

서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활 실태와
문제(Ⅳ):
가족관계를 중심으로*

Family Life of Middle-Aged Apartment-Residents in Seoul:
Focused on Family Relations

고려대학교 사범대학 가정교육과
부 교 수 이 연 속
한국 청소년 개발원
선임연구원 고 성 혜
한양대학교 가정대학 가정관리학과
교 수 임 정 빈
서울대학교 가정대학 소비자 아동학과
교 수 이 기 영
한국통신대학교 가정학과
교 수 김 외 숙
한국교원대학교 제3대학 가정교육과
부 교 수 조 재 순
한양여자전문대학 여성교양과
조 교 수 임 혜 경
울산대학교 가정대학 가정관리학과
전임 강사 송 혜 림

Dept. of Home Economics Education Korea Univ.

Assoc. Prof. : Yon Suk Lee

Korea Institute for Youth Development.

Senior Researcher : Seong Hye Ko

Dept. of Home Management Hanyang Univ.

Prof. : Jeong Bin Im

Dept. of Consumer and Child Studies Seoul National Univ.

Prof. : Ki Young Lee

Korea Air and Correspondence Univ.

Prof. : Oi Sook Kim

* 본 연구는 1994년도 한국학술진흥재단의 학술연구조성비 지원에 의하여 수행된 연구의 일부임.

Dept. of Home Economic Education Korea National Univ. of Education
Assoc. Prof. : Jae Soon Cho
 Dept. of General Education for Women Hanyang Woman's Junior College,
Instructor : Hye Kyung Lim
 Dept. of Home Management, Ulsan Univ.,
Instructor : Hye Rim Song

〈 목 차 〉

- | | |
|----------------------|---------------|
| I. 서론 | IV. 연구결과 및 해석 |
| II. 이론적 배경 및 선행연구 고찰 | V. 결론 |
| III. 연구방법 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

The purpose of this research was to analyze the family relationships of the middle-aged women residing in an apartment house in Seoul as a part of a collaborative study on their family life issues. The sampling area was divided into Kangnam and Kangbuk according to the residential location and upper middle group and lower middle group according to the size of the apartment unit. The data were collected from 307 fulltime housewives with at least one child in a junior or senior high school.

The self-identity scores of middle-aged wives were found generally somewhat higher and were explained by satisfaction with time use and leisure activities, husband's help with raising children, and feeling after quarrel with husband. Most wives felt very comfortable and intimate about their husbands. The relationship between wife and husband was influenced by feeling after quarrel with husband, husband's help with raising children, and satisfaction with leisure activities. Most wives reported stresses in raising children. Help from husband, satisfaction with time use, and financial debt were influencing the level of stress perceived by the wives in raising children.

I. 서론

본 연구는 가정학 내의 다양한 전공자들이 도시의 중류 아파트 거주 중년기 가족을 대상으로 가정생활의 실태 및 문제점을 다각적으로 파악하여 이를 기초로 문제 해결 방안을 모색하고자 한 "서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활 실태와 문제"의 공동연구(임정빈 외 7인, 1995)의 일부이다. 본 연구에서는

도시의 대표적인 주거 형태인 아파트에 거주한 중고교생 자녀를 둔 중년기 가족의 가족관계의 측면을 다루고자 한다.

오늘날의 중년 세대는 평균수명의 연장, 가족계획으로 인한 자녀양육 기간의 단축, 수입과 여가의 증대와 여성교육의 보편화등으로 인해 자아에 대한 관심이 고조되고 과거의 중년 세대는 경험하지 않는 새로운 문제에 직면하게 된다. 일반적으로 중년기에

는 갱년기를 맞아 신체적, 정서적 발달 문제를 경험하게 되고 특히 주부는 자녀교육, 노부모 부양, 부부관계등 가정생활의 변화에 적응하면서 때로는 정서적 혼돈과 갈등을 겪고 위기에 처하기도 한다. 특히 생활의 중심이 가정인 전업 주부의 혼란과 위기는 다른 가족원에 비해 가중될 여지가 많고 주부 자신의 문제는 다른 가족원에게 부정적 영향을 미칠 가능성이 크다. 따라서 중년기 주부를 대상으로 이들이 조망하는 자신과 가족관계의 문제를 파악하는 것은 가족의 건강 정도를 가늠하는 데에 의미가 있다.

본 연구에서는 가족관계의 역동성을 고려하여 중년기 부인이 안고 있는 개인 문제인 자아정체감, 남편과의 관계, 자녀양육 스트레스를 중심으로 자녀 관계를 알아 보고, 이에 영향을 미치는 인구·사회학적 변수, 경제관련 변수, 기타 가정생활의 제 양상 변수를 파악하고자 한다. 그리고 이러한 가족관계의 제 양상이 생활만족도에 미치는 독립적 영향력을 분석하고자 한다. 깊이 있는 연구를 위해 소영역별로 구체적으로 다루어야 하나, 본 연구의 특성상 깊게 다루지 못하였다. 그럼에도 불구하고 가족관계 뿐 아니라 주생활, 경제생활, 시간관리 등 종합적으로 다룸으로써 중년기 가정을 현실적으로 기술하고자 한 점에 본 연구의 의의가 크다.

본 연구의 분석결과는 동시에 수행된 공동 연구의 다른 영역과 함께 도시의 아파트 거주 중년기 가정의 생활 양상을 통합적으로 파악할 수 있는 자료로 제시될 수 있을 것이다.

Ⅱ. 이론적 배경 및 선행연구

1. 중년기의 설정

중년기에 대한 정의나 명칭은 학자들마다 각기 다르지만, 생활 연령과 가족생활 주기는 시기 설정시 주요 지표로 사용되고 있다. 생활 연령을 지표로 사용하는 경우, Sheehy(1976)와 Gould(1978)는 35-45세, Brim(1976)은 40-50세, 미국 인구통계학회에서는 45-64세, Levinson(1978)은 40-65세, O'Conner(1985)는 35-50세를 중년기로 보았다(김현순, 1994

에서 재인용). 김명자(1988), 신기영(1991), 박수정(1991)등은 40-59세를, 최선미(1993)는 41-60세를 중년기로 설정하였다. 일반인의 중년기 연령구분에 대한 연구(윤진, 1988)에 의하면, 남자의 경우는 39-59세, 여자의 경우는 36-55세 까지를 중년기로 보는 경우도 있었다. 가족생활 주기를 지표로 사용할 때 가족원의 연령별 구성을 고려하긴 하나 연령 자체보다 생활사건과 가족관계의 변화 및 현상을 고려하게 된다. 서구의 경우 대체로 막내 자녀가 고등학교를 졸업한 후 취업이나 대학 진로, 결혼 등으로 출가한 이후부터 시기가 시작되는 것으로 본다(Harkins, 1978).

