

# 중년기여성의 위기감과 대처에 관한 연구

## A Study of Coping Behavior with Midaged Women's Crisis

홍달아기\* · 이남주

원광대학교 생활과학대학 생활과학부 가정아동복지학 전공

Hong, Dal-Ah-Gi · Lee, Nam-Ju

Dept. of Family · Child Welfare, Wonkwang University

### Abstract

The purpose of this study is to find out midaged women's crisis and ways to overcome it. Another purpose is to improve their qualities of life and to provide basic data to develop their potentials.

The results are as follows:

First, it shows that socio-demographic characteristics have a significant influence on midaged women's crisis. Those variables include religion, jobs, family-life cycle, income, marriage duration, age, and supporting parents.

Second, the variables significantly influencing the coping behavior with the crisis include age, income, religion, marriage patterns, region, marriage duration, family-life cycle, and supporting parents.

Third, as a result of this research, their negative expression of action or emotion was higher as they were getting old. The general tendency was that an emotional crisis level was low when rational coping behaviors were high. Therefore, self-esteem or social activity improvement programs should be developed for midaged women.

Key Words : mid-aged women's crisis, coping behavior

## I. 서론

우리나라의 중년인구는 평균 수명연장, 가족계획 및 자녀수 감소로 인한 자녀양육기간의 단축 등으로 증가 추세를 보이고 있다. 1950년 중반부터 중년기에 대한 관심이 시작되면서 청년기와 노년기에서 분리된 인생단계로 인식되기 시작하였고, 전 생애의 발달적 관점에서 관심이 서서히 증가하였다(김현화, 1991). 중년여성은 이 시기에 개인적인 성취와 사회적 안정의 기반을 갖추면서 성취감과 만족감을 느낄 수 있으나, 자녀의 독립이 시작되고 자녀양육의 역할이 감소되며 가족의 구조가 재조직화되어 가는 등, 전환되어 가는 과정에서 심리적으로 분리감을 느끼고 이 전환의 과정에서 현실과 기대감의 차이로 인한 허탈감, 자녀의 성장과 독립에 따른 공허감에서 비롯되는 정서적 혼란과 분열을 경험하게 된다(안승록, 1986).

80년대 이후 국내에서도 중년기 연구가 많이 이루어졌

고 중년기 여성들을 대상으로 하는 연구들은 주로 중년기 여성의 위기감, 우울과 자아정체감, 폐경과 갱년기 증상, 스트레스와 정신건강, 사회적 지원과 생활만족도 등에 초점을 둔 연구(고효정 외, 2000; 김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 윤진, 1993; 김은아, 1992; 김현화, 조병은, 1992; 신기영, 1991; 신태수, 1986; 임효영, 2001; 전정자, 권영은, 1994)가 진행되었다. 그 중 가장 부각되어온 문제는 중년기 위기감에 관한 것인데, 실제로 중년기 여성의 위기감 수준은 예상보다 높지 않으며, 위기감을 경험하는데 있어서도 개인의 특성들에 의하여 위기감의 수준에 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 중년기를 일시적 적응을 요하는 전환기로 보는 견해를 지지하는 결과로 볼 수 있을 것이다.

그러나 부부에게 있어서 갈등이 존재하는 그 자체가 문제가 아니라 그들이 갈등 해결을 위해 대처하는 방법이 부적당한 점이 문제라고 지적한 Straus(1979)의 말이 시사하는 바와 같이 부부간에 위기와 갈등의 발생은 자연스러운 것이지만, 이러한 위기와 갈등을 해결 및 대처하는 방

\* Corresponding author: Hong, Dal-Ah-Gi  
Tel: 063) 850-6046, Fax: 063) 850-6047  
E-mail: dalhong@wonkwang.ac.kr

식은 별개의 문제이다. 그러므로 건강한 결혼생활을 위해서는 위기와 갈등에 잘 대처하는 것이 무엇보다도 중요하다. 더욱이 지금까지의 연구에서 대처는 갈등에 대한 대처를 보아왔으나, 본 연구에서는 위기감을 하나의 갈등 상황으로 간주하여 적용하였다. 따라서 위기감 수준과 영역이 대처방법에 어떤 영향을 미치는가를 살펴보았다.

이에 본 연구는 중년기 여성의 위기감 및 대처와의 관계를 밝힘으로써 자신을 바르게 이해하고, 위기감의 정의에 따른 대처양식을 파악하여, 개인적으로는 심리정서적 안정을 구하고 나아가 건강한 가족구성원이 되는데 도움을 줄 수 있는 대안을 모색하고자 한다.

위의 연구목적을 달성하기 위해서 다음과 같은 연구문제를 제기한다.

1. 중년여성의 사회인구학적 특성에 따른 위기감은 어떠한가?
2. 중년여성의 사회인구학적 특성에 따른 대처는 어떠한가?
3. 중년기 위기감이 대처에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

## II. 이론적 배경

### 1. 중년기와 위기감

Jung은 생애발달 과정에서 중년기가 성격발달의 정점이며 이 시기를 정서적 위기를 수반하는 발달적 위기로 통찰하였다. 그후 Newgarten, Vaillant, Levinson, Gould, Wolf 와 Kolb, Farrell과 Rosenberg, O'connor등에 의해 중년기에 대한 보다 집중적인 연구가 이루어졌고, 위기의 시기로 보는 입장과 보편적 위기가 아니라는 입장으로 나뉜다. 위기의 시기로 보는 입장은 Jung에서 시작하여 Jaques(1965), Levinson(1978), Gould(1978), Scotte(1981), Stein(1981), O'connor(1985)로 이어지며 그들은 중년기 위기감이 발달과정에서 불가피하며 위기감을 경험한 후에야 발달이 가능하다고 보며 중년기를 제2의 사춘기(Leshan, 1973), 양쪽에서 협공받는 세대(Vincent, 1972), 또는 빈보금자리기(Duvall, 1977)등으로 묘사한다. 그러나 위기의 시기가 아니라고 보는 입장인 Deutscher, Newgarten, Brim, Vaillant, Farrell과 Rosenberg 등의 사회과학자들은 중년기 위기가 불가피하거나 보편적인 것은 아니며 (Vaillant, 1977), 불확실감과 불만족감이 오히려 20대에

만연한다(Baruch, 1982)고 주장하면서 중년기를 자유감의 시대(Deutscher, 1969), 선구적인 시기(Simon, 1968), 지도적 세대(Neugarten, 1975)등으로 묘사하고 중년기 위기가 임상적 표본에 의해 과대평가되는 경향이 있다(Vaillant, 1977)고 주장했다(김명자, 1989 재인용). 1980년대 이후에는 중년기 위기가 보편적인 현상이라기보다는 개인의 성격과 개인이 개입되어 살아온 역할과 같은 사회적 체계 등 다양한 변인들의 상호작용에 의해 영향을 받는 '보다 복잡한 중다 결정과정'이라는 주장이 우세해지고 있다(김애순, 1993). 이에 대해 김명자(1989)는 대부분의 연구가 중년기는 내적 외적 변동과 관련된 당면문제들이 존재한다는 데는 의견이 일치하나 두 견해가 각기 제한된 점이 있으므로 두 가지 입장이 공존한다는 입장에서 고찰하였는데 본 연구 역시 두 가지 입장이 공존한다는 입장에서 진행해 나가고자 한다.

