한국사회복지학
Korean Journal of Social Welfare vol. 39 1999. 12, 238~265

주부 우울에 영향을 미치는 요인들에 관한 비교연구

이 삼 연*

이 연구의 목적은 주부들이 경험하는 우울의 정도를 알아보고, 그들의 우울에 영향을 미치는 요인을 종합적으로 비교·분석해 보는 것이다. 특히 주부의 발달단계에 따라 우울의 정도와 우울에 영향을 미치는 요인들이 어떻게 달라지는가에 연구의 초점을 두었다. 서울, 부산, 창원, 마산에 거주하는 20·30대 성년주부와 40·50대 중년주부 총 272명을 대상으로 한 설문조사 분석결과, 주부들이 평균적으로 가벼운 기분장애에 해당되는 우울을 경험하고 있음이 나타나 그들의 정신건강 상태의 심각성을 보여주었다. 이러한 우울상태는 여러 연구들이 주장한 것처럼 중년주부가 성년주부보다 심각한 것은 아니었다. 그러나 우울에 영향을 미치는 요인은 주부의 발달단계에 따라 달리 나타났다. Stepwise multiple regression 분석결과 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 요인은 자존감, 배우자와의 갈등, 충격적 사건경험, 나이, 자녀와의 갈등으로 나타난 반면, 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 요인으로는 자존감, 배우자와의 갈등, 직업, 월수입으로 나타났다. 연구결과를 바탕으로 우울한 주부들을 위한 사회사업개입 방안이 논의되었다.

* 경남대학교 사회과학부 사회복지 전공 조교수

1. 서 론

우울은 흔히 일상생활에서의 슬픈 감정상태와 심한 정신병적 상태를 양극으로 하는 하나의 연속선상에서 설명되고 있는데(Lazarus, 1976: 24), 정신병리의 한 측면으로서의 우울증에 대한 관심과 함께 근래에는 일반 주부들의 스트레스 상황에 대한 반응으로서의 우울에 대한 관심이 늘어나고 있다. 이러한 관심의 증가는 가정의 안녕에 있어서의 주부 역할의 중요성 인식(제갈정, 1993: 4; 정화숙, 1994: 3), 점차적으로 증가하는 주부 우울증(이진욱 외, 1997: 621), 이로 인한 가정불화 및 이혼 등의 가정파괴 현상의 심각성(Gotlib & Hammen, 1992: 176) 등의 결과로 볼 수 있다. 특히 주부 우울이 자신의 병리와 불행의 차원을 넘어 자녀들의 정신건강에 심각한 영향을 미치고 있다(Becker & Kleiman, 1991: 178; Goodman, 1992: 108; Lee & Gotlib, 1991: 168)는 데에 주부 우울의 이해와 예방의 필요성이 강조되고 있다.

현대산업사회는 여성의 교육수준의 향상과 함께 여성의 개인적인 성취와 발전을 지지하며 남녀 동등권을 지향하고 있어 가정에서의 주부의 역할은 점차 그 중요성을 상실하고 동시에 낮게 평가되고 있다. 그럼에도 불구하고 전통적인 가족제도 및 문화 규범은 주부들에게 아내의 역할, 며느리의 역할뿐만 아니라 자녀교육과 양육문제 등 폭 넓은 역할 수행을 요구하면서 여전히 전통적인 부덕과 가사에 얽매어 두려 하고 있다. 이러한 상반된 기대와 가치관 아래서 주부들은 갈등과 스트레스를 경험하면서 심리적 부적응 상태에 처할 수 있다. 실제로 기혼여성이 기혼남성에 비해 심리적 스트레스가 높고(Aneshensel et al., 1981), 결혼 및 가정생활에 만족도가 낮으며(권희완, 1992; 통계청, 1998), 정신건강상태가 더 나쁠 뿐 아니라(Bernard, 1982), 우울증 유병률이 여자가 남자의 2배 가까이나 된다(남정자 · 조맹제, 1997)는 연구결과들이 주부들이 겪는 스트레스와 갈등 그리고 그로 인한 심각한 우울증으로의 진전 가능성을 잘 설명해 주고 있다.

그러나 갈등과 스트레스에 직면한다고 해서 모든 주부들이 우울에 빠지는 것은 아니다. 어떤 사람들은 우울감에 휩싸여 헤어나지 못하는가 하면 어떤 사람은 어려움을 느끼지만 원만히 해결해 나가기도 한다. 이것은 우울을 초래하는 스트레스 영향력을 증가 또는 감소시키는 요인들이 있다는 것을 의미한다. 따라서 스트레스와 주부 우울 간의 관계를 보다 잘 이해하기 위해서는 이러한 요인들의 기능과 영향력이 고려되어야

할 것이다.

지난 20여 년 동안 주부 우울에 관심을 둔 연구가들이 제시한 우울을 초래하는 스트레스의 영향력을 증가 혹은 감소시키는 요인을 종합해 보면, 자기자신에 대한 존중감, 남편·자녀·시댁식구와의 관계를 포함한 가족관계, 충격적 사건 경험 등의 심리사회적 요인과 나이, 직업, 경제적 수준, 종교 등의 개인적 요인 등을 들 수 있다. 그러나 지금까지 이루어진 대부분의 연구들은 이들 요인 중 특정 개별 요인의 주부 우울과의 관계에 초점을 두었고, 다양한 요인들을 함께 종합적으로 분석한 실증적 연구는 거의 없는 실정이다. 한편 연구의 대상에 있어서도 대부분의 연구가 중년주부에 집중되어 왔으며, 그들을 대상으로 한 연구결과를 전체 주부의 우울 현상에 일반화시켜 왔다. 따라서 주부들이 속해 있는 생의 발달단계에 따라 그들의 욕구와 역할이 달라지면서 거기에 따른 스트레스 양상이 달라지듯이, 발달단계에 따라 주부의 우울 양상과 우울에 관련된 요인이 달라질 수 있다는 가능성을 간과해 왔다.

이 연구는 주부들이 경험하는 우울의 정도를 알아보고, 그들의 우울에 영향을 미치는 개인적, 심리사회적 요인을 종합적으로 비교·분석해 보기 위한 것이다. 특히 주부가 속해 있는 생의 발달단계에 따라 우울의 정도와 우울에 영향을 미치는 요인들이 어떻게 달라지는가에 중점을 두고, 주부 우울을 설명하고 예측해 보는 데 그 목적이 있다. 이와 같은 연구는 우울에 작용하는 요인들의 기능과 특성을 파악하고 이해함으로써 우울증의 위험성이 있는 주부들을 조기 발견할 수 있을 뿐 아니라, 심각한 우울상태에 있는 주부들을 위한 효과적인 사회사업 개입에의 실증적 지식을 제공해 줄 수 있다는 데 그 의의가 있다.

2. 이론적 배경

1) 주부 우울

우울은 기분이 저조한 상태로서 누구나 흔히 느끼는 감정 중의 하나이다. 그러나 이러한 감정이 장기간 걸쳐 일어나고 심화되면 부정적인 자애개념, 활동수준 저하, 흥미의 상실, 주의집중 곤란, 의욕상실 및 수면장애 등의 심각한 장애들이 수반될 수 있

다(Beck, 1996: 21~23).

이러한 우울 증세가 주부들 사이에서 빈번히 나타나고 있어 '주부 우울증'이라는 말이 생길 만큼 우울증 환자 중 주부들이 차지하는 비중은 두드러지게 높게 나타나고 있다(장하경 · 서병숙, 1992: 264). 실제 한국에서 우울증 유병률은 여성이 남성에 비해 월등히 높으며(이정균, 1986), 특히 23세에서 59세 사이의 성인의 유병률 중 여자가 남자의 2배 가까이 되고(남정자 & 조맹제, 1997), 정신과를 찾는 중년환자의 성비에 있어서 여성이 남성에 비해 월등히 높게 나타나고 있으며, 중년여성 우울증환자는 매년 증가하는 추세(민성길, 1995; 이형초, 1992)라는 현황 보고들이 한국 주부 우울의 심각성을 잘 설명해 준다. 이러한 현상은 기혼여성이 미혼남녀나 기혼남성에 비해 심리적 스트레스가 높고(Aneshensel et al., 1981), 여성이 남성에 비해 결혼만족도가 낮고(권희안, 1992), 전반적 가정생활에 대한 만족도가 낮으며(통계청, 1998), 정신건강 상태가 더 나쁘다(Bernard, 1982)는 연구결과들에서 잘 반영되고 있다.

