

The Relationship between Body Image and Successful Aging of the Elderly: The Dual Mediating Effects of Growth Mindset and Grit

노인의 신체상과 성공적 노화의 관계 : 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과

Yeoun Kyoung Hwang¹, Chang Seek Lee²

황연경¹, 이창식²

¹ Professor for Academic Research, Multicultural Education and Welfare Institute, Hanseo University, Korea, 01020707980@hanmail.net

² Professor, Dept. of Health, Counseling and Welfare, Hanseo University, Korea, lee1246@hanmail.net

Corresponding author: Chang Seek Lee

Abstract: This study aimed to verify the dual mediating effect of growth mindset and grit in the association between body image and successful aging in the elderly. The research questions to achieve the purpose of the study are as follows. First, what is the correlation between body image, growth mindset, grit, and successful aging? Second, do growth mindset and grit have a double mediating effect in the relationship between body image and successful aging? For the analysis, SPSS Win.25.0 and PROCESS macro 3.5.3, frequency analysis, reliability analysis, correlation analysis, and dual mediation effect analysis were performed. As a result of the study, first, there were significant positive correlations between body image, growth mindset, grit, and successful aging. Among them, there was the highest correlation between growth mindset and grit. Second, the body image had a significant and positive effect on growth mindset, growth mindset had a positive and positive effect on hope, and hope had a positive effect on successful aging. The indirect effect of the path from body image to successful aging through growth mindset and grit was also significant. That is, the growth mindset and grit had a double mediating effect in the relationship between body image and successful aging of the elderly. These results are intended to be used as a new practical model for successful aging using the elderly's body image and psychological variables.

Keywords: Body Image, Successful Aging, Growth Mindset, Grit, PROCESS Macro, Double Mediating Effect, Elderly

요약: 이 연구는 노인의 신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과를 검증하는데 목적이 있다. 연구의 목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간의 상관관계는 어떠한가? 둘째, 성장 마인드셋과 그릿은 신체상과 성공적 노화의 관계에서 이중 매개효과가 있는가? 분석을 위해 SPSS window version 25.0과 PROCESS macro 3.5.3을 활용하였고, 빈도분석, 신뢰도분석,

Received: March 27, 2021; 1st Review Result: May 10, 2021; 2nd Review Result: June 25, 2021
Accepted: July 31, 2021

상관분석 및 이중 매개효과 분석을 하였다. 연구 결과, 첫째 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간에는 유의미한 정적 상관관계가 있었다. 특히 성장 마인드셋과 그릿 간에는 가장 높은 상관관계가 있었다. 둘째, 신체상은 성장 마인드셋에 유의미한 정적 영향을 미쳤고, 성장 마인드셋은 희망에 정적으로 유의미한 영향을 주었으며, 희망은 성공적 노화에 정적으로 유의미한 영향을 주었다. 신체상이 성장 마인드셋과 그릿을 경유하여 성공적 노화에 이르는 경로의 간접효과도 유의미하였다. 즉, 성장 마인드셋과 그릿은 노인의 신체상과 성공적 노화 관계에서 이중 매개효과가 있었다. 이러한 결과는 노인의 신체상과 심리적 변인을 활용한 성공적 노화를 위한 새로운 실천 모델로 활용될 수 있을 것이다.

핵심어: 신체상, 성공적 노화, 성장 마인드셋, 그릿, 프로세스 매크로, 이중 매개효과, 노인

1. 서론

노년기는 삶에서 가장 긴 기간으로, 이 시기를 어떻게 보내는가에 따라 자기 삶에 대한 평가가 달라진다. 의학 기술 발달과 경제 성장은 생활 수준의 향상으로 이어졌고, 인류의 오랜 염원인 평균 수명도 연장되고 있다. 노화는 인간이면 누구도 피할 수 없는 필수 불가결한 현상이며, 노화에 대한 부정적 시각을 탈피하려는 학자들의 노력은 성공적 노화에 대한 연구로 이어졌다. 성공적 노화는 잘 늙어감에 초점을 두고 삶의 후반기에 지속적인 성장과 성숙을 이루어가는 과정이다[1].

