



신중년여성의 트로트 팬덤활동과 기본심리욕구가 활력에 미치는 영향

채영란¹⁾ · 이선희²⁾ · 최정주³⁾

¹⁾강원대학교 간호대학 간호학과 교수, ²⁾두원공과대학교 간호학과 조교수,
³⁾서울시 통합건강증진사업지원단 선임연구원(건국대학교 글로벌산학협력단)

Influence of Trot Fandom Activities, and Basic Psychological Needs on Vitality in New Middle-Aged Women

Chae, Young Ran¹⁾ · Lee, Sun Hee²⁾ · Choi, Jeong Joo³⁾

¹⁾Professor, College of Nursing, Kangwon National University, Chuncheon, Korea

²⁾Assistant Professor, Department of Nursing, Doowon Technical University, Anseong, Korea

³⁾Senior Researcher, Expert Group on Health Promotion for Seoul Metropolitan Government, Konkuk University, Seoul, Korea

Purpose: This study aimed to identify the levels of fandom activities centered on trot music, basic psychological needs, and vitality among new middle-aged women and examine the relationships among these variables. **Methods:** This cross-sectional descriptive study included 171 women aged 50-69 years. The instruments measured vitality, fandom activities, basic psychological needs, and general characteristics. Data were collected through a self-reported online survey and analyzed using descriptive statistics, independent t-tests, one-way ANOVA, Pearson's correlation, and multiple regression analysis. **Results:** Vitality differed significantly according to spousal relationship, economic satisfaction, health status, and family support for fandom activities. Vitality was positively correlated with fandom activities and basic psychological needs. Fandom activities were also positively correlated with basic psychological needs. A moderate level of spousal relationship satisfaction (vs. dissatisfaction) and higher levels of basic psychological needs were significant positive predictors of vitality. The model explained 42.0% of the variance in vitality, with basic psychological needs being the strongest predictor. **Conclusion:** Interventions to enhance vitality among new middle-aged women should include the fulfillment of basic psychological needs.

Key Words: Middle aged; Women; Leisure activities; Personal satisfaction; Mental health

서 론

1. 연구의 필요성

중년은 성장과 쇠퇴가 공존하는 시기이자, 생애의 이전 단계와 이후 단계를 연결하며 젊은 세대와 노년 세대를 매개하는 중

요한 생애 전환기이다. 또한 중년기의 개인은 가정과 직장, 나아가 사회 전반에서 자신보다 젊은 세대와 노년 세대를 연결하는 중심적인 역할을 수행한다(Lachman, Teshale, & Agrigoroaei, 2015). 특히 신중년은 주된 일자리에서 퇴직, 자녀의 독립, 사회적 역할 변화 등 복합적인 생애 전환을 경험하는 세대로, 중년기와 노년기의 경계에서 심리적·정서적 적응이 요구되는 집단

주요어: 중년, 여성, 여가활동, 개인적 만족, 정신건강

Corresponding author: Lee, Sun Hee <https://orcid.org/0000-0002-6384-7386>

Department of Nursing, Doowon Technical University, 51 Gwaneumdang-gil, Juksan-myeon, Anseong 17520, Korea.

Tel: +82-31-8056-7101, Fax: +82-31-8056-7269, E-mail: baezzang1224@hanmail.net

- 이 논문은 2024년도 강원대학교 대학회계의 지원을 받아 수행한 연구임.

- This study was supported by the research grant of Kangwon National University in 2024.

Received: Mar 11, 2026 | Revised: Apr 25, 2026 | Accepted: Apr 27, 2026

으로 보고되고 있다(Sung, 2023). 우리나라 Ministry of employment and labor data (2017)는 신중년을 50~69세로 정의하고 있다.

이 시기에는 신체기능 약화와 만성질환의 이환을 비롯해 사회활동의 감소, 가족관계의 변화, 경제적 부담 등 다양한 생활 사건과 스트레스 요인이 중첩되면서 우울 위험이 증가한다(Jeong & Lee, 2017). 이러한 심리·사회적 요인들은 개인의 정서적 안정과 삶의 만족도를 감소시켜 정신건강에 부정적인 영향을 초래한다(Jeong & Lee, 2017; Ryu & Shin, 2024). 반면, 활력은 충분한 신체적·심리적 에너지를 제공하는 개념으로, 우울과 피로의 반대 개념이라 할 수 있다(Yoon, Park, Chung, & Kim, 2024). 활력은 개인이 지각하는 신체적·정신적 에너지 수준으로서, 피로감이 적고 생기 있는 상태를 의미하며 일상생활의 수행과 활동 참여를 가능하게 하는 내적 힘이다(Ryan & Frederick, 1997). 이러한 맥락에서 높은 활력은 일상생활 수행능력을 향상시키고 허약(frailty)을 감소시키는 데 이바지한다(Giudici, Barreto, de Soriano Barreto, Rolland, & Vellas, 2019). 따라서 신중년의 활력 수준을 증진하는 요인을 규명하는 것은 정신건강과 우울 예방을 위한 중요한 과제라 할 수 있다.

