

중년여성의 서글픔에 관한 개념분석

구혜자¹ · 은영²

거제대학 간호과 초빙교수¹, 경상대학교 간호대학 교수 · 건강과학연구원 노인건강연구센터 연구원²

Concept Analysis of Middle-aged Women's Seoguelpeum

Gu, Hye-Ja¹ · Eun, Young²

¹Visiting Professor, Department of Nursing, Koje College,

²Professor, College of Nursing, Gyeongsang National University · Gyeongsang Institute of Health Science, Gerontological Health Research Center

Purpose: The purpose of this study was to analyze the concept seoguelpeum, in order to give a operational definition of middle-aged women's seoguelpeum. **Methods:** Walker and Avant's methods for concept analysis was used. **Results:** The defining attributes of seoguelpeum identified in this study were 1) time, 2) negativity, 3) vagueness, 4) passivity, 5) individuality. The antecedents of seoguelpeum were 1) a problematic condition, 2) past event, experiences for the problematic condition, and 3) interaction between the problematic condition and past event, experiences. The consequences of seoguelpeum included 1) to get worse for the problematic condition, 2) passive or active management for the problematic condition. **Conclusion:** Although further studies are required to refine the diverse attributes of the concept of seoguelpeum, according to this concept analysis of seoguelpeum, this study contribute to explain psychological health of middle-aged women. In addition to develop the adequate interventions decreasing seoguelpeum with aging in women is needed.

Key Words: Middle-aged, Women, Analysis

서론

1. 연구의 필요성

중년기는 청년과 노년의 중간시기이다(Shin, 2006). 학자들간에는 중년기에 경험하는 변화를, 누구나 보편적으로 경험하는 '정상적 발달과정'으로 또는 적극적 대처가 요구되는 '위기'로 보기도 한다(Park & Choi, 2007). 예컨대 중년층은 나이가 들면서 내면에서 가꾸어온 아름다움을 더 귀중하게 여기게 되고, 지혜의 왕성함에 더 가치를 두며, 보다 깊은 인간관계를 맺을 수 있는 능력이 생기고, 정돈되고 안정되며 깊어지기도 하지만(Shin et al., 2002), 일터에서는 활동적인 생산인구로서 자녀세대와 노인인구의 경제적 부양을 책임지고 있으며, 가족단위에서도 아직 독립하지 않은

자녀세대에 대한 부모역할과, 의존성이 증가하는 노부모에 대한 성인자녀로서의 역할을 동시에 수행하는 연령층으로(Han, Lee, Ok, Ryff, & Marks, 2002), 많은 역할 부담 속에 해결해야 할 다양한 문제를 가지고 있다고 할 수 있다.

그러한 상황에서 중년여성은 흔히 정서적 문제를 함께 경험하게 되는데, Kim (2000)은 분노, 우울, 불안, 무기력, 소외감, 좌절, 짜증, 긴장, 신경과민, 흥분, 안달감, 초조, 집중력 결핍 등을 보고하고 있다. 여기에 또 다른 정서로, 서글픔을 호소한다. Lee (2003)의 연구에서 자신의 몸이 더 이상 마음먹은 대로 움직여주지 못한다고 느끼는 순간 서글픔을 느끼게 된다고 하였고, 이러한 서글픔은 갱년기가 되면서 몸이 쇠잔해지고, 더불어 나이가 들어 의욕도 없고 자신감도 없어져 정신적으로 위축되면서 경험하게 되는 상실감에서 기인된다고 하였다. 슬픔(grief)은 서글픔과 유사하게 임

주요어: 중년, 여성, 분석

Address reprint requests to: Eun, Young, College of Nursing, Gyeongsang National University, 92 Chilam-dong, Jinju 660-751, Korea.
Tel: 82-55-751-8861, Fax: 82-55-751-8711, E-mail: yyoeun@gnu.ac.kr

투고일: 2010년 9월 26일 / 1차심사완료일: 2010년 12월 4일, 2차심사완료일: 2010년 12월 6일 / 게재확정일: 2010년 12월 6일

상실무에서 흔히 접하게 되는 부정적인 정서의 하나로, 인적·생물적·사회적으로 중요한 어떤 것을 상실했을 때 개인이 이 상실과 타협하여 균형을 잡고 극복하려는 적극적이며 능동적인 과정이라고 정의된다(Schupp, 2007). 따라서 서글픔은 슬픔과 같이 개인적으로 그 정도를 다르게 경험하는 상실감에서 오는 부정적 정서이지만, 슬픔과는 경험의 구체성, 시간성, 대처의 정도 등에서 차이가 있는 것으로 보여진다. 슬픔의 과정이 제대로 해결되지 않으면, 신체적 문제 출현과 함께 불신, 분노, 우울, 불안과 같은 정서적 이상 현상이 초래되어 심각한 문제를 야기하게 된다고 하여(Browning, 1995), 그 문제를 해결하려는 중재방안 개발에 노력을 기울이고 있는 반면, 유사개념이면서, 중년여성이 흔히 경험하는 서글픔에 대하여서는 개념에 대한 조작적 정의조차 내려지지 않아 서글픔의 측정도 어려우므로, 서글픔의 개념분석은 그만큼 중요하다고 하겠다.

중년기 발달에 관련된 요인을 탐색하는 작업은 노인인구의 성공적 노화를 위한 투자의 성격을 가지며, 노인인구에 대한 사회적 비용을 절감하고자 하는 노력의 일환이 된다(Han et al., 2002). 이에 본 연구에서는 Walker와 Avant (2005)의 개념분석과정을 통해 중년여성의 서글픔에 대한 개념의 속성을 파악하여 조작적 정의를 명확하게 하고자 한다. 또한 앞으로 서글픔을 측정하고, 서글픔을 가진 중년여성을 위한 중재방안을 모색하는데 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목적은 중년여성의 서글픔에 대한 개념의 속성을 파악하여 조작적 정의를 명확하게 하기 위함이다.

