

중년기 전업주부의 생활진단 척도개발

Development of Life-Scale for Middle Aged full time homemakers

성균관대학교 생활과학부
교 수 지 영 숙
성균관대학교 가정관리학과
박사과정수료 이 광 자
성균관대학교 가정관리학과
박사과정 곽 소 현*

School of Human Life Sciences, Sungkyunkwan Univ.

Professor : Ji, Young-Sook

Dept. of Home Management, Sungkyunkwan Univ.

complete doctor course of study : Lee, Kwang-Ja

Dept. of Home Management, Sungkyunkwan Univ.

Doctoral course : Kwahk, So-Hyeon

〈목 차〉

- | | |
|-----------------------|-------------|
| I. 연구목적 | IV. 결과 및 해석 |
| II. 중년기와 중년기 가정의 생활설계 | V. 결론 및 제언 |
| III. 연구방법 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

The purpose of this study is to develop the life scale of the middle aged homemakers. The life scale are composed of spouse relation 8 items, child education relation 7 items, home economy relation 4 items, homework relation 3 items, selffish health relation 6 items, parent relation 3 items, and interest and social activity relation 4 items.

The reliability coefficient of the development scale was Cronbach' $\alpha = .83$ and the correlations of each demesne was high.

For the better future life in this study, the middle aged homemakers are needed the improvement of conjugal relations, the child education, the health, the interest, and the

* 연락처자: 곽소현(kwaksh13@hanmail.net)

enlargement of social relations.

This life scale can help to evaluate their middle age, and to the planning of energetic healthful future, and useful to understanding characteristic and the developmental task of middle aged homemakers.

key word: 중년기, 생활만족도

I. 연구목적

중년기는 인생주기의 절정기, 또는 인생의 정점이라고 할 정도로 인생주기에서 가장 중요시하는 시기이다.

중년기는 잠재되었던 자아의 출현과 발달, 내적 통합, 변동에 대한 적응력, 모호성에 대한 관용 등을 발달시켜 나가야 하는 시기로 (O'Connor, 1985), 이러한 과정에서 중년기 개인은 자아정체감 위기, 사회 심리적 갈등, 신체적 쇠퇴 등을 경험하기도 한다. 그러나 중년기에 있는 모든 사람이 이러한 부정적 경험을 하는 것은 아니며, 그가 처한 다양한 환경에 따라 다른 영향을 받는다(김명자, 1988). 따라서 중년기 발달은 복합적 요인에 의해 영향을 받는 필연적 과정으로 어느 정도의 긴장감을 수반한다(Rosenberg & Farrel, 1981).

Nathanson(1977)은 중년기 여성이 남성보다 2배나 더 많은 심리적 문제가 있다고 하며, 여성의 병리적 행동이 남성보다는 문화적으로 수용되는 경향이 있고, 여성은 자신의 문제를 상세히 보고하기 때문이며, 그의 역할이 남성보다 더욱 스트레스를 유발하는 경향 때문이라고 한다.

또한 젊음을 중시하는 문화일수록, 여성의 신체적 아름다움에 가치를 두는 사회일수록, 여성이 늙고 나이를 먹는다는 것은 고통이다.

대부분 전업주부의 경우, 가족원의 정서적 만족감이 자신의 노력에 의한다는 가사노동의

중요성에 대한 확신을 지님으로써 자신감을 발달시킬 수 있으나, 중년기가 되면 자녀의 성장과 독립, 사회변화에 따른 성 역할 변화 등으로 취업주부에 비해서 더욱 위기를 경험하게 된다고 한다(김명자, 1988)

오늘날 평균 수명의 연장과 자녀수의 감소는 양육기간을 단축시킴으로서 그에 따라 장·노년기가 길어지는 양상을 갖는다.

일반적으로 중년기 가정은 10대와 청소년기 자녀를 두고 있으며, 연령적으로는 40대가 된다. 조선일보와 한국갤럽이 전국 성인 1,048명을 대상으로 실시한 조사에서(2003. 2. 28) 40대는 다른 세대에 비해 불행하다(41%)는 응답이 행복한 세대(33%)보다 더 많았다.

또한 가정, 직장에서 스트레스를 느낀다는 비율도 매우 높았다(77.2%). 이는 중년기가 그만큼 생활과제도 많고 힘겨움의 반영일 것이다.

이때에 예상되는 문제는 크게 세 가지로 분류할 수 있다. 첫째, 상호 세대간의 문제(intergenerational issue)로서 위로는 노부모 관계와 아래로는 자녀와의 관계에서 오는 세대 의식과 가치관의 문제이다. 둘째는 중년기에 직면하는 개별적인 문제(individual issue)로 신체적인 변화, 심리적인 변화에 의한 자아정체성과 중년기의 조기은퇴(남편)등에서 오는 경제적인 문제이다. 셋째는, 부부문제(couple issue)로서 부부갈등, 부부 성 문제, 부부 대화 등 부부 상호 관계에서 오는 문제이다(1997, 송정아). 특히 여성은 중년기가 되면서 자신만

의 시간을 가질 수 있게 되며 모든 시작에는 두려움, 새로운 역할을 잘 해 낼 수 있을지의 여부에 대한 초조감과 흥분감도 수반된다.

그렇다면 이 시점에서 중년기 주부가 자신을 평가해 보고 객관화시켜볼 수 있는 기회를 가짐과 동시에 보다 나은 건강한 중년기를 보내기 위한 문제 파악과 그에 대처 할 수 있는 현실적인 방법을 찾을 수 있다면 생활은 긍정적으로 좀더 발전할 수 있을 것이다.

따라서 본 연구는 중년기 개인 및 가족적 발달과제의 관점에서, 그들의 발달단계에 수반하는 변화와 긴장감에 관심을 두고, 또한 생활의 연속성, 상호관련성, 그리고 전체성 개념에 기초하여 자신이 어디에 위치하는가, 또 무엇을 해야하는가를 진단해 볼 수 있는 기초 자료를 마련하는데 있다.

이 과정에서 우리는 중년기 전업주부의 현재 생활을 진단하여 앞으로 보다 건강하고 활기찬 미래를 계획하는데 도움을 줄 수 있다고 본다. 자신의 중년기를 평가하여 자신의 삶에 대한 의식적인 방향전환, 나아가 장·노년기를 설계하는데도 기초가 될 수 있다.

따라서 본 연구의 목적은 다음과 같다.

첫째, 현재 중년기 전업주부의 생활을 진단하는 척도를 개발한다.

둘째, 척도를 활용하여 현재 중년기 전업주부의 생활을 전체적인 삶과 부분에 대한 검토를 한다.

셋째, 생활의 검토결과를 토대로 생활을 좀더 상회시킬 수 있는 요지를 찾도록 한다.

II. 중년기와 중년기 가정의 생활설계

1. 중년기의 특성

중년기는 생물학적, 사회학적, 직업, 가족주

기 등에 있어 확실한 변동이 오는 시기이나 그리스 속담에서 언급한 대로 모든 희망과 욕망을 포기하는 시기도 아니며 임상심리학자들이 주장하는 위기감의 시기도 아니다.