그러나 생활연령과 가족생활 주기를 각각 고려하기 보다는 동시에 고려하는 경우가 보다 일반적이다. 진미정(1993)은 40-59세의 생활 연령에 속하면서, 첫자녀가 초중고등학교에 다니는 자녀교육기, 첫자녀가 대학을 다니거나 취직, 군입대, 가사를 협조하는 자녀성년기, 첫자녀의 결혼부터 막내자녀가 아직 결혼하지 않고 부모와 동거하는 시기를 중년기로 보았다. 강인(1991)과 한미선(1992)은 40-60세에 속하면서 막내자녀 위치가 사춘기 이상에 속하는 시기를 중년기로 보고 있어 연구자마다 일치하지 않는다.

본 연구에서는 어머니의 연령이 40-60세 미만이며, 중고등학생 자녀가 있는 경우를 국한하여 중년기 여성의 가족관계를 다루고자 한다.

2. 중년기 여성의 가족관계

중년기 가족이 직면하게 되는 문제는 각 가족마다 정도의 차이는 있으나, 본 연구에서는 중년기 가족이 직면한 여러 문제 중 중년기 부인의 자아정체감, 남편과의 관계와 부모자녀 관계등 가족관계 측면에서 다루고자 한다.

1) 중년기 부인의 자아정체감

중년기는 심리적, 신체적으로 변화를 경험하며 자아를 재평가하는 시기이다. 중년기 부인의 자신에 대한 평가는 일치하지 않는다. 자아에 대해 긍정적으

로 평가하는 입장에 의하면, 중년기에 혼돈과 갈등을 경험하게 되나 결코 병리적 현상이 아니며 자신의 여러 모습을 인식하고 전체로 통합시켜 나가는 긍정적 현상으로 일시적으로 재적응을 요하는 시기로 본다(Levinson, 1978). 반면 자아에 대해 부정적으로 평가하며, 이로 인해 위기감을 초래한다고 보는 입장에서는 주부역할의 비구조적, 비가시적, 비전문적 특성상, 별다른 성취감을 느끼지 못하고, 미래에 대한 불확실성과 통제력 부족을 경험함으로써 중년기 부인의 자신에 대한 평가가 부정적이라는 것이다(한혜경, 1985; 최덕신, 1993; 최선미, 1993). 특히 자녀양육에 자신의 삶을 걸은 중년기 부인은 자녀가 떠난 후 무력감과 우울증에 빠지며, 여성다움의 상실 또한 우울증을 유발하기도 한다(김현순, 1994).

중년기 부인의 자아정체감에 영향을 미치는 사회인구학적 변수는 연구마다 일치하지 않는다. 학력이 높은 여성의 중년기 위기감이 상대적으로 낮다는 연구(김명자, 1989; 김현화, 1992; 신기영, 1991; 김현순, 1994)가 있는 반면, Cox(1980)와 Thompson(1984)은 학력이 높은 여성이 그들의 목표가 성취되지 않을 경우, 병리적 행동을 유발할 가능성이 크며, 자녀에 대한 높은 기대 수준으로 인하여 학력이 낮은 부모보다 자녀독립기에 더욱 어려움을 겪는다(김명자, 1988)고 보고 있다. 가계소득 수준이 낮은 경우, 여성의 위기감이 높아 심리적 복지가 낮다고 보고한 연구(김명자, 1988; 박경숙, 1991; 옥선화외 4인, 1991; 김현순, 1994)가 있는 반면, 월소득은 자아정체감과 유의한 관계를 보이지 않는다는 연구(김현순, 1994)도 보고되어 일관된 결과를 보이지 않는다. 종교가 있는 부인이 종교가 없는 부인에 비해 자아정체감이 높다는 연구 결과(김명자, 1988; 김현순, 1994)를 통해, 종교가 중년기 여성의 적응에 도움을 된다고 보았다. 연령이 많은 집단이 적은 집단보다 위기감이나 우울성향이 높다는 연구(박경숙, 1991; 신기영, 1991; 옥선화외, 1991)가 있는 반면, 연령이 많은 집단이 적은 집단보다 만족도가 더 높다는 연구(김현화, 1994) 등이 있어 일관된 결과를 보이지 않는다. 따라서 이러한 인구사회학적 변수와 중년기 부인의 자아정체감과의 관계를 분석할 필요가 있다.

2) 남편과의 관계

일반적으로 중년기 부부는 자녀출산 및 양육의 신체적, 심리적 부담에서 벗어나고 가정생활내의 역할 수행에 익숙해지고 심리적 공감대를 넓혀갈 수 있는 시기로 본다(유안진, 김혜선, 1987). 그러나 자녀출산 이후 부부는 자녀양육, 직업 종사 등 각자의 역할을 수행하느라 의사소통을 거의 못하고 소원해지는 경우, 부부간의 위기를 초래할 수도 있다. 또한 자녀의 성장으로 부모간의 상호작용에서 요구되는 관계의 질도 변화하여 부부관계의 재조정이 요구되는데 이러한 과정에서 긴장감을 경험하게 될 수도 있다(Sheely, 1976).

또한 앞서 언급한 바 대로 중년 부인만 적응상 경험할 어려움을 겪을 뿐 아니라 남편의 경우도 적응상 개인적 문제에 직면하게 된다. 예를 들면 직업적 성취에 몰두하면서 스트레스와 위기감을 느끼거나, 일에 대한 압박, 다가 올 은퇴에 따른 상실감, 젊은 동료의 승진에 대한 두려움 등이 그것이다(김명자, 1988).

중산층 중년 부인의 57.6%가 남편과의 관계에 대해 만족한다고 밝힌 연구(옥선화, 1991)가 있기는 하나, 중년 여성의 위기감, 소외감과 관련된 자아정체감을 다룬 연구는 많은데 반해 가족의 맥락 안에서 중년기 부인이 경험하는 부부관계를 다룬 연구는 매우 미흡하다. 부부 각자가 개인적 문제에 직면하게 되고 자녀관계나 사회관계망상의 변화로 인해 부부관계의 재조정상 어려움이 야기되므로, 중년기 부부관계와 관련 변수와의 관계를 다루어야 할 필요가 있다.

3) 자녀와의 관계

중년기 가족의 가장 어려운 문제가 자녀문제라고 보고한(옥선화외, 1991; 한미선, 1992) 바 있듯이, 중년기 가족에 있어서 빼놓지 않고 다루어야 하는 부분은 부모자녀 관계이다. 청소년 자녀의 입장에서 볼 때, 자신에게 펼쳐진 미래 생활에 대해 선택의 폭이 넓어지게 되고, 새로운 상황에 적응을 잘 하는데 반해, 부모들은 이를 수용하지 못하며 이에 자녀들은 부모의 권위에 도전을 하면서(유안진, 김혜선, 1987),

중년기 부모와 자녀 관계는 어렵게 전개될 수 있다. 부모의 입장에서는 자녀가 사춘기에 달하면서 자녀의 재능이나 능력의 한계가 드러나게 되므로 자녀에 대한 희망과 꿈을 재조정해야 하나, 자녀가 그들의 목표추구에 대해 실패를 보일 때는 부모 자신이 좌절을 경험하게 되고(Gould, 1978) 스트레스를 경험하게 된다. 따라서 어머니와 청소년 자녀의 의견충돌은 잦아지게 된다(이광주, 1988).

