

중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 예측 변인

Predictors of the Subjective Well-Being of Middle-Aged Single Mothers

숙명여자대학교대학원 가족학과
박사과정 최자혜*
숙명여자대학교 가족자원경영학과
교수 손서희**

Dept. of Family Studies, Sookmyung Women's University

Ph.D. course Choi, Jahye

Dept. of Family & Resource Management, Sookmyung Women's University

Professor Son, Seohee

〈목 차〉

I. 서론	IV. 연구결과
II. 이론적 배경	V. 결론 및 제언
III. 연구방법	참고문헌

〈초록〉

본 연구는 이혼·사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 예측 변인을 파악하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 여성가족패널조사(KLoWF) 7차 응답자 중 혼인상태가 이혼 혹은 사별인 40세에서 60세 중년기 유자녀 취업 여성 244명을 대상으로 빈도, 평균 등의 기술통계 및 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석 결과 중년기 여성 한부모의 행복감에 영향을 미치는 인구사회학적 특성, 개인 및 일 관련 변인으로는 결혼지위, 주관적 건강상태, 여가활동만족도, 스트레스, 일 만족도, 일가족 향상이 유의미한 변인으로 나타났으며, 우울의 경우 주관적 경제상태, 스트레스가 영향을 미쳤다. 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 향상을 위해 건강한 여가 활동 참여 및 스트레스 관리, 일 만족도 향상이 중요함을 발견하였고 이와 관련한 중년기 여성 한부모 대상 정책 방향을 논의하였다.

주제어: 중년기 여성 한부모, 일 만족도, 일-가족 향상, 행복감, 우울감

〈Abstract〉

This study aims to investigate predictors of the subjective well-being of middle-aged single mothers who experienced divorce or bereavement. The study involved 244 divorced or widowed women from the 7th Korean Longitudinal Survey of Women and Families aged 40-60 who had children and were employed. Descriptive statistics and multiple regression analyses were conducted. The research results showed that the socio-demographic characteristic (marital status and health), person-related variables (satisfaction with leisure activity and stress), and work-related variables (job satisfaction and work-family enrichment) were significantly related to happiness of middle-aged single mothers. Current economic status and stress were associated with depression in middle-aged single mothers. Increasing middle-aged single mothers' participation in healthy leisure activities, reducing their stress, and improving their satisfaction with work were found to be important to enhancing their subjective well-being. Regarding the foregoing, policy directions were discussed for middle-aged single mothers' leisure activities, stress management, and improved satisfaction with work.

Key words: middle-aged single mothers, work satisfaction, work-family enrichment, happiness, depression

* 주저자: 최자혜(ph0076@nate.com), <https://orcid.org/0000-0002-0608-081X>

** 교신저자: 손서희(sson@sookmyung.ac.kr), <https://orcid.org/0000-0003-0942-665X>

I. 서론

중년기는 신체 및 인지기능 저하, 만성질환, 가까운 사람의 죽음, 실직 등 여러 가지 삶의 위기를 경험하는 시기(손정남, 2018)이기도 하지만, 자신의 성장이나 내면의 욕구에 대한 관심이 증가하는 시기이기도 하다(최희주·김영근, 2017). 중년의 위기를 잘 극복하면 건강하고 행복한 노년기를 맞이할 수 있는 교두보가 되지만, 위기 극복에 실패한 경우 신체적·심리적 어려움을 경험할 수 있다(김미정·김귀분, 2013). 이러한 중년기 특성에 대한 고리를 바탕으로 다양한 주제의 연구가 중년을 대상으로 이루어지고 있다. 중년기 여성과 관련한 국내 연구는 중년기 여성의 갱년기 증상이나 노화 및 노후 준비와 관련된 여러 가지 신체적, 심리적, 상황적 요소(정덕은·성경미, 2011)나 중년의 과도기적 위기감을 해소하고 중년 여성의 삶의 질을 높이는 여가 활동(문현주·김준희, 2014) 등에 주목하여 왔다. 이와 함께 여성의 경제활동 참여 증가에 따라 중년 여성의 일 관련 연구(강명수·류은진·이수경, 2019; 김동건·이문숙, 2009) 또한 활발히 이루어져 왔다. 그러나 대부분의 연구는 중년기 기혼 여성을 대상으로 하고 있어, 이혼이나 사별 등 혼인상태의 변화를 경험한 중년기 여성 한부모를 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다.

2018년 한부모가족 실태조사(여성가족부, 2018)에 따르면 한부모의 54.5%가 40대이고, 50대 이상 또한 16.5%를 차지하여 중년기 한부모의 비중이 높고(평균 연령 43.1세), 모자가구가 과반 이상인 51.6%를 차지하여 한부모의 상당수가 중년기 여성 한부모임을 알 수 있다. 그러나 한부모가족실태조사는 만 18세 이하 자녀가 있는 한부모가족을 조사 대상으로 하므로 자녀가 성인기에 접어든 여성 한부모에 대한 정보는 부족한 실정이다. 한편, 한부모의 84.2%는 취업 중이지만 근로소득이 낮은 근로빈곤층(working poor)의 특성을 보이고, 긴 근무시간으로 인해 일-가정 양립의 어려움을 경험하고 있다(여성가족부, 2018). 특히 여성 한부모는 남성 한부모와 비교해 임시·일용직의 비율이 높고, 우울 수준이 높은 등 더욱 취약한 것으로 보고되고 있다(노영희·김상인, 2016). 이러한 한부모가족의 특성을 고려할 때, 중년기 여성 한부모에 대한 다각적인 탐색이 필요하다.

여성 한부모 관련 선행연구는 생계와 자녀 양육을 홀로 담당하는 여성 한부모의 생활 경험(손서희, 2013)이나 자녀양육 스트레스(최윤정, 2019), 심리적 복지감(송정애·이정덕, 2011) 및 성장 경험(하정혜·김지현, 2016) 등에 대한 연구가 주로 이루어져 왔다. 한부모가구 여성은 다른 가구 유형의 여성에 비해 심리적 안녕 수준이 낮으며(신기영·옥선화, 2000), 우울이나 불안 등에서 더 취약한 특성(양한연, 2009)을 나타내는 것으로 보고되고 있다. 송정애와 이정덕(2011)의 연구에서도 저소득 한부모는 배우자가 부재한 상태에서 역할과중 부담, 주

변으로부터의 고립 등으로 스트레스를 받고 이로 인해 자신을 무능력하고 부적절한 존재로 느끼는 등 불안, 우울, 소외감 등의 정서적 어려움과 낮은 심리적 복지감 및 생활만족도를 경험하는 것으로 보고되고 있다.