중년기 여성의 위기감에 영향을 미치는 변인들을 살펴보면 교육수준이 높을수록(김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 1993; 김애순, 윤진, 1993) 취업여성이 비취업 여성에 비해(김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 윤진, 1993) 위기감이 낮은 것으로 나타났다 그러나 오명옥 등(2000)의 연구에서는 취업여부와 관련이 없는 것으로 나타났다. 또한 종교를 가지고 있을수록(김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 신기영, 1991), 사회적 지원이 많을수록(김명자, 1989; 백보령, 1994; 신기영, 1991; 신기영, 옥선화, 1991), 가족관계가 긍정적일수록(김명자, 1989; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 1993) 위기감 수준이 낮게 나타났다.

본 연구에서 위기감은 위기가 닥쳐오고 있다는 불안한 느낌을 말하며, 기혼여성의 삶 속에서 느끼는 불안과 긴장을 포함한다. 특히 사회적 정체성 위기는 중년여성의 특징으로 지적하고 있다. 본 연구는 소외, 불행감, 권태 등의 정서적 위기감과 과거에 대한 재평가와 자아의 이해를 포함하는 개별화과정, 능력과 활력의 상실감, 직업 불만족도, 결혼 불만족도, 자녀관계에서 느끼는 위기감을 포함시켰다.

### 2. 중년기와 대처

대처란 문제나 갈등에 직면해서 그것을 극복하는 효과적인 수단을 찾는 것으로 Pearlin과 Schooler(1978)는 대처를 고통의 점차적인 감소, 문제해결, 현실검증, 복귀의 과정이라고 하였고, Chodoff(1964)는 심리적 안정성에 대한 중요한 위협을 처리하기 위하여 사용되어지는 모든 방법의 총체라고 하였다(조유리, 2000 재인용).

정은희(2001)는 대처를 크게 긍정적인 대처와 부정적인 대처로 나누어 긍정적인 대처는 상대방의 의견을 경청하고, 존중하며, 해결책을 찾으려 함께 노력하는 것으로 상호건설적, 협력, 이성적 대처 방안들이 있고 부정적 대처는 감정을 무시하거나 부인하고, 상황을 회피하며 자신의 입장과 요구만을 주장하거나 상대방을 비난하고 불평하며 공격적 행동을 나타내는 것으로 순응, 회피, 저항, 부인, 철회, 공격 등의 유형이 있다고 하였다.

대처방식에 대한 국내 연구를 보면 송말희(1990)의 경우 합리화와 부정, 회피와 억압, 외부의 도움요청, 적극적 행동으로 구분하였고, 최규련(1994)는 외부도움요청, 신앙에의 의지, 이성적 대처, 감정표출, 행동표출, 회피로 분류하였다. 권오실(1995)은 이성적 대처, 외부도움요청, 감정표출, 회피, 순응 및 체념, 기분전환, 의견강요의 7가지고 분류하였다 종합하면 대처방식의 유형은 긍정적 행동과 부정적 행동 그리고 문제에 직면적 행동과 회피하는 행동으로 구분지어진다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 대처를 문제나 갈등에 직면해서 그것을 극복하기위해 사용하는 행동으로 정의하고 대처의 유형은 기존의 연구와 최규련(1994)의 연구를 참고하여 이성적 대처, 신앙에의 의지, 부정적 대처, 외부도움요청, 회피, 감정표출의 6가지 유형으로 구분하였다.

### III. 연구방법

본 연구는 전라북도 거주 기혼여성을 대상으로 실시한 선행연구(N=894)에서 중년기 여성의 자료만을 발췌하여 분석하였다. 본 연구의 대상은 40세에서 59세의 연령층에 속한 여성만을 그 대상으로 하였다(N=496).

#### 1. 측정도구의 구성

본 연구에서 사용된 질문지는 중년기 위기감과 대처를 묻는 문항과 응답자의 사회인구학적 특성 변인으로 구성되었다. 위기감 척도는 김애순(1993)이 재구성한 척도에서 발췌하여 사용하였고. 대처는 최규련(1994)의 척도 중 여성용을 사용하였다.

각 척도는 5점 likert척도로 구성되었다. 척도의 응답방식은 자신이 생각과 일치하는 정도에 따라 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '거의 항상 그렇다'(5점)까지이며 \*가 있는 문항은 역점수화 하였다. 점수가 높을수록 위기감이 높음을 의미하며, 점수가 높을수록 대처를 많이 사용함을 의

〈표 1〉 각 변수의 일반적 사항

		평균(N)	표준편차(%)
위기감	정서적 위기감	3.10	.785
	결혼 불만족도	3.61	.847
	활력의 상실감	3.34	.904
	자녀관계 불만족도	3.72	.769
	생의 불만족도	3.27	.790
	전체	3.41	.561
대처	이성적대처	2.70	.941
	신앙에의 의지	3.52	1.158
	부정적 대처	4.02	.802
	외부도움요청	3.59	.875
	회피	3.52	.925
	감정표출	3.41	.828
	전체	3.46	.587

미한다.

자료 분석에 앞서 먼저 요인분석(factor analysis)을 통하여 변수를 압축하였다(요인적재치>.5). 위기감을 묻는 문항은 요인분석결과 4문항이 제거되면서 5요인으로 압축되었고 선행연구를 바탕으로 정서적 위기감, 결혼 불만족도, 활력의 상실감, 자녀관계 불만족도, 생의 불만족도로 명명하였다.

대처를 묻는 문항은 요인분석 결과 6요인이 추출되었고 이성적대처, 신앙에 의지, 부정적 대처, 외부도움요청, 회피, 감정표출로 명명하였다.

