

## 중년여성의 자아정체감과 관련요인 연구

최 원 희\*

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

중년기는 신체적으로는 서서히 노화현상이 나타나는 반면 정신적으로는 점차 성숙해가는 시기이다. 특히, 여성에 있어서 중년기는 자녀 양육에 대한 역할이 끝남에 따라 새로이 자신에 대한 관심을 갖게 되는 시기이며 노부모와 성인자녀의 중간에서 종전과 다른 이중적 역할을 수행해 나가야 하는 시기이고(Duvall & Miller, 1985; Park, 1997; Rawson, 1994) 신체적, 사회적, 정신적으로 급격한 변화를 경험하게 되는 시기이다. 이러한 중년기의 변화는 위기감을 유발하기도 하나 도전과 기회를 내포한 것으로, 자신에 대한 보다 풍부한 자각과 새로운 적응력을 제공하기도 한다(Lee, 1997).

자아정체감은 대상(object)으로서의 자아의 한 형태로 "나는 누구이며 이 세상에서 무엇을 할 수 있을까?" 하는 자기 탐색적 물음에 대한 대답으로서 자신의 능력, 위치, 역할 등에 대한 지각과 개념을 포함한 종합적 자기상을 의미한다. 자아정체감은 Erikson(1968)이 Freud의 정신 분석 이론을 발전시켜 인생주기를 인격의 완성으로 설명할 때 청년기에 완수해야 할 과업으로 설명하고 있지만, 자아정체감은 유아기에서부터

발달이 시작되어 청년기에 형성되고 노년기까지 발달이 지속된다고 하였다(Kim, 1993). 더욱이 신체적, 사회적, 정신적으로 급격한 변화를 경험하게 되는 중년 여성들은 심리적으로 불안정한 상태이므로 자아정체감 형성이 중요한 시기라고 할 수 있다(Lee, 1997). 높은 자아정체감은 자기를 확립하고 자기를 규정할 수 있으므로 정신 건강을 유지하는데 중요한 요인이다. 이에 비해 낮은 자아정체감은 위기의식을 고조시키고 우울을 심화시켜 삶의 질을 저하시키고 새로운 변화로의 긍정적인 적응을 방해하는 결정적인 요인이 된다고 하였다(Shin, 2002). 중년기 여성들의 긍정적인 자아정체감 형성은 노년기 건강과 삶의 질에 직접적인 영향을 주게 되므로 중년기의 신체적, 정신적 건강을 유지, 증진하기 위한 건강생활양식(Yoo, Kim, & Kim, 1999)과 함께 자아정체감에 관한 연구가 필요하며 자아정체감을 높일 수 있는 중재개발과 효과검증을 위하여 자아정체감에 영향을 주는 관련요인 분석이 선행되어야 한다.

외국의 경우 일찍부터 자아정체감 형성의 관련요인을 다양한 사회적인 요소와 생활환경과의 적응을 고려한 연구가 활발하게 수행되어졌으며(Adelmann, Antonucci, Crohan, & Coleman, 1989; Barnett & Baruch, 1985; Wood, Rhodes, & Whelan, 1989) 연구마다 조금씩 다른 주장을 나타내고 있다.

\* 거제대학 간호과 전임강사(교신저자 E-mail: whchoi@koje.ac.kr)

Barnett과 Baruch(1985)는 중년의 여성에게서는 양육역할이 자아정체감형성에 중요한 영향을 미친다고 하였고 Adelman, Antonucci, Crohan와 Coleman(1989)은 직업역할에 대한 적응이 중요한 영향요인이라고 하였다. 우리나라의 경우 대부분 연구에서 중년여성의 자아정체감을 형성하는데 영향을 미치는 요인으로 월평균 수입(Bae, 2005; Chang, 2000; Kim, 1992; Shin, 2002)과 학력(Bae, 2005; Chang, 2000; Kim, 1992; Park, Eun, Baek, Lee, & Kim, 2004)이라고 하였고 그 외에도 결혼생활 만족도(Bae, 2005; Park, Eun, Baek, Lee, & Kim, 2004; Shin, 2002), 직업(Kim, 1992; Park, Eun, Baek, Lee, & Kim, 2004), 본인이 인지하는 건강상태(Bae, 2005), 자녀의 수와 막내 자녀의 위치, 사회 참여 및 여가활동(Kim, 1992) 등이 있다고 보고하고 있다. 또한 Shin(2002)은 자아정체감 형성은 개인적인 요소뿐만 아니라 그 사회가 중요하게 인식하고 또한 대다수가 추구하는 가치나 제도, 의식에의 적응과 소속감, 일치감 등 사회적인 요소도 큰 영향을 미치게 된다고 하였다. 그러므로 중년여성이 거주하고 있는 지역사회내에서 자아정체감에 영향을 주는 관련 요인을 찾아 자아정체감을 높일 수 있는 프로그램 마련의 근간을 구축하는 것은 상당한 의의가 있다고 생각된다. 따라서 본 연구는 도농 복합지역인 거제시 중년여성의 삶의 질을 높이고 신체적, 정신적 건강을 유지·증진시키기 위하여 자아정체감 정도를 측정하고 영향 요인을 조사하여 자아정체감을 높일 수 있는 프로그램의 개발과 건강 유지·증진 정책과 사업 추진의 기초자료 마련을 위하여 시도되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 거제시 중년 여성을 대상으로 자아정체감 정도를 파악하고 이와 관련된 요인을 규명하고자 함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 거제시 중년여성의 자아정체감정도를 파악한다.
- 2) 거제시 중년여성의 일반특성 및 건강관련특성별 자아정체감정도를 파악한다.
- 3) 거제시 중년여성의 자아정체감정도에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 중년 여성의 자아정체감에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 조사 방법