중년기 여성의 생활은 가족 내 역할 변화에 따라 달라질 수 있다. 가족역할의 중요성이나 역할수행의 양이 감소하는 중년기(Gould, 1978; Neugarten, 1975, '재인용')에는 자녀양육에 대한 부담이 감소하고 가족 내 역할과 일에서의 역할 간의 갈등이 다소 감소할 수 있다(강명수 외, 2019). 직업의 역할 또한 변할 수 있는데, 직업은 자아정체감의 위기를 경험하기 쉬운 중년기 여성에게 자아정체감 안정에 도움을 주고 심리적 복지 수준을 증진시키는 요인이 될 수 있다(조옥희·김경신, 2005). 특히 자녀가 있는 여성 한부모의 경우 배우자가 있는 여성에 비해 일이 선택이 아닌 필수인 만큼 더욱 적극적으로 노동시장에 참여하는 경향이 있으며(김혜원, 2009), 경제적으로 자립함에 따른 자부심과 성취감의 원천으로 작용할 수 있다(허수연, 2017). 그러나 여성 한부모는 생계부양을 위해 급여가 높은 일 자리를 선택하고 이에 따른 직무부담으로 높은 심리적, 정서적 갈등을 경험하기도 한다(성미애·진미정, 2009). 이처럼 중년기 여성 한부모는 기혼 유자녀 여성과 다른 특성을 보이므로 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 요인을 파악하는 것이 필요하다.

본 연구는 이혼, 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 요인을 파악하는 것을 목적으로 한다. 본 연구에서 도출되는 결과는 중년기 여성 한부모에 대한 이해에 도움을 줄 수 있으며, 나아가 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 향상을 위한 프로그램 마련의 근거자료로 활용될 수 있을 것이다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1 이혼 및 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 인구사회학적 특성(연령, 교육수준, 결혼지위, 주관적 건강상태, 주관적 경제상태, 자녀수, 미성년자녀 유무), 개인 관련 특성(여가생활 만족도, 스트레스), 일 관련 특성(일 만족도, 일-가족 갈등, 일-가족 향상, 가족일 갈등, 가족일 향상)은 행복감에 어떠한 영향을 미치는가?

연구문제 2 이혼 및 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 인구사회학적 특성(연령, 교육수준, 결혼지위, 주관적 건강상태, 주관적 경제상태, 자녀수, 미성년자녀 유무), 개인 관련 특성(여가생활 만족도, 스트레스), 일 관련 특성(일 만족도, 일-가족 갈등, 일-가족 향상, 가족일 갈등, 가족일 향상)은 우울에 어떠한 영향을 미치는가?

II. 이론적 배경

1. 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감

중년기는 신체노화로 인한 생물학적 변화와 심리·사회적 변화로 인해 위기를 경험할 수 있지만, 이러한 위기 속에서 오히려 자신과 타인과의 관계를 재정립하며 삶의 의미를 추구해 나가는 시기이다(김명자, 1989). 또한 생애주기상 중년기는 심리적으로 개별화가 나타나며(최희주·김영근, 2017), 자신의 인생을 통찰하고 인생에서 의미를 찾으려는 노력을 하게 되는 시기이기도 하다. 그러나 인간발달은 연속적 과정으로 환경적, 심리적 요인의 복합적인 상호작용에 의해 이루어지기 때문에 중년 세대를 명확하게 규정하기란 쉽지 않다(이현아, 2021; 장은령, 2000). 선행연구에서는 중년기를 35-60세(김애순, 1993), 40-60세(Levinson, 1986; 김애순, 1998 '재인용'), 40-59세(김미진, 1995) 등으로 조금씩 다르게 정의하고 있는데, 주로 40대에서 50대를 포함하고 있다.

중년기 여성의 심리적 복지 관련 연구는 크게 두 가지 경향으로 분류할 수 있다. 첫 번째는 중년기의 위기감, 중간세대로서의 이중 부담, 정신적 장애, 사회적 이탈 행동에 초점을 맞춘 것으로 중년기의 다양한 발달적 경험이 개인의 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 미친다는 측면에서 접근하는 연구이다(강보민·이기영, 2020; 김연하·김애리, 2019; 김현영, 2020; 박정원·최명숙, 2007; 박주희, 2019; 방소연·도영숙, 2020). 두 번째는 중년기의 성취, 안정성, 결혼 만족 등의 긍정적 측면을 강조하는 것으로써 중년기를 전 생애과정의 절정기로 생각하여 높은 주관적 안녕감을 주장하는 것이다(강명수 외, 2019; 김동건·이문숙, 2009; 박정훈, 2018; 서은희·최지연·정영숙, 2018; 장선희·여형남, 2018; 조옥희·김경신, 2005; 조설애 외, 2018). 주관적 안녕감(subjective well-being)은 자신의 삶에 대해 개인이 내리는 인지적인 평가와 정서적인 반응을 포함하며(김혜원·김명소, 2000), 인지적 요인과 정서적 요인은 정적 상관관계를 보이는 것으로 보고되고 있다(김명소·김혜원·차경호, 2001). 한편 주관적 안녕감의 정서적 요인은 정적 정서적 반응과 부정 정서적 반응을 포함한다. 선행연구는 주관적 안녕감을 안녕(well-being), 만족(satisfaction), 행복(happiness) 등과 유사한 개념으로 사용하고 있다(박병기·홍승표, 2004). 이와 함께 긍정적 측면은 행복감, 생활만족도 등을 포함하고, 부정적 측면으로는 우울, 불안, 디스트레스 등을 포함한다(장재정, 1987). 본 연구에서는 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감의 긍·부정적인 측면을 통합적으로 다루기 위해 행복감과 우울을 함께 살펴보고자 한다.

다양한 가족의 한 형태인 이혼과 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 경우 배우자의 부재로 생계를 전적으로 부양하는 동시에 가사 및 돌봄 역할을 혼자서 감당해야 하기 때문에 여

러 가지 심리적 어려움을 더 크게 경험할 가능성이 높다. 반면 중년기 이후 부모 역할이 감소함에 따라, 일에서의 역할이나 다른 활동 참여는 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미칠 수 있다. 따라서 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 변인을 다각적으로 파악하는 것은 중년기 여성 한부모의 삶의 질 향상을 돕는데 있어 필요한 일일 것이다.

