

전후기 중년 남성의 삶의 질 영향 요인에 대한 융합적 연구

김향수¹, 김송순^{2*}, 박미현³

¹중원대학교 간호학과, ²동원과학기술대학교 간호학과, ³포항대학교 간호학과

A Converged Study on the Influence on the Quality of Life for Early and Late Middle-aged Men

Hyang-Soo Kim¹, Song-Soon Kim^{2*}, Mi-Hyeon Park³

¹Department of Nursing, Jungwon University

²Department of Nursing, Dongwon Institute of Science and Technology

³Department of Nursing, Pohang University

요 약 본 논문은 생물학적 측면과 사회적 측면에서 상이한 조건을 가지고 있는 전후기 중년 남성의 삶의 질에 미치는 영향 요인을 알아보고자 하는 서술적 조사연구로 2017년 <기혼 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향에 대한 융합적 연구>인 일차연구 자료와 추가 수집한 자료 총 170부를 이용한 이차분석 연구이다. SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석한 결과, 전기 중년 남성의 삶의 질의 영향 요인은 우울, 가족유대감, 규칙적 운동, 노후 생활에 대한 불안, 월 수입 순으로 설명력 77.8%이며 후기 중년 남성은 사회적 지지, 주관적 건강상태, 직업 안정성, 직업 스트레스, 흡연, 근속연수 순으로 삶의 질에 영향을 주는 것으로 설명력은 64.7%로 나타났다. 따라서 전후기 시기별 삶의 질에 미치는 영향 요인에 적합한 간호중재 프로그램 개발과 사회적 환경 조성, 사회적 지지 체계의 강화 및 확충과 정책 수립 등 다학제적, 융합적 접근을 통해 중년 남성의 삶의 질을 향상 시킬 필요가 있다.

주제어 : 중년 남성, 삶의 질, 우울, 가족 유대감, 사회적 지지, 융합

Abstract This is a descriptive study on what factors influence the quality of life of early and late middle-aged men. This research is the secondary analysis which was conducted with the data of 170 people and the primary data from 2017 by using SPSS/WIN program. The results show that the main factor is depression in early middle-aged men and social support for late middle-aged men, whose overall ability to explain was 77.8% and 64.7%, respectively. Therefore, this research suggests that multidisciplinary and converged approaches-developing nursing intervention programs based on the factors shown in this paper, creating social environment, strengthening social supportive system and making policies-be required for the enhancement of middle-aged men's quality of life.

Key Words : Middle-Aged Male, Quality of Life, Depression, Family bond, Social Support, Convergence

1. 서론

1.1 연구의 필요성

현대사회는 의료 및 과학 기술의 발달과 건강한 식생활 등으로 인간의 수명이 꾸준히 증가하고 있다. 평균수

명 또한 2014년 81.5세에서 2016년 82.1세로 불과 2년 만에 약 6개월 정도 길어졌으며[1] 더불어 인구와 가족구조의 변화로 인하여 자녀 수 감소에 따른 양육 기간도 단축되어 중년기 이후의 삶이 생의 1/3 이상을 차지하고 있다 [1]. 중년 시기의 지표는 우리나라 사회의 현실을 감안하

*Corresponding Author : Song-Soon Kim(ssoon62@dist.ac.kr)

Received April 24, 2018

Accepted June 20, 2018

Revised June 7, 2018

Published June 28, 2018

여 대부분이 생활 연령과 가족생활주기 기준으로 막내 자녀가 중학교 이상에 속하는 시기를 고려하여 만 40세부터 59세까지 해당되며[2], 중년 남성은 우리나라 전체 남성 인구의 33.4%로[1] 비중을 많이 차지하고 있어 이들의 삶에 대한 사회적 관심이 대두되고 있다.

중년 남성은 신체적·생물학적으로 노화가 시작되고 가족생활주기로 보면, 자녀의 양육에 대한 역할이 어느 정도 감소가 되는 시기로 성장한 자녀와 노부모 사이의 중간자적 위치이며 사회적으로는 지위에 있어 절정기에 달하였으나 은퇴를 감지하는 시기라고 정의하였다[2]. 이러한 중년기에 주요 발달과업으로, 개인적 발달관점에서는 인생의 유연성을 직면함과 동시에 자신의 내면에 있는 잘못된 관념이나 생각으로부터 벗어나 자아성찰과 생애 구조 재평가로 통합된 자아를 구축해야 하며, 가족주기 관점에서는 자아정체감을 세워 나가는 자녀와 중년에 처해 있는 배우자 그리고 의존적인 노부모와의 관계를 잘 어울리게 재조정해야 한다. 또한 사회적 관점에서는 자신이 쌓아온 경험과 자신의 능력을 최대한 활용하여 이끌어아가는 세대에서 주도적인 역할로 다음 세대에 안내자 혹은 조연자의 역할을 수행해야 한다[3].

한편 중년기에 개인적으로는 신체적 기능이 쇠퇴되기 시작하면서 자신의 건강상태에 관심이 집중되어 있으며, 심장질환, 뇌질환, 암 등의 성인병 발병 시작으로 건강에 대한 걱정과 직장업무로 과로사도 발생하기 쉬운 시기이다. 가족관계 또한 노부모 부양에 대한 스트레스와 사회생활로 소홀하였던 결혼 생활의 위기가 나타난다. 사회적으로 볼 때 직업적 성취를 위한 열의가 가장 높으므로 성공에 대한 긴장도 높으나 젊은 동료의 승진에 대한 두려움, 일에 대한 압력증가, 곧 은퇴에 따른 상실감 등은 중년 남성에 있어 위기감을 느끼게 한다[4]. 더불어 경제적으로 수입보다 지출이 많아 재정적 압력이 큰 시기[5] 이나 조기 퇴직 및 부도는 심리적인 압박을 더욱 가중시킨다. 이러한 중년기에 경험하는 여러 가지 측면에서 경험하는 요인들로 인하여 심리적 부담감과 혼란으로 중년 남성들은 우울, 불안, 피로, 자신에 대한 연민, 전반적인 인생에 대한 불행감 등을 느끼며, 특히 우울감이 클수록 삶에 대한 만족정도가 낮아져[6] 급기야는 자살로 이어진다. 중년 남성의 사망원인 중 자살이 2위를 차지하고 있고, 자살로 인한 사망자 수도 인구 10만 명당 50.9명으로 같은 연령대로 여성 자살자에 비해 2.9배가 높은 것으로 나타나 개인적으로나 사회경제적으로 심각한 문제이

다[7]. 이와 같이 중년 남성의 삶을 볼 때, 삶의 질 관리는 개인은 물론, 가정과 직장 전체의 안녕적 차원에서도 중요한 사안이 될 수 있을 것으로 여겨진다.

