는 실존의 목적과 의의를 다루는 철학적 주제인데, '나는 무엇인가', '나는 무엇을 해야하는가'에 대한 물음으로 인간의 본질에 대해 성찰하고 이해하려 하는 실존주의 철학을 참고할 수 있다. 독일의 철학자 니체(1844~1900)는 왜 살아야하는지 아는 사람은 그 어떤 상황도 견딜 수 있다고 말하기도 하였다. 삶의 의미를 강조한 로고테라피의 창시자로 알려진 빅터 프랭클은 이 니체의 명언을 인용한 '죽음의 수용소에서, 인간의 의미 탐구(Man's search for meaning)'에서 삶의 의미를 '삶에 대한 목표를 가지고 있는 인간의 보편적이고 근원적인 동기'라고 정의하고 어떤 일을 함으로써, 어떤 가치를 경험함으로써, 또는 시련을 통해 삶의 의미를 찾을 수 있다고 하였다(Frankl, 1959/2017).

빅터 프랭클 외에도 삶의 의미에 대해 삶의 존재론적 중요성으로(Crumbaugh & Maholick, 1964), 자신의 삶이 목적을 가지고 있고 중요한 목표를 달성하기 위해 시간과 노력을 투자하고 있다는 느낌이며 삶의 의미는 단지 고통감을 감소시킨다는 사실을 넘어서 안녕감이라는 본질 그 자체(Ryff & Singer, 1998)로 정의하기도 하였다.

삶의 의미의 본질은 스스로 자신의 삶에 의미를 부여하거나 중요하게 여기는 목표를 추구하는 것처럼 삶에 대한 통합감을 가지고 자신의 삶에서 내용을 구성하고 삶의 질을 향상시키는 것이며 (McAdams, 2001), 삶의 의미가 불안정한 삶에 안정성을 부여해주며 (Baumeister & Vohs, 2002), 삶의 의미는 자신보다 더 큰 어떤 것을 위해 공헌하고 있다는 인식으로부터 도출될 수 있다 (Seligman, 2002)는 주장도 있다. 삶의 의미에 대해 목표의 추구와 달성으로 보는 관점을 넘어서 개인의 삶에 대한 해석이라는 측면에서 개인적 의미를 찾는 과정으로 보는 시각이 있으며 (Wong, 1998), 박선영과 권석만(2012)은 삶의 의미가 추구하고자 하는 목적일 뿐만 아니라 인생에서 중요하거나 혹은 의미 있다고 판단하는 구성의 실체로, 대상과 기호, 나와 세상과 환경, 더 나아가서 영적이고 초월적인 것과의 연결을 의미한다고 정리하기도 하였다. 이에 삶의 의미가 불확실성에 대한 인내력 부족, 반복적 부정 사고, 노화불안에 도움을 줄 수 있을 것으로 기대하였다.

따라서 본 연구는 관련된 선행연구들을 기반으로 노화불안에 대해 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개로 영향을 미치는 구조에서 삶의 의미가 조절된 매개효과를 보이는지 살펴보고자 하였고, 삶의 의미의 조절효과를 확인하여 삶의 의미 관련된 활동을 치료적 개입 요소로 심리치료의 현장에서 적용하도록 제안하고자 다음과 같은 가설을 세웠다

가설 1. 반복적 부정 사고가 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안 사이의 관계를 매개할 것이다.

가설 2. 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고가 삶의 의미에 의해 조절되면서 노화불안에 영향을 미칠 것이다.

방법

참여자

설문링크를 온라인 네트워크에 소개 및 전달 공유 가능하도록 하여 전국 30세이상 성인을 대상으로 2023년 12월말부터 2024년 3월초까지 설문 조사를 실시하였다. 자료 수집은 자기보고식 설문지 작성으로 진행하였으며 수집된 265건 중 중복 응답과 무성의한 응답 9건을 제외하고 256명의 자료를 사용하였다. 설문에 딥한 응답자의 성별로는 여자(82%), 남자(18%)의 비율로 나타났다. 연령은 평균 42세로 30대(39.5%), 40대(40.2%), 50대(16.8%), 60대(3.5%)로 구성되었고 결혼 여부를 살펴보면 기혼(64.8%), 미혼(30.9%)으로 나타났다. 응답자의 학력은 대학원 이상(74.6%)이 가장 많았고, 대학교 졸업(23.8%), 고등학교 졸업(1.6%) 순으로 나타났다. 직업은 재직중(71.9%), 무직(11.3%), 사업 운영중(9.8%), 구직 중(7%)으로 나타났고, 소득수준은 월1백만원~월5백만원 사이(55.1%), 월 5백만원 이상(42.2%), 월 1백만원 미만(2.7%)의 비율로 조사되었다.