성공적 노화는 인구학적 변인, 신체 건강, 인지 기능과 관련이 있지만, 사회 심리적 변인이 더 밀접한 관련이 높다는 연구가 있어[2], 성공적 노화와 심리적 변인의 관계에 주목할 필요가 있다. 특히 학자들의 관심이 높아지고 있는 심리적 변인으로 성장 마인드셋과 그릿을 들 수 있다. 성장 마인드셋은 학습과 노력을 통해 인간의 지능과 성격은 변화될 수 있다는 믿음[3]이고, 그릿은 장기적인 목표를 향한 끈기와 열정이다[4]. 나이 들에 따라 신체적으로나 인지적인 기능은 저하되지만, 자신의 심리 상태를 변화시킴으로써 성공적 노화 수준을 유지 또는 증가시킬 수 있을 것으로 예측하여, 성장 마인드셋과 그릿을 매개변인으로 설정하였다.

한편 성공적 노화와 관련하여 고려할 수 있는 변인은 바로 신체상이다. 노인들을 위축되게 만드는 요인 중 외모는 중요한 부분을 차지하고, 노인이 외모에 대한 중요성 인식과 적극적 관리를 통해 노화로 인한 부정적인 정서가 완화되고 삶에 활력을 증진시킨다는 보고가 있어[5], 노인의 신체상과 성공적 노화에 관한 연구의 필요성에 무게가 실린다.

기존 연구에서도 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화를 다룬 연구들을 찾아볼 수는 있지만, 대부분 해당 변인과 유사 개념들의 관계를 개별적으로 확인하는데 머물고 있다는 한계가 있다. 이에 변인들의 관계를 하나의 모델로 통합하여 종합적으로 검증하는 실증적인 연구가 필요하고, 특히 심리 변인들이 어떻게 작용하는지를 파악하고자 한다.

즉, 본 연구의 핵심은 '성공적 노화는 어떻게 이루어지는가?'를 파악하는 것이다. 성공적 노화에 신체상이 영향을 미친다는 단순 인과관계가 아닌, 노인의 신체상이 성공적 노화로 이어지는 구체적인 과정, 즉 신체상과 성공적 노화 간의 프로세스를 규명하고자 한다.

따라서 이 연구는 노인의 신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과를 검증하여, 노인의 신체상과 심리 변인을 활용한 성공적 노화 증진 모델을 제공하는 데에 목적이 있다.

연구의 목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간의 상관관계는 어떠한가?

둘째, 성장 마인드셋과 그릿은 신체상과 성공적 노화의 관계에서 이중 매개하는가?

2. 이론적 배경

2.1 신체상과 성공적 노화의 관계

인간 삶의 궁극적 목표는 '잘 살아가는 것'이다. 그러나 인간 수명 연장으로 노년기가 길어지면서 '잘 살아가는 것' 이상으로 '잘 늙어가는 것'에 관심이 높아지고 있다. 성공적 노화는 '잘 늙어가는 것'을 의미하는 구성적 개념으로, 질병이 낮은 상태, 인지적, 신체적 기능이 높은 상태, 삶에 대한 활동적 참여 등을 뜻한다[6]. 학자들은 성공적 노화와 관련된 변인들을 탐색하는 데 노력을 아끼지 않았고, 신체상이 성공적 노화의 원인이 된다는 보고가 등장하기에 이르렀다.

신체상은 바디이미지, 신체이미지, 외적이미지 등의 용어와 혼용되고, 자신의 신체에 대한 주관적 평가와 관련된 느낌 및 태도를 의미하며, 여기에는 정서적, 평가적, 행위적 측면이 모두 포함된다[7]. 특히 노인의 부정적인 신체상은 자아존중감과 내적 성장을 저해하고[8], 성공적 노화에 부정적으로 작용하기 때문에 매우 중요하다 하겠다.

