

## 후기 중년 여성의 노화불안에 미치는 영향 요인

남은채<sup>1,\*</sup> · 김향수<sup>2†</sup> · 김구민<sup>3</sup> · 김나은<sup>3</sup> · 강도연<sup>3</sup> · 류승민<sup>3</sup> · 박예원<sup>3</sup> · 정다은<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>중원대학교 간호학과, 학생

<sup>2</sup>중원대학교 간호학과, 교수

(2021년 1월 26일 접수: 2021년 2월 19일 수정: 2021년 2월 22일 채택)

## Factors Affecting Aging Anxiety among Late Middle-aged Women

Eun-Chae Nam<sup>\*</sup> · Hyang-Soo Kim<sup>†</sup> · Ku-Min Kim · Na-Eun Kim  
Doe-Yeon Kang · Seung-Min Ryu · Ye-Won Park · Da-Eun Jung

*Department of Nursing, Jungwon University*

*(Received January 26, 2021; Revised February 19, 2021; Accepted February 22, 2021)*

**요 약** : 본 연구는 후기 중년 여성의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안의 정도를 파악하고 노화불안에 미치는 영향 요인을 알아보고자 하는 서술적 조사연구로 2020년 5월 23일부터 6월 13일까지 3주 동안 대한민국에 거주하는 기혼자 중 후기 중년 여성을 대상으로 온라인 설문지를 이용하여 총 110명의 자료를 수집하였다. 자료 분석 결과, 후기 중년 여성의 노화불안에 미치는 영향 요인은 폐경 증상( $\beta = .515, p < .001$ ), 자아존중감( $\beta = -.268, p = .001$ ) 순으로 회귀모형의 설명력은 41.4%로 나타났다. 따라서 노화불안을 낮추기 위해서는 후기 중년 여성의 폐경 증상에 대한 적극적인 중재가 필요하며 자아존중감을 높이기 위한 방안이 마련되어야 할 것이다.

**주제어** : 후기 중년 여성, 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안

**Abstract** : This study is a descriptive research to determine the degree of self-esteem, menopausal symptom, spousal support of middle-aged women and investigate the factors affecting aging anxiety. For 3 weeks from May 23 to June 13, 2020, data total of 110 people were collected using online questionnaires for late middle-aged women. As a result of date analysis, factors affecting aging anxiety in late middle-aged women were menopausal symptoms( $B = 17.943, p < .001$ ), self-esteem( $B = -.585, p = .001$ ) and the explanatory power of the regression model was 41.4%. Therefore, in order to lower aging anxiety, active intervention for menopausal symptoms of late middle-aged women is required, and measures should be taken to increase self-esteem.

**Keywords** : Late middle-aged women, Self-esteem, Menopausal symptom, Spousal support, Aging anxiety

---

<sup>†</sup>Corresponding author  
(E-mail: [khs881088@jwu.ac.kr](mailto:khs881088@jwu.ac.kr))

## 1. 서론

### 1.1. 연구의 필요성

현대사회는 의학 발전과 건강요구도 증가로 평균수명 연장을 가져와 인구의 고령화가 빠르게 진행되었다. 통계청자료(2019)에 의하면, 우리나라 여자 기대수명은 86.3세로, 2000년에 비해 약 7년 증가하여 그에 따른 중년기 여성 삶이 길어짐으로 사회적인 관심도 증가하고 있다.

중년기는 자신의 능력을 발전시킬 수 있다는 자신감이 고조 되는 시기인 반면, 신체적인 기능 감소로 노화를 실감하게 되고 만성 질환이 발생할 가능성도 증가되는 시기이다[1]. 생애주기별에서 중년기를 연령에 따라 전기를 40~49세, 후기를 50~59세로 나누어 구분할 수 있다[2]. 그 중 후기 중년은 노년기의 시작을 준비하고 전환해 나가야 하는 경계의 시기라는 점에서 주목할 필요가 있다. 후기 중년 여성이 경험하는 신체·생리적 측면은 폐경을 전후로 갱년기로 인해 호르몬의 생산과 분비의 변화와 노화의 가속화로[2] 전기 중년과 다르게 특히 50대 이후 후기 중년에는 건강이 더욱 쇠퇴하고 사회적으로는 은퇴를 맞이 하는 등의 경험으로[3] 신체적 변화와 더불어 심리적·사회적 변화에 적응해야 한다는 중압감을 느끼고 있다.

노화불안은 나이가 드는 것에 대한 사람들이 느끼는 두려움과 걱정이 복합된 개념[4]으로 여성은 자신이 늙어가고 있다는 사실을 신체적인 변화를 통해 직접 느끼기 시작하면서 스트레스, 불안, 우울이 증가하고, 생활사건으로 인한 누적은 신체적·심리적 피로를 경험하게 하고 있다[5,6].

성별에 따른 노화불안에 대한 연구에서도 여성이 남성보다 외모에 가치 비중을 많이 가지고 있어 남성보다 여성의 노화 불안이 더 높게 나타났으며[7] 여성은 자신이 늙었다는 인지도부터 벗어나기 위하여 실제 자신의 나이보다 젊게 인식하려는 경향이 있고, 노인이 되어가는 것에 부정적이고 늙어가고 있다는 것에 대한 불안을 호소하고 있다[6].

