

중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향

- U시에 거주하는 중년기여성을 중심으로-

김동현* 이재모**

The Effect of Social Support and Self-esteem on Subjective Happiness in Middle-aged Women

- Focused on Middle-aged Women living in U city -

Dong-Hyun Kim* Jae-Mo Lee**

요약 본 연구는 중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향을 알아보았다. 연구기간은 2018년 2월 1일부터 2월 28일까지 U지역에 거주하는 중년 여성 중 300명을 대상으로 유의 표집하였다. 설문지는 직접 방문하여 배포하고 자기기입식 방법으로 사용가능한 250부를 자료 분석에 활용하였다. 자료 분석은 최종 250부를 SPSS 18.0 프로그램으로 기술통계, 상관분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다. 연구결과 연구대상자의 인구사회학적 특성은 54.4%(135명)가 50세 이하의 연령층으로 학력은 2년제 대학교 졸업이상 51.6%(129명), 종교는 62.8%(157명)로 대부분 종교를 가지고 있었다. 중년기 여성의 사회적 지지, 자아존중감, 주관적 행복감과 상관관계에서 정(+)의 관계를 가지고 있으며, 중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향은 최종모형($F=27.007, p<.001$)에서 통계적으로 유의하게 나타났다. 중년기 여성의 주관적 행복감을 증진하는데 있어서 자아존중감과 사회적 지지를 향상시키는 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 한다.

Abstract This study examined the effects of social support and self-esteem on subjective happiness in middle-aged women. The study was conducted on 300 middle-aged women living in U city area from February 1 to February 28, 2018. The questionnaire was used to analyze 250 available copies of the questionnaire. Data were analyzed by descriptive statistics, correlation analysis, and hierarchical regression analysis. The results showed positive correlation between social support, self-esteem, and subjective happiness of middle-aged women. The influence of social support and self-esteem on subjective happiness of middle-aged women came out to be statistically significant in the final model ($F = 27.007, p < .001$). The study intends to provide basic data for improving the quality of life of middle-aged women.

Key Words : middle-aged, social support, women, self-esteem, subjective happiness

1. 서론

현대사회는 산업화와 아울러 양성평등시대가 되면서 여성의 학력 상승이 사회현상으로 대두되기 시작했다. 이러한 사회현상은 자연스럽게 여성의 사회생활과 중년여성까

지 경쟁력의 구도로 환경이 바뀌어 가고 있음을 알 수 있다. [1]에 의하면 2015년 11월 현재 우리나라 가구수는 총 1,956만 가구이며, 가구주의 중위연령은 50.8세와 여성가구주 비율은 29.6%로 증가추세를 보이고 있다. 일반

This Paper was supported by research Fund of Yeungnam University in 2017.

*Department of Saemaeul and International Development, Yeungnam University

**Corresponding Author : Department of Saemaeul and International Development, Yeungnam University (swleejm@ynu.ac.kr)

Received April 11, 2018

Revised May 29, 2018

Accepted June 29, 2018

적으로 중년기를 만 40세에서 59세에 이르는 시기로 본다. 이 시기는 감각 능력과 기억력이 감소하여 지각 능력이 떨어져 중년의 위기가 나타나기도 한다.

그리고 중년기는 인간의 성장발달 과정 중에서 인생의 중간지점으로 여겨진다. 인간은 생애 주기별 가족구성원이 나 스스로 바라는 요구와 기대, 주어진 역할이 다르며 환경에 따라 잘 적응해 나가는 것이 중요하다. 특히 중년기 여성은 자아존중감과 사회적 지지는 역동적인 상호교류를 통해 스스로 감정, 태도, 행동양식, 생각 등을 탐색하고 이해[2]할 수 있다고 볼 수 있다. [3]의 연구에서 사회적 지지의 하위변인에서 자존감지지가 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 [4]의 연구에서 나타난 자아존중감이 높은 집단에서 중년기 위기가 낮게 나타난 것과 일치함을 알 수 있다. 중년여성에 대한 연구는 건강과 우울, 자아존중감 등, 심리와 사회적 지지 등[5-13], 평생교육과 프로그램[14-15]등에 대한 연구가 많이 있지만 중년여성의 주관적 행복감에 대한 연구는 이루어지고 있는 실정이다. [16]의 연구에서 중년여성의 건강 웰니스 지수와 주관적 행복감은 정적 상관관계를 보였다. 이러한 연구는 중년기 여성에게 사회적 지지와 자아 존중감을 향상시키고 나아가 주관적 행복감 향상에 기여할 수 있음을 알 수 있다.