중년기 역시 인생주기의 한 부분으로 전 인생주기에 대하여 한 부분으로 그 자체의 중요성과 의미를 지니는 시기라고 할 수 있다. 이 시기는 다른 단계와 마찬가지로 중년기 특성에 따른 딜레마와 고통, 기쁨 발달과업 등을 수반하는 자연스러운 하나의 발달단계이다.

특히 가족주기단계로서의 중년기는 생물학적 문화적 변동의 복합적 작용으로 발생한 최근의 현상으로 부모 역할의 감소와 함께 비로소 독립적 자율적 존재로서의 자아의 욕구, 필요, 성장발달에 관심이 증대되는 시기이다 (Rubin, 1970).

즉, 중년기는 연령, 가족주기, 개인의 심리적 생물학적과정, 사회적 역사적 배경에 의하여 종합적으로 영향을 받는 것을 시사하고 있으며, 가족생활 주기의 관점에서 보면, 중년기는 만자녀가 13세부터 20세 전후로서 이들 청소년기 자녀는 발달 특성상 급격한 신체적 변화와 정서적 동요가 심한 때이다. 따라서 부모의 입장에서는 다루기가 힘들고 부모자신도 과도기적 부적응으로 인하여 불만과 갈등이 많은 시기이다(지영숙, 1998).

개인적 발달의 관점에서는 신체적, 생물학적 노화가 시작되는 시기로 인생의 유한성에 직면하여 본질적 자아에 대한 성찰에 관심을 가지는 시기이며, 사회적 관점에서는 사회생활, 직업생활에서의 모든 난관을 극복하고 대인관계 및 사회경제적 지위 등에 있어 절정기에 달하였으나 더 이상의 성취보다는 하강과 은퇴를 감지하기 시작하여 새로운 일을 시작하기에는 너무 늦었음을 인식하는 시기이다. 또한 중년기 주부들에게 나타나는 심리적 허탈감과 신체적 무력감은 삶의 만족도와 결혼

생활의 만족도가 최하의 수준에 있게 되어 남편과 아내 사이 친밀감의 갭이 가장 클 수 있는 시기이다(1997, 송정아).

1) 중년기 발달 과업

중년기 개인의 발달 과업은 폐경, 질병과 같은 연령증가에 따른 신체 변화, 자녀의 결혼, 노부모 사망과 같은 심리 사회적 생활사건(psycho-social events), 그리고 IMF나 전쟁과 같은 사회경제적 사건(socio historical events) 등에 의하여 복합적인 영향을 받는다. 또한 인생발달 과정에서의 중년기 발달과업은 신체적 변화, 문화적 압력, 자아추구와 내적인 욕구 등에 의해 영향을 받는다.

김중서 외 3인(1982)의 전문가들은 평생 과정을 통하여 평생 교육적 관점에서 규명한 중년기 발달과업은 4가지 영역(지적, 정의적, 사회적, 신체적 영역)으로 나눈다.

지적 영역가운데 주요과업으로는 일정한 경제적 생활수준을 세우고 유지하고, 직업이 요구하는 새로운 지식과 능력을 추구하고, 자녀를 건전하게 양육·교육하고, 사회 변화에 따른 새로운 지식과 기능을 갖기를 원하고, 그밖에 사회제도나 규범, 기관이용 등에 관한 지식과 활용능력을 갖추어야 된다.

정의적 영역가운데 주요한 과업으로는 배우자 및 자녀와의 인격적인 관계를 유지하고, 새로운 가족을 맞아 융화하고, 취미 및 여가를 유용하게 보내고, 젊은 층을 이해하며 함께 어울리기를 해야 한다.

사회적 영역으로는 부모로서 자녀에게 해야 할 역할과 책임을 다 하며, 아래 사람과 부하를 선도하고 좋은 영향력을 주며, 사회의 위사람으로서 알맞은 역할과 도리를 하고, 미풍양속을 지키며 발전시키고 연로한 부모님을 편히 모시고, 사회적 지위나 성취에 알맞은 처신을 하며, 지역사회와 국가 발전을 위한

활동에 적극적으로 참여해야 한다.

마지막으로 신체적 영역으로는 중년기의 생리적 변화를 받아들이고, 적당한 섭생과 충분한 휴식으로 신체적 기능을 보전하고, 규칙적인 운동으로 체력유지를 하며, 질병에 대한 지식을 갖고 가족의 건강을 보호하는 과업을 강조하고 있다. 이러한 4가지영역의 발달 과업을 원활하게 성취하지 못하게 되면 중년기는 위기감을 갖게되고 그러한 위기는 그 다음 단계인 노년기의 어려움을 야기 시킨다고 한다.

2) 중년기 가족관계특성

현대 사회의 급격한 변화는 가족의 변화로 이어지고 있으며 특히 그 기능적 측면과 관계적 측면의 변화는 개인뿐만 아니라 가족문제를 일으키게 되는 요인이 되고 있다. 이때 가족문제의 다양성은 새로운 적응력과 개인주의를 불러일으키게 되고 사회문제의 원인이 되기도 한다. 또한 각 개인은 이러한 가족과 사회변화 속에서 적응을 어떻게 하는가에 따라 삶의 성공과 실패뿐만 아니라 다양한 삶의 방식과 가치관의 변화를 가져오는 원인이 되고 있다. 변화된 가족의 기능은 개인에게 새로운 역할을 부여하고 있으며 새로운 역할은 가족구성원과의 새로운 관계를 가짐을 의미한다. 이처럼 가족의 역할과 기능이 전통적인 가족과는 질적으로 달라지면서 개인은 가족과 사회에서 어려움을 겪고 있다(유영주, 1995).

또한 다양한 생활을 추구하는 개인들이 늘 어남에 따라 집(家)이라는 공동생활체 내에서 보다는 자신의 개별적인 생활을 중시 여기는 경향이 있고 자기 중심성으로 인하여 가족관계 자체를 중요시 여기지 않거나 또는 반대로 지나치게 친밀감이 높아 가족구성원간의 경계선이 불분명하여 '가족으로서의 장'을 제대로 형성하지 못하고 있다(김순옥, 1988).

또한 여성들의 민주적, 개인중심적 자기발

전의 중요성을 강조하는 고등교육을 통한 평등 의식과 개인의 사회적 욕구를 충족시키고자 하는 강한 욕구 등은 가족관계와 부부관계에 많은 영향을 끼치게 되었다. 그런데 남편과 부인의 상호간의 기대, 가치관, 가족의식, 성격 등의 차이는 부부각자에게 불만과 좌절감을 야기 시킬 뿐 아니라 가족응집력 및 조직력을 약화시키는 원인이 되고 이는 종종 갈등의 원인이 되기도 한다. 현대 사회에서 남녀 평등사상이나 개인주의 사상이 확산됨에 따라 여성의 지위는 크게 향상되었고 이로 인해 부부관계도 동등한 입장에서 인격의 결합을 원칙으로 하는 상호관계로 변모되었다. 따라서 건강한 가족 내 부부는 서로 대등한 입장에서 두 남녀가 한 공동체로서 인격적으로 융합하여 이를 기초로 할 때 만족한 부부관계를 유지하고 있다.