활력은 개인이 일상에서 경험하는 사회적·심리적 환경과의 상호작용 속에서 강화되거나 약화할 수 있으며, 특히 자발적이고 의미 있는 활동 참여를 통해 증진될 가능성이 크다(Lavrusheva, 2020). 최근 트로트 팬덤활동은 신중년에게 단순한 여가를 넘어 자발적 참여를 기반으로 한 사회적 연결과 자아표현의 새로운 문화적 실천으로 주목받고 있다(Yun, 2023). 팬덤활동은 특정 대상을 중심으로 지속적인 참여와 상호작용을 가능하게 하여, 은퇴 이후 약화되기 쉬운 사회적 관계망을 보완하고 삶의 활력을 유지하는 데 기여한다(Kim, 2023; Yun, 2023). 그러나 기존의 팬덤 연구는 주로 청소년을 대상(Chung, 2017; Zhao, Quan, & Choi, 2023)으로 이루어져 왔으며, 신중년을 대상으로 팬덤활동의 심리적·정서적 의미를 실증적으로 검증한 연구는 제한적인 실정이다.

팬덤활동의 긍정적인 측면은 인간의 근본적인 심리적 욕구와도 연결된다. 자율성(autonomy), 유능성(competence), 관계성(relatedness)과 같은 기본심리욕구의 충족은 개인의 내적 동기과 심리적 안녕을 증진하는 핵심 요인이다(Ryan & Deci, 2000). 팬덤활동은 자발적 선택과 참여를 통해 자율성 욕구를 충족시키고, 응원 활동이나 역할 수행 경험을 통해 유능성을 강화하며, 팬덤 커뮤니티 내 상호작용을 통해 관계성 욕구를 충족시킬 수 있는 활동으로 볼 수 있다(Qian, Wang, Zhang, &

Hulland, 2022). 즉, 팬덤활동은 기본심리욕구를 충족시키며 이는 신체적 및 정신적 에너지 수준인 활력을 증진시킬 수 있을 것이다. 그러나 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 충족이 활력과 어떠한 관련성을 갖는지에 대한 경험적 연구는 충분히 축적되지 않았다.

이에 본 연구는 팬덤활동과 기본심리욕구 및 활력의 관계를 탐색함으로써 신중년의 문화적 참여가 정신적 건강증진에 미치는 긍정적 효과를 규명하고자 한다. 본 연구의 결과는 신중년의 사회참여와 여가활동을 단순한 취미나 소비가 아닌, 건강한 노화를 지원하는 심리·사회적 자원으로 재조명하는 데 기여할 것이다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 관계를 규명하는 것이다. 구체적 목적은 다음과 같다.

- 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 정도를 확인한다.
- 신중년의 일반적 및 팬덤활동 특성에 따른 활력의 차이를 확인한다.
- 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 관계를 확인한다.
- 신중년의 일반적 및 팬덤활동 특성, 팬덤활동 및 기본심리욕구가 활력에 미치는 영향을 확인한다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 정도를 파악하고 활력에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 50~69세 사이의 여성이며 본 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구참여에 동의한 자이다. 구체적인 선정기준은 국내 트로트 가수의 팬덤활동을 자발적으로 3개월 이상 지속하고, Social Networking Service (SNS), 유튜브 등 온라인 플랫폼을 활용하여 하루 1회 이상 팬덤활동에 참여하고 있다고 인식하는 집단으로 온라인 설문지 작성에 무

리가 없는 자이다. 제외기준은 연예계나 팬덤활동과 관련된 직종에서 근무하거나 트로트 가수 이외 다른 유명인의 팬덤활동을 하는 경우이다.

표본수 산정은 G*Power 3.1.9.7을 이용하여 다중회귀분석 기준, 유의수준 .05, 검정력 .90, 중간 효과크기 $f^2=.15$, 예측변수 11개를 적용하여 산출하였을 때 152명이었으며, 탈락을 10%를 고려하여 최종 168명을 목표 표본으로 설정하였다. 실제 연구에 참여한 대상자는 171명이었다.

3. 연구도구

1) 활력

활력은 Yoon 등(2024)이 개발한 통합적 활력 측정도구(Integrative Vitality Scale, IVS)로 측정하였다. IVS는 0~4점의 5단계 척도로 구성된 총 22문항의 자기보고식 도구로, 신체적 활력 11문항과 심리적 활력 11문항으로 구성되어 있다. 점수 범위는 신체적 활력과 심리적 활력이 각각 0~44점, 총점은 0~88점이며, 점수가 높을수록 활력 수준이 높은 것을 의미한다. 도구 개발 당시 신뢰도는 신체적 활력 Cronbach's α 는 .89, 심리적 활력 .94, 전체 신뢰도는 .94였고, 본 연구에서는 신체적 활력 .88, 심리적 활력 .94, 전체 신뢰도는 .92였다.

2) 팬덤활동

팬덤활동은 Sung, Lee와 Bae (2021)가 신중년을 대상으로 개발한 팬덤활동 도구로 측정하였다. 본 도구는 개인이 독립적으로 참여하는 개인적 팬덤활동 4문항과 다른 팬들과 함께하거나 스타와 소통하는 사회적 팬덤활동 4문항을 포함하여 총 8문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 평가되며, 점수 범위는 하위요인별로 4~20점, 총점은 8~40점으로, 점수가 높을수록 팬덤활동 수준이 높은 것을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 는 개인적 팬덤활동은 .76, 사회적 팬덤활동 .89였으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 개인적 팬덤활동 .81, 사회적 팬덤활동 .73, 전체 신뢰도는 .85였다.

3) 기본심리욕구

기본심리욕구는 Ryan과 Deci (2000)가 개발하고 Lee와 Kim (2008)이 변안한 도구로 측정하였다. 본 도구는 총 18문항으로 구성되어 있으며, 하위요인은 자율성 6문항, 유능성 6문항, 관계성 6문항이다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 평가되며, 하위요인별 점수 범위는 6~30점, 총점은 18~90점으로 점수가 높을수록 기본심리욕구 충족 수준이 높은 것을 의미한다. Lee

와 Kim의 연구(2008)에서 Cronbach's α 는 자율성 .70, 유능성 .75, 관계성 .79였으며, 전체 Cronbach's α 는 .87이었다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 자율성 .75, 유능성 .83, 관계성 .89였고, 전체 신뢰도는 .87이었다.

