

중년기 여성의 적응에 관한 연구

—폐경에 대한 태도와 성역할정체감 변화를 중심으로—

A Study on Adjustment of Mid-Life Women

—Focused on Women's Attitudes toward the Menopause and Transitions
of Sex Role Identity—

숙명여자대학교 대학원 가정관리학과
朴 敬 淑

Dept. of Home Management
The Graduate School of
Sookmyung Women's University
kyung Sook Park

숙명여자대학교 가정대학 가정관리학과
부교수: 金 明 子

Dept. of Home Management
College of Home Economics
Sookmyung Women's University
Associate Prof. : Myung Cha Kim

목

차

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| I. 서 론 | 3. 조사대상 및 분석방법 |
| II. 이론적 고찰 | IV. 결과 및 해석 |
| 1. 중년기 여성의 적응 | 1. 중년기 여성의 적응에 대한
일반적 경향 |
| 2. 중년기 여성의 적응과 관련된
변인들 | 2. 중년기 여성의 폐경에 대한
일반적 경향 |
| 3. 폐경에 대한 태도와 중년기
여성의 적응 | 3. 각 변인에 따른 중년기 여성
의 적응 |
| 4. 성역할정체감 변화와 중년기
여성의 적응 | 4. 관련변인들의 설명력 |
| III. 연구방법 및 절차 | V. 결론 및 제언 |
| 1. 연구문제 | 참고문헌 |
| 2. 척도의 구성 및 측정 | |

=ABSTRACT=

The purpose of this study is to search a tendency of adjustment of mid-life women and to identify the variables that influence the adjustment of mid-life women.

For this purpose, attitudes toward the menopause(ATM) scale, Korean Sex-Role Inventory

(KSRI) scale, General Well-Being(GWB) scale, and Center for Epidemiological Studies Depression(CESD) scale were developed.

The sample was selected from the 331 women living in Seoul, whose age was from 40-59, and whose last child was older than 13 years of age.

The main results were as follows :

1) The level of well-being that the mid-life women was average and the level of depression was above average.

2) The attitudes of the mid-life women about menopause were a little negative in both physical and psychological sides.

3) As for the related variables, frequency of leisure activities was significant to the well-being level of the mid-life women.

And age, Socio-Economic Status(SES), status of last child have a significant influence on the depression level of them.

4) The attitudes toward menopause had insignificant influence on their adjustment and menopause status was irrelevant to it.

5) In the case that the mid-life women have high sex-role identity, that they have androgyny or masculinity, they appeared well adjusted.

6) In the result of multiple regression analysis, the influence that the variables had on the mid-life women's well-being will be presented as follows in order of importance: Sex-role identity, frequency of leisure activities and age. Above 3 variables explain 24% of adjustment of mid-life.

I. 서 론

20세기 중엽까지 인생주기연구는 아동기에, 그리고 최근에 이르러는 노년기에 관심을 집중하고 있어, 이제까지 연구가 거의 인생주기의 양끝에 국한된 경향을 보여 왔다. 따라서 중년기에 대한 연구는 인생주기의 다른 연령단계에 대하여 비교적 적은 편이다. 그러나 인생주기에 있어서 중년기의 관심이 1950년 중반부터 서서히 이루어지면서 청년기와 노년기의 두 시기와는 분리된 인생단계로 대두되었다(Borland, 1978).

중년기에 대한 관심과 함께 Sheehy, Levinson, Gould 등을 선두로, 중년기 연구가 시작되었으며, 그 이후 가족학자, 발달심리학자, 사회학자, 사회심리학자들에 의하여 중년기 발달과 이에 따르는 문제, 중년기 변동 등에 관한 연구가 이루어져 이러한 연구들은 개인의 사회화가 전 인생주기를

통하여 지속되며, 성인기 사회화는 다른 단계와 상이한 특성을 지니고 있음을 밝히고 있다. 이러한 성인기 발달과정에 있어 중년기가 중요한 시기이며, 내적·외적 변화와 관련된 많은 당면 문제가 있음을 인식하게 되었다(김명자, 1988).

이와 같이 중년기는 생물학적, 사회적 변동과 밀접한 관련을 갖으며 나타나는데(Borland, 1978; Lennon, 1980), 즉 평균수명 연장, 가족계획으로 인한 빈둥지기간(empty-nest period)의 장기화, 가족 수입과 여가 증대, 여성 교육의 보편화, 취업률 증가, 중년인구의 증가추세 등의 요인으로 특히 오늘날 여성은 예전과는 상이한 중년기를 맞게 되었다(Lennon, 1980).

이렇게 볼 때, 현대 우리나라의 중년기 여성의 신체적, 사회적 변화에 대한 적응은 결코 쉽지 않으리라 가정할 수 있겠다. 따라서 여성에게 위기감을 느낄 수 있게 하는 요인이内外적으로 점점

급증하고 있는 이때, 중년기 여성의 적응에 대한 연구가 필요하리라고 본다.

그러나 이러한 연구를 시도함에 있어, 아직 우리나라 중년기를 대상으로 한 선행연구는 간호학 분야에서 중년기 신체변화를 중심으로 이루어진 연구가 대부분이며 가족학 분야에서는 한두편에 지나지 않은 실정이다. 따라서 본 연구에서는 중년기 여성의 이 시기에 생물학적, 심리적, 사회적 변화를 겪게 된다는 점에 근거를 두어 가정학 측면에서 한 가족내의 중년기 여성의 심리적 반응을 연구해 봄으로써 중년기 여성의 적응정도와 이에 영향을 미치는 변인과 그 관계를 밝혀 보고자 한다.

그리고 나아가 이러한 결과를 바탕으로 하여 중년기 여성에 대한 전반적인 이해 및 관련변인들의 종합적 고찰을 통해 적응에 부정적으로 영향을 끼칠 수 있는 점을 조기에 발견함으로써, 중년기 여성의 적응뿐만 아니라, 바람직한 가정생활에 도움이 될 수 있는 방향성을 제시하는데 그 목적을 둔다.

II. 이론적 배경

1. 중년기 여성의 적응

적응이란 상황이나 환경에 개인을 맞추기 위한 과정으로서(Kalsh, 1975) 상대방의 요구나 기대, 집단의 규범에 대하여 개인의 욕구해소 방법이나 발생조절 및 그에 대한 적절한 행동수행을 의미한다(서병숙, 1988). Havighurst는 중년기를 사회에 대한 영향력이 그 절정에 달하며, 동시에 노화에 따른 생물학적 변화도 느끼게 되는 시기로 보아, 개인적 요구나 필요성 뿐만 아니라, 유기체 내부의 변화나 환경적 압력에 의해 생겨난 사건이 유발되는 시기로 보았다(윤 진, 1985).

이러한 중년기 적응에 대하여 연구자들은 각기 상이한 견해를 지닌다.

먼저 중년기를 위기로 보는 견해는 정신분석학자, 심리치료자, 임상연구가 등을 중심으로 한 견해로, 발달과정에 있어 중년기 위기감은 불가피하며 이를 경험한 후에야 성장·발달이 가능하다

고 보는 입장으로 이 시기에 위기, 스트레스가 발생한다고 보았다(Livson, 1988).

Jung는 중년기 주된 변화에 관하여 가장 먼저 지적을 하면서, 이 시기에는 억압되었던 무의식 성향이 출현하면서, 혼돈감과 초조감을 유발한다고 보았고, Peplau는 중년기 위기감이 본질이라기보다는 젊은 시절에 설정하였던 목표가 결코 개인의 자아정체감에 적합한 목표가 아니었음을 인식하는 데서 기인하는 것으로 보았다.

또한 여러 학자들(Gutmann, 1976; Kimmel, 1980)이 중년기를 상실·소모란 단어로 표현하여, 신체적으로는 건강·활력의 상실, 사회적으로는 직업의 상실, 실존적으로는 죽음, 유한성, 종말을 인식하게 되는 동시에 이를 역행할 수 없다는 점을 깨닫게 되어 위기감을 느낀다고 주장했다.