한편, 최근에는 가족원간의 패륜적인 사건들이 급증하고 있으며 부모-자녀간, 부부간의 다툼이 상대방의 인격을 손상시킴으로서 커다란 문제를 불러일으키기도 한다. 청소년 비행 및 가출은 사회문제가 되기도 하지만 근본적으로는 부부관계를 비롯한 가족상호 작용의 역기능적인 결과로 볼 수 있다.

그러므로 오늘날 가족문제를 해결하기 위해서는 가족문제의 발생을 예방하는 차원에서 기능적인 가족을 형성하는 것이 시급하다.

특히 가족관계가 부부중심으로 변화한 현대 사회에서는 부부의 애정적 기능이 강조되면서 부부문제가 발생을 하게되면 가족관계가 쉽게 해체되는 경향이 많아지고 있다. 부부관계는 인간관계의 핵심이 되는 동시에 다음세대를 양육시키는데 필요한 가족관계이기 때문에 부부간의 불화나 갈등은 성인들의 삶뿐만 아니라 자녀들의 삶에 커다란 영향을 미친다. 많은 연구들은 결혼생활에서 야기되는 스트레스나 갈등은 가족원에게 여러 형태의 역기능

적인 문제와 정신 병리적인 문제를 일으킬 수 있다고 한다.

특히 중년기 부부는 한 가정의 중심적인 구성원으로서 현대 사회적 상황에서 가족의 기능이나 건강성을 결정짓는 주요한 역할을 할 수 있으며 축적된 가족생활의 경험을 바탕으로 원만한 가족관계를 유지 할 수 있는 사회의 구심적 역할을 할 수 있다. 중년기는 노부모와 성인자녀의 중간세대로서, 부모로부터 독립하고자 하는 자녀와 특히 직계가족을 그 이상으로 하는 한국가족의 경우, 자녀와의 유대관계를 중요시하는 노부모의 권위의식, 의존적 욕구 사이에서 두 세대 모두에게 정서적 물질적 자원의 주된 제공자로서 부담이 큰 시기이다.

중년기 이전까지의 가족관계에서는 부부가 중심이라기보다 자녀를 제대로 잘 키워서 어느 정도 자기 앞가림을 잘 할 수 있도록 뒷바라지하는 부모역할이 중심이었다. 그러나 중년기에는 자녀가 성장해서 자기 자신의 세계를 갖고자 독립하려 하므로 가족관계의 성격이 부부 중심으로 바뀌게 된다. 중년기에 접어든 부부는 어느 정도 여유가 생기면서 부부관계를 새롭게 맞이하게 된다.

부부는 부모이기에 앞서 서로의 인생을 격려해주고 노년기를 함께 맞이할 친구이자 동반자이므로 그 어느 때 보다 서로의 소중함을 알고 부부관계의 중요성을 재평가 해보아야 한다. 그러나 다른 한편으로는 남편 아내 모두 중년기 위기를 경험하면서 부부관계에 소원해 질 수도 있고 그 동안 누적된 부부간의 불만으로 긴장과 갈등이 발생 할 수도 있다.

결국 중년기 부부관계에 대한 견해는 2가지로 요약 할 수 있는데 그것은 전통적 역할을 해 온 부인이 중년기에 이르러 부부관계나 사회생활 등에 평등의 관계를 더욱 추구하는 경향이며, 이러한 변화로 부부간에 긴장감을 유

발하며 안정감을 저해한다는 것이다. 또 한 가지 견해로는 여성의 자아정체감과 자아의 영역이 배우자의 관계에서 보다 성숙되고 평등한 관계로 정의되어 나감에 따라 여성의 자아 정체감의 혼돈은 정리되며 배우자와의 관계도 보다 강하고 친밀한 관계로 발전해 나간다는 것이다.

2. 중년기의 가정 문제

가족생활주기로 볼 때 중년기는 기존의 삶에 대해 객관적이고 현실적인 관점으로 재평가하여 새로운 삶의 목적과 계획을 수립하는 회복기 또는 재 발견기이며, 또한 중년기는 개인이 갖는 자아정체감 위기, 사회심리적 갈등, 신체적 쇠퇴 등과 자녀의 교육 및 진로, 노부모와의 관계 등 여러 요인에 의해 영향을 받으면서 어느 정도의 긴장감을 수반한다(Ronsenberg & Farrell, 1981).

중년기가 특히 긴장과 갈등, 상실감의 시기라는 부정적 견해를 지지하는 연구에서는 중년기를 제 2의 사춘기(middlescence)(Leshan, 1973), 또는 노부모와 성인자녀의 중간에서 이중의 역할을 수행해야 한다는 관점에서 '양쪽에서 협공 받는 세대'(sandwich generation, caught generation) 등의 용어로 표현하고 있으며(Vincent, 1972), 자녀독립에 따른 부모역할의 감소하는 관점에서 빈 보금자리기(empty-nest period)로(Duvall, 1977) 표현하기도 한다(Leshan, 1973; Duvall, 1977; 김명자, 1989, 재인용).

중년기의 가정은 그들의 자녀가 청소년기에 달하고 성인기로 성장하면서 자녀들은 독립성을 발달 시켜 나가는 시기로 부모와 자녀 모두 새로운 발달과업과 변화가 요구되는 데서 문제가 생기게 된다. 또한 중년기부모의 정신건강이나 자신에 대한 평가 등이 청소년기 자녀로부터 영향을 받는다는 가정이 제기

되고 자녀와의 관계가 긴장과 갈등의 관계라고 할 수 있다(김명자, 1998).

Anna Freud가 청소년기를 '반드시 불쾌한 시기(necessary malaise)'로 묘사하였듯이 부모는 자녀의 이해하지 못할 행동을 보고 그들과의 마찰이 시작되며 의사소통에 어려움을 겪게 된다. 부모뿐만 아니라 청소년 자신들도 부모와의 갈등으로 어려운 시기이고 서로가 노력해야 하는 시기이다. 중년기 가정의 가장 어려운 문제가 자녀문제라고 보고한(옥선화 외, 1991; 한미선, 1992)바 있고 더욱이 한국의 중년기 가정에서는 자녀의 학업, 진로문제가 중요한 시기로 가정은 경제적 심리적 부담이 가중된다.

또한 노부모세대와의 사회적 문화적 환경이 다른데서 기인하는 가치관의 갈등으로 힘든 시기이며, 직계가족을 이상으로 하는 노부모들은 연장자로서의 권위의식을 여전히 가지면서 자녀에게 의존적이 되어 중년기 부부에게 과중한 책임을 준다(김재은, 1974).

