

다중지표 다중원인(MIMIC)분석을 통한 중년여성의 삶에 대한 탐색*

배 유 진¹⁾

양 수 진²⁾

이화여자대학교 심리학과

본 연구는 중년여성을 대상으로 그릿, 삶의 의미, 부모소명이라는 심리적 특성과 사회적지지, 취업 여부와 같은 사회 맥락적 요인에 따라 중년기에 맞이하는 건강한 삶의 결과(정신적 안녕감, 결혼만족도, 중년기 위기감, 부모소진)에 차이가 나타나는지 확인하고자 하였다. 자녀가 있는 만 50~64세의 여성 430명을 대상으로 다중지표 다중원인(MIMIC) 모형을 검증한 결과, 개인의 심리사회적 특성에 따라 중년여성의 건강한 삶의 지표에는 차이가 나타났다. 구체적으로, 사회적지지가 높은 집단은 모든 긍정적·부정적 결과 지표에 유의한 차이를 보였으며, 그릿과 삶의 의미의 수준에 따라서는 정신적 안녕감과 중년기 위기감에서 유의한 차이가 나타났다. 부모소명 및 취업여부에 따라서는 각각 부모소진과 정신적 안녕감에 유의한 차이가 있었다. 이는 중년의 여성이 과업을 건강히 수행하기 위해 개인의 신념과 태도 그리고 사회 속의 네트워크 등 보다 성숙하고 풍부해진 심리사회적 자원을 활용할 수 있음을 시사하며, 삶의 결과마다 어떠한 자원의 활용이 가능한지 다각적인 관점에서 살펴본다는 데에 그 의의가 있다.

주요어 : 중년여성, 그릿, 삶의 의미, 부모소명, 사회적지지, 다중지표 다중원인(MIMIC) 모형

* 본 논문은 2020년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원(NRF-2020S1A5A2A03046090) 및 2021학년도 이화여자대학교 대학원 우수연구장학금 지원에 의한 논문임.

1) 이화여자대학교 심리학과, 석박사 통합과정생

2) 교신저자 : 이화여자대학교 심리학과, 부교수 (E-mail: sujinyang@ewha.ac.kr)

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

중년의 삶은 생애 단계의 마지막 남은 미지의 영역이라 표현될 만큼 아직 충분히 연구되지 않은 시기이다(Brim, 1992). 인생에서 가장 긴 시간을 보내는 발달단계임에도 불구하고 중년기가 ‘invisible group’(McQuaid, 1998)으로 치부되어 온 것은, 발달체적의 결정적 변화가 일어나는 인생 초반이나 사회적 돌봄과 책임이 필요한 노년기에 비해 주목할 만한 요구가 없는 단계라 여겨졌기 때문이다(Wethington, 2003). 그러나 중년기는 용어 그대로 성인기와 노년기 중간 지점의 전환기(transition)인 만큼 그 어떤 발달주기보다 심리사회적 영역에 걸친 많은 변화가 일어나게 된다(Lachman, 2004). 그리고 이는 곧 다양한 변화에 대응할 내적 자원과 사회적 지지가 한층 더 필요한 시기임을 의미하는 것이기도 하다.

중년의 목표를 개별화(individuation)라고 위시한 Jung(1939)의 관점에서 본다면, 현재 중년에 이른 한국 여성에 대한 심리사회적 자원에 대한 필요는 더욱 두드러진다. 전통적인 가정에서 여성은 주로 가정이나 관계 영역의 역할을 감당하며 그로부터 자신의 정체성을 부여해 왔으므로(Strazdins & Broom, 2004; Tang & Cousins, 2005), 이들이 중년기에 독립된 정체성을 갖는 개별화를 이루기란 막연하고도 어려운 시도일 수 있기 때문이다. 생산성이라는 발달과업(Erikson, 1963)이 양육이라는 좁은 의미에만 한정되어왔거나, 가족과 자신을 동일시하기 쉬운 어머니의 자리가 중년기에 발생