위의 견해를 종합하여 보면, 중년기를 제2의 사춘기(the second middlecence), 양쪽에서 협공 받는 세대(sandwich generation, caught generation), 빈둥지시기(empty-nest period)등의 용어로 나타낼 수 있으며(김명자, 1988), 이를 볼 때 중년기를 긴장과 갈등, 상실감의 시기로 인식할 수 있겠다.

이와는 달리 중년기를 인생의 여러가지 측면에서 안정되고 성숙한 시기로 보는 견해가 사회과학자를 중심으로 대두되었다.

Levinson(1985)과 Gould(1978)는 중년기를 인생의 절정기로서, 스스로 지도자가 되어 지혜, 포용력 등이 절정에 달하게 되는 시기로서, 긍정적으로 수용하고 있다. 또한 Neugarten(1975)의 연구결과에서는 새로운 자신에 대한 이해방법을 터득하고 적응력이 증진되는 시기로 나타났고 이와 더불어 많은 학자들(Duval, et al., 1985; Livson, 1988)이 중년기를 개인적, 사회적 환경에 대한 최고도의 영향력이 증가하는 시기인 동시에 높은 수입등으로 40, 50대가 안정성이 가장 두드러진 시기로 보았다.

위와 같은 견해를 볼 때, 중년기를 새로운 자유감의 시기(euphoric stage), 선구적인 시기(pioneer generation), 지도적 세대(command generation)등으로 나타낼 수 있겠다(김명자, 1988).

이밖에도 Gutmann(1976)는 중년기 남녀의 심리변화가 각 문화권 안에서 자연스럽게 예측가능한 순서에 따라 발생·발달하며, Neugarten(1975)는 중년기 위기 원인이 예상치 않은 변화에서 기인된 점을 고려할 때, 사회적 표준 연령에 따라 적절한 시기의 변화는 정서적 혼란과는 거의 관련되지 않다는 점을 밝혔다.

위의 이론을 종합해 본 결과, 모든 개인은 중년기 변화에 처하여, 필연적으로 중년기 위기감을 경험한다는 견해와 개인의 특성, 사회심리적 환경에 따라 위기감을 경험할 수도 있고, 경험하지 않을 수도 있어, 중년기 위기가 불가피한 것이 아니며, 오히려 개인에게 안정과 성숙을 제공할 수도 있을 것이란 견해가 상반되고 있다.

따라서 중년기 여성의 적응은 생물학적, 사회적, 심리적인 변화에 의해 복합적인 영향을 받는다고 가정해 볼 수 있겠다.

2. 중년기 여성의 적응과 관련된 변인들

1) 연령 및 자각연령

중년기 위기를 주장하는 학자간에도 중년기의 어느 연령에서 특히 위기감이 높은가에 대한 견해는 일치하지 않는 실정이다. 즉 Sheehy, Gould, Jaque, Jung는 35~45세에, Levinson은 40~45세에 가장 높은 위기감을 경험한다고 하였으며, Uphold는 50~54세로, Vaillant는 30~50세로, Lifton, Calaruso & Nemiroff 등은 50~60세에 위기감을 느낀다고 하였다(Kimmel, 1980).

또한 박희주(1978)의 우울감 발생연령을 조사한 결과에서는 40~50대에 위기감을 느끼며, 남자에게서는 50대에 많고, 여자에게서는 40대 많이 발병한다고 나타나, 이점을 남녀간의 생리적 변화나 사회적인 차이에서 오는 것으로 추측하였다.

한편 김명자(1988)의 중년기 여성의 위기감 연구결과, 연령 자체보다는 자각연령에 따라 의미 있는 차이를 보이는 것으로 나타나 자기 자신이 젊다고 생각하는 여성일수록 중년기 위기감이 낮음을 보여 주었다.

2) 막내자녀 위치

막내자녀독립은 자녀양육이란 책임감에서의 해

방과 동시에 부부중심 가정으로의 복귀를 의미하는 매우 의의있는 사건이다(Rohr, 1984).

따라서 수많은 가족발달 이론가(Aldous, Duvall, Hill & Rodgers, Rodger)는 가족간에 주요 역할, 구조적 변화가 발생하는 점을 '빈동지시기의 변화'라고 보며 주목하기 시작하였고(Rohr, 1984 ; Livson, 1988), 이러한 촛점은 실제로 중년기 여성의 중년임을 자각하는 시점이 자녀들의 진수기로부터라고 보고, 이 시기의 여성은 자아에 대한 정의를 새로이 내리며, 나이에 대한 시간전망을 바꾸어 인생의 마지막 순간을 느끼게 된다는 점을 알았다(윤진, 1985 ; Neugarten, 1975)

여성의 경우, 자녀의 성장, 독립에 따른 유대감의 약화는 여성에게 상실감을 갖게 하며, 역할변화로 인해 위기를 경험하고, 이로 인하여 우울감에 빠지거나 스트레스를 경험하게 된다고 보았다(Norval, 1975 ; Lennon, 1980 ; Harkins, 1978 ; 석재호, 1986).

한편 중년기의 빈동지시기를 긍정적으로 보는 견해에서는 자녀독립이 전형적인 어머니의 심리적 행복도에 부정적인 결과를 미치지 않으며, 40~59세에 탈부모기를 맞는 여성의 그 전 단계 여성보다 더 행복하고 의미있는 증진이라고 보고 있다(Lynn, 1990 ; Norval, 1975).

3) 자녀수

출산횟수, 자녀수와 중년기 적응간의 관계를 연구한 결과에서는 대부분 의미있는 차이를 나타내, 출산횟수가 많은 여성은 적은 여성보다 위기를 심하게 겪는다고 나타났다(김태주, 1987 ; 박난준, 1988).

그러나 조옥순(1986), 지성애(1983)의 연구에서는 자녀수와 중년기 적응간에는 관련이 없는 것으로 나타나, 중년기 여성의 적응과 자녀수의 관계는 일관성이 없는 것으로 지적된다.

4) 사회경제적 지위 및 여성의 학력

국내외의 많은 연구결과, 사회경제적 지위가 낮을수록 중년기 적응에 부정적인 영향을 미친다고 나타났다(남정현, 1984 ; 김명자, 1988 ; 조옥순, 1986 ; 지성애, 1983).

이와 더불어 여성의 학력과 중년기 적응을 살펴보면, 많은 연구에서 교육수준과 관련이 있다고는 보지만, 그 결과 교육수준이 높을 수록 적응을 쉽게 한다(김태주, 1987; 남정현, 1984; 지성애, 1983)는 연구결과가 있는 반면 다른 한편에서는 오히려 반대의 결과를 제시하였다.

예를 들면 Cox는 학력이 높은 중년기 여성의 그들의 목표가 성취되지 않는 경우, 병리적 행동을 유발할 가능성이 크다고 보며, 또한 Thompson도 학력이 높은 중년기여성이 자녀에 대한 높은 기대수준으로 인하여, 학력이 낮은 부모보다 자녀 독립기에 더욱 어려움을 겪는 경향을 보이고 있다고 하였다(김명자, 1988).

5) 종교

종교는 인생의 유한성에 직면한 중년기 개인에 있어 실존의 위기를 극복하고 삶의 목표를 재정립하도록 하며, 나아가 자신의 잠재력을 개발, 활용할 수 있도록 돋는 기능을 수행하므로(김명자, 1988), 종교가 있다면 우울감이 감소한다고 보았다(Williams, 1985).