4) 일반적 특성과 팬덤활동 특성

신중년의 일반적 특성으로 연령, 거주 지역, 동거인 여부, 배우자 관계 만족도, 경제활동 여부, 경제상태 만족도, 주관적 건강상태, 정기적인 여가활동이 포함된 8문항과 팬덤활동 관련 특성으로 스타를 좋아한 기간, 팬덤활동 동반자, 가족의지지 정도의 3문항으로 구성하였다.

4. 자료수집

자료수집은 2026년 1월 10일부터 1월 25일까지 수행되었다. 자료수집 전 팬덤활동이 활발한 국내 트로트 가수의 공식 팬커뮤니티 및 유튜브 내 트로트 가수 팬 유튜브 채널 운영자에게 연구목적을 설명한 후, 모집공고 게시에 대한 허가와 동의서를 얻어 진행하였다. 이후 연구목적, 참여 대상, 설문 참여 방법, 예상 소요시간, 답례품 제공 여부, 연구자 연락처 등을 포함한 모집공고문을 게재하고, 온라인 설문 링크를 게시하는 방식을 활용하였다. 자료수집은 암호화된 서버를 통해 데이터의 수집 및 보관을 할 수 있는 온라인 플랫폼인 구글폼(Google Forms, Google LLC, Mountain View (CA), USA)을 활용하였으며, 설문 작성에 필요한 소요시간은 20분 이내였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 29.0.2.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 신중년여성의 일반적 특성 및 팬덤활동 특성, 기본심리욕구, 활력은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다.
- 각 연구도구의 신뢰도는 내적일관성 계수인 Cronbach's α 계수를 산출하였다.
- 신중년여성의 일반적 특성과 팬덤활동 특성에 따른 활력의 차이는 독립표본 t 검정과 일원분산분석으로 검정하였으며, 유의한 차이가 있는 경우 Scheffé 검정을 통해 사후 분석을 실시하였다.
- 신중년여성의 팬덤활동, 기본심리욕구, 활력 사이의 상관관계는 Pearson 상관계수로 분석하였다.
- 활력에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다중회귀분

석을 실시하였다. 회귀모형의 적합성을 검증하기 위해 독립변수 간 다중공선성은 공차한계(tolerance)와 분산팽창요인(Variance Inflation Factor, VIF)을 통해 검토하였고, 잔차의 독립성은 Durbin-Watson 검정을 이용하여 검토하였다.

6. 윤리적 고려

본 연구는 자료수집 전 연구자가 소속된 K대학교 기관연구윤리심의위원회(IRB)로부터 승인(KWNU-IRB-2025-12-005)을 받은 후 시행하였다. 설문 시작 전 연구안내서와 참여동의서를 받아 연구참여의 자율성을 존중하였다. 연구안내서와 참여동의서에는 연구목적, 연구 절차, 익명성과 비밀보장의 원칙, 연구참여 철회에 따른 불이익이 없음, 답례품 지급 목적의 전화번호 수집 및 활용에 대한 동의를 명시하여 연구참여자의 권리를 보호하였다. 또한 답례품 지급 목적으로 수집된 전화번호는 답례품 지급이 완료된 즉시 완전하게 폐기하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성과 팬덤활동 특성

본 연구의 대상자는 신중년으로 정의되는 50~69세였으며, 연령대별로 살펴보면 50~54세 29명(17.0%), 55~59세가 47명(27.5%), 60~64세가 50명(29.2%), 65~69세가 45명(26.3%)이었다. 거주 지역은 수도권이 95명(55.6%), 비수도권이 76명(44.4%)이었다. 함께 동거하는 사람은 1~2명이 117명(68.5%)으로 가장 많았고, 없음이 19명(11.0%)으로 가장 적었다. 배우자와의 관계에 대해서는 '만족'이 72명(42.1%)으로 가장 많고, '불만족'이 25명(14.6%)으로 가장 적었다. 경제활동 유무에 대해서는 '하고 있지 않다'가 123명(71.9%)으로 많았다. 자신의 경제 상태 만족도는 '보통'이 76명(44.4%)으로 가장 많았고, '만족'이 62명(36.3%), '불만족'이 33명(19.3%)이었다. 자신의 건강 상태에 대해서는 '건강함'이 89명(52.0%)으로 가장 많았고, '건강하지 않음'이 13명(7.6%)으로 가장 적었다. 주기적으로 참여하는 여가 활동에 대해서 12명(7.0%)이 여가 활동을 하지 않고 있었고, 대부분이 주기적인 여가 활동을 하고 있다고 응답했다. 여가 활동을 살펴보면 '휴식 활동(산책, 사우나, 텔레비전 시청, 음악감상 등)'이 59명(34.5%), '사회 및 기타 활동(친구·동호회 모임, 종교활동, 사회봉사 등)'이 35명(20.5%), '스포츠 참여 활동(농구, 배구, 수영, 골프, 요가, 헬스 등)'이 33

명(19.3%), '취미오락 활동(요리, 등산, 낚시, 휴대폰 검색, 음주 등)'이 32명(18.7%) 순으로 나타났다. 팬덤활동과 관련된 특성 중에 스타를 좋아하는 기간은 '5년 이상'이 129명(75.4%), '5년 미만'이 42명(24.6%)이었다. 팬덤활동을 누구와 함께하는지에 대한 문항에는 '내가 좋아하는 연예인의 팬' 응답자가 78명(45.6%)으로 가장 많았고, '혼자'가 40명(23.4%), '가족'이 26명(15.2%), '친구'가 21명(12.3%), '기타'가 6명(3.5%)이었다. 팬덤활동에 대한 가족의 지지에 대해서는 '지지함'이 96명(56.1%), '보통'이 63명(36.9%), '지지하지 않음'이 12명(7.0%)이었다(Table 1).