2. 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 요인

중년기는 각자가 지나온 발달적 사건이 서로 다르고 또한 동일한 사건을 경험할지라도 개인의 인구사회학적 특성에 따라 또는 개인 및 사회 환경 특성에 따라 주관적 안녕감에 미치는 영향이 서로 다를 수 있다. 특히 여성 한부모는 혼인관계 해소와 어려워진 경제사정으로 인해 더 심한 스트레스에 노출되기 쉽고, 이로 인해 알코올 사용장애와 자살 생각이 기혼 여성에 비해 높게 나타난다(김수인·김의정, 2012). 이러한 여성 한부모의 어려움에도 불구하고, 중년기는 부모 역할로 인한 부담이 적어지면서 이를 대신 할 수 있는 새로운 역할이나 활동에 관심을 갖고 적극적으로 참여할 수 있는 시기이기도 하다. 대표적으로 중년기에는 여가활동이 증가하기도 하는데, 문현주와 김준희(2014)의 연구에 따르면 중년기의 활발한 여가활동은 여가에 대한 자신감을 부여하고, 신체적 건강으로 연결될 수 있다. 이와 함께 여가활동에 참여하는 빈도가 높을수록 규칙적인 생활 및 운동, 충분한 수면, 건강검진 등 신체적 노후준비를 많이 한다(최혜련, 2011). 그러나 경제적 상황이 열악한 여성 한부모의 경우 자신의 여가시간을 줄이는 방법을 선택하기도 한다(윤소영, 2012). 이처럼 한부모의 주관적 안녕감은 여성 한부모 개인의 생애주기 뿐 아니라 가족 역할 및 경제 상황 등에 대한 복합적인 고려가 필요하다. 그러나 대부분의 한부모 연구는 자녀양육기 여성 한부모를 중심으로 이루어지고 있으므로 자녀 양육의 부담이 다소 감소한 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 요인을 살펴보는 것이 필요하다.

일은 여성 한부모에 있어서 생계유지 수단일 뿐 아니라 자부심과 성취감의 원천이다(허수연, 2017). 일을 통해 타인과의 관계, 사회적 소속감 및 삶의 목표와 방향성을 찾고, 위기를 극복해 내는 자원을 획득할 수 있다(강명수 외, 2019; 김동건·이문숙, 2009; 정영숙·조설애, 2013; 조옥희·김경신, 2005). 이러한 일의 영향은 중년기 여성 한부모에게도 다르지 않을 수 있다. 반면, 일로 인한 역할 갈등은 여성의 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 미친다(강명수 외, 2019; 김동훈·기쁘다, 2020; 김오남, 2005; 박혜선·마예원·임선영, 2019; 신기영·옥선화, 2000). 다양한 여성 집단 가운데 역할 갈등을 가장 크게 경험할 수 있는 집단은 일이 선택이 아니라 필수인 여성 한부모일 것이다(성미애·진미정, 2009). 이들은 생계를 부양하는 동시에 가사 및 돌봄 역할을 혼자서 감당해야 하기 때문에 역할 갈등 문제와 이로 인한 심리적 어려움을 더 크게 경험

할 가능성이 높다. 실제로 한부모 여성 우울의 주요 원인은 역할기대 부담으로 인한 갈등으로 보고되고 있다(김오남, 2005). 또한 여성 한부모의 주관적 안녕감을 다룬 연구에 따르면, 여성 한부모의 직무부담이 클수록 일-가족 갈등이 높고, 일-가족 갈등 수준이 높을수록 우울이 높은 것으로 나타났다(허수연, 2017). 한편, 일과 가족 영역에서의 다중 역할은 갈등의 원천이 될 수도 있지만, 상호보완적 효과를 가져올 수도 있다. 일을 통해 사회적 지지 및 소속감을 얻고 위기를 전환할 수 있는 자원을 획득할 수 있을 뿐만 아니라, 가족 부양에 대한 책임감이 일의 원동력이 될 수 있다. 따라서 여성 한부모의 일-가족 경험을 살펴봄에 있어 일-가족 갈등 뿐 아니라 일-가정 향상을 함께 살펴보는 것이 필요하다. 이에 본 연구는 자녀양육 등 가족 역할이 감소하고 일에 대한 관여가 높아지는 중년기 여성 한부모의 일 만족도와 함께 일과 가족 생활에 미치는 부정적 영향뿐 아니라 긍정적 영향, 그리고 가족 내에서의 역할이 일에 미치는 긍정적, 부정적 영향 등을 세부적으로 살펴보고자 한다.

III. 연구방법

1. 분석자료 및 분석대상

본 연구는 여성가족패널(Korean Longitudinal Survey of Women and Families: KLoWF) 7차년도 자료를 사용하였다. 분석대상은 여성가족패널(KLoWF) 7차년도 응답자 중에서 혼인상태가 이혼, 사별인 40세에서 60세까지의 중년기 유자녀 취업 여성 244명이다. 본 연구의 조사대상자의 인구사회학적 특

성은 <표 1>과 같다. 평균 연령은 51.7세이고, 연령대는 40세-50세 95명(38.8%), 51-60세가 149명(61.0%) 순으로 나타났다. 교육수준은 고등학교 졸업 이하가 191명(78.3%), 대학교 졸업 이상이 53명(21.7%)이다. 결혼지위는 이혼 150명(61.5%), 사별 94명(38.5%)으로 이혼이 더 많았다. 종사상 지위를 살펴보면 임금근로자 158명(64.8%), 자영업자 79명(32.4%), 무급가족 종사자 7명(2.9%) 순으로 나타났다. 평균 자녀수는 약 2명(범위: 1-5명)이며, 분석대상자의 32%(78명)만이 현재 미성년자녀를 양육하고 있었다. 주관적 건강상태(범위: 1-5점)는 평균 3.35점(SD=.72)으로 보통보다 좋은 편이고, 주관적 경제상태(범위: 1-5점)는 평균 2.48점(SD=.74)으로 약간 어려운 수준인 것으로 나타났다.

2. 측정도구

1) 인구사회학적 변인

인구사회학적 변인에는 연령, 교육수준, 결혼지위, 자녀수, 미성년자녀 유무, 주관적 건강상태, 주관적 경제상태를 포함하였다. 여성 한부모의 연령은 연속변인으로 사용하였다. 교육수준은 '고등학교 졸업 이하', '대학교 졸업 이상'으로 구분하였고, 결혼지위는 '이혼' 1과 '사별' 0으로 구분하였다. 현재 건강상태는 '매우 나쁘다' 1점부터 '매우 좋다' 5점의 5점 척도로 연속변인으로 사용하였으며, 현재 경제상태는 '매우 어렵다' 1점부터 '매우 여유가 있다' 5점까지의 5점 척도로 연속변인으로 사용하였다. 자녀 수는 연속변인으로 사용하였고, 현재 미성년자녀 유무는 '유' 1, '무' 0으로 구분하였다.

