

중년 여성의 삶의 의미에 대한 주관성 연구*

김분한**·김윤숙***·최지은****·전혜원****·정 연****

I. 서 론

1. 연구의 필요성

인간과 동물은 출생, 성장, 쇠퇴, 사망 등 자연의 섭리에 따라 변화하지만 인간은 동물과 다르게 생의 변화 과정에서 겪게 되는 어려움을 극복하기 위해 노력하며 이러한 노력 중에 하나가 삶의 의미를 부여하는 것이다 (Frankl, 1971). 삶에 의미를 부여하는 것은 삶의 가장 원초적인 힘으로(Frankl, 1971), 살아야 할 이유를 가진 사람은 예기치 못한 변화에 잘 적응할 수 있을 뿐만 아니라 정상적인 지지체계가 자신을 실망시켜도 희망을 포기하지 않게 된다(Kang, 2001). 즉, 삶의 의미란 변화하고 있는 생물학적 과정에 안정적인 개념을 부여하는 것으로 어려움이나 문제에 어떠한 의미를 부여하는지에 따라서 쉽게 무너지기도 하고 고통으로부터 빠져 나와 긍정적인 만족감과 자아충족감을 증대시키기도 한다.

중년기란 40-60세 사이의 삶의 기간으로 자아심리학자들은 중년기를 성역할, 시간조망, 자아 통제방식, 자아 개념 및 자아정체감, 동기, 가치, 흥미, 생애 구조 등 다양한 심리 사회적 현상이 변화하는 심각한 발달적 위기라 하였다(Levinson, Darrow, Klein, Levinson, &

McKee, 1978). 특히 한국의 중년 여성은 빈 등지가 아닌 적막한 등지의 시기를 경험하는데(Kim, 2003) 자녀들이 모두 등교한 후 혼자 있는 시간이 길어져 인생, 자아, 자신의 일에 대해서 많은 생각을 하게 된다. 이들은 다른 가족에 비해 자신의 삶이 덧없이 흘러가고 있으며 무의미하다고 느끼기 시작하는 등 정서적인 변화와 함께 (Chae, 2002) 신체, 결혼생활, 가족관계, 인간관계, 경제문제, 직업 등의 변화를 경험하기 시작한다(Shin et al., 2002). 이러한 변화는 인성이나 가치관, 행동변화를 가져오는 혼돈감, 극복해야 할 과업에 수반되는 도전감, 무력감, 실망감, 고립감, 절망감, 초조감, 긴장감, 우울감 등을 초래한다(Shin et al., 1999; Shin, 1999).

또한, 옴은 중년을 인생의 정점(noon of life)이라고 하였고, 중년기에 속하는 많은 사람들이 직업적인 성공, 상당한 업적과 타인이 부러워하는 사회적 지위를 어느 정도 소유하고 있는 사람들임에도 불구하고 인생에 대한 허탈감과 무력감을 호소한다고 하였다(Kim, 2003).

중년기 변화에 영향을 주는 요인으로는 계층, 소득, 학력, 취업여부, 종교, 자녀의 독립 등의 사회 인구학적 요인과 폐경과 같은 신체적 요인, 자아 정체감, 성역할 정체감 등의 사회 심리적 요인, 가족관계, 사회관계망 등이 있는 것으로 밝혀져 있으나(Choi, Kim, Chin, &

* 이 논문은 2001년도 한양대학교 교내 연구비 지원을 받아 수행됨

** 한양대학교 간호학과 교수

*** 한양대학교 간호학과 박사과정(교신저자 E-Mail: well67@freechal.com)

**** 한양대학교 시간강사

투고일 2005년 1월 28일 심사외리일 2005년 1월 28일 심사완료일 2005년 4월 3일

Lee, 2002) 우리 문화 속의 한국 중년여성의 위기에 대한 근본적 이해를 제공하고 이를 극복할 수 있는 방안을 제시하는 연구는 매우 부족한 현실이다.

중년 여성을 대상으로 하는 연구들은 다수이나 노화 체험(Shin et al., 2002), 위기 경험(Kim, Yoo & Lee, 2002), 중년 여성의 스트레스(Han, Lee, & Lee, 2000) 등과 같이 중년기를 맞이하면서 겪게 되는 사건들을 중심으로 한 삶의 일부뿐만 다루는 것이 대부분이나 중년 여성의 삶에 대한 의미나 가치를 파악하고 자하는 시도는 미흡한 실정이다.

이에 본 연구는 객관성과 조작주의 등과 같은 양적인 연구의 단점을 보완하고 인간의 내면세계와 주관적 관점을 파악하기 위한 연구 방법론인 Q방법론을 적용하여(Kim & Won, 2000), 중년 여성의 삶의 의미에 대한 주관적 구조를 파악하고 그 유형에 따른 적절한 간호중재를 개발하는데 기초 자료를 마련하고자 시도되었다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 중년여성의 삶의 의미에 대한 주관성을 유형화하고 유형별 특징을 파악함으로써 중년 여성의 삶의 길을 향상시키기 위한 간호 중재 개발의 기초 자료로 활용하기 위함이다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 중년 여성의 삶의 의미에 대한 주관성을 유형화한다.
- 2) 중년 여성의 삶의 의미에 대한 유형별 특징을 기술하고 분석한다.