자아존중감은 긍정적 또는 부정적 인지로 나타나는 자기 자신에 대한 존경의 정도와 존재의 가치를 평가하는 것이다[8]. 중년기 여성에서 특히 노화는 자기 자신에 대한 스트레스로 작용하여, 자신의 가치감을 저하시키고 자존심을 손상시켜 부정적인 감정을 일으켜 또 다른 스트레스의 형

태로 영향을 미친다[9]. 즉, 외모에 대한 자신감이 낮은 경우 자아존중감에 부정적인 영향을 미치는 경향이 있고, 외모에 대한 자신감이 높은 경우 자아존중감에 긍정적인 영향을 미침으로[10] 후기 중년 여성이 느끼는 노화불안은 자아존중감과 직접적인 관련이 있다.

여성의 인생에서 중요한 신체적, 심리적 변화를 경험하는 시점은 초경과 폐경이다. 폐경을 전후하여 신체적, 심리·사회적 변화가 동반되는 시기를 갱년기라고 부른다. 이 시기에 후기 중년 여성이 경험하는 폐경 증상은 난소기능 쇠퇴로 여성호르몬 분비가 저하되어 주름살이 증가하거나 건조하며, 피부가 거칠어지고 머리숱이 감소하는 등 신체적 외모의 변화[11]와 더불어 노화가 동반되어 자아존중감 저하는 물론 불안, 극심한 기분 변화, 우울증, 신경과민, 짜증, 자신감 상실 등 심리적인 문제로 나타나고 있다[12]. 후기 중년 여성이 폐경 증상으로 인해 노화가 가속화되는 불안을 경험할 때 가장 가까이 있는 배우자로부터의 정서적 지지는 많은 도움을 줄 수 있다.

사회적 지지 중 가족은 일차적인 지지체계로서 가족 구성원들 간의 상호작용을 통해 지지와 사랑을 교환하는 중요한 기능을 하고 있으며[13], 다른 어떤 근원보다도 가족 특히 배우자로부터 제공된 지지가 영향력이 크다[14,15], 배우자지지는 사회적 지지의 한 유형으로서 생활의 스트레스를 감소시키며, 만족과 안녕을 강화시키는 치료적인 효과와 완충적인 효과가 있다[16]. 지지체계 연구에서[17] 사회적 지지가 높을수록 노화불안은 감소한다는 결과가 나타나 후기 중년 여성에게 배우자의 지지는 노화불안을 완화시키는 요인으로 고려 될 수 있을 것이다.

노화불안에 대한 연구를 살펴보면, 노화불안이 높을수록 자아존중감과 우울 정도가 높고[18], 성공적 노화 요소와 노후 준비는 노화불안과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며[19], 서순림, 최희정[20]의 연구에서는 자기효능감이 낮을수록 노인에 대한 태도가 부정적일수록, 주관적 건강상태가 나쁘고 종교가 없으면 노화불안이 높아지는 것으로 나타났다. 정영옥, 오효숙[21]은 사회적 지지, 자기효능감, 지각된 건강상태가 높을수록 노화불안 정도가 낮게 나타났으며 자기효능감, 지각된 건강상태, 여가활동 유형, 종교유무가 노화불안의 영향요인으로 나타났다. 김순이[7]의 연구에서는 종교와 질병유무가 노화불안과 유

의한 차이가 있는 것으로, 조인희, 김영진[22]은 주관적 건강상태가 나쁘면 노화불안이 높고 사회적 지지와 자기효능감이 낮을수록, 죽음불안이 높을수록 노화불안이 높아지는 것으로 나타났다.

이상의 문헌고찰 결과, 후기 중년 여성에게 나타나는 폐경 증상과 삶의 동반자인 배우자지지와 노화불안 간의 관계 파악과 이들 변수가 노화불안에 미치는 영향에 대한 연구는 없는 실정이며 앞선 연구에서 자아존중감과 노화불안 간의 관계 및 영향 요인에 대한 상반된 결과에 대한 확인을 해 보고자 한다.

이에 본 연구는 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안 정도 및 이들 변수 간의 관계와 노화불안에 미치는 영향 요인을 파악하여 후기 중년 여성의 노화불안 감소를 위한 간호중재 개발의 기초자료로 제공하고자 한다.

## 1.2. 연구의 목적

- 1.2.1. 후기 중년 여성의 자아존중감, 배우자지지, 폐경 증상, 노화불안의 정도를 파악한다.
- 1.2.2. 후기 중년 여성의 일반적 특성에 따른 노화불안 차이를 파악한다.
- 1.2.3. 후기 중년 여성의 자아존중감, 배우자지지, 폐경 증상, 노화불안 간의 관계를 파악한다.
- 1.2.4. 후기 중년 여성의 노화불안에 미치는 영향 요인을 파악한다.

## 2. 연구방법

### 2.1. 연구설계

본 연구는 후기 중년 여성의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안의 정도 및 이들 변수 간의 관계와 노화불안에 미치는 영향 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2. 연구대상

연구 대상자는 대한민국에 거주하고 있는 50세~59세의 여성 중 기혼자로 배우자와 함께 거주하고 있는 자를 대상으로 온라인 설문지에 본

연구의 목적과 취지, 익명성 보장, 연구 참여자의 권리를 공지하여 이에 자의적으로 동의한 자 120명을 대상으로 자기기입식 설문조사를 시행하였으며 자료 처리가 부적절한 10부를 제외한 110부를 최종 통계분석 자료로 사용하였다.