<표 1> 조사대상자의 인구사회학적 특성

(N = 244)

변수	범주/범위	N/M	%/SD
연령(M = 51.7)	40-50세	95	38.8
	51-60세	149	61.0
교육수준	고졸 이하	191	78.3
	대졸 이상	53	21.7
결혼지위	이혼	150	61.5
	사별	94	38.5
종사상지위	임금근로자	158	64.8
	자영업자	79	32.4
	무급가족종사자	7	2.9
자녀수	1-5	1.94	.76
미성년 자녀 유무	유	78	32
	무	166	68
주관적 건강상태	1-5	3.35	.72
주관적 경제상태	1-5	2.48	.74

2) 개인 관련 변인

개인 관련 변인으로는 전반적 여가활동 만족도와 스트레스를 포함하였다. 전반적 여가활동 만족도는 '귀하는 전반적인 여가활동에 대해 얼마나 만족하고 계십니까?'의 단일문항으로 '매우 불만족 한다' 1점부터 '매우 만족한다' 7점까지의 7점 척도를 연속변인으로 사용하였다. 스트레스 정도의 경우는 '직장이나 가정 또는 학교에서 스트레스를 받는다', '심각한 고민이 있어도 함께 이야기할 사람이 없다', '나는 경제적인 문제로 스트레스를 받는다', '나는 사람들과의 관계 때문에 스트레스를 받는다' 등의 6문항의 평균을 사용하였고 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점까지의 4점 척도로 응답하였으며, 점수가 높을수록 스트레스가 높음을 의미한다. 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .76$ 으로 신뢰할 만한 수준이었다.

3) 일 관련 변인

중년기 여성 한부모의 일 관련 변인은 일 만족도와 일-생활 균형으로 살펴보았다. 일 만족도는 소득, 고용안정성, 일의 내용, 근로환경, 근로시간, 발전가능성, 직장인간관계, 복리후생, 성과인정, 전반적인 만족도의 10문항의 평균을 사용하였고, '매우 불만족' 1점에서 '매우 만족'의 5점으로 점수가 높을수록 일 만족도가 높은 것을 의미한다.

일-생활 균형은 일-가족 갈등, 일-가족 향상, 가족-일 갈등, 가족-일 향상의 4개의 하위영역으로 구성하였다. 네 개의 일-생활 균형 하위 영역은 4점 척도의 설문문항의 평균으로 최소 2문항에서 최대 3문항으로 구성되었으며, 점수가 높을수록 갈등이나 향상 수준이 높은 것을 의미한다. 구체적으로 살펴보면, 일-가족 갈등은 '일하는 시간이 너무 길어서 가정생활에 지장을 준다', '일하는 시간이 불규칙해서 가정생활에 지장을 준다'의 두 문항의 평균을 사용하였다. 일-가족 향상은 '일을 하는 것은 내게 삶의 보람과 활력을 준다', '일을 함으로써 식구들한테 더 인정받을 수 있다고 생각한다', '일을 함으로써 가정생활도 더욱 만족스러워진다'의 세 문항을 사용하였으며, 3문항의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .84$ 이다. 가족-일 갈등은 '자녀의 양육부담으로 인해 일을 병행하는 것이 힘들 때가 많다', '집안일이 많아서 직장일을 할 때도 힘들 때가 많다'의 두 문항을 사용하였으며, 가족-일 향상은 '가족부양의 책임감 때문에 더 열심히 일을 하게 된다', '식구들이 내가 하는 일을 인정해주어 일을 더 열심히 하게 된다'의 두 문항으로 구성하였다.

4) 주관적 안녕감

주관적 안녕감은 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 포괄적으로 다루기 위해 행복감과 우울을 포함하였다. 행복감은 '귀하께서는 현재 얼마나 행복하다고 생각하십니까?'의 단일문항으로 1-10점까지 척도로 측정된 변수를 사용하였으며, 점수가

높을수록 응답자의 행복감 수준이 높은 것을 의미한다.

우울은 지난 1주 동안의 느낌이나 행동을 묻는 4점 척도(1: 극히 드물다, 4: 대부분 그랬다)의 10개 문항으로 각 문항의 평균을 사용하였다. '상당히 우울했다', '모든 일들이 힘들게 느껴졌다', '세상에 홀로 있는 듯한 외로움을 느꼈다' 등의 문항으로 구성되었으며 점수가 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다. 우울의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .73$ 으로 나타났다.

3. 분석 방법

본 연구는 SPSS 25.0 프로그램을 사용하였으며 분석방법은 다음과 같다. 첫째, 분석대상자의 인구사회학적 특성, 개인 및 일 관련 변인의 경향을 살펴보기 위하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차 등의 기술통계 및 상관관계 분석을 실시하였다. 둘째, 이혼 및 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 인구사회학적 변인, 개인 변인, 일 관련 변인이 주관적 안녕감인 행복감과 우울에 미치는 상대적 영향력을 파악하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석을 실시하기 위하여 투입된 독립변수들 간의 다중공선성을 검토하였다. 독립변수 간 다중공선성은 상관관계 분석, VIF(분산팽창요인) 지수와 공차한계를 이용하였다. 상관관계는 .039-.579으로 높은 상관관계가 나타나지 않았고(<표 2> 참조), VIF 지수는 1.076-1.787로 10미만이었으며, 공차한계는 0.577-0.930으로 0.1이상으로 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 또한 오차의 독립성을 검증한 결과 Durbin-Watson 통계량이 1.663으로 자기상관이 없는 것으로 확인되었다.

IV. 연구결과

1. 주요 변인들의 특성 및 상관관계 분석

연구의 주요 변인에 대한 기술통계 및 상관관계 분석은 아래 <표 2>와 같다. 변인들의 왜도와 첨도를 살펴보면, 왜도는 절댓값 1미만이고 첨도는 2미만으로 나타나 정상분포에 해당하였다.

우선 주요 변인의 전반적인 특성을 살펴보면, 개인 변인인 여가활동만족도(범위: 1-7점)는 평균 4.24점($SD=1.14$)으로 중간보다 다소 높게 나타났다. 스트레스(범위: 1-4점)는 평균 2.36점($SD=.45$)으로 중간 수준으로 나타났다.