2. 대상자의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력

대상자의 팬덤활동, 기본심리욕구, 활력의 정도는 Table 2와 같다. 팬덤활동 점수는 27.51 ± 5.01 점이었고, 하부요인별로 살펴보면 '개인적 팬덤활동'은 14.89 ± 2.52 점, '사회적 팬덤활동'은 12.62 ± 2.97 점이었다. 기본심리욕구 점수는 69.25 ± 7.54 점이었고, 하부요인별로는 '자율성'이 24.58 ± 3.35 점, '유능성'이 21.49 ± 3.38 점, '관계성'이 23.18 ± 3.09 점이었다. 활력은 57.84 ± 11.14 점이었고, 하부요인별 '신체적 활력'은 28.82 ± 5.87 점, '심리적 활력'은 29.02 ± 6.38 점이었다.

3. 일반적 특성과 팬덤활동 특성에 따른 활력의 차이

대상자의 일반적 특성 중 배우자와의 관계($F=3.24, p=.023$), 경제상태 만족도($F=10.41, p<.001$), 자신의 건강상태($F=6.63, p=.002$), 팬덤활동에 대한 가족의 지지($F=7.10, p=.001$) 정도에 따라 활력에 유의한 차이를 보였다. 사후 검정 결과, 배우자와의 관계는 불만족보다 보통이거나 만족의 경우, 경제상태 만족도는 불만족과 보통보다 만족의 경우, 자신의 건강상태는 건강하지 않음보다 건강한 경우, 가족의 지지는 지지하지 않음보다 보통과 지지하는 경우 활력 점수가 유의하게 높았다(Table 1).

4. 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 상관관계

팬덤활동, 기본심리욕구, 활력의 상관관계는 Table 3와 같다. 활력과 팬덤활동($r=.35, p<.001$), 활력과 기본심리욕구($r=.64, p<.001$), 팬덤활동과 기본심리욕구($r=.52, p<.001$)는 모두 정적 상관관계가 있었다.

Table 1. Differences in Vitality according to General Characteristics and Fandom Activity Characteristics (N=171)

Variables	Categories	n (%)	Vitality		
			M±SD	t or F (p)	Scheffé
Age (year)	50~54	29 (17.0)	59.17±1.57	0.32 (.810)	
	55~59	47 (27.5)	58.38±1.85		
	60~64	50 (29.2)	56.82±1.82		
	65~69	45 (26.3)	57.56±1.32		
Region	Capital region	95 (55.6)	58.46±10.46	0.76 (.451)	
	Non-capital region	76 (44.4)	57.16±12.01		
Household type	None	19 (11.0)	56.42±8.22	0.24 (.790)	
	1~2 persons	117 (68.5)	58.20±11.19		
	3 or more persons	35 (20.5)	57.43±12.48		
Relationship with spouse	Dissatisfied ^a	25 (14.6)	51.64±11.75	3.24 (.023)	a < b, c
	Moderate ^b	42 (24.6)	59.02±11.19		
	Satisfied ^c	72 (42.1)	59.24±11.12		
	No spouse ^d	32 (18.7)	58.00±9.38		
Employment status	No	123 (71.9)	58.11±10.57	0.49 (.622)	
	Yes	48 (28.1)	57.17±12.56		
Satisfaction with economic status	Dissatisfied ^a	33 (19.3)	52.36±13.40	10.41 ($< .001$)	a, b < c
	Moderate ^b	76 (44.4)	56.61±9.54		
	Satisfied ^c	62 (36.3)	62.27±10.07		
Perceived health status	Poor ^a	13 (7.6)	49.77±11.09	6.63 (.002)	a < c
	Moderate ^b	69 (40.4)	56.25±11.51		
	Good ^c	89 (52.0)	60.26±10.14		
Leisure activities	Sports participation	33 (19.3)	60.13±12.50	0.86 (.491)	
	Hobbies & entertainment	32 (18.7)	58.84±13.55		
	Resting activities	59 (34.5)	56.02±10.87		
	Social & other	35 (20.5)	58.17±8.87		
	No participation	12 (7.0)	55.83±9.33		
Duration of liking a celebrity	Less than 5 years	42 (24.6)	57.43±11.07	0.28 (.783)	
	5 years or more	129 (75.4)	57.98±11.20		
Fandom companions	Alone	40 (23.4)	53.93±13.12	2.13 (.079)	
	Friends	21 (12.3)	60.14±7.46		
	Family	26 (15.2)	58.19±11.97		
	Fellow fans of the celebrity	78 (45.6)	59.44±10.41		
	Other	6 (3.5)	53.67±7.66		
Family support for fandom activities	Dis-supportive ^a	12 (7.0)	48.08±7.94	7.10 (.001)	a < b, c
	Moderate ^b	63 (36.9)	56.59±11.76		
	Supportive ^c	96 (56.1)	59.89±10.35		

M=Mean; SD=Standard deviation.