이때, 여성은 신앙생활의 실천정도에 따라 남성보다 더욱 건강과 행복을 지각하며, 삶의 의미와 목적을 올바로 인식하고 성숙하는데 도움을 받는 것으로 나타나(이옥무, 1989), 중년기여성의 적응과 종교유무의 관계는 삶의 의미를 부여하고, 긍정적인 태도를 갖도록 하여 불안, 우울, 스트레스 등의 감소에 도움이 된다고 볼수 있겠다(박정근, 1973; 송정명, 1975; 이옥무, 1989).

6) 여가 및 취업

중년기를 맞이한 대부분 주부의 여가시간은 근무시간, 가사작업시간, 배우자의 여가 시간, 막내 자녀의 연령에 따라 유의미적인 차이가 있는 것으로 나타났다.

이중 근무시간이나 가사작업시간과는 부적인 관계가 있고, 배우자의 여가시간과 막내자녀의 연령과는 정적인 상관관계가 있었다(민경애, 1984). 또한 가정생활 주기에 따른 주부의 여가시간 조사 결과, 형성기와 축소기에 비해 확대기 집단은 여가시간이 더 적은 것으로 나타나(민경애, 1984),

여가 및 취업기회로 확대된 중년기의 대인관계는 중년기 위기나 상실에 대한 완충제역할로 작용한다(김명자, 1988).

그 결과 대부분의 연구에서는 중년기 가정주부가 취업주부보다 자아확신감이 낮고, 감정적 고통인 심리적 증세를 느끼는 비율이 높아 중년기 적응에 어려움을 겪는다고 보고했다(Lennon, 1980).

우리나라도 여성의 취업과 직업유무가 중년기 적응에 의미있는 요인임을 밝힌 연구(김명자, 1988)가 나타나는 반면, 조옥순의 연구(1986)에서는 여가활동, 직업유무가 의미있는 변인이 아니라고 보았다.

3. 폐경에 대한 태도와 중년기 여성의 적응

1) 폐경의 심리적 영향

폐경에 대한 관점은 흔히 두가지 관점으로 구분하여 다루어지고 있다.

첫째 견해는 임상의학적인 면으로 여러 학자들은 폐경기에 발생하는 신체적·정신적 증세가 모두 호르몬의 변화에 기인하는 것으로 보아, 폐경기 여성은 부분적 사망(partial death)(김명자, 1988) 상태에 처해있으며, 폐경을 ‘난소로 인한 질병’으로 보고, ‘폐경기 부정주의(menopausal Negativism)’(Lennon, 1980)란 부정적 입장을 취한다.

둘째 사회문화적인 견해로 폐경기 여성의 어떠한 사회적 역할과 지위에 대한 태도를 지녔는가에 따라 폐경에 대한 반응이 상이하다고 보았다. 따라서 전통적 여성역할에 젖어있는 여성에게 있어 폐경연령에 도달하였을 때, 자아를 찾을 수 있는 기회를 부여받게 되지만, 이전 시기와 대치할 수 있는 역할이 없다면 심리적 고통에 부딪치게 될 것이라고 보고 있다(김명자, 1988; Lennon, 1980). 또한 중년기 지위상실에 대하여 여러 학자들은 월경중단이 짊음, 여성성, 여성다움을 상실시키는 사건이므로 이에 따라 스트레스를 받는다고 보았다(박애심, 1981; 지성애, 1983).

그러나 대부분 중년기 여성의 이 시기의 사회적·심리적 변화에 대해 적응을 잘 하고 있으며

(Kimmel, 1980), 폐경을 하나의 '통과의례'로 인식하며 별로 중요치 않은 사건으로 인식하고 있음을 발견할 수 있었다(Lennon, 1980).

2) 폐경상태에 따른 중년기 적응

폐경상태와 중년기 여성의 적응간에는 학자마다 상이한 연구결과를 보이고 있다.

먼저 폐경전기에 위기감을 느낀다는 연구결과는 여러 학자에 의해 보고되고 있다(Neugarten, 1975 ; Lennon, 1980). 즉 폐경후기에 오히려 폐경을 긍정적으로 인식한다는 연구를 볼 때(이기숙, 1984 ; Livson, 1988), 이점은 폐경 전의 심리적 불안과 관련된 것이며, 이와는 달리 폐경을 경험한 사람은 별로 개의치 않고, 중년기의 당연하고도 적절한 사건으로 여기는 것으로 보아, 폐경에 대한 인식의 근원은 폐경의 경험유무라고 유추할 수 있겠다.

그러나 이와는 달리 전통적인 견해에서도 폐경 경험유무가 중년기 부인의 심리적 적응에 부정적 영향을 미치고 있는 것으로 나타나긴 했지만, 오히려 폐경을 경험한 집단의 위기감이 의미있게 높은 것으로 드러나 중년기 부인이 월경중단에 의해 심리적·신체적 증세를 보인다고 보았다(김명자, 1988).

3) 폐경에 대한 태도와 중년기 여성의 적응

Maoz 등은 여성의 생의 발달단계에서 중년기에 경험하는 폐경에 대한 평가적, 감정적인 의견을 인지하기 위해 5가지 면으로 폐경에 대한 태도 척도를 개발하였다. 즉 임신과 출산, 여성다움, 정신 및 신체건강, 남편과의 관계, 개인 사회적 지위의 측면에서 폐경이 자신에게 이익인지 혹은 상실인지를 평가함으로써 호의적 또는 비호의적인 태도를 갖는다고 하였다(지성애, 1983).

이와 같은 5가지 척도를 중년기 여성에게 조사한 결과를 종합하여 보면, 폐경에 대한 태도는 한 두가지 측면에서는 부정적인 면을 발견할 수 있는데, 즉 임신능력 상실에 대한 비판, 생리적 기능과 여성다움의 상실에 대한 두려움, 남편의 관심을 잃어 결혼생활에 파국이 오지 않을까 하는 걱정 등의 문제들이 개인의 인성특성(personality

trait)과 복합적으로 작용하여, 우울과 불안 및 신경과민의 정서장애를 유발한다고 보고했다(김태주, 1987 ; 박애심, 1980 ; 정혜란, 1985).

4. 성역할정체감 변화와 중년기 여성의 적응

기존의 남녀 성고정관념과 성차에 대한 연구는 대부분 남성성과 여성성이 배타적 성향이라는 가정하에서 이루어졌다.

그러나 Jung, Bakan 등 인간발달을 연구한 학자들을 시발로 하여 남성성과 여성성은 반대성향(bipolar model, 양극 모델)이 아닌 평행적 성향(dualitymodel, 이중모델)이라는 가정하에 개인은 한쪽 성향만 높을 수 있고, 두 성향 모두 높거나, 모두 낮을 수도 있다는 견해가 등장했다.

이러한 접근법에 의하면, 남성성을 많이 소유하고 있는 사람은 남성성에 관련된 특성이 높게 나타나는 반면, 여성성에 관련된 특성은 낮게 나타날 것이며, 여성성인 사람은 남성성·여성성이 모두 높게 나타나거나, 적어도 남성성·여성성이 거의 유사한 수준일 것으로 보아 양성성은 남성성과 여성성의 통합이라고 정의내릴 수 있겠다.

현대사회의 견해로 보면, 양성성인 사람은 더욱 성숙한 사람(Block), 좀더 자아확신감에 차 있는 사람(Spence, Helmreich & Stapp)으로 인식되며, 이들은 자발적이고, 불편함없이 양쪽 모두의 성역할을 수행할 수 있어(Bern & Lenrey, 1974 ; Kimmel, 1980), 남성성·여성성의 과업에 따라 적절히 통합·대치함으로써 자유감을 느낀다고 한다.

따라서 중년기 성역할관계의 변화는 하나의 적응이라고 볼 수 있겠다. 그러므로 중년기에 자녀 양육의 책임감(어머니 역할)에서 해방되었다는 점은 그 전단계의 위기감에서 벗어나는 것은 물론, 그 전과는 다른 역할 변화가 발생하므로 중년기에는 양성성 쪽으로의 전환이 이루어진다(Gutmann, 1976)고 볼 수 있겠다.