이와 같이 여성이 남성에 비해 결혼만족도가 낮으며 우울을 더 많이 경험하는 이유에 대해서는 무엇보다도 성역할 특성 때문에 파생되는 스트레스의 결과로 보는 관점이 지배적이다(e.g., Feather, 1985; Kaplan & Sedeny, 1980; Miller & Mothner, 1981; 전양숙, 1990; 손명자, 1992). 과거 전통사회에서는 대가족과 그에 수반되는 가사 및 육아업무와 가정관리 등의 주부 역할은 의미있는 것이었고, 아내는 가족을 유지하는 역할을 담당해 왔다. 그러나 산업사회로 이행됨에 따라 가족이 핵가족화되면서 여성의 전통적 역할은 점차 그 중요성을 상실하고 동시에 낮게 평가되기 시작하였다. 아울러 사회적 이상도 여성의 개인적 성취와 발전을 지향하게 되면서 상대적으로 취업하지 않은 전업주부들은 위기의식을 느낄 수 있다. 가정에서의 주부 역할이 상대적으로 무가치하게 느껴지고, 끊임없이 반복되는 단조로운 가사일에서 성취감이나 정신적 보상을 찾을 수 없다고 생각하게 됨에 따라 불만과 갈등이 생기며, 이러한 갈등이 소외감, 좌절감, 심리적 불안 등으로 연결될 수 있다. 이러한 현상은 자녀가 성장하여 여가시간이 증가하는 중년기에 이르면 신체적인 변화와 함께 여성으로서의 매력 상실, 자녀의 성장으로 인한 어머니로서의 역할 상실, 바쁜 남편에게 느끼는 거리감 등에서 오는 공허감, 고독감, 허무감 등으로 인해 더욱 심화될 수 있다(이강윤, 1986: 1).

한편, 취업주부들의 경우에는 참여와 자기실현 욕구를 부추기는 현대산업사회의 기대와 여전히 부덕과 가사에 여성을 얽매어 두려는 전통적 가족제도 및 문화규범의 요

구 속에서 주부로서 그리고 직장인으로서 1인 2역을 요구받으면서 육체적 정신적 고통과 스트레스를 경험할 수 있다. 특히 이러한 스트레스는 부모역할 부담이 큰 첫 자녀의 출생 이후부터 막내자녀 고교졸업까지의 시기에 가장 심한 것으로 나타났다(장윤옥, 1994: 181).

이와 같이 전업주부이든 취업주부이든 간에 주부들에게 갈등과 스트레스를 일으키는 상황들은 일상생활 속에 항상 내재되어 있는데, 이러한 스트레스를 일으키는 요소들이 누가적으로 작용하게 되고 또 이를 보상할 긍정적 경험이 없을 때, 그것이 우울의 원인이 될 수 있으며(Mclean, 1976: 121), 또 이러한 스트레스와 갈등이 주부 개인의 대처 능력을 넘어설 때, 주부의 강화체계기능적 통합성을 붕괴시키고 결국 우울이 발생할 수 있다(Akiskai & Mckinney, 1975: 287).

2) 주부 우울에 영향을 미치는 요인

앞에서 언급한 것처럼, 스트레스를 받는다고 해서 모든 사람들이 다 우울해지는 것은 아니다. 유사한 스트레스적 상황에서 어떤 사람은 그것을 잘 극복하는 반면, 어떤 사람은 우울에 빠질 수 있다. 우울을 설명하려는 종래의 연구들은 이러한 상황을 생물학적 관점에서 설명하려 했으나, 근래에는 우울을 초래하는 스트레스의 영향력을 증가시키거나 감소시킴으로써 우울에 영향을 미치는 심리·사회적 요인에 초점을 둔 연구가 중점적으로 행해지고 있다. 이들 연구들은 자아존중감, 남편, 자녀, 시댁식구와의 관계, 충격적 사건의 경험 등을 들 수 있는데, 이러한 심리·사회적 요인을 중심으로 이들의 우울과의 관계를 살펴보기로 하겠다.

(1) 자아존중감

우울을 심리적 측면에서 연구하려는 이론 중 인지이론은 자기자신에 대한 부정적인 견해, 즉 낮은 자존감을 우울에 영향을 미치는 중심적인 요소로 간주하고 있다. 실제로 우울한 사람의 자기도식은 매우 부정적이고 자기비하적 성향을 지니며(Beck, 1996), 낮은 자존감과 우울증 사이에는 강한 부적 상관이 있다(Brockner & Guare, 1983; Tennen & Herzberger, 1987)고 많은 연구들이 증명하고 있다. 자존감이란 자기자신에 대한 긍정적인 태도로, 자신이 능력있고 성공적이고 가치가 있다고 믿는 정도

인데(Harre et al., 1984: 561), 이러한 자존감은 생활사건의 대처에 자신감을 증가시키므로 자존감의 상실은 스트레스 대처에 자신감과 능력을 손상시키고 심리적 안녕에 직접적 해를 입힐 수 있다.

인지적 이론은 취약한 자존감이 우울의 시작과 유지에 중요한 역할을 한다고 가정한다. 이에 대해 Beck(1996)는 개인의 자기자신에 대한 그리고 자신의 환경에 대한 잘못된 인지체계로 인해 우울이 유발되는데, 특히 개인이 자신과 관련된 모든 것을 부정적으로 생각하고 자신과 관련된 일은 무엇이든지 자신을 비난하는 방향으로 해석하게 되어 우울해진다고 설명한다. 한편, Seligman(1975)은 개인이 환경 속에서 발생하는 여러가지 사건을 통제하는 데 실패했을 경우, 그 환경을 통제하려는 의지와 노력을 포기하게 되고, 또 그 통제의 실패를 자기자신의 잘못으로 돌림으로써 자신을 더욱 비난하고 부정적으로 비화시켜 우울감을 일으킨다고 주장한다. 이처럼 인지적 이론은 자신에 대한 왜곡과 비하가 우울을 유발한다고 주장하면서 우울의 선행조건으로 자신에 대한 부정적 사고 즉 자존감의 결여를 들고 있다.

이러한 인지적 관점을 검증해 보기 위해 많은 연구가 행해졌고, 연구자들은 우울과 자존감간에 강한 관련성이 있음을 발견하였다. 그들은 우울한 사람들은 정상적인 사람들에 비해 자신에 대해 더 부정적이며(Young, Morre & Nelson, 1981), 자신의 일 수행 결과에 대한 평가에 있어서도 더 부정적으로 평가하고(Gotlit, 1981; Lasher & Lynn, 1981), 또 자존감이 낮을수록 우울감이 높아진다는 것을(Andrews & Brwon, 1993; Altman & Gotlib, 1988; Asarnow, Carlson & Guthne, 1987; Whisman & Kwon, 1993) 발견하였다. 특히 우울한 여성이 우울하지 않은 여성에 비해 자신의 개인적 자질을 평가하는 데 훨씬 부정적이며(Hammen & Krantz, 1976), 주부들이 자신에 대한 자존감이 낮을수록 우울감이 더 높아진다는 연구결과(고인균, 1987)는 자존감이 주부우울에 중요한 영향을 미칠 것이라는 가정을 지지해 준다.

(2) 가족관계

우울을 사회적 관점에서 이해하려는 연구가들은 지난 20여 년간 우울에 영향을 미치는 대인관계의 기능에 많은 관심을 가졌는데, 근래에 들어서는 배우자, 자녀, 친척 등 보다 가까운 사람과의 관계가 우울에 미치는 영향에 초점을 두고 연구하였다. 그들은 이와 같은 가까운 가족과의 갈등이 우울과 주요한 관계가 있음을 보여주었는데, 특

히 주부들의 행복에 중요한 역할을 하면서 정서에 많은 영향을 미치는 배우자와의 관계가 우울에 미치는 영향력을 일관성 있게 보여주었다. 그들은 배우자와의 갈등을 겪는 사람들의 절반 정도가 우울을 호소하고 있고(Beach et al., 1990), 우울한 사람들의 절반 정도가 배우자와의 갈등으로 고통을 받고 있으며(Weissman, 1987), 배우자와의 갈등이 심할수록 주부가 경험하는 우울의 정도가 심해진다는(Whiften, 1989) 연구결과들을 통해 부부갈등 관계가 우울의 지표라고 주장한다.

한편, 배우자와의 갈등과 우울간의 인과관계에 관심을 둔 연구들은 우울을 겪는 주부들의 경우 우울증이 발생하기 이전에 부부갈등이나 그 외 남편에 대한 부정적 감정이 먼저 나타나고(Paykel et al., 1969; Freden, 1982), 배우자와 결혼 초기에 갈등을 호소하는 주부의 경우 나중에 우울증을 보일 확률이 높다(Beach et al., 1988; Markman et al., 1987)는 연구결과를 발표하면서 배우자와의 갈등이 우울을 야기한다고 본다.