II. 연구 방법

1. 표집방법

1) Q-표본의 구성

중년 여성의 삶의 의미 유형에 대한 Q표본은 중년 여

<Table 1> Q-Statement

<ol style="list-style-type: none"> 1. This is the most elegance and most comfortable time any other time gone through in my life. 2. I am satisfied and secured socially and domestically. 3. It is time to endeavor myself for much better life hereafter. 4. I do not know how to maintain my future life due to no saving money. 5. Woman's life would be comfortable if she has a good husband. 6. Family is the most valuable for me. 7. Sometimes, either husband or children bother me. 8. I devote myself to husband and children during my life. 9. I regret my life that has lived in a hurry. 10. I should find the way how to live without children's dependence. 11. I feel sad that my health is getting worse and older. 12. I feel comfortable when I talk to persons who have similar age with me. 13. There is few exciting event. 14. I think that all is vanity in life. 15. I think I am useless. 16. I spent more my time in thinking about who I am and what my life is. 17. I want to have time for only myself from now on. 18. I am not much embarrassed at such a thing because I am getting stronger as I get older. 19. I am much dependent on husband when I got younger. 20. Couple only remains when children grow up. 21. Death is closely related to me not other's business. 22. I want to be young again. 23. I depend on the God. 24. I will release my stress and have more financial flexibility if I work for company. 25. I feel oppressed that I could not express my thought among family members. 26. My decision would be respectable for family. 27. It is valuable to do social service for other people. 28. I will not regret if I much devote to my parents before they pass away. 29. I become deeper and wider consideration about life through various experiences gained the life. 30. I refer everything to myself because it is much important for me to make a success.
--

성이 주관적으로 인지하는 삶의 의미에 관한 진술문이다. 중년 여성의 삶의 의미에 대한 문헌 및 선행 연구를 고찰한 자료와 삶의 의미에 대하여 개별적으로 심층 면담한 자료를 통합하여 Q모집단을 추출하였다.

본 연구에서는 2004년 9월부터 2004년 12월까지 중년 여성 7명을 대상으로 중립적 면담을 통해 진술내용을 얻었으며, 면담시 “현재의 삶이 어떠하다고 느끼십니까?”라는 질문으로 시작하였다. 문헌을 통한 Q 모집단의 추출은 Frankl(1971)의 이론을 통해 중년 여성의 삶의 의미와 관련된 진술문을 추출하였다. 이와 같은 과정을 통해 추출된 자료는 모두 문항별로 긍정적 항목과 부정적 항목을 고려하여 진술문이 중복되지 않도록 정리하였으며, 여러 번 검토를 통해 중년 여성의 삶의 의미라고 생각되는 진술문이 모두 128개 추출되어 Q표본 선정을 위한 Q 모집단을 완성하였다. 이를 토대로 간호대학 교수 1인과 Q방법론 전문가 일인의 검토와 수정을 거쳐 최종 30개의 Q표본 진술문을 선정하였다<Table 1>. 진술문의 내용 구성은 간호대학 교수와 Q방법론의 전문가의 의견을 받아서, 신체적 영역에 대한 진술문이 4문항, 사회·경제적 영역과 정신·영적인 영역에 대한 진술문이 각각 7문항, 가족 영역에 대한 진술문이 10문항, 노후에 대한 진술문이 2문항이다.

또한 타당도를 높이기 위해 중년 여성 1인, 성인 간호학 박사 2명, 간호 대학원 박사과정중인 학생 1명에게 각 진술문에 대한 이해도와 명확성 여부를 검증하였다.

2) P표본의 선정

Q 방법론은 개인 간의 차이가 아니라 개인 내의 중요성의 차이를 다루는 것이므로 P표본의 수와 선정에는 아무런 제한을 받지 않는다(Kim & Won, 2000).

본 연구의 대상자는 자원봉사 활동 여부, 월평균 가계 소득 등을 적절히 고려한 서울시에 거주하고 있는 자로 연구에 동의한 중년 여성 31명으로 하였다.

3) Q-분류과정과 방법

대상자에게 Q-진술문을 읽게 한 후 의문이 있거나 이해가 되지 않는 문항의 여부를 확인하고, 연구의 목적과 방법을 설명하고 동의를 구한 후, 먼저 나이, 종교, 배우자 유무, 자녀의 수, 직업, 월평균 가계 소득, 동우회 및 봉사활동 여부, 배우자 직업유무 등 인구사회학적 특성을 파악하기 위한 질문지를 작성하도록 하였다. 대상자가 Q-진술문들을 자신의 의견에 따라 가장 긍정(동의)하

는 진술문에서부터 가장 부정(동의하지 않음)하는 진술문을 선택하여 7점 척도 상에 분류하도록 하였다. 이때 의견이 정상분포에 가깝도록 하기 위해 Q방법론의 원리에 따라 강제분포(forced-normal distribution)를 하도록 하였다. 이때 양극에 놓인 진술문(+3, -3) 6개를 채택한 이유를 각각 쓰도록 하였다.

2. 자료처리 및 분석 방법

자료의 처리는 Q표본 분포도에 기록된 진술문항 번호를 확인하여 가장 동의하지 않은 문항(-3)을 1점으로 하여 2점(-2), 3점(-1), 중립 4점(0), 5점(+1), 6점(+2), 가장 동의하는 문항(+3)에 7점으로 점수화하여 코딩 후 컴퓨터에 입력시켰다. 자료의 분석은 PC Quanl Program을 이용하여 처리하고 Q요인분석은 주요인분석(Principle Component Factor Analysis) 방법을 이용하였다. 가장 이상적인 결정을 위해 Eigenvalue 1.0이상을 기준으로 요인 수를 다양하게 입력시켜 산출된 결과 중 최선이라고 판단된 유형을 선택하였다.

III. 연구 결과

본 연구에서 중년 여성의 삶의 의미는 4개의 유형으로 분석되었다. 각각의 유형은 참여자가 중년 여성의 삶의 의미에 대하여 가지고 있는 의식 상태에 따라서 비슷한 의견이나 생각을 가진 사람들끼리 묶기 때문에 각 유형은 각각의 특성을 설명하게 된다.