5. 활력에 영향을 미치는 요인

활력에 미치는 영향 요인을 확인하기 위해 활력과 유의한 차이가 있었던 일반적 특성 중 배우자와의 관계, 경제상태 만족도, 자신의 건강상태, 팬덤활동에 대한 가족의 지지와 팬덤활동과 기본심리욕구를 독립변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시하였다. 분산팽창지수(Variance Inflation Factor, VIF)는

1.45~4.53으로 10을 초과하지 않았고, 공차한계가 .22~.85로 모두 .10 이상으로 다중공선성의 심각한 문제가 없는 것으로 확인되었다. 잔차의 독립성 분석결과에서 Durbin-Watson 값이 2.13으로 나타나 자기상관이 없이 독립적인 것으로 파악되었다. 활력에 미치는 영향 요인은 배우자와의 관계가 불만족보다 보통인 경우와 기본심리욕구가 높을수록 활력이 높아지는 경향이 나타났으며, 전체 설명력은 42.0%였다(Table 4).

Table 2. Descriptive Statistics of Fandom Activities, Basic Psychological Needs, and Vitality (N=171)

Variables	Items (n)	M±SD	Min	Max	Range
Fandom activities					
IFA	4	14.89±2.52	8	20	4~20
SFA	4	12.62±2.97	4	20	4~20
Total	8	27.51±5.01	14	40	8~40
Basic psychological needs					
Autonomy	6	24.58±3.35	12	30	6~30
Competence	6	21.49±3.38	12	30	6~30
Relatedness	6	23.18±3.09	9	30	6~30
Total	18	69.25±7.54	47	88	18~90
Vitality					
Physical vitality	11	28.82±5.87	11	44	0~44
Psychological vitality	11	29.02±6.38	4	44	0~44
Total	22	57.84±11.14	24	87	0~88

IFA=Individual fandom activities; M=Mean; Min=Minimum; Max=Maximum; SD=Standard deviation; SFA=Social fandom activities.

Table 3. Correlations among Fandom Activities, Basic Psychological Needs, and Vitality (N=171)

Variables	Fandom activities	Basic psychological needs	Vitality
	r (p)	r (p)	r (p)
Fandom activities	1		
Basic psychological needs	.52 (< .001)	1	
Vitality	.35 (< .001)	.64 (< .001)	1

Table 4. Influence of General Characteristics, Fandom Activities, and Basic Psychological Needs on Vitality (N=171)

Variables	Categories	B	SE	β	t	p
(Constant)		-4.23	6.61		-0.64	.523
Relationship with spouse	Dissatisfied (ref.)	4.74	2.18	.18	2.17	.031
	Moderate	2.82	2.07	.13	1.37	.174
	Satisfied	2.37	2.33	.08	1.02	.311
	No spouse					
Satisfaction with economic status	Dissatisfied (ref.)	1.60	1.83	.07	0.87	.384
	Moderate	2.56	2.12	.11	1.20	.229
	Satisfied					
Perceived health status	Poor (ref.)	2.52	2.68	.11	0.94	.349
	Moderate	4.91	2.69	.22	1.82	.070
	Good					
Family support for fandom activities	Dis-supportive (ref.)	3.82	2.78	.17	1.37	.172
	Moderate	4.72	2.78	.21	1.70	.091
	Supportive					
Fandom activities		0.04	0.16	.02	0.24	.812
Basic psychological needs		0.78	0.11	.53	6.95	< .001
R ² =.46, Adjusted R ² =.42, F=12.31, p < .001						

ref=Reference; SE=Standard error of the mean.

논 의

본 연구의 목적은 신중년의 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력의 정도를 파악하고, 이들 변수 간의 관계를 규명하는 것이었다. 팬덤활동 점수는 27.51점으로 신중년여성을 대상으로 한 Choi (2026)의 연구(26.64점)보다 다소 높은 수준으로 본 연구 대상자의 팬덤활동이 비교적 활발함을 시사한다. 본 연구에서 나타난 신중년여성의 팬덤활동은 사회적 여가활동의 한 형태로 해석될 수 있는데, Sung 등(2021)은 신중년여성의 팬덤활동이 사회적 여가활동으로서 삶에 긍정적인 영향을 줄 수 있다고 하였다. K-pop 팬덤을 대상으로 한 연구(Arizabal & Yabut, 2025)에서도 팬덤 정체성이 주관적 안녕감을 높여주고, 우울 수준을 낮춘다고 하였다. 기본심리욕구는 평균 69.25점이었으며, 5점 척도 환산시 3.85점으로 도구 개발 당시(Lee & Kim, 2008) 척도의 중간점이 3.50점임을 고려할 때 본 연구에 참여한 신중년의 기본심리욕구가 어느 정도 충족되고 있음을 알 수 있다. 일상활동에서 자율성, 유능성, 관계성의 세 가지 기본심리욕구는 개인의 안녕감(well-being)과도 관련되며(Reis, Sheldon, Gable, Roscoe, & Ryan, 2000), 신중년여성의 우울에도 영향을 주고(Choi, 2026), 주관적 활력을 증가시킨다(Frederick & Ryan, 2023). 본 연구에서 신중년의 평균 활력 점수는 57.84점이었다. 같은 도구로 측정한 Yoon 등(2024)의 연구에서 50대의 활력 점수는 47.60점, 60세 이상의 경우 50.60점이었으며, 남녀로 구분한 활력 점수에서 여성의 활력 점수는 46.10점, 남성의 활력 점수는 48.30점으로 본 연구대상의 활력 점수는 비교적 높은 편이었다. 이는 신중년여성이 팬덤활동을 통해 일정 수준 이상의 심리적 욕구 충족과 활력을 경험하고 있음을 시사한다.