일 관련 변인 중 일 만족도(범위: 1-5점)는 평균 3.20($SD=.62$)으로 보통 수준이다. 일-가족 균형 중 일-가족 갈등(범위: 1-4점)은 평균 2.19점($SD=.74$)으로 높지 않은 반면, 일-가족 향상(범위: 1-4점)은 평균 3.10점($SD=.52$)으로 다소 높은 것으로 나타났다. 가족-일 갈등(범위: 1-4점)은 평균 2.23점($SD=.74$)이었고, 가족-일 향상(범위: 1-4점)은 평균 3.03점($SD=.59$)으로 다소 높은 수준을 나타내었다. 즉, 중년기 여성 한부모의

일에서의 역할과 가족에서의 역할 간의 관계를 살펴보면 일에서 가족으로나 가족에서 일로의 방향과 관계없이 갈등보다는 긍정적인 전이인 향상을 높게 경험하는 것을 알 수 있다.

주관적 안녕감 중 행복감(범위: 1-10점)은 평균 5.91점($SD=1.34$)으로 중간을 상회하는 수준이며, 우울(범위: 1-4점)은 평균 1.60($SD=.53$)으로 중간 보다 낮았다.

다음으로 주요 변인 간 상관관계를 살펴보면, 행복도는 여가활동만족도($r=.326, p<.01$), 일 만족도($r=.268, p<.01$), 일-가족 향상($r=.295, p<.01$)과 가족-일 향상($r=.217, p<.01$)과 정적으로 상관되었고, 우울($r=-.169, p<.01$) 및 스트레스($r=-.194, p<.01$)와는 부적 상관을 나타내었다. 우울은 스트레스($r=.413, p<.01$), 일-가족 갈등($r=.134, p<.05$), 가족-일 갈등($r=.223, p<.01$), 과 정적 상관을 보였으며, 여가생활만족도는 일 만족도($r=.185, p<.01$)와 정적상관을, 가족-일 갈등($r=-.126, p<.05$)과는 부적 상관을 나타내었다. 스트레스의 경우 가족-일 갈등($r=.218, p<.01$), 가족-일 향상($r=.176, p<.01$)과 정적 상관을 나타내었고, 일 만족도($r=-.172, p<.01$)와는 부적 상관을 보였다. 일 만족도의 경우 일-가족 향상($r=.261, p<.01$), 가족-일 향상($r=.176, p<.01$)과 정적 상관을 나타내었고, 일-가족 갈등은 가족-일 갈등($r=.579, p<.01$)과 정적 상관을 보였다. 일-가족 향상의 경우에는 가족-일 갈등($r=-.154, p<.05$)과는 부적 상관을, 가족-일 향상($r=.534, p<.01$)과 정적 상관을 나타내었다. 가족-일 갈등은 가족-일 향상($r=.160, p<.05$)과 정적 상관을 나타내었다. 즉, 여가활동만족도와 일-가족 향상 및 일 만족도, 가족-일 향상이 높을수록 행복도가 높아지고, 스트레스, 일-가족 갈등, 가족-일 갈등이 높을수록 우울이 높아지는 것으로 나타났다.

2. 주관적 안녕감 관련 변인

중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 변인을 파악하기 위해 행복감과 우울을 종속 변수로 하고, 인구사회학적 변인에는 연령, 교육수준, 결혼지위, 주관적 건강상태, 주관적 경제상태, 자녀수, 미성년자녀 유무를 투입하고, 개인 변인에는 여가활동만족도, 스트레스를, 일 관련 변인에는 일 만족도, 일-가족 갈등, 일-가족 향상, 가족-일 갈등, 가족-일 향상을 독립변수로 투입하여 회귀분석을 실시한 결과는 <표 3>과 같다.

회귀분석 결과 중년기 여성 한부모의 행복감 예측 변인으로 인구사회학적 변인 중 결혼지위($\beta=-.402, p<.05$), 주관적 건강상태($\beta=.254, p<.05$)가 통계적으로 유의하였고, 개인 관련 변인은 여가활동만족도($\beta=.300, p<.001$), 스트레스($\beta=-.416, p<.05$), 일 관련 변인은 일 만족도($\beta=.798, p<.05$), 일-가족 향상($\beta=.372, p<.05$)이 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 중년기 여성 한부모의 인구사회학적 변인, 개인 및 일 관련 변인은 행복감 변량의 약 26.3%를 설명하는 것으로 나타났다. 즉, 중년기 여성 한부모의 경우 이혼보다 사별일 경우, 주관적 건강상태가 좋을수록, 여가활동 만족도가 높을수록, 스트레스가 낮을수록, 일 만족도가 높을수록, 일-가족 향상이 높을수록 행복감이 높은 것으로 나타났다. 다음으로 우울 관련 변인을 살펴본 결과, 주관적 경제상태($\beta=-.283, p<.05$)와 스트레스($\beta=.464, p<.001$)만이 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 이들 변인은 중년기 여성 한부모의 우울감 변량의 약 19.4%를 설명하는 것으로 나타났다. 즉, 주관적인 경제상태가 좋지 않을수록, 스트레스 정도가 높을수록 중년기 여성 한부모의 우울이 높아지는 것을 알 수 있다.

<표 2> 주요 변인의 기술통계 및 상관관계 분석

(N = 244)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 행복도	-								
2. 우울	-.169**	-							
3. 여가활동만족도	.326**	.039	-						
4. 스트레스	-.194**	.413**	-.062	-					
5. 일만족도	.268**	-.120	.185**	-.172**	-				
6. 일-가족갈등	-.053	.134	-.092	.071	-.059	-			
7. 일-가족향상	.295**	-.038	.106	.040	.261**	-.119	-		
8. 가족-일갈등	-.065	.223**	-.126	.218**	-.104	.579**	-.154	-	
9. 가족-일향상	.217**	-.003	-.017	.176**	.176**	.078	.534**	.160	-
10. 평균	5.91	1.60	4.24	2.36	3.20	2.19	3.10	2.23	3.03
11. 표준편차	1.34	.53	1.14	.45	.62	.74	.52	.74	.59
12. 왜도	-.18	-.22	.14	.20	.08	-.03	-.18	.22	.71
13. 첨도	.28	.55	1.41	-.25	-.04	-.43	.12	-.49	-.29

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

〈표 3〉 주관적 안녕감 설명 요인 회귀분석 결과

(N = 244)