연구방법

중년여성의 서글픔 개념의 정의 및 용어의 일반적 쓰임을 확인하기 위해 용어가 사용된 다양한 학문 분야의 문헌을 고찰하였다.

우선 중년여성의 서글픔의 정의와 개념적 특성에 관심을 두고 본질적인 의미를 고찰하였다. 사전적인 의미는 네이버사전(Naver Korean, English Dictionary)을 통하여 살펴보고, 국내 논문은 한국학술정보(Korean studies Information Service System) 및 학술연구정보서비스(Research

Information Sharing Service)의 학술지 및 잡지, 학위논문 정보검색기능을 이용하였다. 그 결과 ‘서글픔’을 주제로 하여 총 33편을 검색하였으며 초록을 토대로 확인한 결과 학위논문 4편, 학술지 4편, 단행본 2편에서 ‘서글픔’이 다루어졌으며, 사지 절단 재접합술 환자와 노인, 중년남성을 대상으로 한 것이었고, 중년여성을 대상으로 하는 서글픔에 대한 문헌은 단행본 2편이었다. 국외에서는 PubMed로 ‘woman's sadness’을 검색하였을 때 총 10편을 검색하였으며, 그 중 ‘middle aged woman's sadness’는 3편이 검색되어 분석에 사용되었다.

Walker와 Avant (2005)는 Wilson (1963)의 개념분석 과정 열한 단계를 여덟 단계로 수정하고 단순화 하였다. 그 단계는 1) 개념선정, 2) 분석의 목적결정, 3) 개념의 사용범위 확인, 4) 개념의 속성결정, 5) 모델사례제시, 6) 추가사례확인: 유사사례, 관련사례, 반대사례제시, 7) 선행요인과 결과 확인, 8) 경험적 준거의 정의이다(cited in Oh, Lee, Lee, Yim, & Jo, 2008).

따라서 본 연구자는 Walker와 Avant (2005)의 방법을 사용하여 다음과 같은 절차에 의해 개념분석을 하였다.

- 개념을 선정한다.
- 개념분석의 목적을 결정한다.
- 개념의 사용범위를 규명한다.
- 개념의 속성을 규명한다.
- 개념의 모델사례를 제시한다.
- 개념의 추가사례를 제시한다: 유사사례, 관련사례, 반대사례를 제시한다.
- 개념의 선행요인과 결과를 확인한다.
- 개념의 경험적 준거를 정의한다.

연구결과

1. 서글픔 개념의 선정

먼저, Walker와 Avant (2005)는 개념선정의 단계에서 개념분석을 하는 사람은 자신의 평소 관심 영역에서, 실무와 관련되어 있거나 평소에 혼란을 주었던 개념을 선정하는 것이 좋다고 하였고, 일반적으로는 개념은 관심영역이나 주제를 가장 잘 반영해 줄 수 있는 것으로 선정하고 자신에게 가장 필요하다고 생각되는 한 개념을 선택하라고 하였다(Oh et al., 2008).

평소 본 연구자가 운동을 즐기던 중 만난 중년여성들은

신체적, 정서적, 사회문화적으로 점점 위축되면서 다양한 정서적 경험들을 표현하였으며, 이러한 경험을 토대로 중년 여성의 건강문제에 관한 문헌들에서 서글픔 개념을 도출하였다.

중년여성이 경험하는 서글픔은 슬픔과 같이 개인적으로 그 정도를 다르게 경험하는 상실감에서 오는 부정적 정서이지만, 슬픔과는 달리 경험의 구체성, 시간성, 대처의 정도 등에서 차이가 있는 것으로 보여진다. 슬픔에 대하여서는 조작적 정의를 내리고, 그 문제를 해결하려는 중재방안 개발에 노력을 기울이고 있는 반면, 유사개념인 서글픔에 대하여서는 개념에 대한 조작적 정의조차 내려있지 않아 그 의미가 여전히 모호하여 혼란이 되므로 개념분석을 하고자 하였다.

2. 서글픔 개념분석의 목적

분석의 다음 단계는 목적이나 목표를 결정하는 것이다. Walker와 Avant (2005)는 분석목적에 반영해서 선택한 개념의 구체적인 사용을 결정해야 한다고 하였고, 개념분석의 목적은 개념의 일상적이고 평범하게 사용하는 언어와 동일한 개념이지만 학문적으로 사용될 때의 구별, 기존하는 개념의 의미를 분명히 하는 것, 조작적 정의의 개발, 기존 이론을 보완하기 위해서 등이라고 하였다. 다른 가능한 목적도 있지만, 분석의 목적이 무엇이든 간에 분석하는 과정 중에 목적을 분명하게 기억하고 진행해야 한다고 하였다(Oh et al., 2008).

본 연구의 목적은 Walker와 Avant (2005)의 개념분석과정을 통해 중년여성의 서글픔에 대한 개념의 속성을 파악하여 조작적 정의를 명확하게 하기 위함이다.

3. 서글픔 개념의 사용범위

다음 단계는 사전, 보고서, 동료, 활용 가능한 문헌들을 이용하여 분석하려고 하는 개념의 사용범위를 확인하는 것이다. Walker와 Avant (2005)는 개념의 본질적 특성을 이해하는데 선입견이 개입될 수도 있으므로 간호나 의학 관련 문헌으로만 제한해서 검색해서는 안된다고 하였고, 이 같은 광범위한 문헌고찰은 개념의 속성에 대한 최종 선택을 지지하거나 타당화를 도와준다고 하였다(Oh et al., 2008).