본 연구에서는 팬덤활동, 기본심리욕구 및 활력 간에 모두 유의한 정적 상관관계가 나타났으며, 특히 팬덤활동과 기본심리욕구 간의 유의한 상관관계는 팬덤활동이 개인의 심리적 욕구 충족과 밀접하게 연관되어 있음을 보여준다. Ray, Plante, Reysen, Roberts와 Gerbasi의 연구(2017)에서 애니메이션 팬덤활동이 심리욕구 충족과 관련이 있다고 하였고, 자기결정성 이론에 따르면 개인이 어떤 영역에서든, 그리고 다양한 문화적 맥락 전반에서 최적의 심리적 발달, 수행, 및 안녕을 경험하기 위해서는 기본심리욕구가 충족되어야 한다고 설명하고 있어(Ryan & Deci, 2008) 본 연구의 결과와 유사한 맥락이었다.

신중년은 퇴직과 사회적 역할 변화로 인해 이러한 욕구 충족이 감소하기 쉬운 시기에 놓여 있는데, 본 연구결과는 팬덤활동이 이러한 욕구를 보완하는 역할을 했을 가능성을 시사한다.

팬덤활동은 개인이 자발적으로 선택한 진지한 여가 활동(Lee, Sung, & Bae, 2022)이라는 점에서 자율성을 충족시키고, 팬덤활동을 통하여 스마트폰을 자유롭게 사용하게 되고 디지털 기기에 익숙해지는 유능성을 경험하며(Jeon, Lee, & Lee, 2024), 팬 커뮤니티 및 공동 응원 경험을 통해 관계성을 강화하는 기능을 수행하기(Ray et al., 2017) 때문이다. 또한 팬덤활동과 기본심리욕구 및 활력 간의 정적 상관관계는 팬덤활동이 신중년의 신체적·심리적 에너지를 증진하는 데 기여했을 가능성을 보여주는데, 활력은 단순한 신체 기능이 아니라 삶에 대한 생동감과 심리적 에너지를 반영하는 개념이기 때문이다(Frederick & Ryan, 2023).

활력에 미치는 영향 요인의 전체 설명력은 42.0%였으며, 기본심리욕구와 배우자와의 관계가 유의한 영향 요인이었다. 이중 기본심리욕구는 신중년 활력의 가장 핵심적인 요인이었고, 이러한 결과는 자율성·유능성·관계성의 욕구가 충족될 때 개인의 에너지와 생동감이 증가하고 안녕감이 증진된다는 자기결정성이론(Ryan & Deci, 2008)의 관점과 같은 맥락이다. 또한 배우자와의 관계가 불만족보다 보통일 때 활력이 유의하게 높게 나타난 결과는 신중년의 활력이 가장 밀접한 사람과의 관계에 의해 영향을 받는다는 점을 시사한다.

반면, 본 연구에서 팬덤활동은 활력에 대한 직접적인 영향 요인은 아니었다. 그러나 상관관계 분석에서는 두 변수 간 유의한 관련성이 확인되어, 팬덤활동이 기본심리욕구를 매개로 활력에 간접적인 영향을 미칠 가능성을 시사하였다. 이는 Choi (2026)의 연구에서 팬덤활동이 우울에 직접적인 영향을 미치지 않았으나, 기본심리욕구를 매개로 영향을 미친 결과와 맥을 같이한다. 팬덤활동은 아니지만 학생 레크리에이션 센터 이용과 기본심리욕구, 주관적 활력의 구조적 관계를 규명한 연구에서도 스포츠 시설 이용이 활력과 정적 상관관계가 있으며 이는 기본심리욕구에 의해 매개된다고 하였다(Xie, Guan, & Boyns, 2018). 그러므로 추후 팬덤활동과 기본심리욕구 및 활력의 구조적 관계를 좀 더 연구해 볼 필요가 있겠다.

활력은 자기 삶에 대한 내적 연결성(internal connectedness) 뿐만 아니라 사회적 관계나 환경 같은 외부 세계와의 상호작용(external connectedness)을 통해 증진되며, 이러한 내·외적 연결성은 신체적 제약으로부터의 자유, 경제적 자유 같은 촉진 요인들과 상호작용한다(Julien et al., 2024). 본 연구에서 배우자와의 관계가 좋을수록, 경제 상태에 만족할수록, 지각된 건강 상태가 양호할수록, 그리고 팬덤활동에 대한 가족의 지지가 높을수록 활력 수준이 높게 나타난 것은 이러한 맥락에서 이해할 수 있다. 기본심리욕구 중 관계성 욕구 충족에 기여하는 가장

강력한 예측 요인은 상호작용하는 상대에게 이해받고 인정받
는다고 느끼는 것이므로(Reis et al., 2000), 배우자와의 긍정적
관계 및 팬덤활동에 대한 가족의 지지는 외적 연결성을 촉진하
는 요인이 된다. 또한 경제 상태 만족도와 지각된 건강 상태 역시
외적 연결성을 강화하여 활력을 증진할 것이다(Julien et al.,
2024).