자녀와의 갈등 또한 주부의 정서와 우울에 중요한 영향을 미치는 것으로 알려지고 있다. 특히 자녀에게 지나친 애정과 기대를 거는 부모들의 경우, 자녀들에 대한 자신의 노력이 보상받지 못할 때 심각한 정신적 충격을 받을 수 있다고 한다. Harkin(1978)은 자녀를 독립된 인격체로 분리시키지 못하고 지나치게 간섭하고 과보호하는 어머니의 경우, 89% 정도가 우울에 빠졌다는 연구결과를 보고하면서 자녀와의 갈등과 우울과의 유관성을 제시했다. 우울한 주부가 우울하지 않은 주부에 비해 자녀와의 갈등이 더 심하고(Gorden et al., 1989; Conrad & Hammen, 1989; Hammen, Burge & Stansbury, 1990), 자녀와의 부정적인 상호작용이 많을수록 우울증세도 더 심각해진다(Panaccione & Wahler, 1986)는 연구결과들은 자녀와의 관계가 주부 우울에 중요한 역할을 하고 있음을 보여주고 있다.

특히 한국에서는 자녀의 교육문제, 학교성적문제, 중요한 시험 및 시험실패, 이성교제 및 탈선 등을 포함한 자녀문제가 주부들에게 가장 많은 스트레스를 주는 문제 중의 하나로 보고되고 있는데(강인, 1989; 이진욱 외, 1997), 이에 대해 권경희(1985)는 자녀교육은 성공기준이 모호하기 때문에 자녀교육문제로 인해 어머니로서의 역할 수행에서 좌절을 경험하기 쉽고, 이로 인해 자신에 대한 그리고 결혼생활에 대한 부정적인 감정을 가지면서 우울과 불안을 경험할 수 있다면서 자녀와의 갈등과 주부 우울과의 유관성을 제시한다.

그 외 가족과의 갈등요인 속에서 시댁과의 갈등을 제외시킬 수 없다. 시댁과의 갈등

특히 고부간의 갈등은 서양에서는 찾아보기 어려운 우리의 문화에서만 볼 수 있는 특이한 현상이라 할 수 있다. 서양의 경우, 성인이 되면서 부모로부터 완전한 물질적 정신적 독립을 당연시하는 문화 속에서는 시댁과의 갈등이 주부 우울의 요인으로 인식되지 못하므로 이에 대한 조사보고 또한 전무하다. 한국에서도 시댁과의 갈등이 우울에 미치는 영향에 대한 실증적 연구는 별로 찾아볼 수 없다. 그러나 실증적으로 입증되지는 못했지만 한국의 가족문화 속에서 시댁과의 갈등 특히 고부간의 갈등이 며느리의 정신적 고통을 야기하는 주요 사회문제로 인식되어져 온 점을 감안하면, 시댁과의 갈등이 주부 우울에 중요한 영향을 미칠 것이라 생각할 수 있다. 최승준(1987)의 가족유형에 따른 주부 우울의 연구에서 시어머니의 며느리에 대한 태도가 며느리의 우울에 중요한 영향을 미친다는 연구결과가 이러한 가정을 지지해 주고 있다

(3) 충격적인 사건의 경험

우울 증세를 보이는 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 우울이 시작되기 1~2년 전에 배우자나 자녀의 죽음, 직업 또는 학업에서의 실패, 이혼이나 별거와 같은 결혼의 실패, 자신이나 가족의 질병 등과 같은 충격적인 사건을 경험하는 경우가 많다(이인정 · 최해경, 1995: 306~307). 이와 같은 충격적인 사건은 생활에 변화를 일으키고 불균형 상태를 초래함으로써 평형을 되찾기 위한 재적응 에너지의 소비가 증가되어 질병에 대한 저항력이 감소되면서 신체적 · 정신적 장애를 일으킬 수 있다(정화숙, 1994: 13)고 한다.

이처럼 충격적인 사건이 우울을 야기하는 데 기여한다는 주장은 여러 연구가들에 의해 입증되었다. 그들은 우울 증세를 보이는 사람들이 그 증상을 보이지 않는 사람들에 비해 우울에 빠지기 전에 충격적인 사건을 더 많이 경험했고(Lioyd, 1981; Paykel, 1969; Paykel, 1994; Lweinsohn et al., 1988), 우울한 주부집단이 우울하지 않은 주부집단에 비해 부부간 논쟁, 별거, 전직, 심각한 개인적 질병, 작업조건의 변화, 가족구성원의 갑작스러운 사망, 가족구성원의 심각한 질병 등과 같은 충격적 사건의 경험을 더 많이 하였음(Garnefski, 1990; Paykel, 1970)을 밝히면서 충격적 사건의 경험과 우울의 유의미한 관계성을 실증하였다.

국내에서도 충격적인 생활사건이 우울증과 같은 정신장애를 유발하고(고병학, 1982), 충격적 생활사건을 많이 경험할수록 주부들의 우울 정도가 더 심해지며(연규월, 1992), 우울한 주부들이 우울하지 않은 주부들 보다 충격적인 생활사건을 더 많이

경험한다(임승주, 1988; 정화숙, 1994; 이진욱 외, 1997)고 주장하는 연구들이 충격적인 생활사건 경험과 주부 우울간의 유관성을 주장하고 있다.

지금까지 주부우울에 영향을 미치는 심리 사회적 요인에 대해 고찰해 보았는데, 이 외에도 주부 우울에 영향을 미치는 것으로 알려진 요소로는 자녀의 수, 주부의 취업, 종교, 경제적 수준, 교육수준 등의 개인적 특성이 있다. 일반적으로 종교를 가지는 것, 그리고 돌보아야 할 자녀의 수가 적은 것이 우울을 막는 데 도움이 되는 반면(이인정 · 최해경, 1995), 낮은 경제수준과 교육수준은 높은 수준의 우울과 관련이 있는 것으로(남정자 · 조맹제, 1997) 보고되고 있다. 그러나 주부의 취업이 우울에 미치는 영향에 관해서는, 주부의 취업이 우울에 부정적인 영향을 주장하는 연구보고가 있는가 하면(e.g., Keith & Schager, 1985; Ulbrich, 1988), 주부 취업의 긍정적인 영향을 강조하는 보고도 있어(e.g., Saenz, Goudy & Lorenz, 1989; Thomas, Albrecht, & White, 1984) 일치된 견해가 없다.

3) 발달단계와 주부 우울

우울하면 중년주부를 생각하게 할 만큼 우울증환자 중 중년주부가 차지하는 비중이 두드러지게 높게 나타나고 있다(정숙희, 1996: 1). 중년기는 생리적, 정신적, 신체적으로 많은 변화를 겪는 시기로 생의 발달단계에서 사춘기 이후에 다시 겪게 되는 자아정체감의 변화를 나타내는 시기(정숙희, 1996: 21)로 알려져 있다. 발달단계란 어떤 과업의 성취와 특정한 측면의 발달이 강조되는 삶의 기간(이인정, 최해경, 1995: 26)으로 발달단계를 구분하는 연령은 대략적이고 학자에 따라 의견의 차이를 보이고 있으므로 중년의 연령을 정확하게 정하기는 어렵다. 그러나 일반적으로 성년기는 20세에서 40세 전후를 말하며(조복희 외, 1998; 1415; 예지각 편집부, 1998: 161), 중년기는 대개 자녀가 독립하기 시작하는 40세경부터 일반적으로 노년기로 지칭되는 60세 이전까지로(고인균, 1987: 6; 정숙희, 1996: 6) 정의된다.

특히 여성의 중년기는 신체적인 노화와 함께 폐경을 경험하게 되어 생리적인 능력 상실과 함께 신체적인 매력 상실로 인해 자신이 쓸모 없어졌다는 감정에 지배되어 자아존중감이 희박해질 수 있으며(이현수, 1995: 314), 가정적으로는 자녀들이 성장해서 독립하게 되므로 지금까지 수행해 오던 어머니의 역할의 상실을 경험하게 되어 중년기

는 더욱 위기가 된다(김재은, 1983: 157). 심리적으로는 성년기와 중년기를 거쳐 반복되는 집안일에 지치고 흥미를 잃고 신경증적인 행동을 보일 수 있다. 뿐만 아니라 사업상 더욱 바쁜 시기를 맞이하는 남편에 비해 상대적으로 고독을 느끼게 되고, 자신의 삶을 되돌아보면서 지금까지 추구해 온 삶의 목표들이 무의미하게 느껴지고 공허감, 침체감을 경험하면서 우울에 빠지기 쉽다(서봉연, 1982: 278). 이와 같은 중년의 위기 현상은 많은 연구가들로 하여금 중년주부의 정신건강에 관심을 쏟게 하였다. 따라서 지금까지의 주부 우울에 관한 연구는 거의 대부분 중년주부를 대상으로 이루어져 왔는데, 그 연구결과를 전체 주부들의 우울 현상에 일반화시키는 경향이었다.

