

# 중년여성이 인지하고 있는 삶의 질이 자아존중감과 생활만족도에 미치는 영향

권 한 경(울산고용노동지청) · 홍 상 욱(영남대 교수)

본 연구는 중년여성의 삶의 질, 자아존중감, 생활만족도의 전반적인 수준이 어떠한지를 살펴보고 아울러 중년여성의 삶의 질이 자아존중감과 생활만족도에 미치는 영향에 대하여 알아보고자 하였다. 조사대상자는 U광역시에 거주하는 40, 50대 중년여성 299명으로 취업주부와 비 취업주부가 골고루 표집 되도록 하였다. 설문조사는 자기기입식 설문지를 사용하였으며, 자료수집은 2011년 4월부터 2011년 5월까지 한 달간 실시하였다.

삶의 질 척도는 WHO(세계보건기구)가 개발한 WHOQOL-100의 간편형 WHOQOL-BREF 5점 척도 26문항(Cronbach's  $\alpha=.76$ ), 자아존중감은 정복순(2007)이 이용한 5점 척도 25문항(Cronbach's  $\alpha=.75$ ), 생활만족도는 Bigot(1974)가 표준화시킨 생활만족지수를 우리나라 실정에 맞게 변안한 박미현(2007)의 5점 척도 23문항(Cronbach's  $\alpha=.84$ )으로 재구성하여 사용하였다. 자료 분석은 SPSS WIN 19.0 프로그램을 이용하였다. 분석방법은 중년여성들의 사회인구학적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 삶의 질, 자아존중감, 생활만족도의 전반적인 수준과 이들의 관계를 알아보기 위해 기술통계분석과 상관관계분석을 실시하였다. 또한 중년여성의 삶의 질이 자아존중감과 생활만족도에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

본 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 삶의 질, 자아존중감, 생활만족도의 전반적인 수준을 살펴보면, 생활만족도( $M=3.38$ ), 자아존중감( $M=3.32$ ), 삶의 질( $M=3.22$ )의 순으로 나타났다. 이는 조사대상자 대부분 고졸이상의 학력과 월평균수입이 200만원 이상이 약 50%이상 차지하는 것을 볼 때 소득수준이 높을수록 생활만족도가 높다는 다른 연구결과와 일치한다(박경숙,1993). 또한 중년여성들의 생활만족도는 친구, 이웃, 동료와의 관계 즉, 대인관계가 좋을수록 생활만족도가 높게 나타났다.

둘째, 삶의 질이 자아존중감에 미치는 영향을 살펴보면, 일상적인 수행능력( $\beta=.23, p<.001$ )과 사회적 영역( $\beta=.01, p<.01$ ), 심리적 영역( $\beta=.15, p<.001$ )이 통계적으로 유의하였다. 즉 일상적인 수행능력을 잘할수록, 사회적관계가 원만할수록, 심리적 만족도가 높을수록 중년여성들의 자아존중감은 높게 나타나는 것을 알 수 있었다.

셋째, 삶의 질이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴보면, 일상적 수행능력( $\beta=.26, p<.001$ ), 신체적 영역( $\beta=.15, p<.01$ ), 심리적 영역( $\beta=.12, p<.01$ ), 사회적 영역( $\beta=.21, p<.001$ )이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 중년여성의 생활만족도를 높이기 위해 신체적 기능의 건강과 일상적 행동이 원만한 사회환경이 제공될 때 중년여성의 생활만족도가 높아짐을 알 수 있다.

따라서 중년여성들의 자아존중감을 높이고 만족하는 생활을 영위하기 위해서는 특히 일상적인 수행능력과 심리적, 사회적 영역의 삶의 질을 높이는 것이 중요함을 알 수 있다.