그러나 본 연구에서 경제 상태 만족도, 지각된 건강 상태, 그리
고 팬덤활동에 대한 가족 지지는 회귀분석에서는 유의한 영향 요
인이 아니었다. Bradshaw, DeHaan, Neufeld, Diaz-Castillo와
Ryan (2026)은 경제상태나 교육 같은 사회경제적 상태가 기본
심리욕구를 매개로 안녕에 영향을 주고, Frederick과 Ryan
(2023)은 활력은 신체적 상태 뿐 아니라 동기의 유형과 조건, 그
리고 기본심리욕구 충족과 함께 설명되는 에너지 경험이라 하였
으며. van Tuyll van Serooskerken, Willemen, de la Croix,
Embregts과 Schuenge (2022)은 가족은 기본심리욕구 충족에 중
요한 의미를 부여한다고 하였다. 이러한 연구들(Bradshaw et al.,
2026; Frederick & Ryan, 2023; van Tuyll van Serooskerken
et al., 2022)은 경제상태나 지각된 건강상태가 활력에 독립적
으로 직접 영향을 미치기보다는 기본심리욕구와의 관계 속에
서 그 영향력이 설명될 수 있음을 시사한다. 본 연구에서 기본
심리욕구가 활력의 강력한 영향 요인으로 나타난 점도 이를 뒷
받침한다. 따라서 신중년여성의 활력을 이해하기 위해서는 사
회경제적 및 건강 상태가 기본심리욕구 충족을 매개로 활력에
어떠한 영향을 미치는지 함께 고려할 필요가 있다.

본 연구는 팬덤활동, 기본심리욕구, 활력 간의 관계를 규명
하였다는 점에서 의의가 있으나, 몇 가지 제한점이 있다. 첫째,
본 연구에서는 팬덤활동이 활력에 미치는 영향에서 기본심리
욕구의 매개효과를 통계적으로 검증하지 못했다는 점이다. 상
관관계 분석 결과 팬덤활동과 기본심리욕구, 활력 간에 모두 유
의한 정적 상관관계가 나타났고, 회귀분석에서 기본심리욕구
가 활력의 핵심 영향 요인으로 확인되었으므로 향후 연구에서
는 팬덤활동과 활력 간의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과
를 더욱 정교하게 검증할 필요가 있다. 이를 통해 팬덤활동이
신중년의 활력 증진에 기여하는지를 재규명하고, 중재 전략 개
발을 위한 실증적 근거를 강화할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구
의 대상은 모두 신중년여성으로 성별에 따른 차이를 검증하지
못하였다는 점이다. 추후 신중년남성의 팬덤활동에 관한 연구
가 진행되거나 성별에 따른 차이를 연구해 볼 필요가 있다. 셋
째, 본 연구의 다중회귀분석에서 건강 상태와 가족 지지 일부
더미변수의 VIF 값이 4를 초과하여 다중공선성 가능성이 관찰
되었다. 이는 범주형 변수를 더미변수로 변환할 때 같은 변수에

서 파생된 여러 변수들이 분석에 동시에 투입되므로, 이 변수
간에 구조적 종속관계가 발생하여 다중공선성이 높아진 것으
로 보인다(Hair, Black, Babin, & Anderson, 2019). 다만, VIF
값이 10 미만으로 나타나 일반적으로 제시되는 심각한 다중공
선성 기준에는 해당하지 않았으며, 공차 값 또한 허용 범위 내
에 있었다. 따라서 본 연구의 회귀분석 결과는 다중공선성으로
인해 본질적으로 왜곡되었을 가능성은 낮은 것으로 판단된다.

결론

본 연구결과에서 신중년여성의 활력은 개인의 기본심리욕
구 충족과 중간 정도의 배우자 지지에 의해 영향을 받으며, 팬
덤활동은 기본심리욕구 및 활력과 유의한 정적 상관관계가 있
음을 확인하였다. 특히 기본심리욕구는 활력에 영향을 미치는
강력한 요인이므로 신중년여성의 활력 증진을 위한 중재나 연
구에서 기본심리욕구를 핵심 요소로 포함할 필요가 있다.

향후 연구에서는 팬덤활동 및 사회적 요인과 활력 간 관계에
서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하고, 시간의 흐름에 따른
변화와 인과관계를 확인할 수 있는 종단적 연구설계를 적용할
것을 제안한다. 또한 수명연장에 따른 건강한 노년기의 활력을
더욱 포괄적으로 이해하기 위해 70세 이상 노인을 대상으로 한
연구와 남성을 포함한 연구를 수행함으로써 결과의 일반화 가
능성을 높일 필요가 있다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflicts of interest.

ORCID

Chae, Young Ran <https://orcid.org/0000-0002-8523-0395>
Lee, Sun Hee <https://orcid.org/0000-0002-6384-7386>
Choi, Jeong Joo <https://orcid.org/0000-0003-4173-2913>

REFERENCES

- Arizabal, J. J. R., & Yabut, H. J. (2025). The mediating effect of so-
cial connectedness in the relationship between K-Pop fan-
dom identity and mental health. *SAGE Open*, 15(3), 1-15.
<https://doi.org/10.1177/21582440251369989>
- Bradshaw, E. L., DeHaan, C. R., Neufeld, A., Diaz-Castillo, S., &
Ryan, R. M. (2026). A self-determination theory approach to
the social determinants of health and psychological well-
being. *Psychology, Health & Medicine*, 1-17.
<https://doi.org/10.1080/13548506.2026.2636307>