대상자의 수는 G\*Power 3.1.7 program을 이용하여 예측변수 6개, 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .85를 유지하는데 필요한 표본 수는 109명으로 본 연구의 분석 자료로 사용한 110명의 자료는 산출된 조건을 충족한다.

## 2.3. 연구도구

### 2.3.1. 자아존중감

본 연구 대상자의 자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg[23]가 개발한 자아존중감 척도를 배하나, 최삼육, 유제춘, 이종선, 최경숙[24]이 한국의 실정에 맞게 번역한 한글판 로젠버그 자아존중감 척도(K-RSES)를 사용하였다. 본 도구는 총 10문항, 4점 Likert 척도로 긍정형 5문항, 부정형 5문항으로 구성되어 있다. ‘거의 그렇지 않다’ 1점에서 ‘정말 그렇다’ 4점까지, 점수의 범위는 10-40점으로 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .85였고 배하나, 최삼육, 유제춘, 이종선, 최경숙(2014)의 연구에서는 .90, 본 연구는 .85이었다.

### 2.3.2. 폐경 증상

본 연구 대상자의 폐경 증상을 측정하기 위하여 Sarrel[25]이 개발한 MENSEI(Menopause Symptom Index)를 한숙희[26]가 변안하고 수정·보완한 도구를 사용하였다. 도구는 신체적 증상 9문항, 정신적 증상 7문항, 성적 증상 4문항 총 20문항으로 구성되어 있고 ‘없다’ 0점에서 ‘자주’ 2점까지 3점 Likert 척도로 점수의 범위는 0-2점이며 점수가 높을수록 폐경 증상이 심한 것을 의미한다. 한숙희[26]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .90였고 본 연구에서는 .83이었다.

### 2.3.3. 배우자지지

본 연구 대상자의 배우자지지를 측정하기 위하여 남가실[27]이 개발한 도구를 사용하였다. 총 18문항, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 5점까지 5점 Likert 척도로, 점수의 범위는 1-5점이며 점수가 높을수록 배우자지지 정도가

높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .89였고 본 연구에서는 .95이었다.

#### 2.3.4. 노화불안

본 연구 대상자의 노화불안을 측정하기 위하여 Lasher & Faulkender[28]가 개발한 AAS(Aging Anxiety Scales)를 기반으로 이해진과 유미애[29]가 한국 중년 여성을 대상으로 심층면담을 통해 개발한 노화불안 척도를 사용하였다. 총 19문항으로 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지 5점 Likert 척도로 3개의 부정적 문항(17, 18, 19)은 역 환산 처리하였으며, 점수의 범위는 19-95점으로 점수가 높을수록 노화불안 정도가 높음을 의미한다. 이해진과 유미애[29] 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .91였고 본 연구에서는 .91이었다.

#### 2.4 자료수집

본 연구의 자료수집은 2020년 5월 23일~6월 13일까지 3주 동안 대한민국에 거주하고 있는 기혼자 중 50~59세의 후기 중년 여성을 대상으로 온라인 설문지에 본 연구의 목적과 취지, 익명성 보장 및 연구 참여자의 권리를 공지하고 이에 자의적으로 동의한 자를 대상으로 자기 기입식 설문조사를 시행하였다. 총 120명이 온라인 설문에 응답하였으나 자료 처리가 부적절한 10부를 제외한 110부를 최종 통계분석 자료로 사용하였다.

#### 2.5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 IBM SPSS 22.0 program을 이용하여 분석하였으며 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 일반적 특성, 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안의 정도는 기술통계를 이용하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 구하였다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 노화불안의 차이는 t-test 또는 ANOVA로 분석하였으며, 사후검증은 Scheffe test를 실시하였다.

셋째, 대상자의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.

넷째, 대상자의 노화불안에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 단계선택방법(Stepwise method)에 의한 다중회귀분석(Multiple regression)을 실시하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 연령은 55세 이상이 51.8%로 약간 많았으며 학력은 고등학교 졸업 이하가 60.9%로 많았고 결혼 기간은 42.7%가 25-29년으로 가장 많았으며, 그 다음으로 30년 이상(33.6%), 25년 미만(23.6%) 순이었다. 배우자의 연령은 56세 이상이 65.5%로 55세 이하(34.5%)보다 많았으며 직업은 있는 경우가 74.5%로 많았다. 월 평균 가구소득은 400만원 이상이 55.5%로 많았으며 경제생활 만족도는 보통이라고 응답한 경우가 56.4%, 만족이 28.2%, 불만족이 15.5%순으로 나타났다. 자녀수는 2명 이하가 81.8%로 많았고 종교는 있는 경우가 71.8%로 없는 경우(28.2%)보다 많았다.

Table 1. General Characteristics (N=110)

Variable	Categories	N(%)
Age	51-54	53(48.2)
	≥ 55	57(51.8)
Education	≤ High school graduation	67(60.9)
	≥ University graduation	43(39.1)
Marriage Period (years)	< 25	26(23.6)
	25-29	47(42.7)
	≥ 30	37(33.6)
Spouse Age	≤ 55	38(34.5)
	≥ 56	72(65.5)
Occupational Status	Yes	82(74.5)
	No	28(25.5)
Average Monthly Income(10,000W)	< 400	49(44.5)
	≥ 400	61(55.5)
Economic Life Satisfaction Level	Unsatisfaction	17(15.5)
	Ordinary	62(56.4)
	Satisfaction	31(28.2)
Number of Children	≤ 2	90(81.8)
	≥ 3	20(18.2)
Religion	Yes	79(71.8)
	No	31(28.2)

**3.2. 대상자의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안 정도**

대상자의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안의 정도는 Table 2와 같다. 자아존중감은 10~40점 범위에서 30.84점, 폐경 증상은 2점 만점에 0.74점, 배우자지지는 1~5점 범위에서 3.53점, 노화불안은 19~95점 범위에서 59.29점으로 나타났다.