그러나 발달단계에 따라 개인의 욕구가 달라지고 그 개인에게 요구되는 역할이 다르듯, 상이한 단계에 있는 주부들은 그 단계에서 요구되는 과업과 역할수행에서 오는 다른 형태의 갈등과 스트레스를 경험할 수 있다. 특히 결혼과 첫 자녀의 출생이 시작되는 23세경부터 자녀가 고등학교 재학 시기에 있는 40세까지의 성년기(조복희 외, 1998)는 가정에서의 역할 스트레스가 가장 심한 시기이다. 이 시기에는 결혼 초의 부부적응과 시댁과의 적응 과정에서 갈등을 경험하고 첫 자녀의 출생으로 인한 생활의 변화와 부부관계의 변화를 경험한다(함인희, 1993: 15). 그리고 자녀들이 출생 이후 고등학교 졸업까지는 배우자, 주부역할 외에 부모역할로 인한 부담이 크며, 자녀의 양육과 관련하여 물리적, 정신적 에너지의 소비가 급증하고 가사노동 시간도 급격히 증가한다(장윤옥, 1994: 182). 따라서 이 시기에 속한 성년주부들은 중년기 주부에 비해 더 많은 적응 부담과 역할 부담을 안고 있으며, 이로 인한 스트레스는 시간적 경제적 여유가 있는 중년기 주부에 비해 더 높게 나타날 수 있다.

이와 같이 발달단계에 따라 주부들의 욕구와 주부들에게 요구되는 역할과 과업이 달라짐에 따라 그들이 경험하는 스트레스의 형태 뿐 아니라 스트레스 대처방법도 달라지므로 발달단계에 따라 주부들이 경험하는 우울의 정도와 우울에 영향을 미치는 요인이 다를 수 있다. 그러므로 발달단계는 주부 우울의 이해에 주요 변수가 될 것으로 보인다.

3. 연구내용 및 방법

1) 연구내용

이 연구에서 중점을 둔 사항은 주부들이 경험하는 우울의 정도와 그들의 우울에 영향을 미치는 제 요인들을 분석·예측해 봄으로써 우울의 양상을 이해하고, 우울증의 위험성이 있는 주부들을 조기 발견하여 그들을 위한 효과적인 사회사업개입 방안을 고안해내는 데 있다. 이것을 위해 이 논문에서 관심을 갖는 연구 문제는 크게 세 가지이다. 첫째는 주부들이 경험하는 우울이 어느 정도로 심각한가 하는 것이고, 둘째는 지금까지 선행연구에 의해 주부 우울에 영향을 미친다고 간주되어 온 요인들이 실제로 한국 주부의 우울에 어느 정도 영향력을 가지고 있는가 하는 것이다. 셋째는 주부 우울을 예측할 수 있게 하는 요인들은 어떤 것인지를 알아보는 것이다. 그리고 이러한 우울의 양상이 주부의 발달단계에 따라 어떻게 달라지는가를 위의 세 항목을 통해 살펴볼 것이다.

첫번째 연구문제를 통해 주부들이 경험하는 우울의 정도가 어느 정도인지, 전문적인 도움이 필요할 정도로 심각한지에 대해 알아볼 것이다. 그리고 발달단계에 따라 20·30대 주부를 성년기 주부로, 40·50대 주부를 중년기 주부로 구분하여, 이 두 집단간에 우울 정도의 차이를 구체적으로 점검해 볼 것이다. 두번째 연구문제를 통해 지금까지 국내외 문헌에서 주부 우울에 영향을 미친다고 주장되어 온 심리·사회적 요인 및 개인적 요인들(자존감, 배우자, 자녀, 시댁과의 갈등, 충격적 사건경험, 나이, 자녀의 수, 종교, 경제적 수준, 교육, 취업 등)이 한국 주부의 우울에는 각각 어느 정도 영향력을 가지고 있는지를 실증적으로 점검해 보고, 이러한 요인의 영향력이 성년기 주부와 중년기 주부간에 어떻게 다른가를 비교해 볼 수 있을 것이다. 세번째 연구문제를 통해 주부 우울에 영향을 미친다고 알려진 요인들 중, 주부 우울을 설명하고 예측하게 해주는 주요 요인들을 밝혀내고, 이들 요인들간의 예측 기여도를 비교 분석해 볼 수 있을 것이다. 그리고 성년주부와 중년주부의 예측모델을 산정하여, 두 집단간 우울을 예측하는 요인들이 어떻게 다른지에 관해서도 알아 볼 것이다. 이와 같은 예측모델은 주부들간의 우울 정도의 차이를 이해하는 데 도움이 될 뿐 아니라, 주부들의 우울을 미리 예측할 수 있게 하여, 심각한 우울증의 위험성이 예상되는 주부들을 발견하여 그들을 대상으

로 조기 개입할 수 있게 함으로써 보다 예방적이고 효율적인 사회사업 서비스를 제공하는 데 도움이 될 것이다. 특히 집단간 상이한 예측모델은 발달단계에 따라 중점적으로 진단하고 개입해야 할 문제영역에 대한 정보를 제공하므로, 보다 효과적인 사회사업개입을 가능케 할 것이다.

2) 연구방법

(1) 조사대상 및 자료수집 방법

조사대상은 서울, 부산, 마산, 창원시에 거주하는 배우자와 자녀를 둔 20~60세 사이의 주부를 대상으로 한 설문조사에 의해 이루어졌다. 표집은 경제적 수준이 고르게 반영될 수 있게 다양한 평수의 아파트를 선택하여 이루어진 의도적 표집방법을 택하였다. 대상 주부들에게 아파트 반상회를 통해 조사의 목적 및 참가 요청의 내용이 담긴 편지와 함께 설문지를 전달하였다. 조사기간은 1998년 11월 25일부터 12월 20일까지였으며, 총 400부의 설문지를 배부하여 회수된 자료 295부 중 성실히 응답한 272명의 자료만을 선정하여 전산처리하였다.

(2) 측정도구

주부의 우울을 측정하기 위해서 Beck(1961)에 의해 개발되고 김명권(1984)이 번안하고, 한홍무 등(1986)에 의해 신뢰도와 타당도가 검증된 한국어판 Beck의 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI)를 사용하였다. 이는 모두 21문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 현재의 우울한 정도를 0~3점 중 하나를 선택하여 표시하게 되어 있다. 우울 점수의 범위는 0점에서 63점 사이이며, 점수가 높을수록 우울 정도가 심각함을 나타낸다. Beck(1980)는 점수에 따라 우울의 증상을 0~10점까지는 정상, 11~16점까지는 가벼운 기분장애, 17~30점까지는 중등도 우울증, 31~40점까지는 심한 우울증, 41점 이상은 극도의 우울증 상태로 분류하였다.

배우자와의 갈등을 측정하기 위해서는 제갈 정(1993)이 개발한 결혼만족도 척도 중 남편과의 관계척도를 사용하였다. 이 척도는 모두 10문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 남편과의 관계에 있어 '매우 만족'(1점)에서 '매우 불만'(5점)까지 5등급 중 한 곳에 표시하도록 되어 있다. 따라서 배우자와의 갈등점수는 최저 5점에서 최고 50점

사이이며, 남편과의 갈등이 심할수록 점수가 높게 나타난다.

자녀와의 갈등척도는 자녀의 성적문제로 인한 갈등, 자녀 친구문제로 인한 의견충돌, 자녀와의 언쟁 등의 정도를 측정하는 것으로 총 3문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 자녀와의 문제가 '전혀 없음'(1점)에서 '매우 심각함'(5점)까지 5등급 중 한 곳에 표시하도록 되어 있다. 총 점수범위는 3점에서 15점 사이며, 점수가 높을수록 자녀와의 갈등이 심한 것으로 나타난다.

시댁식구와의 갈등척도는 인간관계에서의 갈등, 경제적인 문제로 인한 갈등, 부당한 간섭으로 인한 갈등 등 총 3문항으로 각 문항은 5등급으로 이루어져 있다. 따라서 총점수는 3점에서 15점 사이이며, 점수가 높을수록 시댁식구와의 갈등이 심한 것으로 나타난다.

자존감을 측정하기 위해서는 Rosenberg가 개발한 자존감 척도(*Self-Esteen Scale*)를 사용하였다. 이 척도는 자기자신을 수용하고 인정하는 정도를 측정하는 것으로, 모두 10항목으로 구성되어 있다. 응답자는 각 항목이 설명하는 자신의 특성묘사에 대해 어느 정도 동감하는지를 '전혀 동감하지 않는다'(1점)에서 '매우 동감한다'(4점)에까지 4등급 중 어느 한 곳에 표시하도록 되어 있다. 따라서 자존감 점수는 10점에서 40점 사이이며 점수가 높을수록 자존감이 높음을 나타낸다.

그 외 주부의 나이, 학력, 자녀수, 월수입, 종교, 직업유무 등의 변수들이 설문지 질문을 통해 측정되었다.

(3) 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS를 이용하여 연구의 목적에 맞게 콰이스퀘어(χ^2) 분석, t-test 분석, 단순상관분석(*Pearson's Correlation Analysis*), 단계적 중다회귀(*Stepwise Multiple Regression*) 등의 기법을 통해 분석되었다.