변인	행복감		우울	
	β	t	β	t
인구사회학적 변인				
연령	-.026	-1.398	-.005	-.686
교육수준	-.024	-.136	-.089	-1.216
결혼지위(기준: 이혼)	-.402	-2.477*	-.067	-.988
주관적 건강상태	.254	2.311*	-.051	-1.102
주관적 경제상태	-.031	-.283	-.115	-2.484*
자녀수	.089	.880	-.014	-.341
미성년자녀 유무	-.097	-.467	.035	.408
개인 관련 변인				
여가활동만족도	.300	4.417***	.026	.933
스트레스	-.416	-2.314*	.464	6.183***
일 관련 변인				
일 만족도	.798	3.302*	-.129	-1.282
일-가족 갈등	.015	.122	.029	.577
일-가족 향상	.372	2.106*	.050	.673
가족-일 갈등	.057	.424	.105	1.883
가족-일 향상	.270	1.721	-.107	-1.636
상수		1.913		1.662
adj. R ²		.263		.194
F		7.719***		5.183***

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

V. 결론 및 제언

본 연구는 이혼 및 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 변인을 살펴보는 것을 목적으로 하였다. 이를 위해 여성가족패널(KLoWF) 7차년도 응답자 중에서 혼인상태가 이혼, 사별인 중년기 유자녀 취업 여성 244명을 연구 대상으로 하였다. 중년기 여성 한부모의 인구사회학적 특성, 개인 관련 변인, 일 관련 변인을 독립변인으로 하고 주관적 안녕감인 행복감 및 우울을 종속변인으로 회귀분석한 연구결과 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 중년기 여성 한부모의 행복감에 영향을 미치는 변인으로는 결혼지위, 주관적 건강상태, 여가활동만족도, 스트레스, 일 만족도, 일-가족 향상으로 나타났다. 본 연구 결과에 따르면, 중년기 여성 한부모들은 신체적 건강 및 안정된 경제 여건 마련을 바탕으로 여가활동에서 만족감을 느끼고, 자신의 일에 대해 만족할수록 행복감을 경험함을 알 수 있다. 우선 여성 한부모의 결혼지위는 행복감과 관련이 있었는데, 이혼을 경험한 여성 한부모가 사별한 여성 한부모보다 행복감이 낮은 것으로 나타났다. 사별과 달리 이혼은 개인의 선택이 크게 작용하는데, 이혼한 여성 한부모가 사별한 여성 한부모보다 긍정적인 적응과 효율적 대처 전략을 세운다는 연구(공선영, 2001)와는 다소 상반되는 결과이다. 한부모 내에서도 이혼이나 사별 등

결혼지위에 따라 경험하는 행복감 수준이 상이하다는 본 연구 결과를 바탕으로 할 때, 후속 연구에서는 이혼 및 사별 한부모의 주관적 안녕감 관련 경험을 구분하여 살펴보는 것이 필요하다. 또한 이혼 여성 한부모가 경험하는 어려움을 해소하는데 도움이 되는 한부모 대상 프로그램 운영이 필요하다.

주관적 건강상태가 좋을수록 행복감이 높다는 본 연구의 결과는 선행연구(신희정, 2013)와 일치하는 결과이다. 건강은 인간의 삶에 있어 생계는 물론 사회참여(신희정, 2013), 행복감 등에 있어 중요한 요인임을 알 수 있다. 다음으로 중년기 여성 한부모의 여가활동만족도 또한 행복감과 정적 관계를 맺는 것으로 나타났다. 중년기는 어느 정도 자녀 돌봄에서 벗어나 여가시간이 늘어나며, 여가활동을 통해 자신을 발전시키고 행복감을 향상시키는 것으로 해석된다(문현주·김준희, 2014). 또한 여가활동 참여는 사회적 지지 획득(정명실·송지호, 2011)에도 도움이 될 수 있으므로 사회적 지지가 충분하지 않은 한부모에게 있어 적극적인 여가활동은 도움이 될 수 있다. 따라서 중년기 여성 한부모 대상 프로그램은 다양한 여가프로그램을 계획하고 참여하게 함으로써 한부모의 사회적 상호작용 및 주관적 안녕감을 증진시킬 필요가 있다. 이와 함께 여가활동은 중년기 여성의 건강과 밀접하게 관련된다는 선행연구(문현주·김준희, 2014) 결과를 고려할 때, 중년기 여성 한부모의 여가활동 지원을 통해 건강 향상을 돕는 것도 행복감 향상에 도움이 될 수 있을 것이다. 다만 본 연구에서는 여가활동 만족

도와 주관적 안녕감 간의 관계만을 살펴보았으므로 후속 연구에서는 중년기 여성 한부모의 행복감 향상과 관련한 다양한 여가활동 유형을 함께 살펴보는 것이 필요하다.

한편 일 만족도는 중년기 여성 한부모의 행복감에 가장 큰 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 일을 통한 소속감과 성취, 사회적 지지는 자칫 위기일 수 있는 중년기 여성 한부모에게 활력과 다가올 건강한 노후를 기대할 수 있게 한다. 중년기 여성 한부모에게 일은 가계경제를 돕는 도구적 역할뿐만 아니라, 자아성장의 원천이 될 수 있는 만큼 초기 여성 한부모가 괜찮은 일자리 진입을 통해 경력을 쌓고, 일의 만족도를 높이는 것이 매우 중요하다. 그러나 여성 한부모는 이혼이나 사별 후 남성 중심적인 노동시장에 재진입할 경우 시간제 근로나 임시직 혹은 일용직과 같은 저임금 직종에 머무르게 될 확률이 높다(노영희·김상인, 2016). 이혼 후 여성의 취업과 빈곤에 관한 선행연구(김혜영·변화순·윤홍식, 2008)에 따르면 취업 여성 가구와 비취업 여성가구의 빈곤율이 큰 차이가 없는 것으로 나타나, 이혼 후 여성이 참여하게 되는 노동시장의 일자리가 한부모 여성가구의 독립적인 생계 유지를 도울 만큼 괜찮은 일자리가 아님을 보고하고 있다. 또한 한부모가구 여성은 생계부양을 위해 급여가 높은 일자리를 선택하지만 직무부담으로 많은 심리적, 정신적 갈등을 경험하기도 한다(김정현, 2014; 성미애·진미정, 2009). 정책적 방안으로 여성새로일하기센터 등을 통해 경력단절 여성들의 진로 및 경력개발이 이루어지고 있지만, 대부분의 일자리와 교육이 상당 부분 단순 노무/사무직, 서비스, 사회복지 등의 분야로 이루어져 있어 다양한 인적자원 활용을 위한 직종의 개발과 그에 따른 교육 및 일자리 지원이 필요하다(정혜원, 2009).