이점을 볼 때, 성역할구분은 성별에 의한 것이기보다는 생의 기간에 의한 구분으로 인식할 수 있다. 즉 남자는 언제나 남성성을 지니는 것이 아니며, 여성성이 나타나기 전에 남성성을 보인다고 정의

내릴 수 있겠다(Kimmel, 1980).

또한 Livson(1976)의 전통적 여성과 비전통적 여성의 중년기 적응에 관한 연구결과, 전통적인 여성(여성성을 지닌 여성)은 비전통적 여성(양성성을 지닌 여성)보다 중년기 동안 거의 혼란을 경험하지 않는 것으로 나타났고, 양성성을 지닌 여성은 자아확신감과 심리적 건강이 40대에는 낮다가 50대에 이르면, 전통적 여성보다 높은 수준의 적응이 이루어진다는 것이다. 이점을 볼 때, 비전통적인 여성은 40~50대에 심리적 행복도가 증가되었음을 볼 수 있다(Gutmann, 1976). 따라서 50대에 심리적으로 건강한 성인은 40대 동안 인생패턴의 재조직화(양성성)를 경험했음을 알게 해준다(Livson, 1988).

또한 중년기 부부관계를 살펴보면, 부부의 가정내 지위는 적어도 균형을 이루거나 혹은 역으로 행동하게 된다고 하여 중년기 남녀간에는 소위 남성성·여성성의 재구분이 야기된다고 할 수 있다(Botwinick, 1978; Gutmann, 1976; Kimmel, 1980).

그 예로 Neugarten & Gutmann(1957)의 TAT 검사결과, 연령에 따라 성역할이 변화한다는 것을 알아냈다. 즉 중년기에 이르러 부부간의 가정내 권위가 역전되어, 여성은 지배적·전제적인 역할을 수행하며, 공격적이고, 자기중심성향이 두드러진데 반해 남성은 유친성, 의존적인 성향을 보여주고 있었다. 따라서 중년기는 20대부터 지녀온 남성성과 여성성의 재균형을 이루는 시기로, 양분된 성역할을 재통합하는 중요한 발달기회라고 볼 수 있다. 그러므로 이 시기의 적응은 남성성과 여성성에 대한 근본적인 의미를 갖고 새로운 방법으로 절충할 때, 중년여성은 이 시기의 변화로 유발되는 충격을 좀 더 수용할 수 있게되고(Levinson, 1985), “보호자 없이 사는 것이 불가능하다”는 여성성에 대한 성고정관념의 환상에서 깨어나 자신의 능력을 중년기에 직접 발휘할 수 있게 될 것이다(Gould, 1978).

이러한 연구결과를 종합하여 보았을 때, 양성적인 사람은 다차원적인 행동을 할 수 있고, 상황에 따라서 남성적인 특성 및 여성적인 특성의 역할을

적절하게 수행하기 때문에 대부분의 경우에 적응력이 높다는 것을 알 수 있으며, 중년기여성이 신체적·사회적·심리적인 변화에 적응하기 위해서는 양성성의 발달이 적절한 변화라고 제시할 수 있겠다.

III. 연구 방법 및 절차

1. 연구문제 및 가설

본 연구에서 규명하고자 하는 문제는 다음과 같다.

〈연구문제 1〉 중년기 여성의 적응수준은 어느 정도인가?

〈연구문제 2〉 중년기 여성의 폐경에 대한 태도는 어떠한가?

〈연구문제 3〉 중년기 여성의 적응은 일반적 배경변인, 폐경에 대한 태도, 성역할정체감에 따라 차이를 보일 것이가?

〈연구문제 4〉 중년기 여성의 적응에 영향을 미치는 관련변인들의 독립적인 영향력은 어느 정도인가?

이상의 연구문제를 조사하기 위하여 그림 1과 같은 연구모형을 작성하였다.

2. 척도의 구성 및 측정

본 연구를 위해 작성된 척도는 행복도 척도, 우울감 척도, 폐경에 대한 태도 척도, 성역할정체감 척도이며, 이상의 척도는 40~59세인 여성 83명을 대상으로 예비조사를 실시하여 신뢰도, 문항분석, 요인분석의 3단계 분석을 통해 그 결과를 분석 검토한 후, 수정 보완 작업을 거쳐 실시하였다.

1) 중년기 적응 척도

적응 척도는 행복도 척도와 우울감 척도로 구성하였다.

(1) 행복도 척도

행복도 척도는 중년기 적응의 하위영역으로 이를 측정할 수 있으리라 판단되는 Harold Dupay의 GWB(General Well-Being) 척도(Lennon, 1980)을

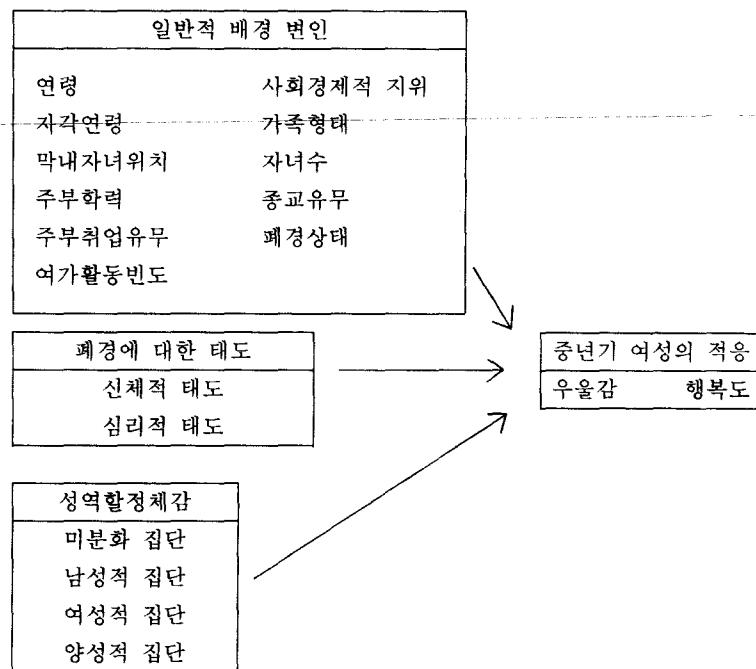


그림 1. 중년기 여성의 적응에 대한 모형

모체로 연구자가 우리나라 중년기 여성의 적응에 비교적 적절하다고 판단되는 문항을 수정·번안하여 13문항을 작성하였으며, 예비조사를 통해 7문항이 선정되었다.

각 문항은 '전혀 그렇지 않다'의 1점에서 '정말 그렇다'의 5점척도로 이때 점수가 높을수록 행복도가 높으며, 점수가 낮을수록, 행복도가 낮아, 그 결과 점수가 높을수록 적응이 높다는 점을 예상할 수 있다.

(2) 우울감 척도

우울감에 대한 척도는 CESD(Center for Epidemiological Studies Depression) 척도(정혜란, 1985)를 모체로 연구자가 우리나라의 중년기 여성에게 적절하다고 판단되는 문항을 선정·번안하여 14문항을 작성하여 예비조사한 결과 12문항이 선정되었다.

각 문항은 5점 Likert방식을 적용하여 점수가 높을수록 우울감을 높게 느끼고, 점수가 낮을수록 우울감을 적게 느껴 중년기의 적응도가 높음을

의미한다.

2) 폐경에 대한 태도 척도

폐경에 대한 본인의 태도를 질문한 Maoz와 4인의 척도와 이를 국내 중년기여성에 적용시킨 정혜란(1985)의 척도를 모체로 하여, 18개 문항을 선정하였다. 예비조사를 통해 최종 10문항이 채택되었고, 2개의 요인으로 추출되었다. 제1요인은 대부분 임신과 신체건강에 관련된 태도가 포함되어 이것을 신체적 태도라고 명명하였으며, 제2요인은 개인·사회적인 면과 정신건강에 관련된 태도로 이를 심리적 태도라고 하였다.