1. Q-유형의 형성

전체 연구대상자 31명 가운데 제 1유형에 속한 사람은 12명, 제2유형은 9명, 제 3유형은 6명, 제 4유형은 4명으로 분류되어 나타났다. 각 유형 내에서 인자가중치가 높은 사람일수록 그 속한 유형의 전형적인 혹은 이상적인 사람으로서 그 유형을 대표한다. 인자가중치가 1.0 이상인 사람이 제 1유형에 3명, 제 2유형에 4명, 제 3유형에 2명, 제 4유형에 1명이 속해 있었다<Table 2>.

각 유형별 인자가중치와 변량을 분석한 결과 4개 유형은 전체 변량도는 54.02%를 설명하고 있으며, 각 유형별 설명력은 제 1유형이 37.43%, 제2유형이 8.03%, 제3유형이 4.32%, 제 4유형이 4.24%였다<Table 3>.

<Table 2> Demographic characteristics and factor weights of P-samples

Type	id	factor weight	age	religion	spouse	number of child	occupation (self)	occupation (spouse)	income (10,000)	voluntary activity
1 (N=12)	2	.7701	48	protestant	y	1	part-time	n	150	y
	6	.9824	46	protestant	y	3	none	y	600	n
	10	.0483	47	buddhist	y	2	none	y	400	y
	12	1.1050	47	catholic	y	3	none	y	4500	y
	16	.8991	47	protestant	y	2	full-time	y	350	y
	17	.5160	40	protestant	y	3	part-time	y	500	n
	18	.9569	59	protestant	y	3	none	n	500	y
	19	1.8883	49	protestant	y	3	none	y	700	n
	22	1.1865	41	catholic	y	1	part-time	y	500	y
	23	.5687	53	protestant	n	2	full-time	n	1000	n
	25	.5108	57	protestant	n	2	none	n	85	y
	26	.9704	53	protestant	y	3	none	y	400	n
2 (N=9)	1	.6965	40	buddhist	y	2	part-time	y	400	n
	5	1.1860	41	protestant	y	2	none	y	200	n
	8	.7690	45	catholic	y	2	full-time	y	300	n
	11	1.0681	40	protestant	y	2	none	y	150	n
	15	.8342	42	buddhist	y	1	full-time	y	200	y
	21	.9309	41	none	y	2	none	y	300	n
	27	1.1179	40	protestant	y	1	part-time	y	400	n
	29	1.4887	41	none	y	2	part-time	y	400	n
	31	.4298	42	protestant	y	2	none	y	500	n
3 (N=6)	3	.8999	51	protestant	y	1	full-time	y	500	y
	4	1.6325	46	buddhist	n	0	part-time	n	150	y
	14	.5524	44	catholic	y	3	full-time	y	250	y
	20	.8594	41	protestant	y	1	full-time	y	200	y
	24	.8439	58	protestant	n	2	full-time	n	400	n
	30	2.0648	41	catholic	y	2	part-time	y	700	n
4 (N=4)	7	.6862	58	buddhist	n	2	part-time	n	250	n
	9	1.0280	48	buddhist	y	1	none	y	180	y
	13	.5459	44	catholic	y	2	none	y	300	y
	28	.6441	50	catholic	y	1	full-time	y	400	y

<Table 3> Eigen Values and Variances for each type

	Type 1	Type 2	Type 3	Type 4
Eigen value	11.6046	2.4907	1.3387	1.3134
Variance	.3743	.0803	.0432	.0424
Cumulative Variance	.3743	.4547	.4979	.5402

또한 각 유형 간의 상관관계는 각 유형간의 유사성 정도를 보여 주는 것으로 제 1유형과 제 2유형의 상관계수는 .532이며, 제 1유형과 제 3유형은 .684, 제 1유형과 제 4유형은 .499, 제 2유형과 제 3유형은 .557, 제 2유형과 제 4유형은 .534 그리고 제 3유형과 제 4유형은 .447의 상관관계를 보이고 있다.

2. 중년 여성의 삶의 의미의 유형별 특성

각 유형이 자신에게 가장 해당 또는 가장 해당되지 않는다고 선택한 진술문 중 유형별 표준점수(Z-score)가 ± 1.00 이상인 항목을 중심으로 유형별 특성을 기술하였고, 변화 유형별 대상자의 특성을 보다 구체적으로 파악하기 위해 각 유형의 전형적인 사람(인자 가중치 1.00이상)을 중심으로 면담을 실시하였으며 그 결과는 다음과 같다.

1) 제 1유형: 무엇을 도와드릴까요?

제 1유형은 삶의 의미를 가족과 타인에게 초점을 맞췄으며, 자기 자신을 위한 시간도 가족과 남을 위한 봉사 시간으로 자유롭게 활용하기를 원했다<Table 4>.

특히 제 1유형은 다른 유형에 비해 삶의 의미 봉사를 중요시 여겼으며, 가족과 타인을 위한 봉사가 자신의 삶

을 가치 있게 해주며, 인생을 즐겁게 하고, 자신의 존재 가치를 중요하게 만든다고 인식하고 있었다.

제 1유형을 대표하는 대상자는 47세 주부이며, 종교가 천주교로써 현재 봉사활동을 하고 있다. 삶의 의미에 대해 “삶의 행복은 봉사이다”라고 표현하였으며, “인생은 짧고, 한번 왔다가 가는 존재로써 자기 자신이나 생활에 연연해하는 것보다는 나이가 들어 더 이상 움직이지 못하기 전에 남을 위해 살아야 된다”고 표현하였다. 또한, “남을 위한 봉사는 과거 삶의 충실에서 오는 경제적인 여유로움과 신앙생활 안에서 자신의 존재 가치의 소중함을 인식하는데서 나온다”고 하였다.

19번 대상자는 49세의 기독교를 믿는 주부로 가정의 행복이 사회의 행복, 가족의 평안이 사회의 평안이라고 표현하였다. 자신을 위한 삶은 가족을 위한 삶이라고 생각하였으며, 현재 봉사활동을 하지 않지만, 가족을 위해 봉사하는 것도 사회의 봉사라고 표현하였다. 이 대상자는 가족을 위한 삶을 자신의 삶의 의미로써 가치를 두었다.