연구대상자는 거제시에 거주하고 있는 40세에서 60세 사이의 정신질환의 기왕력이 없는 중년여성 중 연구의 접근가능성, 수용성, 경제성을 고려하여 거제시 두개동에 걸쳐 반사회 모임, 지역사회 모임을 중심으로 편의표집하였다. 2006년 1월부터 2월 사이에 연구대상자에게 연구의 목적을 설명하고 동의를 구한 후 구조화된 설문지를 배포하고 자가기입하도록하여 수거하였다. 수거된 총471명의 설문지 중 자료분석이 가능한 437명의 자료를 대상으로 분석하였다.

### 3. 측정도구

연구 도구는 연구대상자의 일반적 특성 9문항과 우울(21문항)을 포함한 건강관련 특성 30문항과 자아정체감 56문항 등 총 95문항이었다. 우울 측정도구는 Beck이 1961년에 제작하였고, 1978년에 개정한 Depression Inventory(BDI)를 Hahn등(1986)이 표준화한 도구를 Yoo등(1999)이 Beck(1978)의 이론에 근거하여 우울성향의 점수를 각각 평균과 표준편차를 고려하여 사용한 21문항 4점 척도를 사용하였으며 84점 만점에 30점 이하는 정상, 31점 이상은 우울상태를 의미한다. 본 연구에서 도구의 Cronbach's  $\alpha = 0.887$ 이었다. 자아정체감은 Dignam(1965)의 Ego Identity Scale을 기초로 Seo(1975)가 제작한 질문지를 Shin(2002)이 중년여성에 사용한 도구로 각각 8문항 7개 하위영역(안정성, 목표지향성, 대인역할기대, 자기수용, 자기주장, 자기존재의식, 대인관계) 총 56문항으로 구성된 4점 likert 도구로 측정하였다. 총 점수의 범위는 56점에서 224점까지이며 점수가 높을수록 자아정체감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = 0.714$ 로 비교적 높았다.

4. 자료 분석방법

자료분석은 SPSSWIN 12.0 프로그램을 이용하여 전산 통계 처리하였다. 대상자의 일반적 특성, 건강관련 특성, 자아정체감정도는 백분율과 평균, 일반적 특성 및 건강관련 특성과 자아정체감의 관계는 t-검증과 분산분석(ANOVA), 자아정체감 정도에 영향을 미치는 요인 파악은 다중회귀분석을 실시하였다.

5. 연구의 제한점

본 연구는 연구의 대상자를 거제시의 두개 동에 거주하는 40-60세의 중년 여성 중 편의표집하였으므로 연구의 결과를 모든 중년 여성에게 일반화시키는데는

제한점이 있다.

III. 연구 결과

1. 일반적 특성 및 건강관련 특성별 자아정체감정도

연구대상자들의 연령은 45-49세가 41.2%로 가장 많았으며, 평균 연령은 47.82세였다. 배우자가 있는 대상이 95.4%이었고, 학력은 고졸이상이 77.6%였으며 직업은 대상자의 67.5%가 없다고 답하였으며(주부), 가정의 월수입은 200만원 이상이 76%이었다. 종교가 있다고 응답한 대상은 76.7%이었으며 시부모를 부양하지 않는 대상자가 92.9%이었고, 자녀수는

<Table 1> Difference of ego-identity according to general characteristics (n=437)