삶의 질이란 개인이 자신의 삶에 대한 주관적 만족정도를 의미하며[8], 중년기에 경험하는 여러 가지 요인들에 의해 삶의 질에 영향을 주었다. 직업 스트레스는 직장 내에서 경험하는 질적·양적인 업무의 과부하에 따른 갈등과 역할 긴장 정도로[9], 개인의 요구와 직무 환경이 불일치하거나 개인의 능력, 기술과 직무 요구간의 불일치로 발생하게 된다[10]. 50세 이후의 중년 남성은 40대 중년에 비해 직업에서 숙련되고 안정된 시기임에도 불구하고 곧 은퇴를 앞두고 있어 심리적으로 위기감을 나타낸다[11]. 이러한 심리적인 위기감으로 인한 직업 스트레스는 신체적, 심리적인 상황을 변화 시키며[12], 스트레스가 클수록 직무만족도 감소하고 생활의 만족도가 저하된다고 하였다. 직업안정성은 우리나라의 경우 산업화에 따른 새로운 기술 혁신은 중년 남성을 직장에서 조기퇴직을 유도하고 있는 실정이다[13]. 실제 노동시장에서의 정년인 퇴직연령이 공식적으로 60세 전후이지만, 가장 오래 근무한 일자리에 그만둘 당시의 중년 남성의 평균 연령이 약 51.3세에서 직장을 은퇴하고 있어[14] 40대 중년 남성에 비해 직업유지의 안정성이 낮아 심리적인 위기감과 앞으로 닥칠 경제적인 부담감으로 삶의 질에 영향을 준다. Oh[15]의 연구에서 중년기에 직업여부에 따라 삶의 질에 주요한 긍정적인 효과를 나타내었고 같은 연령층에서도 나이가 많을수록 삶의 질이 낮았다. 삶의 질과 관계 깊은 우울은 중년기 남성에 있어 일생의 중요한 시기인 50~60대에 사회생활로 가정속에서의 역할은 있으나 존재감이 없어지고 또한 40대에 비해 퇴직 시기가 빨라져 사회로부터의 도태감 및 고립과 절망, 불안, 우울, 자존감 상실 등이 나타난다. 이러한 우울감은 삶의 질을 낮게 만들어 우울을 감소시킴으로서 삶의 질이 향상되었다고 하였다[16]. 가족유대감은 가족 간의 친밀감과 애정의 정도, 내재화된 규범 등을 의미하며[17, 18] 가족 관련 요인은 자녀-부모관계, 부부관계, 노부모와의 관계로 구분되며, 가족 간의 유대감은 중년기 남성의 심리적 위기극복과 밀접한 관계를 갖고 있다.

중년기는 권태기, 갱년기, 호르몬 변화시기와 맞물려 있으며, 생활연령과 가족생활주기 기준으로 볼 때 50대 이후의 중년 남성에서 자녀들의 독립기, 결혼시기와 관련이 있기 때문에 많은 심리적 위기를 경험하게[19] 됨으

로 삶의 질에 영향을 주게 된다. 주관적인 건강상태를 살펴보면 중년기에 신체기능이 저하되는 시기로 건강상태는 중년 남성의 주요 관심사이며, 50대 이후 남성은 40대 중년 남성에 비해 신체기능 저하와 약화를 인식하며, 질병으로 건강이 악화되면 삶의 의욕이 상실되어[19] 삶의 질이 저하된다. 사회적 지지는 사회심리적 갈등으로 인한 신체적, 정신적 문제를 완충시키는 효과가 있으며, 삶의 질에도 긍정적인 영향을 미쳐 중년 남성의 경우 사회적 지지 체계의 유지가 필요하다고 하였다[19,20,21].

본 연구는 2017년 일차연구[22] 40~59세의 기혼 중년 남성을 대상으로 삶의 질에 미치는 영향요인을 확인하였다. 그러나 전기 중년(40~49세)과 후기 중년(50~59세)은 생물학적 측면과 사회적 측면에서 상이한 조건을 가지고 있어 생애과정의 특징과 차이점이 있으므로[23], 삶에서 1/3를 차지하는 이들의 삶의 질에 대한 관리를 위해서는 중년기를 세분화 할 필요가 있다.

선행 연구를 살펴보면 중년 후기 여성의 노년기로 전환기 경험[24], 중년 전후기의 성공적인 노화[25] 등이 이루어져 전후기 중년의 삶을 이해하는데 상당부분 기여하였다. 그러므로 중년 남성을 전후기로 세분화하여 각각의 생애과정에서 삶의 질과 관련성이 있는 변인을 파악하고 그들의 삶의 질 향상을 위한 간호중재 개발의 기초 자료로 활용하고자 한다.

1.2 연구목적

- 1) 전후기 중년 남성의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 전후기 중년 남성의 직업스트레스, 직업안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지와 삶의 질 간의 정도 및 차이를 파악한다.
- 3) 전후기 중년 남성의 일반적 특성에 따른 직업스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지 및 삶의 질 차이를 파악한다.
- 4) 전후기 중년 남성의 삶의 질에 미치는 영향 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 전후기 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지,

삶의 질 정도 및 차이와 삶의 질에 미치는 영향 요인을 융합적으로 파악하기 위해 2017년 김향수, 김송순의 <기혼 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족 유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향에 대한 융합적 연구>[22]를 위해 수집하였던 자료와 추가 수집한 자료를 이용한 이차자료 분석 연구이다.

2.2 연구대상

연구대상자는 일차연구 <기혼 중년 남성의 직업스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향에 대한 융합적 연구>[22]의 자료와 추가적으로 수집한 자료이다.

D광역시, B광역시, J시, P시에 거주하는 40~59세 중년 남성 190명을 임의로 표출한 대상자로, 본 연구의 목적 및 취지를 설명하고 이에 자발적으로 동의한 자를 대상으로 하였다.

대상자의 수는 G*power 3.1.7 program을 활용하여 효과크기 .50, 유의수준 .05, 검정력 .90, 2 group으로 t-test를 위해 필요한 표본 크기는 그룹당 70명 산출되었다. 본 연구에서는 탈락률을 감안하여 각각 전기 중년 남성 86명, 후기 중년 남성 84명, 총 170명은 산출된 조건을 충족한다.

2.3 연구도구

2.3.1 직업 스트레스

본 연구 대상자의 직업스트레스를 측정하기 위하여 Parker와 Decotiis[26]의 척도를 김유리[27]가 번안하여 수정 보완한 것을 이은아[28]가 일부 수정한 것을 사용하였다. 총 7문항, 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 직업스트레스가 크다는 것을 의미한다. 이은아[28] 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .92이었고 본 연구에서는 .91였다.

2.3.2 직업 안정성

본 연구 대상자의 직업 안정성을 측정하기 위해 한경혜[29]의 척도를 이은아[28]가 일부 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 3문항으로 현재 직장의 안정성에 대한 주관적인 인식, 승진에 대한 가능성, 퇴직 중용에 대한 두려움으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자신의 현재 직업 안정성이 높음을 의미한다. 이은아[28] 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .64이었고 본 연구에서는 .77였다.

2.3.3 우울

본 연구대상자의 우울은 Radloff[30]가 개발한 도구를 전검구, 최상진과 양병창[31]이 수정 보완하여 개발한 20문항 한국판 CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 사용하였다. 이 도구의 구성은 우울 정서(7문항), 긍정적 정서(4문항), 신체적 저하(7문항), 대인관계(2문항), 총 4개의 영역으로 되어 있으며 대상자가 지난 일주일 동안 어떻게 느꼈는지에 대해 ‘극히 드물게 (1일 이하)’ 0점, ‘가끔(1~2일)’ 1점, ‘자주(3~4일)’ 2점, ‘거의 대부분(5~7일)’ 3점에 응답하도록 하였다. 긍정적 문항(4,8,12,16)은 역으로 환산하였으며, 점수가 높을수록 우울 정도가 높은 것을 의미한다. 4점 Likert 척도로 점수의 범위는 0~60점이며, 16점 이상을 가능우울증(possible depression), 21점 이상을 추정 우울증(probable depression), 25점 이상을 확정적 우울증(definite depression)으로 한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .85, 전검구 등[31]연구에서 .92이었고 본 연구에서는 .93였다.

2.3.4 가족유대감

본 연구 대상자의 가족유대감은 가족 간의 애정 및 친밀감과 내재화된 규범 등을 의미하는 것으로[33,34], 도구의 구성은 부부유대관계, 자녀와의 유대관계, 노부모와의 유대관계 총 3개의 하위요인, 24문항으로 되어 있다.