따라서 본 연구는 중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향을 알아보려 한다.

2. 연구문제

- 2.1. 연구대상자의 주요변수에 대한 수준은 어떠한가?
- 2.2. 중년기여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감의 관계는 어떠한가?
- 2.3. 중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향은 어떠한가?

3. 연구 방법

3.1. 연구대상

본 연구는 2018년 2월 1일부터 2월 28일까지 U 지역에 거주하는 중년 여성 중 300명을 대상으로 유의 표집하였다. 설문지는 직접 방문하여 배포하여 사용가능한 250부를 자료 분석에 활용하였다.

3.2. Measurement

표1. 신뢰도
Table1. Reliability

Item		n. of ques.	Cronbach's α
general characteristics	age, academic-background, religion	3	-
dependent variables	subjective happiness	29	.85
independent variables	social support	12	.92
	self-esteem	10	.75

3.2.1 종속변수: 주관적 행복감

옥스퍼드 행복질문지(The Oxford Happiness Questionnaire)를 [17]이 수정하고, [18]가 번안하여 사용한 척도로 구성하였다.

이 척도는 문항 중 역채점 문항(1, 5, 6, 10, 13, 14, 19, 23, 24, 27, 28, 29)이며 점수범위는 리커트 4점 척도로 점수가 높을수록 행복감 수준이 높은 것을 의미한다. [17]연구의 Cronbach's $\alpha = .78$ 이었고, [18]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었다. 본 연구의 Cronbach's $\alpha = .85$ 로 측정되었다.

3.2.1 독립변수

3.2.1.1. 사회적 지지

다차원척도(Multidimensional Scale of Perceived Social Support)를 사용하였다. MSPSS는 총 12문항으로 '거의 그렇지 않다' 1점에서 '거의 그렇다' 5점의 likert 5점 척도로 구성되어 [19]이 사용한 척도를 사용하여 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .92$ 로 측정되었다.

3.2.1.1. 자아존중감

자아존중감 척도(Self Esteem Scale: SES)는 [20]이 사용한 척도를 활용하였다. 이 척도의 문항은 총 10문항으로 긍정적인 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항으로 구성되어 있다. Likert 4점 척도로서 '매우 그렇지

않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점으로 측정하였다. 부정적인 문항(3, 4, 6, 8, 10번)에 대한 응답은 역점수로 처리하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 본 척도는 [20]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .94$ 로 나타났고, 본 연구의 Cronbach's $\alpha = .75$ 로 측정되었다.

4. 연구결과

4.1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 인구사회학적 특성을 기술통계로 분석한 결과, 연구대상자의 54.0%(135명)가 50세 이하의 연령층이었다. 연구대상자 연령대를 구체적으로 살펴보면 50세 이상이 46.0%(115명)의 구성비를 보였다. 학력은 2년제 대학교 졸업이상 51.6%(129명), 2년제 대학교 졸업 이하가 48.4%(121명)로 확인되었다. 연구대상자의 종교는 전반적으로 종교를 가지는 것으로 62.8%(157명), 종교가 없는 사람이 37.2%(93명)로 분포하고 있다.

표 2. 연구대상자의 일반적 특성
Table 2. General characteristics of subjects(N=250)

item		n	%
age	under 50	135	54.0
	over 50	115	46.0
academic background	under 2-year college graduation	121	48.4
	over 2-year college graduation	129	51.6
religion	have a religion	157	62.8
	no religion	93	37.2

4.2. 주요변수의 기술통계

본 연구의 주요변수인 행복감, 사회적 지지, 자아존중감을 기술통계에서 연구대상자의 행복감의 평균이 116.03이며 표준편차가 16.77로 나타났다. 연구대상자의 주관적 행복감은 높은 편으로 보여진다. 사회적 지지 전체 평균은 48.41이고 표준편차는 7.69로 나타났다. 이를 하위변수별로 살펴보면, 가족지지는 평균이 16.53이고 표준편차가 2.92로 나타났다. 친구의 지지는 평균이 15.67이고 표준편차가 3.10으로 나타났다, 타인의 지지는 평균이 16.21이고 표준편차가 2.99로 나타났다. 이는 사회적 지

지가 전반적으로 높은 것으로 보여진다. 자아존중감은 전체 평균이 30.73이고 표준편차는 4.05로 나타났다. 하위변수별로 부정적 자아존중감은 평균이 16.08이고 표준편차는 1.97로 나타났다. 긍정적 자아존중감은 평균이 14.66이고 표준편차가 2.98로 나타났다. 이는 자아존중감은 보통수준으로 보여진다.