먼저, 사전을 통하여 살펴보면, ‘서글픔’은 ‘서글프다’의 형용사에서 파생된 명사로, ‘서글프다’는 “쓸쓸하고 외로워

슬프다”, “섭섭하고 언짢다” (Naver Korean Dictionary)를 뜻한다. ‘서글프다’는 “서글픈 계절”과 “손자를 보내는 할머니의 표정은 못내 서글퍼 보였다”의 예문으로 그 의미를 알 수 있다. ‘서글프다’는 영어로(be) lonesome, lonely, forlorn, sad, sorrowful, melancholy 등으로 표현된다(Naver English Dictionary). 먼저 lonesome은 “외로운, 허전한, 장소가 인적이 드문, 외진”의 뜻으로 사용되며, lonely는 “외로운, 쓸쓸한, 상황·시기가 외로운, 쓸쓸한(혼자 있는·보내는), 장소가 인적이 드문”의 뜻으로 사용되고 있다. Forlorn은 “사람이 쓸쓸해 보이는, 장소가 황량한, 버려진, 허망한” 뜻으로, sad는 “슬픈(사람이 슬퍼하는), 애석한, 통탄할, (비격식) 지루한, 재미없는; 후줄그레한, 상태가 안 좋은”의 뜻으로 사용된다. Sorrowful은 “(아주) 슬픈”의 뜻으로, melancholy는 “(장기적이고 흔히 이유를 알 수 없는) 우울감(비에), 구슬픈”으로 사용되고 있다(Naver English Dictionary). 그러나 서글픔은 한국의 특성이 강한 정서적 개념으로서, 영어로 표현하면 정확한 의미를 전달하는 것이 어려운 것으로 여겨져 본 연구에서는 서글픔을 seogueulpeum 으로 그대로 사용하였다. 사전을 통해서 본 서글픔은 외롭고도 쓸쓸하며 허전한 감정상태를 뜻하는 것으로 보여진다.

위에서 기술한 서글픔 개념에 대해 간호학 분야에서의 사용을 살펴보면, 막연하고 구체적이지 않으며, 부정하고 싶고, 시간이 지나면서 가지게 되는 부정적 정서로 보여진다. 먼저 중년남성을 대상으로 한 Lee (2003)의 연구에서, 남성의 갱년기 경험에 대한 중심현상으로 서글픔이 나왔으며, 이들은 신체적으로 자신의 몸이 약해지고, 정서적으로는 나이가 들어 의욕도 없어지고 자신감도 떨어지고 더 늙어 노인의 몸으로 변화하기 시작한다는 사실에 크게 움츠러들게 된다고 하였다. 이러한 위축은 상실감으로 표현되고 결국 심한 서글픔을 느끼게 한다고 하였다. 또한 Cho (1998)의 연구에서 중년남성의 몸의 변화에 대한 주제 의미로 거짓 청춘을 과시해야 하는 서글픔을 느낀다고 하였다. 연구참여자는 나이가 들어가는 몸의 변화에 대해서 자연스럽게 받아들이거나 안타까운 감정을 느끼지만 사회생활을 하는데 나이가 들어 보인다는 것은 곧 무능함이나 퇴직을 의미함으로 애써 자신을 가꾸려고 하고 자신을 더 젊게 보이려고 하는 모습을 찾을 수 있다고 했고, 몇 카락 없는 머리칼, 이제는 새치라고 치부할 수 없는 백발이 되어 가고 있는 모습을 보며 ‘이제 나이가 들었구나’라는 생각을 하게 된다고 하였다.

Choi (2000)의 연구에서는 사지 절단 재접합술 환자의

경험에서 심리적 갈등을 경험하는 주제로 서글픔을 느낀다고 하였고, “밥 먹다가 아무 이유없이 눈물이 흘러...”, “아이들이 외계인 손가락이라고 소리지르며 좋아하지만, 그때마다 서글픈 생각이 들어요”, “내가 왜 이런 일을 당해야 하나 서글프죠”, “저도 눈물이 나오더라고요. 그냥 제 처지가 슬펐어요”, “그때부터 줄곧 울기만 했어요”라는 의미있는 진술을 제시하였다.

Kim (2010)은 요양보호사들의 가슴 밑바닥에서 차오르는 서글픔을 도출하였는데, 이것은 사회적 인식의 부족에서 오는 모멸감의 경험으로서, 요양보호사들이 재가요양기관에서 근무하며 노인의 일상생활에서 필요한 각종 편의를 제공하고 있으나 요양보호사에 대한 사회적 인식이 부족하여 노인 케어를 담당하는 전문성을 갖춘 전문가로 인정해 주기 보다는 국가가 보내준 파출부로 여기거나 주변에서도 가사도우미로 바라보는 시선에 서글픔을 느끼고 있었다.

다른 학문분야에서 사용된 서글픔 개념 사용을 살펴보면, 서글픔은 시간이 지나면서 부정하고 싶고, 문제상황에 대하여 소극적으로 대처하는 부정적 정서로 여겨진다. 우선 Jang (2009)은 이상은의 시와 아름다운 자연을 노래하면서, 서글픔을 사용하였다. 늘 무엇인가에 쫓기면서 너무나 바쁘게 살아가고 있는 현대인들의 마음의 여유를 기원하면서, 봄날 새벽에 보는 앵두꽃, 저녁 무렵에 언덕에서 바라보는 황혼의 모습, 늦은 가을 들국화를 보며 느끼는 각 시인의 서글픔을 설명하였다.

Kim (2008)은 힘센 국가들의 위세에 밀려서, 그들의 선한 의지 외에는 의지할 다른 것을 갖고 있지 않은 약한 국가들의 비애가 여전하다고 하였다. 다른 국가나 타인이 우리의 일을 자신들의 일처럼, ‘알아서’ ‘철저하게’ ‘잘’ 해줄 것이라는 천진난만한 믿음은, 그들의 목적과 우리의 목적이 다를 때 여지없이 깨어질 수밖에 없으므로 목적이 각기 달라 믿을 수 없는 타인의 선의에 의지한다는 것이 서글프다라고 하였다. Kim (1993)은 분노와 서글픔이 함께하는 일그러진 대한관(對韓觀)에서, <조선시사>를 쓴 청일전쟁을 취재하기 위하여 한국에 온 마이니치신문 특파원인 사쿠라이는 한국의 지배계층이나 일반국민 모두를 게으르고 더럽고 무질서하며 무능한 집단으로 부각시킴으로써 한국을 모르는 대다수의 일본인에게 한국에 대한 우월감과 멸시감을 심어 주어, 일본인의 한국지배 욕구를 충족시켰다고 할 수 있다고 하였다. 예컨대 여인들이 우물에서 항아리에 물을 퍼서 이고 가는 모습을 오줌을 퍼가는 것으로 묘사하고 있고, 한국인들은 방과 변소가 구분되어 있지 않은 공간에서 살고,