위기감의 전체신뢰도는 .95이며 세부 요인별 신뢰도는 .66~.92의 신뢰도 분포를 보였다. 대처의 전체 신뢰도는 .88이며 세부 요인별 신뢰도는 .67~.91의 분포를 보였다. 위기감은 각 요인별로 3.10에서 3.72까지의 분포를 보이며 전체 평균은 3.41로 나타났다. 정서적 위기감이 가장 낮고 자녀관계 불만족도가 가장 높게 나타났으며 본 척도가 5점 척도임을 감안할 때 평균이 3.41로 중앙치인 3.00보다 높게 나타나 전반적으로 위기감의 수준이 약간 높다고 말할 수 있다.

대처는 각 요인별로 2.70에서 4.02까지의 분포를 보이며 전체 평균은 3.46으로 나타났다. 이성적 대처가 가장 낮고 부정적 대처가 가장 높게 나타났으며 본 척도가 5점 척도임을 감안할 때 평균이 3.46으로 중앙치인 3.00보다 높게 나타나 전반적으로 대처의 수준 또한 약간 높다고 말할 수 있다.

#### 2. 조사대상 및 자료분석방법

본 연구에서 수집된 자료의 분석을 위해 SPSS Window

12.0 Program을 활용하였으며 사회인구학적 특성에 따른 위기감, 대처는 어떠한가?를 알아보기 위해 평균과 표준편차, t-test, 일원변량분석(one way ANOVA)을 실시하였고, 구체적인 차이를 조사하기 위한 사후 검증방법으로 Duncan's Multiple Range test를 실시하였다.

위기감에 따른 대처는 어떠한가?를 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였다.

### 3. 조사대상자의 사회인구학적 특성

이 연구의 조사대상자는 현재 전라북도에 거주하고 있는 40세에서 59세의 중년기여성 496명이다. 조사대상자의 사회인구학적 특성은 <표 2>과 같다.

## IV. 결과 및 해석

### 1. 중년여성의 사회인구학적 특성에 따른 위기감 어떠한가?

사회인구학적 특성에 따른 위기감의 분석결과는 다음 <표 3>에 제시되어 있다.

#### (1) 정서적 위기감

정서적 위기감으로 인한 위기감은 종교가 없고(M=3.15), 직업은 없거나(M=3.22) 시간제 취업(M=2.95)일 때 정서적 위기감이 높은 것으로 나타나 종교를 통한 사회활동을 하고 직업 활동을 하는 경우에는 정서적 위기감을 덜 느낀다고 볼 수 있으며 가족생활주기에 따른 정서적 위기감은 막내자녀가 직장 및 독립(M=3.47)에 해당될 때 정서적 위기감이 높은 것으로 나타나 막내자녀의 연령이 높아질수록 위기감이 증가한다는 박준희(2003)의 연구와 같은 결과를 보였다. 이는 자녀가 독립한 후 '빈둥우리 시기'가 되면서 겪게 되는 상실감으로 인해 정서적 위기감이 높아진 것이라고 해석된다.

#### (2) 결혼 불만족도

종교에 따른 결혼 불만족도로 인한 위기감은 종교가 없는 경우(M=3.68)가 높게 나타났고, 직업은 없다(M=3.68)가 높은 것으로 나타났으며, 소득은 200만원 미만(M=3.71)이 높게 나타나, 종교가 있고 직업이 없으면서 소득이 낮을 때 결혼 불만족도가 높아짐을 알 수 있다. 즉 시간제 취업 이면서 소득이 높은 경우가 결혼에 대한 만족도는 높게 나타나 소득이 높을수록 결혼 만족도가 높다는 이경화(2003)연구와 같은 결과를 보였다. 이를 통해 결혼 생활만족에는 '소득'이 중요한 요소임을 알 수 있으며, '직업'이 없는 경우 결혼 불만족도가 높게 나타난 이유도 소득이 없다는 점에서 부분적으로 설명된다고 볼 수 있다.

<표 2> 조사대상자의 사회인구학적 특성

(N=496)

사회인구학적 특성		N	%	사회인구학적 특성		N	%
연령	40-44세	202	38.9	직업	있다	212	41.1
	45-49세	165	31.8		시간제 취업	49	9.5
	50-54세	108	20.8		없다	255	49.4
	55-59세	44	8.5	가족생활 주기	미취학	15	2.9
결혼 지속년수	10년 이하	22	4.3		초등학교	108	21.0
	11-20년	245	48.0		중·고등학교	180	35.0
	21-30년	205	40.2		대학교	155	30.1
	31년 이상	38	7.5	직장 및 독립	57	11.1	
결혼형태	중매혼	246	47.4	자녀수	1명 이하	31	6.0
	연애혼	155	29.9		2명	324	62.8
	중매+연애	118	22.7		3명 이상	161	31.2
결혼상태	초혼	487	94.0	소득	200만원 미만	320	63.1
	기타	31	6.0		200만원 이상	187	36.9
학력	고졸이하	373	74.3	부모부양	그렇다	101	19.6
	초대졸 이상	129	25.7		아니다	413	80.4
종교	있다	517	78.1	지역	도시	398	77.3
	없다	113	21.9		농촌	117	22.7