제 1유형을 대표하는 중년여성들은 경제적으로 여유로우면서, 배우자가 직업을 가지고 있고, 종교를 가지고 있는 사람으로 대부분 봉사활동을 열심히 하거나 종교 활동을 열심히 하는 사람들로 구성되어 있었다.

제 1유형은 타 유형에 비해 긍정하는 항목은 ‘타인을 위한 봉사 활동하는 것은 가치 있는 일이다’, ‘사회적으

로 가정적으로 안정되고 만족스럽다’ 등이며, 부정하는 항목은 ‘내가 잘되는 것이 더 중요하기 때문에 내 중심으로 생각한다’, ‘벌어놓는 돈도 없고 앞날을 생각하면 막막하다’, ‘노후 걱정이 되고 자식에게 신세안지고 살아갈 길을 찾아야 한다’ 등이다<Table 5>.

이상과 같은 결과를 종합해 볼 때 제 1유형은 중년 여성으로써 가족과 남을 위한 봉사에 삶의 의미를 두는 것을 알 수 있다. 이러한 점에서 제 1유형을 “무엇을 도와드릴까요?”로 명명하였다.

2) 제 2유형: 홀로서기

제 2유형은 삶의 의미를 미래의 물질적인 풍요에 대한 기대에 초점을 맞췄으며, 현재의 삶은 풍요롭지 못할 지언정 노후에는 안정적인 삶을 기대하는 것으로 나타났다<Table 6>.

특히 제 2유형은 다른 유형에 비해 미래의 물질적인 풍요에 삶의 의미를 두었으며, 현재의 삶은 안정적이거나 만족스럽지 못하고 여유가 없지만, 노후에는 자립할 수 있는 경제적인 능력을 갖추어 다른 가족에게 부담이 되지 않기를 원했다.

제 2유형을 대표하는 대상자는 41세의 전업주부로 중년 여성의 삶의 의미를 ‘홀로서는 것’이라고 표현하였다. 이는 “아직 어린 자녀를 두어 경제적인 여유로움이 없으

<Table 4> Descending array of z-score and item descriptions for type 1

No	Q-Statement	Z-Score
6	Family is the most valuable for me.	2.07
27	It is valuable to do social service for other people.	1.65
17	I want to have time for only myself from now on.	1.02
19	I am much dependent on husband when I got younger.	-1.22
14	I think that all is vanity in life.	-1.32
4	I do not know how to maintain my future life due to no saving money.	-1.51
30	I refer everything to myself because it is much important for me to make a success.	-1.79
15	I think I am useless.	-2.16

<Table 5> Type 1 items and z-scores greater or less than all others

NO	Q-Statement	Z-Score	average	difference
27	It is valuable to do social service for other people.	1.649	.448	1.200
2	I am satisfied and secured socially and domestically.	.528	-.581	1.109
24	I will release my stress and have more financial flexibility if I work for company.	-.771	.304	-1.075
10	I should find the way how to live without children's dependence.	-.339	.819	-1.158
22	I want to be young again.	-.714	.461	-1.175
4	I do not know how to maintain my future life due to no saving money.	-1.513	-.278	-1.235
30	I refer everything to myself because it is much important for me to make a success.	-1.792	-.355	-1.437

<Table 6> Descending array of z-score and item descriptions for type 2

No	Q-Statement	Z-Score
3	It is time to endeavor myself for much better life hereafter.	1.84
6	Family is the most valuable for me.	1.64
10	I should find the way how to live without children's dependence.	1.18
20	Couple only remains when children grow up.	1.15
9	I regret my life that has lived in a hurry.	-1.27
2	I am satisfied and secured socially and domestically.	-1.28
1	This is the most elegance and most comfortable time any other time gone through in my life.	-1.54
25	I feel oppressed that I could not express my thought among family members.	-1.60
15	I think I am useless.	-1.85

며, 수입에 비해 지출의 비중이 높아 미래의 삶에 대한 걱정이 매우 크다"라고 표현하였다. 이 대상자는 자식에게 짐이 되지 않을 정도의 경제적인 여유가 있기를 원했다.

11번 대상자는 기독교를 믿는 40세 주부로 경제적인 어려움이 삶의 의욕마저 저하시킨다고 표현하였다. 또한, 나이가 들수록 독립적인 생활을 원하고 있으며, "자녀는 자라서 각자 독립된 길을 선택해서 살아가는 것이지 부모를 부양해주는 대상은 아니다"라고 표현했다.

제 2유형에 속한 중년여성들은 40대 초반으로 자녀들이 학령기이며, 경제적 지출이 많고, 배우자의 직업이 안정적이지 못한 상태이고, 수입 정도가 낮거나 인지되는 수입정도가 낮은 사람들로 구성되어 있었다.

제 2유형은 타 유형에 비해 긍정하는 항목은 '가끔은 남편도 자식도 다 귀찮다', '벌어놓은 돈도 없고 앞날을 생각하면 막막하다', '앞으로 더 나은 생활을 위해서 노력해야 하는 시기이다.' 등이며, 부정하는 항목은 '절대자에게 의지하게 된다', '내 인생에서 지금이 다른 어느 시기보다 여유롭고 중후한 맛이 있다' 등이다<Table 7>.

이상과 같은 결과를 종합해 볼 때 제 2유형은 현재 경제적으로는 여유롭지 못하지만 미래에는 다른 가족의 도움을 받지 않고 생활할 수 있는 기반이 마련되기를 원했다. 이러한 점에서 제 2유형을 "홀로서기"로 명명하였다.

3) 제 3유형: 나는 누구인가?

제 3유형은 현재 자신의 가치에 대한 의문의 연속선상에 존재하는 것을 확인할 수 있었다<Table 8>.

