

차례

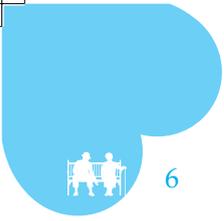
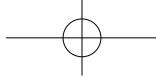
○ 머리말 _ 3

제1장 노화와 뇌 기능 변화 · 14

1. 뇌 영상 방법 _ 17
 - 1) 구조적 영상법 / 18
 - 2) 기능적 영상법 / 19
2. 노화에 대한 뇌 영상 근거: 구조 _ 22
 - 1) 뇌의 조직 / 22
 - 2) 뇌의 무게 및 뇌 위축 / 22
 - 3) 뇌의 모양 / 25
 - 생각상자** 보호요인 / 26
3. 노화에 대한 뇌 영상 근거: 기능 _ 27
 - 1) 휴지 기간 뇌 영상법 근거 / 27
 - 2) 과제 의존적 뇌 영상법 근거 / 28
4. 맺음말 _ 34

제2장 인지 고령화의 이해 · 36

1. 감각과 지각 및 반응 _ 40
2. 주의 _ 42
 - 1) 주의통제 / 43
3. 작업기억과 집행기능 _ 44
 - 1) 작업기억 / 45
 - 2) 집행기능 / 46



6 차례

4. 장기기억 _ 47

- 1) 장기기억의 쇠퇴 / 48

5. 언어 _ 50

6. 지능 _ 52

- 1) 인지 고령화의 요인 / 54

생각상자 고령화에 대한 부정적 태도가 인지 수행을 떨어뜨린다 / 55

7. 전반적 대응 _ 56

- 1) 뇌의 활동 패턴 / 56
- 2) 보상 전략 / 57
- 3) 맥락 활용 / 57
- 4) 정서조절 / 58

8. 맺음말 _ 59

제3장 고령자의 정서경험 · 62

1. 정서 _ 65

- 1) 정서 용어 / 66
- 2) 정서의 기능 / 67
- 3) 정서의 측정 / 70

2. 고령자의 정서경험 _ 74

- 1) 정서인식 / 75
- 2) 정서경험 / 79
- 3) 정서조절 / 81

생각상자 정서표현 / 78

3. 맺음말 _ 83

제4장 고령자의 발달적 특성 · 86

1. 고령자의 발달적 단계와 특성 _ 89

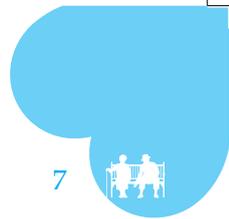
- 1) 전생애 발달심리학 접근 / 89
- 2) 고령자 발달 연구의 중요한 이슈 / 91

2. 성인진입기와 성인 초기 _ 96

- 1) 성인진입기 / 96
- 2) 성인 초기 / 98

3. 중년기 _ 99

- 1) 노화 / 99
- 2) 일과 가족 / 100
- 3) 중년기의 위기 / 101



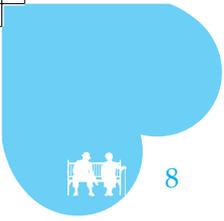
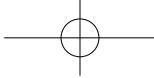
- 4. 노년기 _ 102
 - 1) 전기 노년기 / 102
 - 2) 후기 노년기 / 103
- 5. 연령의 의미와 영향 _ 104
 - 1) 연령에 대한 여러 개념 / 104
 - 2) 연령의 영향 / 106
- 6. 성공적 노화의 다양성 _ 108
 - 1) 삶의 질에서의 개인차 / 108
 - 2) 삶의 질에 영향을 미치는 요인 / 109
 - 3) 삶의 질을 측정하는 다양한 방법 / 111
- 7. 맺음말 _ 112

제5장 고령자의 사회적 맥락과 발달 · 114

- 1. 사회적 관계 발달에 대한 이론 _ 117
 - 1) 애착이론 / 117
 - 2) 호위대모델 / 118
 - 3) 사회 정서적 선택 이론 / 120
 - 4) 진화심리학 / 120
- 2. 다양한 유형의 사회적 관계 _ 121
 - 1) 연인과 배우자 / 121
 - 2) 부모와 자녀 / 125
 - 3) 조부모와 손자녀 / 126
 - 4) 형제자매 / 128
 - 5) 친구 / 128
- 3. 사회적 역할의 변화 _ 130
 - 1) 사회적 역할과 전환 / 130
 - 2) 성인 초기의 사회적 역할 / 130
 - 3) 중년기의 사회적 역할 / 133
 - 4) 노년기의 사회적 역할 / 134
- 4. 사회적 지지와 갈등 _ 135
 - 1) 사회적 지지와 발달 / 136
 - 2) 사회적 갈등과 발달 / 137
- 5. 맺음말 _ 138