측정도구

한국판 불확실성에 대한 인내력 부족 척도 (Korean-Intolerance of Uncertainty Scale-14 [IUS-14]). Freeston 등(1994)이 개발하고 Buhr

와 Dugas(2002)가 타당화한 척도(Intolerance of Uncertainty Scale [IUS])를 이슬(2016)이 한국인을 대상으로 번안 및 타당화한 척도이다. 문항수는 14문항으로 구성되어 있고, 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)까지의 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 전체 점수가 높을수록 불확실성에 대한 인내력이 부족함을 의미한다. ‘불확실성으로 인한 정신적 고통 및 일(work)과 생활(life)에서의 불만족감’의 7문항, ‘불확실성으로 인한 자신감 상실 및 일 진행에 대한 어려움’의 7문항의 2요인 구조로 구성되어 있다. 이슬(2016) 연구의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .93이었고, 본 연구에서는 .91로 나타났다.

노화불안 척도(The Anxiety about Aging Scale [AAS]). Lasher와 Faulkender(1993)이 개발하고 김욱(2010)이 번안하고 타당화하였다. 총 20문항 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 노화불안이 높음을 의미한다. 역문항은 환산 처리하여 분석하였다. 4개의 하위요인에 5문항씩 구성되어 있으며 ‘노인에 대한 두려움’, ‘심리적 불안정’, ‘신체 및 외모에 대한 걱정’, ‘상실에 대한 두려움’으로 구성되어 있다. 전 연령층을 대상으로 개발되었다. 개발 당시 Lasher와 Faulkender(1993)의 연구에서 내적 합치도 Cronbach's α 값은 .86이었고 본 연구의 Cronbach's α 값은 .87로 나타났다.

한국판 반복적 부정 사고 척도(Korean Version of Perseverative Thinking Questionnaire [K-PTQ]). Ehring(2007)이 개발하고 최수진과 황성훈(2019)이 번안 타당화한 척도이다. ‘반복, 침투, 관여’, ‘정신 능력 잠식’ 및

‘비생산성’으로 구성된 3개의 하위 척도와 이를 포함하는 반복적 부정 사고(Repetitive Negative Thinking)라는 상위요인으로 이루어지는 계층적 3요인 모형구조를 가진 것으로 보고되었다. 총 15 문항 5점 리커트 척도로 구성되어 있으며 총점이 높을수록 부정적 경험에 대해 반복적 부정 사고를 많이 하는 것을 의미한다. 최수진과 황성훈(2019)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .96로 보고되었으며, 본 연구에서는 .93였다.

삶의 의미 척도(The Meaning in Life Questionnaire [MLQ]). Steger 등(2004)이 개발하고 원두리 등(2005)이 번안 타당화하였다. 총 10문항의 척도로 의미추구 5문항(예, 나는 항상 내 삶의 목적을 찾기 위해 노력하고 있다)과 의미발견 5문항(예, 나는 내 삶을 의미 있게 해주는 것이 무엇인지 잘 알고 있다)으로 구성되어 있다. 각 문항 5점 Likert 척도를 사용하였으며 점수가 높을수록 삶의 의미 수준이 높음을 뜻한다. 역문항은 환산 처리하였다. Steger 등(2004)의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .86였고 본 연구의 내적 합치도 Cronbach's α 값은 .89로 나타났다.

분석 방법

본 연구에서는 응답이 이루어진 자료의 분석을 위해서 SPSS 25.0과 Hayes(2013)의 PROCESS macro v4.0 프로그램을 사용하여 분석을 실시하였다. 인구통계학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 주요 변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 등 기술통계 분석을 하였고, Pearson의 적률 상관분석을 통해서 각 변인들 간의 상관관계를

확인하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화 불안의 관계에서 반복적 부정 사고의 매개효과를 검증하기 해서 PROCESS macro model 4를 이용하여 각각의 관계를 분석하였고, Bootstrapping을 통해 매개효과의 유의성을 검증하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고의 관계에서 삶의 의미의 조절효과를 확인하기 위해서 PROCESS macro model 1을 이용하여 관계를 분석하였고, 유의성 검증을 위해서 Bootstrapping을 실시하였다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 통해 노화불안에 이르는 경로에서 삶의 의미의 수준에 따라 매개효과가 달라지는지 조절된 매개효과를 확인하기 위해 PROCESS macro model 14를 이용하여 분석하였고, Bootstrapping으로 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였다.

결과

주요 변인들의 기술통계 및 상관

기술통계분석으로 표 1에서 보는 것처럼 주요 변인들의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 산출하였고, 그 결과, 변인들의 왜도 및 첨도의 절대값이 각 2와 7 미만이므로 정규성 가정(Kline, 2005)이 위배되지 않았음을 알 수 있다.