가. 부부유대관계

김애순, 윤진[35]의 중년기 위기감 척도 중 부부관계 척도를 강덕진[19]이 재구성한 도구를 사용하였다. 총 9문항 5 Likert 척도로 6개의 부정적 문항(1,3,4,7,8,9)은 역 환산하였으며, 점수가 높을수록 부부관계의 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .86, 강덕진[19]의 연구에서는 .80이었으며 본 연구에서는 .87였다.

나. 자녀와의 유대관계

김애순, 윤진[35]의 중년기 위기감 척도 중 자녀와의 관계 척도를 강덕진[19]이 재구성한 도구를 사용하였다. 총 6문항 5 Likert 척도로 4개의 부정적 문항(11,12,13,14)은 역 환산하였으며, 점수가 높을수록 자녀와의 유대관계 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .78, 강덕진[19] 연구에서는 .82이었으며 본 연구에서는 .80였다.

다. 노부모와의 유대관계

김명자[36]의 가족관계 척도 중 노부모와의 관계를 참고로 강덕진[19]이 수정, 보완한 도구를 사용하였다. 총 9문항 5 Likert 척도로 4개의 부정적 문항(16,18,19,20)은 역 환산하였으며, 점수가 높을수록 노부모와의 유대관계 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .78이었으며 본 연구에서는 .67였다.

2.3.5 주관적 건강상태

본 연구대상자의 주관적 건강상태 측정은 김은영, 장미영, 정은영[32]의 연구에서 사용한 ‘평소에 대상자의 건강상태는 어떻다고 생각하십니까?’ 1 문항을 사용하였다. 5점 Likert 척도로 아주 나쁨 ~ 아주 좋음으로 측정하였으며 점수가 높을수록 대상자가 인식하는 주관적 건강상태는 좋음을 의미한다.

2.3.6 사회적 지지

본 연구 대상자의 사회적 지지를 측정하기 위해 Park[37]이 개발한 도구를 사용하였다. 이 도구의 구성은 정서적 지지 8문항, 평가적 지지 6문항, 물질적 지지 6문항, 정보적 지지 5문항 총 25 문항의 긍정문항으로 되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 ‘항상 그렇다’ 5점에서부터 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점까지로 점수의 범위는 25점에서 125점으로 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .94이었으며 본 연구에서는 .96였다.

2.3.7 삶의 질

본 연구대상자의 삶의 질은 세계보건기구[38]가 개발한 세계보건기구 삶의 질 척도 World Health Organization Quality of Life assessment instrument (WHOQOL)-BREF를 민성길 등[39]이 번안한 한국판 세계보건기구 삶의 질 간편형 척도(WHOQOL-BREF)를 사용하여 측정하였다. 도구의 구성은 신체적 영역, 심리적 영역, 사회 관계적 영역, 환경적 영역 등 4영역으로 분류되어 있으며 총 26 문항이다. 각 문항에 대한 반응은 ‘매우 그렇다’ 5점, ‘그렇다’ 4점, ‘그저 그렇다’ 3점, ‘그렇지 않다’ 2점, ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, 5점 Likert 척도로 되어 있다. 각 영역점수의 합산하여 점수가 높을수록 삶의 질이 높음을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's α 계수는 .66~.82, 민성길 등[39]의 연구에서는 .89이었으며 본

연구에서는 .92였다.

2.4 자료수집

1차는 2016년 9월 26일~10월 9일, 2차는 2017년 7월 17~23일까지 총 3주 동안 D광역시, B광역시, J시, P시에 거주하는 40~59세 결혼한 중년 남성으로 현장이나 직장 및 자영업에 하고 있는 대상자에게 연구자가 직접 본 연구의 목적과 취지를 밝히고 이에 동의를 구한 뒤 설문지에 직접 서명을 함으로써 연구를 진행시켰다. 설문지 작성에 1인 소요시간은 15~20분 정도이었다.

자료 수집은 현장에서 직접 설문지를 배포하였고 배포 후 1~7일 후에 간·직접으로 회수 하는 방식으로 수집하였다. 1차는 총 160부를 배포하여 156부를 회수하였으나 응답이 불성실하거나 무응답 및 자료 처리에 부적절한 7부를 제외한 149부와 2차는 30부를 배포하여 25부를 회수한 것 중 응답이 불성실하거나 무응답 및 자료 처리에 부적절한 4부를 제외한 21부 총 170부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

2.5 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0프로그램을 이용하여 분석하였으며, 각 항목에 대한 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 전후기 중년 남성의 일반적 특성, 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지 및 삶의 질 정도와 차이는 빈도, 백분율, 평균, 표준편차, t-test로 분석하였다.

둘째, 전후기 중년 남성 대상자의 일반적 특성에 따른 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지 및 삶의 질 차이는 t-test, ANOVA 분석, 사후검정은 Scheffe test로 분석하였다.

셋째, 전후기 중년 남성의 삶의 질에 미치는 영향요인은 다중회귀분석을 이용하였다.

3. 결과

3.1 전후기 중년 남성의 일반적 특성

전후기 중년 남성의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 자녀수는 전후기 각각 평균 1.71명, 1.96명으로, 2명이 62.8%, 64.3%로 과반수를 넘게 나타났으며 후기의 경우

3명 이상이 15.5%로 전기의 4.7%보다 높게 나타났다. 동거 가족수는 4명이 각각 58.1%, 39.3%로 많은 부분을 차지하였으나 후기 중년 남성의 경우 3인 28.6%, 2인 14.3%로 전기의 24.4%, 4.7%와는 차이를 보여 성장한 자식의 분가 현상이 후기 중년 남성이 특성을 보여주었다. 학력은 전기 중년 남성의 경우 대졸 이상이 89.5%, 고졸 10.5%를 차지한 반면 후기 중년 남성의 경우 대졸은 63.1%, 고졸은 31%로 전기 중년 남성과 차이를 보였으며 후기 중년 남성의 경우 중졸 이하도 6%로 나타났다. 직업은 전기 중년 남성의 경우 사무직 33.7%, 관리직 15.1%, 서비스 및 판매직과 자영업-사업이 14% 순이었고 후기 중년 남성은 사무직 25%, 관리직 20.2%, 자영업-사업 19%, 서비스 및 판매직 10.7% 순으로 나타났다. 현재 담배를 피우고 있는 경우는 전기 중년 남성이 48.8%, 후기 중년 남성이 44%로 거의 비슷하였으나 금연은 18.6%, 29.8%로 후기 중년 남성의 금연이 더 높았다. 음주상태도 음주를 하고 있는 경우가 전기 중년 남성이 82.6%로 후기 중년 남성의 70.2%보다 많은 것으로 나타났다. 규칙적인 운동을 하고 있는 경우는 전후기 중년 남성이 각각 39.5%, 39.3%로 비슷하였으며 노후 생활 불안 정도는 전후기 각각 평균이 5.70점, 5.38점으로 전기 중년 남성의 불안 정도가 더 높게 나타났으며 구체적으로 살펴보면, 4~6점이 50%, 53.6%로 비슷하였으나 7~10점에서 전기 중년 남성이 36%로, 후기 중년 남성의 29.8%보다 높은 것으로 나타났다.