그러나 Levinson(1978)은 중년기의 위기감을 경험하지 않고 다음 단계로 넘어가는 경우 다음 단계에서 발전시켜야 할 생동감을 잃는다고 한다. 이 시기에는 자신에게 발생하는 일을 느끼고 변화시킴으로서 자아를 발견하고 자신과 다른 사람을 수용할 수 있는 능력이 증대한다고 말하고 있다.

오경자 등(1998)은 40, 50대에는 신체적 노화과정으로 많은 스트레스를 받고 있는 것으로 분석했다. 40대는 노화가 75.4%로 스트레스 경험비율 1위를 차지했고 외모 63%, 자녀의 학업성적 저하 61.5%, 남편과 불화 56.2%, 경제적 어려움 55.1% 등이 뒤를 이었다. 50대는 노화 86.4%, 남편과 불화 65.2%, 신체적 질병 63.2%, 외모 55.1%, 경제적 어려움 44.9% 등의 순이었다. 특히 전업주부의 경우에 노화에 대해서 더 스트레스를 받는 것으로

보고하고 있다.

이와 같이 중년기 여성들은 신체적 노화뿐만 아니라 외모로 인한 스트레스가 많다는 것을 알 수 있고, 부부관계와 자녀의 학업, 경제적 어려움에서 위기를 경험한다.

또한 홍미혜(1999)는 중년기 위기감을 설명해주는 관련 하위변인들의 영향력에 대해서 언급한 바 삶의 즐거움, 가족관계, 재정, 건강 문제에 대한 스트레스의 순이며 이들 4개 변인에 의해 중년기 여성의 위기감을 63%로 설명하고 있다. 그리고 다양한 배경변인 중 특히 월소득과 여가활동 유무에 따라 중년기 여성의 위기감에 차이가 있다고 하였다. 즉, 가정의 월소득이 적을수록, 여가활동이 없을수록 위기감 수준이 높아지며 월소득 차이가 많을 때 위기감 차이도 크게 나타났다. 이는 중년에 이르러 삶의 의미에 혼란을 겪으면서 사는 즐거움이 줄어든다는 것이 위기감과 밀접한 관계가 있음을 보고하였다.

3. 중년기 가정의 생활설계 필요성

생활설계의 의미는 앞으로의 생활변화에 대처하고 보다 나은 미래의 생활상을 만들기 위한 주체적, 의식적 활동이고 궁극적으로는 개인 및 가족의 보다 나은 삶을 실현코자 함이다. 그런데 인간의 삶은 생애발달이나 가족주기에 따르는 과업을 수행함으로써 충실하며 안정된다(지영숙, 1998).

가족생활주기 관점에서 중년기는 노부모와 자녀의 중간에서 늙고 의존적인 노부모와 함께 중년기에 처한 배우자, 독립적 개인으로서 자아정체감을 수립해 나가는 자녀와의 관계를 조화롭게 재조정해야 할 과업과 함께 막중한 책임을 수행해야 한다. 특히 부부관계는 기존의 남편, 아내의 역할, 권력관계 등을 보다 융통성 있게 재조정함으로써 진정한 인간성에

근거한 관계로 발전할 수 있다. 개인적 발달의 관점에서는 인생의 유한성에 직면하여 기존의 그릇된 관념, 편견으로부터 탈피하여 생애구조를 재평가하고, 내적 자아에 대한 깊은 성찰을 함으로서 통합된 자아를 구축해야 한다.

청소년의 주요과업이 자아정체감의 확립인데, 부모는 자녀의 자아형성에 많은 영향을 주게 되며, 그에 대한 책임감으로 인해 스트레스를 경험할 수 있다. 따라서 부모는 자녀를 있는 그대로 수용하고 상호간에 의사소통이 원활하게 이루어져야 한다.

중년기 가족의 발달에 맞는 생활과제는 자녀교육을 위한 바람직한 환경을 조성하고, 부부관계증진과 더불어 장기적인 기본계획에 대한 재검토이다. 다시 말해서 중년기 가정의 목표달성 및 역할은 자녀의 교육비 증가에 대한 대책을 세우고, 미래를 위한 가계계획이 재검토되어야 한다. 부모역할수행을 위해 자녀와의 대화 및 기술증진, 자녀에 대한 믿음과 자녀의 독립을 수용하고 인정하는 것이 필요하다.

그리고 활기찬 부부생활을 위해 동반자적 부부관계를 위한 노력, 부모자신의 건강실천, 갱년기변화의 수용과 바람직한 여가 및 취미활동, 이웃과의 관계증진 등이 포함된다(지영숙, 1998).

본 연구에서 중년기의 전업주부를 대상으로 하여 생활을 진단하는 척도를 개발하게 된 것은 전업주부들이 가사나 자녀양육을 혼자서 전담하는 경우가 많고, 취업여성에 비해서 스트레스를 해결하기 위한 부분에서 취약하다고 보았기 때문이다.

윤진 등(1993) 연구에서 중년기 위기가 오는 시기를 규명하기 위해, 중년기 위기감과 본인연령, 첫 자녀 연령, 그리고 막내자녀 연령과의 관계를 분석한 결과 사회경제적 변인들로 인한 문제 중 청소년 자녀들과의 갈등으

로 각종 문제를 일으키는 40대의 중년기 시기 보다는 자녀들이 심리적으로 부모의 슬하를 떠나는 50대의 빈둥지기에 임박한 시기가 더욱 심각한 중년기 위기임을 말해주고 있다. 또한 중년기 위기감에 영향을 미치는 변인의 순서는 개인의 건강수준, 수입, 성별, 학력의 순으로 나타났다.

그러므로 중년기 가정의 생활실체는 중년기의 위기감과 스트레스를 극복하기 위해, 현재의 생활을 객관적으로 진단하고 주부 자신의 삶을 좀더 질적으로 상승시킬 수 있는 계기를 마련하는데 있다.

III. 연구방법

1. 척도개발절차

생활설계에 대한 접근은 가족의 주기상 직면하는 문제와 성취해야 할 과제를 중심으로 하는 방법과 생활구조면에서 접근하는 방법이 있다. 생활을 전체로 보고자 하는 접근은 생활의 구조를 몇 가지 측면으로 구분하고 서로의 관계속에서 현 위치를 발견하여 생활을 설계하는 것이 유익하다는 관점이다(山東純子 등, 1983). 본 연구에서는 가족생활주기 및 생활구조라는 생활체를 구성하는 기본요소들을 바탕으로 1차 문항 수집단계에서는 가족생활주기의 중년기 발달과제와 목표 및 역할배분과 수행, 그리고 중년기 당사자의 생활문제 등을 고려하여 12개의 하위척도를 구성하였다. 부부관계, 자녀교육, 친척관계, 경제적 문제, 가정생활(관리)문제, 사회생활(직업)문제, 건강문제, 사회생활(종교 및 이웃관계), 자녀결혼과 독립에 대한 정서적·물질적 대책 문제, 취미생활, 노후대책, 노부모 부양문제 등인데, 하위척도에 맞추어 문항들을 구성하였다.