변기를 물그릇이나 세숫대야로 사용하고 있으며, 여인들은 오줌으로 세수하는 것으로 기록하고 있다고 함으로써 역사 속의 일본에 대한 분노와 함께 ‘서글픔’을 느끼게 된다고 하였다. Ko (2006)는 케냐 선교체험기에서 ‘보랏빛 서글픔’이라는 용어를 사용하였다. 케냐의 나라꽃인 자카란다 나무가 은은한 향기 가득한 보랏빛 꽃을 피우며 첫눈처럼 찬란히 누리를 덮기 시작하는데, 화려한 꽃과는 반대로 그곳 사람들은 아름다운 대자연의 모습에 관심도 흥미도 없고, 전혀 상관없는 머나먼 나라의 일인 듯 무관심하게 지내는 것과, 그들의 가난과 배고픔은 아름다운 대자연에 눈을 돌릴 수조차 없을 만큼 도를 지나쳤다는 것을 설명하면서 그들을 향한 안타까움을 ‘보랏빛 서글픔’으로 표현하였다. 또한 Shin (2007)은 「삼국지연의」가 가공의 소설임에도 적벽대전을 마치 역사적 사실로 인식하면서도 우리의 역사속에 나오는 10만의 한나라 군사를 한 필도 살려주지 않고 몰살시킨 고구려 명림답부의 좌원대첩에 대해서는 알지도 못하고 알려고 하지도 않는 현실을 보면 안타깝고 못내 서글프다고 하였다.

국외의 연구에서는 서글픔의 사용을 sadness로 하여 왔을 때, Thomas (2003)의 9·11 테러에 대한 미국 중년여성의 반응연구에서 응답자의 61%가 여전히 정신적 고통을 가지고 있다고 하였으며, 나타나는 증상으로 공포(fear), 서글픔(sadness), 화(anger), 무력감(powerlessness), 불신(distrust), 불면증(vigilance)을 호소한다고 하면서, 서글픔(sadness)을 사용하였다. Plach, Napholz, & Kelber (2003)은 초기중년, 중년, 노년여성들 간의 심장수술 후 회복과 관련된 우울연구에서 초기중년그룹은 40~55세, 중년그룹은 56~65세, 노년그룹은 66세 이상으로 구분하였고, 우울의 정서적인 구성요소 3가지를 서글픔(sadness), 우울함(depression), 울적함(blue)의 빈도로 미루어 짐작하면서 서글픔(sadness)을 사용하였다.

앞서 설명된 서글픔은 유사개념인 슬픔과 구별될 필요가 있다. 서글픔과 유사한 개념으로 슬픔이 있으며, 슬픔은 ‘슬프다’의 형용사에서 파생된 명사로, 이를 네이버 국어사전(Naver Korean Dictionary)에서 “원통한 일을 겪거나 불쌍한 일을 보고 마음이 아프고 괴롭다”로 정의된다. 슬픔(grief)은 임상실무에서 흔히 접하게 되는 부정적인 정서의 하나로, 인적·생물적·사회적으로 중요한 어떤 것을 상실했을 때 개인이 이 상실과 타협하여 균형을 잡고 극복하려는 적극적이며 능동적인 과정이다(Schupp, 2003).

이상의 문헌고찰을 통하여, 서글픔은 시간이 지나면서

부정하고 싶고, 막연하고 구체적이지 않으며, 소극적으로 대처하는 개별적으로 경험되는 부정적 정서를 뜻하는 것으로 보여진다.

4. 서글픔 개념의 속성

다음으로 개념의 속성을 결정하는 것이 개념분석의 핵심이다. Walker와 Avant (2005)의 연구에서 이는 개념과 가장 밀접하게 관련되어 있는 속성들이 무엇인가를 보여주기 위해 노력하는 것이며, 개념에 대한 가장 광범위한 통찰력을 갖게 해 준다고 하였다. 찾을 수 있는 한 모든 사례를 전부 검토하고 난 후, 반복해서 나타나는 개념들의 특징을 기록하며, 이 특징들의 목록을 특성이나 속성이라고 한다고 하였다(Oh et al., 2008).

문헌을 통해 살펴 본 서글픔은 시간성, 부정성, 막연함, 소극성, 개인성의 속성을 지니고 있었다.

먼저, 서글픔은 생물학적인 발달과정인 노화과정 중 경험되는 시간성을 가지고 있다. Shin 등(2002)의 연구에서 중년여성은 일상 속에서는 자신의 늙음을 인식하지 못하다가 어느 날 갑자기, 그리고 문득 여러 자극을 통해서 늙어가는 자신을 발견한다고 했다. 또한 거울과 사진 속의 자기 자신의 모습에서 흰머리와 목의 주름, 아랫배의 살, 벌어진 치아 등 노년의 상징을 바라보거나 남편의 늙은 모습, 친구의 주름, 커가는 자식들의 모습, “아줌마”라는 호칭이 어느덧 자연스럽게 느껴지는 것 등에서 늙었음을 깨닫게 된다고 하였다. 또한 Eom (2002)의 연구에서도 나이가 들어감에 따라 체력이 감소하고, 감각감소와 함께 흰 머리카락과 주름이 늘어나며, 검버섯이 생기는 등의 늙은 외모를 확인한다고 하였다고 하였듯이 서글픔은 노화과정에서 보이는 시간성을 가지고 있다고 할 수 있다.