본 연구의 주요 변인들의 Pearson 상관분석 결과는 표 2와 같다. 각 변인별로 상관관계를 살펴보면 불확실성에 대한 인내력 부족은 삶의 의미와 부적상관($r=-.162$, $p<.01$), 노화불안($r=.502$, $p<.001$)과 반복적 부정 사고($r=.645$, $p<.001$)와 정적 상관을 보였으며 통계적으로 유의하였다. 이는 불확실성에 대해 인내력이 부족할 때 노화불안이 높을 수 있고, 반복적 부정 사고가 많을 수 있고 삶의 의미가 낮을 수 있는 것으로 해석할 수 있다. 노화불안은 반복적 부정 사고와 정적상관

표 1. 주요 변인의 기술통계

	<i>M</i> (<i>SD</i>)	왜도	첨도
1. 불확실성에 대한 인내력 부족	2.361 (0.732)	0.466	0.080
2. 노화불안	2.989 (0.626)	-0.195	-0.456
3. 반복적 부정 사고	2.667 (0.758)	0.242	0.093
4. 삶의 의미	4.015 (0.600)	-0.772	1.280

표 2. 주요 변인의 상관분석

	1	2	3	4
1. 불확실성에 대한 인내력 부족	-			
2. 노화불안	.502***	-		
3. 반복적 부정 사고	.645***	.491***	-	
4. 삶의 의미	-.162**	-.271***	-.242***	-

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

($r=.491$, $p<.001$), 삶의 의미와 부적상관($r=-.271$, $p<.001$)을 보였는데 이는 노화불안이 높으면 반복적 부정 사고를 하는 경향이 높고 삶의 의미가 낮은 편으로 해석할 수 있다. 반복적 부정 사고는 삶의 의미와 부적상관($r=-.242$, $p<.001$)을 보였고, 반복적 부정 사고를 하는 사람일수록 삶의 의미가 적을 수 있음을 의미한다.

불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안 간의 관계에서 반복적 부정 사고의 매개효과

불확실성에 대한 인내력 부족이 노화불안에 미치는 영향에서 반복적 부정 사고가 매개하는지 검증하기 위하여 Hayes(2013)의 PROCESS macro 4번 모델을 이용하여 분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 3에 제시하였다. 각 경로들의 유의성을 검증한 결과 불확실성에 대한 인내력 부족은 반복적 부정 사고($B=0.668$, $t=13.436$, $p<.001$)에 정적으로 유의한 영향을 미치고 노화불안($B=0.272$, $t=4.620$, $p<.001$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 반복적 부정 사고도 노화불안($B=0.236$, $t=4.158$, $p<.001$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 불확실성에 대한 인내력 부족에서 노화불안 사이

의 총 효과($B=0.429$, $p<.001$)와 비교하여 매개 변수인 반복적 부정 사고가 투입되면서 직접효과($B=0.272$, $p<.001$)가 감소하여 반복적 부정 사고가 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고에 영향을 미치고 반복적 부정 사고는 노화불안에 유의미한 영향을 미치는 것을 의미한다.

불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고의 관계에서 삶의 의미의 조절효과

불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고에 영향을 미치는데 있어 삶의 의미가 조절효과가 있는지 검증하였다. 이를 위하여 SPSS PROCESS macro의 1번 모델을 사용하여 분석하였다. 분석 결과, 통계적으로 상호작용항이 유의한 것으로 나타났으며($B=-0.194$, $t=-2.630$, $p<.01$) 상호작용에 따른 R^2 변화량도 유의하였다($\Delta R^2=.015$, $p<.01$).

삶의 의미 수준에 따른 불확실성에 대한 인내력 부족의 조건부효과를 탐색하고 다음의 표 5에 제시하였다. 삶의 의미의 수준이 평균 이상($B=0.532$, $t=8.206$, $p<.001$), 평균($B=0.649$, $t=13.178$, $p<.001$) 및 평균 이하($B=0.765$, $t=11.317$,

표 3. 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안 간의 관계에서 반복적 부정 사고의 매개효과

독립변인	종속변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	95% CI	
					<i>LL</i>	<i>UL</i>
불확실성에 대한 인내력 부족	반복적 부정 사고	0.668	0.050	13.436***	0.570	0.766
불확실성에 대한 인내력 부족	노화불안	0.429	0.046	9.255***	0.338	0.520
불확실성에 대한 인내력 부족	노화불안	0.272	0.059	4.620***	0.156	0.387
반복적 부정 사고	노화불안	0.236	0.057	4.158***	0.124	0.348

주. CI=Confidence Interval; LL=Lower Limit; UL=Upper Limit.

*** $p<.001$.

표 4. 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고의 관계에서 삶의 의미의 조절효과

독립변인	B	SE	t	95% CI	
				LL	UL
불확실성에 대한 인내력 부족	0.649	0.049	13.178***	0.552	0.746
삶의 의미	-0.197	0.061	-3.209**	-0.318	-0.076
불확실성에 대한 인내력 부족 X 삶의 의미	-0.194	0.074	-2.630**	-0.340	-0.049
통제변인: 학력	-0.010	0.067	-0.146	-0.142	0.122
상호작용에 따른 R^2 증가	R^2		F		6.919**

주. CI=Confidence Interval; LL=Lower Limit; UL=Upper Limit.