〈표 3〉 사회인구학적 특성에 따른 위기감

사회인구학적 특성	정서적 위기감		결혼 불만족도		활력의 상실감		자녀관계 불만족도		생의 불만족도		
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	
연령	40-44세	3.06	.74	3.55	.84	3.25	.88	3.68	.75	3.28 b	.77
	45-49세	3.08	.73	3.66	.84	3.43	.93	3.73	.77	3.16 b	.77
	50-54세	3.16	.84	3.67	.88	3.40	.89	3.80	.78	3.25 b	.81
	55-59세	3.21	1.01	3.51	.84	3.31	.94	3.64	.84	3.62 a	.83
	F(T)	.70		.85		1.28		.73		3.82**	
결혼 지속 년수	10년 이하	3.33	.83	3.79	1.10	3.81 a	.89	4.11	.80	3.53	1.02
	11-20년	3.08	.74	3.60	.83	3.30 b	.88	3.68	.75	3.25	.75
	21-30년	3.05	.80	3.56	.84	3.30 b	.93	3.70	.77	3.26	.77
	31년 이상	3.28	.89	3.75	.85	3.53 ab	.84	3.80	.85	3.29	.94
	F(T)	1.66		.86		2.87*		2.32		.90	
결혼 형태	중매혼	3.10	.84	3.54	.89	3.31	.95	3.67	.79	3.36 a	.80
	연애혼	3.12	.77	3.73	.82	3.42	.87	3.84	.74	3.10 b	.82
	절충혼	3.07	.68	3.59	.78	3.30	.85	3.65	.74	3.30 a	.70
	F(T)	.12		2.48		.86		2.72		5.23**	
종교	유	3.00	.80	3.43	.79	3.15	.89	3.60	.62	3.34	.72
	무	3.15	.70	3.68	.83	3.42	.89	3.76	.79	3.24	.81
	F(T)	-1.72**		-2.68**		-2.82**		-2.23*		1.12	
직업	있다	2.98 b	.69	3.57 ab	.74	3.30	.82	3.67 ab	.72	3.28	.72
	시간제 취업	2.95 b	.72	3.35 b	.86	3.17	.82	3.49 b	.61	3.49	.78
	없다	3.22 a	.85	3.68 a	.92	3.41	.98	3.80 a	.83	3.21	.85
	F(T)	6.181**		3.44*		1.84		4.18*		2.57	
소득	200만원 미만	3.08	.73	3.71	.79	3.41	.81	3.71	.74	3.13	.74
	200만원 이상	3.13	.88	3.41	.92	3.22	1.04	3.73	.83	3.50	.82
	F(T)	-.58		3.74***		2.12*		-.18		-5.26***	
가족 생활 주기	미취학	3.00 b	.49	3.43	.88	3.19	.72	3.70	.79	3.35	.71
	초등학교	3.10 b	.79	3.64	.88	3.44	.90	3.80	.75	3.28	.82
	중고등학교	3.09 b	.72	3.59	.83	3.29	.89	3.64	.79	3.21	.75
	대학교	2.99 b	.78	3.56	.83	3.24	.93	3.75	.73	3.27	.79
	직장 및 독립	3.47 a	.95	3.73	.90	3.60	.88	3.72	.85	3.40	.87
F(T)	4.04**		.58		2.15		.83		.68		
부모 부양	그렇다	3.16	.74	3.56	.73	3.35	.81	3.77	.68	3.40	.77
	아니다	3.08	.80	3.61	.88	3.34	.93	3.70	.79	3.23	.80
	F(T)	.86		-.60		.15		.83		1.98*	

※ Duncan의 사후검정: 같은 문자가 있는 행은 유의미한 차이가 없다(a = .05)

\* : p<0.05 \*\* : p<0.01 \*\*\* : p<0.001

(3) 활력의 상실감

활력의 상실감에서 오는 위기감은 결혼지속년수가 10년 이하(M=3.81)이면서, 종교가 없고(M=3.42) 소득이 낮을수록(M=3.41) 높은 것으로 나타났다. 결혼지속년수가 짧을수록 활력의 상실감이 높은 것은 결혼에 대한 기대에 미치지 못하는 실생활에서의 실망감이 높은 시기라고 보이며, 종교가 없고 소득이 낮은 경우 심리적 경제적으로 여유가 없기 때문이라고 사료된다.

(4) 자녀관계 불만족

자녀관계 불만족에서 오는 위기감은 종교가 없는(M=3.76)경우와 직업이 없는(M=3.80)가 높은 것으로 나

타났다. 시간제 취업의 경우 자녀관계 불만족이 낮은 것은 중년기 여성의 활동에 대한 보상심리로 자녀에게 투입되는 시간의 양이 많고, 자녀와의 관계의 질을 고려한 정서적 교류가 많기 때문인 것으로 사료되며 한편 활동을 함으로써 본인 스스로의 바쁜 생활 때문에 위기감을 덜 느끼게 되므로 자녀관계 위기감이 낮게 나타날 수도 있다. 본 연구에서 자녀관계 불만족은 3.72로 나타나 높은 수준을 보여주었으며, 자녀관계의 불만족도가 높을수록 중년여성은 침체감, 무력감, 불행감, 인생의 지리함 등의 위기감을 더 많이 느낀다는 김애순(1993)의 연구와 동일한 결과를 보였다.

## (5) 생의 불만족도

생의 불만족도로 인한 위기감은 55-59세(M=3.62)이며 중매혼(M=3.36)이고 200만원 이상(M=3.50)이고 부모부양을 하고 있는(M=3.40)경우에 높게 나타났다.

이는 부모부양은 여성이 주부양자인 경우가 많아서 부모부양을 하는 경우는 여성의 생활이 만족스럽지 않았을 것이라고 생각할 수 있다.

이상을 종합하면 위기감에 유의미한 영향을 미치는 사회인구학적 특성은 연령, 결혼지속년수, 결혼형태, 종교, 직업, 소득, 가족생활주기, 부모부양이다.

직업의 경우 정서적 위기감, 결혼 불만족도, 자녀관계 불만족도 모두에서 직업이 있을수록 위기감이 낮게 나타나 비취업 여성들이 가정내에서 느끼는 상실감과 함께 직업에대한 열망이 있어 이로 인해 능력 상실감과 위기감이 상관관계를 가지고 있다는 선행연구(홍미혜, 1999)와 동일한 결과를 보이며 직업이 있는 여성들이 위기감이 낮다는 연구(김명자, 1989; 김애순, 1993)와도 동일한 결과를 보였다.

중년기 성인은 앞으로 다가올 노년기를 대비해야하기 때문에 경제적으로 안정이 되어 있어야 하는데, 그렇지 못함으로 인해서 정서적 위기감을 경험하며 한편 소득이 200만원 이상 일수록 위기감 중 생의 불만족도가 높아진 것은 다가올 노후생활과 재산증식 등에 더 많은 관심을 기울이기 때문에 상대적 위기감이 높아진다는 박준희(2003)의 연구와 일치한다고 볼 수 있다.

한편 위기감에 영향을 미치지 않는 변인으로는 결혼상태, 학력, 자녀수, 지역이다.

학력의 경우 많은 연구(김명자, 1989; 김애순, 1993; 박경혜, 2004; 신기영, 1991; 오명옥, 2000)에서 교육수준이 낮은 경우에 위기감을 느끼더라도 이를 해결할 수 있는 대처방안에 대한 정보수집의 기회가 부족하고 문제 인식이 미흡하여 학력이 낮을수록 상대적으로 위기감이 높다고 하였으나 본 연구에서는 유의미하지 않았다.

본 연구에서는 중년기 위기감은 3.41로 5점 척도임을 감안할 때 다소 높은 수준을 나타냈으며, 이러한 결과는 중년기를 일시적 적응을 요하는 전환기로 보는 연구자들의 견해(박준희, 2003; 이경혜, 1997; Baruch & Barnett, 1979; Duvall & Miller, 1885; Hunter & Sundel, 1994)와 일치한다고 볼 수 있다. 즉 중년기는 필연적으로 위기감이 수반되는 시기가 아니라 생의 주기에서 개인이 긍정적이고 적극적으로 적응해야하는 전환의 시기로 생각해 볼 수 있다.