신체상과 성공적 노화를 다룬 선행연구를 살펴보면, 신체상이 성공적 노화에 직·간접적으로 영향을 주었다는 연구 결과들이 있으나[9][10] 그 수가 매우 부족하다. 다만, 신체상의 유사 개념에 관한 연구들은 일부 찾아볼 수 있다. 외적이미지는 심리적, 사회적 건강을 결정하는 주요 수단으로, 부정적 외적이미지는 정서적 건강에도 영향을 미치고[11], 외모관리행동이나 외모만족 수준이 높은 사람의 생활만족도, 자아존중감, 행복감이 그렇지 않은 사람에 비해 높았다는 보고가 있어[12], 노인의 신체상이 성공적 노화의 요인이 될 것으로 예측된다.

2.2 성장 마인드셋과 그릿의 매개효과

그릿(grit)은 성공을 예측하는 변인이자 장기적인 목표를 향한 열정과 끈기[4]로 알려져 있다. 그릿의 수준이 높은 사람은 성공할 때까지 자신의 궤도를 변경하지 않고 추구하는 반면, 그릿이 낮은 사람은 실망과 지루함을 느껴 궤도를 변경하거나 중도에 포기하는 경향이 있다[4]. 특히 노인의 그릿은 성공적 노화에도 기여를 한다[13].

성장 마인드셋(growth mindset)은 인간의 지능(IQ)과 성격은 노력하고 학습을 하면 얼마든지 변화될 수 있다는 믿음[3]이며, 성공과 매우 긴밀하다. 성장 마인드셋을 가진 사람들은 도전해야 하는 상황에 직면했을 때 배움의 기회로 여기고, 장애물에 부딪히면 높은 탄력성을 나타내며 장애물 또한 배움의 일부로 반응한다[14]. 이미 많은 연구에서 성장 마인드셋은 학업성취, 정서적 건강 및 육체적 건강 측면에서 성공을 예측하는 것으로 보고되었다[3][14].

최근에는 신체상과 성공적 노화의 관계에서 그릿과 성장 마인드셋을 매개변인으로

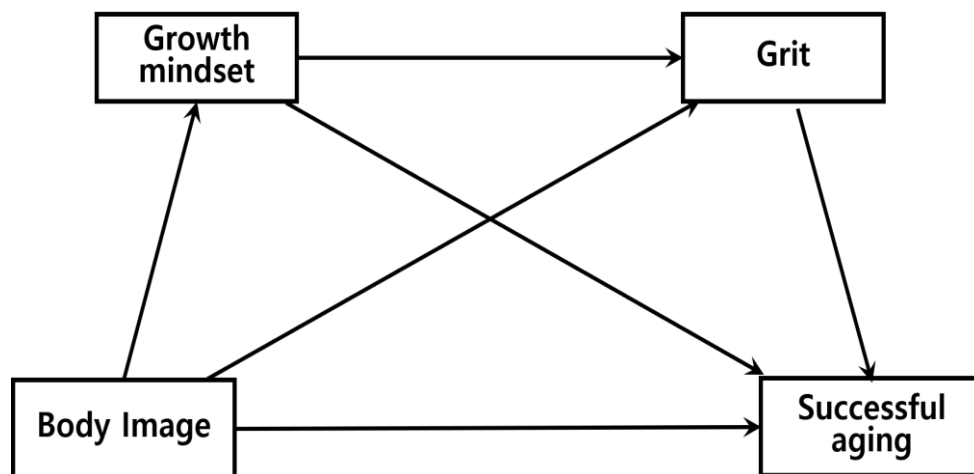
활용하여 그 역할을 규명하려는 학계의 노력이 이어지고 있다. 관련 연구로 바디이미지와 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 매개효과[15], 신체 이미지가 성공적 노화에 미치는 영향에서 성장 마인드셋과 긍정심리의 대표 변인인 희망의 이중 매개효과[9]를 다룬 연구가 있다.