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

표 5. 삶의 의미에 따른 불확실성에 대한 인내력 부족의 조건부효과

	B	SE	t	LLCI	ULCI
$M-1SD(-.600)$	0.765	0.068	11.317***	0.632	0.899
$M(.000)$	0.649	0.049	13.178***	0.552	0.746
$M+1SD(.600)$	0.532	0.065	8.206***	0.404	0.660

주. LLCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내의 하한값, ULCI= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내의 상한값

*** $p<.001$.

$p<.001$)인 모든 경우에 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 삶의 의미 값이 M 과 $M\pm 1SD$ 인 영역에서 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고에 미치는 영향은 유의미하였다.

조절된 매개효과

불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 거쳐 노화불안에 영향을 주는 간접효과의 크기가 삶의 의미의 수준에 따라 달라지는지를

표 6. 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안의 관계에서 반복적 부정 사고의 매개효과에 대한 삶의 의미의 조절된 매개효과

종속변인: 반복적 부정 사고					
변인	B	SE	t	LLCI	ULCI
불확실성에 대한 인내력 부족	0.649	0.049	13.178***	0.552	0.746
삶의 의미	-0.197	0.061	-3.209**	-0.318	-0.076
불확실성에 대한 인내력 부족×삶의 의미	-0.194	0.074	-2.630**	-0.340	-0.049
통제변인: 학력	-0.010	0.067	-0.146	-0.142	0.122
종속변인: 노화불안					
변인	B	SE	t	LLCI	ULCI
불확실성에 대한 인내력 부족	0.271	0.059	4.599***	0.155	0.387
반복적 부정 사고	0.236	0.057	4.160***	0.124	0.348
통제변인: 학력	0.030	0.060	0.491	-0.089	0.148

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

표 7. 삶의 의미의 수준에 따른 조건부 간접효과 및 조절된 매개지수

	B	SE	LLCI	ULCI
$M-1SD(-.600)$	0.181	0.049	0.089	0.280
$M(.000)$	0.153	0.043	0.074	0.241
$M+1SD(.600)$	0.126	0.040	0.056	0.214
조절된 매개지수	SE	LLCI	ULCI	
-0.046	0.022	-0.089	-0.002	

주. LLCI=boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내의 하한값, ULCI= boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내의 상한값

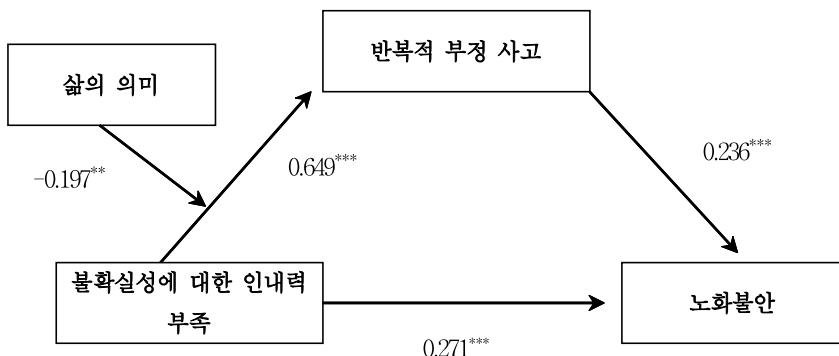


그림 1. 불확실성에 대한 인내력 부족이 노화불안에 미치는 영향에서 반복적 부정 사고를 통한 삶의 의미의 조절된 매개효과

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

알아보기 위해 Hayes(2013)의 SPSS PROCESS macro 7번 모델을 이용하여 조절된 매개효과를 분석하였다. 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족($B=0.271$, $t=4.599$, $p<.001$), 반복적 부정 사고($B=0.236$, $t=4.160$, $p<.001$)는 각각 노화불안에 유의한 영향을 미쳤다. 또한 삶의 의미가 불확실성에 대한 인내력 부족과 상호작용하여 반복적 부정 사고에 미치는 영향이 유의하였다($B=-0.194$, $t=-2.630$, $p<.01$). 이는 삶의 의미의 수준에 따라 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개로 노화불안에 미치는 영향이 달라짐을 의미한다.

다음으로 조건부 간접효과를 추정하기 위해 부트스트래핑 5,000번을 실시하였다. 간접효과와 조절변수의 관계를 수량화한 조절된 매개지수를 통하여 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 그 결과 표 7과 같이, 조절된 매개지수는 -0.046이며 부트스트랩 95% 신뢰구간 CI [-0.089, -0.002]에 0이 포함되지 않았다. 이는 삶의 의미의 조절된 매개효과가 통계적으로 유의하다는 의미이다. 삶의 의미의 조절된 매개효과가 유의한 바, 조건부 간접효과를 통해 삶의 의미 정도에 따른 조절된 매개효과의 유의성을 확인하였다. 삶의 의미가 평균 이상일 때 신뢰구간 95% CI [.056,

.214], 평균일 때 95% 신뢰구간은 CI [.074, .241], 평균 이하일 때 95% 신뢰구간은 CI [.089, .280]로 나타나 삶의 의미의 조절된 매개효과가 모든 경우 유의하였다. 즉, 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 통하여 노화불안에 미치는 간접적인 영향력이 삶의 의미에 의해 조절된다는 것을 의미한다. 따라서 최종적으로 조절된 매개모형의 결과는 그림 1과 같이 나타낼 수 있다.