제6장 성공적 고령화와 동기 · 140

- 1. 고령자의 욕구 _ 144
- 2. 심리적 동기의 기초 _ 145
 - 1) 내재적 동기와 외재적 동기 / 146
 - 2) 자기결정 / 147
 - 3) 목표 / 149



3. 고령자의 삶과 동기 _ 150

- 1) 스트레스와 긍정적 마음자세 / 151
- 2) 건강과 운동 / 152
- 3) 친교 활동 / 153
- 4) 일 / 153
- 5) 인지 및 학습 / 154

4. 고령자의 동기 증진 _ 155

- 1) 마음자세 / 155
- 2) 동기의 내면화와 통합 / 157
- 3) 목표 설정과 추구 / 159
- 4) 동기조절과 자기조절 / 160
- 5) 강화 원리 / 161
- 6) 사회적 영향 / 162

생각상자 지인의 동기를 높이거나 떨어뜨리기 / 163

5. 웰빙과 성공적인 고령화 _ 163

6. 맺음말 _ 165

제7장 노인 인지건강의 위험요인과 보호요인 · 168

1. 생물심리사회적 관점에서 본 위험요인과 보호요인 _ 172

- 1) 생물학적 요인 / 172
- 2) 심리사회적 요인 / 177

2. 맺음말 _ 184

제8장 고령자의 우울장애 · 186

1. 역학 _ 189

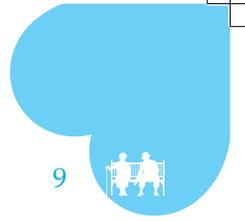
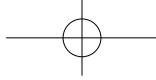
2. 임상적 특징 _ 190

- 1) 주요 증상 및 발병 / 190
- 2) 젊은 성인들과의 차이 / 191
- 3) 신체적 질병 및 신경학적 질병이 있는 경우 / 191

생각상자 고령자의 자살문제 / 193

3. 위험요인 및 보호요인 _ 194

- 1) 유전적 위험요인 / 194
- 2) 생물학적 위험요인 및 신체적 질병 / 195
- 3) 불안장애 / 197
- 4) 수면장애 / 197
- 5) 성격적 위험요인 / 197
- 6) 사회적 위험요인 / 198
- 7) 보호요인 / 199



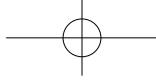
- 4. 원인 _ 201
- 5. 치료 _ 202
- 6. 예방 _ 204
- 7. 맺음말 _ 206

제9장 **고령자의 불안장애 · 208**

- 1. 역학 _ 212
 - 1) 진단 관련 문제 / 212
 - 2) 유병률 / 213
- 2. 임상적 특징 _ 214
 - 1) 주요 증상 / 214
 - 생각상자** 고령자의 죽음에 대한 두려움 / 216
 - 2) 다른 심리장애 및 심리적 문제와의 관계 / 217
 - 3) 치매와의 관계 / 218
 - 4) 기타 신체적 문제 및 질병과의 관계 / 219
- 3. 위험요인 및 보호요인 _ 220
 - 1) 생물학적/신체적 요인 / 220
 - 2) 성격적 요인 / 220
 - 3) 사회적 요인 / 222
- 4. 치료 _ 223
- 5. 맺음말 _ 225

제10장 **고령자의 신경인지장애 · 228**

- 1. 치매의 하위 유형별 특징 _ 233
 - 1) 알츠하이머성 치매 / 233
 - 2) 혈관성 치매 / 235
 - 3) 루이소체 치매 / 237
 - 4) 전측두엽 치매 / 239
 - 생각상자** 보호요인 / 241
- 2. 맺음말 _ 243

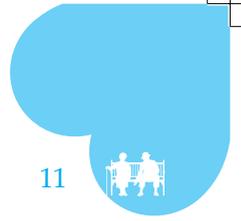
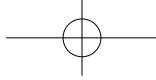