성장 마인드셋과 그릿의 수준이 높은 노인은 삶이 목표이겠지만, 그러지 않은 노인들은 살아갈 날이 얼마 남지 않았다는 점에 무게를 두어 자신의 삶이 얼마 남지 않았으므로 도전을 하려 하지 않고, 배움에 대한 의미 부여도 하지 않아 더 이상 배우려 하지 않으며, 이는 부정적 사고나 행동으로 연결될 수 있으리라 사료된다. 이러한 맥락에서 나이가 들에 따라 인지적, 신체적 기능이 저하되지만, 이는 자신의 심리적 상태에 따라 성공적 노화가 달라질 것으로 예측된다.

3. 연구 방법

3.1 연구 모형

이 연구는 신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS macro의 6번 모형을 활용하였고, 연구 모형은 [그림 1]에 제시하였다.



[그림 1] 연구 모형

[Fig. 1] Research Model

3.2 조사 대상 및 데이터 수집 방법

이 연구는 인간대상 연구로 보건복지부 지정 공공기관생명윤리위원회의 승인(P01-202005-22-002)을 받은 후 진행하였다. 조사대상은 65세 이상 노인으로 유의표집하였으며, 조사대상 지역은 충남의 D시로 하였고, 연구자와 조사원이 경로당을 방문하여 설문 및 면담 조사를 통해 자료를 수집하였다. 최종 분석에 활용한 설문지는 총 422부를 분석에 활용하였다.

조사대상자는 여성이 61.2%였고, 남성은 38.8%의 분포를 보였다. 연령은 70세가

조사대상자의 10.7%로 가장 많았고, 유배우자가 76.9%로 무배우자 22.1%보다 많았다. 또한 경제적 생활 수준은 중간이 66.3%로 절반을 웃돌았다.

3.3 조사 도구

조사 도구는 신체상, 성장 마인드셋, 그릿, 성공적 노화 및 일반적 사항들이다.

3.3.1 신체상

신체상은 Cash[16]가 개발하고 조선명과 고애란[17]이 사용한 척도를 대상자인 노인에게 맞게 수정 보완한 19문항, 5점 리커트 방식으로 측정하였다. 이 연구에서 신체상의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .832이었다.

3.3.2 성장 마인드셋

성장 마인드셋은 Dweck[3]이 개발하고 Lee, Park & Hwang[18]이 번안한 10문항, 5점 리커트 척도로 측정하였다. 이 도구는 지능 변화에 대한 신념과 성격 변화에 대한 신념으로 구성되어 있고, 이 연구에서 성장 마인드셋의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .613이었다.

3.3.3 그릿

그릿은 Duckworth와 Quinn[19]이 개발한 그릿(Grit-S) 척도로 측정하였고, 총 8개 문항, 5점 리커트 방식으로 되어 있다. 그릿은 열정적 관심과 끈기의 두 하위요인으로 구성되고, 이 연구에서 그릿의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .699이었다.

3.3.4 성공적 노화

성공적 노화는 이창식[20]이 사용한 17문항을 활용하였고, 5점 리커트 척도로 측정하였다. 하위영역은 건강하고 원만한 가족관계, 안정적인 주거, 잔존 능력 활용, 목적이 있는 삶으로 구성되어 있다. 이 연구에서 성공적 노화의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .957로 높은 편이었다.

3.4 자료 분석

본 연구는 SPSS Window. 25와 Hayes[21]가 제안한 The PROCESS macro 3.5.3을 활용하여 신뢰도 분석, 빈도분석, 상관분석 및 이중매개효과 분석을 하였다. 매개효과 분석 시, 부트스트랩을 활용하였고, 95%의 신뢰구간, 5,000회의 샘플 수를 설정하였다.

4. 연구 결과

4.1 상관관계 및 기술통계 분석

신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간의 상관관계를 파악하기 위하여 Pearson 이변량 상관관계 분석을 하였고, 결과는 [표 1]과 같다. 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간에는 정적으로 유의미한 상관관계가 있었다. 특히 성장 마인드셋과 그릿

간에는 상관계수 .455($p<.01$)로 가장 높은 상관관계가 있었다.