Table 1. General characteristics of Subjects

(N=170)

Characteristics		Early Middle-aged Men (N=86)	Late Middle-aged Men (N=84)
		빈도(%)	빈도(%)
Age	40~44	34(39.5)	
	45~49	52(60.5)	
	50~54		40(47.6)
	55~59		44(52.4)
Number of children	0~1	28(32.6)	17(20.2)
	2	54(62.8)	54(64.3)
	Over 3	4(4.7)	13(15.5)
Number of living together family	2people	4(4.7)	12(14.3)
	3people	21(24.4)	24(28.6)
	4people	50(58.1)	33(39.3)
	Over 5people	11(12.8)	15(17.9)
Education	Middle school	0(0)	5(6.0)
	High school	9(10.5)	26(31.0)
	Over university	77(89.5)	53(63.1)

	graduation		
Religion	No	44(51.2)	36(42.9)
	Yes	42(48.8)	48(57.1)
Job	Professional	9(10.5)	17(20.2)
	Administration	13(15.1)	7(8.3)
	Service or sales	12(14.0)	9(10.7)
	Office job	29(33.7)	21(25.0)
	Blue collar job	4(4.7)	8(9.5)
	Self-employed	12(14.0)	16(19.0)
	Technical post	7(8.1)	6(7.1)
Current working years (years)	Under 10	22(25.6)	15(17.9)
	10<~20≥	44(51.2)	24(28.6)
	Over 20	20(23.3)	45(53.6)
Average Monthly income (10,000₩)	Under 300	7(8.1)	12(14.3)
	300~500	29(33.7)	27(32.1)
	Over 500	50(58.1)	45(53.6)
Smoking status	Smoking	42(48.8)	37(44.0)
	Currently stop smking	28(32.6)	22(26.2)
	No smoking	16(18.6)	25(29.8)
Alcohol status	Drinking possible	71(82.6)	59(70.2)
	Currently stop drinking	6(7.0)	10(11.9)
	No drinking	9(10.5)	15(17.9)
Regular exercise (Over 3 day)	Yes	34(39.5)	33(39.3)
	No	52(60.5)	51(60.7)
Anxiety degree of the old aged life	0~3point	12(14)	14(16.7)
	4~6point	43(50)	45(53.6)
	7~10point	31(36)	25(29.8)

3.2 전후기 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지, 삶의 질 정도 및 차이

전후기 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지, 삶의 질 정도 및 차이는 Table 2와 같다. 전후기 중년 남성의 직업 스트레스는 5점 만점에 각각 2.96점, 3.07점으로 후기 중년 남성이 좀 더 높았고 직업 안정성은 5점 만점에 3.19점, 3.07점으로 전기 중년 남성이 안정성이 높았다. 우울의 경우 60점 만점에 후기 중년 남성이 21.65점으로 전기 중년 남성의 18.22점보다 더 높아 우울한 것으로 나타났다. 가족 유대감은 5점 만점에 각각 3.39점, 3.27점으로, 주관적 건강상태도 5점 만점에 3.14점, 3.00점, 사회적 지지는 125점 만점에 79.33점, 78.43점, 삶의 질은 130점 만점에 74.53점, 73.98점으로 비슷한 것으로 나타났다.

전후기 중년 남성의 직업 스트레스($t=-.94, p=.350$), 직업 안정성($t=.89, p=.350$), 가족유대감($t=1.68, p=.096$), 주관적 건강상태($t=1.28, p=.201$), 사회적 지지($t=.44, p=.662$), 삶의 질($t=.28, p=.778$) 정도는 통계적으로 유의한 차이가

없는 것으로 나타났으며 우울의 경우 전기 중년 남성이 18.22±10.59점, 후기 중년 남성의 21.65±10.05점으로, 전기 중년 남성과 후기 중년 남성 간 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($t=-2.26, p=.026$).

Table 2. Differences in middle-aged men's job stress, job security, depression, family bond, subjective health status, social support and quality of life (unit : point)

Variable (Range)	Early Middle-aged Men	Late Middle-aged Men	t(p)
	M±SD	M±SD	
Job stress (1~5)	2.96± .78	3.07± .77	-.94 (.350)
Job security (1~5)	3.19± .97	3.07± .88	.89 (.350)
Depression (0~60)	18.22±10.59	21.65±10.05	-2.17 (.032)
Family Bond (1~5)	3.39± .53	3.27± .46	1.68 (.096)
Subjective health status (1~5)	3.14± .74	3.00± .68	1.28 (.201)
Social support (25~125)	79.33±13.45	78.43±13.29	.44 (.662)
Quality of Life (26~130)	74.53±12.85	73.98±12.96	.28 (.778)

3.3 일반적 특성에 따른 전후기 중년 남성의 삶의 질 차이

일반적 특성에 따른 삶의 질 차이는 Table 3과 같다. 전기 중년 남성의 삶의 질은 일반적 특성 중 학력($F=14.45, p=.000$), 종교유무($t=-2.26, p=.026$), 직업($F=3.13, p=.008$), 월 평균 수입($F=6.79, p=.002$), 규칙적 운동여부($t=4.89, p=.000$), 노후생활 불안정도($F=19.08, p=.000$)에 따라 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보였다. 후기 중년 남성의 삶의 질은 학력($F=5.76, p=.005$), 종교유무($t=-2.20, p=.031$), 현 직종의 근무년수($F=6.24, p=.003$), 흡연상태($F=9.10, p=.000$), 규칙적 운동여부($t=3.42, p=.001$), 노후생활 불안정도($F=11.09, p=.000$)에 따라 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보였다.

집단 간의 유의한 차이를 분석한 결과, 전기 중년 남성의 경우 학력에서 대졸 이상이 고졸보다 더 높게 나타났고 종교가 없는 경우보다 있는 경우가 더 높았으며 직업에서는 생산-단순노무직보다 전문직, 관리직, 사무직이 삶의 질이 높았다. 월 평균 수입에서는 500만원 이상이

Table 3. Differences in Quality of according to general characteristics

(N=170)

Characteristics		Quality of life			
		Early Middle-aged Men (N=86)		Late Middle-aged Men (N=84)	
		M±SD	t or F(p)	M±SD	t or F(p)
Number of children	0~1	71.64±12.95	1.08 (.346)	71.24±11.32	.47 (.626)
	2	75.83±12.90		74.65±13.14	
	Over 3	77.25±10.44		74.77±14.68	
Number of living together family	2people	75.00± 5.60	1.39 (.251)	72.08±12.49	.31 (.821)
	3people	69.62±13.06		72.67±12.15	
	4people	76.30±12.82		75.45±13.04	
	Over 5people	75.73±13.42		74.33±15.19	
Education	Middle school		14.45 (.000)	64.60±13.43 ^a	5.76 (.005)
	High school	60.22±12.73		68.85±11.27	
	Over university graduation	76.20±11.85		77.38±12.64 ^b	
Religion	No	71.55±11.83	-2.26 (.026)	70.47±11.83	-2.20 (.031)
	Yes	77.67±13.26		76.60±13.27	
Job	Professional	80.33±12.77 ^b	3.13 (.008)	78.00±13.45	2.05 (.069)
	Administration	76.38± 8.34 ^b		76.14±11.26	
	Service or sales	68.92±12.75		67.78±15.42	
	Office job	77.66±13.61 ^b		79.00±12.47	
	Blue collar job	54.50±12.82 ^a		66.13±10.56	
	Self-employed	74.92±11.15		70.25±13.50	
Current working years (years)	Under 10	69.68±9.92	2.17 (.121)	65.87±12.00	6.24 (.003)
	10<~20≥	76.18±13.40		71.50±12.98	
	Over 20	76.25±13.66		78.00±11.86	
Average Monthly income (10,000₩)	Under 300	65.71±10.97 ^a	6.79 (.002)	67.08±9.38	2.42 (.095)
	300~500	69.83±10.60		73.44±13.48	
	Over 500	78.50±12.93 ^b		76.13±13.03	
Smoking status	Smoking	72.90±12.60	1.90 (.156)	70.68±13.11 ^a	9.10 (.000)
	Currently stop smking	73.82±12.99		69.91±10.17 ^a	
	No smoking	80.06±12.84		82.44±11.21 ^b	
Alcohol status	Drinking possible	74.20±13.33	.33 (.720)	74.51±12.35	.18 (.833)
	Currently stop drinking	78.67± 8.04		72.10±16.11	
	No drinking	74.44±12.05		73.13±13.88	
Regular exercise	Yes	81.97±12.44	4.89 (.000)	79.64±12.31	3.42 (.001)
	No	69.67±10.68		70.31±12.13	
Anxiety degree of the old aged life	0~3point	90.08± 9.88 ^a	19.08 (.000)	85.71± 9.53 ^a	11.09 (.000)
	4~6point	75.21± 9.85 ^b		73.96±12.00 ^b	
	7~10point	67.58±12.21 ^b		67.44±11.95 ^b	