각 문항은 5점 Likert 척도법으로 나타냈으며, 점수가 높을수록 중년기 폐경에 대한 태도가 긍정적임을 의미하며, 점수가 낮을수록 부정적으로 간주하였다.

3) 성역할정체감 척도

중년기 여성의 적응이 성역할정체감에 따라 어떻게 영향을 받는가를 알아보기 위해, 여성성과

남성성을 질문하는 BSRI(Bem Sex Role Inventory) (Bem, 1974) 와 한국인의 성역할 및 성별 특성에 맞추어 우리 문화에 적절하게 작성한 한국형 성역할 검사(Korean Sex Role Inventory)(김영희, 1989)를 모체로 30문항을 선별하여 작성하였다.

예비조사를 통해 21문항이 선정되었으며, 2개 요인이 추출되었다. 제1요인은 남성성에 의한 문항으로 15개 모두 채택되었으며, 제2요인은 여성성에 의문항으로 6개가 채택되었다. 각 문항은 7점 Likert척도방식을 적용하여, '전혀 그렇지 않다'의 1점에서 '아주 그렇다'의 7점까지의 응답 범주를 가지며, 본 연구에서는 BSRI의 여러 채점 방식을 검토한 결과, 중앙치반분법(median-split method)을 채택하였다.

따라서 남성성, 여성성 점수가 모두 중앙치 이상이면 양성적 집단에, 남성성 점수는 중앙치 이하인데 여성성 점수가 중앙치 이하이면 남성적 집단에, 이와는 반대로 여성성 점수가 중앙치 이상이고 남성성 점수가 중앙치 이하이면 여성적 집단에, 그리고 마지막으로 두 점수가 모두 중앙치 이하이면 미분화 집단에 각각 배분하였다.

각 척도의 문항과 내적 일관성의 정도를 나타내주는 신뢰도 계수는 표 1과 같다.

3. 조사대상 및 분석방법

조사대상자는 서울시에 거주하는 중년기 여성으로, 적어도 막내자녀가 중학교 이상에 재학중이며, 배우자가 있는 40~59세인 여성을 선정하였다.

이때 배우자가 없는 여성과 무자녀인 사람을 조사대상자 선정시 의도적으로 제외하였는데, 이점

은 중년기가 인생의 유한성에 직면하는 시기이며, 빈둥지를 경험하는 시기이므로 생활경험과 감정 상태가 각각 상이할 것이라고 판단되기 때문이다. 그러므로 의도적 표본추출에 의하여 조사대상자를 강남과 강북에 소재한 각각 2개 중고등학교와 서울시내 2개 대학교의 학부모를 대상으로 조사하였다.

예비조사는 1990년 4월 10일부터 20일 사이에 83명을 대상으로 실시하였고, 본조사는 1990년 7월 1일에서 25일사이에 실시하였다. 총 600부의 설문지를 배부하여 496부가 회수되었으나, 이중 내용기재가 부실한 것을 제외하고 총 381부를 본 연구의 분석자료로 사용하였다.

조사대상자의 일반적 배경은 표 2에 나타나 있다.

자료분석은 먼저 측정도구 작성을 위하여 신뢰도, 문항분석, 요인분석을 실시하였으며, 조사대상자의 일반적 배경을 파악하기 위하여 빈도, 백분율, 평균을 산출하였으며, 각각의 연구문제를 위해 평균, 표준편차, t-test, 일원변량분석, 사후 검증법, Pearson의 Correlation, 총다회귀분석, 단계적 회귀분석을 실시하였다.

이상의 자료분석은 SAS program package를 이용하였다.

IV. 결과 및 해석

1. 중년기 여성의 적응에 대한 일반적 경향

중년기 여성의 적응에 대한 일반적 경향을 파악하기 위해, 적응척도에 대한 응답결과를 분석한 것이 표 3이다.

먼저 중년기 여성의 행복도에 대하여 살펴보면,

표 1. 변인별 척도의 신뢰도

변인	영역	하위영역	해당문항	문항수	신뢰도 계수
종속변인	중년기여성의 적응	행복도 우울감	1~7 8~19	12 7	.59 .76
독립변인	폐경에 대한 태도	신체적 태도 심리적 태도	41-46 47-50	6 4	.81 .64
		남성성 여성성	20-34 35-40	15 6	.90 .70

표 2. 조사대상자의 일반적 배경

(N=331)

변인	집단	빈도	백분률	변인	집단	빈도	백분률	
연령	40~44세	136	41.1	사회경제적 지위 b)	주부취업유무	유	84	25.4
	45~49세	112	33.8		무	247	74.6	
	50~54세	65	19.6		상	99	29.9	
	55~59세	18	5.4		중	133	40.2	
자녀수	1~2명	142	42.9	여가활동빈도	하	99	29.9	
	3명	120	36.3		없음	54	16.3	
	4명 이상	69	19.8		1	165	49.8	
막내자녀위치	중학교재학	204	61.6	2) 주부학력	2	64	19.3	
	고등학교재학	65	19.6		3이상	48	14.5	
	그 이상	62	18.7		중졸이하	168	32.6	
가족 형태	핵가족	269	81.3	폐경상태	고졸	175	52.9	
	확대가족	62	18.7		2년제대학	48	14.5	
자각 연령 a)	낮음	256	77.3	폐경전기	이상	212	64.0	
	동일	64	19.3		폐경기	48	14.5	
	높음	11	3.3		폐경후기	41	12.5	
종교 유무	유	250	75.5	수술로 인한 폐경	212	64.0		
	무	81	24.5		48	14.5		

a) 자각연령: Bark, 김명자의 연구에 근거하여, 자각연령에 대한 3문항의 연령을 평균으로 산출한 뒤, 이를 실제연령과 비교하여, 더 낮게 자각한 경우(낮음), 동일하게 자각한 경우(동일), 더 높게 자각한 경우(높음)으로 3등분하였다.

b) 사회경제적 지위: 남편의 직업·교육년수, 총 수입을 합산하여 3등분하였다.

표 3. 중년기 여성의 적응수준 (N=331)

변인	평균	표준편차
행복도	3.24	0.61
우울감	3.70	0.62

행복도의 평균은 3.24로 응답자들의 행복도는 보통이라고 해석할 수 있으며, 우울감면에서는 평균 3.70으로, 우울감을 느끼는 경우가 행복도를 느끼는 수준보다 조금 더 높음을 알 수 있다.

이와 같은 결과를 볼 때, 현재 중년기 여성은 대체로 행복도와 우울감을 다소 경험하고 있어 위기감과 적응감이 교체하고 있으므로, 이 시기에 발생하는 생물학적·사회적인 변화를 적절하게 조절·조화하여 적응한다면, 커다란 위기를 경험하지 않으리라고 생각된다.

2. 중년기 여성의 폐경에 대한 태도의 일반적 경향

중년기 여성의 폐경에 대한 태도의 일반적 경

표 4. 폐경에 대한 태도의 일반적 경향 (N=331)

변인	평균	표준편차
신체적 태도	2.69	0.66
심리적 태도	2.45	0.72

향을 파악하기 위해, 폐경에 대한 태도척도의 응답결과를 분석한 것이 표 4이다.

먼저 폐경에 대한 신체적인 태도는 평균이 2.69로 나타나 중년기 여성에게 임신·출산·질병에 대한 태도는 다소 부정적이라고 볼 수 있으며, 폐경에 대한 심리적 태도의 평균은 2.45로 나타나, 응답자의 폐경에 대한 심리적 태도는 비교적 부정적인 편으로 응답자와 폐경으로 인해 개인·사회적인 면과 정신건강 측면에서 부정적인 태도를 지니고 있는 것으로 나타났다.