## 2. 중년여성의 사회인구학적 특성에 따른 대처는 어떠한가?

사회인구학적 특성에 따른 대처의 차이를 알아본 결과는 다음 <표 4>과 같다.

## (1) 이성적 대처

이성적 대처는 중매혼(M=2.79)이고 종교가 있(M=2.99)으며 소득은 200만원 이상(M=2.87) 경우가 이성적 대처를 더 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다.

중매혼으로 결혼을 한 경우 연애혼보다는 이성에 의한 배우자 선택을 했다고 간주할 때 이성적 대처방법을 많이 사용하리라고 사료되며, 종교가 있는 경우 심리적 안정과 믿음으로 이성적 대처가 가능하리라고 보여진다. 소득의 경우 200만원 이상인 경우 이성적 대처를 더 많이 하는 것으로 나타나 재정적 어려움 즉 수입 그 자체의 부족이 부부간의 갈등을 높이는 요인이기 때문에 수입이 많을수록 이성적인 방법으로 대처한다는 연구(O'Brien, 1971; Szinovace, 1977; 조유리, 2000 재인용)와 같은 결과를 보였다.

## (2) 신앙에의 의지

종교가 있고(M=4.06), 200만원 이상(M=3.68)의 소득을 가지며 막내자녀가 미취학(M=4.05)인 경우가 신앙에 의지하는 대처를 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

종교가 있는 경우 신앙에의 의지의 대처방법이 가장 높은 비율을 나타내었는데, 이는 위기감을 극복하는데 직접적인 방법보다는 간접적인 방법을 사용하고 있어서 이러한 방법의 사용이 바람직하지는 또 다른 심층 연구가 필요하다고 본다.

막내자녀가 미취학인 경우도 신앙에의 의지가 높게 나타나 어린 자녀에 대한 염려와 경험부족으로 인한 불안 등이 신앙에 의지하도록 한다고 해석된다.

## (3) 부정적 대처

결혼지속년수가 10년 이하(M=4.40)이고, 직업이 없는(M=4.09) 경우에 부정적 대처를 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이는 결혼지속년수가 10년 이하라면 경제적 기반이 아직 확립되지 못한 시기이며 직업이 없다는 것은 역시 경제적 자원의 부족을 의미하므로 즉 이들은 갈등을 해결할 수 있는 자원을 가지지 못했기 때문인 것으로 볼 수 있다. 또 만혼이나 재혼의 경우이므로 서로 적응하는 단계에서 많은 갈등이 있으리라고 볼 수 있으며 서로를 파악하지 못하여 부정적 대처를 많이 사용하는 것으로 해석된다.

〈표 4〉 사회인구학적 특성에 따른 대처

사회인구학적 특성	이성적 대처		신앙에의 의지		부정적 대처		외부도움요청		회피		감정표출		
	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차	
연령	40-44세	2.70	.89	3.65	1.15	3.94	.85	3.50 b	.85	3.45	.94	3.28 b	.81
	45-49세	2.64	.94	3.48	1.14	4.08	.80	3.54 b	.90	3.55	.90	3.46 ab	.79
	50-54세	2.65	.99	3.28	1.21	4.08	.69	3.73 ab	.86	3.63	.89	3.50 ab	.91
	55-59세	3.03	1.03	3.66	1.06	3.97	.82	3.84 a	.87	3.48	1.03	3.64 a	.81
	F(T)	2.20		2.61		1.15		3.01*		.89		3.44*	
결혼 지속 년수	10년 이하	2.83	1.21	3.64	1.04	4.40 a	.62	4.00 a	.76	3.70	1.26	3.54 ab	.80
	11-20년	2.64	.89	3.61	1.15	3.95 b	.84	3.47 c	.89	3.42	.90	3.31 b	.81
	21-30년	2.74	.91	3.38	1.16	4.01 b	.76	3.62 bc	.85	3.58	.90	3.49 ab	.83
	31년 이상	2.72	1.18	3.62	1.26	4.18 ab	.79	3.92 ab	.82	3.73	.96	3.67 a	.81
	F(T)	.57		1.59		2.66*		4.90**		2.17		3.35*	
결혼 형태	중매혼	2.79 a	.97	3.58	1.20	4.00	.80	3.67	.89	3.48	.96	3.44	.86
	연애혼	2.54 b	.92	3.51	1.17	4.09	.79	3.57	.89	3.55	.91	3.36	.87
	절충혼	2.69 ab	.89	3.40	1.06	3.94	.83	3.47	.82	3.58	.86	3.43	.70
	F(T)	3.16*		1.00		1.15		2.14		.51		.47	
결혼 상태	초혼	2.70	.95	3.54	1.16	4.02	.80	3.60	.87	3.56	.91	3.42	.83
	기타	2.62	.80	3.20	1.12	3.87	.82	3.51	1.04	2.83	1.02	3.26	.85
	F(T)	.41		1.44		.98		.49		3.95***		.93	
종교	유	2.99	1.09	4.06	.99	4.08	.86	3.79	.91	3.66	.99	3.54	.88
	무	2.51	.88	2.90	1.19	4.06	.91	3.53	.89	3.62	.88	3.43	.80
	F(T)	3.83***		8.51***		.23		2.28*		.34		1.06	
직업	있다	2.64	.89	3.50	1.16	3.98 ab	.74	3.48	.88	3.42 ab	.87	3.33	.77
	시간제 취업	2.70	.79	3.57	1.05	3.78 b	.83	3.59	.75	3.30 b	.85	3.33	.73
	없다	2.75	1.01	3.54	1.18	4.09 a	.84	3.68	.89	3.64 a	.97	3.49	.89
	F(T)	.87		.113		3.57*		2.89		4.70**		2.59	
소득	200만원 미만	2.60	.90	3.42	1.15	4.03	.74	3.49	.85	3.52	.87	3.34	.81
	200만원 이상	2.87	.96	3.68	1.17	3.96	.89	3.76	.89	3.49	1.01	3.56	.82
	F(T)	-3.22**		-2.40*		1.00		-3.37**		.31		-2.85**	
가족 생활 주기	미취학	2.97	.95	4.05 a	1.11	4.11	.83	3.70	.79	3.38	.76	2.98 b	.77
	초등학교	2.58	.92	3.72 ab	1.12	4.06	.79	3.61	.79	3.47	.88	3.35 a	.83
	중고등학교	2.67	.88	3.45 b	1.19	3.98	.87	3.46	.91	3.52	.98	3.41 a	.82
	대학교	2.68	.93	3.35 b	1.16	4.02	.74	3.61	.89	3.49	.91	3.41 a	.80
	직장 및 독립	2.99	1.12	3.70 ab	1.07	4.02	.76	3.84	.88	3.78	.89	3.68 a	.91
F(T)	2.10		2.97*		.22		2.14		1.30		2.61*		
부모 부양	그렇다	2.77	.97	3.55	1.14	3.99	.73	3.67	.79	3.62	.86	3.57	.72
	아니다	2.67	.93	3.51	1.17	4.02	.82	3.57	.90	3.50	.94	3.37	.85
F(T)	.97		.29		-.40		.95		1.23		2.31*		
지역	도시	2.70	.94	3.49	1.16	3.99	.82	3.54	.89	3.52	.91	3.41	.83
	농촌	2.65	.97	3.61	1.16	4.10	.74	3.77	.79	3.51	1.00	3.43	.82
	F(T)	.51		-.99		-1.33		-2.46*		.18		-.26	