Table 2. Level of Self-esteem, Menopausal Symptom, Spousal Support, Aging Anxiety (unit: point)

Variable	M±SD	Range
Self-esteem	30.84± 4.90	10~40
Menopausal Symptom	0.74± 0.31	0~2
Spousal Support	3.53± 0.70	1~5
Aging Anxiety	59.29±10.90	19~95

**3.3. 대상자의 일반적 특성에 따른 노화불안 차이**

일반적 특성에 따른 노화불안 차이는 Table 3과 같다. 대상자의 노화불안은 교육에서 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보였다( $t=2.86, p=.005$ ). 즉, 고등학교 졸업( $61.60\pm 9.91$ )보다 대학교 졸업 이상( $55.70\pm 11.50$ )에서 노화불안이 더 낮은 것으로 나타났다.

그러나 연령( $t=-0.19, p=.843$ ), 결혼 기간 ( $F=2.23, p=.112$ ), 배우자 연령( $t=-1.03, p=.305$ ), 직업여부( $t=-0.26, p=.798$ ), 월 평균 가구소득( $t=1.15, p=.249$ ), 경제생활 만족도 ( $F=2.50, p=.087$ ), 자녀 수( $t=1.36, p=.176$ ), 종교여부( $t=-0.68, p=.499$ )는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

**3.4. 대상자의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자 지지, 노화불안 간의 관계**

대상자의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안 간의 상관관계는 Table 4와 같다.

Table 3. Differences in Aging Anxiety according to General Characteristics (N=110)

Characteristic	Aging Anxiety	
	M+SD	t or F(p)
Age	51-54	59.08±10.73
	≥ 55	59.49±11.15
Education	≤ School graduation	61.60± 9.91
	≥ University graduation	55.70±11.50
Marriage Period	< 25	56.15± 8.75
	25-29	61.57±11.28
	≥ 30	58.59±11.38
Spouse Age	≤ 55	57.82±10.31
	≥ 56	60.07±11.19
Occupational Status	Yes	59.13±10.58
	No	59.75±11.98
Average Monthly Income(10,000₩)	< 400	60.63±11.50
	≥ 400	58.21±10.36
Economic Life Satisfaction Level	Unsatisfaction	61.76±10.80
	Ordinary	60.40± 9.88
	Satisfaction	55.71±12.31
Number of Children	≤ 2	59.96±10.65
	≥ 3	56.30±11.76
Religion	Yes	58.85±11.68
	No	60.42± 8.67

Table 4. Relationship between Self-esteem, Spousal Support, Menopausal Symptom and Aging Anxiety (N=110)

Variable	Self-esteem	Menopausal symptom	Spousal support	Aging anxiety
	r(p)			
Self-esteem	1			
Menopausal Symptom	-.292 (.002)	1		
Spousal Support	.382 (.001)	-.305 (.001)	1	
Aging Anxiety	-.414 (.000)	.592 (.000)	-.266 (.005)	1

Table 5. Factors Affecting Aging Anxiety among Late Middle-aged Women (N=110)

Variable	B	SE	$\beta$	t	p
Constant	64.109	6.238		10.278	.000
Menopausal symptom	17.943	2.694	.515	6.660	.000
Self-esteem	-.585	.172	-.268	-3.401	.001

$R^2=.414$ , Adj  $R^2=.403$ ,  $F=37.801$ ,  $p<.001$

노화불안과 자아존중감( $r=-.414$ ,  $p<.001$ )과의 관계는 통계적으로 유의한 수준에서 보통의 역 상관관계를 보였으며 배우자지지( $r=-.266$ ,  $p=.005$ )와는 통계적으로 유의한 수준에서 약한 역 상관관계를 보였다. 노화불안과 폐경 증상( $r=.592$ ,  $p<.001$ )과의 관계는 통계적으로 유의한 수준에서 보통의 순 상관관계를 나타냈다. 즉, 후기 중년 여성의 자아존중감이 낮을수록, 배우자지지가 낮을수록, 폐경 증상이 높을수록 노화불안은 높아지는 것으로 나타났다.

또한 배우자지지와 자아존중감( $r=.382$ ,  $p=.001$ )과의 관계는 통계적으로 약한 순 상관관계를 보였으며 배우자지지와 폐경 증상( $r=-.305$ ,  $p=.001$ ), 폐경 증상과 자아존중감( $r=-.292$ ,  $p=.002$ )과의 관계는 약한 역 상관관계를 보였다. 즉, 배우자지지가 높을수록 자아존중감은 높아지고 폐경증상은 낮아지며, 폐경 증상이 높을수록 자아존중감은 낮아지는 것으로 나타났다.

### 3.5. 대상자의 노화불안에 영향을 미치는 요인

후기 중년 여성의 노화불안에 미치는 영향 요인을 알아보기 위하여 일반적 특성에서 노화불안과 통계적으로 유의한 차이를 보인 학력(고등학교

졸업=1, 대학교 졸업이상=더미처리)는 가변수 처리하고 통제변수로 투입하였다. 그 외 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지를 독립변수로 하여 단계선택방법(Stepwise method)에 의한 다중회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 Table 5와 같다.