기술통계 결과 모든 변인들의 평균은 중간값인 3점을 넘었고, 그중 성공적 노화의 평균값이 4.204점으로 가장 높았다.

[표 1] 상관관계 및 기술통계

[Table 1] Correlation and Descriptive Statistics

	Body image	Growth mindset	Grit	Successful aging
Body image	1			
Growth mindset	.207**	1		
Grit	.205**	.455**	1	
Successful aging	.189**	.247**	.235**	1
M	3.272	3.343	3.537	4.204
SD	.450	.494	.487	.634

** $p<.01$

4.2 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과

신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과를 파악하기 위하여 Hayes[21]의 PROCESS macro 모델 6번 절차에 따라 분석하였다. 분석 시 부트스트랩을 활용하였고, 신뢰 구간은 95%, 그리고 샘플은 5,000개로 지정하였으며, 분석 결과는 [표 1], [그림 2]에 제시하였다.

독립변인인 신체상은 성장 마인드셋(.2269, $p<.001$), 그릿(.1250, $p<.01$), 성공적 노화(.1806, $p<.01$)에 각각 정적으로 유의미한 영향을 미쳤다. 성장 마인드셋은 그릿(.4250, $p<.001$)과 성공적 노화(.2030, $p<.01$)에 정적으로 유의미한 영향을 미쳤으며, 그릿도 성공적 노화(.1778, $p<.01$)에 유의미한 정적 영향을 주는 것으로 나타났다.

성공적 노화에 대한 신체상의 총 효과는 .2661($p<.001$)이었다가 매개변인인 성장 마인드셋과 그릿이 투입된 후 성공적 노화에 대한 신체상의 직접효과가 .1806($p<.01$)으로 감소하였다.

또한 신체상→성장 마인드셋→그릿→성공적 노화에 이르는 경로에서 간접효과는 .0171(.0039~.0344)이었고, 부트스트랩 하한값과 상한값 사이에는 “0”이 포함되어 있지 않아 유의미하였다.

직렬 이중 매개효과가 성립되기 위해서는 독립변인은 첫 번째 매개변인(M^1)에 유의미한 영향을 주어야 하고, 첫 번째 매개변인(M^1)은 두 번째 매개변인(M^2)에 유의미한 영향을 미쳐야 하며, 두 번째 매개변인(M^2)은 종속 변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 또한 독립변인과 종속변인간 총효과는 2개의 매개변인이 투입된 후의 직접효과보다 커야 한다.

본 연구에서 신체상→성장 마인드셋, 성장 마인드셋→그릿, 그릿→성공적 노화는 각각 유의미한 인과관계가 있었다는 점, 신체상과 성공적 노화간 직접효과가 매개변수 투입 전 총효과보다 작아진 점은 매개효과가 있다는 것을 의미한다.

즉, 성장 마인드셋과 그릿은 신체상과 성공적 노화의 관계에서 직렬 이중 매개하였다.