2차 문항 수집단계에서는 비슷한 영역의 척

도들을 묶어 7개의 하위척도로 만들었다. 그 가운데 친척관계, 사회생활(직업)문제, 자녀결혼 문제, 노후대책문제, 종교 등으로 구성하였다. 그런데 친척관계는 형성기에서 보다 더 조정해야 하는 과제이고, 종교는 종교가 없는 사람들을 고려할 때 편향적인 시각을 줄 수 있다고 보아 삭제하였다. 취미, 사회, 이웃관계는 하나의 범주로 묶었다. 이는 전업주부들이 취미나 이웃과의 관계들을 포함한 사회생활을 통해서 자신을 찾고, 스트레스를 해소하는 요인이 될 수 있다고 보았기 때문이다.

또한 노후대책은 경제범주의 하위척도에 포괄적으로 포함되도록 하였다. 노후대책을 중년기부터 준비하면 좋겠지만, 현실적으로는 자녀가 독립하는 시기인 성숙기의 생활설계로 더욱 적당하기 때문이다. 노부모 부양문제는 노부모와의 관계로 변경하였다. 노부모 부양문제를 노부모와의 관계로 전환하게 된 것은 중년기 자녀가 노부모를 부양하고, 노부모는 피부양자의 역할로만 한정될 수 있는 것을 피하기 위해서이다.

3차 문항 수집단계에서는 학술저널, 논문, 웹사이트 등(오경자·김은정, 1998; 신현균·원호택, 2001; 홍미혜, 1993; 김애순·윤진; 1991, 최영, 2002)을 참고하여 '중년기의 위기'와 '스트레스'에 대한 자료를 수집하였다. 그리고 수집한 자료의 내용을 토대로 하위척도 문항을 재구성하였다. 중년기의 위기 가운데 노화의 문제, 외모, 부부관계와 자녀양육이 스트레스의 중요한 변인으로 제기되면서 이 범주의 문항을 상대적으로 보다 상세히 구성하였다.

4차 문항 수집단계에서는 3차 때까지는 긍정문으로만 구성되어 있었는데, 긍정과 부정문을 적절하게 구성하여 진단을 하는데 있어서 문제점이나 고칠 점을 찾을 수 있도록 하였다. 또한 자녀교육에서 자녀와의 의사소통

에 치중되어 있던 것을 품성과 습관, 자녀교육에 대한 의무, 자녀의 학업에 대한 것을 추가하였다. 하위척도에서 노부모와의 관계를 부모와의 관계로 바꾸었는데, 이는 노부모라는 표현이 사회적으로 볼 때, 노인에 대한 편향적인 가치가 들어있기 때문이며, 사회활동에서는 생산성에 대한 것을 추가하였다.

4차 문항 수집단계를 거친 후에 최종적인

문항의 선정을 위해 중복되는 문항을 통합 정리하고 중년기의 특징을 잘 나타내주는 어휘들로 보완함으로써 7개의 하위척도와 35문항으로 구성하였다. 문항의 수정과 개조를 위하여 예비조사를 2002년 11월 25일부터 12월 5일까지 10명의 중년기 주부를 대상으로 실시하였으며 그 결과 4개의 문항을 수정하였다.

이러한 과정은 생활설계특론 시간 및 과외

<표 1> 확정된 문항 신뢰도

영역	번호	문항	Alpha if Item Deleted
부부관계	1	우리 부부는 서로의 기분을 이해하고 믿는다.	.8195
	2	배우자에게 거리낌없이 표현할 수 있다.	.8196
	3	배우자와 여가시간을 함께 하려고 노력한다.	.8234
	4	배우자로부터 인정을 받고 있다.	.8210
	5	우리 부부는 아이들의 요구에 대해 어떻게 해야 할 지 의견이 일치한다.	.8222
	6	배우자와의 성생활이 불만족스럽다.	.8220
	7	자녀에 관한 문제를 배우자의 관여 없이 혼자 결정한다.	.8223
	8	배우자의 일상생활을 이해하기 어렵다.	.8205
자녀교육	9	자녀에 대한 기대로 인해 갈등이 많다.	.8290
	10	자녀의 생각과 의견을 잘 들어준다.	.8262
	11	자녀에 대해 자랑스럽게 생각한다.	.8287
	12	자녀의 인격형성에 좋은 영향을 주고 있다.	.8258
	13	자녀가 하는 결정을 신뢰한다.	.8293
	14	자녀는 내가 말하는 것을 귀담아 듣지 않는다.	.8323
	15	자녀의 학업 때문에 불안하다.	.8348
경제	16	우리의 미래는 경제적인 면에서 안정적으로 보인다.	.8311
	17	배우자의 소비문제로 갈등이 있다.	.8205
	18	배우자는 나의 생활비 사용에 대해 불만이 있다.	.8204
	19	생활향상을 위한 경제적 노후유가 있다.	.8337
가사노동	20	가정사에 대해 의사결정을 할 때 서로의 의견을 존중한다.	.8188
	21	가사노동을 가족이 분담하여 하고 있다.	.8296
	22	집안 일로 인해 스트레스를 받고 있다.	.8206
건강	23	식사를 규칙적으로 한다.	.8237
	24	질병예방을 위해 건강검진을 받고 있다.	.8197
	25	운동을 주중에 정기적으로 한다.	.8349
	26	스트레스를 그때그때 해소하고 있다.	.8309
	27	노화되어 가는 것이 무척 속상하다.	.8360
	28	외모에 자신감이 없어지고 있다.	.8293
부모와의 관계	29	부모님이 무엇을 원하는 지 알고 있다.	.8203
	30	부모님과의 대화가 편안하다.	.8274
	31	부모님과의 관계가 부담스럽다.	.8221
취미생활 (취미, 사회, 이웃관계)	32	취미생활은 나에게 활력소가 된다.	.8323
	33	즐겁게 만나는 친구가 있다.	.8287
	34	나는 주변 사람들과 즐겁게 잘 지내고 있다.	.8216
	35	나의 사회활동이 생산적이지 못한 것 같다.	.8318

모임을 통하여 교수님과 석·박사과정의 전문가 집단에서 6차례 문항과 척도에 대한 타당도를 최종적으로 확정<표1>하였다.

2. 조사대상

본 연구에서 중년기 생활진단척도 문항으로 실시하였다. 대상자는 30대 후반에서 50대 초반의 연령으로 10대의 청소년기 자녀를 둔 전업주부 56명에게 설문을 실시하였다. 그 중 4명은 누락된 질문이 있어 제외시켰고 2명은 중복된 답변을 하여 제외시켜 측정 대상은 50명으로 하였다.

각 문항은 5점 Likert 척도로 구성하였으며, '전혀 그렇지 않다' 1점, '그렇지 않은 편이다' 2점, '보통이다' 3점, '그렇다' 4점, '매우 그렇다' 5점으로 측정하며 부정문은 역으로 채점하였다.

3. 분석방법

자료분석은 SPSS Windows(10.0)를 사용하였으며, 신뢰도분석, Pearson 상관계수, t검증을 실시하였다.