제11장 고령 소비자와 고령친화산업 이해 · 246

- 1. 고령 소비자의 정의와 고령 소비자 집단의 세분화 _ 249
 - 생각상자** 액티브 시니어는 누구인가? / 252
- 2. 고령 소비자의 주요 특징 _ 253
 - 1) 신체기능과 인지기능의 저하 / 253 2) 신기술 제품 수용의 어려움 / 254
 - 3) 소비 의사결정에서 긍정적 정서 체험 지향 / 255
 - 4) 여가의 필요성 증가 / 256 5) 의료와 복지 서비스 이용의 증가 / 257
 - 6) 경제적 수준 악화에 대한 걱정 / 258
- 3. 고령 소비자의 성공적 노화와 제품 소비 _ 259
- 4. 고령친화산업의 정의, 목적 및 현황 _ 261
 - 1) 고령친화산업의 지향점 / 262 2) 고령친화산업의 현황 / 265
- 5. 맺음말 _ 267

제12장 고령자 상담 · 270

- 1. 고령자 상담 _ 274
 - 1) 고령자 상담의 현황 / 274 2) 고령자 상담의 정의 / 275
 - 3) 고령자 상담의 필요성 / 276 4) 고령자 상담의 특징 / 277
 - 5) 고령자 상담에 대한 사회적 인식 / 279
- 2. 고령자의 심리적 특성 _ 279
- 3. 고령자 상담의 접근방법 _ 281
- 4. 노년기의 상담 영역 _ 283
 - 1) 정서적 영역 / 283 2) 경제적 영역 / 284
 - 3) 신체적 영역 / 284 4) 사회/법률적 영역 / 285
 - 5) 고령자 부양자들의 상담 / 285
- 5. 노년기의 정신과적 장애 _ 285
 - 1) 기질성 뇌 증후군 / 286 2) 우울증 / 286
 - 3) 망상형 장애 / 286 4) 건강염려증 / 287
 - 5) 기타 / 287



6. 고령자 상담의 주제별 상담 _ 287

- 1) 성공적 노화와 상담 / 287
- 2) 고령자 학대와 상담 / 288
- 3) 고령자의 자살과 상담 / 289
- 4) 고령자의 성문제와 상담 / 289
- 5) 고령자의 진로상담 / 290

7. 고령자 상담의 과제 _ 291

제13장 고령자 대상 집단상담 프로그램의 실제 · 292

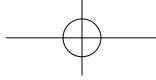
1. 고령자 집단상담 _ 295

- 1) 고령자 집단의 독특한 특성 / 296
- 2) 고령자 집단상담의 목표 / 297
- 3) 고령자 집단상담의 과정 / 298
- 4) 고령자 집단상담의 유형 / 299
- 5) 고령자 집단상담의 장점 / 300
- 6) 집단원 / 301
- 7) 고령자 집단상담의 지도자 / 301
- 8) 고령자 집단상담에서 고려할 사항 / 302

2. 고령자 대상 집단상담 프로그램 계획 _ 303

3. 고령자 대상 집단상담 프로그램의 예시 _ 306

- 1) 고령자 자아통합 집단상담 프로그램 / 306
- 2) 노년기의 부부관계 증진 집단상담 프로그램 / 309
- 3) 회상과 삶의 재음미 집단상담 프로그램 / 311
- 4) 성공적 노화를 위한 집단상담 프로그램 / 313
- 5) 고령자와 청소년이 결합된 집단상담 프로그램 / 315
- 6) 고령자 사별 집단상담 프로그램 / 316
- 7) 웰다잉 프로그램 / 317
- 8) 긍정심리치료 프로그램 / 319



제14장 고령자 소비자 마케팅 이해 · 322

1. 고령 소비자에 대한 오해: 연령 고정관념 _ 326
2. 고령 소비자의 고유 특징 _ 330
 - 1) 고령 소비자의 신체적 특징 / 330
 - 2) 고령 소비자의 인지적 특징 / 331
 - 3) 고령 소비자의 정서적 특징 / 333
3. 고령 소비자 마케팅의 기획과 실행 _ 334
 - 1) 고령 소비자 집단의 세분화 / 334
 - 2) 표적 고령 소비자 집단의 선택 / 339

생각상자 고령 소비자의 가족생애주기란 무엇인가? / 339

 - 3) 표적 고령 소비자 집단 대상 포지셔닝 / 342
4. 맺음말 _ 345

제15장 고령친화 디자인 접근 · 348

1. 디자인 접근 _ 352
2. 전반적 고려사항 _ 354
3. 주거 _ 356
4. 공공장소 _ 359
5. 보행과 운전 _ 361
6. 생활용품 _ 363
7. 스마트기기 _ 366
- 생각상자** 리빙랩 : 고령자의 삶을 실험하기 / 368
8. 맺음말 _ 369

- 참고문헌 _ 371
- 찾아보기 _ 409