다른 유형에 비해 제 3유형은 자기 자신을 찾고자하는데 초점을 두었는데, 자신이 누구인지에 대해 생각하는 시간들이 많아지면서, 자신과 자신의 주변 상황들을 돌이켜 봄을 확인 할 수 있다.

제 3유형을 대표하는 대상자는 41세로 파트타임으로 일 하는 주부이며, 종교가 천주교이다. 삶은 "나 자신을 위한 것이다"라고 표현하였으며, "가족이 소중한 만큼 내 자신도 소중하고, 자신의 주장대로 가족들이 따라 주기를 원하지만, "왜 라는 의문들이 자꾸 생긴다"라고 표현하였다. 그러면서, "혼자만의 시간을 갖거나 절대자와의 만나는 시간(기도, 묵상)을 자주 갖는다"라고 하였다.

4번 대상자는 46세의 미혼이며 종교는 불교이다. "나에게 있어서 현재는 인생의 전환점의 시기로 나 자신을 돌아보는 시간이 필요하다"라고 표현하였다. "과거, 현재, 그리고 미래의 삶들을 생각하면서, 타인이 아닌 '나'중심으로 생각하고 추진하길 원한다"라고 하였다. "중년에 있어서 삶의 의미는 자기 자신을 돌아보면서 자아 정체성을 찾는 것이다"라고 하였다.

이 유형을 대표하는 중년여성들은 정규직 또는 시간제로 일을 하는 사람들로 경제적인 측면뿐만 아니라 일을 함으로써 자아를 발견하고 삶의 활력소를 찾고자 노력하는 사람들로 구성되어 있다.

<Table 7> Type 2 items and z-scores greater or less than all others

NO	Q-Statement	Z-Score	average	difference
7	Sometimes, either husband or children bother me.	.487	-.817	1.304
4	I do not know how to maintain my future life due to no saving money.	.278	-.875	1.153
2	I am satisfied and secured socially and domestically.	-1.275	.020	-1.296
1	This is the most elegance and most comfortable time any other time gone through in my life.	-1.538	-.099	-1.440
21	Death is closely related to me not other's business.	-.894	.625	-1.519
23	I depend on the God.	-.848	.871	-1.720

<Table 8> Descending array of z-score and item descriptions for type 3

No	Q-Statement	Z-Score
6	Family is the most valuable for me.	1.09
3	It is time to endeavor myself for much better life hereafter.	1.68
28	I will not regret if I much devote to my parents before they pass away.	1.12
16	I spent more my time in thinking about who I am and what my life is.	1.07
23	I depend on the God.	1.06
9	I regret my life that has lived in a hurry.	-1.00
14	I think that all is vanity in life.	-1.10
19	I am much dependent on husband when I got younger.	-1.17
4	I do not know how to maintain my future life due to no saving money.	-1.29
8	I devote myself to husband and children during my life.	-1.38
25	I feel oppressed that I could not express my thought among family members.	-1.39
7	Sometimes, either husband or children bother me.	-1.60
15	I think I am useless.	-1.81

제 3유형은 타 유형에 비해 긍정하는 항목은 ‘내가 잘 되는 것이 더 중요하기 때문에 내 중심으로 생각한다’, ‘내가 누구인지 내 인생에 관해 생각하는 시간이 많아졌다’ 등이며, 부정하는 항목은 ‘그동안 너무 자식과 남편을 위해서 희생만 한 것 같다’, ‘가끔은 남편도 자식도 다 귀찮다’ 등이다<Table 9>.

이상과 같은 결과를 종합해 볼 때 제 3유형은 허겁지 겁 자신의 삶을 되돌아보지 못하고 살아왔다가 중년의 어느 순간 자신을 돌이켜 보면서 자신의 정체성을 찾는 데 초점을 두는 것을 확인할 수 있다. 이러한 점에서 제 3유형을 “나는 누구인가?”로 명명하였다.

4) 제 4유형: 후회 없는 삶

제 4유형은 어느 순간 거울에 비친 자신의 모습을 보면서 나이 들에 대해 느끼고, 자신이 예전과 같이 움직일 수 없음을 깨닫게 되면서, 세월의 흐름을 막을 수 없음을 깨닫게 된다<Table 10>.

특히 제 4유형은 다른 유형에 비해 건강, 주름, 나이 들, 죽음에 대해 초점을 두었는데, 자꾸 나빠져 가는 건강과 거부할 수 없는 세월에 순응하면서 앞으로 삶을 의미 있고 후회 없이 남기고 싶어 하였다.

제 4유형을 대표하는 대상자는 48세 주부이며, 종교는 불교이다. 중년 여성으로써 삶의 의미에 대해 “후회

<Table 9> Type 3 items and z-scores greater or less than all others

NO	Q-Statement	Z-Score	average	difference
30	I refer everything to myself because it is much important for me to make a success.	.622	-1.160	1.782
16	I spent more my time in thinking about who I am and what my life is.	1.073	-.158	1.232
20	Couple only remains when children grow up.	-.113	.927	-1.041
8	I devote myself to husband and children during my life.	-1.380	-.104	-1.275
7	Sometimes, either husband or children bother me.	-1.601	-.121	-1.480

<Table 10> Descending array of z-score and item descriptions for type 4

No	Q-Statement	Z-Score
11	I feel sad that my health is getting worse and older.	1.81
5	I feel comfortable when I talk to persons who have similar age with me.	1.68
28	I will not regret if I much devote to my parents before they pass away.	1.65
21	Death is closely related to me not other's business.	1.54
10	I should find the way how to live without children's dependence.	1.00
14	I think that all is vanity in life.	-1.12
25	I feel oppressed that I could not express my thought among family members.	-1.17
15	I think I am useless.	-1.79
9	I regret my life that has lived in a hurry.	-1.84
19	I am much dependent on husband when I got younger.	-2.12

없는 삶을 사는 것”라고 표현하였으며, “건강이 좋지 않고 자꾸 아파서 죽음을 생각하면서 부정적인 생각들을 하지만 열심히 살아 온 만큼 앞으로 삶도 후회 없이 살기위해 주위를 둘러본다”고 표현하였다. 또한, “자신이 죽음을 생각하다보니 가까이 계신 부모님께 효도하여 돌아가신 후에 후회하지 않기를 바라고, 자신도 자식들에게 효도를 받기를 원한다”고 표현하였다.