다중회귀분석 시 예상되는 다중공선성의 문제는 공차한계(TOL, .10이상), 분산팽창지수(Variance inflation factor, 10이하)를 통해 확인한 결과 공선성 문제는 발생하지 않았다. 또한 독립변수들 간의 상관관계 계수가 .80이상인 설명변수가 없어 변수들 간의 독립적임을 알 수 있으며 종속변수의 자기상관 검증에서 Durbin-Watson 지수가 1.778로 2에 가까워 자기상관이 없이 독립적임을 알 수 있어 본 데이터는 회귀분석을 실시하기에 적합하다.

먼저 모형의 설명력은 41.4%( $R^2=.414$ , Adj  $R^2=.403$ )로 나타났으며 본 회귀모형은 통계적으로 유의한 것으로 나타났다( $F=37.801$ ,  $p<.001$ ). 노화불안에 가장 높은 영향을 주는 것으로 폐경 증상( $p<.001$ )이 나타났으며 그 다음 자아존중감( $p=.001$ )이 영향을 주는 것으로 나타났다. 즉 폐경증상( $B=.748$ ,  $p<.001$ )이 높을수록, 자아존중감( $B=-.602$ ,  $p=.001$ )이 낮을수록 노화불안이 높은

것으로 나타났다.

#### 4. 논의

본 연구는 후기 중년 여성의 자아존중감, 폐경 증상, 배우자지지, 노화불안의 정도를 파악하고 각 변수들 간의 관계 및 노화불안에 미치는 영향 요인을 파악하고자 하였으며 그 결과를 토대로 다음과 같이 논의하고자 한다.

본 연구 대상자의 자아존중감은 30.84점으로 중간 이상의 점수를 나타냈다. 이는 김순이, 이정인[18]의 연구에서 중년여성 중 51~60세의 자아존중감이 28.08점으로 본 연구보다는 약간 낮은 점수를 나타내고 있으며 본 연구처럼 후기 중년 여성만을 측정하지 아닌 40~60세 중년 여성을 대상으로 연구한 손제희, 허만세[30]에서 31.37점, 이종운[31]에서 31.05점은 본 연구 결과와 비슷한 결과를 나타내고 있다. 자기 자신을 소중하게 여기고 스스로 존중하며 가치 있는 존재라고 여기는 정도인 자아존중감[30]은 노화와 폐경, 그로 인한 성적 매력을 잃으면서 무능력한 여성이 되었다는 상실감에 빠질 수 있는 후기 중년 여성에게 있어[32] 건전한 자아상을 확립하고 다양한 위기 속에 처해 있는 중년기 삶의 변화를 긍정적으로 대처하도록 하는 중요한 자원이라 할 수 있다[30]. 따라서 중년기 정신 건강을 위해 자아존중감을 향상시키기 위한 프로그램 개발이 필요할 것으로 사료된다.

본 연구 대상자의 폐경 증상은 2점 만점에 0.74점으로 중간 이하로 나타났다. 이는 중년 여성을 대상으로 연구한 김수진, 김세영[33]에서 50~59세의 평균 폐경 증상 점수가 0.81점~0.93점으로, 본 연구 대상자보다는 높게 나타났으며, 지역사회 중년 여성을 대상으로 한 김미정, 강윤희, 신경림[34]에서는 1.6점(정상범위 1~3점)으로 나타나 본 연구보다는 점수가 낮게 나타났다. 이러한 결과는 폐경 증상이라는 것이 누구나 경험하고는 있지만 신체적, 인지적, 정서적 상태에 따라 개개인이 다르게 인지하고[35] 있기 때문으로 사료된다. 폐경과 함께 찾아오는 불편한 신체적(야간발한, 불면증, 안면홍조 등)·심리적(생식력 상실, 여성다움의 상실 등)·사회적 변화(주위 사람들의 죽음으로 인한 대인관계 변화 등)에 대한 대처 여부가 노년의 건강한 삶을 유지 및 증진시킬 수 있고 반대로 심각한 질병을 초래하거나

삶의 질을 저하시킬 수 있어[26] 폐경 증상의 감소를 위해 보다 더 적극적인 중재가 필요하다.

본 연구 대상자의 배우자지지는 3.53점(1~5점)으로 중간 이상으로 나타났다. 이는 박미선[36]의 연구에서 50~54세, 55~60세의 배우자지지가 각각 3.54, 3.21점으로, 평균점수로 산출하면 3.38점으로 나타나 본 연구결과보다는 낮은 점수를 나타내고 있으며 본 연구와 달리 중년 여성을 대상으로 연구한 김미옥, 이미숙[37]은 3.61점으로 나타나 본 연구결과와 비슷한 결과를 나타내고 있다. 배우자로부터 도움, 배려, 지원, 사랑 등을 받는다고 생각하는 개인의 인지적 평가[37,38]인 배우자지지는 각자 개인의 결혼생활에 대한 만족 여부를 말해 주는 것이라고 볼 수 있다. 선행연구에 의하면, 배우자지지는 폐경을 경험하는 중년 여성에게 있어 신체적, 심리적 폐경 증상의 발현을 약화시키는 것으로 나타났으며[39] 배우자지 정도가 클수록 가족관계 스트레스나 신체증상이 적게 나타나고 지각된 건강상태는 좋아지는 것으로 보고 되고 있어[36] 배우자지지는 중년기 여성의 삶의 질에 긍정적 영향을 미친다고 할 수 있다. 그러므로 폐경으로 인해 경험하는 다양한 신체적·심리적·사회적 변화에 대한 극복을 위해 배우자지지는 후기 중년 여성에 있어서 매우 중요하다고 할 수 있다.