이러한 결과, 두 측면 모두 다소 부정적인 태도를 갖고 있는 것으로 나타나, 폐경에 대하여 중년기 여성은 부정적인 태도를 보여 스트레스를 유발하며, 여성의 매력과 젊음의 상실, 노년기로 접어들

었음을 자각하게 한다는 선행연구(김태주, 1987; 박애심, 1981; 정혜란, 1985)와 유사하다고 인식된다.

3. 각 변인에 따른 중년기 여성의 적응

1) 일반적 배경 변인과 중년기 여성의 적응
중년기 여성의 적응은 일반적 배경 변인(연령,

표 5. 일반적 배경 변인과 중년기 여성의 적응 (N=331)

독립변인	집 단	행 복 도			우 을 감		
		평균	검증	Duncan's	평균	검증	Duncan's
연령	40~44세	3.31			2.17		C
	45~49세	3.23	F= 1.49		2.30	F= 6.37***	BC
	50~54세	3.16			2.52		AB
	55~59세	3.07			2.57		A
자녀수	1~2명	3.27			2.32		
	3명	3.27	F= 1.40		2.24	F= 1.41	
	4명이상	3.13			2.39		
막내자녀위치	중학교	3.26			2.24		
	고등학교	3.20	F= 0.32		2.39	F= 3.16*	
	그 이상	3.20			2.43		
가족형태	핵가족	3.27	t= 1.90		2.30	t= 0.48	
	확대가족	3.11			2.34		
자각연령	낮음	3.27			2.29		
	동일	3.15	F= 1.70		2.34	F= 0.14	
	높음	3.04			2.32		
종교유무	유	3.25	t= -0.66		2.31	t= 0.55	
	무	3.20			2.27		
주부취업 유무	유	3.13	t= -1.29		2.39	t= -1.06	
	무	3.26			2.29		
사회경제적 지위	상	3.20			2.37		A
	중	3.23	F= 0.52		2.20	F= 3.19*	B
	하	3.29			2.38		A
여가활동빈도	없음	3.03		B	2.24		
	1개	3.23	F= 3.48*	AB	2.29	F= 1.48	
	2개	3.35		A	2.20		
	3개이상	3.36		A	2.34		
주부학력	중	3.18			2.35		
	졸	3.23	F= 2.09	.	2.30	F= 0.55	
	고	3.40			2.23		
폐경상태	폐경전기	3.26			2.28		
	폐경기	3.15	F= 0.50		2.38	F= 0.55	
	폐경후기	3.17			2.40		
	임의적	3.31			2.25		
	폐경						

* p<.05

** p<.01

*** p<.001

자녀수, 막내자녀위치, 가족형태, 자각연령, 종교유무, 주부취업유무, 사회경제적 지위, 여가활동빈도, 주부학력)에 따라 차이를 보일 것인가를 검증하기 위하여, 가족형태, 종교유무, 주부취업유무에 따른 차이를 t검증하고 나머지 변인에 대하여는 일원변량분석과 사후검증으로 Duncan test를 실시하였다.

표 5에 나타난 바와 같이 중년기 여성의 행복도는 여가활동빈도($p<.05$)에서만 유의한 차이를 나타나 여가활동빈도가 증가할 수록 행복도를 더 느끼고 있음을 알 수 있다. 또한 추후검증결과, 여가활동빈도가 2개 이상인 집단에서 여가활동을 하지 않거나, 하나인 집단보다 더 행복도를 느끼고 있음을 볼 때 여가활동이 좀 더 많이 수행하는 경우, 중년기 적응이 잘 이루어지고 있다고 볼 수 있겠다. 이와 같은 결과는 중년기를 맞이하여 그 전 단계보다 여가시간이 증대되므로 이로인한 여가활용이 중년기 위기나 상실감의 완충제역할을 수행한다는 견해(김명자, 1988)와 유사하다고 볼 수 있겠다.

또한 중년기 여성의 우울감은 연령($p<.001$), 막내자녀 위치($p<.05$), 사회경제적 지위($p<.05$)에 따라 의미있는 차이를 나타냈다. 즉 중년기 여성의 우울감은 추후검증 결과, 55~59세, 50~54세, 45~49세, 40~44세의 순으로 우울감이 높은 것으로 나타나 연령이 증가할수록 중년기 적응력이 낮아짐을 알수 있다. 그러나 이와 같은 결과는 여러 선행연구와는 상이한 결과이지만, 이점은 연령이 증가할수록 죽음, 유한성, 종말이라는 인식을 하게 된다는 견해(박희주, 1979)로 설명할 수 있겠다.

또한 막내자녀위치도 $p<.01$ 수준에서 의미있는 차이를 나타내었는데, 커다란 차이는 아니지만 평균을 비교할 때, 자녀의 연령이 증가할수록 우울감이 증가하는 것으로 보인다. 이와 같은 결과는 자녀의 성장·독립에 따른 유대감의 약화로 인한 상실감때문에 위기를 경험하고 우울감에 빠지거나 스트레스를 경험한다는 학자들(Lennon, 1980; Norval, 1975)의 견해와 일치하는 것으로 중년기 여성에게 빈동지시기가 중년기적응에 중요한 요

인임을 알 수 있다.

이와 더불어 중년기 여성의 우울감은 사회경제적 지위에 따라 $p<.05$ 수준에서 의미있는 차이를 나타냈다. 추후검증결과, 사회경제적 지위가 상층과 하층일수록 우울감이 더 높으며, 중층에서 우울감이 낮은 것으로 나타나 사회경제적 지위가 중층일때, 중년기 적응이 높을 것으로 보인다. 이 점은 낮은 사회경제적 지위가 중년기적응에 부정적인 영향을 미친다는 기존연구(김명자, 1988; 박희주, 1979)와는 동일하나, 경제적 지위가 높으면 우울감이 감소한다는 연구(조옥순, 1986; Williams, 1985)와는 상이하다.

이상의 내용을 종합해 보면, 중년기 여성의 적응에 영향을 미치는 일반적 배경 변인은 행복도면에서는 여가활동빈도로, 우울감면에서는 연령, 막내자녀 위치, 사회경제적지위로 밝혀졌다.

2) 폐경에 대한 태도 및 폐경상태와 중년기 여성의 적응

폐경에 대한 태도 및 폐경상태에 따라서 중년기 여성의 적응수준은 차이가 있을 것인가를 알아보기 위하여, 먼저 폐경에 대한 태도에 관해 중년기 여성의 적응과 적률상관계수를 산출하여 그 영향력을 비교한 결과, 표 6과 같이 나타났다.

표에서 볼 수 있듯이 폐경에 대한 태도는 행복도에서만 의미있는($p<.05$)정적상관을 보여 폐경에 대한 태도가 긍정적일수록 행복도가 높음을 알 수 있다.

하위영역으로는 폐경에 대한 신체적인 태도와 행복도만을 제외하고는 대부분 의미있는 상관을 보이지 않았다.

즉 신체적 태도는 행복도에 의미있는($p<.01$)정적상관을 보여, 신체적인 측면을 긍정적으로 인식할수록, 행복도 수준이 높음을 알 수 있다.

이러한 결과는 Lennon(1980)과는 상이한 양상을 보이며, 폐경으로 인한 '신체적 변화에 대해 상실이나 소모'로 보기보다는 오히려 자유로워진다는 긍정적인 견해를 지닌 연구(정혜란, 1985; 지성애, 1983)와 유사하다고 볼 수 있겠다.