Variables	N(%)	Factor(M±SD)							Total (M±SD)
		Stability	Goal-directedness	Interpersonal role expectation	Self-acceptance	Self-assertiveness	Self-awareness	Interpersonal Relationship	
Age(yr)									
40-44	145(33.2)	2.63±.39	2.71±.43	2.86±.42	2.66±.44	2.39±.38	2.91±.46	2.71±.38	2.70±.24
45-49	180(41.2)	2.60±.44	2.62±.54	2.91±.38	2.72±.44	2.43±.45	2.96±.55	2.71±.37	2.71±.25
50-54	82(18.8)	2.73±.47	2.69±.43	2.92±.41	2.70±.44	2.33±.37	3.15±.43	2.76±.35	2.76±.23
55-60	30(6.9)	2.45±.44	2.58±.33	2.72±.35	2.55±.56	2.53±.39	2.75±.61	2.55±.35	2.59±.20
p		0.019	0.276	0.059	0.253	0.123	0.001	0.089	0.019
Spouse									
Yes	417(95.4)	2.63±.43	2.66±.48	2.89±.39	2.69±.45	2.41±.41	2.97±.51	2.69±.37	2.70±.24
No	20(4.6)	2.55±.52	2.79±.30	2.76±.47	2.65±.41	2.35±.33	2.96±.54	3.00±.39	2.72±.29
p		0.405	0.221	0.144	0.728	0.563	0.945	0.001	0.767
Educational level									
< High school	98(22.4)	2.64±.41	2.55±.50	2.76±.38	2.67±.51	2.39±.47	2.90±.56	2.65±.36	2.65±.23
≥ High school	339(77.6)	2.62±.44	2.65±.50	2.92±.40	2.69±.43	2.41±.39	2.99±.49	2.72±.38	2.72±.25
p		0.777	0.009	0.001	0.715	0.618	0.129	0.092	0.012
Job									
No(Housewife)	295(67.5)	2.64±.42	2.64±.46	2.89±.37	2.67±.47	2.39±.41	3.00±.51	2.70±.37	2.71±.24
Yes	142(32.5)	2.58±.46	2.70±.50	2.88±.44	2.71±.41	2.43±.41	2.90±.51	2.73±.38	2.70±.25
p		0.189	0.237	0.723	0.380	0.449	0.063	0.420	0.954
Monthly income									
< 200	105(24.0)	2.57±.36	2.51±.46	2.75±.36	2.55±.40	2.31±.38	2.92±.43	2.70±.33	2.62±.17
≥ 200	332(76.0)	2.64±.45	2.71±.47	2.93±.40	2.73±.46	2.42±.42	2.98±.54	2.71±.39	2.73±.26
p		0.077	0.001	0.001	0.001	0.276	0.214	0.896	0.001
Religion									
Yes	335(76.7)	2.64±.43	2.65±.47	2.88±.39	2.66±.46	2.40±.41	2.95±.51	2.72±.36	2.70±.24
None	102(23.3)	2.58±.44	2.70±.46	2.90±.43	2.78±.40	2.41±.43	3.01±.52	2.67±.41	2.72±.26
p		0.292	0.368	0.619	0.015	0.800	0.322	0.275	0.395
Living with parents-in law									
Yes	31(7.1)	2.75±.54	2.68±.49	2.96±.42	2.87±.41	2.44±.35	3.12±.38	2.75±.30	2.80±.23
No	406(92.9)	2.62±.42	2.66±.47	2.88±.40	2.67±.45	2.40±.41	2.95±.52	2.70±.38	2.70±.24
p		0.201	0.778	0.295	0.019	0.629	0.076	0.448	0.035

(Table 1) Difference of ego-identity according to general characteristics(continued) (n=437)

Variables	N(%)	Factor(M±SD)							Total (M±SD)
		Stability	Goal-directedness	Interpersonal role expectation	Self-acceptance	Self-assertiveness	Self-awareness	Interpersonal Relationship	
Number of children									
none	6( 1.4)	2.50±.13	2.72±.18	2.93±.33	2.52±.52	2.31±.20	2.93±.40	2.79±.12	2.67±.11
1	64(14.6)	2.69±.40	2.88±.44	2.92±.42	2.83±.43	2.52±.37	2.97±.55	2.72±.44	2.79±.27
2	354(81.0)	2.61±.44	2.62±.47	2.88±.40	2.66±.44	2.38±.41	2.97±.51	2.70±.37	2.69±.24
≥ 3	13( 3.0)	2.64±.34	2.69±.45	2.87±.27	2.68±.62	2.52±.49	2.86±.40	2.72±.27	2.71±.21
p		0.491	0.001	0.863	0.048	0.065	0.901	0.950	0.032
Satisfaction of marital status									
very satisfied	47(10.8)	2.64±.50	2.82±.63	2.87±.42	2.95±.50	2.42±.45	3.01±.51	2.68±.41	2.77±.30
satisfaction	184(42.1)	2.67±.40	2.69±.45	2.94±.38	2.73±.37	2.43±.42	3.04±.47	2.68±.38	2.74±.23
moderate	167(38.2)	2.57±.43	2.61±.44	2.81±.41	2.61±.45	2.39±.40	2.92±.49	2.73±.35	2.66±.22
unsatisfied	28( 6.4)	2.57±.33	2.55±.50	2.99±.26	2.36±.57	2.29±.37	2.77±.56	2.70±.27	2.60±.23
very unsatisfied	11( 2.5)	2.80±.60	2.56±.39	2.96±.52	2.68±.38	2.28±.30	2.73±.96	3.02±.48	2.72±.41
p		0.118	0.044	0.018	0.001	0.347	0.017	0.052	0.002

2명이 81%로 가장 많았다. 결혼생활 만족도는 '만족한다'와 '보통이다'가 각각 42.1%, 38.2%순으로 나타났다. 5점 만점에 점수가 낮을수록 만족도가 높은 것을 의미하는데 대상자의 결혼생활 만족도의 평균 점수는 2.48±.86점으로 나타났다(Table 1).