표 3. 주요 변수들의 기술통계
Table 3. Descriptive statistics of key variables

(N=250)					
item	max.	min.	M	SD	
subjective happiness	62.00	169.00	116.03	16.77	
social support	family support	5.00	20.00	16.53	2.92
	friend support	4.00	20.00	15.67	3.10
	others support	4.00	20.00	16.21	2.99
social support	24.00	60.00	48.41	7.69	
self-esteem	negative self-esteem	8.00	20.00	16.08	1.97
	positive self-esteem	7.00	20.00	14.66	2.98
self-esteem	21.00	40.00	30.73	4.05	

4.3. 사회적 지지와 자아존중감과 주관적 행복감의 관계

중년기 여성의 사회적 지지, 자아존중감, 주관적 행복감과의 상관관계를 파악하기 위하여 상관분석을 한 결과에서 사회적 지지와 자아존중감과의 상관관계는 하위요인별로 고른 상관관계를 보였다. 각 하위요인별로는 가족의 지지와 부정적 자아존중감(.274), 긍정적 자아존중감(.318)이 상관관계를 보였고, 친구의 지지는 부정적 자아존중감(.232), 긍정적 자아존중감(.318)이 상관관계를 보였다. 타인의 지지도 마찬가지로 부정적 자아존중감(.263), 긍정적 자아존중감(.410)과 상관관계를 보였다. 사회적 지지와 주관적 행복감과의 상관관계에서는 가족의 지지(.225), 친구의 지지(.289), 타인의 지지(.337) 모두에서 상관관계가 나타났다. 자아존중감은 주관적 행복감과의 관계에서 하위

요인인 부정적 자아존중감(.358), 긍정적 자아존중감 (.525)모두에서 상관관계를 보였다.

표 4. 사회적 지지, 자아존중감, 주관적 행복감 간의 상관관계 분석
Table 4. Relationship between social support, self-esteem and happiness

(N=250)

item	social support			self-esteem		subjective happiness
	family support	friend support	others support	negative self-esteem	positive self-esteem	
social support	1	.539**	.549**	.274*	.318*	.225**
	friend support		1	.683**	.232*	.361**
	others support			1	.263*	.410**
self-esteem	negative self-esteem			1	.307*	.358**
	positive self-esteem				1	.525**
subjective happiness						1

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

4.4 중년여성의 사회적 지지, 자아존중감이 행복감에 미치는 영향

중년기 여성의 사회적 지지와 행복감과의 영향관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하기 전에 독립변수들 간의 다중공선성 여부를 확인하기 위해 VIF계수를 산출하였는데, VIF계수는 1.0~1.13으로 모두 10이하로 나타났고, 공차한계는 .88~1.0으로 1에 근접하여 다중공선성의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

표 5. 사회적 지지, 자아존중감, 주관적 행복감에 미치는 영향
Table 5. Social support, Self-esteem, Effects on subjective happiness.

(N=250)

model	unstandardized coefficients		standard coefficient	t	sig.	collinearity statistics	
	B	std. error				beta	tolerance
1	(constant)	83.666	5.913		14.150	.000	
	friend	.361	.399	.067	.904	.367	.515
	others support	1.416	.416	.249	3.403	.001	.525
	family cohesion	.211	.380	.036	.555	.579	.671
2	(constant)	43.165	7.620		5.664	.000	
	friend	.070	.355	.013	.197	.844	.511
	others support	.666	.378	.117	1.760	.079	.499
	family cohesion	-.179	.342	-.031	-.525	.600	.652
	negative self-esteem	1.962	.452	.220	4.345	.000	.859
	positive self-esteem	2.170	.302	.379	7.195	.000	.796

model 1: R²=.319. ΔR²= .102 F= 12.041***
model 2: R²=.299 ΔR²= .288 F= 27.007***
Durbin-Watson 1.920

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

1단계에서 사회적 지지의 하위변수인 타인지지가 행복감에 유의한(F=12.041, β=.249, p<.001) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계(F=27.007, p<.001)는 자아존중감의 하위변수인 부정적 자아존중감 β=.220, 긍정적 자아존중감은 β=.379의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 최종모형 설명력은 28.8%로 Durbin-Watson 1.920으로 나타났다.