서글픔의 두 번째 속성은 일반적으로 증상이나 감정의 악화, 계속된 긴장을 가져와 그 결과가 부정적이라는 데 있다. Lee (2003)의 연구에서, 참여자들의 갱년기 발현이 서서히 나타나서 자신의 몸의 변화된 사실을 감지하여 상실감을 느낀 경우, 이러한 자신의 몸의 변화에 적응하면서 스스로 혼자 해결해 보려고 하는 소극적 대응이 두드러지며, 그 기간도 은밀하게 나타나는 특성 때문에 적극적인 자세를 취하지 못한다고 하였는데, 이는 서글픔의 부정적인 속성을 보여준다고 하겠다.

셋째, 서글픔은 막연하며, 구체적이지 않은 특성이 있다. Lee (2003)의 연구에서 자신이 해 왔던 일상의 것들이 새삼

스럽게 느껴지면서 심하게는 자신이 혐오스러워 지거나 부인과의 잦은 다툼으로 고통스러워함으로서 갱년기를 실감하게 되는데 이러한 내용들은 서로 뒤엉켜 진한 서글픔으로 표출된다고 하였다. 또한 Choi (2000)의 연구에서 제시된 “밥 먹다가 아무 이유없이 눈물이 흘러...”, “저도 눈물이나 오더라구요. 그냥 제 처지가 슬펐어요”, “그때부터 줄곧 울기만 했어요”라는 의미있는 진술에서 서글픔의 막연한 속성을 보여준다고 하겠다.

넷째, 서글픔은 소극적인 특성을 가진다. Lee (2003)의 연구에서 대상자들은 “갱년기를 인정 안 함”, “잊어버리려고 노력함”, “생각을 안 함”, “핑계를 댐”, “대인관계 위축됨”, “부부관계를 피함”, “주저함” 등을 보였는데, 이는 서글픔의 소극적인 속성이라고 할 수 있다.

다섯째, 서글픔은 개인이 처한 신체적, 사회문화적, 경제적, 정신적 환경이나 경험에 의해 정도의 차이를 가지므로, 개인성을 가진다고 할 수 있다. 예를 들자면, Park과 Kim (2010)의 연구에서와 같이 대상자의 폐경기 적응과 양생실천 정도에 일반적 특성에 따라 차이가 있었으며, 대상자의 폐경기 적응수준이 고졸 이상인 경우와 수입이 적당하거나 충분한 경우 더 높게 나타났다. 양생은 대졸 이상인 경우와 전업주부나 전일제 직장여성, 그리고 수입이 충분한 경우에 실천 정도가 더 높은 것으로 나타났다. Chung (2003)의 연구에서는 폐경증상조절을 위해 호르몬 대체요법을 선택하고자 하는 의도에는 여성들의 교육수준, 폐경증상 정도, 그리고 호르몬 대체요법의 이익에 대한 인식이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 Lee (2003)의 연구에서는 대상자들은 자신의 몸이 예전같지 않음을 느끼면서 서글픔을 견뎌내기 위한 “새로운 자기매김을 위한 몸부림”을 4가지로 제시하였다. 먼저 서글픔이 덜 한 것은 순옹형/ 이상추구형, 포기형/의욕상실형으로, 순옹형/ 이상추구형은 성격이 긍정적이며, 외향적인 성격으로 서글픔의 정도가 덜하다고 하였고, 포기형/의욕상실형도 내성적이고 소극적인 성격으로 성생활에 무관심하기 때문에 갱년기 현상이 갑작스럽게 나타났음에도 불구하고 서글픔은 덜하다고 하였다. 다음으로 서글픔이 더 한 것은 과도행동형/발버둥형, 위축형/실망형으로, 과도행동형/발버둥형은 선천적으로 체력을 타고나지 못한 것을 못내 아쉬워하면서 개방적인 성에 대한 사고방식과 자신의 적극적이고 외향적인 성격의 영향으로 인해 갑작스럽게 다가온 갱년기 증식현상에 서글픔의 정도가 더 하었다고 하였고, 위축형/실망형은 내성적이지만 개방적인 성에 대한 관념을 가지고 있는 경우로 갱년기를 맞으면서 서

글픔의 정도가 더하게 나타난다고 하였다. 이렇듯이 ‘서글픔’은 성격이나 개인이 처한 환경, 경험에 따라 그 정도가 다르게 경험된다고 할 수 있어 개인성을 가진다고 할 수 있다.

5. 서글픔의 모델사례(model case)

Walker와 Avant (2005)에 의하면 모델사례는 개념의 모든 속성들을 나타내는 개념을 사용한 예이다. 즉, 모델사례는 개념의 단순한 사례나 전형적인 예 또는 개념의 순수한 예가 되어야 하고, 기본적으로 모델사례는 개념의 예로서 절대적으로 확신하는 것이라고 하였다(Oh et al., 2008).

박씨는 43세로 결혼한 지 15년이 지났다. 고아로 자란 박씨는 내성적이었지만, 억척스럽게 열심히 생활하였고, 결혼하지 못한 시동생과 시부모님을 모시면서, 아이 둘을 키우고 있다. 농사일도 많아 집안일만 할 수도 없었다. 집안일을 서둘러 끝내면 밭에 나가 곡식을 가꾸어야 했다. 뜨거운 태양 아래 작업복을 입고 많은 일을 해 내다 보니, 어느덧 꼬던 피부는 검고, 주름지고, 거칠며, 몸매는 썩어짐해졌다(시간성, 개인성). 어느 날 고등학교 동창모임에서 만나지는 연락이 왔다. 오랜만에 만나는 친구들이라 예쁘게 단장하고 나가고 싶었으나, 막상 옷을 입으려니 유행지난 옷 밖에 없고, 얼굴은 검어서 화장을 해도 오히려 더 이상하고, 반지하나 끼고 나갈 것이 없었다. 웬지 모를 서글픔에 결국 눈물을 흘리고 말았다(막연함). 결국, 친구에게 전화하여 잡자기 어머니이 편찮으시다고 거짓말을 하고 나가지 않게 되었다(소극적). 이런 일이 몇 차례 더 있는 후로, 박씨는 점 점 말이 없어지고, 집안일에도 소홀하게 되었으며, 남편과 함께 있는 것조차 피하며, 혼자서 술을 마시는 습관이 생겼다(부정적).

