

# 호주이민 한인 중년여성의 가족지지와 자아존중감에 관한 연구: 우울의 매개효과를 중심으로

A Study on Family Support and Self-esteem Among Middle-aged Korean Women  
Immigrants in Australia: Focusing on the Mediating Effect of Depression.

경남대학교 사회복지학과  
부 교수 하 춘 광\*  
경남대학교 사회복지학과  
조 교수 석 희 정\*\*

Dept. of Social Welfare, Kyungnam University  
*Associate Professor* Ha, Choon-Kwang  
Dept. of Social Welfare, Kyungnam University  
*Assistant professor* Seok, Hee-Jung

## 〈목 차〉

- |             |            |
|-------------|------------|
| I. 서론       | IV. 연구결과   |
| II. 선행연구 고찰 | V. 요약 및 결론 |
| III. 연구방법   | 참고문헌       |

## 〈Abstract〉

The purpose of this study to understand the relationship between family support and self-esteem among middle-aged Korean women immigrants in Australia with a focus on the effects of depression, which seems to likely mediate these two variables. For the purpose of this study, 147 middle-aged Korean women who live and work in Sydney, Australia, were studied. A statistical method was carried out using descriptive statistics, correlation analysis and reliability analysis by using SPSS ver.18.0. To verify the hypothesis of the research model that was suggested in this study, with the structural equation, AMOS ver.7.0 program was used. The analytical results are as follows. Firstly, family support had an influence on depression and self-esteem and

\* 주저자 : 하춘광(hachkw@kyungnam.ac.kr)

\*\*교신저자 : 석희정(seok2012@kyungnam.ac.kr)

depression had an effect on self-esteem. Secondly, family support had an influence on self-esteem by having depression as a mediation.

This outcome not only offers information on self-esteem, which is the psychological welfare of Korean middle-aged women who live in Australia, but also enhances the self-esteem of all middle-aged Koreanwomen who abroad, not just in Australia. Therefore, the study provide basic data support a program related to the welfare of immigrant women who live overseas along with policies for those immigrant women to have successful lives as immigrants. In addition to this, an exploratory research on relevant variables that influence self-esteem will have significant implications even to policies on multi-cultural families that have immigrate into South Korea.

Key Words : 가족지지(family support), 우울(depression), 자아존중감(self-esteem), 호주이민 한인중년여성(Korean middle-aged women immigrants in Australia)

## I. 서론

현대사회는 세계화 시대로 지구상의 모든 국가가 이념과 국경을 초월하여 하나의 지구촌을 형성하고 있다. 다양한 문화적 배경을 가진 사람들이 이념과 국적에 구애받지 않고 일상영역에서 함께 생활하는 환경이 조성됨에 따라 자신이 살던 모국을 떠나 해외로 이주하는 인구의 규모도 지속적인 증가 추세에 있다(하춘광, 2014). 외교통상부의 자료에 의하면 2001년 5,653,809명이던 해외동포는 2011년 7,268,771명으로(외교통상부, 2011) 10년 동안 약 30%의 증가율을 보여주고 있다.

한국인의 해외이민사 가운데 호주이민 역사는 그리 길지 않다. 1973년 호주정부가 백호주의(White Australia)를 공식적으로 포기하고, 다문화정책을 채택하면서 아시아계와 비유럽인을 수용하기 시작했고 한국인의 호주 이민도 이때부터 시작되었다. 그러나 본격적인 이민은 호주가 자신의 나라에 필요한 자원을 확보하기 위해 이주민의 수적 증가뿐만 아니라 유용한 인재를 유입하는데 중점을 둔 1980년대에 증가하기 시작 했

다. 1982년에 숙련노동자를 우선적으로 선호하는 이민 선발제도를, 1988년에는 전문가의 단기체류를 쉽게 하는 ‘기술이전계획’을 도입했고 1992년의 『이주개혁법』에서는 사회경제적 목적에 필요한 이주민을 받아들이는 목적 중심적 이민프로그램을 수립했다. 한국인 이민자들도 이 시기에 기술, 사업, 투자 그리고 점수제이민 등으로 호주로 유입되기 시작 하였는데 이 시기에 기술, 취업이민을 통해 당시 20-30대의 젊은 고학력계층이 대거 호주로 이주하였으며 이들은 환경과 생활양식에의 적응이 빨라 정착소요기간이 상대적으로 단축되었다(김영성, 2006). 또 다른 성격의 이민자 그룹은 ‘자녀들의 교육을 위해서’ 또는 ‘더 나은 삶을 위해서’ 호주로의 이민을 선택한 사람들로 ‘오스트라리안 드림’을 꿈꾸었고 경제적인 성공을 의미하는 ‘아메리칸 드림’과는 달리 인간적인 삶을 추구하는 집단으로(설병수, 2001) 호주 한인 사회의 이민 1세대 중년층 집단을 이루고 있다(하춘광, 2014 재인용).

호주의 2006년 인구센서스에 의하면 52,761명의 한국인이 호주에 거주하고 있으며 출생지별 국가 순위에서 18위를 차지하고 있었고(DIAC,

2008), 2014년 현재 14만여 명의 이민자들이 호주 안에 거주하고 있는 것으로 나타났다(호주 한인회보, 2014).

한편, 중년기에 접어든 이민 여성들은 성인기 발달과정에 있어 내적·외적 변화와 관련된 많은 당면문제들을 겪게 된다. 중년기에 대한 정의는 학자마다 다양하지만 일반적으로 40세-60세, 혹은 40세-65세 미만을 중년기(고종태 외 2008; 김정립, 2013)로 보고 있으며 이 시기에 이민을 선택한 중년 여성들은 가족관계, 역할, 가족기능 등에서 다양하고 복잡한 변화를 경험하게 된다. 예를 들면, 해외이주 가정은 부부간의 문화적응 속도의 차이에서 기인하는 역할수행과 인식의 차이, 부모-자녀 간의 문화적응 차이로 인한 세대 간 갈등 등이 나타나고, 이민에 따른 전통문화의 상실 및 가치체계의 혼란, 새로운 언어와 문화에 대한 적응상의 어려움 등으로 인해 보다 많은 정신적 위협에 노출되어 있다(Hing and Lee, 1996). 또한 이민으로 인하여 기존의 사회적 네트워크를 상실함으로써 소외, 외로움 등의 정서적 어려움을 겪게 되는데 이민과 관련한 인구통계학적 변인들을 보면 여성이 남성보다 우울, 불안, 자아존중감 등의 심리적 증상에 더 취약한 것으로 보고 되어(Beiser & Hou, 2006; Berry, 1997) 여성이민자들의 심리적 건강에 관심을 가질 필요성을 제기하고 있다.

심리적 건강이란 개인이 자신의 삶에 대한 질적 수준을 긍정적으로 판단하는 정도를 의미하며, McDowell과 Newell(1996)에 의하면 일상생활 사건에 사람들이 적응하면서 느끼는 정서를 말한다. 즉, 환경에 대한 개인의 반응이나 환경의 자극과 개인적 반응 사이의 상호작용의 결과로 나타나는 개인의 지각된 주관적 경험에 기초한 행복감을 말한다. 또한 개인의 전체적인 감정을 일컫는 것으로 우울, 불안, 자아존중감, 생활만족도 등이 수반된다. 일반적으로 해외로 이주한 중년여성들에게 새로운 문화로의 진입은 개인의 정신건강에

부정적 영향을 줄 수 있는데 호주의 이민자들을 대상으로 한 연구에서는 여성이 남성보다 우울, 불안 등 심리적 증상에 더 취약한 것으로 나타났으며(오성희 외, 2007), 이민자를 대상으로 한 또 다른 연구에서도 여성이 남성보다 문화적응이 어렵고 우울, 정신분열, 불안 등 다양한 정신건강상의 문제를 갖게 되어(Williams 외, 1991) 우울수준과 자살충동을 높일 수 있다고 한다(이인선, 2004). 이때 가족지지는 심리적 건강을 향상시키는 요인으로 이민 여성들이 새로운 문제에 잘 대처하도록 도와준다(박명숙 외, 2009). 또한 가족 간에 상호작용을 원만하고 적절하게 이루어지도록 하는 역할을 함으로써 정서적인 안정감과 친밀감을 유지하게 한다. 가족원간의 자연스럽고 개방적인 의사소통은 개인의 심리적, 신체적 건강을 유지시키고 개인의 부정적 요소를 완화시키는 요인이 된다. 따라서 타지에 살고 있는 이민 여성들에게 가족지지는 그 자체로서 효과가 있다(노연희, 2011; 김미령, 2004).