일반적 특성 중 자아정체감 정도와 차이를 보인 변수는 연령, 학력, 월수입, 시부모부양, 자녀수, 결혼생활만족도와 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(p<0.05). 자아정체감의 7개 하부영역에 유의한 차이를 보인 일반적 특성들로는 안정성에는 연령이었으며, 목표지향성에는 학력, 월수입, 자녀수 및 결혼생활만족도 등이었으며, 대인역할기대에는 학력과 월수입 및 결혼생활만족도였으며, 자기수용에는 월수입, 종교, 시부모부양, 자녀수 및 결혼생활 만족도였으며, 자기존재의식에는 연령과 결혼생활 만족도였으며, 대인관계에는 배우자유무였다(p<0.05)(Table 1).

입원 경험은 대상자의 81.2%가 없었으며, 현재 약물 복용을 하지 않고 있는 대상자가 78%, 호르몬제 복용을 하지 않는 대상자가 90.2%였으며, 폐경은 무가 78.9%, 술을 마시지 않는다가 84.7%이었다. 담배를 피우지 않는다가 97%, 일주일에 3회 이상 운동을 한다가 45.8%, 대상자의 60.2%가 우울이 있는 것으로 나타났다. 주관적인 건강상태를 묻는 4점 척도는 점수가 낮을수록 건강하게 인지하고 있는 것을 의미하는데 평균은 2.12±.78점이었으며 '약간건강'하다고 대답한 군이 48.3%로 가장 많았다(Table 2).

건강관련 특성 중 자아정체감 정도와 차이를 나타낸 변수는 흡연, 운동, 우울, 주관적인 건강상태 등이었다(p<0.05). 7개 하부영역에 유의한 차이를 보인 건강관련 특성들로는 안정성에는 입원력, 음주, 흡연, 운동, 우울 및 주관적인 건강상태 등이었으며, 목표지향성에는 입원력, 약물복용력, 흡연, 우울 및 주관적인 건강상태이었으며, 대인역할기대에는 우울이었으며, 자기수용에는 운동과 우울 및 주관적인 건강상태이었으며, 자기주장에는 음주였으며, 자기존재의식에는 폐경, 흡연, 운동, 우울 및 주관적인 건강상태이었으며, 대인관계에는 음주와 우울로 나타났다(p<0.05)(Table 2).

## 2. 연구대상자의 자아정체감정도

대상자들의 자아정체감은 평균 2.70±0.24점으로 나타났으며, 7개 하위 영역별로는 자기존재의식 2.97±0.51점, 대인역할기대 2.89±0.40점, 대인관계 2.71±0.37점, 자기수용 2.69±0.45점, 목표지향성 2.66±0.47점, 안정성 2.62±0.43점, 자기주장 2.40±0.41점 순이었다(Table 3).

## 3. 다중회귀분석에 의한 자아정체감 정도와 독립변수간의 관련성

자아정체감 정도와 유의한 차이가 있는 것으로 확인된 체변수(연령, 교육, 월수입, 시부모 부양유무, 자녀

<Table 2> Difference of ego-identity according to characteristics related to health (n=437)