하는 가족구조의 변화나 빈 등지 증후군에 상대적인 취약성으로 이어진다는 점에서도 역시 그러하다(이혜진, 유미애, 2019; Connell, 2005; McQuaid, 1998). 그러나 중년기의 여성이 개인의 정신건강에 대한 대처에는 충분한 준비나 투자가 없는 취약한 집단일지 모르나, 그에 비하여 가정과 사회에 대한 기여와 역할은 여전히 중추적임을 기억해야 한다(McQuaid, 1998). 따라서 개인 노년의 웰빙 뿐 아니라 가정과 사회에 미치는 영향력을 고려할 때, 여성이 중년기에 맞이할 수 있는 어려움에 대한 대처 역량을 키우고 적응적으로 극복할 수 있도록 안내하는 것은 의미 있고 중요한 과제라 할 수 있겠다.

현재까지, 그럼에도 불구하고 중년여성에 관한 연구는 대부분 신체적 변화나 갱년기를 비롯한 생물학적 연구, 또는 중년기 위기감과 같은 부정적 결과만을 중심으로 다루어져 왔다. 본 연구는 이러한 선행연구의 한계를 보완하기 위하여 중년여성의 부정적 측면(중년기 위기감, 부모소진) 외에 긍정적 측면(결혼 만족도, 정신적 안녕감)까지 모두 포함한 삶의 결과를 함께 살펴볼 것이다. 그리고 다양한 변화에 대한 반응과 결과의 차이를 만드는 심리적 특성으로서의 그릿, 부모소명, 삶의 의미 및 사회적지지, 취업여부와 같은 사회적 맥락 변인에 초점을 맞추어 이들의 삶을 탐색하여 보고자 한다.

Apter(1996)는 중년여성에게 가장 중요한 것은 바로 자기 자신의 목소리를 듣는 것이라고 하였다. 이는 반대로, 중년의 여성들이 주로 가족 구성원의 돌봄 역할(Gomez-Leon, Evandrou, Falkingham, & Vlachantoni, 2019)이나 모성 이데

올로기에 가려져 자신의 목소리를 낼 기회가 없었던 것으로 이해해볼 수 있다(장영란, 2007). 그런 의미에서 중년여성의 정체성 추구와 욕구 표현이 증가하고(오자영, 2007), 생애 전환기에 대한 통념도 ‘위기(crisis)’로부터 ‘전환점(turning point)’으로 변화되고 있는 근래의 추세는 상당히 고무적이다(Rosenberg, Rosenberg, & Farrell, 1999). 길어진 노년을 위해 재취업이나 진지한 취미, 레저 활동이 급증하고 있는 변화 등은 더 이상 중년기를 마지막을 향한 준비가 아닌 새로운 시작점으로 인식하게 되었음을 방증한다. 이처럼 역동적으로 변화하고 있는 중년여성의 심리사회적인 면면과 그 변화에 대한 관찰 및 개입의 요구는 높아지고 있으나, 이질적이고도 복합적이라는 시기적 특징은 여전히 중년여성에 관한 연구를 더디게 해 왔다(Lachman, 2004). 중년기에는 자녀의 연령이나 독립 여부, 은퇴 시기나 건강 상태 등에 따라서 같은 연령이라 하여도 개개인이 매우 다른 상황에 놓이게 된다. 이에 따라 중년의 자아 인식과 경험에는 저마다의 차이가 발생하고(Heckhausen, 2001), 인생의 정점과 바닥을 오가며 득(gain)과 실(loss)이 공존하는 시기라는 것 외에는 명백한 공통점을 찾기 어려울 정도로 개인 내적으로나 개인 간의 차이가 매우 크게 나타난다(Baltes, Staudinger, & Lindenberger, 1999; Lachman, 2004). 체계적인 연구를 위한 연령 규정에도 아직 합의된 바가 없을 정도로 중년여성에 대한 연구는 초기 단계에 머물러 있기 때문에, 본 연구에서는 Jöreskog와 Goldberger(1975)가 제안한 다중지표 다중원인(MIMIC)의 방법론을 사용하여 중년여성의 건강한 삶을 탐색적으로 분석하는

것이 적절하다고 판단하였다.