이와 더불어 표 5에서 볼 수 있듯이, 폐경상태도

표 6. 중년기 여성의 적응과 폐경에 대한 태도, 성역할정체감의 피어슨 적률상관관계

주요변인	1	2	3	4	5	6
1. 행복감	-1.00					
2. 우울감	-0.61***	1.00				
3. 신체적 태도	0.14**	-0.04	1.00			
4. 심리적 태도	0.08	-0.02	-0.48***	1.00		
5. 남성성 문항	0.45***	-0.29***	0.11*	0.06	1.00	
6. 여성성 문항	0.22***	-0.03	-0.03	-0.02	0.20***	1.00
평균	3.24	3.70	2.69	2.45	4.66	4.13
표준편차	0.61	0.62	0.66	0.72	0.74	0.61

* p<.05 ** p<.05 *** p<.001

중년기 적응에 의미있는 변수가 아님이 드러났다. 이점에 비추어 볼 때, 우리나라의 중년기 여성은 폐경에 대하여는 다소의 부정적인 태도를 갖고는 있지만, 그것이 중년기 적응에 직접적인 영향력을 끼치는 변수로는 작용하지 않음을 예측할 수 있겠다.

3) 성역할정체감과 중년기 여성의 적응

중년기 여성의 적응은 성역할정체감에 따라 차이가 있을 것인가를 알기 위하여, 중년기 적응과 피어슨 적률상관계수를 산출하여 그 영향력을 비교한 결과 표 6과 같이 나타났다.

표에서 보면, 성역할정체감의 남성성을 질문하는 문항은 중년기 여성의 행복도와 우울감에 의미있는($p<.001$) 정적상관을 보인다. 즉 남성성 문항의 점수가 높을수록 행복도도 높음을 보여주는 동시에, 우울감 수준은 낮아짐을 나타낸다. 이 점은 여러 중년기 성역할변화에 대한 연구(Kimmel, 1980)에서 밝혔듯이 중년기에 이르러 여성은 지배적·전제적인 역할을 수행하며, 공격적이고 자기중심 성향이 두드러지는 변화를 겪는 속에서

적응이 좀 더 용이하게 이루어진다고 할 수 있겠다.

이와 더불어 여성성 문항에서는 행복도에서만 의미있는($p<.001$) 정적상관을 보여, 여성성 변인에 대한 점수가 높은 사람일수록 행복도의 수준이 높아 중년기에 잘 적응하게 된다고 볼 수 있다. 이점은 Livson(1988)의 연구결과처럼 전통적여성이 중년기 동안 거의 위기를 경험하지 않는다는 점으로 설명할 수 있겠다.

위와 같은 결과, 중년기에는 20대부터 지녀온 성역할의 재균형이 이루어지며, 각성역할을 고루 높게 지니게 된다는 점이 중년기 적응을 높이는 주요변인이 라고 예측하게 한다.

이에 덧붙여서 표 7에서 보듯이 성역할정체감을 4집단으로 구분하여 중년기 여성의 적응과의 관계를 분석한 결과, 중년기 여성의 행복도는 의미 있는($p<.001$) 차이를 보였다. 또한 추후검증 결과, 양성적 집단, 남성적집단, 여성적·미분화 집단의 순으로 나타났다. 따라서 양성적 집단인 경우에 행복도 수준이 가장 높고 여성적 집단과 미분화 집단이 행복도가 가장 낮은 것으로 드러났다.

중년기 여성의 우울감도 $p<.001$ 수준에서 의미

표 7. 성역할정체감 집단과 중년기 여성의 적응

(N=331)

변인	집단	행복도			우울감		
		평균	검증	Duncan's	평균	검증	Duncan's
성역할정체감	미분화	2.94		C	2.46		A
	남성성	3.25	F=16.79 ***	B	2.17	F=7.15 ***	B
	여성성	3.03		C	2.51		A
	양성성	3.48		A	2.18		B

*** p<.001

표 8. 중년기 여성의 적응에 대한 단계적 회귀모형 (N=331)

종속변인	독립변인	B	β	Partial R ²	R ²	F	회귀상수	R ²	F
행복도	성역할정체감	.31	.43***	.20	.20	68.04***			
	여가활동빈도	.26	.15**	.25	.23	8.67**	2.33	.24	27.92***
	연령	-.01	-.11*	.01	.24	4.17*			
우울감	성역할정체감	-.21	-.28***	.08	.08	24.52***	1.94	.13	19.53***
	연령	.03	.21***	.04	.13	13.40***			

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

있는 차이를 보였으며, 추후검증결과는 미분화집단·여성적 집단일수록 남성성집단·양성성집단보다 높았다.

이점은 중년기에 출산·양육등에서 해방되었다는 점이 중년기 여성에게 성역할변화를 유발시키며, 양성성을 경험함으로써 이 시기의 변화로 유발되는 충격을 수용할 수 있고(Livson 1988), 성고정관념의 환상에서 벗어나 자신의 능력을 발휘할 수 있게 해주므로 적응을 도와준다고 볼 수 있겠다(Gould, 1972).

4. 관련변인들의 설명력

각 특성변인들의 설명력을 파악하기 위해서, 중년기 여성의 적응에 영향을 미치는 요인은 무엇이며, 이들 변인의 독립적인 영향력은 어느 정도인가라는 [연구문제4]을 검증하기 위해서 단계적 회귀분석(Stepwise Multiple Regression Analysis)을 이용하여 5%수준이상에서 유의한 변인들만 선정하였다(표 8).

먼저 중년기 여성의 행복도에 가장 큰 영향을 미치는 변인은 성역할정체감($\beta=.43$), 여가족 성역할정체감의 점수가 높을수록, 여가활동빈도가 높을수록, 중년기 여성의 행복도가 높아지며, 연령이 증가할수록 행복도가 낮아짐이 밝혀졌으며, 이들 3개 변인에 의하여 중년기 여성의 행복도는 24%정도가 설명되고 있다.

또한 중년기 우울감에 대한 영향력을 알아본 결과, 우울감에 가장 큰 영향력을 미치는 변인은 성역할정체감($\beta=-.28$), 연령($\beta=.21$)의 순으로 나타났다. 즉 성역할정체감의 점수가 높을수록 우울감의 수준은 낮아지며, 연령이 증가할수록

우울감은 높아짐이 밝혀졌으며, 이 2개 변인에 의하여 중년기 여성의 우울감은 13%가 설명되고 있다.

이와 같은 결과, 중년기 여성의 적응은 성역할정체감, 연령, 여가활동빈도에 의해 영향을 받고 있음을 볼 때, 이 시기 여성의 적응을 최대화하기 위하여는 위의 3가지 측면에 좀 더 관심을 가져야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중년기를 대상으로 한 연구가 가족학분야에서 한두편에 지나지 않는 실정에서, 가족내 중년기 여성의 적응을 연구해 봄으로, 중년기 여성에 대한 이해를 증진하며, 중년기 연구의 기초자료를 제공하는 한편 바람직한 가정생활에 도움이 될 수 있는 방향성을 제시하는 데 그 목적이 있다. 그러나 본 연구는 우리나라에서 중년기를 주제로 다룬 연구가 거의 없으므로, 연구결과를 선행연구와 비교분석하는데에는 무리가 따른다는 점, 표집대상을 임의적 표집방법으로 선정·분석하여, 일반화시키는데 한계가 있다는 점, 조사대상이 40대에 치중되었다는 점 등의 제한점이 있다.

이러한 제한점을 받아들인다면, 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 서울시에 거주하는 중년기 여성은 커다란 위기감 없이, 비교적 우울감과 행복감이 교차하면서 생활하고 있다고 볼 수 있다. 그러나 중년기 여성의 적응에 영향을 주는 요인을 본 연구에서 살펴본 결과, 개인과 가정, 사회 전반에 걸쳐 많은 노력을 기울여야 할 것으로 보여진다. 즉 연령이

증가할수록 적응도가 낮아진다는 점은 현재 대두되는 노인문제와 연결되어져, 비단 노년기 뿐만 아니라 전 인생에 걸쳐 그 해결방안이 모색되어야 함을 지적해 준다.