자녀의 학업, 진학문제가 얽혀 있는 이 시기의 가족은 경제적 심리적 부담이 가중되어 있다. 학업을 중시하는 문화권에서 입시를 앞 둔 자녀가 있는 경우 어머니의 경제적, 심리적, 신체적 부담감은 어느 발달단계 못지 않게 크리라 예상되며, 오히려 대학생 자녀를 둔 경우에 이르러서야 자녀양육에 대한 부담감이 적으리라 예상된다. 이는 젊은 부부의 가정보다 청년 전·중기의 자녀를 둔 가정과 청년 후기의 자녀를 둔 중년기 부인의 긴장수준이 높다는 김정옥, 박순희(1990)의 연구결과에 의해서도 뒷받침되고, 자녀의 학업 부진이나 정서 불안 등의 책임을 어머니에게 부여한다는 한미선(1992)의 연구결과에 의해서도 어머니의 역할 과중을 예측할 수 있다.

어머니의 학력과 자녀양육 스트레스와의 관계를 다룬 연구(남유리, 1989; 유희정, 1992; 진미정, 1992)에 의하면 어머니가 고학력일수록 받는 자녀양육 스트레스의 양도 적고, 심리적 손상도 적으며, 어머니로서의 역할수행에 따른 부담을 덜 느끼며 자신감을 보인다고 밝히고 있다. 한편, Barnett & Baruch(1985)와 White & Edwards(1990)의 연구에서는 어머니의 교육수준이 높을수록 부모 역할에 따르는 스트레스와 역할 갈등을 더 많이 경험한다고 밝히고 있다. 이렇게 어머니의 교육수준과 양육 스트레스와의 관계는 일관된 결과를 보이지 않으므로 관계를 규명할 필요가 있다.

가계소득과 남편의 학력이나 직업이 상위층일 경우, 가족원의 욕구를 충족시켜 줄 자원이 풍족하여 생활을 윤택하게 하고 심리적 여유를 주므로 스트레스를 덜 받는다는 연구 결과(권경희, 1985)가 있는 반면, 어머니로서의 역할 수행에 따른 부담은 가계소득과 무관하다는 결과(진미정, 1993)도 제시되어

일관된 결과를 보이지 않는다. 따라서 구조적 만성적 스트레스를 유발하는 가족의 사회경제적 지위 변수와 양육 스트레스와의 관계를 규명할 필요가 있다. 한편, 고성혜(1994)의 연구에 의하면 어머니가 느끼는 양육 스트레스는 가족의 사회경제적 배경이나 자녀 수, 자녀의 성별과 연령, 어머니의 연령, 교육수준, 취업 유무 및 직종에 따라 차별화되지 않아, 사회경제적 지위의 영향을 받는 생활 사건에 대한 스트레스와 양육 스트레스는 다른 양상을 보인다고 보고하였다. 따라서 어머니가 경험하는 양육 스트레스와 관련 변수와의 관계를 규명할 필요가 있다.

본 연구에서 구체적으로 다루고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

① 중년기 부인의 자아정체감은 인구사회학적 변수, 경제관련 변수 및 가정생활관련 기타 변수에 따라 유의한 차이를 보이는가? 자아정체감에 영향을 미치는 관련 변수의 독립적 영향력은 어떠한가?

② 중년기 부인의 남편과의 관계는 인구사회학적 변수, 경제관련 변수 및 가정생활 관련 기타 변수에 따라 유의한 차이를 보이는가? 남편과의 관계에 영향을 미치는 관련 변수의 독립적 영향력은 어떠한가?

③ 중년기 어머니와 자녀와의 관계는 인구사회학적 변수, 경제관련 변수 및 가정생활 관련 기타 변수에 따라 유의한 차이를 보이는가? 자녀와의 관계에 영향을 미치는 관련 변수의 독립적 영향력은 어떠한가?

④ 중년기 부인의 자아정체감, 남편과의 관계와 자녀와의 관계가 생활만족도에 미치는 독립적인 영향력은 어떠한가?

Ⅲ. 연구방법

본 연구는 “서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활실태와 문제” 연구의 일부로서, 일반적인 연구방법은 이미 발표된 “서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활실태와 문제(Ⅰ):주생활을 중심으로(임정빈 외 7인 : 1995)”라는 연구와 일치한다. 본 연구에서 사용된 분석자료는 서울시 강남·북의 분양평수

35-45평과 15-25평 아파트 34개 지역으로부터의 표집된 주부 307명에 대한 질문지 조사자료이다.

질문지 중 가족관계와 관련된 질문은 총 64문항이다. 이 질문지에는 중년기의 자아정체감에 관한 8문항, 남편과의 관계에 관한 5문항, 가족간의 역기능적 의사소통에 관한 26문항, 자녀교육관과 양육 스트레스에 관한 12문항 및 가족의 특성에 관한 기타 질문으로 구성되어 있다.

중년기 자아정체감에 대한 설문구성을 위해 김명자(1988), 박수정(1992), 김애순(1993), 신기영(1991)의 연구를 참고로 하였다. 앞서의 연구에서는 중년기 위기감이라는 용어를 사용하여 20여개 이상의 문항으로 개념을 측정하고 있으나, 본 연구에서는 가족관계내 다른 양상과의 관계를 함께 다루고자 하고, 중년기=위기감이라는 틀보다는 정체감의 긍정적, 부정적 측면을 나누어 보는 것이 타당하다는 판단하에 신체적 정서적 자아에 대한 평가를 중심으로 자아정체감 문항을 정리하였다.

각 질문은 5점 척도로 구성되었으며, 질문 내용은 긍정적인 것과 부정적인 것이 포함되어 있어, 응답의 점수를 재조정하여 점수가 높을수록 자아정체감이 높은 것으로 보았다. 중년기 자아정체감에 관한 척도의 신뢰도 계수 α 는 .77이다.

남편과의 관계에 대한 척도는 최규련(1988)과 최연실(1987)의 연구를 참고하여 관련 문항을 정리하여 남편과의 정서적 친밀도, 의사소통, 남편의 지지 등 5문항의 5점 척도로 구성했다. 점수가 높을수록 남편과의 관계가 긍정적인 것으로 보았다. 이 척도의 신뢰도 계수 α 는 .83이다.

자녀양육에 대한 태도는 한국 교육개발원(1993), 김문조와 박영신(1992)의 연구 보고를 중심으로 5문항으로 구성하였다. 총점이 높을수록 교육에 대한 태도가 부정적이며, 이의 신뢰도 계수 α 는 .67이다.

한편 자녀양육 스트레스 척도는 Aibidin(1991)과 고성혜(1994)의 연구에서 사용한 양육 스트레스 문항 중 일부를 택하여 7문항으로 구성했으며, 이의 신뢰도 계수 α 는 .80이다.