IV. 결과 및 해석

1. 신뢰도 분석

신뢰도 검증을 통해서 Cronbach' α 를 구한 결과는 다음과 같다. <표 2>에서 보듯이 Cronbach' α 는 .8303으로 높게 나왔다. 이 결과는 문항간의 총 상관관계가 양적으로 상관이 있음을 의미하며 전체 척도구성에 무리가 없는 것으로 나타났다. 신뢰도간의 범위에서도 최소값이 .8188이며 최대값은 .8360로 척도의 일관성과 안정성이 높다고 할 수 있다.

2. 상관관계

모든 영역에 대한 Pearson 상관계수를 구한 결과<표 3>, 부부관계가 경제, 가사, 부모와의 관계는 .01수준에서 유의미하고, 취미생활과는 상관이 .05 수준에서 유의미한 것으로 나타나 부부관계가 보다 좋을수록 경제적으로, 가사노동에서, 부모와의 관계에서, 그리고 취미와 사회생활에 보다 만족하는 것으로 보인다.

경제면에서는 가사 일이 .01수준에서 유의미하여 경제적으로 만족할수록 가사 일에 긍정적이며, 건강과 부모관계는 .05수준에서 상관이 있는 것으로 나타났다. 한편 경제와 취미, 사회생활과는 유의미한 상관이 없는 것으로 보아 일반적으로 생각하는 경제적인 안정이 취미나 사회생활을 활발하게 하는 것은 아닌 것으로 보인다. 가사에 대한 만족은 부부, 경제, 건강, 부모, 취미에 대한 만족에 모두 .05 수준 이상에서 유의미하게 나타났다.

이러한 결과로 볼 때 전업주부가 가사일에 보다 긍정적일 수 있다는 것은 그 외의 다른 생활영역에서도 정적 관계가 있음을 알 수 있다. 건강에 대한 만족은 부부관계, 경제, 가사, 부모관계와는 .05수준이상에서 유의미하나 취미생활과는 유의미한 상관을 보이지 않았다.

무엇보다 중년기 전업주부의 경우 자녀교육과 관련하여서는 다른 모든 영역과는 유의미한 상관이 없고, 또한 취미, 사회생활영역은 부적으로 나타나고 있음을 볼 때 중년기 주부의 생활권에서 특별히 자리하고 있는 영역임을 알 수 있다. 바꾸어 말하면 중년기 주부에게 있어서 자녀문제가 가장 힘든 과제라고 할 수 있다.

이상과 같이 생활체를 구성하는 하위영역들은 서로간에 깊은 상관관계를 형성하고 있음을 알 수 있으며, 동시에 이를 토대로 한 진단의 결과는 다음 생활설계의 과제와 목표

<표 2> 신뢰도분석결과

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Alpha if Item Deleted
부부1	116.2400	138.5486	.8195
부부2	115.7200	138.9996	.8196
부부3	116.0000	140.0669	.8234
부부4	116.0000	138.0833	.8210
부부5	115.7600	139.4694	.8222
부부6	116.0400	139.5739	.8220
부부7	116.0400	138.9718	.8223
부부8	116.2600	138.5616	.8205
자녀1	116.3600	144.4608	.8290
자녀2	116.4000	144.2302	.8262
자녀3	116.9600	144.4882	.8287
자녀4	116.3800	144.3820	.8258
자녀5	116.0000	144.8555	.8293
자녀6	116.2800	148.1567	.8323
자녀7	116.6600	147.2669	.8348
경제1	115.6800	146.6159	.8311
경제2	116.9000	137.8433	.8205
경제3	115.6400	136.6841	.8204
경제4	115.5600	147.1531	.8337
가정1	116.5800	138.4669	.8188
가정2	116.7200	144.9229	.8296
가정3	116.0800	137.2261	.8206
건강1	116.0400	139.1020	.8237
건강2	116.1600	136.9343	.8197
건강3	115.9600	147.5494	.8349
건강4	115.8800	147.0204	.8309
건강5	116.2200	148.8065	.8360
건강6	115.6400	144.7678	.8293
부모1	115.7400	139.4678	.8203
부모2	115.7600	144.7739	.8274
부모3	116.2000	140.0229	.8221
취미1	116.2800	147.3061	.8323
취미2	115.8800	143.1837	.8287
취미3	115.9800	139.1853	.8216
취미4	115.6800	147.6147	.8318
N of Cases = 50.0 N of Items = 35 Alpha = .8303			

<표 3> 영역별 상관계수

		부부관계	자녀교육	경제	가사노동	건강	부모	취미
부부관계	Pearson상관계수	1.000	.215	.435**	.433**	.234	.522**	.304*
	유의확률(양쪽)	.	.134	.002	.002	.101	.000	.032
	N	50	50	50	50	50	50	50
자녀교육	Pearson상관계수	.215	1.000	.226	.170	.068	.188	-.121
	유의확률(양쪽)	.134	.	.114	.239	.639	.190	.404
	N	50	50	50	50	50	50	50
경제	Pearson상관계수	.435**	.226	1.000	.568**	.307*	.335*	.154
	유의확률(양쪽)	.002	.114	.	.000	.030	.017	.284
	N	50	50	50	50	50	50	50
가사노동	Pearson상관계수	.433**	.170	.568**	1.000	.379**	.422**	.388**
	유의확률(양쪽)	.002	.239	.000	.	.007	.002	.005
	N	50	50	50	50	50	50	50
건강	Pearson상관계수	.234	.068	.307*	.379**	1.000	.360*	.228
	유의확률(양쪽)	.101	.639	.030	.007	.	.010	.112
	N	50	50	50	50	50	50	50
부모	Pearson상관계수	.522**	.188	.335*	.422**	.360*	1.000	.306*
	유의확률(양쪽)	.000	.190	.017	.002	.010	.	.031
	N	50	50	50	50	50	50	50
취미	Pearson상관계수	.304*	-.121	.154	.388**	.228	.306*	1.000
	유의확률(양쪽)	.032	.404	.284	.005	.112	.031	.
	N	50	50	50	50	50	50	50

** p<.01 *<.05

를 결정하는 중요한 출발이 되고, 생활전체와 부분을 파악할 수 있는 계기가 된다.

3. 집단별 차이

위의 생활진단척도의 신뢰도와 상관관계를 확인한 후에 조사대상자의 평균점수(119.52점)를 기준으로 상·하 집단으로 분류하여 보았다<표 4>. 그 결과 119점 미만인 경우는 현재의 '중년기 생활에 불안정한 집단', 119점 이상을 '중년기 생활에 보다 긍정적 집단'으로 분류하여 그 차이를 알아보고자 하였다.

두 집단이 공통적으로 갖는 어려움은 역시 자녀교육과 관련한 영역: 자녀와의 갈등, 자녀를 자랑스럽게 여기지 못하고, 자녀에 대한

믿음이 가지 못하고, 자녀가 부모의 말을 잘 듣지 않고, 자녀의 학업문제에 대한 불안 등 전반적인 자녀문제로 나타났다. 또한 두 집단 모두에서 운동, 노화, 사회생활 및 취미에 대해서는 별다른 차이가 없는 것으로 보아 중년기 개인의 공통적 과제임을 엿볼 수 있다.