\* Duncan의 사후검정: 같은 문자가 있는 행은 유의미한 차이가 없다( $\alpha = .05$ ) \*:  $p < 0.05$  \*\*:  $p < 0.01$  \*\*\*:  $p < 0.001$

(4) 외부도움요청

외부도움 요청을 통한 대처는 연령이 높을수록 ( $M=3.84$ ), 결혼지속년수가 10년 이하( $M=4.00$ )이거나 31년 이상( $M=3.92$ )인 경우일수록, 종교가 있을수록( $M=3.79$ ), 소득이 높을수록( $M=3.76$ ) 그리고 농촌( $M=3.77$ )인 경우에 높게 나타났다. 외부도움요청이 높다는 것은 갈등에 대한 대처를 적극적으로 하는 것을 의미한다고 할 수 있다.

40-44세이거나 결혼지속년수가 11-20년인 경우 외부도움요청을 가장 적게 하는 것으로 나타났는데 이들의 경

우 자녀들이 중고등학교에 재학중인 무렵이라 볼 수 있으며 우리나라의 중고등학교 자녀를 둔 부모들은 자녀들의 진학을 최우선 가치로 두기 때문에 다른 문제들이 후순위로 밀려서 나타난 결과로 볼 수 있다.

연령이 적을수록 문제해결을 위해서 자신의 의견보다는 책, 전문가, 친척, 이웃, 종교 등의 영향을 많이 받므로 외부도움요청이 많이 나타났다고 보는 연구(조유리, 2000; 이현주, 1997)와 달리 본 연구에서는 나이가 많은 집단 54세-59세에서 외부도움요청이 높게 나타났다.

## (5) 회피

회피에 의한 대처는 초혼(M=3.56)이며 직업이 없는 경우(M=3.64)에 높게 나타났다. 이는 Sande(1999)가 회피반응에 의존하면 일반적으로 '나'에게 초점이 맞춰지고, 공격반응을 선택할 때는 일반적으로 '상대방'에게 초점이 맞춰지며 화해반응을 취할때는 초점이 '우리'에 맞춰진다고 한 바와같이 회피반응을 하는 사람은 열심히 '평화를 가장'하거나 실제로는 그렇지 않더라도 아무런 문제가 없는 것처럼 보이려고 노력한다고 하고, 회피반응을 하는 경우 관계의 단절로 끝날 확률이 높다고 한 바와같이 회피는 갈등 해결 방법에서 갈등을 누적시켜 더 큰 위기를 불러오는 방법이므로 좋은 대처라고 할 수 없다.

## (6) 감정표출

감정표출을 통한 대처는 55-59세(M=3.64)이며 결혼지속년수가 31년 이상(M=3.67)이고 소득은 200만원 이상(M=3.56)이며 부모부양을 하고 있는(M=3.57)경우에 높게 나타났다. 연령이 높을수록 감정표출을 더 많이 사용하는 것은 제리 화이트 부부(1991)가 말한 중년의 위기에 대한 전형적 반응으로 볼 수 있다. 따라서 중년기를 대상으로 하는 교육에서 스트레스 해소전략이나 분노조절 교육이 필요하다.

## 3. 중년여성의 위기감이 대처에 미치는 영향은 어떠한가?

위기감이 대처행동에 미치는 영향을 보기위하여 회귀분석을 실시한 결과는 다음 <표 5>와 같다.

## (1) 이성적 대처

위기감이 대처중 이성적 대처에 미치는 영향은 정서적 위기감(B=.636)과 생의 불만족도(B=.440)는 높을수록 결혼 불만족도(B=-.163)와 활력의 상실감(B=-.165)은 낮을수록 이성적 대처가 높은 것으로 나타났다. 즉 결혼생활이 만족스럽고 생활의 활력이 있는 경우는 이성적 대처를 많이 하는 것이며 활력이 있다는 것은 활동력이 있음을 말해주며 사회활동과 같은 활동이 위기감과 갈등시 이성적 대처를 가능하게 한다고 해석할 수 있다.

위기감이 대처중 이성적 대처에 미치는 영향력의 정도는 31.2%로 나타났으며 정서적 위기감( $\beta=.530$ )이 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났고, 생의 불만족도( $\beta=.369$ ), 활력의 상실감( $\beta=-.157$ ), 결혼 불만족도( $\beta=-.147$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

## (2) 신앙에의 의지

위기감이 대처방법 중 신앙에의 의지에 미치는 영향은 자녀관계 불만족도(B=.164)와 생의 불만족도(B=.224)가 높을수록 신앙에의 의지가 높은 것으로 나타났다. 위기감이 대처중 신앙에의 의지에 미치는 영향력의 정도는 7.9%로 나타났으며 생의 불만족도( $\beta=.153$ ), 자녀관계 불만족도( $\beta=.109$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 자녀관계와 전반적인 생의 만족에 대해 중년기 여성이 느끼는 위기감은 인간이 해결하기 어려운 위기로 자각하고 있으며 여러 대처방법 중에서 직접적인 충돌이나 반응을 구하지 않고 신에게 의지하는 방법으로 대처한다고 볼 수 있다.

## (3) 부정적 대처

위기감이 대처중 부정적 대처에 미치는 영향은 정서적 위기감(B=-.211)이 낮을수록 결혼 불만족도(B=.340), 활력의 상실감(B=.171), 자녀관계 불만족도(B=.316), 생의 불만족도(B=.108)는 높을수록 부정적 대처가 높은 것으로 나타났다.