자녀를 훈육하거나 가족간의 갈등이 생길 때 가족간의 의사소통 양식을 파악하기 위해 박민숙(1985), 채수정(1987), 박수정(1988)과 김경희(1993)의 연구에서 관련 문항을 취하거나 연구진이 직접 문항을 만들었다. 이 가운데 Satir의 역기능적 의사소통에 포함되는 회피형이나 비난형의 의사소통과 적대적이고 공격적 의사소통에 관한 문항으로 척도를 구성하였다. 점수가 높을수록 역기능적 의사소통을 많이 하는 것으로 보았다.

자료는 spss/pc⁺ 이용하여 분석하였고, 통계방법으로는 중년기 부인의 자아정체감, 남편과의 관계 및 자녀 관계의 실태를 파악하기 위하여 평균, 표준편차 및 빈도를, 인구·사회학적 변수¹⁾, 주관적·객관적 경제관련 변수²⁾ 및 기타변수³⁾에 따른 가족관계의 제 양상의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석과 t-검증을, 가족관계 양상에 영향을 미치는 인구·사회학적 변수, 주관적·객관적 경제 변수 및 기타 변수와의 관계는 단계적 중회귀 분석을 하였다.

단계적 중회귀 분석절차는 다음과 같다. 부채 유무는 가변수 처리되었는데 부채가 있을 경우는 1로, 없을 경우는 0으로 처리되었다. 각 양상에 유의미한 영향을 미친 독립변수들 간의 상관관계를 분석한 결과 상관계수가 가장 높은 것이 0.46으로 나타나 다중공선성이 거의 미약한 것으로 판단되었다. 회귀과정의 위반여부를 파악하기 위하여 잔차분석을 한 결과 Durbin-Watson 계수가 1.82-2.14의 분포를 보여 잔차간의 자기 상관이 없는 것으로 판단되었다.

- 1) 인구·사회학적 변수 : 부인의 연령, 가족수, 자녀수, 종교, 부인과 남편의 교육수준, 남편의 직업지위, 거주지역, 아파트 규모, 가족유형
- 2) 주관적·객관적 경제관련 변수 : 가정의 한달 평균 총소득, 재산 소득 유무, 부채유무, 순자산, 한달 평균 총 생활비, 생활곤경도, 경제만족도
- 3) 기타변수 : 부부싸움후 느낌, 남편이 자녀교육에 기여하는 정도, 여가생활이나 시간을 보내는 방식에 대한 만족도, 각종여가활동에 참여하는 정도, 남편의 가사 작업이나 자녀돌보기를 분담하는 정도

Ⅳ. 결과 및 해석

1. 중년기 부인의 자아정체감

전체적으로 중년기 부인의 자아정체감은 보통 수준 이상으로 높으나, 문항별 빈도를 고려할 때 적지 않은 부인이 자아에 대해 부정적 생각을 갖고 있다. 자신이 살아온 인생에 대해 헛살은 것 같다거나 자신의 또래에 비해 건강하지 못하며 늙은 것 같아서 글프다, 남편과 자녀에 대해 섭섭한 마음이 든다는 부인은 27.9-32.0%이다. 또한 지금의 자신의 모습이 좋지 않다는 부인 역시 40.3%로, 적지 않은 부인이 인생에 대해 아쉬워하고 허망하게 느끼고 있음을 알 수 있다. 이러한 경향을 고려할 때 적어도 10명 중 3-4명의 중년 주부는 정체감 위기를 경험할 수 있고, 이로 인한 가족 스트레스 역시 야기될 가능성이 엿보인다.

중년기 부인의 자아정체감과 관련 변수와의 관계를 분석한 결과는 다음과 같다.

1) 부인의 자아정체감에 영향을 미치는 변수

중년기 부인의 자아정체감이 가정의 인구·사회학적 변수, 주관적·객관적 경제관련 변수 및 기타 변수에 따라 어떤 차이를 보이는가를 알아보기 위하여 일원분산분석과 t-검증, Pearson의 적률상관관계 분석을 하였다. 이 중 중년기 부인의 자아정체감에 유의미한 차이를 보이는 변수는 <표 1>과 같다.

중년기 부인의 자아정체감은 부인의 교육수준에

따라 유의한 차이를 보이지 않아, 교육수준이 높을수록 위기감이 낮다고 보고한 김명자(1988)등 선행 연구의 결과와 일치하지 않는다.

남편의 직업지위에 따른 부인의 자아정체감은 유의한 차이를 보여, 남편의 직업이 전문직이거나 관리직일 때 부인의 자아정체감이 타집단에 비하여 긍정적인 것으로 나타났다. 이는 남편이 전문직에 종사할수록 중년기 여성의 위기감이 낮다는 김명자(1988), 옥선화의(1991)등의 선행 연구 결과와 일치되었다.

근로소득과 재산소득을 합친 가정의 한달 총 평균 소득에 따라 부인의 자아정체감은 차이를 보여, 총소득이 높아질수록 자아정체감은 긍정적으로 나타났다. 이는 가계소득이 높을수록 중년기 위기감수준이 낮다는 김명자(1988), 박경숙(1991), 옥선화의(1991)의 연구결과와 일치된다. 부채유무에 따라서도 자아정체감이 차이를 보이는데 부채가 없는 경우 중년기 부인의 자아정체감이 긍정적으로 나타났다.

중년기 부인의 자아정체감은 주관적으로 느끼는 가정경제 생활의 곤경도와 자신 가정의 경제적 수준에 대한 만족도에 따라 유의한 차이를 보이고 있다. 가정에서 원하는 것을 하는데 경제적인 어려움이 없을수록, 자신 가정의 경제적 수준에 만족할수록 중년기 자아정체감은 긍정적으로 나타났다. 즉, 객관적 경제 자원뿐 아니라 주관적 경제 수준 역시 중년기 부인의 자아정체감에 영향을 미친다는 것이다.

또한 부부싸움후 느낌, 남편의 자녀교육 기여도, 여가 만족도, 시간사용 만족도, 각종 여가활동 참여

<표 1> 중년기 부인의 자아정체감에 영향을 미치는 변수

인구·사회학적 변수		주관적·객관적 경제관련 변수		기 타 변수	
변 수	F혹은 t값	변 수	F혹은 t값	변 수	F 값
남편의 직업	5.09**	총소득	2.74*	부부싸움후 느낌	10.14***
아파트규모(t값)	3.14**	부채유무(t값)	2.52*	남편의 자녀교육기여도	11.92***
		주관적 생활곤경도	5.87*	여가만족도	34.73***
		경제만족도	12.97**	시간사용만족도	35.06***
				여가참여빈도(a)	.32***

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001 (a) 상관계수를 나타냄

빈도에 따라서 중년기 자아정체감은 유의한 차이를 보였다. 부부싸움을 한 후 속이 후련하거나 두 사람이 더 가까워진 것 같은 것을 느낄수록, 남편이 자녀교육에 도움이 된다고 생각할수록, 여가생활과 하루의 시간을 보내는 방식에 만족할수록 각종 여가 활동에 참여하는 빈도가 많을수록 부인의 자아정체감이 긍정적으로 나타났다. 이러한 심리적 만족도 역시 긍정적 자아정체감을 갖는데 중요한 자원이 된다는 것을 뒷받침해 주고 있다.