가족과 같은 중요한 타인들이 자신을 믿어주고 여성 자신이 중요한 역할을 수행하고 있는 것으로 인지할 때 높은 자아존중감을(Rosenberg, 1965) 갖게 되어 현실과 이상을 능동적으로 조화시켜 성공적인 이민 생활을 영위할 수 있지만 부정적으로 인식할 때 총체적인 행복과 삶에 대한 순응의 주요요소인 자아존중감은 저하되어(Zastrow et al, 2001) 이민생활에서 여성들의 삶의 질을 약화시킬 수 있다.

한편, 가족지지는 여성의 정신건강과도 관련성이 높아서 우울과는 부적 상관관계가 있다(김순옥 외, 2013). 가족의 따뜻한 관심과 사랑은 결혼이주여성의 힘든 상황을 극복할 수 있도록 도와주는 대처기제가 되고 가족지지를 포함한 사회적 지지가 이주민의 문화적응 스트레스, 우울, 불안과 같은 심리건강에 완충작용을 하는 것으로 보고되고 있어서(김순옥 외, 2013) 우울 등과 같은 심리적 건강과 가족지지와의 관련성을 추측할 수

있다.

이와 함께 우울한 여성들은 스스로 자신에 대해 낮은 가치감을 느끼며, 인지적으로 왜곡하여 자기에 대한 부정적인 평가를 하게 됨으로써 자아존중감에 손상을 입게 되는데 Oh(1998)의 연구에 의하면 우울이 증가하면 자아존중감이 낮아지고, 낮은 자아존중감은 우울에 대하여 가장 취약하다고 한다.

중년 여성들의 해외이주와 관련한 연구는 중년여성들이 한국 사회를 떠남으로써 어떠한 변화가 있는지, 그들의 인간관계와 심리적 변화는 삶에 어떠한 영향을 미치는지 등 여러 관점에서 연구의 가치가 높다고 볼 수 있다. 지금까지 해외 이민 한인 중년여성을 대상으로 한 연구는 영국 거주 중년여성의 문화적응 스트레스(박형원, 2012; 박형원, 2010), 미국 이민 여성의 심리적 복지와 변인(박명숙 외, 2009), 미국이민 중년여성의 삶의 질(한금선, 2000), 재미 한인어머니의 우울과 양육 관련 문제(최형화, 2014) 등이 다루어졌다. 이와 함께 호주이민자들의 심리적 건강요인(오성희 외, 2007)을 분석한 연구가 있으나 호주에 이민 온 중년여성을 대상으로 하여 심리적 변인을 중심으로 접근한 연구는 찾아 볼 수 없다. 따라서 본 연구에서는 호주이민 한인 중년여성의 환경적 변인인 가족지지가 개인내적 변인인 자아존중감에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고 이들 간의 관계에서 우울의 역할을 규명함으로써 심리적 복지를 강화시킬 수 있는 실천적 개입 방안을 모색해 보고자 한다. 본 연구의 결과는 호주이민 한인 중년여성을 포함한 해외이민 한인 중년여성들의 심리적 복지를 향상시킬 수 있는 실증적 자료가 될 것이다. 이와 함께 다문화사회로 가고 있는 한국에서 결혼이주여성의 심리적 적응에도 의미 있는 시사점을 제공할 것이다.

## II. 선행연구 고찰

### 1. 호주이민 중년여성과 가족지지

호주는 세계에서 대표적인 다문화 국가로 한국인의 이민 역사는 그리 길지 않다. 1900년대 초기에 이루어진 이민은 주로 경제적 어려움을 극복하기 위해 선택하는 경우가 많았고 선택하는 나라도 미국으로 집중되었다. 그러나 한국의 경제적 지위가 향상되기 시작한 1990년대 이후부터는 경제적 이유보다는 삶의 질에 관심을 두고 이민을 택했고 이민지역도 미국을 비롯한 호주, 캐나다, 뉴질랜드 등 흔히 ‘살기 좋은 나라’로 알려진 영어권국가들에 분포되었다(김병석, 2000; 설병수, 2001). 특히 호주로 이민 온 중년여성들은 ‘자녀교육’이나 ‘더 나은 삶을 위해’ 이민을 택하는 경향이 강했다(설병수, 2001).

한편, 다문화 국가인 호주에서 다문화 가정을 위한 정책은 다문화주의 정책 안에서 이루어지고 있다. 다문화주의 정책 원칙으로는 ‘모두의 의무’, ‘모든 사람에 대한 존중’, ‘모든 사람에 대한 공정성’, ‘모두를 위한 이익’으로 대표되고 있다. 호주의 다문화주의는 이주민의 정착과 적응을 위한 공공정책의 지침으로서 그리고 다양성을 관리하는 하나의 전략으로 이주민의 지위향상에 크게 기여했다(이태주, 2007). 또한 사회보장제도가 잘 정비되어 있어서 이민자 가정에서는 의료비, 교육비 등에서 복지 혜택을 누리고 있다(설병수, 2001). 호주 다문화주의 정책의 실천 방향은 다음과 같다. 첫째, 지방정부의 다문화 교육, 종교, 스포츠 등의 프로그램에 대한 재정적, 정책적 지원을 아끼지 않는다. 둘째, 문화적 지원(통·번역 서비스, 언어 교육 등)은 다문화정책을 성공적으로 이끄는 요소가 된다. 셋째, 조화롭게 살기 프로그램으로 다문화 커뮤니티 간의 화합을 증진하고 인종차별 없는 인간관계를 만들기 위해 지역

별로 다양하게 실천되고 있다(정상우, 2008). 이러한 정책들은 호주의 이민자 가정이 호주사회에 성공적으로 적응하기 위한 중요한 요인으로 작용하고 있다.

이민가정에서 가족이란 부부나 부모 자식을 중심으로 하는 근친자의 주거, 생계, 정서적 연결 등에 의해 결합된 집단으로 질병의 치유, 회복, 적응의 지지자원으로서(송성자, 2002)의 역할을 하고 있다.

가족지지는 이주로부터 어려움을 이겨내고 이민사회에 잘 적응할 수 있도록 필요한 사랑, 격려, 신뢰, 관심, 문제해결과 관련된 정보뿐 아니라 칭찬이나 인정 등 일상생활에 필요한 제반사항을 제공하게 된다(정지영·임정하, 2011). 그러나 한인 가정의 경우, 가족이 함께하는 시간이 많아지면서 부모자녀간의 유대관계가 끈끈해지고 부부간의 지지가 강화되는 등 가족관계가 좋아지는 경우도 있지만 부부간섭이 심해지고, 맞벌이로 인한 대화시간 부족, 부부갈등 심화, 현지화된 자녀와의 갈등, 한국어로 돌아갈 것인가에 대한 가족 간의 이해 충돌 등 다양한 측면에서 가족문제를 경험하게 된다(양진운, 2011). 예를 들면, 자녀는 학교에서 다른 기대와 요구를 받으면서 혼란을 경험하고 부모 또한 정착과정에서 언어미숙으로 자녀에 대한 언어적 의존도가 높아짐에 따라 가족의 위계가 변화되고 부모에 대한 존경을 유지하기 어렵게 된다(Miranda et al., 2000). 또한 이민을 택한 중년여성들은 이민으로 인하여 부모, 형제 등 기존의 가족지지 네트워크가 축소되고 외국어 능력과 같은 적응에 필요한 사회적 자원이 부족하여 이민 전보다 낮은 사회적 지위에서 이민 생활을 시작하게 되기도 한다. 따라서 가족지지 기능이 원활하게 이루어질 경우 가족체계 내 상호작용을 통하여 개인이 위기나 어떠한 변화에 적응할 수 있도록 도와준다(Kang, 2002). 이와 더불어 정서적인 안정감을 제공하고 위기에 대처하도록 촉진제 역할을 하며, 문제나 갈등을

완화시킨다. 그리고 생의 위기나 변화를 접했을 때 완충작용을 하며(김남영, 2003) 이주여성이 새로운 사회에 정착하면서 삶의 다각적인 차원에서 겪게 되는 정신건강 문제에 대해 가장 중요한 지지체계로서의 역할을 수행하게 된다(김순옥 외, 2013).