300만원 미만보다 더 높았고 규칙적으로 운동하는 경우가 안 하고 있는 경우보다 삶의 질이 높게 나타났다. 또한 노후생활 불안정도는 0~3점이 4~6점, 7~10점보다 삶의 질이 더 높았다. 후기 중년 남성의 경우 학력에서 중졸 이하보다 대졸이상에서 삶의 질이 더 높았으며 종교가 없는 경우보다 있는 경우가 더 높게 나타났다. 현직종의 근무년수에서는 근무기간이 더 길수록 삶의 질이 높았고 흡연 중이거나 피웠다 끊은 경우보다 금연이 더 삶의 질이 높았다. 또한 규칙적으로 운동을 하지 않고 있는 경우보다 하고 있는 경우가 더 높았고 노후생활 불안정도는 0~3점이 4~6점, 7~10점보다 삶의 질이 더 높게 나타났다.

3.4 전후기 중년 남성의 삶의 질에 영향을 미치는 요인

전후기 중년 남성의 삶의 질에 미치는 영향 요인을 알아보기 위하여 전기 중년 남성의 삶의 질과 통계적으로 유의한 차이를 보인 일반적 특성 중 학력, 종교유무, 직업, 월 평균 수입, 운동여부, 노후 불안정도는 가변수 처리하고 통제변수로 투입하였으며 후기 중년 남성은 학력, 종교유무, 근무년수, 흡연상태, 운동여부, 노후 불안정도는 범주형 변수로 가변수 처리하였으며 그 외 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 지지를 독립변수로 하여 단계선택법(Stepwise

method)에 의한 다중회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 Table 4, Table 5와 같다.

Tabel 4. Factors influencing on the early middle-aged men's quality of life (N=86)

	Total		
	standardi-zation (b)	t	p
(Constant)		7.190	<.001
Depression	-.406	-5.342	<.001
Family Bond	.322	4.412	<.001
Regular exercise	.173	3.051	.003
Anxiety degree of the old aged life	.170	2.880	.005
Average Monthly income	.144	2.577	.012
R ²	.778		
F	56.203		
p	.000		

Tabel 5. Factors influencing on the late middle-aged men's quality of life (N=84)

	Total		
	standardi-zation (b)	t	p
(Constant)		-.074	.941
Social support	.483	5.613	<.001
Subjective health status	.240	3.021	.003
Job security	.211	2.592	.011
Job stress	.203	2.496	.015
Smoking status	.207	2.847	.006
Current working years	.156	2.174	.033
R ²	.647		
F	23.473		
p	.000		

전기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인에 대한 다중선형회귀분석 모형으로 다중공산성의 문제는 공차한계 (TOL .10 이상), 분산팽창지수(Variance inflation, 10이하)를 확인 결과 공선성 문제는 발생하지 않았다.

다중회귀 분석에서 단계선택 방법에 따라 최종 모델에서 직업 스트레스와 직업안정성, 주관적 건강상태, 사회적 지지, 학력, 종교, 직업, 근무년수, 흡연은 제외되었다.

모형의 설명력은 77.8%(R²=.778)로 나타났으며, 해당

모형은 통계적인 유의성(F=56.203, p=0.000)을 보였다.

전기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인으로 우울이 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 그 다음 순으로 가족유대감, 규칙적 운동, 노후불안, 월 수입이 삶의 질에 영향을 주는 것으로 나타났다.

즉, 우울(b=-.406, p=.000)이 높아질수록 삶의 질이 낮아지며, 가족유대감(b=.322, p=.000)이 높아질수록, 규칙적인 운동(b=.173, p=.003)을 한다면, 노후불안(b=.170, p=.005)이 낮으면, 월 평균 수입(b=.144, p=.012)이 많으면 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났다.

후기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인에 대한 다중선형회귀분석 모형으로 다중공산성의 문제는 공차한계 (TOL .10 이상), 분산팽창지수(Variance inflation, 10이하)를 확인 결과 공선성 문제는 발생하지 않았다.

다중회귀 분석에서 단계선택 방법에 따라 최종 모델에서 우울과 가족유대감, 연령, 학력, 종교, 직업, 월 평균 수입, 규칙적 운동, 노후불안은 제외되었다.

모형의 설명력은 64.7%(R²=.647)로 나타났으며, 해당 모형은 통계적인 유의성(F=23.473, p=0.000)을 보였다.

후기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인으로 사회적 지지가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 주관적 건강상태, 직업 안정성, 직업 스트레스, 흡연, 근무연수 순으로 삶의 질에 영향을 주는 것으로 나타났다.

즉, 사회적 지지(b=.483, p=.000)이 높아질수록, 주관적 건강상태(b=.240, p=.003)가 높아질수록, 직업 안정성(b=.211, p=.011)이 높아질수록, 직업 스트레스(b=.203, p=.015)가 높아질수록, 흡연(b=.207, p=.006)을 하지 않으면, 근무년수(b=.156, p=.033)가 20년을 초과하면 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 중년기 남성을 전후기로 구분하여 각각의 생애과정에서 삶의 질과 관련성 있는 변인을 파악하고 그들의 삶의 질 향상을 위한 간호중재 개발의 기초자료를 제공하기 위해 시도하였다.

전후기 중년 남성의 직업 스트레스, 직업 안정성, 우울, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적지지, 삶의 질 정도 및 차이를 살펴보면, 직업 스트레스, 직업 안정성, 가족유대감, 주관적 건강상태, 사회적 안정, 삶의 질의 정도의 차이는 두 그룹 간 통계적으로 유의한 차이가 없는

것으로 나타났으며 우울의 경우 전기 중년 남성이 18.22±10.59점, 후기 중년 남성의 21.65±10.05점으로, 이 두 그룹 간 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($t=-2.26, p=.026$). 이는 본 연구와 같이 중년 남성을 대상으로 연구한 박민정[40]의 연구결과와 일치하는 것이며 통계적으로는 유의한 차이는 없었지만 50대가 40대보다 우울 점수가 높게 나타나 이미옥, 박효정[41]과 비슷한 결과이다. 일반적으로 40세부터 호르몬 대사의 변화, 체력 상실 및 저하, 신체의 노화가 오는 등 생물학적 변화가 일어나는 시기이며 정신적 조건들이 점차 쇠퇴함을 느끼게 되는 시기로[19] 40~50대 남성에서 우울장애 유병률이 급격히 증가하여[40] 50~59세 남성이 21%로 5명당 1명이 우울한 것으로 나타났다[42]. 이러한 결과는 50대의 남성이 40대 남성보다 노화에 의한 생리적 변화가 더 뚜렷해지며[40] 정년퇴직에 대한 압박감에 시달려[5] 더 우울 수준이 높게 나타난 것으로 사료된다. 본 연구의 대상자와는 달리 노인대상으로 연구한 권명진[43]과 이종욱[44]에서도 우울은 대상자의 삶의 질과 밀접한 관련성이 있다고 하였다. 중년의 우울 정도가 높을수록 자살 생각이 높아지는 것으로[45], 이선영, 허명륜[46]은 연구에서 우울한 대상자가 비우울 대상자보다 자살생각을 6.093배 많이 하는 것으로 나타나 그 심각성을 감안한다면 후기중년 남성의 우울에 대한 적극적인 대처가 필요할 것으로 사료된다.