2) 부인의 자아정체감에 영향을 미치는 변수들의 독립적 영향력

이상의 관련 변수들의 부인의 자아정체감에 미치는 독립적 영향력을 알아보기 위하여 단계적 중회귀 분석을 실시한 결과는 다음과 같다(〈표 2〉 참고).

〈표 2〉 부인의 중년기 자아정체감에 영향을 미치는 변수의 독립적 영향력

독립 변수	B	Beta	t값
시간사용만족도	1.86	.25	3.62***
남편의 자녀교육기여도	1.15	.21	3.49***
여가만족도	1.44	.23	3.24**
부부싸움후 느낌	.95	.18	3.07**
회귀계수	21.83		
F	22.34***		
R ²	.30		
Durbin-Watson	1.83		

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

부인의 중년기 자아정체감에 가장 영향력을 미치는 변수는 시간사용 만족도($\beta = .25$)로 나타났다. 그 다음이 남편이 자녀교육에 도움이 되는 정도($\beta = .21$), 여가만족도($\beta = .23$), 부부싸움후 느낌($\beta = .18$)으로 나타났다. 이 네 변수는 중년기 자아정체감 총분산의 30%를 설명하고 있다. 부인의 중년기 자아정체감은 시간관리 영역의 변수와 남편의 협조정도 및 남편과의 의사소통 후의 만족도가 가장 중요한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 결과를 볼 때 중년기 부인의 자아정체감은 가정의 사회경제적 지위나 경제생활의 특성등 가정의 주어진 조건

보다는 시간을 효율적으로 관리하고 여가를 잘 활용하며, 남편이 자녀교육을 적극적으로 도와주고 부부간의 갈등을 건전하게 해결하는 것과 같이 자기관리나 남편의 태도에 의해 더욱 더 좌우된다고 볼 수 있다. 이는 본 연구의 조사대상이 기본적인 경제문제는 어느 정도 해결된 중산층 이상의 집단이기 때문에 부인의 자아에 대한 인식을 좌우하는 것이 자신의 생활관리 능력이나 남편과의 관계로 나타난 것이 아닌가 사료된다.

2. 남편과의 관계

전체적으로 남편과의 관계는 좋은 것으로 나타났다. 문항별로 살펴볼 때, 남편과 함께 있으면 친밀감을 느끼고 편안하며, 크게 다투지 않고 잘 지내며,

어려운 상황에 놓일 때 최선을 다하여 도와준다는 질문에 거의 또는 항상 그렇다는 반응을 보인 부인은 64%-74.7%에 이르러 남편과의 관계가 긍정적인 것으로 나타났다. 그러나, 몸이 아플 때 남편이 주부의 일을 거의 또는 항상 해 주는 경우는 43.6%로, 상대적으로 남편의 협조가 가장 적은 것으로 나타났다. 이는 다른 문항의 내용보다 남편의 직접적 행동을 묻는 것이기 때문인 것으로 보인다.

부부갈등의 해결 방법에 대한 부인의 행동에 대해 알아본 바, 대화로 해결한다는 반응(29.4%)보다는 그냥 부인 자신이 참는다는 반응(35.6%)이 가장 높게

나타났다. 부부간의 문제가 있을 때, 그냥 참는다는 반응은 부부간의 갈등을 회피함으로써 갈등을 더 심화시킬 수 있으며 부인의 정신건강에 부정적 영향을 주므로 주목을 요한다. 부부간의 갈등이 있을 때 항상, 자주 말을 안하고 냉전을 벌인다거나(19.2%) 탄방에 가서 자는 등 가급적 피한다(10.7%)는 반응 역시 적지 않게 나타났다. 이러한 태도 역시 부부간의 문제 해결에 도움이 되지 않으므로 지양해야 할 바이다. 또한 부부간의 갈등이 있을 때, 항상 또는 자주 쇼핑을 하거나 청소, 빨래를 하는 경우(16.8%), 교회나 절에 가서 마음을 풀고 온다는 경우(15.0%) 역시 비교적 많은 편이다. 부부싸움 후의 느낌이 속이 후련해지고 가까워졌다는 경우(38.6%)보다 가슴이 더 답답해졌고, 남남인 것 같았다는 경우(61.4%)가 더 많다는 점은 앞서 부부갈등을 대화보다는 미숙한 방법으로 해결하려했던 경향이 빚어낸 결과일 수 있다. 따라서 부부간의 관계 개선을 위한 구체적인 방법을 널리 알려야 할 필요가 있다.

이상의 남편과의 관계와 관련 변수와의 관계를 분석한 결과는 다음과 같다.

1) 남편과의 관계에 영향을 미치는 변수

남편과의 관계가 가정의 인구·사회학적 변수, 주관적·객관적 경제관련 변수 및 기타 변수에 따라 어떤 차이를 보이는가를 알아보기 위하여 일원분산분석과 t검증, Pearson의 적률상관관계 분석을 한 결과는 다음과 같다.

남편과의 관계는 부인의 교육수준에 따라 유의한 차이를 보였다. 부인의 교육수준이 높을수록 남편과 친밀하고, 원만한 관계를 보이며, 남편이 자신을 잘 이해하고 도와주는 것으로 나타났다. Sheffe 검증 결과 부인의 교육수준이 중학교 이하일 때 다집단에 비하여 남편과의 관계에 있어 친밀감이 떨어지는 결과를 보였다.

남편과의 관계는 아파트 규모에 따라서 유의한 차이를 보여, 35평 이상의 아파트에 사는 부인은 25평 이하에 사는 부인보다 남편과의 관계가 친밀한 것으로 나타났다.

남편과의 관계는 한달 평균 생활비에 따라 유의한

차이를 보였다. 한달 생활비가 100-150만원인 경우 부인과 남편과의 관계가 가장 친밀하고 원만한 것으로 나타났고, 100만원 이하의 생활비를 지출하는 가정은 남편과의 관계가 가장 소원하게 나타났다. 또한 가정에서 원하는 것을 하는데 경제적인 어려움이 없고, 자신 가정의 경제적 수준에 만족할수록 남편과의 관계가 원만하고 친밀한 것으로 나타났다.

이상의 결과에서 가족의 사회경제적 배경 변수와 주관적 경제 만족도 변수는 부인이 지각하는 남편과의 관계에 영향을 미치는 주요 변수라는 것을 알 수 있다.

이 외에도 남편과의 관계는 부부 싸움후의 느낌에 따라 유의한 차이를 보여, 부부싸움을 한 후 속이 후련하거나 두 사람이 더 가까워졌다고 긍정적인 느낌을 가질수록 남편과의 관계가 원만하고 친밀하였다. 그리고 남편이 자녀교육에 기여를 많이 한다고 생각하거나 여가생활이나 시간사용 방안에 만족하거나 다양한 여가 활동에 많이 참여할수록 남편과의 관계가 좋은 것으로 나타났다. 즉, 남편과의 긍정적 관계 유지를 위해서는 부부갈등을 효율적으로 대처하여 감정적으로 악화되지 않아야 하며, 남편은 아버지로서 중고등학생 자녀의 양육에 실질적으로 기여해야 할 것이다. 또한 부인이 자신의 시간관리 및 여가생활 등 자기관리를 잘 할 때 남편과의 관계 역시 긍정적으로 확립될 수 있을 것이다.