MIMIC 모형은 확인적 요인분석에 공변수를 결합한 방식으로, 예측변인이 되는 공변수를 더미변수로 코딩하여 잠재변인에 대한 집단 간 평균 차이를 검증할 수 있는 분석 방법이다. MIMIC 모형은 결과변수를 잠재변수로 처리함으로써 측정오차도 고려할 수 있고, 다른 혼입 변인의 영향을 통제하며 한꺼번에 다양한 변인의 영향력을 살펴볼 수 있다는 장점이 있다(Kaplan, 2008). 해당 공변인의 수준이 높은 집단과 낮은 집단에 따라 잠재변인에 차이가 있는지 검증함으로써 중년여성에게 나타날 수 있는 다양한 삶의 지표들에 어떠한 변인들이 유의한 차이를 나타내는지 종합적으로 가늠해볼 수 있으므로, 관련 변인들의 관계들이 충분히 밝혀지지 않은 중년여성의 심리사회적 영역을 탐색해 보기에 유용한 연구방법이라 할 수 있다.

중년기에 대한 가장 일반적인 인식은 피할 수 없는 위기가 있다는 것이다. 하지만 필연적으로 맞닥뜨리게 되는 부정적 사건들에도 불구하고, 오히려 중년기를 정서적으로 안정감을 누리는 시기이자(Farrell & Rosenberg, 1981), 높은 수준의 삶 만족과 결혼만족감을 누리는 시기로 보는 관점도 있다(Keyes & Ryff, 1999). 스트레스의 종류나 강도만큼이나 대처 능력과 적응방식도 각기 다르며 이러한 차이가 중년기에 이르기까지 지속적으로 증대해왔기 때문에(이우경, 2008), 중년기를 이해하는 관점과 이 시기에 나타나는 삶의 결과가 저마다 다른 것은 너무나 당연하다. 따라서 본 연구에서는 중년여성의 삶의 지표가 개인이 겪게 되는 스트레스 및 그 상황에 대한 적응방

식이나 대처에 따라 다양하게 나타날 수 있다고 보았다. 또한, 이를 바탕으로 중년기의 여성에게 부각될 수 있는 상반된 결과들을 상정하여 종합적으로 살펴보았다.

중년여성의 건강한 삶을 좌우하는 가장 대표적인 요인 중의 하나는 중년기 위기감이다. 중년기 위기감은 중년의 시기에 과거, 현재, 미래를 평가하면서 자기구조를 통합하는 과정에서 갖는 혼란스러운 심리상태를 의미한다(김예본, 양수진, 2021; Infurna, Gerstorf, & Lachman, 2020). 이 시기의 위기감은 삶의 양식이나 개인의 목표, 신체 능력 등에서 연령을 실감하게 되는 역할 제한이나 능력 저하를 경험하며 유발된다(Wethington, 2003). 가까운 지인의 질병이나 사망을 지켜보면서 공허함이나 상실감을 경험하기도 하고, 갱년기와 같은 신체적 변화나 은퇴 이후의 긴 노후에 대한 부담감이 증가하기도 한다(김현영, 2020). 특히 사회적인 지지기반이 적은 전업주부나 유리천장에 막혀 경력이 단절된 여성의 경우에는 부정적인 자아 인식으로 중년기 위기감을 더욱 강하게 느낄 수 있다(박희숙, 정구철, 2020). 중년기 위기감을 크게 느낄수록 지나온 시기의 재평가 및 자기구조의 재통합이라는 중년의 중요한 과업성취나 다양한 도전과제들이 방해받게 되므로, 이를 잘 극복해 나가는 것은 중년기를 넘어 노년기의 정신건강을 위한 내적 자원의 토대로써도 중요하다(Levinson, 1986).