논 의

본 연구는 고령화 시대를 살아가야 하는 우리 사회의 노화불안을 연구해 보고자 하였으며, 노화불안에 영향을 미치는 요인들 중 불확실성에 대한 인내력 부족, 반복적 부정사고, 그리고 삶의 의미를 연구해 보고자 하였다. 따라서 본 연구를 통해 노화불안, 불확실성에 대한 인내력 부족, 반복적 부정 사고, 삶의 의미 각 변인 간의 관계를 밝히고, 불확실성에 대한 인내력 부족과 노화불안의 관계를 반복적 부정 사고가 매개하고 이러한 효과가 삶의 의미에 의해 달라지는 조절된 매개모형을 설정하고 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과와 함의는 다음과 같다.

첫째, 연구의 주요 변인인 불확실성에 대한 인내력 부족, 노화불안, 반복적 부정 사고, 삶의 의미의 상관분석을 한 결과, 모든 변인 간의 관계에서 유의미한 상관이 보였다. 구체적으로 살펴보면 불확실성에 대한 인내력 부족은 반복적 부정 사고, 노화불안과 유의한 정적 상관을 보였고, 반복적 부정 사고도 노화불안과 유의한 정적 상관을 보였다. 삶의 의미는 반복적 부정 사고, 노화불안,

불확실성에 대한 인내력 부족과 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 클수록 반복적 부정 사고를 할 경향이 크며 노화에 있어서 불안을 겪을 가능성이 커지고 심리적 어려움을 느낄 수 있는 것을 의미한다. 또한 삶의 의미가 불확실성에 대한 인내력 부족, 반복적 부정 사고, 노화불안과 서로 부적인 관계가 있다는 것이 본 연구를 통하여 다시 한번 검증되었는데, 본 연구에서 삶의 의미와 노화불안과의 부적 상관결과는 선행연구(문도선, 2017; 신순우, 2013)의 결과와 일치하며, 반복적 부정 사고간의 부적 상관결과는 선행연구(Ostafin & Proulx, 2020)의 결과와 일치한다. 이에 삶의 의미가 높은 사람들의 경우 심리적 어려움을 겪는 양상을 저감시킬 수 있다고 볼 수 있다.

둘째, 본 연구에서 불확실성의 인내력 부족과 노화불안 사이에서 반복적 부정 사고의 매개효과를 검증한 결과 통계적으로 유의한 부분매개효과가 나타났다. 이는 불확실성에 대해 감내하는 힘이 부족한 사람들의 경우 반복적 부정 사고로 이어지며, 반복적 부정 사고를 통해 노화불안을 더 높일 수 있다는 것을 의미한다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 불안장애에 영향을 미치는 초진단적 요인이라는 선행연구(Boelen & Reijntjes, 2009; McEvoy & Mahoney, 2012), 그리고 반복적 부정 사고를 불안장애에 존재하는 초진단적 과정으로 설명했던 선행연구(Ehring & Watkins, 2008; Harvey et al., 2004) 결과를 노화불안의 종류에도 적용할 수 있다는 점을 보여준다.

셋째, 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고 사이에서 삶의 의미의 조절효과 검증

결과 삶의 의미의 조절효과가 유의하게 나타났다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고에 미치는 영향이 삶의 의미의 수준에 따라 달라지는 것을 의미한다. 조절효과의 상호작용 패턴을 분석한 결과 삶의 의미가 높은 집단이 낮은 집단에 비하여 반복적 부정 사고의 수준이 낮게 나타났는데, 이는 Ostafin과 Proulx(2020)의 선행연구 결과와 같이 반복적 부정 사고를 감소시키는데 있어서 삶의 의미의 효과가 유의하다는 것을 의미하며 삶의 의미가 반복적 부정 사고에 대한 치료적 변인이 될 수 있음을 시사한다.

넷째, 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개하여 노화불안으로 가는 경로에서 삶의 의미의 조절된 매개효과가 유의하였다. 삶의 의미의 조절된 매개효과는 조건부간접효과 탐색 결과 모든 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개하여 노화불안에 미치는 영향은 삶의 의미의 수준에 따라 차이를 보인다고 유추해볼 수 있다.

따라서, 본 연구는 다음과 같은 의의를 갖는다. 첫째, 불확실성에 대한 인내력 부족이 반복적 부정 사고를 매개로 불안에 영향을 미치는 구조(윤소진, 장혜인, 2019)가 노화불안에도 적용된다는 것을 실증적으로 보여주었다는 데 의의가 있다. Peters(2018/2022)는 ‘미래에 자신의 신체적, 정신적, 사회적 건재함을 보장하기 위해 가능한 전략 가운데 무엇을 선택해야 하는가’의 질문에 확실한 답을 할 수 없을 때 항상 스트레스가 등장하며, 이는 개인적 불확실성에 따라 주관적으로 나타나고 스트레스가 불러일으키는 불쾌감, 긴장, 불안 때문에 개인이 힘들다고 느낀다고 한다. 본 연구

에서는 불확실성과 불안을 잇는 근본적인 구조가 노화불안이라는 특정한 불안의 영역 역시 포함함을 확인하였다. 불확실성을 견디는 힘이 약할 때 부정적 생각이 강화될 수 있으며 나이듦에 대한 불안으로 이어지는 심리적 과정의 구조를 보다 구체적으로 검증했다는 점에서 의의가 있고, 노화불안의 기저에 있는 불확실성을 다루도록 논의할 수 있게 하였다.