2) 남편과의 관계에 영향을 미치는 변수들의 독립적 영향력

남편과의 관계에 유의미한 영향을 미치는 앞서의 관련 변수들의 독립적 영향력을 알아보기 위하여 단계적 중회귀 분석을 한 결과는 다음과 같다.

남편과의 관계에 영향을 미치는 변수는 부부싸움 후 느낌($\beta=.37$), 남편의 자녀교육기여도($\beta=.27$), 여가생활에 대한 만족도($\beta=.20$), 여가활동 참여빈도($\beta=.14$)의 순서로 나타나 중년기 자아정체감을 결정하는 변수와 유사한 경향을 보였다. 이 네 변수는 <표 4>에서 보는 바와 같이 남편과의 관계 총분산 중 36%를 설명해 주고 있다. 부부싸움 후 속이 후련하고 남편과 더 가까워진 느낌을 갖고, 남편이

〈표 3〉 남편의 관계에 영향을 미치는 변수

인구·사회학적 변수		주관적·객관적 경제관련 변수		기 타 변수	
변 수	F혹은 t값	변 수	F값	변 수	F 값
부인의 교육수준	3.23**	한달 생활비	4.51**	부부싸움후 느낌	19.67***
아파트규모(t값)	2.74**	주관적 생활관경도	4.81**	남편의 자녀교육기여도	14.26***
		경제만족도	5.86**	여가만족도	17.28***
				시간사용만족도	11.99***
				여가참여빈도(a)	.33

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001 (a) 상관계수를 나타냄

〈표 4〉 남편과의 관계에 영향을 미치는 변수의 독립적 영향력

독립 변수	B	Beta	t값
부부싸움후 느낌	1.43	.37	6.80***
남편의 자녀교육기여도	1.09	.27	4.95***
여가만족도	.95	.20	3.50***
여가활동 참여빈도	.07	.14	2.41*
회귀계수		5.82	
F		31.93***	
R ²		.36	
Durbin-Watson		2.14	

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

자녀교육에 많은 도움을 주고, 여가생활에 만족하고, 다양한 여가활동에 자주 참여할수록 남편과의 관계가 더욱 더 원만하고 친밀한 것으로 볼 수 있다.

3. 자녀양육 스트레스

어머니가 경험하는 자녀양육 스트레스와 관련 변수와의 관계 분석에 앞서 중년기 가정의 부모자녀관계에 대한 이해를 돕기 위한 배경 설문 및 양육 스트레스의 경향을 기술하고자 한다.

어머니의 자녀교육에 관한 태도 중 학교교육만 믿기 불안하기 때문에 과외 공부를 시켜야 한다는 반응은 60.5%, 대학 진학이 자식의 평생을 좌우한다고 믿는 경우는 65.0%로 나타나, 다수의 중년 어머니들은 학교교육에 대한 불신이나 학력 제일주의에 빠져 있음을 엿볼 수 있다. 또한 주변 사람으로부터 무시

당하지 않고 뒤통수 대우를 받으려면 자녀가 공부를 잘 해야 한다고 생각하는 경우는 70.6%로 나타났는데, 이는 체면을 중시하는 우리 문화권내에서 어머니와 자녀와의 미분화 및 자녀에 대한 공부 압력으로 작용할 가능성이 높아 중고등학생 자녀의 정신적 압박감이 클 가능성이 있다.

어머니와 자녀간의 갈등이 있을 때, 자녀를 타이르는 경우는 96.3%로 대부분의 어머니는 자녀를 달래는 방법을 가장 흔히 사용하고 있다. 그러나 감정적이고 미성숙한 반응인 즉시 큰 소리를 지른다(65.2%), 자존심이 상할 말을 한다(48.4%), 찬바람이 불 정도로 쌀쌀맞게 대한다(35.0%) 기물을 던지거나 때린다(14.5%)고 응답한 경우도 있었다. 이러한 어머니의 태도는 예민하고, 발달상 위축되기 쉬운 청소년에게 어머니와의 심리적 거리를 더 멀게 하고, 반항심을 야기시키며 반사회적 행동으로까지

치달게 하는등 부정적 영향을 줄 수 있다. 한편 어머니는 자신의 훈육에 대해 자녀가 자신의 기분과 이유를 설명하거나(81.3%), 사과한다(78.8%)고 보고하여 자녀의 태도를 긍정적으로 보았다. 그러나 핑계를 댄다거나(54.1%), 큰 소리를 지르거나 대든다(39.5%), 오히려 부모의 잘못을 들추거나 (29.9%) 부모의 말을 제대로 듣지 않고 피해 버린다(28.7%)는 경우도 적지 않아 부모의 훈육이 효과를 거두지 못하는 경우도 많았다. 이는 어머니의 반응과 자녀의 반응간의 상관관계 결과로도 파악될 수 있다. 다시 말해, 어머니가 자녀를 더 자주 타이르는 경우 자녀는 자신의 기분과 이유를 설명하고 사과하는 빈도가 높은 반면, 어머니가 즉시 큰 소리를 지르거나 폭언과 폭력적인 행동을 하는 경우 자녀 역시 큰 소리를 지르거나 대들고, 오히려 부모의 잘못을 들추고 핑계를 대며 제대로 듣지 않고 피하는 것으로 나타났다. 결국 어머니의 효과적인 훈육태도는 자녀에게도 수용되어 어머니의 충고와 지도가 효과적일 수 있으나, 부모의 위협적,적대적 훈육태도는 자녀의 반발을 살 뿐, 전혀 효과를 거두지 못하는 것으로 나타났다.

중년기 어머니는 자녀양육에 따르는 스트레스를 많이 경험하는 것으로 나타났다. 스트레스를 받는 빈도가 30% 이상이고, 평균 값도 높은 경우를 고려할 때, 어머니가 가장 많은 스트레스를 받고 있는 것은 자녀 뒤통수거리에 몸이 피곤하고 경제적으로 부담이 된다는 것이다. 그 다음으로는 자녀양육으로 인해 자신의 개인 생활이 뒷전에 밀려 서글프다는 것이며, 자녀키우는 일에 자신이 없다는 경우이다. 자녀가 나쁜 친구를 사귀거나 친구나 선생님으로부터 따돌림을 당하게 될까봐 걱정을 많이 하고 있으며, 자녀로 인해 무력감이나 배반감을 느낀다는 반응도 적지 않았다.

1) 자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 변수

인구·사회학적 변수, 주관적·객관적 경제관련 변수 및 기타변수가 자녀양육에서 느끼는 스트레스에 어떤 차이를 보이는가를 알아보기 위하여 일원분산분석, t검증, Pearson의 적률상관관계 분석을 한 결

과는 다음과 같다.