또 다른 부정적 삶의 지표로는 부모소진이 있다. 많은 부모는 자녀를 양육하면서 보람, 만족감, 기쁨 등을 느끼게 된다. 그러나 자녀 양육은 동시에, 심리적·경제적 부담과 신체

적 피로감이 수반되어 쉽지만은 않은 과정으로, 개인 생활과 여가 활용의 기회가 제약됨에 따라 만성적인 스트레스가 누적되기도 한다(한은아, 김보영, 이상민, 신호정, 2011). 부모소진은 이러한 부모 역할 수행에서 오는 스트레스를 극복하는 자원이 만성적으로 고갈된 상태를 말한다(Mikolajzak & Roskam, 2020). 이는 신경증이나 완벽주의 추구성향 같은 개인의 내적 특성에 의해 높아질 수도 있지만 양육스트레스나 양육부담과 관계가 깊은 자녀의 수나 기질, 장애 여부 등이 원인이 되기도 하며, 자녀 돌봄과 양육에 깊이 관여되어 있는 여성이 남성보다 더욱 취약한 것으로 알려져 있다(Mikolajzak, Raes, Avalosse, & Roskam, 2018; Norberg, 2007).

부모 역할에 대한 기대나 부담의 수준은 자녀 세대가 겪는 사회 현상을 반영하기도 하는데, 자녀들의 주거 독립을 늦추는 만혼화 현상(김주현, 이수진, 2019)이나 켄거루족 등의 사례가 그러한 경우이다. 따라서 본 연구에서는 여전한 책임감을 지고 성인 자녀를 보살펴야 하는 중년 부모의 부담과 피로감을 부모소진이라 가정하고 있다. 잘 알려진 대로 한국은 자녀를 향한 지원과 자원 이전에 대한 의지가 남다르기 때문에, 부담스럽더라도 50대 중후반이 넘어서까지 자녀 부양의 부담을 감수하는 경우가 많다(최승미, 김지연, 2016). 그러나 성인 자녀의 의존적인 동거가 부모의 삶의 질에 부정적인 영향을 미친다는 여러 연구 결과들은(성미애, 최세은, 최연실, 이재림, 2017; Mitchell & Gee, 1996; Umberson & Gove, 1989) 부모소진이 우리나라에서도 간과할 수 없는 중년의 부정적 삶의 지표임을 보여준다.

한편, 정신적 안녕감은 생애전환기에 경험하는 신체, 심리, 사회적 변화에 대한 성공적인 적응의 결과로써 역시 중년여성의 삶의 긍정적인 지표를 대표한다. 본 연구에서는 Keyes와 Ryff(1999)의 주장대로, 실제적인 안녕감과 행복은 단지 정신질환의 부재가 아닌 삶에 대한 만족감과 긍정 정서가 일상생활과 사회 변영에까지 이른 상태라는 관점으로 보고 있다. 국내에서는 모성이테올로거나 양육스트레스가 높은 경우 여성의 정신적 안녕감이 낮아지고(이현정, 이승연, 2021), 중년기 위기감을 크게 느낄수록 중년여성의 정신적 안녕감이 저하된다는 부정적인 경로가 주로 연구되어져 있다(김예본, 양수진, 2021). 그러나 American Board of Family Practice(1990)의 설문조사에 따르면, 중년기에서는 통제감과 자유를 더 크게 경험할 수 있고, 정착이 주는 안정감, 그리고 지인들과의 향상된 관계로 번영과 안녕감을 누릴 수 있는 장점이 인식되었다. 중년을 ‘위기’로 치부하는 것은 고정관념이라고 비판한 Lachman, Lewkowicz, Marcus와 Peng(1994) 역시, 이 시기를 능력, 책임감, 지혜와 힘과 같은 긍정적인 개념과 연결 짓기 위하여 지속적인 노력을 해 왔다. 실제로, 미국의 42-52세 중년여성들 대부분이 그들의 중년기를 긍정적으로 인식한다고 밝혔으며(Brown, Matthews, & Bromberger, 2005), 또 다른 미국 중년의 백인 여성 연구에서도 72.5%의 응답자가 자신을 ‘행복하다’, 혹은 ‘매우 행복하다’라고 보고한 것으로 나타났다(McQuaid, 1998). 그렇기 때문에, 그동안 주로 우울, 불안 등의 부정적 결과로만 측정되었던 중년여성의 삶의 지표에 대해 재고해 볼 필요가 있으며, 위기감에 매몰