4. 연구결과

1) 조사대상자의 일반적 특성

〈표 1〉은 성년주부와 중년주부의 일반적 특성에 대해 비교·분석한 결과이다. 표에서 보는 바와 같이 평균적으로 중년주부가 성년주부보다 나이, 월수입, 자녀수가 더 많았다. 학력에 있어서는 성년주부가 중년주부보다 약간 높은 것으로 나타났으나, 이 차이는 통계학적으로 유의미한 것은 아니었다. 직업유무와 종교에 있어서도 두 집단 간 통계학적으로 유의미한 차이가 없었다.

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

특 성	성년주부 (N=130)	중년주부 (N=142)	그룹차의 통계학적 유의성
연령			
평균연령	35.82	45.47	t=-20.49
표준편차	3.87	3.89	p=.000
학력			
평균교육연수	14.05	13.45	t=1.93
표준편차	2.41	2.65	p=.06
월수입			
평균월수입	185만	250만	t=-3.90
표준편차	88만	156만	p=.000
자녀수			
평균자녀수	1.82	2.25	t=-4.83
표준편차	.69	.77	p=.000
직업유무			
직업 유	43(33.1%)	40(28.2%)	χ^2=.77
직업 무	87(66.9%)	102(71.8%)	p=.38
종교			
기독교	22(16.9%)	33(23.2%)	χ^2=5.55
천주교	18(13.8%)	21(14.8%)	p=.24
불교	54(41.5%)	64(45.1%)	
기타	3(2.3%)	1(.7%)	
무교	33(25.4%)	23(16.2%)	

2) 주부의 우울 상태

〈표 2〉는 평균 우울점수와 Beck의 분류(1980)에 따른 우울점수 분포 상태를 전체주부, 성년주부, 중년주부 집단에 걸쳐 보여주고 있다. 전체적으로 볼 때 주부의 44.1%가 가벼운 기분장애 내지 더 심각한 우울 상태에 있는 것으로 나타났다. 특히 전체주부의 17.3%가 중등도 우울증 내지 더 심각한 우울증을 경험하고 있는 것으로 나타나 주부들의 우울 상태가 예사롭지 않음을 보여준다. 우울 정도를 평균점수를 통해 분석했을 때도 우울점수가 11.48로 주부들이 평균적으로 가벼운 기분장애 상태에 있음을 알 수 있다. 한편 집단간 우울의 차를 점검해 보았을 때, 성년주부의 42.3%, 그리고 중년주부의 45.8%가 가벼운 기분 장애 또는 그 이상의 우울 상태를 보여주고, 성년주부의 15.4%, 그리고 중년주부의 19%가 중등도 우울증 이상의 상태를 보여주고 있어, 중년주부가 성년주부에 비해 약간 더 우울이 심한 상태임을 알 수 있다. 평균점수로 비교해 보았을 때도 중년주부가 성년주부보다 조금 더 우울한 상태에 있었다. 그러나 이러한 차이는 통계학적으로 유의미한 것이 아님을 콰이스퀘어 검정과 t-test 검정 결과가 보여주고 있다. 따라서 중년주부가 성년주부보다 더 우울하다는 주장을 뒷받침할 근거를 찾지 못했다.

〈표 2〉 주부 우울점수

우울점수	전 체	성년주부	중년주부	집단간 통계학적 유의성
1~10 정상	152 (55.9%)	75 (57.7%)	77 (54.2%)	
11~16 가벼운 기분장애	73 (26.8%)	35 (26.9%)	38 (26.8%)	χ^2=.82 p=.84
17~30 중등도 우울증	41 (15.1%)	17 (13.1%)	24 (16.9%)	
31 이상 심한 우울증	6 (2.2%)	3 (2.3%)	3 (2.1%)	
평균 우울점수 표준편차	11.48 7.01	11.18 7.32	11.76 6.73	t=-.517 p=.84

〈표 3〉 주부 우울과 제 변수와의 단순 상관관계 분석 결과

변 수	전체주부		성년주부		중년주부	
	r	p	r	p	r	p
나 이	.012	.846	-.108	.229	.08	.36
교육수준	-.145	.017*	.019	.829	-.28	.001**
자녀수	-.008	.895	-.003	.973	-.027	.754
월평균 수입	-.162	.007**	-.045	.615	-.297	.000***
직업유무	-.079	.197	.113	.199	-.267	.001**
종교유무	.596	.328	.054	.546	.060	.479
배우자와의 갈등	.343	.000***	.397	.000***	.289	.000***
자녀와의 갈등	.302	.000***	.301	.000***	.305	.000***
시댁과의 갈등	.248	.000***	.205	.019*	.288	.000***
충격적 사건경험	.238	.000***	.396	.000***	.090	.289
자존감	.639	.000***	-.643	.000***	-.639	.000***

주 : * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

3) 주부 우울에 영향을 미치는 요인들과 우울과의 단순상관 관계

주부들의 우울과 우울에 영향을 미치는 각 변수간의 단순상관분석 결과는 〈표 3〉과 같았다. 이들 변수 중 직업유무, 종교유무, 충격적 사건경험유무는 유목변수이기 때문에 그대로는 상관관계 분석이 불가능하므로 이 변수들을 가변수(*dummy variables*)로 처리하여 분석하였다. 이때 직업유무의 경우는 직장이 없는 경우를, 종교의 유무는 종교가 없는 경우를, 그리고 충격적 사건경험 유무는 충격적 사건을 경험하지 않은 경우를 준거유목(*reference category*)으로 설정하여 분석하였다. 표에서 보는 바와 같이 전체 주부를 대상으로 분석하였을 때, 우울과 통계학적으로 유의미한 관련성을 가진 변수는 교육수준, 월평균 수입, 배우자와의 갈등, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등, 충격적 사건경험, 자존감으로 나타났다. 그러나 집단별로 분석해 보았을 때는 그 상황이 달라졌다. 성년주부 집단의 경우 그들의 우울과 통계학적으로 유의미한 관련성을 가진 변수는 배우자와의 갈등, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등, 충격적인 사건경험, 자존감으로 나타났다. 이것은 성년주부들이 배우자와의 갈등이 많을수록 우울이 심해지며, 자녀와의 갈등이 많을수록 우울이 심해지고, 시댁과의 갈등이 많을수록 우울이

심해짐을 의미한다. 또한 최근 1~2년 내에 충격적인 사건을 경험한 성년주부들이 그렇지 않은 주부들에 비해 우울이 심하고, 자기자신을 부정적으로 평가하고 자신에 대한 존중감이 낮을수록 우울이 심하다는 것이다.

한편, 중년주부 우울과 통계학적으로 유의미한 관계를 가진 변수로는 교육수준, 월평균 수입, 직업유무, 배우자와의 갈등, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등, 자존감으로 나타났다. 이것은 중년주부들이 교육수준이 낮을수록 우울이 심하며, 월평균 수입이 낮을수록 우울이 심하다는 것을 말한다. 그리고 직업이 없는 중년주부가 직업을 가진 주부보다 우울이 심하며, 배우자와의 갈등이 심할수록 우울이 심하다는 것이다. 그리고 자녀와의 갈등이 많을수록 우울이 심하며, 시댁과의 갈등이 많을수록 우울이 심하고, 자신을 부정적으로 평가하고 자신에 대한 존중감이 낮을수록 우울이 심하다는 것을 의미한다.

이와 같은 결과는 발달단계에 따라 우울에 영향을 미치는 요인이 다르다는 것을 보여주고 있는데, 중년주부의 우울에 영향을 미치는 것으로 나타난 교육수준, 월평균 수입, 직업유무가 성년주부들의 우울에는 통계학적으로 유의미한 영향을 미치지 못했다. 특히 직업의 경우는 비록 통계학적인 의미는 없을지라도, 중년주부의 경우와는 반대로 직업을 가진 성년주부가 직업이 없는 성년주부보다 오히려 우울이 더 심한 것으로 나타나 관심을 끈다. 한편, 충격적인 사건경험은, 성년주부 우울에는 유의미한 영향을 주나, 중년주부의 우울에는 유의미한 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

4) 주부 우울 예측요인 분석

앞에서 단순 상관분석을 통해 여러가지 변수와 우울과의 관계를 점검해 보았다. 그러나 주부가 느끼는 우울의 정도에는 한 변수가 아닌 여러 변수들이 동시에 상호작용하면서 영향을 미친다. 그러므로 단순 상관분석을 통해서는 주부들의 우울을 충분히 설명하고 예측하지 못할 뿐 아니라 우울에 영향을 미치는 변수들간의 상대적 중요성도 측정할 수도 없다. 따라서 주부 우울을 설명하고 예측가능케 하는 변수들을 알아보고 이들 예측변수간의 상대적 중요성을 평가해 보기 위해 단계적 중다회귀(*step-wise multiple regression*) 분석으로 주부 우울 예측모델 산정을 시도하였다.