일반적 특성에 따른 전기 중년 남성의 삶의 질은 학력($F=14.45, p=.000$), 종교유무($t=-2.26, p=.026$), 직업($F=3.13, p=.008$), 월 평균 수입($F=6.79, p=.002$), 규칙적 운동여부($t=4.89, p=.000$), 노후 생활 불안정도($F=19.08, p=.000$)에 따라 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보였다. 집단 간의 유의한 차이는 학력에서 대졸이상이 고졸보다, 종교가 없는 경우보다 있는 경우가, 직업에서는 생산-단순노무직보다 전문직, 관리직, 사무직이, 월 평균 수입에서는 500만원 이상이 300만원 미만보다, 규칙적으로 운동을 하는 경우가, 노후생활 불안정도가 낮은 경우가 삶의 질이 더 높게 나타났다. 이는 임유진[47]의 연구에서 학력, 가족지지 정도, 월소득, 주 3회 이상의 운동, 주관적 건강상태가 삶의 질에 차이가 있는 것으로 나타났고 이영휘[48]는 종교, 학력, 월수입이, 박주분[49]는 직업, 가족수입이, 한숙정, 권명숙, 윤오순[50]은 학력, 종교, 월평균 수입, 지각된 건강상태, 운동을 하는 사람이 삶의 질에 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하

였다. 또한 한수정[51]은 운동 참여 집단이 비참여 집단보다 삶의 질이 더 높게 나타나 본 연구를 뒷받침해 주고 있다. 그러나 위의 논문은 전기 중년 남성에 대한 연구가 아닌 40~60, 35~55세, 40~65세 등 전반적인 중년 남성의 삶의 질에 대한 연구이며 이미옥, 박효정[52]은 학력, 종교, 운동유무가 통계적으로 삶의 질에 차이가 없는 것으로 나타나 일관성 없는 결과에 대해 추후 반복 연구를 통해 확인할 필요가 있겠다. 방은령[53]은 40대의 약 17%가 노후대책이나 미래생활에 대해 불안해하며 50대는 5%만이 노후대비에 대한 두려움을 나타나 전기 중년이 노후에 대한 불안이 높은 것으로 나타났으며 홍금희, 하주영[25]은 중년 전기가 중년 후기보다 상실에 대한 두려움, 외모에 대한 걱정, 심리적 불안정이 높다고 하였다. 이는 중년 전기에 신체적인 노화가 시작되면서 자녀의 출가, 배우자의 죽음 등의 일부 경험하거나 친구들을 통해 대리경험하기 시작함으로써 상실감이 증가되기 때문으로[25] 노후 생활의 불안에 대한 적극적인 대처를 통해 삶의 질 향상을 꾀하여야 할 것으로 사료된다.

일반적 특성에 따른 후기 중년 남성의 삶의 질은 학력($F=5.76, p=.005$), 종교유무($t=-2.20, p=.031$), 현 직종의 근무년수($F=6.24, p=.003$), 흡연상태($F=9.10, p=.000$), 규칙적 운동여부($t=3.42, p=.001$), 노후 생활 불안정도($F=11.09, p=.000$)에 따라 통계적으로 유의한 수준에서 차이를 보였다. 전기 중년 남성의 경우와 같이 삶의 질에 차이를 보인 학력과 종교유무, 규칙적 운동여부, 노후생활 불안정도는 임유진[47], 이영휘[48], 한숙정 등[50]의 연구와 일부분 유사한 결과이다. 현 직종의 근무년수가 길수록 삶의 질이 높은 것으로 나타났다. 이는 중년기 남성에게 있어 직업은 자기개발 및 자아실현을 통하여 성취감을 이루게 되고 이로 인한 보상으로 부양과 양육이 이루어지기 때문에 직장은 중년 남성의 입장에서 매우 중요한 생산원이자 삶의 가치 영역으로 작용하고 있다[54]. 조원경, 한정란[55]은 연구를 통해 경력이 많은 근로자일수록 직업만족도가 높게 나타났으며 하태희[54]은 직업만족도가 높을수록 주관적 삶의 질이 높게 나타나 본 연구결과와 유사한 결과를 나타냈다. 흡연 상태에서도 흡연 중이거나 피웠다 끊은 경우보다 금연이 더 삶의 질이 높게 나타났다. 흡연은 질병발생과 사망률을 높이는 주 건강위험요인으로, 흡연자는 비흡연자에 비해 폐암을 비롯한 만성 폐질환, 각종 암, 심장 질환 및 뇌혈관 질환 등 각종 질환의 발생빈도가 높이다[56]. 박미경, 강경숙,

김남영[57]는 흡연자가 비흡연자에 비해 주관적 건강상태가 나쁘다고 하였고 임유진[47]은 주관적 건강상태가 삶의 질에 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구를 뒷받침해 주고 있다.

전기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인으로 우울이 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 그 다음 순으로 가족유대감, 규칙적 운동, 노후불안, 월 수입이 삶의 질에 영향을 주는 것으로 전체 설명력은 77.8% 나타났다. 즉, 우울이 높아질수록 삶의 질이 낮아지며, 가족유대감이 높아질수록, 규칙적인 운동을 한다면, 노후불안이 낮으면, 월 평균 수입이 많으면 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났다. 40대는 자녀가 청소년기에 달하고 성인기로 성장하면서 독립성을 발달시켜 가는 시기로[2] 경제적으로 안정되고 사회적 지위가 확립되어 안정된 분위기 속에서 자신의 역할을 수행하며 자녀교육 및 진로에 관심을 갖는 가장 생산적인 인생의 황금기라고 부른다[58]. 그러나 이 시기는 일반적으로 사춘기 때 일시적인 심리적·정신적 혼란과 불안감 등을 또 다시 경험하게 되어 '제2의 사춘기'라고 일컬어진다[2]. 그러므로 이 시기에 삶의 질을 향상시키기 위해서는 우울을 낮추고 가족적인 유대감을 높일 수 있는 프로그램 개발과 운동을 꾸준히 할 수 있는 사회적 환경이 필요하며 노후 생활에 대한 안정적 재정적 지원 및 수입 증가를 위한 노력이 필요할 것으로 사료된다.