특히, 제 4유형에 속한 인자가중치가 높은 유형을 대표하는 중년여성들은 대부분 건강이 좋지 않거나 폐경이 온 상태여서 갱년기 증상도 경험한 사람들이나, 현재의 나빠진 건강을 지키기 위하여 건강관리 프로그램에 참여하는 사람들로 구성되어 있다.

제 4유형은 타 유형에 비해 긍정하는 항목은 ‘건강도 안 좋아지고 늙어간다고 생각하니 서글퍼진다’, ‘죽음이 남의 일 같지 않고 나와 관련지어 생각하게 된다’ 등이며, 부정하는 항목은 ‘다른 사람을 위한 봉사활동을 하는 것은 가치 있는 일이다’, ‘나에게는 가족이 가장 소중한다’ 등이다<Table 11>.

이상과 같은 결과를 종합해 볼 때 제 4유형은 건강상태의 변화, 노화, 과거보다는 죽음이 더 가깝다는 것을 인식함으로써 앞으로 남은 삶에 대해 후회 없이 보내고자 노력하는 것으로 나타났다. 이러한 점에서 제 4유형을 “후회 없는 삶”으로 명명하였다.

IV. 논 의

Frankl(1971)은 ‘인간은 자신의 생각 속에 꿈을 가지고 있는 동안에는 삶의 의미를 잃을 수 없다’고 하였으며 ‘인생에 있어서 의미와 목적을 갖는 것은 가장 기본적인 인간의 욕구이므로 의미를 추구하는 것이다’라고 하였다.

전통적으로 중년은 삶의 변화, 가족붕괴, 젊음에 대한 갈망 등을 겪는 생애의 위기라고 특징지어진다(Cho & Park, 2004). 특히 중년 여성은 여성의 생의 주기 중 가장 현저하고 급격한 생의 변화를 경험하여 중년기 위

기를 겪는다고 하였다(Hong, 2000). 이 시기에 중년 여성의 주관적인 삶의 의미를 파악하여 유형을 제시한 점에서 본 연구의 의의가 있다고 하겠다.

본 연구에서 나타난 중년 여성의 삶의 의미의 유형을 파악하여 중년 여성의 삶의 질을 향상시키기 위한 적절한 간호를 제공할 수 있도록 중년 여성의 주관성에 입각하여 삶의 의미 유형을 구분하고 유형별 특성을 파악하고자 시행하였으며, 네 가지 유형으로 구분할 수 있다.

전체 대상자 중 12명으로 가장 많은 제 1유형은 ‘무엇을 도와드릴까요?’로 자신, 가족 그리고 타인에게 초점을 둔 삶이었다. 가족과 타인을 위한 봉사 활동에 즐거움을 두었으며, 자신만 위한 시간도 타인을 위한 재충전의 시간으로 간주하였다.

이 유형의 대표적인 중년 여성들은 경제적으로 여유로우면서, 종교를 가진 사람들로 열심히 봉사활동을 하거나 종교 활동에 열심히 참여하는 사람으로 구성되어 있었다. 이들은 삶의 의미를 사회에 무엇을 줄 것인가와 관련된 능동적 행위에 두는 것으로 볼 수 있다. 이제까지 삶을 열심히 살아왔고 자식이나 남편이 어느 정도 안정되어 있어 자신의 도움을 과거에 비해 많이 필요로 하지 않으므로 사회를 위해서 봉사하는 삶을 살고 싶어 하였다.

Shin 등(1999)은 중년여성들은 베풀면서 사는 것을 경험하며 한 사람의 여성으로서 재탄생하여 가치 있는 새로운 인생을 시작하고 풍성한 삶을 이룬다고 한 것과 같은 의미라고 볼 수 있다. 또한, 중년 여성들은 소속감의 결여와 무능력으로 인하여 상실감, 고독감, 자아에 대한 부정적인 태도를 통한 심리적 불안과 우울을 경험한다(Shin, 2002)와는 상반된 결과를 가져왔다. 이는 가정 내에서 자신의 필요성 저하로 나타난 자존감 저하를 극복하고 긍정적인 사회의 봉사에 초점을 둬으로써 자아에 대한 긍정적인 태도를 가질 수 있게 된 것으로 사료된다.

이 유형의 여성들을 위해 소년·소녀 가장 돕기, 독거노인 도시락 봉사 등과 같이 지역사회 내에서 언제든지 도움의 손길을 줄 수 있는 봉사 프로그램들을 활성화시

<Table 11> Type 4 items and z-scores greater or less than all others

NO	Q-Statement	Z-Score	average	difference
11	I feel sad that my health is getting worse and older.	1.808	-.552	2.360
21	Death is closely related to me not other's business.	1.536	-.185	1.720
5	Woman's life would be comfortable if she has a good husband.	1.681	-.185	1.720
19	I am much dependent on husband when I got younger.	-2.121	-1.105	-1.016
27	It is valuable to do social service for other people.	-.138	1.044	-1.181
6	Family is the most valuable for me.	.599	1.900	-1.301

커 자발적인 봉사를 할 수 있도록 하는 것이 필요하다.

제 2유형은 '홀로서기'로 아동바동 현재의 삶에 초점을 맞추기 보다는 미래의 노후에 대한 안정된 삶을 기대하였다. 이 유형에 속한 사람들은 대부분은 사회봉사활동에 참여하지 않고 있었으며, 현재 자신과 가족을 돌보는 것만으로 힘겨워하였다.