한경혜 등(2003)의 연구에 의하면 여성이 남성 에 비해 믿고 의지할만한 사람으로 친족원을 선택할 가능성이 더 높다고 하였고 결혼 이주여성을 대상으로 한 연구(노연희, 2011)에서도 가족들의 지지는 결혼이주여성의 심리적 건강 저해요인을 경감시키고, 정신건강을 증진시키는데 효과적임을 알 수 있다. 따라서 가족의 지지가 해외이민 여성들의 심리적 복지를 강화시키는 주요한 요인이 될 것임을 추측케 한다.

## 2. 가족지지와 우울

우울이란 근심, 침울감, 무력감 및 무가치함을 나타내는 기분장애로 개인의 부정적인 정신건강 상태를 나타내는 일반적인 형태로 여겨지고 있으며, 우울증을 겪는 중년여성들은 신체적 증상으로 식욕부진, 오심구토, 피로감, 수면양상의 변화, 정신적인 면으로 신경과민, 집중력 부족, 죄책감 상승, 자살 의도 등을 경험하게 된다(Bernstein, 2007).

일반적으로 새로운 문화로의 진입은 개인의 정신건강에 부정적 영향을 줄 수 있는데 이주의 스트레스와 관련하여 심리적 압박은 우울증, 불안감과 근심 등의 형태로 나타나서(Aycan and Berry, 1996) 개인의 정신건강에 부정적 영향을 줄 수 있으며 개인의 불안정한 삶이 지속될 경우 표면적인 문제로 우울 등 병리현상을 보일 수 있다.

한국사회에서 우울증을 조사한 연구에 의하면 2011년 주요 우울장애 유병률은 남성이 1.8%, 여성이 4.3%로 여성이 남성보다 약 2.2배 정도 더 많았으며 성인여성의 우울증 유병률도 중년기 이상의 연령 군에서 그 발생빈도가 높았다(Department

of Health and Human Services, 2011). 이와 같이 여성에게서 우울은 연령이 증가함에 따라 심해지고 그 중 40세 이상 중년층부터 발생빈도가 급격히 증가하고 있는 실정이며 사회적 지지관련 연구(Lim et al, 2008)에 의하면 여성이 우울증과 정신질환을 겪을 확률이 높고 그에 따라 삶의 질 수준도 낮은 것으로 나타났다. 그러나 해외거주 한인 이민자들은 우울 등의 심리적 장애를 치료해야 할 질병으로 보기보다는 자신들의 의지로 통제할 수 있는 ‘기분’ 정도로만 보는 경향이 있고, 정신건강 서비스에 대한 접근성과 개인적 치료 동기도 낮은 편으로 심리적 장애에 더욱 취약한 것으로 나타났다(Pang, 1994; Shin, 2002).

호주의 이민자들을 대상으로 한 연구에서는 여성이 남성보다 우울, 불안 등 심리적 증상에 더 취약한 것으로 나타났으며(오성희 외, 2007), 이민자를 대상으로 한 또 다른 연구에서도 여성이 남성보다 문화적응이 어렵고 우울, 불안 등의 심리적 증상에 더 취약한 것으로(Beiser & Hou, 2006) 나타났다.

한편, 가족지지는 중년여성의 우울을 감소시켜 심신의 건강을 증진시키는 중요한 대처자원으로 밝혀졌는데(허제는 외, 2014), 가족에 의한 정서적 지지가 다른 하위지지에 비해 우울을 완화 또는 경감시키는데 상대적으로 가장 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다(임선영 외, 2005; 이민수, 2005; 이인선, 2004)). Dean과 Lin(1977)은 사회적 지지의 기능을 수행하는 집단으로써 가족은 일차그룹의 가장 좋은 예가 된다고 하여 가족지지의 중요성을 강조하였고, Miller(1980)은 가족의 태도나 행동은 정신건강에 결정적인 요소가 되며 증상이 악화되거나 재발하는데 영향을 미친다고 하였다. 이것은 우울을 포함한 질환에서 가족들의 태도나 반응이 중요함을 암시하는 것으로 이는 여성이 남성보다 생존의 의미를 가족들과의 관계에 두고 있기 때문이라고 하였다.

### 3. 가족지지와 자아존중감

자아존중감은 삶의 질을 측정하는 수단으로서 (Taft, 1985), 성공적인 인생에 있어서 중요한 심리적 요인이 되며(Choi, Chae & Song, 2009) 총체적인 행복과 삶에 대한 순응에 주요요소이다 (Zastrow et al, 2001). 자아존중감은 심리·사회적 적응영역의 하나로 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 의미하고(Rosenberg, 1979), 인간의 행동, 문제행동, 적응과 삶의 질에 지대한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(Coopersmith, 1967). 또한 자신의 능력, 성공여부, 중요성 등 자신의 가치에 대한 개인적 판단이 얼마나 자신의 기준에 잘 부합했는가를 분석하고 타인과 비교하여 자신의 수행이 얼마나 훌륭했는가를 분석함으로써 얻어질 수 있다고 하였다(김도환, 2001). 따라서 친구나 가족 등 중요한 타인들로부터 자신이 중요한 역할을 수행하고 있는 것으로 믿어준다고 인지할 때 높은 자아존중감을 갖는다(Rosenberg, 1965). 그러므로 자아존중감은 심리적 건강의 중요한 결정요인이며 개인의 바람직한 환경 적응 및 건전한 성격발달과 긍정적인 자기실현의 중요한 요소가 된다(Coopersmith, 1967).

Feldman(2005) 등은 가족의 기능을 가족 구성의 심리적 욕구의 충족, 성격유지, 안정화라고 보았고 가족구성원에 대한 사회·심리적 욕구를 충족시켜 줌으로써 그 구성원들은 건강한 발달이나 성장을 한다고 하였다. 따라서 가족 간의 좋은 신뢰감 형성은 자아존중감을 높이고 가족지지가 높을수록 가족원의 정신건강이 높아지고 스트레스 상황에서도 보다 잘 적응할 수 있기 때문에 가족원의 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났다(Tak & McCubbin, 2002).

해외이민 중년여성들은 이민이라는 새로운 환경에서 사회적 관계망의 약화, 새로운 환경에의 적응 등을 경험하게 된다. 자신이 이민 생활에 대하여 성공적으로 적응한다고 느끼면 높은 자아

존중감을 가질 수 있다. 그러나 이민으로 인하여 무기력해지고 가족으로부터 소외감을 느끼며, 자신의 삶을 조절할 수 없을 것처럼 생각하며 매사를 타인의 결정에 의존하게 되면 주변 환경에 대처하는 능력에 대한 신념을 감소시킨다(Taft, 1985). 이것은 자아존중감을 낮아지게 만들어 심리적 건강에 나쁜 영향을 미치게 된다.

그러므로 가족지지는 직접적이고 일차적인 사회적 체제로써 자아존중감을 높여주는 가장 강력한 요인이며 중년여성들에게 삶의 희망을 갖도록 (강경자, 2000) 할 것이다.

#### 4. 우울과 자아존중감의 관계

우울증의 특성은 슬픈 감정이 무척 심하고 생활에 대한 흥미와 관심이 결여되어 있고 활동 수준이 저하되고 비관적인 생각이 팽배해져 자아존중감이 낮아지며 자신이 처한 현재와 미래의 상황을 어렵게 보는 특성이 있다고 하였다(Pfeiffer, 1977).