Variables	N(%)	Factor(M±SD)							Total (M±SD)
		Stability	Goal-directedness	Interpersonal role expectation	Self-acceptance	Self-assertiveness	Self-awareness	Interpersonal Relationship	
History of hospitalization									
Yes	82(18.8)	2.50±.45	2.55±.47	2.87±.35	2.70±.50	2.45±.39	2.92±.61	2.66±.37	2.66±.24
No	355(81.2)	2.65±.42	2.69±.47	2.89±.41	2.68±.44	2.39±.42	2.98±.49	2.72±.37	2.71±.25
p		0.004	0.021	0.634	0.690	0.305	0.402	0.236	0.100
Taking medicines									
Yes	96(22.0)	2.61±.44	2.52±.51	2.88±.37	2.73±.50	2.34±.44	2.93±.46	2.66±.33	2.67±.21
No	341(78.0)	2.63±.43	2.70±.45	2.89±.40	2.67±.43	2.42±.40	2.97±.52	2.72±.38	2.72±.25
p		0.684	0.001	0.799	0.344	0.096	0.483	0.157	0.085
Taking hormones									
Yes	43( 9.8)	2.60±.50	2.66±.45	2.99±.37	2.77±.44	2.36±.42	3.04±.46	2.77±.28	2.74±.24
No	394(90.2)	2.63±.42	2.66±.47	2.87±.40	2.68±.45	2.41±.41	2.96±.52	2.70±.38	2.70±.24
p		0.731	0.972	0.068	0.195	0.511	0.347	0.123	0.285
Menopause									
Yes	92(21.1)	2.62±.42	2.66±.48	2.90±.40	2.67±.49	2.44±.44	3.07±.49	2.74±.36	2.73±.15
No	345(78.9)	2.65±.48	2.65±.45	2.88±.40	2.69±.44	2.39±.40	2.94±.52	2.70±.38	2.70±.24
p		0.496	0.841	0.727	0.725	0.343	0.032	0.385	0.249
Alcohol									
Yes	67(15.3)	2.72±.43	2.69±.47	2.82±.44	2.77±.48	2.51±.38	2.93±.50	2.80±.38	2.75±.26
No	370(84.7)	2.61±.43	2.66±.47	2.90±.39	2.67±.44	2.38±.41	2.97±.51	2.69±.37	2.70±.24
p		0.049	0.557	0.144	0.118	0.021	0.584	0.034	0.116
Smoking									
Yes	13( 3.0)	2.38±.23	2.40±.31	2.80±.37	2.60±.34	2.46±.32	2.61±.54	2.70±.35	2.56±.11
No	424(97.0)	2.63±.43	2.67±.47	2.89±.40	2.69±.45	2.40±.41	2.98±.51	2.71±.37	2.71±.25
p		0.002	0.044	0.450	0.494	0.642	0.012	0.920	0.001
Exercise(Times/Week)									
≥ 3	200(45.8)	2.67±.41	2.70±.50	2.91±.35	2.75±.42	2.44±.41	3.02±.51	2.72±.388	2.74±.25
< 3	237(54.2)	2.59±.44	2.63±.44	2.86±.43	2.63±.46	2.38±.41	2.92±.51	2.69±.37	2.67±.23
p		0.047	0.174	0.194	0.004	0.149	0.042	0.439	0.002
Depression									
Yes	263(60.2)	2.57±.40	2.54±.44	2.83±.40	2.56±.42	2.38±.40	2.86±.50	2.66±.36	2.63±.20
No	174(39.8)	2.70±.46	2.85±.46	2.96±.39	2.88±.42	2.44±.42	3.12±.50	2.77±.38	2.82±.26
p		0.003	0.001	0.001	0.001	0.158	0.001	0.004	0.001
Perceived health status									
Very healthy	95(21.7)	2.67±.40	2.86±.43	2.88±.39	2.82±.47	2.42±.48	3.02±.47	2.79±.37	2.78±.23
Healthy	211(48.3)	2.66±.44	2.63±.48	2.90±.39	2.68±.39	2.42±.38	2.98±.54	2.70±.38	2.71±.25
Bad	116(26.5)	2.55±.42	2.57±.46	2.88±.43	2.59±.51	2.39±.41	2.95±.48	2.66±.36	2.66±.24
Too bad	15( 3.4)	2.45±.42	2.54±.35	2.83±.34	2.73±.40	2.20±.37	2.54±.49	2.70±.37	2.57±.17
p		0.047	0.001	0.921	0.004	0.221	0.007	0.074	0.001

<Table 3> Ego-Identity of subjectives

Variables	M	SD	Min	Max
Ego-identity	2.70	0.24	2.07	3.45
Stability	2.62	0.43	1.38	3.88
Goal-directedness	2.66	0.47	1.38	4.00
Interpersonal role expectation	2.89	0.40	1.63	4.00
Self-acceptance	2.69	0.45	1.13	4.00
Self-assertiveness	2.40	0.41	1.50	4.00
Self-awareness	2.97	0.51	1.25	4.00
Interpersonal relationship	2.71	0.37	1.63	3.75

(Table 4) Multiple linear regression analysis

Variables	B	SE	Standardized $\beta$	p
Age	0.003	0.003	0.062	.193
Educational level(< High school=1/ $\geq$ High school=2)	0.034	0.029	0.057	.234
Monthly income(< 200=1/ $\geq$ 200=2)	0.071	0.027	0.122	.009
Living with parents-in law(Yes=1/No=2)	-0.136	0.043	-0.140	.002
Number of children(none=1/have=2)	0.021	0.095	0.010	.821
Satisfaction of marital status	-0.012	0.014	-0.041	.404
Perceived health status	-0.014	0.016	-0.043	.407
Smoking(Yes=1/No=2)	0.061	0.065	0.042	.351
Exercise( $\geq$ 3=1/ $<$ 3=2)	-0.040	0.023	-0.079	.082
Depression	0.161	0.025	0.317	.001
Adjusted R <sup>2</sup> = 0.172	F=10.057		P=0.001	

수, 결혼생활 만족도, 주관적인 건강상태, 흡연, 운동, 우울)들을 포함하여 다중회귀분석을 실시하였다. 결과, 회귀 모형은 유의수준 0.05하에서 통계적으로 유의하였고( $p=0.001$ )  $R^2=0.172$ 로 17%의 설명력을 가지고 있는 것으로 나타났으며, 독립변수 중 월수입, 시부모부양, 우울에서 유의수준 0.05하에서 통계적으로 자아정체감정도에 유의하게 영향을 미치는 요인으로 나타났다(Table 4).