후기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인으로 사회적 지지가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 주관적 건강상태, 직업 안정성, 직업 스트레스, 흡연, 근속연수 순으로 삶의 질에 영향을 주는 것으로 전체 설명력은 64.7%로 나타났다. 즉, 사회적 지지가 높아질수록, 주관적 건강상태가 높아질수록, 직업안정성이 높아질수록, 직업 스트레스가 높아질수록, 흡연을 하지 않으면, 근속연수가 20년을 초과하면 삶의 질이 높아지는 것으로 나타났다. 50대는 성인 초기 자녀가 독립하는 시기로 부모 역할의 변화 및 상실감 등을 경험하게 된다. 자녀들이 성장함에 따라 부모로서 만족감, 완수감을 느끼기도 하지만 반면 자녀의 취업이나 결혼으로 인한 부담이 증가하며[2,59] 직장생활에서 은퇴를 준비해야 하는 은퇴시기에 접어들며 노화가 시작되면서 건강문제가 대두되고 친구와 동료들과의 이별이나 사별을 통해 고립감과 소외감을 갖는 시기이다[60]. 그러므로 이 시기에 삶의 질을 향상시키기 위해서는 사회적지지 체계의 강화 및 확충, 건

강유지 및 증진을 위한 프로그램 개발이 필요하며 직장의 안정성 보장과 직무 스트레스 감소 및 근무년수를 높이기 위한 방안이 강구되어야 할 것이다. 또한 금연에 대한 사회적 분위기 및 캠페인이 필요할 것으로 사료된다.

5. 결론과 제언

본 연구 결과, 전기 중년 남성의 삶의 질의 영향을 미치는 요인으로는 우울이 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 그 다음 순으로 가족유대감, 규칙적 운동, 노후생활 불안정도, 월 수입이 삶의 질에 영향을 주는 것으로 나타났다. 후기 중년 남성은 사회적 지지가 가장 높은 영향을 주는 것으로 나타났으며, 주관적 건강상태, 직업 안정성, 직업 스트레스, 흡연, 근속연수 순으로 삶의 질에 영향을 주는 것으로 나타났다.

본 연구는 B·D광역시, J·P시에 거주하는 중년 남성을 대상으로 하였으므로 연구결과의 일반화에 제한점이 있으며 추후 본 연구결과를 바탕으로 중개 프로그램을 개발하여 삶의 질을 높이는 연구를 제언한다.

REFERENCES

- [1] Statistics Korea. (2017). http://kosis.kr/statisticsList/statisticsList_01List.jsp?vwcd=MT_ZTITLE&parentId=D, 2017.
- [2] M. J. Kim. (2017). *Middle Aged Study*. Seoul : GyoMoonSa.
- [3] G. H. Park. (2004). *Study on the correlation between the meaning of life and the mental health of middle-aged males of the Korean society*. Master's thesis. Ewha Womans University, Seoul. .
- [4] I. S. Hwang. (1998). *Study on Factors Affecting Stress level of Mid-life men*. Master's thesis. Yonsei University, Seoul.
- [5] H. S. Shin. (2006). Middle-age Crisis and Stress in Family Relations. *Dongduk journal of life science studies*, 11, 84-90.
- [6] J. I. Lee, K. H. Kim & S. H. Oh, (2003) Depression and life satisfaction of middle-aged man. *The Korean Academic Society of Adult Nursing*. 15(3), 422-431.
- [7] Statistics Korea. (2015). Cause of death statistics in 2014[Internet.<http://kostat.go.kr>
- [8] S. H. Park. (2002). Development of quality of life

- measurement instrument for Koreans with disabilities. *Korean Journal of Special Education*, 37(2), 41-78.
- [9] S. A. Lee. (1998). Middle-aged employed men's attitudes toward retirement and plans for post-retirement life. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 36(5), 126-135.
- [10] J. R. P. Fench, W. Rogers & S. Cobb. (1974). *Adjustment as person-environment fit*. In CoelhoGV, HamburgDA, AdamsJE (Eds.), *Coping and adaptation* New York : Basic Books.
- [11] S. S. Jung. (2015). *Mediating effect of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between climacteric syndrom, job, stress, and mid-life crisis in middle-age men*. Master's thesis. Pusan University, Busan.
- [12] T. A. Beeh & J. E. Newman. (1978). Job Stress, Employee, Health, and Organizational Effectiveness. *Personnel Psychology*, 31, 665-669.
- [13] M. Y. Choi & T. Y. Choi. (2017). The Effect of Baby Boomers' Degree of Preparation for Old Age and Self-Efficacy on the Satisfaction with Life. *Journal of regional studies*, 25(1), 89-107.
DOI : 10.18859/ssrr.2015.05.31.2.105
- [14] Statistics Korea, (2017). May Elderly addition survey of economically active <http://kostat.go.kr>
- [15] H. S. OH. (2017). Important significant factors of health-related quality of life(EQ-5D) by age group in Korea based on KNHANES(2014). *Journal of the Korean Data & Information Science Society*, 28(3), 573-584.
DOI : 10.7465/jkdi.2017.28.3.573
- [16] J. K. Kim. (2017). *Effects of Animal Assisted Therapy(AAT) in Reducing Depression and Improving the Subjective Quality of Life of the Korean Young Older Adults*. Master's thesis. Pyeongtaek University, Pyeongtaek.
- [17] O. I. Park. (1997). A Study on the Solidarity with Adult Children and Self-Esteem of Aged Parents in Korean Rural Househol. *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, 29(4), 51-71.
- [18] S. S. Lee & Y. E. Cha. (2000). A Study on The Effects of Adult Children's Differentiation of Self and The Healthy Family-of-Origin on The Solidarity with Aged Mother. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 38(4), 21-32.
- [19] D. J. Kang. (2011). *The Relationships between Middle-Aged Men's Crisis and Psychological Variables*. Doctoral dissertation. Chongshin University, Seoul.
- [20] M. K. Choi & Y. H. Lee. (2010). Depression, powerlessness, social support and socioeconomic status in middle aged community residents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 19(2), 196-204.
- [21] E. J. Cha & S. H. Lee. (2015). Effect of Depression, Loneliness, and Social Support on Aging Anxiety in Middle-aged Men. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 17(5), 2705-2717.
UCI : <http://uci.or.kr/G704-000930.2015.17.5.040>
- [22] H. S. Kim & S. S. Kim. (2017). A Converged Stud about Influences of Job Security, Depression, Family Bond, Subjective Health Status, Social Support on Quality of Life in Married Middle-Aged Male. *Journal of the Korea Convergence Society*, 7(5), 101-114.
DOI : 10.15207/JKCS.2017.8.3.101
- [23] U. M. Staudinger & A. Bluck (2001). *A view on midlife development from life-span theory*. in M. E. Laschman(ed). *handbook of midlife development*. New York: John Wiley & Sons.
- [24] Y. J. Kang. (2004). Late Middle-aged Women's Life Experiences in Transition to Old Age. *Family and Environment Research*, 42(7), 145-164.
- [25] G. H. Hong & J. Y. Ha. (2015). Aging Anxiety, Factors of Successful Aging and Preparation for Aging in Early and Late Middle Age. *Journal of Korean public health nursing*, 29(1), 29-39, 2015.
DOI : 10.5932/JKPHN.2015.29.1.29
- [26] D. F. Parker & T. A. Decotiis. (1983). Oranizational decterminants of job stress. *Organizational Behavior Human Performance*, 32(2), 161-166.
- [27] Y. R. Kim. (2000). *Gender Differences in Job Stress*. Master's thesis.. Ewha Womans University, Seoul.
- [28] E. A. Lee. (2007). The Relationships between Ecosystem Variables and Middle-Aged Men's Psychological Adjustment. Doctoral dissertation. Chonbuk National University, Jeonju.
- [29] G. H. Han. (1996). Research: Men's Work Role and Transition to Fatherhood : Does Transition Timing Matter?. *Family and Environment Research*, 34(2), 231-244.
- [30] L. S. Radloff. (1997). The CES-D Scale : A Self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological measurement*, 1(3), 385-401.
- [31] K. K. Chon, S. C. Choi & B. C. Yang. (2001). Unified Korean Version of Developing CES-D. *Korean Journal of Health Psychology*, 6(1). 59-76.