둘째, 삶의 의미가 불확실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고를 통해 노화불안에 미치는 영향에 있어 조절효과를 가진다는 것을 보여주어 불확실성을 감내하기 힘들어하고 반복적 부정 사고를 겪으며 노화불안으로 심리적 불편감을 느끼는 개인들에게 삶의 의미 요소를 치료적 개입으로 활용해 볼 수 있는 이론적인 근거를 제공했다는 점에서 의의가 있다. 김선엽 등(2021)이 실시했던 가치기반 수용전념치료가 전념행동과정을 통해 삶의 가치를 찾도록 돋고 삶의 의미를 명료화시켜 프로그램에 참여한 집단원들에게 도움을 주고 유의미하게 삶의 의미감을 향상시키고 불안을 감소시키는 결과를 보인 것과 같이, 수용전념치료의 주요한 기제로 연결하여 활용할 수 있다. 범불안장애에 영향을 미치는 불확실성에 대한 인내력 부족 등을 개선하는 수용 기반 행동치료 제안(신동빈, 김은정, 2021)과도 맥락이 이어질 수 있다.

다만, 본 연구에는 몇 가지 한계가 있는데, 첫째, 본 연구에서는 온라인으로 진행된 자기보고식 설문조사가 사용되어 인터넷 접속 가능한 개인만 연구에 참여할 수 있었고 참여자가 스스로 평가한 정도여서 사회적으로 수용가능한 답변을 제공하려는 편견이 있을 수 있는 등 실제를 정확하게

반영하지 못할 수도 있다. 둘째, 연구설계단계에서 건강상태, 배우자 사망여부, 종교, 가구형태, 거주 지역 등 영향을 줄 수 있는 다양한 추가 조사 및 통제변수 투입을 고려하지 못한 점도 있다. 셋째, 본 연구참여자 중 30대와 40대, 기혼, 여성이 많고, 학력, 소득에 있어 보통 수준 이상으로 응답하여 표집 편향이 있을 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 다양한 데이터 수집도구와 접근 방식을 사용해 볼 수 있겠다. 평균 차이가 있었던 학력에 대한 표본수가 적었던 것을 감안할 때 표본을 더 모집해서 진행해보거나, 지역 또는 연령대별 표집 군을 다양하게 모집하여 표집군별 연구를 진행해 볼 수 있을 것이다. 또는 삶의 의미추구와 의미발견으로 나누어 각 기능과 효과에 대해 변인들의 하위요인별 영향을 확인하는 연구도 진행해 볼 필요가 있다.

그러나 이러한 한계에도 불구하고, 본 연구는 불화실성에 대한 인내력 부족과 반복적 부정 사고가 노화불안에 이르는 경로와 삶의 의미와의 관계를 확인함으로서 노화불안의 연구영역을 확장시켰다. 그리고 노화불안에 대한 상담개입방안을 모색하는데 있어서 삶의 의미라는 요소를 지지하는 자료로서 본 연구의 의의가 있다.

참 고 문 헌

- 김선엽, 배효정, 박선영 (2021). 코로나 19 시기 삶의 의미 향상을 위한 가치 기반 수용-전념치료의 효과. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, 7(3), 219-236. <https://doi.org/10.15842/cprp.2021.7.3.219>
- 김순이, 이정인 (2007). 중년기 성인의 노화불안, 우울 및 자아존중감에 대한 연구. *기본간호학회지*, 14(1), 103-109.
- 김예지 (2018). 노화불안이 중년기 심리적 안녕감에 미치는 영향: 자기자비의 조절효과. [석사학위논문, 성신여자대학교 대학원]. <https://www.riiss.kr/link?id=T14731916>
- 김옥 (2010). 한국노인과 미국노인의 노화불안 비교연구. *노인복지연구*, 47, 71-94. <https://doi.org/10.21194/kjgsw.47.201003.71>
- 문도선 (2017). 중년기 노후준비가 심리적 안녕감과 노화불안에 미치는 영향: 삶의 의미 매개효과와 남녀 집단 비교. [석사학위논문, 한국상담대학원]. <https://www.riiss.kr/link?id=T14537242>
- 박근아 (2018). 노인에 대한 고정관념이 중년기 삶의 만족도에 미치는 영향: 노화불안의 매개효과. [석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문]. <https://www.riiss.kr/link?id=T14850187>
- 박상철 (2004). 노화개념 인식전환과 기능적 장수. *대한의사협회지*, 47(4), 334-341.
- 박상철 (2024/01/25). [박상철 100투더퓨처] 노화의 근본 원인은 아직도 미궁에 빠져 있다. *아주경제*. <https://www.ajunews.com/view/20240110083954485>
- 박선영, 권석만 (2012). 삶의 의미에 대한 이론적 고찰과 임상적 함의. *한국심리학회지: 일반*, 31(3), 741-768.
- 서수균, 백지영, 정영숙 (2012). 노인의 스트레스 및 삶의 의미성과 행복감의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 25(3), 17-30.
- 신동빈, 김은정 (2021). 불안민감성과 불화실성에 대한 인내력 부족이 걱정 증상에 미치는 영향. *인문사회* 21, 12(1), 2455-2470. <https://doi.org/10.22143/HS.S21.12.1.174>
- 신순옥 (2013). 중년기 노화불안요인 탐색 및 노화불안과 노후준비도, 심리적 안녕감의 관계. [석사학위논문, 한국상담대학원]. <https://www.riiss.kr/link?id=T13016864>
- 오은아, 박기환 (2019). 노화불안과 죽음불안이 우울에 미치는 영향: 속박감을 통한 주관적 연령지각 불일치의 조절된 매개효과. *학습자중심교과교육연구*,