#### IV. 논 의

본 연구에서 자아정체감은 평균 2.70±0.24점으로 비교적 높은 편이었는데, 본 연구와 같은 도구를 사용한 Shin(2002)의 연구에서 보고하고 있는 35-44세가 2.69점, 45세 이상이 2.71점과 비슷한 분포를 보였다. 4점 척도를 사용한 본 연구와 동일한 척도를 사용하지 않아 직접적인 비교가 어렵지만 5점 척도를 사용한 Oh 등(2004)이 보고한 3.27±0.49점과 Kim(1992)이 보고한 3.59점보다는 약간 높았으며 Chang(2000)이 보고한 4.41점보다는 약간 낮게 나타났다. 연구 대상자인 거제시 중년여성의 자아정체감 점수는 중간점수보다 약간 높은 성적을 나타내고 있지만 지속적인 관리가 필요하다고 생각된다. 자아정체감을 나타내는 하부영역에서는 자기존재의식이 2.97±0.51점으로 가장 높았으며 자기주장이 2.40±0.41로 가장 낮게 나타나 대상자들이 자기존재가치와 자신의 심리 상태에 대한 현실적 인식은 비교적 높게 하고 있으나 자기가 원하는 바를 분명히 의식하고 타인에게 표현할 수 있는 태도와 경향은 낮았으므로 자기주장을

강화시킬 수 있는 전략이 필요할 것으로 생각된다.

자아정체감과 유의한 차이를 보인 변수들로는 연령, 학력, 월수입, 시부모 부양, 자녀수, 결혼만족도, 흡연, 운동, 우울, 주관적인 건강상태등이었다( $p<.05$ ). 연령은 50-54세에 가장 자아정체감이 높았으며 55-60세가 가장 낮은 것으로 나타났는데 특히 자기존재의식 영역에서 차이가 가장 크게 나타났다. 이러한 결과는 Chang(2000)과 Shin(2002)의 연구와는 상이한 결과지만 중년기 여성은 아직 자녀를 출가시키기 전인 부모-자녀 갈등기보다 50대 후반의 빈 등우리 시기에 심각한 위기감을 경험하며 자아정체감이 떨어진다고 보고한 Oh 등(2004)의 결과와 일치한다. 학력별로는 학력이 높을수록 자아정체감이 높은 것으로 나타났는데 이것은 학력이 높을수록 자신의 목표 추구하고 능력 개발 욕구가 높고 자신을 타인과 구별된 개체로 인지하는 능력을 교육을 통해 자극받아왔으며 더 많은 배움의 기회에 노출이 되면서 인생과 자신을 돌아보는 시간이 많아지기 때문이라고 한 Bae(2005)와 Chang(2000)의 연구결과와 일치하였다. 그러므로 성인을 대상으로 하는 교육프로그램의 개발과 제공이 필요하다고 생각된다. 월평균 수입은 월평균 200만원 이상인 대상자가 자아정체감이 더 높은 것으로 나타났는데 특히 하위영역 중 자신의 인생목표가 무엇인지 명확하게 인식하는 목표 지향성 영역과 성적, 사회적, 직업적으로 적합한 역할 성취에 관한 중요한 타인의 기대에 대한 긍정적인 반응을 보이는 대인역할기대영역, 자신이 속한 사회와 문화의 기준에 비추어 자기를 인식하고 수용하는 감정인 자기 수용성 영역에서 유의하게 높았다. 이는 Bae(2005), Chang(2000)과 Shin(2002)