- http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE06368475
- [32] E. Y. Kim, M. Y. Jang & E. Y. Jung. (2014). The Effects of Subjective Health Status, Climacteric Symptoms and Coping Behaviors of Office Workers Men on Mid-life Crisis. *The Korean Journal of Stress Research*, 22(2), 77-86.
http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE02430969
- [33] O. I. Park. (1997). A Study on the Solidarity with Adult Children and Self-Esteem of Aged Parents in Korean Rural Household. *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, 29(4), 51-71.
http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE00879524
- [34] S. S. Lee & Y. E. Cha. (2000). A Study on The Effects of Adult Children's Differentiation of Self and The Healthy Family-of-Origin on The Solidarity with Aged Mother. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 38(4), 21-32.
- [35] A. S. Kim. & G. Yoon. (1991) Factor Analyses of The Mid-Life Crisis Scale in The Korean Adults. *Korean Journal fo Developmental Psychology*, 4(1), 73-87.
http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE06374693
- [36] M. C. Kim. (1989). *MID-LIFE CRISIS AND ITS RELATED VARIABLES*. Doctoral dissertation. Ewha Woman's University, Seoul.
- [37] J. W. Park. (1985). *One Research for a Social Support Scale Development*. Doctoral dissertation. Yonsei University, Seoul.
- [38] WHOQOL Group. (1998). Development of world health organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *psychological Medicine*, 28, 551-558.
- [39] S. G. Min., C. I. Lee., K. I. Kim., S. Y. Suh., & D. K. Kim. (2000). Development of Korean version of WHO Quality of Life Scale Abbreviated Version (WHOQOL-BREF). *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 39(3), 571-579.
- [40] M. J. Park. (2013). *Influencing Factors on Depression of Middle-Aged Men*. Master's Thesis. Seonam University, 2013. namwon.
- [41] M. W. Lee, H. J. Park. "A Study on Late-onset of Hypogonadism, Erectile Dysfunction, Depression, and Quality of Life among Middle-aged Male Worker", *Korean Journal of Adult Nursing*, Vol. 25, No. 5. pp. 483-493, 2013.
DOI : 10.7475/kjan.2013.25.5.483
- [42] Korean Statistical information Service. (2010.09.10). *Cause of death statistics, 2009*. from http://kosis.kr/ups/ups_01List01.jsp?grp_no=1005&pubcode=YD&type=F.
- [43] M. J. Kwon. (2015) Convergence Study on the Relation between Cognition, Depression and Aggression in the Elderly. *Journal of the Korea Convergence Society*, 6(6), 171-176.
DOI : 10.15207/JKCS.2015.6.6.171
- [44] J. W. Lee. (2016). Converged Factors Influencing Depression of Community Dwelling Elderly. *Journal of the Korea Convergence Society*, 7(5), 237-246.
DOI : 10.15207/JKCS.2016.7.5.237
- [45] H. I. Choi. (2008). *A Study on factors Affecting Elderly Suicidal Ideation*. Doctoral dissertation. Daegu university, Daegu.
- [46] S. Y. Lee & M. L. Heo. (2015). A Study on Factors Affecting Middle-aged Men's Suicidal Ideation. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 16(7), 4777-4785.
DOI : 10.5762/KAIS.2015.16.7.4777
- [47] Y. J. Lim. (2017). Correlation between Personal Competence of Health Care and Quality of Life among Middle-Aged Adults. *Journal of the Korea Contents Association*, 17(2), 198-206.
DOI : 10.5392/JKCA.2017.17.02.198
- [48] Y. W. Lee. (2002). A Study of Quality of Life in Middle-aged Men. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 32(4), 539-549.
http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE02027145
- [49] J. B. Park. (2008). *A Study on the Effect of Life Quality on Self-Esteem and Crisis for Middle-aged Men*. master's thesis, Sangmyung University, Seoul.
- [50] S. J. Han., M. S. Kwon & O. S. Yoon. (2012). Comparison of Quality of Life of Middle aged Women and Men. *Journal Korean Acad Social Home Care Nursing*, 19(2), 183-194.
<http://uci.or.kr/G704-SER000009889.2012.19.2.003>
- [51] S. J. Han. (2004). A study on the relations between physical exercise and quality of life in middle-aged adults. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 18(1), 14-26.
http://www.dbpia.co.kr/Article/NODE02229026
- [52] M. W. Lee & H. J. Park. (2013). A Study on Late-onset of Hypogonadism, Erectile Dysfunction, Depression, and Quality of Life among Middle-aged Male Worker. *Korean Journal of Adult Nursing*, 25(5), 483-493.
DOI : 10.7475/kjan.2013.25.5.483
- [53] E. Y. Bang. (2010). The Meaning and Quality of Happiness and Life as Middle-aged Men in Korea. *Annual Report from the Korean Association of Human Development*, 37-60.
- [54] T. H. Ha. (2011). *Development of the Structural Model*

of Middle-aged Men's Subjective Quality of Life. Doctoral Dissertation. Kyungpook National University, Daegu.

- [55] W. K. Cho & J. R. Han. (2009) Middle-Aged Male Workers' Attitudes toward Job-Civil Servants and Company Employees-. *The Journal of Vocational Education Research*, 28(1), 43-61.
- [56] U.S. Department of Health and Human Services. (2004). *The health consequences of smoking: a report of the Surgeon General*. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, Coordinating Center for Health Promotion, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health.
- [57] M. K. Park, K. S. Kang & N. Y. Kim. (2006). A Study on Korean Adult's Health Status, Smoking Perception, and Self-efficacy of Smoking Cessation according to Smoking Status. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 17(1), 83-90.
- [58] J. S. Ahn. (2003). *A Study of Factors Influencing the Psychosocial Crises of Middle-Aged Men*. Master's thesis. Kangnam University, Seoul.
- [59] E. A. Lee. (2007). *The Relationships between Ecosystem Variables and Middle-Aged Men's Psychological Adjustment*. Doctoral Dissertation. Chonbuk National University, Jeonju.
- [60] S. C. Lee. (2014). A Study on Effects of Lifestyle on the Old-Age Counterplans in Middle-Aged for the Next Generation of Business Education. *Commercial Education Research*, 29(6), 263-286.

김 향 수(Kim, Hyang Soo) [정회원]



- 2013년 2월 : 국립공주대학교 일반대학원(간호학 박사)
- 2013년 3월 ~ 2015년 2월 : 문경대학교 간호학과 조교수
- 2015년 6월 ~ 현재 : 중원대학교 간호학과 조교수

▪ 관심분야 : 여성간호, 노인간호, 지역사회간호
 ▪ E-Mail : khs881088@jwu.ac.kr

김 송 순(Kim, Song Soon) [정회원]



- 2018년 2월 : 인제대학교 의과대학 일반대학원 간호학과 (간호학 박사)
- 2013년 3월 ~ 2014년 2월 : 한영대학 간호학과 조교수
- 2014년 3월 ~ 2015년 2월 : 문경대학교 간호학과 조교수
- 2015년 3월 ~ 현재 : 동원과학기술대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 성인간호, 시뮬레이션, 정신간호
- E-Mail : ssoon62@dist.ac.kr

박 미 현(Park, Mi-Hyeon) [정회원]



- 2015년 8월 충남대학교 일반대학원(간호학 박사 수료)
- 2013년 3월 ~ 2014년 2월 : 문경대학교 간호학과 조교수
- 2014년 9월 ~ 현재 : 포항대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 노인, 치매, 의사소통
- E-Mail : pmh@pohang.ac.kr