그리고 두 집단을 비교해 볼 때 보다 불안정한 집단의 경우 부부관계와 관련된

문항들의 점수가 보다 낮은 편이고, 경제부분에서도 좀더 부적임을 알 수 있다. 반

대로 긍정적 집단은 취미와 가사분담을 제외한 대부분의 문항에서 평균보다 높게 나타나므로 가족의 협력과 자신의 노력이 좀더 구체적으로 가해지면 생활은 더욱 활성화 될 수 있음을 보여준다.

<표 4> 집단별 문항의 t-test

영역	번호	문항	집단	평균	t-test
부 부 관 계	1	부부이해	낮은 집단 3.38 높은 집단 4.27	3.84	4.400***
	2	표현	낮은 집단 3.04 높은 집단 4.00	3.54	5.387***
	3	여가시간	낮은 집단 3.21 높은 집단 4.04	3.64	3.344**
	4	섭섭함	낮은 집단 2.79 높은 집단 3.65	3.24	3.343**
	5	의견일치	낮은 집단 2.92 높은 집단 3.69	3.32	3.192**
	6	성생활	낮은 집단 3.29 높은 집단 4.19	3.76	3.959***
	7	혼자결정	낮은 집단 3.50 높은 집단 4.23	3.78	3.750***
	8	생활이해	낮은 집단 3.50 높은 집단 4.23	3.88	3.040**
자 녀 교 육	9	자녀갈등	낮은 집단 3.13 높은 집단 3.46	3.30	1.317
	10	의견수용	낮은 집단 3.38 높은 집단 3.88	3.64	2.770**
	11	자랑스러움	낮은 집단 3.33 높은 집단 3.77	3.56	1.779
	12	좋은 영향	낮은 집단 3.13 높은 집단 3.58	3.36	2.732**
	13	믿음	낮은 집단 3.25 높은 집단 3.69	3.48	1.803
	14	듣지 않음	낮은 집단 3.29 높은 집단 3.58	3.44	1.336
	15	자녀학업	낮은 집단 2.67 높은 집단 2.92	2.80	.861
경 제	16	경제안정	낮은 집단 2.67 높은 집단 3.19	2.94	2.297**
	17	소비문제	낮은 집단 3.67 높은 집단 4.23	3.96	2.083**
	18	생활비사용	낮은 집단 3.46 높은 집단 4.27	3.88	2.777**
	19	경제향상	낮은 집단 2.54 높은 집단 2.69	2.62	.535
가 사 노 동	20	의사존중	낮은 집단 3.33 높은 집단 4.31	3.84	5.490***
	21	가사분담	낮은 집단 3.08 높은 집단 2.63	2.86	1.807***
	22	집안일 스트레스	낮은 집단 2.83 높은 집단 3.62	3.24	2.778**

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

<표 4> 계속

영역	번호	문항	집단	평균	t-test
건강	23	규칙적 식사	낮은 집단 3.08 높은 집단 3.92	3.52	2.977**
	24	건강검진	낮은 집단 2.67 높은 집단 3.58	3.14	3.451***
	25	운동	낮은 집단 2.50 높은 집단 2.62	2.56	.391
	26	스트레스해소	낮은 집단 3.00 높은 집단 3.23	3.12	1.074
	27	노화	낮은 집단 3.08 높은 집단 3.23	3.16	.518
	28	외모	낮은 집단 3.00 높은 집단 3.50	3.26	2.026*
부모와의 관계	29	부모요구	낮은 집단 3.00 높은 집단 3.92	3.48	5.071***
	30	부모대화	낮은 집단 3.25 높은 집단 3.69	3.48	2.208**
	31	부모관계부담	낮은 집단 3.50 높은 집단 4.00	3.76	2.099*
취미생활 (취미,사회 이웃관계)	32	취미생활	낮은 집단 3.42 높은 집단 3.62	3.76	.811
	33	친구만남	낮은 집단 3.29 높은 집단 3.73	3.52	1.550
	34	주변사람	낮은 집단 3.38 높은 집단 4.19	3.80	3.448***
	35	사회활동	낮은 집단 3.21 높은 집단 3.35	3.28	.617

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

V. 결론 및 제언

중년기는 자아정체감 위기, 사회 심리적 갈등, 신체적 쇠퇴 등을 경험하는 시기이다. 이러한 경험이나 위기를 보다 긍정

적이고 발전적인 생활이 되도록 하기 위해서는 스스로를 변화시키는 주체적, 의식적 노력이 필요하다. 그 첫 단계로서 자신의 생활을 진단, 평가해보는 과정이 필요하다.

본 연구는 생활설계의 기본관점에서 출발하여 중년기의 특징과 발달과업에 근거한 중년기 전업주부의 생활진단 척도를 개발하였다(부록 1). 그 척도의 내용은 부부관계 8문항과

자녀교육관계 7문항, 경제관계 4문항, 가사관계 3문항, 건강관계 6문항, 부모관계 3문항, 취미 사회생활 4문항으로 구성하였다.

개발한 척도의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .83$ 으로 나타났으며, 각 영역간의 상관 관계도는 높았다.

개발한 척도를 활용하여 50명의 중년기 전업주부를 대상으로 조사한 결과, 각 영역간에 관계없이 모두에게 두드러진 현상은 자녀교육과 관련한 것으로 이 주기에 가장 힘든 과제임을 알 수 있다.

그리고 각 영역간의 상관관계에서 보면, 특히 가사노동 영역은 다른 생활영역에 긍정적

으로 작용하므로 이 시기의 전업주부에게 가사노동은 단순한 노동의 의미를 넘어서 가족원의 정서, 경제, 부모관계 등에 관련이 있으므로, 그 노력에 대한 가족의 지지와 신념을 갖는 것이 필요하다고 생각한다.

또한 중년기 전업 주부들은 신체적 노화뿐만 아니라 외모로 인한 스트레스가 많다는 것을 알 수 있고, 건강에 대한 염려가 크다는 점을 지적할 수 있었다.

보다 나은 삶을 향한 생활설계를 위해서는 총체성과 상호성을 갖는 여러 과제수행과 문제들로부터 자신을 돕고 관계를 개선하는데 현실적으로 중점을 둔 자기인식의 기회가 필요함을 알 수 있다. 이 과정에서 우선 생활진단을 해보고 평가하여, 좀더 건강하고 좀더 생산적인 모습으로 재탄생해야 하고 또 교육도 이를 도와야 할 것이다.

그 일환으로서 조사대상자의 평균점수를 기준으로 두 집단을 나누어 보았다. 두 집단 간에 큰 차이가 없는 것은 '자녀교육'문제와 개인적 건강과 관련한 운동, 노화, 취미생활 영역으로 나타났다.

그리고 보다 불안정한 집단으로 볼 수 있는 낮은 그룹의 경우 부부관계와 경제부분에서 좀더 부적임을 보였다.