상기의 예는 폐경기 여성과 관련된 서글픔의 속성인 시간성, 부정성, 막연함, 소극성, 개인성을 모두 포함되어 있어 모델사례임을 확인할 수 있다.

6. 서글픔의 추가 사례

다음으로 추가사례를 확인한다. Walker와 Avant (2005)는 다른 사례들을 검토하는 것은 내적토론의 또 다른 과정이라고 하였다. 먼저 유사사례(borderline case)는 그 개념의 속성이 대부분 포함되어 있으나 전부 다 포함되어 있지 않는 경우이며, 속성의 대부분 또는 모두를 포함할 수도 있으나 지속시간이나 발생의 강도 등이 본질적으로 다를 수도 있다고 하였다. 관련사례(related case)는 분석중인 개념과

관련 있는 개념의 예지만 속성을 모두 포함하고 있지 않는 사례이며, 분석중인 개념과 비슷하며, 어떤 의미에서는 그 개념과 연결되어 있다고 하였다. 반대사례(contrary case)는 분명 “그 개념이 아닌 것”에 대한 사례이며, 반대사례는 개념이 무엇이라고 말하는 것보다 무엇이 아닌지를 말하는 것이 더 쉽게 때문에 분석가에게 많은 도움을 준다고 하였다(Oh et al., 2008).

1) 유사사례(borderline case)

최씨는 김씨와 재혼한지 10년이 지났다. 재혼당시 김씨는 전 부인과 이혼한 상태였으며, 17살 딸이 있었다. 사춘기라 삐뚤어지고, 방황하던 딸을 사랑으로 최선을 다하였다(개인성, 시간성). 그 딸은 이제 결혼을 앞두고 있다(개인성, 시간성). 그렇지만, 딸은 그동안 친 엄마와 지속적으로 연락을 해 오고 있었으며 결혼식장에 친 엄마를 양가부모자리에 모시기를 원하고 있다. 남편 김씨도 딸이 그토록 원하니 그렇게 해주고 싶다고 했다. 최씨는 삐뚤어졌던 딸에게 사랑을 주려고 온갖 노력하였는데 결국 이렇게 소외되는구나 하는 생각에 활짝 눈물이 났다(막연함). 하지만, 이런 최씨의 마음을 이해했는지 딸이 등 뒤로 살짝 오더니 가만히 안기는 것이었다. 최씨도 서운하고 서글펐던 감정을 차분히 이야기 하면서 잡고 있던 손으로 서로의 눈물을 닦았다. 남편도 옆에 와서 그동안 고생 많았으며, 최씨의 어깨를 감싸 안았고, 마음을 몰라준 것에 대해 사과했다(긍정성).

상기의 예는 서글픔의 ‘시간성, 개인성, 막연함’ 속성은 포함하고 있지만 ‘소극성, 부정성’ 속성이 포함되어 있지 않는 사례이므로 경계사례임을 확인할 수 있다.

2) 관련사례(related case)

조씨는 52세 여자로서, 3년 전 폐경이 되었다. 평소 월경통이 심하였던 그녀는 폐경이 되면서, 월경이 있을 때 규칙적으로 할 수 없었던 수영, 헬스, 등산 등을 더욱 편안하게 즐길 수 있게 되었으며(적극성), 남편과의 부부관계도 임신에 대한 부담감이 없어지면서 만족감도 높아지게 되었다(긍정성).

이 사례는 중년여성들이 흔히 폐경이 되면서 부정적인 경험을 하게 되지만, 그와 다르게 늘 시달렸던 월경통과 피임에서의 부담감에서 벗어나게 되어 더욱 편안하고 즐거운 시간을 보내고 있는 긍정적인 경험 사례라고 할 수 있다.

3) 반대사례(contrary case)

김씨는 자녀들과 함께 국제수영경기를 관람하고 있다. 국제경기가 있는 날이라 고등학교 3학년 아이도 공부방에서 나와 모처럼 TV 앞에 앉았고 온 식구가 오랜만에 다 모였다(현재성). 우리나라 선수가 출전하고 있어 꼭 이기기를 염원하며(전체성, 분명함) 두 손 모아 경기를 보고 있다. 붉은 티셔츠를 입고 목청껏 대한민국을 외치고 있다(적극적). 그러나 장신선수들 틈에 끝내 우리나라 선수들은 고전하고 말았다. 그러나 경기결과가 발표되었을 때 끝까지 노력해준 선수들에게 아낌없는 박수를 보내주었다(긍정성).

상기의 예는 시간성, 부정성, 막연함, 소극성, 개인성은 모두 포함하고 있지 않으면서 모델사례를 더욱 명확하게 해주는 반대사례임을 확인 할 수 있다.

7. 서글픔의 선행요인과 결과

개념분석의 다음 단계는 선행요인과 결과를 확인하는 것이다. Walker와 Avant (2005)에 의하면 흔히 이 단계는 무시되거나 가볍게 다루어지지만 개념이 일반적으로 사용되는 사회적 상황을 잘 반영한다고 하며, 이 단계는 또한 속성을 다듬는데 도움이 된다고 하였다. 선행요인은 개념의 발생 이전에 일어나는 사건이나 부수적인 조건들이다. 결과란 개념의 발생결과로 나타나는 사건이나 부수적인 조건들을 의미한다고 하였다(Oh et al., 2008).

우선 '서글픔'의 선행요인은 '서글픔'의 주체인 1) 문제시되는 증상이나 상태가 있어야 하며, 2) 이전의 사건, 경험이 있어야 하며 이 두 선행요인은 '서글픔'이 생기게 되는 3) 상호작용이 있어야 한다.