우울한 여성들은 스스로 자신에 대해 낮은 가치감을 느끼며, 인지적으로 왜곡하여 자기에 대한 부정적인 평가를 하게 됨으로써 자아존중감에 손상을 입게 된다. Oh(1998)의 연구에 의하면 우울이 증가하면 자아존중감이 낮아지고 낮은 자아존중감은 우울에 대하여 가장 취약하다고 하였다. 우울감을 경험하는 이민 여성들은 자신을 무가치한 존재로 여기는 자아상을 형성하게 되고 이는 중년기 이후 노년기까지 영향을 미치게 된다고 한다. Jaenicke(1987) 등에 의하면 우울증상은 부정적인 자아개념을 가지고 있으며 자기비하의 경향이 있다고 하였고 많은 연구에서 우울감이 자아존중감을 설명하는 변인으로 나타났다(조윤주, 2009; Kim, Jeon & Lee, 2009; Lee & park, 2011). 양유정(2014) 등의 연구에서는 가족스트레스가 남성의 경우 적절한 대처방법이나 기분전환 방법을 통해 기분을 조절할 수 있어서 우울과 자아존중감에는 영향을 미치지 않는 것으로 나타났

으나 여성의 경우는 가족스트레스가 우울을 조절하는 능력이 남성에 비해 현저히 떨어지고 이로 인해 여성의 자아존중감을 낮추는 것으로 나타났다.

지금까지 대부분의 연구들을 보면 자아존중감이 우울을 발생시키는 위험요인으로서 안정적이고 변화하지 않는 수준에 초점을 두고 자아존중감의 중재효과를 관찰하였다(김경호 외, 2008). 그렇지만 최근에는 자아존중감을 다양한 요인에 의해 높아지거나 낮아질 수 있는 가변적인 내적 변인이라는 입장이 대두되어 자아존중감이 환경이나 시간에 따라 변화한다는 자아존중감의 불안정성 개념이 제시되고 있다(김경호 외, 2008). 따라서 본 연구에서는 우울이 자아존중감에 영향을 미칠 수 있는 변수로 보았다. 그 외에도 해외이민 중년여성의 인구학적 특성에 따른 심리적 복지 관련 변인을 연구한 Yeh(2003)는 이주민의 연령, 직업, 교육정도, 결혼상태, 거주기간 등이 정신건강에 영향을 미친다고 하였으나 해외이주 중년여성을 대상으로 한 또 다른 연구에서는(박형원, 2012; 박명숙, 2009) 연령, 교육수준, 결혼지위, 가족의 월수입, 이민기간 등의 일반적인 배경 변인에 따른 심리적 복지의 수준 차이는 나타나지 않았다고 하여 서로 일치하지 않는 결과보고되고 있음을 알 수 있다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구기설

본 연구의 목적은 선행연구의 결과를 바탕으로 호주 이민 한인 중년여성의 가족지지와 자아존중감의 관계와 우울의 매개효과를 구조방정식으로 적용하여 검증하는 것이다. 본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구가설은 다음과 같다.

<직접효과 및 간접효과 측정가설>

- 가설1. 가족지지는 자아존중감에 직접적인 영향을 미칠 것이다.
- 가설2. 가족지지는 우울에 직접적인 영향을 미칠 것이다.
- 가설3. 우울은 자아존중감에 직접적인 영향을 미칠 것이다.
- 가설4. 가족지지는 우울을 매개로 하여 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.

2. 연구대상 및 표집대상

본 연구의 모집단은 호주 시드니에 거주하고 있는 한국출신으로 호주의 시드니로 이민 온 40세 이상 65세까지의 중년층 여성을 대상으로 하였다. 기존의 중년층의 연령범위는 학자들에 따라서 약간의 차이가 있는데, Erikson(1963)은 40세를 중년의 시작 연령으로 보았고, Buhler(1968)는 45세에서 65세 사이를, Papalia(1992)는 40세에서 65세를, Hurlock(1974)은 40세에서 60세를 중년으로 보았다. 따라서 본 연구에서는 중년층을 40세에서 65세 까지로 정의한다. 대상지역은 시드니의 Eastwood, Strathfield, Camsey 지역 등 한인 밀집지역, 한인천주교회, 한인 개신교회, 한인 사찰 등에서 진행되었다. 상점 밀집지역에서는 음식점, 마켓 등을 이용하는 중년 여성 그리고 한인 종교단체를 이용하는 중년여성들을 대상으로 임의표본 추출하였다. 본 연구의 대상자인 중년여성들은 모두 한국 거주 경험을 가지고 있었기 때문에 설문지 내용의 이해와 독해가 가능하여 자기기입방식으로 설문지를 작성하였다. 설문조사는 2014년 1월 20일부터 3월 10일까지 진행되었으며 147부를 분석하였다.

3. 변수의 구성 및 측정도구

1) 종속변수

본 연구의 종속변수는 자아존중감으로 한다. 자아존중감의 척도는 개인의 가치, 자신감, 만족도, 자신에 대한 존중감 등을 측정하도록 고안된 Rosenberg(1965)의 Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) 내용 가운데 긍정적인 문항을 조합하여 이지현 등이(2008) 제작한 5문항을 사용하였다. 측정은 5점 Likert 척도로 이루어졌으며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것으로 그 내용은 다음과 같다. ‘남들만큼 일 할 능력이 있다.’ ‘자기 자신을 소중히 여기고 있다.’ ‘남들만큼 가치 있는 사람이라고 생각한다.’ ‘뚜렷한 목적을 가지고 살아간다.’ ‘의욕적인 생활을 한다.’ 등이다. 본 연구의 신뢰도 계수 Cronbach’ $\alpha$  값은 .832이다.

2) 독립변수

본 연구의 독립변수인 가족지지 변인의 척도는 가족으로부터 사회적 지지감을 측정하기 위해 Zimet(1988) 등이 개발한 12문항 가운데 가족지지를 묻는 4 문항으로 본 연구는 김도희(2088)의 연구에서 사용된 설문지를 사용하였다. 가족 지지는 5점 척도로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 가족 지지가 높은 것으로 해석한다. 그 내용을 보면 ‘나는 내가 필요로 하는 정서적 도움과 지지를 가족으로부터 얻는다.’ ‘나의 가족은 나를 도우려고 진정으로 노력한다.’ ‘나는 가족들과 나의 문제에 관해 이야기를 할 수 있다.’ ‘나의 가족은 내가 무언가를 결정할 때 기꺼이 도와준다.’ 등이다. 본 연구의 신뢰도 계수 Cronbach’ $\alpha$  값은 .930이다.

3) 매개변수

우울 변인의 척도는 Zung(1965)의 자가평가 우울척도(Self-rating Depression Scale)문항 중 심

리적 우울에 해당하는 척도로 본 연구에서는 송광례 (2009)의 연구에서 사용한 심리적 우울 4문항을 사용하였다. 우울 척도는 5점 척도로 구성되었으며 점수가 낮을수록 우울정도가 낮고 점수가 높을수록 우울정도가 높은 것으로 해석된다. 그 내용은 ‘나는 매사에 의욕이 없고 우울하거나 슬플 때가 있다.’ ‘나는 가끔 울고 싶을 때가 있다.’ ‘나는 밤에 잠을 설칠 때가 있다.’ ‘나는 별다른 이유 없이 피곤해 진다.’ 등이다. Cronbach’  $\alpha$  값은 .777이다.

#### 4) 자료처리와 분석

본 연구에서는, 우선 SPSS ver. 18.0프로그램을 이용하여 연구대상자의 일반적 특성에 대한 기초적인 통계자료를 얻었으며, 척도에 대한 신뢰도 분석으로 Cronbach’  $\alpha$  값을 구하였고, 인구학적 특성을 알아보기 위해 기술통계를 하였다. 또한 주요 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 상관관계 분석을 하였다.

본 연구가 제안한 연구모형의 잠재변수로 사

용된 변수의 지표들이 이론적 개념을 잘 반영하는지를 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하고, 가설을 구조방정식으로 검증하기 위해 Amos ver. 7.0프로그램을 사용하였다.