제 2유형은 자녀를 교육하고, 부모를 부양하면서 경제적으로 풍요롭지는 못한 실정이지만, 현재의 삶에 충실함으로써 미래에 대한 희망을 잃지 않으려고 노력하였다. 이는 중년 여성들은 앞으로의 생활을 걱정하지만 노후에 안락하면서도 구차하게 자식과 남에게 신세지지 않는 여생을 보내고 싶은 마음이 잘 드러나고 있으며, 사회경제적인 요인들이 중년기의 삶에 영향을 주며(Shin et al., 1999), 노후의 안락한 생활을 영위하고 자식에게 신세지지 않으려면 돈이 매우 필요하다고 생각하고 있음을 알 수 있었다.

이 시기에 여성들은 삶이 생활의 스트레스가 되어 신체적 질병을 유발시킬 수 있으므로(Shin, 2002), 자녀와 부모, 집안 일 등과 같은 일상의 생활에서 탈피하여 자신의 감정이나 정신을 순환시킬 필요가 있다. 이 유형의 여성들에게 경제적 지출은 부담이 되므로 산책, 무료 공연, 등산 등과 같이 최소비용으로 스트레스를 줄이고 삶의 질을 향상시킬 수 있다고 사료된다.

제 3유형은 '나는 누구인가?'로 자아 정체성을 찾고자 노력하였다. 자아 정체성은 청소년기에 나타난 발달 단계 중 하나로 중년의 여성에게 있어서 삶의 의미는 자신이 누구인지를 먼저 찾는 데 있다고 하였다.

특히, 이 유형은 일을 하면서 자신을 찾고자 노력하였으며, 자기의 업적이나 역할을 평가하는 시기이다. 이때 중년기에 가치감과 자긍심을 갖게 되는가하면 반대로 무가치감과 열등감을 갖게 되는 경우에는 중년기 자아형성에 영향을 미친다고 하였다(Suk, 1997). 이에 중년 여성의 긍정적인 중년기 자아형성을 갖게 하기 위하여 존재 가치를 부여하는 것이 필요하다.

Jung(1954)은 중년기를 성격 발달의 정점이라고 하였고, Levinson 등(1978)은 성격발달에 큰 변화를 초래하는 심각한 발달적 위기라고 하였다. 이 유형에 속한 여성들이 자신을 돌아보며 자아 정체성을 찾는데 삶의 의미를 두었고, 인생의 중반에 이르러 자신의 실체에 대한 의문과 함께 정서적 혼란과 방향 속에서 자신의 인생의 목표와 성취 정도, 중요하게 생각되었던 가치와 지나온 삶의 재평가와 재조명을 해보는 중년기 위기에 속한

유형이라고 볼 수 있다.

제 4유형은 '후회 없는 삶'으로 과거와 현재의 삶보다는 미래의 삶에 초점을 두었다. 신체적 노화 현상을 보면서, 주위의 사랑하는 가족과 친구들이 하나, 둘씩 곁을 떠나면서 현재 자신의 삶을 돌이켜 보면서 후회 없는 노후를 맞이하기 위해 살고자 노력하고 있었다.

외모 변화 및 신체적 노화, 사회적 위상과 전문성 결여, 부모, 배우자, 친구의 죽음 등은 스트레스 생활 사건의 하나로 일상생활주기의 변화를 초래할 수 있다(Shin, 2002)는 결과에서 보인 바와 같이 중년 여성의 삶에 대한 부정적인 영향이 일상생활주기의 변화까지도 초래됨을 알 수 있었다. 이 유형은 자신의 삶을 긍정적으로 받아들이고자 노력하였으며, 현재의 삶을 극복하고 미래의 후회 없는 삶을 살고자 노력하였다. 이 유형은 후회 없는 삶을 살아야 된다는 것은 알지만 구체적인 방법은 제시하지 못하였다. 이러한 중년 여성을 위하여 신체적 건강과 질병을 관리하기 위한 적절한 건강증진 프로그램의 활성화와 죽음에 대한 두려움을 최소화시킬 수 있는 유사체험이나 죽음 체험 프로그램들을 통하여 좀 더 구체적으로 후회 없는 삶을 준비할 수 있는 방안을 모색하는 것이 필요하다.

이상의 연구 결과를 토대로 중년 여성에게 삶의 의미를 부여할 수 있는 자아 정체성을 찾고, 자존감을 향상시킬 수 있는 프로그램과 중년 여성의 건강·질병 관리 프로그램들을 개발하여 적용함으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있겠다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 Q방법론을 이용하여 중년 여성의 삶의 의미의 주관적 구조를 파악함으로써 중년 여성이 경험하는 삶의 의미의 유형에 따른 간호 중재 개발을 위한 기초 자료로 활용하기 위함이다.

본 연구에서의 대상자 선정은 서울시에 거주하고 있는 중년 여성 31명을 대상으로 하였다. 중년 여성의 삶의 의미에 대한 Q 표본은 중년 여성이 인지하는 삶의 의미에 관한 진술문과 Frankl(1971)의 이론을 통해 구성된 문항 총 30개를 가지고 실시하였다. 대상자에게 Q진술문을 읽게 한 후 나이, 종교, 월평균 가계 소득, 동우회 및 봉사활동 여부, 배우자 직업 유무 등 인구사회학적 특성을 파악하기 위한 질문지를 작성하도록 하였다. 대상자가 Q 진술문들을 자신의 의견에 따라 강제 분포를

한 후 PC용 Quanl Program으로 처리하였다.