본 연구 대상자의 노화불안은 59.29점(19~95점)으로 중간 이상의 노화불안을 갖고 있는 것으로 나타났다. 이는 김순이, 이정인[18], 서순림, 최희정[20], 이은정, 성미혜[40]의 연구와 비슷한 결과이나, 정영옥, 오효숙[21], 조인희, 김영진[22]의 연구보다는 약간 높은 점수이다. 나이가 드는 것에 대한 사람들의 걱정이나 두려움의 복합적 개념인 노화불안[4]은 모든 인간이 살아가면서 경험하는 자연스러운 현상인 노화에 대한 부정적인 인식이라고 할 수 있다. 이는 중년기 삶의 위기를 가져올 수 있는 것으로[22] 중년기에 노화에 대해 어떤 인식을 가지고 어떻게 준비하느냐에 따라 미래에 노인이 되었을 때 성공적인 노년기를 보낼 수 있느냐와 관련이 되므로[19] 긍정적인 노화 인식이 매우 중요하며 이를 통해 건강한 노년기로의 생활에 진입할 수 있도록 돕는 것이 필요하다[20].

노화불안과 관련 요인들 간의 관계에서 자아존중감( $r=-.414$ ,  $p<.001$ )과의 관계는 통계적으로 유의한 수준에서 보통의 역 상관관계를 보였다. 즉, 자아존중감이 낮을수록 노화불안이 높아지는

것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 연구처럼 노화불안은 아니지만 노인을 대상으로 한 연구에서 자아존중감이 높은 경우 불안정도가 낮게 나타난 김창숙, 박명희[41]의 연구와 일치하는 결과이다. 그러나 김순이, 이정인[18]의 연구에서는 자아존중감이 높을수록 노화불안이 높게 나타나 본 연구와 상반된 결과이다. 이는 자아존중감이라는 것이 자기 자신을 소중하게 여기고 스스로를 존중하며 가치 있는 존재로 여기는 것[30]이라고 볼 때 자아존중감이 높을수록 누구나 겪어야 하는 삶의 자연스러운 과정인 노화를 부정하기 보다는 긍정적으로 수용하고 성공적인 노년으로의 진입을 위해 스스로 노력할 것으로 사료되기 때문에 본 연구와 상반된 결과에 대해 추후 반복 연구를 통해 검증해 볼 필요가 있다.

노화불안과 배우자지지( $r=-.266, p=.005$ ) 간의 관계는 통계적으로 유의한 수준에서 약한 역 상관관계를 보였다. 즉, 배우자지지가 낮을수록 노화불안은 높아지는 것으로 나타났다. 이는 배우자 지지와 노화불안을 본 선행연구가 없어 직접적인 비교는 할 수 없지만 배우자지지가 높을수록 심리적 안녕감이 높아지는 것으로 나타난 김미옥, 이미숙[37]의 연구 결과와 사회적 지지가 높을수록 노화불안이 낮아지는 것으로 나타난 정영옥, 오효숙[21], 조인희, 김영진[22]의 연구는 본 연구 결과를 뒷받침해 주고 있다. 부부는 20~30년 동안 살면서 같이 여러 가지 생활 사건을 경험하였고 또한 노년기로의 진입에 동반자로서 서로를 지지 및 지원해 주는 것이 건강한 노년기 삶의 원동력이 될 수 있을 것으로 사료된다.

노화불안과 폐경 증상( $r=.592, p<.001$ )과의 관계는 통계적으로 유의한 수준에서 보통의 순 상관관계를 보였다. 즉, 폐경 증상이 높을수록 노화불안은 높아지는 것으로 나타났다. 이는 폐경 증상과 노화불안 간의 관계를 본 선행연구가 없어 직접적인 비교는 할 수 없지만 지각된 건강상태가 높을수록 노화불안 정도가 낮게 나타난 정영옥, 오효숙[21]의 연구, 노화불안이 높을수록 우울의 정도가 높게 나타난 김순이, 이정인[18]의 연구는 본 연구결과를 뒷받침해주고 있다. 이는 후기 중년 여성이 폐경 증상으로 인해 안면홍조, 질 수축, 골다공증, 두통, 피로 등의 신체적 변화와 여성으로서의 매력 상실 등에 대한 두려움, 불안, 우울 등의 심리적 변화를 겪고 있어 이런 증상들이 많이 나타날수록 노화에 대한 불안 또한 증가될 수 있어 폐경 증상에 대한 적극적인

중재를 통해 노년기의 삶을 두려운 존재보다는 수긍하고 긍정적으로 맞아 할 수 있도록 해야 할 것이다.

중년 후기 여성의 노화불안에 미치는 영향 요인으로는 폐경 증상이 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났으며 그 다음은 자아존중감 순으로 전체 설명력은 41.4%로 나타났다. 즉, 폐경 증상이 높을수록, 자아존중감이 낮을수록 노화불안이 높은 것으로 나타났다.