## IV. 분석결과

### 1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구에서 조사대상자의 일반적 특성은 다음과 같다<표 1>. 먼저, 연령대를 보면 40세에서 45세가 34.0%로 가장 많았고, 46세에서 50세까지가 19.0%, 51세에서 55세가 19.7%, 55세에서 60세가 14.3%, 61세에서 65세까지가 12.9%로 나타났다. 이들의 평균 연령은 51세로 나타났다. 학력은 전문대졸 이상이 72.1%로 고학력 중년여성들이 호주로의 이민을 많이 선택하고 있는 것을 알 수 있다. 종교를 보면 개신교가 40.8%로 가장 많은 비율을 차지하고 있었으며 다음으로 천주교

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

변인	구분	N	%	변인	구분	N	%
연령대 (M=51.7세)	40세-45세	50	34.0	호주이주기간 (M=16.7년)	5년 이하	25	17.0
	46세-50세	28	19.0		6년-10년	20	13.6
	51세-55세	29	19.7		11년-15년	30	20.4
	56세-60세	21	14.3		16년-20년	23	15.6
	61세-65세	19	12.9		21년 이상	48	32.7
학력	초등졸업	1	.07	한국거주기간 (M=33.03년)	15년 이하	5	3.4
	중학교졸업	4	2.7		16년-20년	9	6.1
	고등학교졸업	35	23.8		21년 이상	131	89.1
	전문대졸 이상	106	72.1	이민결정동기	가족 모두 이민	55	37.4
종교	불교	36	24.5		친지의 초청	16	0.9
	천주교	42	28.6		자녀교육문제	31	21.1
	개신교	60	40.8		경제적문제	6	4.1
	기타	9	6.1		환경문제 및 기타		
우자 유무	유	132	89.8			37	25.2
	무	12	8.2				

(28.6%), 불교(24.5%)가 비슷한 수준으로 나타났다. 배우자는 89.8%가 유배우자로 나타나서 대부분의 중년여성들이 부부가 함께 이민을 선택하는 것을 알 수 있다. 호주 이주기간은 32.7%가 21년 이상 이민생활을 하고 있었으며, 11년에서 15년 사이가 (20.4%) 다음으로 나타났다. 그러나 10년 이하의 이민생활자도 30.6%로 나타나서 중년여성들의 호주 이민이 지속적으로 진행되고 있음을 알 수 있다.

이들의 한국 거주기간은 21년 이상이 89.1%로 나타나서 청년기 이후에 호주로의 이민을 선택했음을 추정할 수 있다.

### 2. 주요변수들의 평균값 및 표준편차

본 연구에서 측정변수들의 평균값을 보면, 가족지지의 평균이 3.84로 호주이민 한인 중년여성들의 가족지지는 평균 이상으로 높게 나타났다. 우울의 평균은 2.12로 호주이민 중년여성들의 우울 수준은 그다지 높지 않았다. 다음으로 자아존중감은 3.76으로 나타나서 호주이민 한인 중년여성들의 심리적 건강상태는 양호하게 나타나고 있다<표 2>.

<표 2> 주요변수들의 평균값 및 표본오차

변인	N	최소값	최대값	평균	표본오차
가족지지	146	1.00	5.00	3.84	1.044
우울	145	1.00	4.75	2.12	.802
자아존중감	144	1.00	5.00	3.76	.787

### 3. 주요변수들의 상관관계

본 연구에서 변수들 간의 상호관련성을 검증하기 위하여 분석에 사용할 변수들 간의 상관관계를 분석하여 <표 3>에서 제시하였다. 결과를 보면 가족지지는 우울( $\gamma=-.314$ )과는 부적 상관이

있었으며 자아존중감과는 ( $\gamma=.542$ ) 높은 정적 상관관계가 있었다. 그리고 우울( $\gamma=-.337$ )은 자아존중감과는 부적 상관관계를 보였다. 분석결과들의 정확도를 기하기 위한 사전 점검으로 다중공선성 여부를 확인하기 위해 VIF 값과 공차한계를 살펴보았다. VIF 검사를 수행 한 결과 값이 모두 1 과2사이에 있었으며 공차한계도 0.1이상으로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다<표 3>.

<표 3> 주요 변수들의 상관관계

	가족지지	우울	자아존중감
가족지지	1		
우울	-.314 **	1	
자아존중감	.542 **	-.337 **	1

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001,

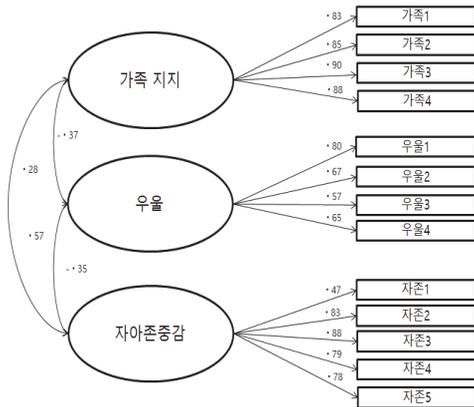
### 4. 연구모형의 적합도

#### 1) 연구모형의 적합도 검증

본 연구에서는 측정모형의 분석을 통해 잠재변수로 사용된 변수의 지표들이 이론 개념을 잘 반영하고 있는지를 보기 위해 확인적 요인분석을 통해 측정모형을 분석하였다. 측정모형은 잠재변수들이 측정변수를 통해 어떻게 측정되는가를 설정하는 것인데, 측정모형분석을 통해 잠재변수로 사용된 변수의 지표들이 이론적 개념을 잘 반영하고 있는지 확인할 수 있다. 분석 결과, 측정모형의 적합도 TLI는 .932, CFI .954, RMSEA .072로 나타났다<표 4><그림 1>. TLI와 CFI는 0.9이상이면 모형의 적합도가 좋은 것으로 해석되고(홍세희, 2007), RMSEA의 경우, RMSEA<.05이면 좋은 적합도, RMSEA<.08이면 괜찮은 적합도, RMSEA<.10이면 보통 적합도를 나타낸다(Brown & Cudeck, 1993).

〈표 4〉측정모형에 대한 적합도 지수

모형	$\chi^2$	TLI	CFI	RMSEA
측정 모형	136.671	.932	.954	.072



〈그림 1〉 측정모형

### 2) 직접효과에 대한 가설검증

직접효과에 대한 가설 검증 결과 요약은 다음과 같다. 첫째, 가족지지 자아존중감에 영향을 미칠 것이라는 가설1은 지지되었다( $B = .509$ )

둘째, 가족지지가 우울에 영향을 미칠 것이라는 가설 2는 지지되었다( $B = -.371$ ). 셋째, 우울이 자아존중감에 영향을 미칠 것이라는 가설 3은 지지되었다( $B = -.162$ ). 즉, 가족지지는 우울과 자아존중감에 대한 좋은 예측변인으로 파악되었고 우울보다는 자아존중감에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 호주이민 중년여성들은 가족의 지지를 많이 받을수록 자아존중감이 높아지는 것을 알 수 있었으며 가족지지가 자아존중감을 높여주는데 가장 강력한 영향을 주고 있다는 강경자(2000)의 연구와도 일치한다. 이와 함께 가족지지가 호주 이민 중년여성들의 우울과 자아존중감 등 심리적 건강을 유지하는데 매우 중요함을 보여주고 있다<표 5>.

〈표 5〉 연구모형의 분석결과

경로	경로계수		SE	t값
	$\beta$	B		
가족지지 → 우울	-.291	-.371	.060	-4.837***
가족지지 → 자아존중감	.291	.509	.055	5.269***
우울 → 자아존중감	-.118	-.162	.056	-2.103*

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ ,

### 3) 매개효과 검증

#### (1) 매개효과 평가 및 측정 연구결과

연구모형 결과표에서 잠재변수 간 경로계수를 살펴보면, 전체 연구모형에서 매개변인인 우울이 가족지지와 자아존중감 사이를 매개하고 있는 것으로 추정할 수 있다.

#### (2) 매개효과 가설 검증

직접효과, 간접효과 그리고 총효과의 결과를 살펴보면, 먼저 가족지지와 자아존중감의 관계에서 총효과  $B = .569$ , 간접효과  $B = .060$ 으로 총효과 11%를 간접효과가 설명하고 있다. 따라서 <가설 4>는 지지되었다고 볼 수 있다. 이는 호주의 중년여성들에게 우울은 가족지지와 자아존중감 사이를 매개하며 자아존중감에 영향을 미치고 있음을 보여준다<표 6>.

본 연구에서 매개효과 검증을 위해서 구조방정식을 사용한 이유는 구조방정식 모형에서는 여러 변수 간의 복합적인 인과관계를 동시에 검증할 수 있으며 구조방정식에 기초하여 산출된 값들은 측정변수에 기초하여 산출된 값들에 비해 더 정확하다고 할 수 있고, 이론 모형에 대한 통계적 평가가 가능하기 때문이다(성태제, 2007).