- Choi, J. J. (2026). *Structural relationships between trot singer fandom activities and depression among new middle-aged women: A serial mediation model of basic psychological needs and sense of community*. Unpublished doctoral dissertation, Kangwon National University, Chuncheon.
- Chung, H. J. (2017). Research on youth fandom activities: Focusing on fandom activities that are affecting youth's daily life. *Korean Journal of Social Welfare Education*, 40, 109-133.
- Frederick, C., & Ryan, R. M. (2023). The energy behind human flourishing: Theory and research on subjective vitality. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of self-determination theory* (pp. 215-235). Oxford: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197600047.013.11>
- Giudici, K. V., de Souto Barreto, P., Soriano, G., Rolland, Y., & Vellas, B. (2019). Defining vitality: Associations of three operational definitions of vitality with disability in instrumental activities of daily living and frailty among elderly over a 3-year follow-up (MAPT Study). *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 23(4), 386-392. <https://doi.org/10.1007/s12603-019-1175-0>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Andover: Cengage Learning.
- Jeon, S. H., Lee, M. S., & Lee, C. W. (2024). Exploring the meaning of fandom activities as leisure for middle-aged women. *Korean Journal of Leisure Science*, 15(4), 25-39. <https://doi.org/10.37408/kjls.2024.15.4.25>
- Jeong, J. S., & Lee, H. K. (2017). A study on the factors affecting the entry of depression by life cycle - Focusing on the comparison of the three generations of adulthood, middle age and old age -. *Korean Journal of Social Welfare*, 69(2), 117-141. <https://doi.org/10.20970/kasw.2017.69.2.004>
- Julien, A. G., den Elzen, W. P. J., Reis, R., Touwen, D. P., Gusekloo, J., & Drewes, Y. M. (2024). Vitality of older adults through internal and external connectedness. *Aging and Health Research*, 4(2), 100185. <https://doi.org/10.1016/j.ahr.2024.100185>
- Kim, J. H. (2023). *A phenomenological study on the experience of middle-aged women's acceptance and participation in fandom culture: Centered on Lim Youngwoong Fan Cafe Members*. Unpublished doctoral dissertation, Sunmoon University, Asan.
- Lachman, M. E., Teshale, S., & Agrigoroaei, S. (2015). Midlife as a pivotal period in the life course: Balancing growth and decline at the crossroads of youth and old age. *International Journal of Behavioral Development*, 39(1), 20-31. <https://doi.org/10.1177/0165025414533223>
- Lavrusheva, O. (2020). The concept of vitality. Review of vitality-related research domain. *New Ideas in Psychology*, 56, 100752. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.100752>
- Lee, H. A., Sung, E. H., & Bae, S. Y. (2022). The intrinsic meaning and role of fandom participation as serious leisure among middle-aged women: Focused on the Young-Woong Lim's fandom, 'Hero Generation'. *Journal of Tourism Studies*, 46(8), 105-129. <https://doi.org/10.17086/JTS.2022.46.8.105.129>
- Lee, M., & Kim, Y. (2008). Development and construct validation of the basic psychological needs scale for Korean adolescents: Based on the self-determination theory. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 22(4), 157-174. <https://doi.org/10.21193/kjspp.2008.22.4.010>
- Ministry of employment and labor data. (2017, August 8). *Establishing the first governmental foundation plan for the "Third Life" of the new middle-aged generation*. Retrieved January 20, 2026, from https://www.moel.go.kr/news/enews/report/enewsView.do?news_seq=7918
- Qian, T. Y., Wang, J. J., Zhang, J. J., & Hulland, J. (2022). Fulfilling the basic psychological needs of esports fans: A self-determination theory approach. *Communication & Sport*, 10(2), 216-240. <https://doi.org/10.1177/2167479520943875>
- Ray, A., Plante, C. N., Reysen, S., Roberts, S. E., & Gerbasi, K. C. (2017). Psychological needs predict fanship and fandom in anime fans. *The Phoenix Papers*, 3(1), 56-68.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435. <https://doi.org/10.1177/0146167200266002>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *The American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy Available to the self. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(2), 702-717. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00098.x>
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65(3), 529-565. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>
- Ryu, S. J., & Shin, H. Y. (2024). A case study on the motivations of re-employment for new middle-aged women with career discontinuity. *Journal of Humanities and Social Sciences Research*, 32(1), 97-119. <https://doi.org/10.22924/jhss.32.1.202402.005>
- Sung, B. S. (2023). *Overcoming the information gap of new middle age through digital literacy education: - Focusing on the application of the national competency standards (NCS) -*. Unpublished doctoral dissertation. Yeungnam University, Daegu.
- Sung, E. H., Lee, H. A., & Bae, S. Y. (2021). The structural relationships between fandom activities, social support and meaning in life: The case of 'Tomorrow is Mr. Trot' fandom among

- Korean new middle-aged women. *Journal of Tourism Sciences*, 45(8), 81-104.
<https://doi.org/10.17086/JTS.2021.45.8.81.104>
- van Tuyll van Serooskerken, J. M., Willemen, A. M., de la Croix, A., Embregts, P. J. C. M., & Schuengel, C. (2022). Satisfying basic psychological needs among people with complex support needs: A self-determination theory-guided analysis of primary relatives' perspectives. *Disabilities*, 2(2), 330-347.
<https://doi.org/10.3390/disabilities2020024>
- Xie, H., Guan, S. -S. A., & Boyns, D. (2018). Use of a student recreation center, self-determination needs satisfaction, and subjective vitality: A structural model. *Recreational Sports Journal*, 42(2), 116-129. <https://doi.org/10.1123/rsj.2018-0016>
- Yoon, S. I., Park, H. Y., Chung, S. Y., & Kim, J. W. (2024). Development and validation of the integrative vitality scale. *Frontiers in Public Health*, 12, 1-16.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1452068>
- Yun, S. W. (2023). *Adult's fandom: The effect of para-social relationship based fan activity*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.
- Zhao, Y. C., Quan, H. Y., & Choi, I. S. (2023). The effects of Chinese adolescents' K-pop fandom activities and sense of community on psychological well-being. *Korean-Chinese Social Science Studies*, 21(2), 224-261.
<https://doi.org/10.36527/KCSSS.21.2.10>