- 19(2), 483-504. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.2.483>
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. *한국건강심리학회지*, 10(2), 211-225.
- 윤소진, 장혜인 (2019). 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안 및 우울과의 관계: 걱정과 반추의 공통 요인 (반복적 부정 사고)과 차별 요인의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 24(3), 709-734. <https://doi.org/10.17315/kjhp.2019.24.3.010>
- 이슬 (2016). 한국판 불확실성에 대한 인내력 부족 척도 타당화. [석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원]. <https://www.riss.kr/link?id=T14133250>
- 조은아 (2022). 중년기 성인의 노화불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 유연성과 자기자비의 매개효과. [석사학위논문, 한양사이버대학교 대학원]. <https://www.riss.kr/link?id=T16276484>
- 최수진, 황성훈 (2019). 한국판 보속적 사고 질문지 (K-PTQ)의 타당화. *인지행동치료*, 19(1), 89-108. <https://doi.org/10.33703/cbtk.2019.19.1.89>
- 최순남 (2002). 현대노인복지론. 법문사.
- 통계청 (2025). 장래인구추계 2072, 2025.05.19., 주요 연령계층별 추계인구(생산연령인구, 고령인구 등) /전국. https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1BPA003&conn_path=12
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2002). The pursuit of meaningfulness in life. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 608 - 618). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195135336.003.0044>
- Bergman, Y. S., & Bodner, E. (2022). Aging anxiety in older adults: The role of self-esteem and meaning in life. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 35(4), 196 - 201. <https://doi.org/10.1024/1662-9647/a000295>
- Bodner, E., Bergman, Y., Shiloh-Levin, S., & Hoffman, Y. S. G. (2023). The interactive effect of aging anxiety and age awareness on meaning in life and psychological distress: a moderated mediation model. *Current Psychology*, 42, 8255-8264. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02156-x>
- Boelen, P. A., & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(1), 130-135. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2008.04.007>
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 931-945. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00092-4](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00092-4)
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2009). The role of fear of anxiety and intolerance of uncertainty in worry: An experimental manipulation. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 215-223. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.12.004>
- Butler, R. N. (1969). Age-Ism: Another form of bigotry. *The Gerontologist*, 9(4-1), 243-246. https://doi.org/10.1093/geront/9.4_part_1.243
- Carleton, R. N., Sharpe, D., & Asmundson, G. J. G. (2007). Anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty: Requisites of the fundamental fears?. *Behaviour Research and Therapy*, 45(10), 2307-2316. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.006>
- Cristofalo, V. J., Tresini, M., Francis, M. K., & Volker, C. (1999). Biological theories of senescence. In V. L. Bengtson & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of theories of aging* (pp. 98-112). Springer.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-208. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196404\)20:2<200::aid-jclp2270200203>3.0.co;2-u](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::aid-jclp2270200203>3.0.co;2-u)