자녀양육 스트레스는 거주지역에 따라 차이를 보이는데 강남에 거주하는 부인이 강북에 거주하는 부인보다 자녀를 양육하는데 어려움을 더 느끼고 있는 것으로 나타났다. 거주 지역의 영향이 중년기 부인의 자아정체감이나 남편과의 관계에는 유의하게 나타나지 않았는데 반해, 자녀양육 스트레스에 나타난 점은 8학군 열병이라는 우리의 현실이 반영된 결과일 수 있다. 교육특구라고 하는 8학군이 속한 강남 지역에 거주하는 어머니는 다른 거주 지역의 어머니에 비해 경쟁적이고 긴장하고 스트레스를 더 느낄 수 있기 때문으로 볼 수 있다.

부채유무에 따라 자녀양육 스트레스 정도에 차이를 보이는데 부채가 없는 경우 자녀를 양육하는 데서 오는 어려움을 덜 느끼고 있었다. 주관적 경제 생활 곤경도나 경제생활에 대한 만족도에 따라 자녀양육에서 오는 스트레스는 차이를 나타나, 가정에서 원하는 것을 하는데 경제적 어려움이 없고 자신의 가정의 경제 수준에 만족할수록 자녀양육 스트레스를 덜 느끼고 있었다. 즉, 자녀가 중고등학교생인 경우 경제적 부담으로 인해 어머니는 스트레스를 많이 경험하게 될 가능성이 많다.

남편이 아버지로서 자녀교육에 도움이 된다고 지각할 때 어머니는 자녀양육 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났다. 특히 자녀가 청소년기의 경우 그 이전 시기에 비해 아버지의 역할이 더 많이 요구되고 어머니의 자녀통제력이 약해지는 시기의 아버지로서의 자리매김은 어머니의 자녀양육 스트레스를 경감시켜 줄 수 있을 것이다.

자녀양육 스트레스는 부인 자신의 여가 생활과 하루의 시간을 보내는 방식에 따라 유의한 차이를 보여, 만족도가 높을수록 자녀양육 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났다. 우리의 입시 풍토를 고려할 때 자녀가 중고등학교에 다니게 되면 많은 어머니들은 가정생활의 중심을 자녀에게 두고 자녀의 공부를 방해하지 않고 분위기 조성을 위해 애쓰는 등 어머니 개인의 생활은 뒷전에 밀리기 쉬우므로, 개인의 생활관리에 대해 불만스러울수록 자녀양육 스트레스가 높게 나타났을 가능성이 있다.

〈표 5〉 자녀양육스트레스에 영향을 미치는 변수

인구·사회학적 변수		주관적·객관적 경제관련 변수		기 타 변수	
변수	t값	변수	F혹은 t값	변수	F 값
거주지역	-2.54*	부채유무(t값)	-2.92**	남편의 자녀교육기여도	14.92***
		주관적 경제생활곤경도	3.17**	여가만족도	12.17***
		경제만족도	4.64**	시간사용만족도	15.51***

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

2) 자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 변수들의 독립적 영향력

자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 유의한 변수들의 독립적 영향력을 알아보기 위하여 단계적 중회귀분석을 한 결과는 다음과 같다.

자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 변수 중 남편의 자녀교육 기여도($\beta = -.32$), 부인 자신의 하루 시간을 보내는 방식에 대한 만족도($\beta = -.24$), 부채유무($\beta = .17$)로 나타났으며, 이 세 변수는 자녀양육 스트레스 총분산의 21%를 설명해 주고 있다. 부채유무인 경제 변수가 중년 부인의 자아정체감이나 남편과의 관계에는 영향을 미치지 않았는데 반해, 자녀양육 스트레스에는 영향을 미친다는 결과는 중고등학교 시기가 가계에 경제적 부담이 되는 시기이고 특히 자녀의 과외교육비등의 지출 부담 때문이었다.

4. 가족관계가 생활만족도에 미치는 영향

부인의 중년기 자아정체감, 남편과의 관계, 자녀양육 스트레스, 부부싸움후 느낌, 남편의 자녀교육 기여도, 자녀교육 태도, 남편과의 대화양식, 자녀와의 대화, 부모에 대한 자녀의 역기능적 반응과 같은 가족관계 제 양상이 전체 생활만족도에 미치는 영향력을 알아보기 위하여 단계적 중회귀 분석을 실시하였다. 독립변수간의 상관관계를 분석해 본 결과 다중공선성이 존재할 만큼 높은 상관관계를 보이는 변수가 없었고 Durbin-Watson계수도 2.14을 보여 잔차간의 자기상관이 없는 것으로 판단되었다.

전반적 생활만족도에 가장 영향을 미치는 변수는 중년기 자아정체감이며, 그 다음이 남편과의 관계, 부모에 대한 자녀의 역기능적 반응의 순서로 나타났다. 생활만족도에 가장 많은 영향을 미치는 변수가 중년기 자아정체감으로 나타난 것은 결국 중년기 부인이 자신의 모습에 대해 긍정적 태도를 보이고 자신의 위치를 지킬 수 있을 때 생활전반에 대한 만족도가 크다는 것을 의미한다. 남편과의 관계 역시 생

〈표 6〉 자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 변수들의 독립적 영향력

독립 변수	B	Beta	t값
남편의 자녀교육기여	-1.75	-.32	-6.00***
시간사용만족도	-1.63	-.24	4.53***
부채유무	1.965	.17	3.15**
회귀계수	17.57		
F	24.90***		
R ²	.21		
Durbin-Watson	1.83		

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

〈표 7〉 전반적 생활만족도에 영향을 미치는 가족관계 제 양상

독립변수	B	Beta	t값
중년기 자아정체감	.06	.46	7.13***
남편과의 관계	.03	.19	3.04**
부모에 대한 자녀의 역기능적 반응	.03	-.13	-2.43*
회귀계수	.98		
F	39.47***		
R ²	.32		
Durbin-Watson	2.14		

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

활만족도와 정적인 관계를 갖는데($\beta=.19$) 남편과의 관계가 원만하고 친밀할수록 전반적 생활에 대한 만족도가 증가한다는 것이다. 부모가 자녀를 꾸짖을 때 소리를 지르거나 핑계를 대는 등 역기능적 반응으로 자주 할수록 전반적인 생활에 대한 만족도는 감소한다고 볼 수 있다($\beta=-.13$). 이들 세 변수는 생활만족도의 전체분산 중 32%를 설명하고 있다.

V. 결론

이상 살펴본 바에 따르면 서울시 아파트에 살고 있는 중년기 가족내 부인의 자아정체감과 남편과의 관계는 가정의 사회경제적 지위나 경제생활의 특성 등 가정의 주어진 조건 보다는 부인의 효율적 시간 관리, 여가 활용, 남편의 자녀교육 협조와 부부 갈등의 건전한 해결 방법등 자기관리나 남편의 태도에 의해 더욱 더 영향을 받고 있다. 자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 요인은 부인의 자아정체감이나 남편과의 관계와 유사한 경향을 보이나 경제생활의 특성인 부채 유무가 포함된 것이 다르다. 중고등학생 자녀가 있는 경우 가계 지출이 많은 시기로, 자녀에 대한 과도한 교육열과 교육성취를 위해 과도하게 지출되는 사교육비 부담으로 인해 중년기 가정에서 자녀를 양육하는데 스트레스를 받게 된다고 볼 수 있다.