중년 여성의 삶의 의미는 제 1유형은 사회봉사에 초점을 맞춘 '무엇을 도와드릴까요?', 제 2유형은 미래에 대한 자립과 희망에 초점을 둔 '홀로서기', 제 3유형은 자아 정체성에 초점을 둔 '나는 누구인가?', 제 4유형은 미래에 잘살았다고 인정받는데 초점을 맞춘 '후회 없는 삶'으로 네 가지 유형으로 확인되었다. 중년의 여성은 이 시기에 자아 정체성을 찾기를 원했고, 자신이 더 나이 들기 전에 남을 위한 봉사활동을 통해서 의미 있는 삶을 만들어가고자 하였다. 또한, 노후에는 안정적이면서 타인에게 의지하지 않는 독립적인 삶을 갖기 위해 현재의 삶에 최선을 다하고자 하였다. 이는 중년 여성들이 가족을 위해서만 헌신했던 삶들이 중년의 시기에 접하면서 가족뿐만 아니라 자신과 사회에 기여할 수 있는 일들에 관심을 가지게 되었다.

이에 본 연구자는 중년 여성에게 삶의 의미를 부여할 수 있는 자아 정체성 발견, 자존감 향상 프로그램과 중년 여성의 건강·질병 관리 프로그램들을 개발·적용함으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구의 결과를 토대로 하여 중년 여성의 삶의 의미에 대한 추후 연구의 방향과 간호실무 적용에 있어서 다음과 같이 제언한다.

1. 중년 여성 대상자들의 삶의 의미에 대한 서술적 조사 연구를 시도해 보는 것이 필요하다.
2. 건강한 중년여성들이 다양하게 참여할 수 있는 봉사 활동 프로그램 및 재취업과정의 개발이 필요하다.
3. 중년의 갱년기 신체 증상을 완화하는데 도움을 줄 다양한 중년 건강증진 프로그램의 개발이 필요하다.
4. 중년 남성이 경험하는 삶의 의미에 대한 주관적인 구조를 파악할 수 있는 연구를 시도해 봄이 필요하다.

References

- Chae, S. O. (2002). Adaptation of Middle-aged Women with Hwabyung. *J Seorabul College*, 22, 119-141.
- Cho, I. S., & Park, Y. S. (2004). Transition Model of Middle-Aged Woman. *J Korean Acad Nurs*, 34(3), 515-523.
- Choi, S. O., Kim, S. N., Chin, K. I., & Lee, J. J. (2002). Meaning in Life of a Resident Community of Normal Adults, *J Korean Acad Adult Nurs*, 14(3), 359-367.
- Frankle, V. E. (1971). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square Press.
- Han, K. S., Lee, P. S., & Lee, Y. M. (2000). Influencing Factors on Symptoms of Stress of Middle Aged Women, *J Korean Acad Nurs*, 30(6), 1427-1436.
- Hong, M. H. (2000). *Influence of life-events stress and the level of meaning in life over the mid-life crisis of women*. Unpublished master's dissertation, Sogang University.
- Jung, C. G. (1954). *The development of personality*. New York: Pantheon
- Kang, E. S. (2001). Meaning and Purpose in Life of Nursing Students. *J Kosin Medicine*, 16(1), 127-137.
- Kim, H. S., & Won, Y. M. (2000). *Q Methodology*. Education & Science Publication
- Kim, K. B., Yoo, J. H., & Lee, E. J. (2002). The Experiences of the Middle - Aged Women's Crisis, *J Korean Acad Nurs*, 32(3), 305-316.
- Kim, M. J. (2003). *Development of the Middle Years of one's life*, Seoul, Kyomunsa.
- Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. L., & McKee, B. (1978). *The seasons of men's life*. New York: Knopf.
- Shin, H. S. (2002). subjectivity on Stressful Life Events of Middle-aged Women -A Q Methodology Approach -, *J Korean Acad Nurs*, 32(36), 406-415.
- Shin, J. S., Choi, S. S., Lee, S. O., Park, E. Z., Kim, Y. H., Yoon, Y. S., Kim, Y. M., Ju, Y. H., & Seo, Y. S. (1999). The Experience of the Middle Aged Women's Aging: A Phenomenological Approach. *J Korean Acad Adult Nurs*, 11(4), 673-683.
- Shin, K. R. (1999). A Study on Depression among Mid-aged Women. *J Korean Acad Adult Nurs*, 11(4), 858-870.

- Shin, K. R., Kong, E. S., Kim, G. B., Kim, N. C., Kim, C. H., Kim, C. K., Kim, H. K., Ro, Y. J., Song, M. S., Ahn, S. Y., Lee, K. J., Lee, Y. W., Chang, S. O., Chon, S. J., Cho, N. O., Cho, M. O., & Choi, K. S. (2002). Lived Experience with Aging in Middle-Aged Woman. *J Korean Acad Nurs*, 32(6), 878-887
- Suk, J. H. (1997). *Relations of Stressful Life Events, self-Concept and Depression in Middle aged Women*, Department of Home Management, Graduate School of Yeungnam University

- Abstract -

A Study on the Subjectivity of the Meaning of Life for Middle-Aged Women

*Kim, Boon-Han*Kim, Yoon-Sook**Choi, Jee-Eun***Jeon, Hye-Won***Jung, Yun****

Purpose: The purpose of the study was to investigate the meaning of the life of middle-aged women. **Method:** The research method employed Q-methodology. Thirty-one participants rated 30 selected Q-statements on a scale of 1~7. The collected data were analyzed using PC-QUNAL software. **Result:** Principal component analysis identified 4 types of the meaning of the life of middle-aged women. The categories were labeled 'May I help you?', 'Alone', 'Who am I?', 'No regret'. **Conclusion:** We have found meaning of life of middle-aged women through this research. The study result could be data to perform effective nursing intervention for positive life of middle-aged women.

Key words : Middle-aged women, Life, Q-methodology

* Professor, Department of Nursing, Hanyang University
** Doctoral course, Department of Nursing, Hanyang University
*** Lecturer, Department of Nursing, Hanyang University