등의 연구와 일치하는 결과였고, Shin(2002)은 생활에 여유가 있는 사람들이 자기목표나 역할에 대한 시간을 많이 가질 수 있고 여가활동이나 사회활동을 더 많이 할 수 있기 때문에 나타난 결과라고 설명하고 있었다. 결혼 만족도가 높을 수록 자아정체감도 높은 것으로 나타났는데, 자아정체감이 높은 여성이 결혼과 가정생활에서 보다 높은 만족감을 갖는다고 보고하고 있는 선행연구들과 일치하는 결과였다(Bae, 2005; Kim, 1993; Oh et al., 2004; Park, Eun, Baek, Lee, & Kim, 2004; Shin, 2002). 우울이 없는 대상자가 자아정체감이 높은 것으로 나타났는데 이것은 Chang(2000), Kim(1993)등의 연구에서 중년기 우울이 여성의 삶에 다양한 측면에서 부정적인 영향을 미친다고 보고한 내용과 일치한다. 더욱이 우울정도가 심한 중년여성은 자신의 무가치감, 자존심의 저하로 우울상태는 더욱 악화되고 그 결과 여러 가지 신체적 증상을 동반하게 되는 것으로 보고하고 있다(Nam & Cho, 1997). 이런 중년기의 신체적 심리적 변화는 지금까지의 안전성을 깨뜨리는 결과를 가져오며 특히 중년 여성들은 폐경으로 인한 신체적 균형의 상실을 경험하게 되므로(Hamachek, 1990) 궁극적으로 중년 여성의 자아정체감에 영향을 미쳤을 것으로 생각된다. 주관적인 건강상태가 좋을수록 자아정체감이 높은 것으로 나타나 선행연구결과와 일치하였으며(Bae, 2005; Oh et al., 2000) 건강하고 질병이 없을 때 자아정체감이 높은 것은 당연한 결과라고 생각된다. 한편, 선행문헌에는 결과가 나타나 있지 않았지만 본 연구에서는 자녀수, 시부모 부양, 흡연과 운동에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 자녀수의 경우 자녀가 1명인 대상자가 자아정체감이 가장 높았는데 하부 영역에서는 목표지향성 영역과 자기수용 영역에서 차이가 있는 것으로 나타났다. 시부모 부양과 흡연의 경우는 표본의 편중이 영향을 미쳤을 것으로 생각되지만 시부모 부양은 하위영역에서 자기수용과 대인관계에서 유의한 차이를 보이고 있어 시부모를 부양하고 있는 주부들이 자신이 속한 사회와 문화의 기준에 비추어 자기를 긍정적으로 인식하고 수용하고 있으며 타인과의 관계형성에 자기를 개입시키고 만족스런 관계를 유지하려는 경향이 높아 나타난 결과라고 생각된다. 운동은 주 3회 이상하고 있는 대상자가 자아정체감이 더

높은 것으로 나타났으며 하위영역 중 안정성, 자기수용과 자기존재의식의 영역에서 유의한 차이를 보이고 있다. 이것은 대상자들이 운동을 통하여 시간의 경과와 유동적인 대인관계속에서 일관된 자아상을 긍정적으로 형성하며 타인과의 관계형성에도 적극적으로 자신을 개입시키고 있는 결과로 생각된다. 그러므로 중년 여성에게 운동요법을 수행하는 것은 자아정체감을 높이고 유지시키는데 좋은 전략이 될 것이라고 생각된다.

자아정체감에 영향을 미치는 요인 분석 결과, 월수입, 시부모부양 및 우울 등이 자아정체감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 이 중 우울( $B = 0.161$ )이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났고 다음으로 시부모 부양( $B = -0.136$ ), 월수입( $B = 0.071$ ) 등의 순으로 영향을 미치는 것으로 나타나 경제적인 문제는 단기간에 해결하기 어렵다하더라도, 자아정체감에 중요한 영향을 미치는 중년 여성의 우울에 관한 연구와 함께 농어촌지역의 보건진료소 등을 통하여 우울을 호전시키기 위한 다양한 건강증진프로그램 개발이 필요할 것으로 보이며, 이러한 프로그램들을 통해 중년여성들에게 여가선용의 기회를 제공함으로써 자아정체감 정도를 증가시키는 노력이 필요할 것으로 보인다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 결론

거제시 중년여성의 자아정체감정도와 자아정체감정도에 영향을 미치는 요인을 파악하여 중년 여성의 삶의 질을 향상시키고 신체적, 정신적 건강을 유지 증진시키기 위하여 임의 추출된 거제시 중년여성 437명을 대상으로 자아정체감 측정도구를 이용하여 2006년 1월부터 2월 사이에 자료를 수집하였다. 분석 결과 다음과 같았다.

중년여성의 자아정체감은 평균  $2.70 \pm 0.24$ 점이었으며 자아정체감을 나타내는 하부영역에서는 자기존재의식이  $2.97 \pm 0.51$ 점으로 가장 높았으며 자기주장이  $2.40 \pm 0.41$ 점으로 가장 낮았다.

자아정체감과 유의한 차이를 보인 요인은 연령, 학력, 월수입, 시부모부양, 자녀수, 흡연, 운동, 우울, 스스로 평가한 건강상태, 결혼만족도 등이었다( $p < 0.05$ ).

다중 회귀 분석 결과에서 월수입, 시부모부양, 우울 등이 자아정체감정도에 주요하게 영향을 미치는 요인으로 나타났다( $p < 0.05$ ).

이상의 결과 거제시 중년여성들의 자아정체감 정도와 관련된 요인들 중 경제적 수준과 우울을 향상시키기 위한 노력이 다각적으로 필요하며, 이에 대한 보다 구체적인 조사가 필요하다고 하겠다.

## 2. 제언

- 1) 거제시 중년여성들의 저소득층을 대상으로 하는 자아정체감 향상 프로그램의 개발과 적용이 필요하다.
- 2) 거제시 중년여성들의 신체적, 정신적 건강상태의 구체적 검진과 이에 대한 다각적 분석과 연구가 필요하다.
- 3) 거제시 중년여성들의 자아정체감정도를 유지 증진하기 위한 간호 중재프로그램 개발 및 효과검증이 필요하다.