〈표 4〉는 전체 주부의 우울 예측요인 분석결과이다. 여기서 보는 바와 같이 전체 주

〈표 4〉 전체 주부의 우울 예측모델

변 수	R^2 회귀계수	R^2 증가	Beta	t	p
자존감	.409	.409	-.584	-12.84	.000
배우자와의 갈등	.461	.052	.212	4.65	.000
충격적 사건경험	.471	.010	.112	2.46	.014
직업 유무	.481	.010	-.095	-2.15	.033

주 : Stepwise regression 분석과정에서 PIN은 .05, POUT은 .10으로 설정되었음.

부의 우울을 설명하고 예측하는 데 통계학적으로 유의미하게 기여하는 변수는 자존감, 배우자와의 갈등, 충격적 사건경험, 직업유무 등으로 나타났다. 이들 변수들이 다 함께 48.1%의 주부 우울 변량(*variance*)을 설명해 주고 있는데, 이 중 자존감이 40.9%의 변량을 설명해 주면서 주부 우울의 설명과 예측에 가장 크게 기여하는 변수로 나타났다. 다음으로 배우자와의 갈등 5.2%, 충격적 사건경험 1%, 직업유무 1% 순으로 주부 우울 변량을 설명하고 있다. 이것은 자기자신에 대한 만족감이 부족하고, 배우자와의 갈등이 많고, 직업이 없으며, 최근 1~2년 내에 충격적인 사건을 경험한 주부가 그렇지 않은 주부에 비해 우울이 심하다는 것을 의미한다.

그러나 〈표 5〉와 〈표 6〉에서 보는 바와 같이 주부 우울을 발달단계별로 구분하여 보았을 때 우울을 설명하고 예측하는 변수들은 다르게 나타났다. 〈표 5〉에서 보는 바와 같이 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 변수로는 자존감, 배우자와의 갈등, 충격적 사건경험, 나이, 자녀와의 갈등으로 나타났다. 이것은 성년주부가 자기자신에 대한 긍정적인 생각과 만족이 부족하고, 배우자, 그리고 자녀와의 갈등이 많으며, 1~2년 내에 충격적 사건을 경험하고, 나이가 어릴수록 우울이 더 심함을 의미한다. 역시 전체 주부들의 경우와 같이 자존감이 41.4%의 우울 변량을 설명해 주면서 우울 예측에 가장 크게 기여했고, 배우자와의 갈등, 충격적 사건경험, 나이, 자녀와의 갈등 순으로 성년주부의 우울에 대한 설명과 예측에 기여했다. 이들 변수들은 모두 함께 57.1%의 우울 변량을 설명하고 있어 〈표 4〉의 전체 예측모델의 48.1% 보다 우울을 훨씬 더 잘 설명하고 예측하는 것으로 나타났다. 한편, 단순 상관분석에서 성년주부의 우울과 유의미한 상관관계를 나타낸 시댁과의 관계는 다른 변수들과 함께 분석하였

을 때는 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 통계학적으로 유의미한 기여를 하지 않은 것으로 나타났다.

한편, 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 변수는 〈표 6〉에서 보는 바와 같이, 자존감, 배우자와의 갈등, 직업, 월평균 수입으로 나타났다. 이것은 자기자신에 대한 긍정적인 생각과 만족감이 부족하고, 배우자와의 갈등이 많으며, 직업이 없고, 월수입이 적은 중년주부가 그렇지 않은 주부보다 우울이 심하다는 것이다. 이들 변수들이 49.3%의 중년주부 우울 변량을 설명하고 있는데, 역시 자존감이 우울의 설명과 예측에 가장 크게 기여했고, 그 다음으로는 배우자와의 갈등, 직업유무, 월수입 순이 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 기여하는 것으로 나타났다. 그러나 단순 상관분석에서 중년주부의 우울과 유의미한 관계를 나타낸 교육수준, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등은 다른 변수들과 함께 분석하였을 때는 우울을 설명하고 예측하는 데 통계학

〈표 5〉 성년주부 우울 예측모델

변 수	R^2 회귀계수	R^2 증가	Beta	t	p
자존감	.414	.414	-.525	-8.42	.000
배우자와의 갈등	.502	.088	.258	4.15	.000
충격적 사건경험	.537	.035	.186	2.96	.004
나 이	.554	.017	-.144	-2.42	.017
자녀와의 갈등	.571	.017	.137	2.23	.028

주 : Stepwise regression 분석과정에서 PIN은 .05, POUT은 .10으로 설정되었음.

〈표 6〉 중년주부 우울 예측모델

변 수	R^2 회귀계수	R^2 증가	Beta	t	p
자존감	.402	.402	-.558	-8.86	.000
배우자와의 갈등	.446	.044	.185	2.95	.004
직업유무	.478	.032	-.163	-2.63	.009
월수입	.493	.015	-.127	-2.02	.045

주 : Stepwise regression 분석과정에서 PIN은 .05, POUT은 .10으로 설정되었음.

적으로 유의미한 기여를 하지 않은 것으로 나타났다.

이와 같은 결과는 발달단계에 따라 우울을 설명하고 예측하는 변수가 다름을 제시하는데, 전체 주부를 대상으로 분석하였을 때와 성년, 중년으로 나누어 분석하였을 때와는 우울을 설명하고 예측하는 변수가 다를 뿐만 아니라 우울의 설명력과 예측력도 달라짐을 보여준다. 전체 주부를 대상으로 한 예측모델의 설명력은 48.1%인 반면, 성년, 중년으로 나누어 분석하였을 때는 성년 모델의 경우 57.1%, 중년 예측모델의 경우 49.3%로 더 향상되었음을 알 수 있다.

한편, 성년주부와 중년주부의 예측변수를 비교해 보았을 때, 자존감과 배우자와의 갈등은 두 그룹에서 모두 주요한 예측변수로 등장했다. 그러나 성년주부의 경우 충격적 사건경험을 한 주부들이 더 우울이 심했고, 젊은 주부일수록 우울이 심했으며, 자녀와의 갈등이 많을수록 우울이 심한 반면, 중년주부의 경우 이러한 요소들이 우울을 설명하고 예측하는 변수들이 되지 못했다. 반면 중년주부들의 경우, 전업주부가 취업주부보다 우울이 더 심하고, 경제적으로 여유가 없을수록 우울이 심한 것으로 나타났는데, 직업의 유무와 월수입이 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데는 기여하지는 못했다.

5. 요약 및 제언

이 연구의 목적은 주부들이 경험하는 우울의 정도를 알아보고, 그들의 우울에 영향을 미치는 개인적, 심리·사회적 요인들을 비교·분석해 보는 것이었다. 연구결과는 주부들이 평균적으로 가벼운 기분장애에 해당되는 우울을 경험하고 있으며, 전문적인 개입이 필요한 정도의 우울 상태에 있는 주부가 전체 주부의 17.3%로 나타나 주부들의 정신건강 상태의 심각성을 보여주었다. 이러한 우울 상태는 많은 연구가들이 주장해 온 것과는 달리 중년주부가 더 심각한 것은 아니었다. 분석결과, 중년주부들이 성년주부들보다 조금 더 우울한 상태에 있긴 했지만 이 차이는 통계학적으로 유의미한 것은 아니었다.

그러나 우울에 영향을 미치는 요인은 주부의 발달단계에 따라 달랐다. 단순 상관분석 결과, 성년주부의 경우 배우자와의 갈등, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등, 충격적

인 사건경험, 자존감 등이 각각 그들의 우울에 영향을 미친 반면, 중년주부의 경우는 교육수준, 월평균 수입, 직업의 유무, 배우자와의 갈등, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등, 자존감이 각각 우울에 영향을 미쳤다. 따라서 성년주부의 우울에 영향을 미친 충격적 사건의 경험이 중년주부의 우울에는 유의미한 영향을 미치지 않은 반면, 중년주부의 우울에 영향을 미치는 것으로 나타난 교육수준, 월평균 수입, 직업유무는 성년주부의 우울에는 유의미한 영향을 미치지 못했다. 이들 중 직업의 영향을 보면, 직장을 가지지 않은 전업 중년주부가 직장을 가진 취업 중년주부보다 우울이 심했다. 그러나 성년주부의 경우, 비록 통계학적으로 유의미한 것은 아니었지만, 오히려 취업주부가 전업주부보다 우울이 더 심한 것으로 나타났다. 이것은 자녀들이 성장하여 부모로서의 역할부담이 별로 없고 시간적 여유가 있는 중년주부들에게는 직장을 통해 얻는 자기실현과 성취감이 정신적 건강에 도움이 된 반면, 대부분의 자녀들이 어머니의 보살핌이 가장 필요한 시기에 있는 성년주부들의 경우, 취업으로 인한 주부 그리고 직장인으로의 이중역할 부담이 부정적인 영향을 미쳤기 때문인 것으로 보인다.