결론적으로 중년기 주부는 앞으로 보다 나은 생활을 만들기 위해서는 부부관계의 개선과 자녀에 대한 신뢰구축을 점검하고 변화할 수 있는 의식적인 계기를 갖는 것이 필요하다고 본다.

다른 한편으로 자신을 향한 건강과 심리적 만족을 줄 수 있는 취미와 사회관계에 더욱 정진할 수 있다면 앞으로 적극적인 삶을 준비하고 자신감을 갖는데 효과적일 것이다.

이러한 문제인식과 함께 보다 나은 삶을 설계하기 위한 중년기 주부들의 사회교육이 활발해지기를 바란다.

후속연구에서는 중년기생활교육에서 실증적으로 연구하여 보완할 필요가 있다.

【참 고 문 헌】

- 1) 김명자(1992). 중년기 연구. 서울: 교문사.
- 2) 김정택 · 장혁표 · 제석봉 공역. 가족치료. 서울: 중앙적성출판사.
- 3) 김재은(1974). 한국가족의 심리. 가족관계 및 집단인격. 서울: 이화여대출판부.
- 4) 송성자(1997). 가족과 가족치료. 서울: 법문사.
- 5) 송정아 · 최규련(1997). 가족치료이론과 기법. 서울: 하우.
- 6) 유영주(1995). 결혼과 가족. 서울: 경희대출판국.
- 7) 정문자(1996). 가족생활주기와 가족치료. 서울: 중앙적성출판사.
- 8) 지영숙(1998). 현대가족생활설계론. 서울: 도서출판 신정.
- 9) 한국가족관계협회 편(1997). 가족생활교육. 이론 및 프로그램. 서울: 도서출판 하우.
- 10) 김순옥(1988). 부모자녀간의 응집성 척도 개발을 위한 연구. 사회과학, Vol.28. No.1
- 11) 김애순 · 윤진(1993). 중년기 위기감 척도 제작에 관한 연구. 한국심리학회지 발달. Vol. 4 No.1
- 12) 신현균 · 원호택(2001). 취업여부 및 연령에 따른 주부들의 스트레스-생활사경험을 중심으로. 심리과학지.
- 13) 오경자 · 김은정(1998). 기혼여성의 우울증상과 사회심리학적 특성. 성곡논총 29집.
- 14) 옥선화 · 이기춘 · 이기영 · 이순형 · 공인숙(1991). 현대산업사회에 있어서 40대 중산층 부부가 지각한 가정생활의 제문제. 대한가정학회지 29(2).
- 15) 윤진 · 김애순(1993). 중년기 위기감(1) 그

- 시기 확인 및 사회경제적 변인들이 중년기 위기감에 미치는 영향. 한국노년학 Vol.13 No.1
- 16) 지영숙·최보아(2002). 은퇴기 생활설계를 위한 진단척도의 개발 - 도시가정을 중심으로. 생활과학 제5호.
 - 17) 한경혜, 노영주(2000). 중년여성의 40대 전환기 변화 경험과 대응에 관한 질적연구. 가족과 문화. 제 12집 1호. 한국가족관계학회.
 - 18) 김명자(1988). 중년기 위기감 및 그 관련 변인에 관한 연구-서울시 남성과 여성을 중심으로. 이화여자대학교 대학원. 박사학위논문.
 - 19) 최희진(1998). 가족기능도 척도개발에 관한 연구. 경희대 대학원. 석사학위 논문.
 - 20) 한미선(1992). 중년기 부인의 자녀문제로 인한 스트레스. 대처방안과 심리적 적응간의 관계. 숙명여자대학교 대학원. 석사학위논문.
 - 21) 홍미혜(1999). 생활사건 스트레스와 삶의 의미수준이 중년기 여성의 위기감에 미치는 영향. 서강대학교 석사학위논문.
 - 22) 김애순·윤진(1991). www.baecoom.com
 - 23) 최영(2002). 전남대학교병원 정신과 소아청소년의 정신건강클리닉(web site).
 - 24) 山東純子·沼アサ子·吉中哲子(1983), 現代家庭生活設計論, 東京: 洵内出版株式會社.
 - 25) Duvall, E. M(1957). Family development, philadelphia. NY : Lippincott.
 - 26) Levinson, D(1996). The season of a woman's life, NY : Knopf.
 - 27) Levinson, D(1978). The season of a man's life, NY : Knopf.
 - 28) O'Connor(1985). Crisis and Growth at Mid-life: Change in LifeStructure and Personal-paradiem, Unpublished Doctoral Dissertation, Case Western university.
 - 29) Rosenberg, S.D., & Farrell, M.P.(1981). Man at middle life, New York.
 - 30) Rubin, Lillian B.(1983). Intimate Strangers, NY : Harper & Row.

<부록 1> 5점 척도질문지

	내 용	매우 그렇다	그렇다	보통 이다	그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1	우리 부부는 서로의 기분을 이해하고 믿는다.					
2	배우자에게 거리낌없이 표현할 수 있다.					
3	배우자와 여가시간을 함께 하려고 노력한다.					
4	배우자는 나를 섭섭하게 한다.					
5	우리부부는 아이들의 요구에 대해 어떻게 해야 할지 의견이 일치한다.					
6	배우자와의 성생활이 불만족스럽다.					
7	자녀에 관한 문제를 배우자의 관여 없이 혼자 결정한다.					
8	배우자의 일상생활을 이해하기 어렵다.					
9	자녀에 대한 기대로 인해 갈등이 많다.					
10	자녀의 생각과 의견을 잘 들어준다.					
11	자녀에 대해 자랑스럽게 생각한다.					
12	자녀의 인격형성에 좋은 영향을 주고 있다.					
13	자녀가 하는 결정을 신뢰한다.					
14	자녀는 내가 말하는 것을 귀담아 듣지 않는다.					
15	자녀의 학업 때문에 불안하다.					
16	우리의 미래는 경제적인 면에서 안정적으로 보인다.					
17	배우자의 소비문제로 갈등이 있다.					
18	배우자는 나의 생활비 사용에 대해 불만이 있다.					
19	생활향상을 위한 경제적 노하우가 있다.					
20	가정 사에 대해 의사결정을 할 때 서로의 의견을 존중한다.					
21	가사노동을 가족이 분담하여 하고 있다.					
22	집안 일로 인해 스트레스를 받고 있다.					
23	식사를 규칙적으로 한다.					
24	질병예방을 위해 건강검진을 받고 있다.					
25	운동을 주중에 정기적으로 한다.					
26	스트레스를 그때그때 해소하고 있다.					
27	노화되어 가는 것이 무척 속상하다.					
28	외모에 자신감이 없어지고 있다.					
29	부모님이 무엇을 원하는 지 알고 있다.					
30	부모님과 대화의 대화가 편안하다.					
31	부모님과 관계가 부담스럽다.					
32	취미생활은 나에게 활력소가 된다.					
33	즐겁게 만나는 친구가 있다.					
34	나는 주변사람들과 즐겁게 잘 지내고 있다.					
35	나의 사회활동이 생산적이지 못한 것 같다.					