중년기 부인의 전반적인 생활에 대한 만족도는 중

년기 부인의 자아정체감이 긍정적이고, 남편과의 관계가 좋을 때 증가하고, 어머니가 자녀를 꾸짖을 때 소리를 지르거나 핑계를 대는 등 역기능적 반응을 자주 할수록 생활에 대한 만족도는 감소하였다.

이상의 결과를 토대로 아래의 제언을 할 수 있다.

중년기 부인이 긍정적인 자기상을 갖고, 남편과의 관계를 긍정적으로 영위하기 위해서는 개인의 시간 관리를 잘 할 수 있는 능력 향상의 기회를 제공해야 할 것이다. 아울러 여가활동의 다양화를 꾀하여 자기개발 활동 및 대사회적 활동에 쉽게 참여할 수 있는 다양한 프로그램 및 조직을 강화해야 할 필요가 있다. 또한 부부갈등을 효과적으로 해결할 수 있는 방법등을 구체적으로 다룬 부부대상의 사회교육 프로그램이 필요하다.

중년기 부인의 자녀양육 스트레스를 경감시키기 위해서는 청소년 자녀의 양육에 아버지의 역할 참여를 이끌어 낼 수 있는 방안을 모색해야 한다. 또한, 중고등학생 자녀를 둔 경우 가계 지출이 많은 시기인데다 어머니의 공교육에 대한 불신 및 학력 제일주의는 자녀양육에 대한 심리적, 경제적 부담감을 가중시키므로, 공교육에 대한 신뢰감 회복을 위한 실질적 방안이 장기적으로 모색되어야 한다.

【참고 문헌】

1) 강 인. 중년기 가족 스트레스와 가족대처방안에

- 관한 연구. 이화여대 석사학위 논문. 1991.
- 2) 고성혜. 어머니가 지각한 양육 스트레스에 관한 연구. 한국청소년연구 제18호, 1994, 21-37.
 - 3) 고은주. 직업 유무가 여성의 중년기 지각에 미치는 영향. 고려대 석사학위 논문. 1989.
 - 4) 김경희. 부부의 역기능적 의사소통 유형과 자녀의 문제 행동과의 관계. 효성여대 석사학위 논문. 1993.
 - 5) 김명자. 중년기 위기감 및 그 관련 변인에 관한 연구. 이화여대. 박사학위 논문. 1988.
 - 6) 김문조, 박영신. 나는 내가 아니다. 가족문화연구회 제 1회 심포지움, 대학입시와 가족, 1992, 14-37.
 - 7) 김애순. 개방성향과 직업, 결혼, 자녀 관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 연세대 박사학위논문. 1993.
 - 8) 김연화. 도시 주부의 가치관과 가사노동에 대한 태도 및 만족도에 관한 연구. 숙명여대 석사학위 논문. 1986.
 - 9) 김정숙. 한국의 중산층 주부에 관한 일 연구. 연세대 석사학위 논문. 1984.
 - 10) 김현순. 중년 여성의 자아정체감과 우울성향과의 관계, 서울여대 석사학위 논문. 1994.
 - 11) 노유자. 서울지역 중년기 성인의 삶의 질에 관한 분석 연구 연세대 박사학위 논문. 1988.
 - 12) 박경숙. 중년기 여성의 적응에 관한 연구. 숙대 석사학위 논문. 1990.
 - 13) 박민숙. 부부간의 의사소통 효유성 결정요인에 관한 연구. 이화여대 석사학위 논문. 1985.
 - 14) 박수정. 중년기 부인의 사회관계망과 심리적 복지감에 관한 연구. 숙명여대 석사학위 논문. 1992.
 - 15) 신기영. 중년기 주부의 위기감과 사회관계망 지원에 관한 연구. 서울대 석사학위 논문. 1991.
 - 16) 옥선화, 이기춘, 이기영, 이순형, 공인숙. 현대 산업 사회에 있어서 40대 중산층 주부가 지각한 가정생활의 제 문제. 대한 가정학회지 제 29권 2호, 1991, 135-154.
 - 17) 유안진, 김혜선. 인간발달. 한국방송통신대 출판부. 1987.
 - 18) 유영주. 한국도시 가족의 가족생활주기 모형 설정에 관한 연구. 한국가정관리학회지 2(1), 1984, 111-129.
 - 19) 유희정. 자녀교육과 부부관계. 여성한국사회연구회편, 한국 가족의 부부관계, 사회문화연구소 출판부. 1992.
 - 20) 윤 진. 인생단계와 그 연령 기준(1). 한국심리학회지, 7(2), 1993. 127-139.
 - 21) 이광주. 주부의 스트레스 요인과 대응 방법에 관한 연구. 효성여대 석사논문. 1988.
 - 22) 임정빈, 이기영, 이연숙, 김외숙, 조재순, 임혜경, 송혜림, 고성혜. 서울시 아파트 거주 중년기 가정의 생활 실태와 문제: 주생활을 중심으로. 대한 가정학회지 제 33권 3호, 1995, 279-289.
 - 23) 진미정. 중년기 여성의 어머니 역할 수행 부담과 심리적 복지. 서울대 석사학위 논문. 1993.
 - 24) 채수정. 부부의 역기능적 의사소통 유형이 주부의 신경증 성향에 미치는 영향. 성심여대 석사학위 논문. 1987.
 - 25) 최규련. 한국도시부부의 결혼만족도 요인에 관한 연구. 고려대 박사학위 논문. 1988.
 - 26) 최덕신. 중년기 주부의 사회관계망과 자기 존중감에 관한 연구. 이대 석사학위 논문. 1993.
 - 27) 최선미. 도시 중년기 주부의 가사노동에 대한 태도 및 스트레스 상태. 연세대 석사학위 논문. 1993.
 - 28) 최연실. 사회경제적 지위에 따른 결혼만족도와 결혼안정성에 관한 연구. 서울대 석사학위논문. 1987.
 - 29) 한국교육개발원. 한국인의 교육열 연구. 한국교육개발원 연구보고. 1993.
 - 30) 한미선. 중년기 부인의 자녀문제에 의한 스트레스, 대처방안과 심리적 적응간의 관계. 숙명여대 석사학위논문. 1992.
 - 31) Aibidin, R. R. *Parenting Stress Index*. Charlottesville, VA : Pediatric Psychology Press. 1990.
 - 32) Harkins, E. B. "Effects of Empty Nest Transition on Self-Report of Psychological and Physical

-
- Well-Being" *J. of Marriage and the Family*, 40, 549-556. 1978.
- 33) Levinson, D. J., C. N. Darrow, E.B.Klein, M. H. Levinson, and B. Mckee. *The Seasons of a Man's Life*, N. Y.: Knopf. 1978.
- 34) White, L. & Edwards, J.N. "Emptying the Nest and Parental Well-Being: An Analysis of National Panel Data," *American Sociological Review*, 55, 235-242. 1990.