중년 후기는 호르몬 생산과 분비의 변화로 폐경 증상이 나타나며 노화의 가속화로 만성 성인 질환의 발생 가능성이 크게 증가할 뿐만 아니라 동시에 우울, 외로움, 실패감과 같은 정신사회적 문제들을 다양하게 경험하는 역동의 시기[1,42]로 이 때부터 스스로가 노후를 위해 준비를 하지 않으면 여유롭고 만족스러운 노후생활을 유지하기 어렵다[19]. 따라서 폐경 증상에 대한 적극적인 중재를 통해 폐경 증상이 완화되도록 노력해야 할 것이며 자신에 대한 가치 있는 평가를 통해 중·노년기에 올 수 있는 우울, 실패감과 같은 정신적인 문제를 극복하도록 해야 할 것이다. 그러므로 차후 노년기로의 진입을 긍정적으로 수용함으로써 평균수명의 연장으로 길어진 노년기의 삶의 질을 증진시킬 수 있을 것으로 사료된다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구 결과, 후기 중년 여성의 자아존중감과 배우자지지가 낮을수록, 폐경 증상이 높을수록 노화불안은 높아지는 것으로 나타났으며 노화불안에 미치는 영향 요인으로 폐경 증상이 가장 많은 영향을 미치고 그 다음 자아존중감 순으로 나타났다.

이상의 연구결과를 기반으로 추후 연구를 위해 다음과 같이 제언한다.

첫째, 선행연구와 상반된 결과를 보인 자아존중감과 노화불안 간의 관계에 대해 반복연구 할 것을 제언한다.

둘째, 성별을 달리하여 후기 중년 남성의 노화불안 영향 요인에 대한 연구를 제언한다.

셋째, 본 연구결과를 바탕으로 후기 중년 여성의 노화불안을 감소시키기 위한 프로그램을 개발하여 적용해 볼 것을 제언한다.



## References

1. Y. S. Seo, "A Study on Middle Aged Men and Women's Health Behavior and Health Status", *Social Welfare Review*, Vol.15, pp.35-51, (2010).
2. U. M. Staudinger, S. Bluck, S. *A view on midlife development from life-span theory. In M. E. Lach(Ed.), The handbook of midlife development.* pp.3-39, New York: Wiley. (2001).
3. Y. J. Kang, "Late Middle-aged Women's Life Experiences in Transition to Old Age", *International Journal of Human Ecology*, Vol.42, No.7, pp.145-164. (2004).
4. S. M. Lynch, Measurement and Prediction of Aging Anxiety, *Research Article*, Vol.22, No.5, pp.533-558, (2000).  
DOI: 10.1177/0164027500225004
5. S. M. Kim, S. I. Kim, "A Study on Aging Anxiety and Self-Efficacy of Middle Aged Adults", *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, Vol.17, No.3, pp.281-291, (2008).
6. Y. Netz, S. Zach, L. Dennerstein, J R Guthrie, "The menopausal transition: does it induce women's worries about aging?", *The Journal of the International Menopause Society*, Vol.8, No.4, pp.333-374, (2005).  
DOI: 10.1080/13697130500345224
7. S. I. Kim, "A study on the aging anxiety of the elderly", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.11, No.1, pp.7-15, (2005).
8. M. Rosenberg, *Social and the adolescent self-image.* Princeton, New York: Princeton University Press, (1965).
9. H. S. Shin, "Subjectivity on Stressful Life Events of Middle-aged Women : A Q Methodology Approach", *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.32, No.3, pp.406-415, (2017).
10. S. G. Lee, E. L. GO, Transactions : A Qualitative Approach of Appearance-Enhancement Seeking Behavior, *The Korean Society of Clothing & Textiles*, Vol.30, No.1, pp.59-70, (2006).
11. H. S. Park, Y. S. Kim, "A Study on the Slacks Blocks for the Menopausal Women", *The Korean Journal of Community Living Science*, Vol.19, No.1, pp.145-155, (2008).
12. J. Y. Her, H. J. An, "Effects of yoga performance on mental health in menopause women", *Korean Journal of Sports Science*, Vol.16, No.2, pp.361-371, (2007).
13. P. Hollen, "A holistic model of individual and family health based on a continuum of choice", *Advanced in Nursing Science*, Vol.3, No.4, pp.27-42, (1981).  
DOI: 10.1097/00012272-198107000-00005
14. R. E. Rakel, *Principle of family medicine.* Philadelphia: W. S. Saunders Co., (1977).
15. A. P. McDonald, "Internal-external locus of control and the practice of birth control", *Psychological Report*, Vol.27, No.1, pp.206, (1970).  
DOI: 10.2466/pr0.1970.27.2.206
16. S. Cobb, "Social support as a mother of life stress", *Psychosomatic Medicine*, Vol.38, No.5, pp.300-314, (1976).
17. J. H. Kim, J. Y. Park, "The influence of anxiety over aging of the elderly group on successful aging and the mediation effect of social support", *Journal of the Korea Contents Association*, Vol.15, No.9, pp.210-222, (2015).  
DOI: org/10.5392/JKCA.2015.15.09.210
18. S. Y. Kim, J. I. Lee, "A Study on Aging Anxiety, Depression, and Self-esteem of Middle-aged People", *Journal Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, Vol.14, No.1, pp.103-109, (2007).
19. K. H. Hong, J. Y. Ha, "Aging Anxiety, Factors of Successful Aging and Preparation for Aging in Early and Late Middle Age", *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol.29, No.1, pp.29-39, (2015).
20. S. R. Suh, H. J. Choi, "Aging Anxiety and