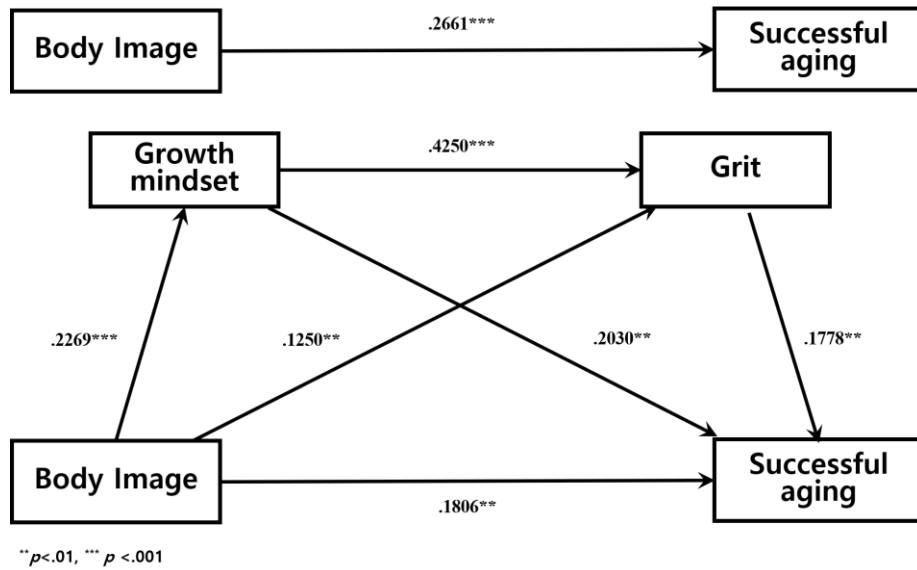
[표 2] 이중 매개효과 분석

[Table 2] Analysis of Double Mediating Effects

variables		coeffect	Standardized coefficients	se	t value	p	LLCI*	ULCI**	
Mediating variable model 1 (DV : Growth mindset)	Constant	2.6010	-	.1732	15.0132	.0000	2.2605	2.9415	
	Body image	.2269	.2065	.0525	4.3253	.0000	.1238	.3300	
Mediating variable model 2 (DV : Grit)	Constant	1.7065	-	.1911	8.9292	.0000	1.3308	2.0821	
	Body image	.1250	.1155	.0477	2.6206	.0091	.0313	.2188	
	Growth mindset	.4250	.4316	.0434	9.7887	.0000	.3397	.5104	
Dependent variable model (DV : Successful Aging)	Constant	2.3057	-	.2929	7.8715	.0000	1.7299	2.8814	
	Body image	.1806	.1281	.0676	2.6731	.0078	.0478	.3135	
	Growth mindset	.2030	.1582	.0676	3.0026	.0028	.0701	.3359	
	Grit	.1778	.1365	.0686	2.5903	.0099	.0429	.3127	
Total, Direct, and Indirect Effects									
Division	Effect	se	t value	p	LLCI*	ULCI**			
Total effect	.2661	.0676	3.9389	.0001	.1333	.3989			
Direct effect	.1806	.0676	2.6731	.0078	.0478	.3135			
Indirect effects	Division			Effect	BootSE	BootLLCI*	BootULCI**		
	Total			.0854	.0280	.0398	.1501		
	Indirect 1 : Body image → Growth mindset → Successful Aging			.0461	.0250	.0126	.1098		
	Indirect 2 : Body image → Grit → Successful Aging			.0222	.0137	.0004	.0540		
	Indirect 3 : Body image → Growth mindset → Grit → Successful Aging			.0171	.0079	.0039	.0344		

*LLCI = Lower bootstrap value at 95% confidence interval

**ULCI=Upper bootstrap value at 95% confidence interval



[그림 2] 경로 별 효과

[Fig. 2] Effects of Path

5. 논의 및 결론

본 연구는 노인의 신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿의 이중 매개효과를 파악하기 위해 수행되었으며, 연구의 결론 및 논의는 다음과 같다.

첫째, Pearson 상관분석 결과 신체상, 성장 마인드셋, 그릿 및 성공적 노화 간에는 상호 통계적으로 유의미한 상관관계가 있었다. 이러한 결과는 인구사회학적 변인이나 신체 건강 및 인지기능 변인들도 성공적 노화와 관련성이 있으나, 심리적 변인은 성공적 노화와 관련성이 더 높았다는 연구결과[2]에 의하여 지지가 된다.

둘째, 성장 마인드셋과 그릿은 신체상과 성공적 노화의 관계에서 이중 매개하는 것으로 나타났다. 즉, 신체상이 좋으면 성공적 노화 수준도 높아지는데, 긍정적인 신체상이 성장 마인드셋과 그릿을 향상시켜 성공적 노화에 이르게 한다는 것이다. 이러한 결과는 신체상과 성공적 노화의 관계에서 성장 마인드셋과 그릿이 매개하였다는 연구 결과[9]와 일치한다. 또한, 신체상이 성공적 노화에 직·간접적으로 영향을 주었다는 연구[9][10], 노인의 그릿은 성공적 노화에도 기여한다는 연구[13]와도 흐름을 같이 한다.