한편 충격적 사건이 우울에 미치는 영향을 보면, 충격적인 사건이 중년주부의 우울에 유의미한 영향을 미치지 못한 반면, 성년주부의 우울에는 중요한 영향을 미쳤다. 이것은 삶의 경륜이 어느 정도 쌓인 중년주부들은 충격적인 사건을 보다 적절히 잘 대처함으로써 충격적 사건경험이 정신적 건강을 크게 손상시키지 못한 반면, 삶의 경험과 대처능력이 상대적으로 부족한 성년주부들에게는 심각한 영향을 미친 것으로 보인다.

그러나 성년주부의 우울에 개별적으로 영향을 미친 시댁과의 갈등과, 중년주부의 우울에 영향을 미친 교육수준, 자녀와의 갈등, 시댁과의 갈등 등의 영향력은 다른 변수들의 영향력을 통제한 상태에서 분석해 보았을 때는 통계학적으로 의미가 없었다. 단계적 중다회귀 분석결과 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 기여하는 변수는 자존감, 배우자와의 갈등, 충격적 사건경험, 나이, 자녀와의 갈등이었고, 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 기여하는 변수는 자존감, 배우자와의 갈등, 직업유무, 월수입이었다. 즉, 성년주부의 경우 자기자신에 대한 만족감이 낮으며, 배우자와 자식과의 갈등이 많고, 최근 1~2년 내에 충격적 사건을 경험한 젊은 주부일수록 우울이 심하였다. 한편, 중년주부의 경우, 자신에 대한 만족감이 낮고 남편과의 갈등이 많으며, 직장이 없는 전업주부로서 경제적으로 어려울수록 우울이 심하였다. 이러한 결과

는 주부의 발달단계 따라 그들의 우울을 설명하고 예측하는 변수가 다르다는 것을 의미한다. 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 유의미한 기여를 한 충격적 사건경험, 나이, 자녀와의 갈등이 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데는 기여하지 못한 반면, 중년주부의 우울을 설명하고 예측하는 직업과 월평균 수입이 성년주부의 우울을 설명하고 예측하는 데 기여하지 못하였다.

이와 같은 결과는 주부들의 정신적 건강향상을 위한 사회사업 개입에 중요한 의미를 제시한다. 주부의 우울 상태를 정확히 이해하고 진단하기 위해서는 먼저 그 주부가 속해 있는 발달단계에 따라 우울의 사정기준이 달라져야 한다는 것이다. 20·30대 성년주부들의 우울을 사정하기 위해서는 그들의 나이, 남편, 자녀와의 관계를 고려하고, 그들이 자신을 얼마나 긍정적으로 생각하는가, 그리고 1~2년 내에 충격적인 사건을 경험한 적이 있는가에 초점을 두고 사정해야 할 것이다. 반면, 40·50대 중년주부들을 대상으로 하는 우울 사정에서는 경제적 수준과 취업여부를 고려하고, 남편과의 관계와 자신을 얼마나 긍정적으로 생각하는가에 중점을 두어야 할 것이다. 이러한 방법으로 사회사업가는 우울의 심각성을 예측할 수 있을 뿐 아니라 우울의 주요 원인을 파악하여 보다 효과적인 사회사업 개입의 계획을 세울 수 있을 것이다.

일단 이러한 사정을 통해 사회사업적 개입의 필요성이 확실시되면, 사정과정에서 우울의 주요 원인으로 파악된 문제들을 세분화하고 그들의 심각성에 따라 개입 우선순위를 정해야 한다. 이 연구의 결과, 성년주부, 중년주부, 전체주부의 경우 모두 공통적으로 우울에 가장 크게 영향을 미치는 것으로 밝혀진 것은 낮은 자존감과 남편과의 갈등문제였다. 따라서 사회사업가는 이 두 분야에 개입의 우선순위를 두어야 할 것이다. 우울의 치료를 위해 사회사업가가 선택할 수 있는 치료접근법으로는 인지치료, 행동치료, 인간관계 심리치료, 집단치료, 부부치료, 가족치료 등의 다양한 접근법이 있다(Dulmus & Wodarski, 1998: 278~282). 그러나 지금까지 알려진 치료접근법 중에서 인지적 치료법이 우울에 가장 효과적인 것으로 알려져 있다. 특히 주부 우울의 근본적 원인이 자기자신에 대한 왜곡된 인지에서 비롯된 낮은 자존감이라고 판단이 될 때 인지적 치료가 보다 적절한 접근법이 될 것이다. 이 때 사회사업가는 우울한 주부들의 자신에 대한 그리고 자신의 상황에 대한 부정적인 사고에 관심을 모아야 한다. 인지적 관점에서 본다면 배우자 혹은 그 외의 가족과의 갈등문제나 충격적인 사건에 대한 스트레스도 타인과 상황에 대한 왜곡된 인지로 인한 것으로 볼 수 있다. 따라서

사회사업가는 우울증세를 보이는 주부로 하여금 자신과 자신의 환경에 관한 왜곡된 사고와 왜곡된 사고가 자신의 우울에 어떻게 영향을 미치는가를 깨닫게 하여 자기자신과 상황을 보다 객관적으로 볼 수 있도록 도와주는 것이 중요하다.

그러나 주부 우울의 주원인이 남편과의 갈등으로 인한 것으로 판단될 때, 부부치료 또한 효과적인 치료접근법이 될 수 있다. 일부 연구자들은 부부갈등 문제를 가지고 있는 주부의 우울 증세에는 부부치료가 인지적 치료만큼이나 효과적이라고 밝히고 있다 (e.g., Beach & O'Leary, 1986; Jacobson, 1991; Kaplan et al., 1994). 그러나 Beach와 O' Leary(1990)는 우울치료 비교연구에서 우울증 자체의 치료는 가족치료와 인지치료의 효과가 같지만, 부부갈등은 부부치료를 받은 사람에게만 감소된다는 결과를 보고하면서 부부갈등으로 인한 우울 치료는 부부치료가 더 효과적이라고 주장한다.

따라서 사회사업가는 우울한 주부의 상황과 우울의 원인을 잘 파악하여 경우에 따라 인지치료, 부부치료, 혹은 필요시에는 인지치료와 부부치료의 병행을 개입접근법으로 고려해 볼 수 있을 것이다.

■ 참고문헌

강 인. 1989. "중년기 가족 스트레스와 가족 대처방안에 관한 연구." 석사학위논문. 이화여자대학교.

고병학 · 송옥헌 · 신윤오. 1982. "생활사건과 우울 및 인지에 관한 일 연구." 석사학위논문. 고려대학교.

고인균. 1987. "중년여성의 자아개념과 우울증에 관한 상관연구." 석사학위논문. 연세대학교.

권경희. 1985. "한국 주부의 심리적 디스트레스에 관한 연구." 석사학위논문. 이화여자대학교.

권희완. 1992. "부부관계의 인식에 관한 연구." 여성한국사회연구 편. 한국가족의 부부관계. 사회문화연구소.

김명권. 1984. "생활사건과 우울 및 인지에 관한 일 연구." 석사학위논문. 고려대학교.

김정곤. 1983. "중년 여성 입원 환자에 대한 연구." 《신경정신의학》 22(4). pp. 639~648

김재은. 1983. 《인간발달과정》 서울 : 전망사.

남정자 · 조맹제. 1997. "정신건강 증진을 위한 접근책 : 우울증 실태분석을 중심으로." 《보건복지포럼》 8. pp. 59~66.

민성길. 1995. 《최신정신의학》 서울 : 일조각.

서봉연. 1982. 《인간발달》 서울 : 서울대학출판부.
손명자. 1992. "여성의 우울증과 성역할." 《계명행동과학》 5(1). pp. 75~86.
연규월. 1992. "생활사건 스트레스와 우울정도." 《한국생활과학연구원논총》 50. pp. 145~155.
예지각 편집부. 1998. 《인간발달》 서울 : 예지각.
이강윤. 1986. "도시중년기 주부의 자아존중감 및 고독감에 관한 연구." 석사학위논문. 숙명여자대학교.
이인정 · 최해경. 1995. 《인간행동과 사회환경》 서울 : 나남출판.
이정균 · 이희 · 곽영숙. 1986. "한국정신장애 역학적 조사연구." 《서울의대 정신의학》 11. pp. 121~296.
이진욱 · 김임 · 이선미 · 은헌정 · 김동인. 1997. "중년기 우울증 여성의 생활사건, 대처방식, 사회지지 및 가족관계." 《신경정신의학》 36(4). pp. 620~629.
이현수. 1995. 《이상행동의 심리학》 대왕사.
이형초. 1992. "성역할 정체감이 여성의 우울감과 사회적 문제해결에 미치는 영향." 석사학위논문. 고려대학교.
임승주. 1988. "우울증 여성환자와 정상여성의 스트레스 생활사건 및 신체증상에 대한 비교연구." 석사학위논문. 이화여자대학교.
장윤옥. 1994. "가족생활주기에 따른 교직주부의 시간제약지각이 역할갈 등에 미치는 영향". 《한국가정관리학회지》 12(2), pp. 175~186.
장하경 · 서병숙. 1992. "중년기 여성의 우울증에 관한 연구." 《한국가정관리학회지》 10(2). pp. 262~273.
정화숙. 1994. "주부들의 우울경향성과 생활사건에 대한 인지와의 관계 연구." 석사학위논문. 효성여대자대학교.
제갈정. 1993. "도시 중산층 주부의 스트레스에 관한 일 연구." 석사학위논문. 이화여자대학교.
조복희 · 정옥분 · 유가효. 1998. 《인간발달》 교문사.
최승준. 1987. "가족유형에 따른 주부의 우울성향 비교연구." 석사학위논문. 서울대학교.
통계청. 1998. 《한국의 사회지표》.
한홍무 · 염태호 · 신영우 · 김교헌 · 윤도준 · 정근재. 1986. "Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구." 《신경정신의학》 pp. 487~502.