Lee (2003)의 연구에서 갱년기를 경험하는 남성의 경우, 갱년기가 되면서 온 몸에 기운이 떨어지고 외모도 보기 싫어지고 집중이 안됨을 느낀다고 하였다. 또한 남성호르몬이 감소되면서 성생활이 변화되고, 몸을 소홀히 하여 몸이 망가지고 몸이 마음 같지 않음에 '몸의 쇠잔함'과 나이가 들어 자신이 늙고 의욕도 없어지고 자신감조차 떨어지며, 업무로 인해 정신적인 스트레스를 받고 몸에 대해서 불안함을 느끼면서 '정신적 위축감'을 경험하게 된다고 하였다. 즉 이로 인해 무언가 잃어버린 듯 느끼게 되는 '상실감'이 원인이 되어 남성 갱년기 경험의 중심현상인 '서글픔'을 일으킨다고 하였다.

Kim (2010)의 연구에서 요양보호사의 경우 업무범위가 모호하여, 발일, 농사일, 식당일 등도해야 할 때 갈등을 느끼고, 어르신들이 아랫사람 대하듯 이것저것 지시할 때 마음

이 상하고, 파출부 취급하는 현실에서 가슴 밑에서 차오르는 '서글픔'을 느낀다고 하였다.

다음으로 '서글픔'의 결과는 서글픔이 다양한 작용/상호 작용 전략의 정도에 따라 의도적이거나 자연발생적으로 나타나는 것으로, 서글픔을 극복하기 위한 소극적 대응과 적극적 대응을 통해 서글픔이 해결된 상태라 할 수 있는데, Lee (2003)의 연구에서 참여자가 자기반성과 함께 갱년기에 초연하고 순응하여 이를 새롭게 태어나는 계기로 생각하게 되면서 갱년기를 '능동적으로 수용'하여 '성숙'해지게 되며, 반면에 그 동안의 것이 허무하고 희망이 없는 상태가 되어 포기하고 단념하게 되어 '수동적으로 수용'하여 '체념'하게 된다고 하였다. 즉, '서글픔'의 결과는 문제시 되는 증상이나 상태의 정도에 있어서의 1) 부정적 변화가 뒤따르게 되지만, 이를 극복하기 위한 2) 소극적 혹은 적극적 대응을 하게 된다.

8. 서글픔의 경험적 준거

개념분석의 마지막 단계는 속성에 대한 경험적 준거를 결정하는 것이다. Walker와 Avant (2005)는 경험적 준거는 어떤 개념이 있거나 발생했다는 것을 설명하는 실제 현상에 대한 구분이나 범주라고 하였다. 확인된 경험적 준거들은 개념의 이론적 기반과 밀접히 연결되어 있으므로 도구개발에 매우 유용하며, 새로운 도구의 내용타당도와 구성타당도를 결정하는데 도움이 되고, 또한 임상실무자가 대상자에게 그 개념이 존재하는지 결정할 수 있도록 명확하고 관찰 가능한 현상을 제공하기 때문에 실무에서도 매우 유용하다고 하였다(Oh et al., 2008).

서글픔의 경험적 준거는 문제시되는 증상이나 상태의 변화 정도를 측정하는 것으로 비교적 객관적으로 판단할 수 있다. Kim (1995)에 의하면, 슬픔은 의식적, 무의식적으로 표현될 수 있는데, 정서적으로 충격, 불신, 무감각, 감정의 폭발, 히스테리, 무감동, 죄의식, 분노, 불안정감, 슬픔, 두려움, 후회, 간절한 생각, 그리움, 안도감, 우울, 외로움, 냉담, 극심한 번민, 포기하고 싶은 마음, 의미상실, 비현실감, 절망, 자살의도, 도피하고픈 열망 등으로 표현된다고 하였다. 이러한 슬픔의 정서적 측면 중 특히 우울은 사별로 인한 전형적인 증상으로, 우울증상을 완화하기 위해 사용하는 알콜, 수면제, 담배 등으로 인해 질병의 이환률이 증가하며 사망률도 증가한다고 하였다(Kim, 1995). 그러므로 서글픔의 측정도구는 이러한 슬픔에서의 부정적 속성뿐만 아니라, 개

인성, 시간성, 막연함, 수동적 속성을 포함하는 도구개발이 시급하다고 할 수 있다. 의학 및 간호학 연구에서 서글픔을 측정하는 방법은 적절한 중재가 선행된 후 문제시되는 증상에 대한 연구자의 객관적인 평가 또는 대상자의 주관적인 평가를 점수화하고 그 차이를 비교하여 평가할 수 있을 것이다. 그러나 서글픔을 증상의 변화에 있어서의 양적 정도만으로 측정하는 것은 대상자가 주관적으로 자각하는 서글픔의 다양한 속성을 충분히 측정하는데 한계가 있을 것으로 생각된다. 따라서 서글픔을 경험한 대상자들과의 심층 면접을 토대로 좀 더 구체적인 서글픔 측정도구가 개발되어 서글픔을 정확히 이해하고 중재하려는 노력이 필요하다고 하겠다.

결론 및 제언

중년여성에게 흔한 정서적 경험인 서글픔에 대한 명확한 이해를 위한 개념분석을 실시하여 조작적 정의를 규명하고, 이를 통하여 측정도구의 개발과 중년여성의 서글픔 중재를 위한 기초자료를 제공하고자 Walker와 Avant (2005)의 개념분석과정으로 서글픔 개념을 분석하였다. 개념분석은 1) 개념선정, 2) 분석의 목적결정, 3) 개념의 사용범위확인, 4) 개념의 속성결정, 5) 모델사례제시, 6) 추가사례확인: 유사 사례, 관련사례, 반대사례제시, 7) 선행요인과 결과확인, 8) 경험적 준거의 정의 순으로 이루어졌다. 개념분석의 결과 서글픔은 시간이 지나면서 부정하고 싶고, 막연하고 구체적이지 않으며, 수동적으로 대처하는 개별적으로 경험되는 부정적 정서를 뜻하였다. 서글픔의 속성은 시간성, 부정성, 막연함, 소극성, 개인성이었으며, 서글픔의 선행요인으로는 1) 문제 시 되는 증상이나 상태가 있어야 하며, 2) 이전의 사건, 경험이 있어야 하며 이 두 선행요인은 서글픔이 생기게 되는, 3) 상호작용이 있어야 하는 것으로 파악되었다. 서글픔의 결과로는 문제 시 되는 증상이나 상태의 정도에 있어서의 1) 부정적 변화가 뒤따르게 되지만, 이를 극복하기 위한, 2) 소극적 혹은 적극적 대응을 하게 되는 것으로 규명되었다.