- De Lange, T. (1998). Telomeres and senescence: Ending the debate. *Science*, 279, 333-335. <https://doi.org/10.1126/science.279.5349.334>
- Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a nonclinical sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 551-558. <https://doi.org/10.1023/a:1005553414688>
- Dugas, M. J., Marchand, A., & Ladouceur, R. (2005). Further validation of a cognitive-behavioral model of generalized anxiety disorder: diagnostic and symptom specificity. *Journal of Anxiety Disorders*, 19(3), 329-343. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.02.002>
- Ehring, T. (2007). *Development and validation of a content-independent measure of perseverative thinking*. In R. De Jong-Meyer (Chair), Dismantling ruminative thinking. Symposium conducted at the Fifth World Congress of Behavioural and Cognitive Therapies, Barcelona, Spain.
- Ehring, T., & Watkins, E. R. (2008). Repetitive negative thinking as a transdiagnostic process. *International Journal of Cognitive Therapy*, 1(3), 192-205. <https://doi.org/10.1680/ijct.2008.1.3.192>
- Frankl, V. E. (2017). 죽음의 수용소에서 [Man's search for meaning: An introduction to Logotherapy]. (이시형 역). 청아출판사. (원전은 1959에 출판).
- Freeston, M. H., Rheaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry?. *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791-802. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90048-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90048-5)
- Harvey, A. G., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). *Cognitive behavioural processes across psychological disorders*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198528883.001.10001>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression based approach*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1111/jedm.12050>
- Hayflick, L. (1996). *How and why we age*. Ballantine Bookss. [https://doi.org/10.1016/s0531-5565\(98\)00023-0](https://doi.org/10.1016/s0531-5565(98)00023-0)
- Hayflick, L., & Moorhead, P. S. (1961). The serial cultivation of human diploid cell strains. *Experimental Cell Research*, 25, 585-621. [https://doi.org/10.1016/0014-4827\(61\)90192-6](https://doi.org/10.1016/0014-4827(61)90192-6)
- Kline, R. B. (2005). *Principle and practice of structural equation modeling*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1207/sem.2005.12.issue-1>
- Ladouceur, R., Gosselin, P., & Dugas, M. J. (2000). Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: A study of a theoretical model of worry. *Behaviour Research and Therapy*, 38(9), 933-941. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(99\)00133-3](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00133-3)
- Lasher, K. P., & Faulkender, P. J. (1993). Measurement of Aging Anxiety: Development of the Anxiety about Aging Scale. *The International Journal of Aging and Human Development*, 37(4), 247-259. <https://doi.org/10.2190/1u69-9au2-v6lh-9y1l>
- Lynch, S. M. (2000). Measurement and prediction of aging anxiety. *Research on Aging*, 22(5), 533-558. <https://doi.org/10.1177/0164027500225004>
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>
- McEvoy, P. M., & Mahoney, A. E. (2012). To be sure, to be sure: Intolerance of uncertainty mediates symptoms of various anxiety disorders and depression. *Behavior Therapy*, 43(3), 533-545. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.007>

- Ostafin, B. D., & Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress, & Coping*, 33(6), 603-622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Peters, A. (2022). 불확실성의 심리학 [*Unsicherheit*]. (이미우 역). 에코리브르. (원전은 2018년에 출판).
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (1998). The contours of positive human health, *Psychological Inquiry*, 9, 1-28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Samtani, S., & Moulds, M. L. (2017). Assessing maladaptive repetitive thought in clinical disorders: A critical review of existing measures. *Clinical Psychological Review*, 53, 14-28. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.01.007>
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-9). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195135336.003.0001>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Karler, M. (2004). *The development and validation of the meaning in life questionnaire*. Unpublished Manuscript. University of Minnesota.
- Wong, P. T. P. (1998). *Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile*. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp. 111-140). Lawrence Erlbaum Associates.
- Zvolensky, M. J., Lejuez, C. W., & Eifert, G. H. (2000). Prediction and Control: operational definitions for the experimental analysis of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 38(7), 653-663. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(99\)00090-x](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00090-x)

한국심리학회지: 건강

The Korean Journal of Health Psychology
2025, Vol. 30, No. 3, 459 - 474

The role of Repetitive Negative Thinking and Meaning in Life in the relationship between Intolerance of Uncertainty and Aging Anxiety

Jiyoung Kim Seung-soo Ha

Department of Counseling and Clinical Psychology
Hanyang Cyber University

The aim of this study is to investigate the moderated mediating role of Repetitive Negative Thinking and Meaning in Life in the relationship between Intolerance of Uncertainty and Aging Anxiety. A total of 256 participants were enrolled, and the assessment involved several questionnaires: the Korean-Intolerance of Uncertainty Scale-14, the Anxiety about Aging Scale, the Korean Version of the Perseverative Thinking Scale, and The Meaning in Life Scale. The main findings are as follows. First, significant statistical relationships were observed between Intolerance of Uncertainty, Aging Anxiety, Repetitive Negative Thinking, and Meaning in Life. Second, a significant mediating effect of Repetitive Negative Thinking on the relationship between Intolerance of Uncertainty and Aging Anxiety was documented. Third, Meaning in Life significantly moderated the impact of Intolerance of Uncertainty on Repetitive Negative Thinking. Fourth, the mediating role of Repetitive Negative Thinking was significantly influenced by Meaning in Life in the relationship between Intolerance of Uncertainty and Aging Anxiety. The study results reveal that the mediating effect of Repetitive Negative Thinking in the relationship between Intolerance of Uncertainty and Aging Anxiety systematically varies according to the level of Meaning in Life. The paper concludes by discussing the significance and limitations of this study and offers recommendations for subsequent research.

Keywords: Aging Anxiety, Meaning in Life, Intolerance of Uncertainty, Repetitive Negative Thinking