이와 함께 일-생활 균형 하위 영역 중 일-가족 향상이 중년기 여성 한부모의 행복감에 영향을 미치는 변인으로 나타났는데, 이는 중년기 여성 한부모의 경우 일-가족 갈등보다 일에서 가족으로의 긍정적인 전이 즉, 일에서 획득한 소속감 및 성취감, 사회적 지지 등이 가족생활에 긍정적 영향을 미치고 있음을 시사한다. 여성가족패널 7차년도 자료를 분석한 주재선 외(2020)의 연구에 따르면 대부분의 취업여성은 일-가족 갈등을 경험하고 있으나, 중년기 취업 여성의 경우 일-가족 향상을 경험하는 수준이 매우 높다고 보고한 것과 일치한다. 중년기 여성의 일에서의 경험이 가족생활에 긍정적인 영향을 미치는 일-가족 향상 수준이 높을수록 행복감이 높아진다는 본 연구 결과는 중년기 여성 한부모에게 있어서 일의 중요성을 시사하는 결과이다.

둘째, 이혼, 사별을 경험한 중년기 여성 한부모의 우울에 영향을 미치는 변인으로는 스트레스와 주관적 경제상태만이 유의한 것으로 나타났다. 일상생활에서의 스트레스는 중년기 여성의 우울에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라, 생물학적, 심리적, 사회적 취약성을 지닌 개인이 스트레스를 경험할 때 기존의 취약성과 상호작용하여 더 높은 수준의 우울을 경험할 수

있다(손정남, 2018). 이혼, 사별을 경험한 여성 한부모의 경우 생활양식의 변화, 사회적 지지 감소 등 여러 가지 어려움으로 인한 스트레스를 경험(손정연·한경혜, 2006)하고 이는 우울에 부정적인 영향을 미치는 것이다. 이러한 결과는 중년기 여성 한부모의 스트레스 감소를 위한 사회적 지원 제공이 필요함을 시사한다. 본 연구는 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감에 스트레스의 부정적 영향을 밝혔다라는 측면에서 의의가 있지만, 구체적인 스트레스 경험 양상을 살펴보지 못했다. 후속 연구에서는 중년 여성 한부모의 스트레스 양상과 관련한 세밀한 연구가 필요하다. 이와 함께 본 연구는 중년기 여성 한부모의 어려운 경제상태가 우울을 높이는 주요 원인이 될 수 있음을 보여준다. 앞서 서술하였듯이 상당수의 여성 한부모는 일을 함에도 불구하고 빈곤한 근로 빈곤층에 속할 가능성이 높다. 중년기 여성 한부모의 경제적 복지는 중년기 여성 한부모 뿐 아니라 향후 여성 노인 및 중장년 여성 1인가구의 경제생활과도 밀접하게 관련된 이슈일 것이다. 따라서 여성 한부모가 괜찮은 일자리에 진입하여 경제적 복지가 향상될 수 있도록 지원하는 것이 필요하다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖고 있다. 전국단위의 여성가족패널조사 원자료를 활용하여 2차 자료를 분석하는 과정에서 자료의 신뢰성과 타당성은 확보하였으나, 연구주제와 관련한 보다 다양한 변수 선정과 관련된 부분에서는 다소 한계가 있었다. 추후 연구에서는 중년기 여성 한부모를 둘러싼 개인, 가족, 직장, 사회 등 여러 환경 관련 변수를 고려한 연구가 이루어질 수 있기를 기대한다. 이 같은 제한점에도 불구하고, 중년기 여성 한부모의 주관적 안녕감 관련 요인을 다양한 측면에서 고찰하였다는 점에서 본 연구의 의의가 있다.

참고문헌

- 1) 강명수·류은진·이수경(2019). 중년 직장여성의 일-가정 갈등이 삶의 의미에 미치는 영향: 사회적지지와 자기효능감의 매개효과를 중심으로. *가족과 문화*, 31(3), 110-138.
- 2) 강보민·이기영(2020). 중년 1인가구의 우울에 영향을 미치는 생태체계요인: 일반가구와 저소득층가구 비교. *한국사회과학연구*, 39(3), 5-38.
- 3) 공선영(2001). 모자가족의 경험과 적응에 관한 연구: 변화정도, 대처전략 및 적응을 중심으로. *가족과 문화*, 13(1), 75-105.
- 4) 김동진·이문숙(2009). 직장여성의 댄스스포츠 참가에 따른 여가만족이 직무만족 생활만족도에 미치는 영향. *한국체육학회지*, 48(3), 397-408.
- 5) 김동훈·기쁘다(2020). 중년기 일과 가정사이의 갈등 그리고 일에서의 소진이 결혼 불안정성에 미치는 영향: 가족소속