결혼 불만족도와 자녀관계 불만족도로 인해 위기감을 높게 느끼는 중년여성일수록 부정적인 대처방법을 사용하는 것으로 나타나 배우자와의 관계나 자녀와의 관계와 같은 대인적 관계에 있어서 부정적인 대처 방법을 많이 사용함을 알 수 있다. 이러한 부정적 대처방법을 바람직한 방향으로 바꾸기 위해서는 대인관계기술을 발전시키는 교육이 이루어져야 할 것이다.

위기감이 대처중 부정적 대처에 미치는 영향력의 정도는 35.3%로 나타났으며 결혼 불만족도( $\beta=.359$ )가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났고, 자녀관계 불만족도( $\beta=.304$ ) 정서적 위기감( $\beta=-.205$ ), 활력의 상실감( $\beta=.192$ ), 생의 불만족도( $\beta=.106$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

## (4) 외부도움요청

위기감이 대처중 외부도움요청에 미치는 영향은 정서적 위기감(B=.242), 자녀관계 불만족도(B=.216), 생의 불만족도(B=.174)가 높을수록 외부도움요청이 높은 것으로 나타났다. 위기감이 대처중 외부도움요청에 미치는 영향력의 정도는 23.1%로 나타났으며 정서적 위기감( $\beta=.217$ ), 자녀관계 불만족도( $\beta=.191$ ), 생의 불만족도( $\beta=.157$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

## (5) 회피

위기감이 대처중 회피에 미치는 영향은 정서적 위기감(B=.184) 결혼 불만족(B=.287)도 활력의 상실감(B=.158) 자녀관계 불만족도(B=.175)가 높을수록 회피가 높은 것



〈표 5〉 위기감이 대처에 미치는 영향

	이성적 대처	신앙에의 의지	부정적 대처
정서적 위기감	+ .530 ***	+ .123	- .205 **
결혼 불만족도	- .147 **	+ .043	+ .359 ***
활력의 상실감	- .157 *	+ .020	+ .192 **
자녀관계 불만족도	-0.55	+ .109 *	+ .304 ***
생의 불만족도	+ .369 ***	+ .153 **	+ .106 *
<i>R</i> <sup>2</sup>	.312	.079	.353
F	45.403	8.582	54.562
p	.000	.000	.000
	외부도움 요청	회피	감정표출
정서적 위기감	+ .217 **	+ .155 **	+ .127 *
결혼 불만족도	+ .055	+ .263 ***	+ .151 **
활력의 상실감	+ .098	+ .154 *	+ .119
자녀관계 불만족도	+ .191 ***	+ .146 **	+ .157 **
생의 불만족도	+ .157 ***	- .003	+ .212 ***
<i>R</i> <sup>2</sup>	.231	.363	.237
F	30.039	57.045	31.069
p	.000	.000	.000

로 나타났다. 위기감이 대처중 회피에 미치는 영향력의 정도는 36.3%로 나타났으며 결혼 불만족도( $\beta=.263$ )가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났고, 정서적 위기감( $\beta=.155$ ), 활력의 상실감( $\beta=.154$ ), 자녀관계 불만족도( $\beta=.146$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

(6) 감정 표출

위기감이 대처중 감정표출에 미치는 영향은 정서적 위기감( $B=.135$ ) 결혼 불만족( $B=.147$ )도 자녀관계 불만족도( $B=.168$ ), 생의 불만족도( $B=.222$ )가 높을수록 감정표출이 높은 것으로 나타났다. 위기감이 대처중 감정표출에 미치는 영향력의 정도는 23.7%로 나타났으며 생의 불만족도( $\beta=.212$ )가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났고, 자녀관계 불만족도( $\beta=.157$ ), 결혼 불만족도( $\beta=.151$ ), 정서적 위기감( $\beta=.127$ )의 순으로 영향을 주는 것으로 나타났다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 중년기 여성의 위기감 및 대처와의 관계를 밝힘으로써 자신을 바르게 이해하고, 위기감의 정의에 따른 대처양식을 파악하여, 개인적으로는 심리정서적 안정을 구하고 나아가 건강한 가족구성원이 되는데 도움을 줄 수 있는 대안을 모색하고자 시도되었다

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 사회인구학적특성에 따른 위기감 중 정서적 위기감은 종교가 없고, 직업이 없으며, 가족생활주기가 후반인 경우에 높게 나타났다. 이러한 결과로 볼 때, 종교 생활이나 직업생활과 같은 사회활동을 하는 것은 정서적 위기감을 낮추는데 도움을 준다. 따라서 중년기 여성에게 사회활동의 기회를 스스로 갖게 하는 동기부여와 홍보가 필요하다고 본다.

가족생활주기 중 막내 자녀가 '직장 및 독립'한 경우 빈둥우리 시기의 상실감으로 인한 정서적 위기감이 높게 나타났다. 이 시기에는 자녀가 직장을 갖거나 독립함으로써 중년기 이후 여성의 모성 역할이 줄어들게 되면서 겪게 되는 상실감과 자기가치감의 저하로 인한 정서적 우울을 극복하기 위하여 중년기 이전의 대처가 요구된다고 볼 수 있다. 따라서 남편과 아내관계를 중심으로 하는 인간관계를 재확립하여 부부관계에 대한 새로운 의미를 부각시켜야 하며, 사회활동을 통한 새로운 관계형성도 상실감과 외로움과 같은 정서적 위기감을 극복하는데 도움이 될 수 있을 것이다.

둘째, 결혼불만족으로 인한 위기감은 종교, 직업, 소득이 유의미한 차이를 보여 중요한 요소임을 알 수 있으며, 직업이 없는 경우 결혼 불만족도가 높게 나타난 경우도 소득이 없음에서 기인한다고 볼 수 있다. 중년기 여성들이 할 수 있는 사회 경제적 활동의 분야를 개척하는 것과 소득활동을 할 수 있는 여건마련도 고려해야 할 문제라고 볼 수 있다. 또한 전통적 여성의 역할을 해온 여성은 중년기에 이르러 부부관계나 사회생활에서 평등의 관

계를 더욱 추구하는 실정이며, 여성의 자아정체감과 자아영역이 배우자와의 관계에 있어 성숙하고 평등한 관계를 형성해나감에 따라 혼돈이 정리되고 관계도 강하고 긍정적인 관계로 발전한다고 보기 때문에 결혼만족도를 높일 수 있다고 본다.