〈표 6〉 매개효과 분석결과

모형	직접효과		간접효과		총효과	
	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$	B
가족지지 → 자아존중감	.291	.509	.034	.060	.325	.569

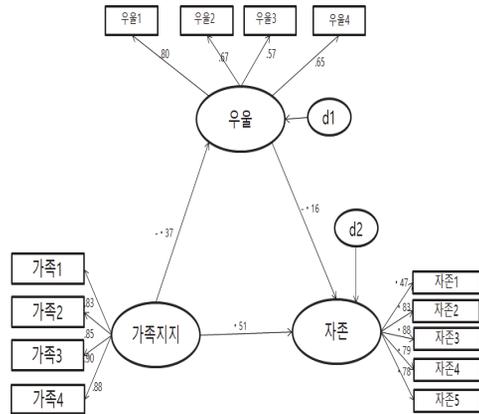
(3) 모형비교를 통한 매개효과

가족 지지와 자아존중감 간의 완전매개모형과 부분매개모형 간에 어느 모형이 더 적합한지를 결정하기 위하여  $\chi^2$ 검증을 실시한 결과 완전매개모형의  $\chi^2$  값은 165.116(df =64, p=.000)이며, 부분 매개모형의  $\chi^2$  값은 136.671(df =62, p=.000)로  $\chi^2$  값의 차이가 28.445(df=2)로 나타났다. 자유도 차이가 1일 때 유의수준 p=.05에서  $\chi^2$  값의 차이가 3.84이상이면 삭제된 1개의 경로가 통계적으로 유의미하다고 해석되는데 본 연구에서는 검증 결과 부분매개모형인 연구모형이 완전매개모형보다 자유도 2가 작은 것으로 차이가 나고  $\chi^2$  값이 28.445 큰 것으로 나타나서 삭제된 1개의 경로 효과가 통계적으로 유의미하다. 따라서 완전매개 모형보다 부분매개 모형을 지지하고 있다(표 7) <그림 2>. <그림 3>.

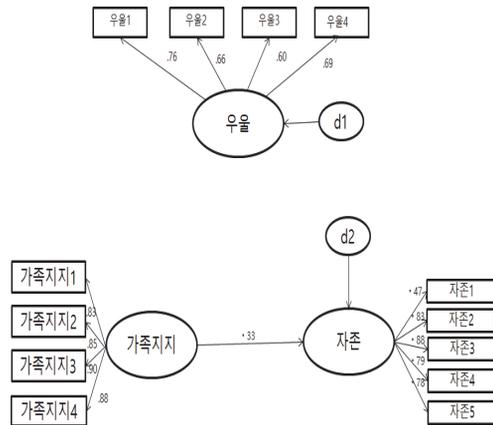
〈표 7〉 부분매개모형과 완전매개모형의 적합도 비교

모형	$\chi^2$ 값	df	TLI	CFI	RMS EA
부분 매개모형	136.671***	62	.932	.954	.072
완전 매개모형	165.116***	64	.911	.937	.083

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001,



〈그림 2〉 부분매개모형



〈그림 3〉 완전매개모형

각 내생변수를 종속변수로 하는 구조방정식에 대한 다중상관계수의 결과는 <표 8>과 같으며 내생 잠재요인인 우울의 분산 중 13.8%는 가족 지지에 의해 설명되며, 자아존중감의 분산 중 34.7%는 가족 지지와 우울에 의해 설명된다(<표 8>).

〈표 8〉 SMC (Squared Multiple Correlation)

	Estimate
우울	.138
자아존중감	.347

## V. 결론

본 연구는 호주에 거주하는 한인여성 중년층의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 대해 가족지지를 중심으로 살펴보았으며 우울의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이러한 목적을 달성하기 위해 2014년 현재 시드니에 거주하는 여성 중년층 이민자를 대상으로 설문조사를 진행하였으며 기술분석, 상관관계분석, 신뢰도 분석, 구조방정식을 통하여 연구모형분석을 하였다.

분석결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 가족지지가 자아존중감에 영향을 미치는 변인으로 밝혀져서 기존연구(강경자, 2000; 김미령, 2004; 박명숙 외, 2009; 노연희, 2011; Rosenberg, 1965; Taft, 1985; Zastrow et al, 2001)를 지지하는 것으로 나타났다. 가족지지는 우울을 감소시키는 것으로 나타나서 기존연구의 결과와도 일치하고 있다.(이인선, 2004; 이민수, 2005; 임선영 외, 2005; 김순옥 외, 2013; 허제은 외, 2014; Friedman 외, 2005). 이와 함께 우울은 자아존중감에 영향을 미치고 있어 기존연구(Pfeiffer, 1977; Jaenicke, 1987; Oh, 1998)와 같은 결과를 보였다.

둘째, 우울이 가족지지와 자아존중감을 매개하는지 살펴본 결과, 본 연구가설에 따라 이론적으로 지지하는 연구모형에 의해 우울은 가족지지와 자아존중감 사이를 부분매개하는 것으로 나타났다. 즉, 호주이민 한인 중년여성들은 가족지지가 높을수록 우울이 낮아지며 이로 인해 자신을 가

치 있는 존재로 여기게 된다는 기존연구의 결과(양유정 외, 2014)를 지지하고 있으며 자아존중감이 다양한 요인에 의해 영향을 받을 수 있는 가변적인 내적요인이라는 김경호 등(2008)의 연구 결과와도 일치하고 있다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 호주이민 중년여성들의 우울과 자아존중감 등 심리적 건강의 제고를 위한 가족지지 강화의 구체적이고 실천적인 방안을 제안하고자 한다.

첫째, 가족지지는 우울 및 자아존중감에 직접적인 영향을 미치는 요인으로 작용하였다. 호주이민 중년여성들에게 인생을 성공했다고 느낄 수 있는 심리적 요인을 강화하는 것은 성공적인 이민생활의 기본 요소이다. 따라서 자아존중감과 같은 심리적 요인을 강화시킬 수 있는 가족지원프로그램이 요구된다. Bernstein(2007)은 뉴욕시에서 한인 여성들에 대한 정신건강교육 프로그램을 진행하였는데 참가자들은 개인적인 문제나 가족의 문제에 대해 개방적으로 토의하였고 라오스의 한인 여성들을 연구한 이혜원(2011)에 의하면 한글학교 부모를 대상으로 부모교육 프로그램을 진행하여 외로움을 나누고 공감하며 배우자에 대한 소중함, 자녀와의 의사소통에 대한 자신감, 긍정적인 인식 등의 성과가 있었다고 하였다.

현재 호주 한인복지회는 ‘여성의 공간’과 같이 가정폭력을 포함한 가정문제를 전담하는 기관들도 생겨나서 가족기능을 강화시키는 역할을 하고 있다. 또한 사회복지사들이 호주 한인복지회에서 면담상담, 전화상담 등을 통해 다양하고 폭넓은 가족문제들을 다루고 있으며, 전문적인 교육을 이수한 사회복지사와 한인복지회의 자문위원들(카운셀러, 교사, 의사, 변호사, 종교인, 방송인) 그리고 자원봉사자들이 교민들의 적응을 돕기 위해 활발히 활동하고 있다. 이러한 노력으로 2007년부터는 가정 내 문제와 관련한 상담건수가 많이 낮아지고 있는 추세이다(호주한인 50년사, 2007; 하춘광, 2014 재인용).

둘째, 우울은 가족지지와 자아존중감을 부분 매개하는 것으로 나타났다. 한인 중년여성들은 독립적인 서구문화의 영향을 받기보다는 가족지지를 포함한 사회적지지에 더 의존하고 있는데(Bernstein, 2007), 부모와 자녀의 문화적응 불일치, 가족관계에 있어서 다양한 사건은 가족원들이 서로의 요구에 민감하게 되고 비이성적인 반응을 하게 된다(Schwartz et al., 2005). 이는 가족간에 부정적인 영향을 주게 되어 호주이주 중년여성들에게 정서적 고통을 느끼게 할 뿐만 아니라 가족 기능을 약화시키며 우울을 경험하게 된다. 우울증은 어느 연령에서나 발생할 수 있지만 특히 이민을 택한 중년여성이 겪고 있는 우울은 가족 전체에 영향을 미칠 수 있다. 따라서 우울의 완화를 위해서 합리적인 방법으로 분노를 표출하고 가족의 지지를 받는 것이 중요하다.