## 참 고 문 헌

- Adelmann, P., Antonucci, T., Crohan, S., & Coleman, L. (1989). Empty nest, cohort, and employment in the well-being of midlife women. *Sex Roles, 20*, 173-189.
- Bae, C. H. (2005). *A study on religion disposition influenced to Ego-Identity and satisfaction of marital status of middle-aged married couple*. Master's thesis, Honam Theological University, Kwangju.
- Barnett, R., & Barucch, G. (1985). Women's involvement in multiple roles and psychological distress. *J Personality and Social Psychology, 49*, 135-145.
- Chang, E. R. (2000). *A study on factors that affect Ego-Identity and depression of middle-aged women*. Master's thesis, Seoul Theological University, Seoul.
- Duvall, E. M., & Miller, B. C. (1985). *Marriage and the family development(6th Ed.)*. New York: Harper & Row.
- Erikson, E. H. (1968). Identity. *Psychosocial International Encyclopedial Of Social Science, 7*, 61-65.
- Hahn, H. M., Yum, T. H., Shin, Y. W., Kim, K. H., Yoon, K. J., & Chung, K. J. (1986). A standardization study of beck depression inventory in Korea. *J Korean Neuropsychiatr Assoc, 25*(3), 487-502.
- Hamachek, D. (1990). Evaluating self-concept and ego status in Erikson's last three psychosocial stages. *J of Coun. and Devel. 68*, 677-683.
- Kim, E. A. (1992). *A study on Ego-Identity and meaning of life of middle-aged women*. Master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Kim, H. S. (1993). *A study on relationship between Ego-Identity and depressive predisposition of middle-aged women*. Master's thesis, Seoul Women's University, Seoul.
- Kim, J. J. (1993). *A study on the relationship between Ego-Identity and quality of life in middle-aged women*. Master's thesis, Seoul Women's University, Seoul.
- Lee, K. H. (1997). *Relationships between role adaptations and identity formation of married mid-life women*. Unpublished doctoral dissertation, Keimyung University, Daegu.
- Nam, J. J., & Cho, M. J. (1997). A strategy for mental health promotion : focused on depression. *Health and Welfare Policy Forum, 5*, 59-66.
- Oh, M. O., Ko, H. J., & Park, C. J. (2004). The relationship between crisis and Ego-Identity of middle-aged women. *Korean J Women Health Nurs, 4*(1), 17-31.
- Park, J. H., Eun, Y., Baek, K. S., Lee, S. S.,



- & Kim, H. S. (2004). Relationship about crisis and Ego-Identity among health locus of control of middle-aged women with health management in a rural area. *Kor Pul Heal Res*, 30(2), 152-162.
- Park, M. H. (1997). Factor influencing related health promoting life-style in middle-aged women, *Korean J Women Health Nurs*, 3(2), 257-284.
- Rawson, K. T. (1994). *Women in transitionat midlife*. Doctoral Dissertation, Utah State University, Utah.
- Seo, B. Y. (1975). *A study on formation of ego-identity in psychology*. Unpublished doctoral dissertation, Kyeongbuk National University, Daegu.
- Shin, S. H. (2002). *A study on the relationship between Ego-Identity and mental health of married women*. Unpublished doctoral dissertation, Inha University, Incheon.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: a consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106(2), 249-264.
- Yoo E. K., Kim M. H., & Kim T. K. (1999). A Study of the Relationship Among Health Promoting Behaviors, Climacteric Symptoms and Depression of Middle-Aged Women. *J Korean Acad Nurs*, 29(2), 225-237.

ABSTRACT

---

## Factors Affecting Ego-Identity of Middle-aged Women in Geoje City

---

Choi, Won Hee(Department of Nursing, Koje College)

**Purpose:** This study was conducted to investigate the levels of ego-identity and related factors in middle-aged women who lived in G city. **Methods:** The participants in this descriptive study were 437 middle-aged (40-60 year old) women. Data were collected from January to February, 2006. Personal interviews with a structured questionnaire (9 items of general characteristics, 30 items of subjects' characteristics related to health and 56 items of ego-identity) were conducted used. The data were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, and multiple linear regression analysis. **Results:** Ego-identity was significantly associated with the variables of age, educational level, monthly income, living with the parents of the subject's husband, number of children, smoking, exercise, depression, perceived health status, and satisfaction of marital status ( $p < 0.05$ ). In multiple linear regression analysis of the subjects' characteristics which were significantly associated with ego-identity, monthly income, living with the parents of the subject's husband, and depression were significant variables ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** It is necessary to study the depression of middle-aged women in Geoje city and develop programs with consideration for the significant factors which can improve their ego-identity.

**Key words :** Ego identity