셋째, 자녀관계불만족은 직업이 없는 경우와 시간제 취업의 경우 자녀관계불만족 위기감이 높게 나타났는데, 이는 직업이 있는 경우는 활동을 함으로써 본인의 생활에 활력을 가지게 되며 상황을 긍정적으로 바라볼 수 있게 됨에 따라 위기감을 덜 느끼게 된다고 볼 수 있다. 따라서 자녀에 대한 부모의 입장이 재조정되어야 하며, 중년기여성이 자신감을 갖고 사회활동을 할 수 있도록 하는 것이 중요하고 성인자녀와 부모와의 관계증진을 위한 교육프로그램이 요구된다.

넷째, 생의 불만족도는 연령이 높고 부모를 부양하는 경우 생의 불만족도로 인한 위기감이 높게 나타났다. 이는 부모부양역할에서 여성이 주 부양자가 되므로 노부모의 요구와 의존성에 대한 부담감을 가지게 되며, 노부모와의 권력이나 역할관계에서 자율성이 확립되지 못했을 경우 초조감이 유발되기 때문이다. 또한 노부모의 의존성 증가에 따라 자신의 미래에 대한 염려로 위기감이 가속된다고 본다. 따라서 중년기 여성의 생의 불만족도 위기감을 낮추기 위해서는 중년기 노후준비교육이나 부양자 위기감 극복을 위한 프로그램 등을 통해 생을 위로받고 노후에 대한 불안감을 줄일 수 있는 것이 필요하다.

다섯째, 중년기 여성들의 대처는 부정적대처, 외부도움요청, 신앙에의 의지, 회피, 감정표출, 이성적 대처의 순으로 나타났다. 연령이 증가할수록 부정적인 대처를 사용하는 것으로 나타나 중년기의 위기감과 갈등에 대해 이성적으로 대처할 수 있도록 분노조절과 같은 훈련이 필요하다.

신앙에의 의지의 대처방법은 종교가 있는 경우에 높게 나타났는데 이는 위기감을 극복하는데 직접적인 방법보다는 간접적인 방법을 사용하는 것이며 이러한 방법의 사용이 바람직한지는 또 다른 심층연구가 필요하다.

외부도움요청은 연령이 높고, 소득이 낮고, 종교가 있으며, 농촌인 경우 높게 나타났다. 외부도움요청이 높다는 것은 갈등에 대해 외부의 힘을 빌어서라도 적극적으로 풀어가려는 의지를 가지고 있는 것으로 볼 수 있다.

또한 연령이 높으면서 결혼지속년수가 길고 소득이 높으며 막내자녀가 직장 및 독립상태이며 부모부양을 하고 있을 때 감정 표출에 의한 대처를 많이 사용한다. 이는 중년기 위기감과 더불어 생활스트레스가 가중되기 때문이다. 이들에게 적절한 스트레스 해소방안에 대한 안내 및 교육이 필요하다

본 연구는 다음과 같은 제한점을 갖는다.

첫째, 분석대상이 전라북도에 거주하는 40세에서 59세의 중년여성을 대상으로 하였으므로 전체 중년여성에게 일반화시키기에는 무리가 있다.

둘째, 연구 대상자가 설문지에 직접 기입하는 자기보고식 조사방법을 사용하였기 때문에 본 연구의 결과가 주관적 평가에 근거한다는 점에서 한계를 지닐 수 있다.

**주제어** : 중년기 여성의 위기감, 대처행동

## 참 고 문 헌

- 고효정 외(2000) 중년기 여성의 위기감과 삶의 질 관계. 여성건강간호학회지, 6(4), 619-631.
- 권오실(1995) 부부간의 갈등정도와 갈등관리방법과의 관계 분석. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김명자(1989) 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 김명자, 박성연(1989) 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 7(1), 97-118.
- 김애순(1993) 개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문
- 김애순, 윤진(1993) 중년기 위기감. 한국심리학회 93학술논문집, 247-260.
- 김은아(1992) 중년기 부인의 자아정체감과 생의 의미에 관한 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문
- 김현화(1991) 성격특성에 따른 중년기의 적용에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김현화, 조병은(1992) 성격특성에 따른 중년기의 적용에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 10(1), 207-228.
- 박경혜(2004) 중년 여성의 자원봉사활동과 자아정체감이 위기감에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박준희(2004) 기혼남녀의 성격특성, 가족관계스트레스, 여가활동이 중년기 위기감에 미치는 영향. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 백보령(1994) 친밀한 관계에 대한 두려움이 중년기 위기감에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
- 송말희(1990) 도시주부의 커뮤니케이션 이해도와 결혼만족도간의 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 신기영(1991) 중년기주부의 위기감과 사회관계망지원에 관한 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 신기영, 옥선화(1997) 중년기 주부의 가족역할 수행과 심리적 복지에 관한 연구. 대한가정학회지, 35(1), 111-128.

- 신태수(1986) 성인기의 자아정체감과 개인적 특성과의 상관연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 안승록(1986) 중년기 위기와 개성화에 관한연구. 연세대학교 석사학위논문.
- 오명옥 외(2000) 중년기 여성의 위기감과 자아정체감과의 관계. 한국모자보건학회지, 4(1), 17-31.
- 오명옥(1999) 중년기 여성의 위기감과 자아 정체감 관계. 계명대학교 석사학위논문.
- 이경화(2003) 자아존중감, 내외통계성, 건강상태가 중년기 위기감에 미치는 영향에 관한 연구 : 도시 중년기 성인을 중심으로. 경희대학교 석사학위논문.
- 이현주(1997) 부부의 자아분화정도와 갈등대처행동에 관한 연구. 성균관대학교 석사학위논문.
- 임효영(2001) 중년여성의 사회적지원망이 생활만족도에 미치는 영향. 전남대학교 석사학위논문.
- 진정자, 권영은(1994) 중년기 여성의 자아개념과 갱년기 증상과의 관계연구. 성인간호학회, 6(1), 48-57.
- 정은희(2001) 원가족분화, 자아존중감과 부부갈등 대처방식에 따른 결혼안전성 연구. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 조유리(2000) 부부갈등 및 갈등대처 행동과 결혼만족도. 전남대학교 석사학위논문.
- 최규련(1994) 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.
- 홍미혜(1999) 생활사건 스트레스와 삶의 의미수준이 중년기 여성의 위기감에 미치는 영향. 서강대학교 석사학위논문.
- 제리 화이트 부부(1980) 중년기와 그리스도인. 네비게이트 출판사(1991). 서울: 네비게이트출판사.
- Sande K(1999) 피스메이커. 황규명 역(2003), 서울:IDI.
- Straus, MA(1979) Measuring intrafamily conflict and violence. *Journal of Marriage and the Family*, 41, 75-88.

(2005. 11. 23 접수; 2006. 01. 16 채택)