이와 더불어 가족원의 지지가 부족한 중년여성들을 위해서는 가족 이외의 다른 비공식적 또는 공식적인 지지망을 개발하는 것이 필요하다. 한인사회의 종교단체, 한인복지회관에서 운영하는 여러 모임의 참여를 통하여 ‘자연적 도움제공자들’과의 관계를 강화할 수 있도록 노력할 필요가 있다. 특히 호주 내의 한인여성들만의 모임에도 적극적으로 참여하여 상호원조망을 형성하고 정서적 지지를 통해 위기를 극복하려는 노력이 필요하다. 이와 함께 한인공동체 내 한인복지단체에서는 여성의 심리적 적응이 남성에 비해 어렵다는(Beiser & Hou, 2006) 점을 고려하여 지역사회정착지원프로그램을 통해 중년여성 이민자들에게 필요한 각종 자료와 지역정보를 제공하고 이민여성 자조집단과 같은 공동체 형성을 지원할 필요가 있다. 더불어 여성 자신들의 자원을 활용하여 자신들에게 가장 알맞은 심리적 건강방법을 스스로 개발해 낼 수 있도록 도와주는 것이 필요하다.

이상으로 본 연구는 호주이민 한인 중년여성의 가족지지가 자아존중감에 미치는 영향과 이들

을 매개할 것으로 본 우울의 매개효과를 분석해 보았다.

본 연구 결과는 실천적 및 정책적 관점에서 선행변수와 매개변수에 대한 정확한 이해를 바탕으로 호주 및 해외이민 여성들의 심리적 고통을 감소하고 안녕감을 높일 수 있는 프로그램을 한인커뮤니티 안에서 지속적으로 개발하고 통합적 자원연결을 위한 노력을 제안하고자 한다. 예를 들면 우울예방프로그램, 가족기능 강화 프로그램을 통해 호주이민 중년여성의 긍정적인 가족관계를 조성할 수 있는 남편대상 교육 및 상담 등 다양한 프로그램의 개발이 이루어져야 하며 이런 활동들은 호주이민 중년여성들의 심리적 복지증진을 위한 방안으로 바람직하게 활용될 수 있리라 본다.

한편, 다문화사회로 가고 있는 한국사회 이주여성들에게 가족지지체계의 강화는 심리적인 건강을 강화시켜 한국사회에서 성공적인 적응을 할 가능성을 기대하고, 만족스러운 삶을 영위하는데 커다란 영향을 미칠 것이라고 사료된다. 더 나아가 사회부적응으로 인한 사회적 문제를 예방하고 개인과 가족의 건강한 기능회복에 중요한 역할을 할 수 있다고 본다.

본 연구를 통하여 추후 연구에서 보완해야 할 점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 대상이 호주 전체의 한인 이민자가 아닌 시드니 지역에 거주하고 있는 한인 중년여성에 국한되었기에 연구결과를 전체 호주 이민 한인 중년여성에게 일반화할 수 없다는 제한점을 가지고 있다. 따라서 호주 이민 중년여성층의 자아존중감 관련 요인에 대해 반복, 또는 비교해보는 연구가 필요하다. 둘째, 본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 관련 변인들을 살펴보았다. 그러나 연구자에 따라 가족지지가 자아존중감을 향상시키는데 우울 이외의 매개변수를 고려해 필요가 있다. 따라서 본 연구에서 고려하지 못한 요인들에 대한 심도 있는 후속연구가 필요하다.

이러한 한계에도 불구하고 본 연구는 호주이민 한인 중년여성의 심리적 건강에 대한 연구가 미진한 가운데 심리적 건강에 영향을 미치는 요인들을 경험적으로 살펴보았다는데 연구의 의의가 있을 것이다.

### 【참 고 문 헌】

- 1) 강경자(2000). 퇴행성 근골격계 질환을 가진 중년여성이 지각한 가족지지와 자아존중감의 관계. 대한류마티스 건강진 문학회, 7(1), 5-24.
- 2) 고종태·정미경·김혜선(2008). 평생교육 참여 유무에 따른 중년기 여성의 생의 의미인식 및 죽음불안 태도와와의 관계연구. 평생교육학연구, 14(2), 61-86.
- 3) 김경호·김지훈(2008). 노인의 우울이 삶의 만족도에 미치는 효과. 가족과 문화, 20(4), 95-116.
- 4) 김남영(2003). 가족지지와 간경변증 환자의 자가 간호와 질병상태에 미치는 영향. 연세대학교 보건대학원 석사학위논문.
- 5) 김도환(2001). 노인이 지각한 가족지지, 자아존중감 및 우울과의 관계 연구. 한국 노인복지학회, 20, 113-144.
- 6) 김도희(2008). 결혼이민 여성의 양육효능감에 관한 영향연구: 문화적응 매개효과 중심으로. 이화여자 대학교 대학원 박사학위 논문.
- 7) 김미령(2004). 탈북자의 적응스트레스와 사회적 지지가 적응에 미치는 영향. 한국사회복지학회, 추계공동학술대회 자료집, 540-565.
- 8) 김병석(2000). 호주이민의 배경과 사회적응에 관한 연구 : NSW 거주 한인 이민자들을 중심으로. 전남대학교 석사학위논문.
- 9) 김순옥·임현숙·정구철(2013). 결혼이주여성의 배우자지지, 가족지지와 정신건강에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회, 13(11), 221-235.
- 10) 김영성(2006). 호주 한국인의 사회·문화적 적응과 거주이동. 지리학연구, 40(4), 497-512.
- 11) 김정림(2013). 죽음준비교육이 중년여성의 죽음에 대한 태도와 생의 의미에 미치는 효과. 부산카톨릭대학교 석사학위논문.
- 12) 노연희(2011). 국제결혼이주여성의 자아존중감, 가족지지 및 양육스트레스에 관한 연구. 순천대학교 대학원 석사학위논문.
- 13) 박명숙·강희경(2009). 미국 이민여성의 심리적 복지와 관련 변인 사회과학 연구, 25(1), 79-93.
- 14) 박형원(2010). 해외이주 한인 여성의 문화적응 스트레스와 정신건강: 재영 한인 여성을 중심으로. 문화콘텐츠학회논문지, 10(8), 308-316.
- 15) \_\_\_\_\_(2012). 해외이주 한인가정의 가족기능에 영향을 미치는 요인. 보건사회연구, 32(4), 304-331.
- 16) 설병수(2001). 해외이민의 명암: 호주 내 한인들의 이민동기와 실제생활. 재외한민연구, 11, 57-98.
- 17) 성태제(2007). 알기 쉬운 통계분석. 서울:학지사
- 18) 송광례(2009). 결핵전문병원 폐결핵환자의 삶의 질에 관한 연구. 경남대학교 대학원 석사학위논문.
- 19) 송성자(2002). 가족과 가족치료. 서울: 법지사.
- 20) 양진운(2011). 미국 한인이민자 초기이민 적응과정 연구 : LA 한인타운지역민을 중심으로. 한국가족복지학, 2, 137-176.
- 21) 양유정·신성희(2014). 중년부부의 자아존중감과 가족스트레스가 우울에 미치는 자기효과와 상대방효과. 정신간호학회지, 20(2), 52-69.
- 22) 오성희·박기환(2007). 이민자들의 심리적 건강에 영향을 미치는 요인들: 한국계 호주이민자들을 중심으로. 한국심리학회지, 21(4), 55-69.
- 23) 외교통상부(2011). 외교통상업무 참고자료.
- 24) 이민수(2005). 우울증 119. 서울: 가림 출판사.