- 감의 매개 효과. 가정과삶의질연구, 38(1), 111-125.
- 6) 김미진(1995). 중년기 여성이 지각한 가족스트레스와 생활 만족도와의 관계. 고려대학교 석사학위논문.
 - 7) 김미정·김귀분(2013). 중년과 노인의 심리적 안녕감 영향 요인. 동서간호학연구지, 19(2), 150-158.
 - 8) 김명소·김혜원·차경호(2001). 심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
 - 9) 김명자(1989). 중년기 위기감 및 그 관련 변인의 관한 논문. 이화여자대학교 박사학위논문.
 - 10) 김수인·이의정(2012). 일 도시지역 한부모가족 부모의 정신건강상태와 이에 영향을 미치는 사회적 요인. 대한신경정신의학회, 51(6), 422-429.
 - 11) 김애순(1993). 개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위논문.
 - 12) 김애순 역(1998). 여자가 겪는 인생의 사계절, Daniel J. Levinson(1996), *The Seasons of a Woman's Life*, 서울: 세종연구원.
 - 13) 김연하·김애리(2019). 중년여성의 중년기 위기감이 우울에 미치는 영향: 자아정체감의 조절효과를 중심으로. 한국생활환경학회지, 26(1), 150-159.
 - 14) 김오남(2005). 한부모가족 여성가장의 심리적 안녕과 관련 변인 연구. 한국가족복지학, 14(14), 85-119.
 - 15) 김현영(2020). 중년여성의 노화불안에 영향을 미치는 요인. 한국산학기술학회, 21(6), 563-573.
 - 16) 김혜영·변화순·윤홍식(2008). 여성의 이혼과 빈곤: 직업과 소득의 변화를 중심으로. 가족과 문화, 20(2), 37-63.
 - 17) 김혜원(2009). 여성 가구주의 특성 및 경제활동 분석-여성 배우자와의 비교를 중심으로. 노동리뷰, 18-37.
 - 18) 김혜원·김명소(2000). 우리나라 기혼여성들의 심리적 안녕감의 구조분석 및 주관적 안녕감과 관계분석. 한국심리학회지: 여성, 5(1), 27-41.
 - 19) 노영희·김상인(2016). 한부모의 자녀양육 어려움, 고용지위, 사회적지지가 우울에 미치는 영향: 한부모의 성별차이를 중심으로. 가족과 가족치료, 24(2), 167-185.
 - 20) 문현주·김준희(2014). 중년기의 여가인지가 노후준비행동에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 38(2), 74-85.
 - 21) 박병기·홍승표(2004). 주관적 안녕 척도의 개발 및 타당화. 교육심리연구, 18(3), 159-175.
 - 22) 박정원·최명숙(2007). 중년 여성의 위기 경험. 정신간호학회지, 16(4), 469-480.
 - 23) 박정훈(2018). 중년여성의 사회적지지, 자기효능감이 노화불안에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지, 19(10), 569-577.
 - 24) 박주희(2019). 중년기 취업모의 가족부양부담이 심리적 복지감에 미치는 영향: 가족지지 자원의 조절효과를 중심으로. 한국가족자원경영학회지, 23(3), 133-148.
 - 25) 박혜선·마예원·임선영(2019). 중년여성의 스트레스에 미치는 영향요인. Journal of The Korean Society of Integrative Medicine, 7(4), 241-251.
 - 26) 방소연·도영숙(2020). 중년 여성의 신체 및 정신건강이 삶의 질에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지, 21(6), 161-169.
 - 27) 서은희·최지연·정영숙(2007). 중년 여성의 노화 불안과 미래 시간 조망 및 행복의 관계. 한국심리학회지, 31(2), 21-40.
 - 28) 신기영·옥선화(2000). 중년기 기혼 취업여성의 가족역할과 직업역할의 보상/비용에 따른 심리적 복지. 대한가정학회지, 38(8), 29-51.
 - 29) 신희정(2013). 한부모 여성가장의 건강권 지원 체형에 대한 질적 연구. 한국콘텐츠학회논문지, 13(7), 311-321.
 - 30) 성미애·진미정(2009). 빈곤 한부모 여성의 부모권 보장과 일-가족 양립. 가족과 문화, 21(3), 1-28.
 - 31) 손서희(2013). 이혼한 여성 한부모의 홀로서기 경험. 한국가정관리학회지, 31(2), 59-75.
 - 32) 손정남(2018). 중년여성의 우울에 영향을 미치는 요인: 갱년기 삶의 질을 중심으로. 한국보건정보통계학회지, 42(2), 148-157.
 - 33) 손정연·한경혜(2006). 결혼의 질, 이혼 장애 요인, 일상생활 스트레스와 이혼 후 적응. 가정과삶의질연구, 24(1), 83-102.
 - 34) 송정애·이정덕(2011). 저소득편모들의 심리적복지감, 부모역할수행, 가족생활교육 요구도 조사분석. 한국지역사회복지학, 9, 85-117.
 - 35) 이현아(2021). 중년세대의 가사노동 변화 트렌드. 가족자원경영과정책, 25(1), 47-61. DOI : 10.22626/jkfma.2021.25.1.004.
 - 36) 여성가족부(2018). 한부모가족실태조사. 여성가족부.
 - 37) 양한연(2009). 싱글맘의 심리적 지원체계로서의 자조모임. 한국한부모가정학, 2(1), 39-56.
 - 38) 윤소영(2012). 한부모가족의 시간사용과 여가활동 실태분석. 한국가족자원경영학회지, 17(1), 1-18.
 - 39) 장선희·여형남(2018). 중년기 생의 의미에 미치는 영향요인. 한국산학기술학회논문지, 19(12), 432-440.
 - 40) 장은령(2000). 중년여성의 자아정체감과 우울에 미치는 변인 연구. 서울대학교 석사학위논문.
 - 41) 장재정(1987). 중년기 여성의 성역할 정체감과 심리적 건강에 관한 연구. 고려대학교 박사학위논문.
 - 42) 조설애·정영숙·이재식·주미정(2018). 중년 성인의 일의 의미가 행복에 미치는 영향. 예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지, 8(10), 871-882.

- 43) 조옥희·김경신(2005). 중년기 기혼 취업여성의 관련변인에 따른 심리적 복지: 개인, 가족, 직업관련 변인을 중심으로. 한국가족관계학회지, 10(2), 1-29.
- 44) 정덕은·성경미(2011). 통합관리프로그램이 중년기 여성의 갱년기 증상과 우울에 미치는 효과. 동서간호학연구지, 17(1), 40-47.
- 45) 정명실·송지호(2011). 중년 여성의 여가활동특성에 따른 사회적 지지와 건강 상태. 기본간호학회지, 18(1), 97-106.
- 46) 정영숙·조설애(2013). 삶의 의미 원천과 의미에 대한 노력이 대학생과 중년 성인의 행복에 미치는 영향. 한국심리학회지: 일반, 32(3), 507-531.
- 47) 정혜원(2009). 괜찮은 여성일자리에 관한 관별기준 탐색: 경력단절여성의 취업선호도를 중심으로. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 48) 주재선·김영란·이동선·정성미·송치선·한진영·이진숙·양준영·손창균·장숙량(2002). 2019년 여성가족패널조사. 서울: 한국여성정책연구원.
- 49) 최윤정(2019). 여성한부모의 사회자본과 자녀유능감과의 관계에서 나타나는 매개효과로서 부모효능감에 관한 연구. 한국콘텐츠학회논문지, 19(6), 302-310.
- 50) 최혜련(2011). 중장년층의 라이프스타일과 여가활동 참여자 노후준비도 및 생활만족도에 미치는 영향. 고려대학교 박사학위논문.
- 51) 최희주·김영근(2017). 상담 및 심리분야의 중년연구 동향 분석. 재활심리연구, 24(3), 519-539.
- 52) 하정혜·김지현(2016) 중년여성 한부모의 성역할갈등과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지와 삶의 의미의 매개 효과. 한국심리학회지, 28(4), 1023-1046.
- 53) 한경혜·송지은(2001). 중년 남성의 건강에 가족 및 직업 특성이 미치는 영향. 한국가족학회, 13(1), 51-73.
- 54) 허수연(2017). 직무부담과 일-가족갈등이 우울에 미치는 영향: 한부모가구 여성과 유배우자 여성의 비교. 사회복지장 연구, 33(4), 347-370.
- 55) Neugarten, B. L.(1975). The awareness of middle age, In Neugarten, B, L.(Ed). Middle age and again.(pp. 3-41). Chiago : The University of Chiago Press.

■ 투 고 일 : 2022년 03월 13일
■ 심 사 일 : 2022년 04월 11일
■ 계 재 확 정 일 : 2022년 05월 20일