- Related Factors of Middle-Aged Adult”, *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol.25, No.4, pp.464-472, (2013).
21. Y. O. Jung, H. S. Oh, “The Effects of Social support, Self-efficacy and Perceived health status on Aging anxiety of the Middle-aged women”, *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol.30, No.1, pp.40-41, (2016).  
DOI: 10.5932/JKPHN.2016.30.1.30
  22. I. H. Cho, Y. J. Kim, “The effect of Social support, Self-efficacy and Death anxiety on Aging anxiety of Middle Aged”, *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities and Sociology*, Vol.6, No.2, pp.179-188, (2016).  
DOI: 10.14257/AJMAHS.2016.02.31
  23. M. Rosenberg, *Conceiving the Self*. New York: Basic Books, (1979).
  24. H. N. Bae, S. W. Choi, J. C. Yu, J. S. Lee, K. S. Choi, “Reliability and Validity of the Korean Version of the Rosenberg Self-Esteem Scale(K-RSES) in Adult”, *Journal of Korean Society for Depressive and Bipolar Disorder*, Vol.12, No.1, pp.43-49, (2014).
  25. P. M. Sarrel, “Evaluation and management of postmenopausal patients”, *Female Patient*, Vol.20, No.2, pp.27-32, (1995).
  26. S. H. Han, (2004). *A Study on the Menopausal Symptoms, Menopausal Management and Quality of Life in Middle-Aged Women*, Unpublished master’s thesis, Ewha Womans University, Seoul, (2004).
  27. G. S. Nam, *A Study on the Correlation Between Spouse Support and the Body Image of Female Patients who have done Mastectomy and Hysterectomy*, Unpublished master’s thesis, Ewha Womans University, (1988).
  28. K. P. Lasher, P. J. Faulkender, “Measurement of aging anxiety: Development of the anxiety about aging scale”, *The International Journal of Aging & Human Development*, Vol.37, No.4, pp.247-259, (1993).  
DOI: 10.2190/1U69-9AU2-V6LH-9Y1L
  29. H. J. Lee, M. A. You, “Development of an Aging Anxiety Scale for Middle-Aged Women”, *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.49, No.1, pp.14-25, (2019).
  30. J. H. Son, M. S. Hoe, “Analysis of the Mediation Effect of Depression between Self-esteem and Suicidal Ideation of Middle-aged Women in Daegu”, *Social Science Research Review*, Vol.29, No.2, pp.155-178, (2013).
  31. J. U. Lee, “A Study on the Effects of Self-Esteem and Happiness on Middle-aged Women]s Mental Health”, *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.7, No.10, pp.797-806, (2017).  
DOI : 10.14257/ajmahs.2017.10.72
  32. D. B. Kim, J. D. Kwon, *Human Behavior Theory and Social Work Practice*, Seoul, Hakjisa, (2006).
  33. S. J. Kim, S. Y. Kim, “A Study on the Relationship of Marital Intimacy, Depression, and Menopausal Symptoms in Middle-aged Women”, *Korean Journal of Women Health Nursing*, Vol.19, No.3, pp.176-187, (2013).
  34. M. J. Kim, Y. H. Kang, K. R. Shin, “Menopause Symptom and Attitude toward Menopause in the Community Dwelling Middle Aged Women”, *The Korean Journal of Women’s Health*, Vol.11, No.2, pp.53-72, (2010).
  35. N. F. Woods, “Menopause Symptoms, and Quality of life: Time for a theoretical framework”, *Menopause*, Vol.17, No.5, pp.892-893, (2010).
  36. M. S. Park, “The Relationship of the Perceived Health Status with Somatic Symptoms, Family related Stress, Spousal Support and Sexual Satisfaction in the Middle Aged Women”, *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health*

- Nursing*, Vol.11, No.1, pp.33-42, (2002).
37. M. O. Kim, M. S. Lee, "The influences of adult Attachment, Covert Narcissism, and Husband's Support on the Psychological Well-being of Middle-aged Women, *Journal of Human Ecology*, Vol.36, No.1, pp.57-84, (2017).
  38. H. W. Kang, G. H. Han, "Negative Family Life Events, Spousal Support and Mental Health: Focus on Gender Differences", *Family and Environment Research*, Vol.43, No.8, pp.55-68, (2005).
  39. P. S. Kim, "The Effect of Spousal Support on the Physical and Psychological Symptoms among Post-menopausal Women, *Journal of social Research*, Vol.20, No.1, pp.39-68, (2019).
  40. E. J. Lee, M. H. Sung, "Impacts of Health Perception, Aging Anxiety and Perception of Successful Aging on Health Promotion Behavior of Late Middle-Aged Women, *Korean Journal of Women Health Nursing*, Vol.23, No.3, pp.181-190, (2017).
  41. C. S. Kim, M. H. Park, "A Study on the Relationship between Self-Esteem and Anxiety of the Aged", *The Korean Central Journal of Medicine*, Vol.62, No.4, pp.375-387, (1997).
  42. H. G. Burger, E. C. Dudley, D. M. Robertson, L. Dennerstein, "Hormonal changes in the menopause transition", *Recent Progress in Hormone Research*, Vol.57, pp.257-275, (2002).  
DOI: 10.1210/rp.57.1.257.