그러나 이 프로세스는 긍정적인 신체상을 형성하고 있는 노인들이 성공적 노화에 더 쉽게 다가갈 수 있겠지만, 부정적인 신체상을 형성하고 있는 노인들은 성공적 노화 수준이 낮을 수밖에 없음을 반증한다. 문제는 시간이 흐름에 따라 신체적 노화는 멈추지 않고 진행될 것이고, 노인들의 신체상도 급격히 좋아지는 것을 기대하기는 어렵다는 점이다. 그 대안이 바로 성장 마인드셋과 그릿이다. 즉, 신체상을 좋게 하여 성장 마인드셋과 그릿을 높여서 성공적인 노화를 이루게 할 수도 있지만, 부정적인 신체상을 지닌 경우 긍정적인 신체상 형성을 위한 노력과 성장 마인드셋 및 그릿을 증진시킬 수 있는 프로그램 적용이 동시에 이루어진다면 성공적 노화로 접근이 가능할 것이다. 따라서 노인들의 성공적 노화를 촉진시키기 위해서는 신체상과 성장 마인드셋 및 그릿 증진을 위한 실천적인 프로그램 개발과 보급이 필요하다.

본 연구는 실천적인 노력으로 노인의 성공적 노화를 증진할 수 있는 프로그램 개발에 접근하지 못한 점과 아울러 신체상과 성공적 노화 간의 관계에서 다양한 매개변인이 심리적 변인 이외로 존재할 수 있을 것이지만 성장 마인드셋과 그릿만을 매개변수로 검증한 한계를 지닌다. 그럼에도 본 연구는 노인의 성공적 노화와 관련 변인들의 관계와 역할을 분석함으로써 각각 이루어졌던 선행 연구들을 통합하여 이론적 타당성을 검증하였다. 신체상이 어떤 과정을 통해 성공적 노화 수준을 높이는가에 대한 구체적인 프로세스를 검증하였고, 최근 주목받는 심리 변인인 성장 마인드셋과 그릿의 새로운 역할을 규명하여 성공적 노화를 위한 새로운 모델을 검증하고, 논의를 확장하였다는 점에서 이 연구에 의의가 있다.

6. 감사의 글

이 논문은 2019년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-과제번호)(NRF-2019S1A5B5A02045616)

References

- [1] S. H. Lee, Elderly Women's Lives represented in TV Drama- From the Perspective of Successful Aging and Subjectivity -, *Feminism and Korean Literature*, (2014), No.31, pp.213-248, UCI: G704-001380.2014..31.007
- [2] Y. J. Jeong, Y. N. Yung, B. A. Kim, H. J. Shin, Y. S. Chong, A Meta-Analysis on Variables Related with Successful Aging, *Journal of the Korea Gerontological Society*, (2014), Vol.34, No.4 pp.781-797, UCI: G704-000573.2014.34.4.001
- [3] C. S. Dweck, Mindsets and human nature: Promoting change in the Middle East, the schoolyard, the racial divide, and willpower, *American Psychologist*, (2012), Vol.67, No.8, pp.614-622. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0029783>.
- [4] A. L. Duckworth, C. Peterson, M. D. Matthews, D. R. Kelly, Grit: perseverance and passion for longterm goals, *Journal of Psychology and Social Psychology*, (2007), Vol.92, No.6, pp.1087-1101, DOI: [10.1037/0022-3514.92.6.1087](https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087)
- [5] Y. K. Lee, Establishment of Leadership Direction for the Old Therapeutic Recreation, *Journal of Sport and Leisure Studies*, (2000), Vol.13, pp.363-375.
- [6] J. W. Rowe, R. L. Kahn, Successful aging 2.0: Conceptual expansions for the 21st century, *The Journals of Gerontology: Series B*, (2015), Vol.70, No.4, pp.593-596, DOI: <https://doi.org/10.1093/geronb/gbv025>
- [7] T. F. Cash, T. Pruzinsky, *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, New York: The Guilford Press, (2004), DOI: <https://doi.org/10.1080/10640260390218738>
- [8] C. Seefeldt, R. K. Jantz, A. Galper, K. Serock, Healthy, happy, and old: Children learn about the elderly, *Educational Gerontology: An International Quarterly*, (1981), Vol.7, No.1, pp.79-87, DOI: <https://doi.org/10.1080/0360127810070109>
- [9] Y. K. Hwang, C. S. Lee, The dual mediating effects of growth mindset and hope in the relationship between body image and successful aging of the elderly, *Journal of Industrial Convergence Research*, (2020), Vol.18, No.1, pp.87-96, DOI: <https://doi.org/10.22678/JIC.2020.18.1.087>
- [10] Y. K. Hwang, C. S. Lee, The relationships between body image, hope, and successful aging of elders: a moderated mediation model of appearance management behavior, *Journal of Public Health and Development*, (2021), Vol.19, No.2, pp.102-119. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/AIHD-MU/article/view/249681>
- [11] M. S. Lee, The relationship among body image, social self-concept and clothing behaviors of adolescents, *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, (2009), Vol.33, No.3, pp.433-433, DOI: <https://doi.org/10.5850/JKST.2009.33.3.433>.