5. 논의

본 연구는 중년 여성의 사회적 지지, 자아존중감의 정도를 확인하고 이 변수들이 주관적 행복감에 미치는 영향을 확인함으로써 사회적 지지와 자아존중감 향상 프로그램의 개발하는데 필요한 기초자료를 제공하고자 수행하였다.

본 연구대상자의 행복감 평균이 116.03이며 표준편차가 16.77로 주관적 행복감은 높은 편으로 나타났는데 이는 [16]의 연구에서 중년여성에게 사회적 지지가 되는 환경이 자아 존중감을 향상시키고 나아가 주관적 행복감 향상에 기여하는 결과를 지지하고 있음을 알 수 있었다.

자아존중감은 전체 평균이 30.73이고 표준편차는 4.05로 나타나 보통수준이었으며 [21]의 연구에서 일반적 자아 존중감 요인에서는 여학생들(3.18)이 남학생들(3.32)보다 일반적 자아존중감이 낮았으나 통계적인 차이는 없었다는 것을 지지하고 있었다.

본 연구의 상관분석을 한 결과 사회적 지지와 자아존중감과의 상관관계는 하위요인별로 고른 상관관계가 나타났고, 사회적 지지와 주관적 행복감과의 상관관계에서는 가족의 지지(.225), 친구의 지지(.289), 타인의 지지(.337) 모두에서 상관관계가 있었다. [22]의 연구에서 대상자의 사회적 지지가 높을수록 자아존중감과 생활만족도가 높은 상관관계를 보였고 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났는데, 이는 사회적 지지와 자아존중감은 행복감에 미치는 중요한 변수임을 알 수 있었다. 이와 같은 결과는 주관적 행복감이 중년기 여성에게 사회적 지지를 통하여 중요한 변수임을 알 수 있었다. 따라서 자아 존중감과 사회적 지지를 강화시키는 프로그램이 필요하다고 본다.

6. 결론

본 연구의 결과를 정리하여 보면 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 인구사회학적 특성은 54.4% (135명)가 50세 이하의 연령층이었다. 학력은 2년제 대학교 졸업이상 51.6%(129명), 종교는 62.8%(157명)로 대부분 종교를 가지는 것으로 나타났다.

둘째, 본 연구의 주요변수인 주관적 행복감, 사회적 지지, 자아존중감을 기술통계로 분석한 결과가 주관적 행복감(M=116.03), 사회적 지지(M= 48.41), 자아존중감(M=

30.73)으로 나타나 보통수준보다 높은 것으로 나타났다.

셋째, 중년기 여성의 사회적 지지, 자아존중감, 주관적 행복감과의 상관관계를 파악하기 위하여 상관분석을 한 결과가 사회적 지지와 자아존중감과 주관적 행복감의 관계는 정(+)의 관계를 가지고 있는 것으로 나타났다

넷째, 중년기 여성의 사회적 지지와 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 최종모형 (F=27.007, p<.001)은 통계적으로 유의하게 나타났다. 자아 존중감의 하위변수인 부정적 자아존중감($\beta=.220$), 긍정적 자아존중감($\beta=.379$) 모두 유의한 영향을 미치는 것으로 설명력은 28.8%로 Durbin-Watson 1.920로 나타났다.

본 연구는 향 후 중년기 여성의 주관적 행복감을 증진 하는데 있어서 사회적 지지와 자아존중감을 향상시키는 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 하였다.

REFERENCES

- [1] Korean Statistical Information Service(2016).
- [2] Y. S. Cho, "A Case Study of Self-Growth Program on the Self-Esteem and the Stress of Middle Aged Women in Rural Area, Dept. of Counseling and Psychotherapy", Graduate School of International University of Korea Gyunngnam, Korea, 2012.
- [3] A. S. Choi, "A study on the relationship between stress and social support of middle aged women, Nursing Science Department of Nursing", The Graduated School of Ewha Womans University, 2002.
- [4] K. Ran. Choi, "Study on the Crisis-consciousness of Middle Aged Woman and Its Related Variables", Department of Family Environment & Welfare Graduate School Chonnam National University, 2006.
- [5] J. E. Heo, "Relationships between Spiritual Wellbeing, Social Support and De pression in the Middle-Aged Women", Department of Nursing Science Kosin University Graduate School, 2013.
- [6] M. S. Kim and H. S. An, "Dietary Intakes and Serum Component in Middle Aged Abdominal Obese Women", Journal of Korean Society for the Study of Obesity, 12, 2, pp.124-136, 2003.
- [7] Y. J. Seo, "The Effects of Depression, Social Support, and Self-esteem of Adults with Disabilities on Employment Needs", The Graduate School Seoul National University Department of Social Welfare, 2014.