따라서 서글픔의 속성인 막연함, 소극성, 개인성을 포함하여 서글픔을 측정하는 도구개발이 이루어져야 하며, 이를 통해 서글픔을 정확히 측정하고, 나아가 서글픔을 중재하고 그 효과를 확인하는 것이 이루어져야겠다.

이상의 개념분석을 통해 중년기 여성의 서글픔을 이해하였으며, 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 서글픔의 속성인 시간성, 부정성, 막연함, 소극성,

개인성을 포함한 서글픔 측정도구의 개발이 필요하다.

둘째, 서글픔 측정도구를 통하여 중년여성들의 서글픔 정도를 파악하고, 서글픔 완화를 위한 간호중재를 제공하여 그 효과를 확인하는 것이 필요하다.

REFERENCES

- Browning, M. (1995). *Depression, suicide and bereavement. Geropsychiatric nursing* (2nd ed). St. Louis: CV Mosby.
- Cho, B. S. (1998). *A phenomenological perspective and discovery of meaning in mid-aged men's experience of the change of body*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Choi, Y. S. (2000). *Experience of the patience who was replanted the legs or arms which were amputation*. Unpublished master's thesis, Kyung Hee University, Seoul.
- Chung, C. W. (2003). Factors of intention to take hormone replacement therapy in Korean menopausal women. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 9(4), 369-378.
- Eom, M. R. (2002). *Aging experience of older women*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Han, G. H., Lee, J. H., Ok, S. H., Ryff, C., & Marks, N. (2002). Social roles and mental health in mid-life. *Korean Gerontological Society*, 22(2), 209-225.
- Jang, Y. R. (2009). Poems and the beauty of landscape, and the sadness. *Forest & Culture*, 18(3), 44-46.
- Kim, D. H. (1993). Distorted Korean perspective with anger & sadness. *Monthly Korea Forum*, 51(1), 174-175.
- Kim, H. S. (2000). *A Study on the lifestyle and health status of middle aged women*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Kim, H. K. (2008). Depend on other's good will, about that sadness. *New Family*, 36-39.
- Kim, M. J. (2010). *A study on experiences of the care protect workers for caring the in-home elderly residents*. Unpublished master's thesis, Hanseo University, Seosan.
- Kim, N. C. (1995). Loss and grief process. *The Korean Nurse*, 34(2), 11-17.
- Ko, Y. H. (2006). Please dove-gray sadness return to white light. *Tendency Magazine*, 98(10), 33-37.
- Korean Studies Information Service System (2010). *Seogulpeum, sadness*. Retrieved August 2, 2010, from Korean studies Information Service System Web site: http://kiss.kstudy.com/search/result_kiss.asp
- Lee, Y. J. (2003). *A study on Korean male climacteric experiences*. Unpublished doctoral dissertation, Korea University, Seoul.
- Naver English Dictionary(2010). *Naver definition of seogulpeuda*,

- lonesome, lonely, forlorn, sad, sorrowful, melancholy.*
Retrieved August 3, 2010, from Naver English Dictionary
Web site: <http://endic.naver.com/>
- Naver Korean Dictionary (2010). *Naver definition of seogeulpeuda, seogeulpeum.* Retrieved August 3, 2010, from Naver Korean Dictionary Web site: <http://krdic.naver.com/>
- Oh, K. S., Lee, I. S., Lee, J. E., Yim, E. S., & Jo, S. Y. (2008). *Strategies for theory construction in nursing 4th ed.* Seoul; Jungdam media.
- Park, H. S. & Kim A. J. (2010). Adaptation to menopause and use of yangsaeng in middle-aged korean women. *Korean Journal of Women Health Nursing, 16*(1), 1-9.
- Park, J. W. & Choi, M. S. (2007). The lived experiences of the middle aged women`s crisis. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing, 16*(4), 469-480.
- Plach, S. K., Napholz, L., & Kelber, S. T. (2003). Depression during early recovery from heart surgery among early middle-age, midlife, and elderly women. *Health Care for Women International, 24*(4), 327-339.
- Research Information Sharing Service (2010). *Seogeulpeum, sadness.* Retrieved August 2, 2010, from Research Information Sharing Service Web site: <http://www.riss.kr/search/Search.do>
- Shin, H. S. (2006). Middle-age crisis and stress in family relations. *Dongduk Journal of Life Science Studies, 11*, 84-90.
- Shin, K. R., Kong, E. S., Kim, G. B., Kim, N. C., Kim, C. H., Kim, C. K. et al. (2002). Lived experience with aging in middle-aged woman. *Journal of Korean Academy of Nursing, 32*(6), 878-887.
- Shin, Y. S. (2007). It is sadness that Jae gal ryang do know but myeong rib dap bu do not know. *Unified Korea, 25*(9), 120-123.
- Schupp, L. (2007). *Grief: Normal, complicated, traumatic.* Wisconsin: PESI Health Care.
- Thomas, S. (2003). None of us will ever be the same again: Reactions of american midlife women to 9/11. *Health Care for Women International, 24*(10), 853-867.
- U. S. National Library of Medicine National Institutes of Health Search (2010). *Woman sadness, middle aged woman's sadness.* Retrieved August 20, 2010, from U.S. National Library of Medicine National Institutes of Health Search Web site: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
- Walker, L. O., & Avant, K. C. (2005). *Strategies for theory construction in nursing(4th ed).* Upper Saddle River: Pearson Prentice Hall.
- Wilson, J. (1963). *Thinking with concepts.* New York, NY: Cambridge University Press.