또한 여가활동이 적응에 영향을 끼친다는 면을 볼 때, 단순히 여가활동의 빈도를 증가시키는 것에 그치지 말고, 더 나아가 교육이나 정부측면에서 중년기 여성의 바람직한 적응을 유도할 수 있는 성인교육·여가 프로그램을 시급히 개발해야 할 것이다.

둘째, 우리나라 중년기 여성은 스스로 '여성' 이기보다는 어머니로서의 위치에 더 가치를 두고 있다고 볼 수 있다. 이점은 중년기 여성의 폐경에 대하여 부정적인 태도를 취하고는 있지만, 폐경 유무나 폐경에 대한 태도가 중년기 적응에 별다른 영향을 끼치지 않는 것으로 설명 되어질 수 있겠다.

즉 중년기 여성은 그 전 단계보다는 가족내에서 향상된 지위를 획득하게 되며, 이 위치는 여성이기보다는 어머니이며, 동반자로서의 역할을 요구한다. 그러므로 중년기 여성의 적응에 영향력을 미치는 주요 변인이 성역할정체감이라는 본 연구결과에 비추어 보아, 중년기 적응과 성역할정체감이 높은 인과적 관련성이 있음을 매우 주목할만한 결과이며, 양성성 혹은 남성성을 소유한 여성이 잘 적응하고 있음도 이점을 뒷받침해준다.

마지막으로 지금까지의 결론과 논의를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 제시된 통계자료와 설명은 우리나라 중년기 여성의 일부를 이해할 수 있는 자료에 불과한 것이다. 따라서 중년기 여성의 적응에 영향을 주는 제요인을 포함한 모델설정이 이루어져야 하리라 보며, 나아가 가족과 사회와의 보다 포괄적인 관계망들과 관련시킨 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 점점 다양화되는 가족들에게 유용한 자료가 될 수 있도록, 연구대상을 선정할 때, 다양한 생활유형을 지닌 중년기 개인에 대한 연구가 요구된다. 즉 무자녀의 중년기 여성, 독신, 이혼, 별거중인 중년기 여성, 은퇴시까지도 어린자녀와 함께 사는 중년기 여성의 연구가 필요할 것이며,

또한 지역적·문화적 영향력을 비교한다는 것도 바람직하리라 생각된다.

세째, 중년기에 대한 기존의 그릇된 관념, 편견으로부터 탈피하여 새롭게 자신의 신체적인 능력과 심리적인 능력에 대하여 인식하며, 중년기에 맞이하게 되는 변화를 자신의 성장기제로 활용할 수 있도록 도와 줄 수 있는 성인교육이 사회전반에 고르게 확산되어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 1) 김명자(1986). 중년기 부인의 심리적 위기감과의 관련변인 고찰. 숙명여자대학교논문집 27, 415-436.
- 2) 김명자(1988). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구. 이대 석사학위논문.
- 3) 김영혜(1979). 폐경기의 요인과 증상에 관한 연구. 충남의대잡지 6(1).
- 4) 김태주(1987). 우리나라 일부 도시여성의 갱년기 증상 및 요인에 관한 연구. 서울대 석사학위논문.
- 5) 남정현·배영철·김광일(1984). 우울증의 증후학적 연구. 정신건강연구 2, 한대 정신건강 연구소.
- 6) 박난준(1988). 중년여성의 자아개념과 갱년기 증상과의 관계연구. 이대 석사학위논문.
- 7) 박애심(1981). 중년기 여성의 폐경에 대한 의식과 건강상태에 관한 연구. 경희대 석사학위논문.
- 8) 박정근(1973). 종교활동이 행동변화에 미치는 영향에 관한 연구. 중대 석사학위논문.
- 9) 박희주(1979). 갱년기 우울증의 임상적 고찰. 부산의대잡지 13(1).
- 10) 서병숙(1988). 노후 적응에 관한 연구. 동대 석사학위논문.
- 11) 석재호(1988). 문제개정과 정신병리. 서울:한국가정법률상담소 출판부.
- 12) 송정명(1975). 종교인과 비종교인의 불안에 관한 일 연구. 고대 석사학원논문.
- 13) 윤진(1985). 성인 노인 심리학. 서울:중앙적성출판사.
- 14) 이기숙(1984). 가족주기에 따른 부부적응의 변화. 부산여대 논문집 17.
- 15) 이옥희(1989). 중년 여성의 갱년기 증상호소 정도에 관한 연구—기독교 신자의 신앙생활실천정

- 도와의 관계를 중심으로 -. 이대 석사학원논문.
- 16) 정혜란(1985). 중년여성의 폐경에 대한 태도와
 개년기 증상간의 관계분석연구. 고대 석사학원
 논문.
 - 17) 조옥순(1986). 일지역 중년여성의 개년기 증상
 호소에 관한 조사연구. 연대 석사학원논문.
 - 18) 지성애(1983). 중년 여성의 발달현상에 대한 태
 도와 개년기 증상호소와의 관계분석연구. 연대
 석사학원논문.
 - 19) 최외선(1978). 부부역할기대와 그 적응에 관한
 연구. 영남대 석사학원논문.
 - 20) Bem, S.L.(1974). The measurement of psycholog-
 ical androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 42(2), 155-162.
 - 21) Borland, D.C.(1978). Research on middle age:An
 assessment. *The Gerontologist* 18(4), 379-386.
 - 22) Botwinick, J.(1978). Abing and behavior, N.Y.
 : Springer Publishing Company Inc..
 - 23) Carr, M(1985). The effects of aging and depres-
 sion on time perspective in women. Unpublished
 Doctoral Dissertation. the Columbia University.
 - 24) Duvall, E.M. & B.C. Miller(1985) Marriage and
 the family development, 6th ed..N. Y : Harper
 & Row.
 - 25) Gould, R.L.(1972). The phases of adult life. *The American Journal of Psychiatry* 129(5), 521-531.
 - 26) Gould, R.L.(1978). Transformations:Growth and
 change in adult life. N.Y. : Simon and Schuster.
 - 27) Gutmann, D.L.(1976). Individual adaptation in
 the middle years:Developmental issues in the ma-
 sculine mid-life crisis. *Journal of Geriatric Psy-
 chiatry* 9, 41-59.
 - 28) Harkins, E.B.(1978). Effects of empty nest transi-
 tion on self-report of psycholo gical and physical

- well-being. *Journal of Marriage and the Family*,
549-558.
- 29) Kalish, R.(1975). Late adulthood:Perspectives on
 human development. California:Wadsworth Pub-
 lishing Company, Inc..
 - 30) Kimmel, D.C.(1980). Adulthood and aging. N.Y.
 : John Wiley & Sons Inc..
 - 31) Lennon, M.C.(1980). Psychological reaction to
 menopause-A sociological study. Unpublished
 Doctoral Dissertation. The Columbia University.
 - 32) Levinson, D.J.(1985). The season of a man's life.
 N.Y. : Alfred Knopf, Inc..
 - 33) Livson, F.B.(1988). Being and becoming old, Ba-
 ywood Publishing Company, Inc..
 - 34) Norval, D.G.(1975). Psychological well-being in
 the postparental stage:Some evidence from natio-
 nal surveys. *Journal of Marriage and the Family*.
 - 35) Neugarten, B.L., et al.(1975). Middle age and
 aging, the University, of Chicago Press.
 - 36) Rohr, K.G.(1984). Transition to the empty nest:
 Changes in parental optimism and parental fata-
 lism. Unpublished Doctoral Dissertation, The
 Ohio State University.
 - 37) Williams, A.K.(1985). Physical illness and depres-
 sion:Changes over time in middle age and elderly
 persons. Unpublished Doctoral Dissertation. Por-
 tland State University.
 - 38) William, A.K., M.A. Okum, & R.A. Witter(1985).
 Marital status and subjective well-being:A research
 synthesis. *Journal of Marriage and the Family*,
947-953.