- [8] H. Y. Lee and H. S. Jeon, "Effects of Life Satisfaction Expectancy, Mindfulness and Social Support on Depression of the Marital Middle-aged Women", The Korea Contents Society), 11, 7, pp. 275-284, 2011.
- [9] S. A. Park and M. W. Lee, "The Effects of the Poetry Therapy Program for Decreasing Middle-aged Women's Depression", Korean Journal Of Clinical Social Work, 13. 1, pp.19-36, 2016.
- [10] Y. S. Kim, "The Effects of the Internal-External Locus of Control and Self-Esteem on the Psychological Well-being of Middle Aged Women", Dept. of Child & Family Welfare The Graduate School of Suwon University, 2006.
- [11] Y. O. Joung, "The Effects of Social support, Self-efficacy and Perceived health status on Aging anxiety of the Middle-aged women, Department of Nursing", Graduate School of Honam University, 2015.
- [12] Y. G. Park, "The Mediating Effects of Gender Role Conflict between Middle Adulthood of Self-identity and Social Support, Differentiation of Self", Counseling Department of the Graduate School Hanyoung Theological University, 2015.
- [13] B. H. Lee and A. C. Park and K. H. Lee, "The Structural Relationships on the Family Income, Self-Esteem, Role Adaptations, and Identity Formation of the Married Mid-life Women: focusing on employed women", The Korean Journal of Educational Psychology, 2, 1, pp.103-120, 2010.
- [14] S. H. Lee and J. H. Kim, "The Structural Relationship among Learner Characteristics, Participatory Motivation, Learning Satisfaction and Lifelong Education Participation Performance of Middle-Aged Women", Journal of Lifelong Education, 22, 3, pp.149-178, 2016.
- [15] S. C. Lee and K. H. Su and Y. L. Son and K. I. Baik, "Effect of Buddhist Group Counseling Program upon the Subjective Quality of Life for Middle Aged Woman", Korean journal of religious education, 46, 2014.
- [16] L. S. Dong, "The effect of middle-aged women's participation in daily exercises on the wellness index and subjective happiness", The Graduate School of Chanwon University Physics department, 2012.
- [17] Hills, P., Argyle, M. "The oxford happiness question naire:a compact scale for the measurement of psychological well-being, Personality and Individual Differences", 33, pp.1073-1082, 2002.
- [18] S. Y. Heo, "An Analysis of Ecological Variables Affecting Adolescent Happiness, Department of Child Welfare and Studies", The Graduate School of Sookmyung Women's University, 2009.
- [19] D. H. Kim, "A Study on the Effects of Social Support upon Depression and Suicide ideation, Major in Social Welfare," The Graduate School of Public Administration Chung-Ang University, 2008.
- [20] H. S. Kim, "The Effects of Self-Esteem, Prices of Appare Products, and Types of Sales Promotions on Consumers' Impulse Buying Behaviorat Internet Shopping", Dept. of Fashion Marketing Sung kyunkwan University, 2012.
- [21] S. H. Lee, "The Study on Correlation of Self-Esteem Studies Achievement and School Life Satisfaction of the Low-Income Families' Children Adolescents", Department of Social Welfare, Graduate School of Social Welfare, Myongji University, 2009.
- [22] S. H. Jang, C. S. Kim, M. R. Kim, "An Effect the Social Support on the Self-esteem and Life Satisfaction in Elderly", Journal of East-West Nursing Reseach, 14. 2. pp.39-46. 2008.

저자약력

김 동 현(Dong-Hyun Kim) [정회원]



- 2010.8 고려대학교 사회복지학과 (사회복지석사)
- 2013-2015 영남대학교 지역및 복지행정학과(사회복지전공: 박사수료)

<관심분야> 사회복지

이 재 모(Jae-Mo Lee) [정회원]



- 영남대학교 교수
- 일본 동양대학교 대학원 (사회복지석사, 박사)
- 대구시사회복지협의회 회장
- 한국지역사회복지학회 부회장

<관심분야> 사회복지 (노인복지, 지역사회복지)