- 25) 이인선(2004). 문화적응 스트레스가 외국인 노동자의 정신건강에 미치는 영향: 사회적 관계의 조절효과를 중심으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 26) 이지현·강형곤·정우식·채유미·지영건 (2008). 취업이 노인의 삶의 질에 미치는 영향 - 서울 지역 남성노인을 중심으로 -. 한국 노년학, 28(1), 143-156.
- 27) 이태주(2007). 다민족·다문화사회 진전에 있어서의 사회 갈등 양상과 극복 과정: 호주와 일본의 사례. 한국여성정책연구원.
- 28) 이혜원(2011). 재외동포의 자아존중감 양육행동 향상을 위한 부모교육프로그램의 효과성: 라오스 한글학교 부모를 대상으로. 보건사회 31(4), 258-284.
- 29) 이희연·전혜성(2011). 중년기여성의 삶의 기대, 마음 챙김, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 한국 콘텐츠학회논문지, 11(7): 270-277.
- 30) 임선영·김태현(2005). 청년 실업자의 개인적 특성과 가족지지가 우울에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 10(1), 51-73.
- 31) 정상우(2008). 호주의 다문화주의 정책과 법. 한국법제연구원.
- 32) 정지영·임정하(2011). 청소년의 기질, 가족 건강성, 사회적 지지가 자아탄성에 미치는 영향. 한국가정과 교육학회지, 23(1), 1-21.
- 33) 조윤주(2009). 외모 스트레스가 아동과 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 대 한가정 학회지, 47(8), 87-99.
- 34) 최형화(2014). 재미한인 어머니가 지각하는 남편의 지원과 우울, 양육 효능감, 양육행동이 아동의 자존감에 미치는 영향. Family and Environment Research, 52(6), 561-571.
- 35) 하춘광(2014). 해외이주 한인들의 여가 활동 참여와 문화적응의 관계. 한국사회정책, 21(4), 137-164.
- 36) 한경혜·김주현·김경민(2003). 중년기 남녀의 사회적 관계망과 정신건강. 한국 노년학, 23(2), 155-170.
- 37) 한수현(2003). 사회적 지지와 진로태도 성숙 및 진로미결정과의 관계. 홍익대학교 석사학위논문
- 38) 한금선(2000). 미국 이민 중년여성의 스트레스 반응, 스트레스 증상, 건강증진 행위, 삶의 질에 관한 연구. 대한간호학회지, 30(3), 606-618.
- 39) 호주한인 50년사 편찬위원회(2007). 호주 한인 50년사. 호주 : 시드니.
- 40) 호주한인회보(2014). 호주 한인회
- 41) 홍세희(2007). 구조방정식 모형의 이론과 응용. 고급연구방법론 워크샵 I 미간행 시리즈
- 42) 허제은·태영숙(2014). 중년여성의 영적 안녕, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 대한성인간호학회지, 26(2), 181-190.
- 43) Aycan, Z., and J. W. Berry.(1996). Impact of employment-Related on immigrants' psychological well-being and adaptation to Canada. <http://www.cpa.ca/cjbsnew/1996/fullaycan.html>.
- 44) Beiser, M. N., & Hou, F.(2006). Ethnic identity, resettlement stress and depressive affect among Southeast Asian refugees in Canada. Science and Medicine, 63, 137-150.
- 45) Bernstein, K. S.(2007). Mental health issues among urban Korean American immigrants. Journal of Transcultural Nursing, 18(2), 175-180.
- 46) Berry, J. W.(1997).Acculturation and adaptation. Applied Psychology: An International Review, 4691, 5-68.
- 47) Brown. M. W. and Cudeck, R. 1993. Alternative ways of assessing fit in K. A. Bollen & J. S. Long(Eds.). Testing structural equation models(pp. 136 - 162). Newbury

- Park, CA: Sage.
- 48) Buhler, C.(1968). The course of human life as a psychology Problem. *Hum Development*, 11, 184-260.
- 49) Choi, H. I., Chae, H. T., & Song, I.U.(2009). The effect of self- esteem and social support on relationship between elderly's stressful life events and hopelessness. *The Journal of Welfare for the Aged*, 43, 183-202.
- 50) Coopersmith, S.(1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco CA : W. H. Freeman.
- 51) Dean, A., & Lin, N.(1977). The Stress-buffering role of social support: problems and prospects for systematic investigation. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 65(6), 403-413.
- 52) Department of hearth and human services. <http://www.ajph.org>
- 53) DIAC(2008). *The people of Australia Canberra : common wealth of Australia*, 17.
- 54) Erikson, E. H(1963). *Childhood and society*. Newyork: W.W. Norton & Company. Inc, 266-268.
- 55) Feldman, D.B., & Snyder, C.R.(2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical association between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 401-421.
- 56) Hurlock, E. B. (1974). *Development psychology*. tata McGrow-Hill Publishing Company Ltd. Newdelhi. 671-679.
- 57) Hing, B. O., and R. Lee.(1996). Reframing the immigration debate: The State of Asian American pacific America a public policy report. Los Angeles, CA : Leap & UCLA.
- 58) Jaenicke, C., Hammen, C., Zupan, B., Hirote, D., Gordon, D., Adrian, C., et al.(1987). Cognitive vulnerability in children at risk for depression. *Journal of Abnormal Children Psychology*, 15, 559-572.
- 59) Kang, W. K.(2002). A Study on relationship life satisfaction according to the family support and family function the mentally handicapped perceive. Unpublished master's thesis. Ewha Womans University, Seoul Korea.
- 60) Kim, G. S., Jeon, Y.S., & Lee, C. W.(2009). The influence of attachment differentiation, and self-esteem. *Journal of Korean Family Therapy*, 17(1), 209-224.
- 61) Lee, E.G., & park, S.Y.(2011). The structural relationships between parent's psychological control, adolescents' depressive experiences, depression, and self-esteem and the importance of self-identity status. *The Korean Journal of the Human Development*, 18(4), 101-123.
- 62) McDowell, I., & Newell, C.(1996). *Psychological well-being. Measuring Health a Guide to Rating Scales and Questionnaires*, 2, 177-237.
- 63) Millers, R(1980). *Family focused care*. Mc Grow-Hill Book Co.
- 64) Miranda, A. O., Estrada, D., Firpo-jimenez, M.(2000). Difference in family cohesion, adaptability, and environment among latino families in dissimilar stages of acculturation. *The family Journal : Counseling and Therapy for Couples and Families*, 8(4), 341-350.
- 65) Pang, K. Y. C.(1994). Understanding depression among elderly Korean immigrants through their fork illness. *Medical*

- Anthropology Quarterly, 8(2), 209-216.
- 66) Papalia, D. E., and S. W. Olds.(1992). Human development. McGraw-Hill KogaKusha. Ltd. Tokyo.
- 67) Oh, S. H.(1998). The relation among adolescent's attachment self esteem and depression. Unpublished master's thesis, Seogang University, Seoul.
- 68) Pfeiffer, C. M.(1977). Old age in a changing society. New York-view point.
- 69) Rosenberg, M.(1965). Which significant other? American Behavior Scientist, 16, 829-860.
- 70) \_\_\_\_\_(1979). Conceiving the self. New York, NY : Basic Books.
- 71) Schwartz, S. J., pantin, H., Prado, G.,Sullivan, S., Szapocznic, J.(2005). Family functioning, identity, and problem behavior in hispanic immigrant early adolescents. Journal of Early Adolescence, 25(4), 392-420.
- 72) Shin, J. K.(2002). Help-seeking behaviors by Korean immigrants for depression. Issues in Mental Health Nursing, 23(5), 461-476.
- 73) Taft, I. B.(1985). Self-esteem in later life: A nursing perspective. Advances in Nursing Science, 8(1),77-84.
- 74) Tak, Y. R. and M. McCubbin.(2002). Family stress, perceived social support and coping following the diagnosis of a child's congenital heart disease. J. of Advansed Nursing, 39(2), 190-198.
- 75) Williams, C. L. & J. W. Berry.(1991). Primary prevention of acculturative stress. American Psychologist, 46(6), 632-641.
- 76) Yeh, C. I.(2003). Age, acculturation, cultural adjustment, and mental health symptoms of Chinese, Korean and Japanese immigrant youths. Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 9(1), 34-48.
- 77) Zastrow, C. and K. Kirst-Ashman.(2001). Understanding human behavior and the social environment. Nelson-Hall publisher, Chicago.
- 78) Zimet, G. D, Dahlem, N. W, Zimet, S. G. and Farley, G. K.(1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Journal of Personality Assessment, 52(1), 30-41.
- 79) Zung, W. K.(1965). A self-rating depression scale. Arch Gen Psychiatry, 12(1), 63-70.

- 투 고 일 : 2015년 6월 29일
- 심 사 일 : 2015년 7월 16일
- 게재확정일 : 2015년 8월 22일