Akiskal, H. S., & McKinney, W. T. 1975. "Overview of Recent Research in Depression." *Archives of General Psychiatry*. 32. pp. 285~305.
Andrews, B. & Brown, G. W. 1993. "Self-esteem and Vulnerability to Depression." *Jornal of Abnormal Psychology*. 102. pp. 565~572.
Aneshensel, C. S., Frerichs, R. R, Clark, V. A. 1981. "Family Roles and Sex

Differences in Depression." *Journal of Health and Social Behavior.* 22. pp. 379~393.

Asarnow, J. R., Carlson, G. A., & Guthrie, D. 1987. "Coping strategies, Self-perceptions, Hoplessness, and Percieved Family Environments in Depressed and Suicidal Children." *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 55. pp. 361~366.

Beach, S. R. H., Sandeen, E. E., & O'Leary, K. D. 1990. *Depression in Marriage.* New York : Guilford Press.

Beach, S. R. H., & O'Leary, D. K. 1990. "Marital Therapy : A Viable Treatment for Depression." *American Journal of Psychiatry.* 147. pp. 183~186.

Beach, S. R. H., Nelson, G. M., & O'Leary, K. D. 1988. "Cognitive and Marital Factor and Depression." *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment.* 10. pp. 95~105.

Beck, A. T. 1996. *Depression : Causes and Treatment.* Philadelphia : Univ. of Pen Press.

Bernard, J. 1982. *The Future of Marriage.* New Haven : Yale Univ. Press.

Conrad, M., & Hammen, C. 1989. "Role of Maternal Depression in Perceptions of Child Maladjustment." *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 57. pp. 663~667.

Dulmus, C. N., & Wodarski, J. S. 1998. "Major Depressive Disorder and Dysthymic Disorder." In Handbook of Empirical Social Work Practice edited by B. Thyer & J. Wodarski. NY : J. Wiley T Sons, Inc. pp. 273~285.

Feather, N. T. 1985. *Masculinity, Feminity, Self-esteem, and Subclinical Depression. Sex Roles.*

Freden, L. 1982. *Psychosocial Aspects of Depression.* England : John Wiley.

Garnefski, N., Egmond, M., & Dtrarman, A. 1990. "The Influence of Early and Recent Life Stress on Severity of Depression." *Acta Psychiatry.* 81. pp. 295~301.

Goodman, S. H. 1992. "Understanding the Effects of Depressed Mothers on Their Children." In *Progress in Experimental Personality and Psychopathology Research.* edited by E. F. Walker, B. A. Cornablatt, & R. H. Dworkin Vol. 15. N.Y: Springer Publishing Co. pp. 47~109

Gordon, D., Burge, D., Hammen, C., Adrian, C., Jaenicke, C., & Hiroto, D. 1989. "Observations of Interactions of Depressed Women with Their Children." *American Journal of Psychiatry.* 146. pp. 50~55.

Gotlib, I. H. 1981. "Self Reinforcement and Recall." *Journal of Abnormal Psychology.* 90. pp. 521~530.

Gotlib, I. H., & Hammen, C. L. 1992. *Psychological Aspects of Depression.* NY : Jhon Wiley.

Hammen, C., Burge, D., & Stansbury, K. 1990. "Relationship of Mother and Child Variables to Child Outcomes in a High Risk Sample." *Developmental Psychology.* 26. pp. 24~30.

Harre, R. & Lamb, R. 1984. *The Encyclopedic Dictionary of Psychology.* G. B. Mit Press.

Jacobson, N. S., Dobson, K., Fruzzeti, A. E., & Salusky, S. 1991. "Marital Therapy as a Treatment for Depression." *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 59. pp. 547~557.

Kaplan, H. I., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. 1994. Kaplan & Sadock's Synosis of Psychiatry. 7th ed. Baltimore : Williams & Wikins.

Keith, P. M., & Schager, R. B. 1985. "Role behavior, Relative Deprivation and Depression among Women in one and Two-job Families." *Family Relations.* 34. pp. 227~234.

Lee, C. M., & Gotlib, I. H. 1991. "Adjustment of Children of Depressed Mothers: Ten-month Follow-up." *Journal of Abnormal Psychology.* 98. pp. 78~75.

Lazarus, R. S. 1976. *Patterms of Adjustment.* NY : McGrow-Hill.

Lasher, B. J., & Lynn, S. J. 1981. "Depressed versus Nondepressed College Students' Response to Evaluative Personal Feedback." Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, Los Angeles.

Lloyd, C. 1980. "Life Chart and Depressive Disorder Reviewed." *Archives of General Psychiatry.* 27. pp. 541~548.

Mclean P. D. 1976. "Depression as a Specific Response to Stress." In *Stress and Anxiety.* edited by J. G. Sarason & C. D. Spielberger. Washington D. C. : Hemisphere.

Miller, J. B., & Mothner, I. 1981. "Psychological Consequences of Sexual Inequality of Women : Implications for Sex-role Stereotypes." In *Women and Mental Health.* edited by E. Howell & M. Basyes. New York : Basic Books.

Paykel, E. S. 1994. "Life Events, Social Support and Depression." *Acta Psychiat Scand.* 377. pp. 50~58.

Paykel, E. S. 1979. "Recent Life Events in the Development of the Depressive Disorders: Implications of the Effects of Stress." In *The Psychobiology of the Depressive Disorders.* edited by R. A. Depue. N. Y : Academic Press. pp. 245~262

Paykel, E. S., Myers, J. K., Dienelt, M. N. & Pepper, M. P. 1969. "Life Events and Depression : A Controlled Study." *Archives of General Psychiatry.* 21. pp. 753~760.

Saenz, R., Goody, W. J., & Lorenz, F. O. 1989. "The Effects of Employment and

Marital Relations on Depression among Mexican American Women." *Journal of Marriage and the Family.* 51. pp. 239~251.

Thomas, S., Albrecht, K., & White, P. 1984. "The Determinants of Marital Quality in Dual Career Couples." *Family Relations.* 33. pp. 513~522.

Ulbrich, P. M. 1988. "The Determinants of Depression in Two-inconme Marriages." *Journal of Marriage and the Family.* 50. pp. 121~131.

Weissman, M. M. 1987. "Advances in Psychiatric Epidemiology : Rates and Risks for Depression." *American Journal of Public Health.* 77. pp. 445~451.

Whisman, M. A. & Kwon, P. 1993. "Life Stress and Dysphoria : The Role of Self-esteem and Hopelessness." *Journal of Personality and Social Psychology.* 65. pp. 1054~1060.

Young, L. D., Moore, S. D, & Nelson, R. E. 1981. "Effects of Depression on Acceptance of Personality Feedback." Pater Presented at the meeting of the Association for the Advancement of Behavior Therapy, Toronto Canada.

A Comparative Study of Influencing Factors on Depression in Housewives

Yee, Samyean
(Kyungnam Univ. Social Welfare)

The purpose of this study was to examine the degree of depression in housewives and to analyze the effects of psychosocial factors on the depression. Especially the focus was on the differences in the degree of depression and the influencing factors on depression between those in early adulthood and those in middle adulthood The subjects consisted of 130 early adulthood housewives and 142 middled adulthood housewives. They asked to complete several self-report measures that were used to assess the variables of interest.

The result indicated that the depression in housewives were serious enough to arouse social workers' attention. The average housewives were suffered from mild depression, and 17.1% of the housewives were in need of professional treatment. There was no significant difference in the degree of depression between the early adulthood housewives and the middle adulthood housewives. There were, however, differences in the factors which explain and predict the depression between these two groups. The results of step-wise multiple regression analysis indicated that the factors which predict the depression for the early adulthood housewives were self-esteem, conflict with the spouse, experience of painful events, age, and conflict with the children. On the other hand, the factors which predict the depression for the middle adulthood housewives were self-esteem, conflict with the spouse, job, and income. Implications of the findings for social work interventions were discussed.