- [12] J. H. Kim, J. Y. Lee, The Effects of Childrens' Appearance Satisfaction upon their Subjective Well-being with Rejection Sensitivity as a Mediating Factor, *Journal of the Korea Institute of Youth Facility and Environment*, (2010), Vol.8, No.3, pp.3-14, Available from: <https://www.earticle.net/Article/A127718>
- [13] Y. J. Kim, C. S. Lee, Effects of grit on the successful aging of the elderly in Korea, *Indian Journal of Science and Technology*, (2015), Vol.8, No.S7, pp.373-378, DOI: <https://doi.org/10.17485/ijst/2015/v8iS7/70421>
- [14] L. S. Blackwell, K. H. Trzesniewski, C. S. Dweck, Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention, *Child development*, (2007), Vol.78, No.1, pp.246-263, DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- [15] Y. K. Hwang, C. S. Lee, Relationship between Body Image, Growth Mindset, Grit, and Successful Aging in Korean Elderly: Moderated Mediation Effect of Hope, *Medico Legal Update*, (2020), Vol.20, No.1, pp.2196-2202, DOI: <https://doi.org/10.37506/mlu.v20i1.707>
- [16] T. F. Cash, *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire*, (1990), DOI: <https://doi.org/10.1037/t08755-000>
- [17] S. M. Cho, A. R. Koh, The effects of sociocultural attitude toward appearance and body images on clothing benefits sought: the comparison of age difference in female adolescents, *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, (2001), Vol.25 No.7 pp.1227-1238, Available from: <http://www.ndsl.kr/ndsl/search/detail/article/article/SearchResultDetail.do?cn=JAKO200111920933702&SITE=CLICK>
- [18] C. S. Lee, S. U. Park, Y. K. Hwang, The structural relationship between mother's parenting stress and child's well-being: The mediating effects of mother's growth mindset and hope, *Indian Journal of Science and Technology*, (2016), Vol.9, No.36 pp.1-6, DOI: <https://doi.org/10.17485/ijst/2016/v9i36/102702>.
- [19] A. L. Duckworth, P. D. Quinn, Development and validation of the short grit scale (GRIT-S), *Journal of Personality Assessment*, (2007), Vol.91, No.2, pp.166-174, DOI: <https://doi.org/10.1080/00223890802634290>.
- [20] C. S. Lee, Differences in the awareness of successful ageing between adolescents and old adults, *Journal of Family Relations*, (2007), Vol.12, No.3, pp.85-107, Available from: <http://kiss.kstudy.com/thesis/thesisview.asp?key=2672040>
- [21] A. F. Hayes, *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*, Guilford publications, (2017)