되지 않고 긍정적 해석이 가능하다는 관점으로 바라보는 것은 연구자에게 주어진 새로운 과제라 할 수 있다. 이에 Keyes(2007)가 제안한, 정서적·심리적·사회적인 안녕감을 통합한 행복감으로 중년여성의 삶을 가늠하고 관련 요인을 탐색하는 것은 중년여성의 긍정적인 자원을 끌어 올리는 시도가 될 것이다.

그런가 하면, 결혼만족도는 여타 연령대보다 특히 중년, 그리고 여성에게 있어 건강한 삶을 판단하는 중요한 긍정적 삶의 지표이다. 중년의 여성이 배우자, 그리고 결혼생활에 대해 현재 얼마나 만족하며 살아가고 있는지는 관계적 측면 중에서도 가장 기본이 되며 자연스레 부부관계의 친밀감으로 연결되기 때문이다. 중년의 시기에 이르면 자녀의 독립 이후 부부 둘만의 시간이 늘어나게 됨에 따라, 부모로서의 아닌 남편과 아내로의 역할을 재정립하는 것이 필요해진다(김현영, 2020). 더불어 은퇴 이후 가정 내 역할 재분담과 시간 및 활동의 공유로 인한 일상 속의 변화들을 맞이하게 되면서 부부간의 상호작용과 의사소통이 더욱 중요해지므로(Schmitt, Kliegel, & Shapiro, 2007), 남편과 아내 역할에 만족이 높은 친밀한 부부관계는 정신건강과 밀접한 관련성을 나타낸다. 구체적으로는 우울감과 노화불안을 낮추고(김수진, 김세영, 2013), 노년기의 적응 수준을 높이는 반면(김현영, 2020), 부부간의 갈등은 우울이나 섭식장애와 같은 정신병리의 위험을 높이기도 하는 것으로 알려져 있다(Karney, 2001). 다양한 변화를 경험하는 중년여성에게, 배우자는 고난을 극복하는 데에 가장 중요하고 직접적인 역할을 하는 존재이기(Moss & Schwebel, 1993), 부부관계에 대한 만

죽도는 중년여성의 정신건강을 좌우하는 중요한 자원이라 예상된다.

다양한 삶의 결과가 보여주듯, 어떤 이들은 중년기에 맞는 변곡점을 위기로 지각하여 분투하며 보내기도 하지만 누군가는 자아를 재정립해 나가며 과거를 재통합하거나 성숙한 노후를 준비하는 시기로 여긴다. 그렇다면 서로 다른 중년여성의 이러한 태도와 반응의 차이는 어디에서 오게 되는 걸까? 삶의 긍정, 혹은 부정적인 결과를 가르는 요인을 이해하기 위해, 중년의 삶을 최초로 조명한 Neugarten과 Datan(1974)이 ‘심리사회적 역량은 중년에 최고조에 이른다’고 언급한 바를 참고할 만하다. 중년의 심리적, 사회적인 경험은 더 나은 정서조절이나(Magai & Halpern, 2001) 지혜 및 실용지능(Baltes et al., 1999), 숙달감을 증진시키므로(Lachman & Bertrand, 2001), 보다 성숙해진 심리사회적 역량을 연령증가에 따른 손실을 대체할 자원으로 삼을 수 있기 때문이다.

그러므로 첫 번째로, 그릿이 높은 중년의 여성은 더욱 긍정적인 삶의 지표를 나타낼 것으로 예상해보았다. 그릿은 역경에도 불구하고 장기적인 목표를 향해 인내와 열정을 지속적으로 유지해나가는 비인지적인 성격특성이다(Duckworth, Peterson, Mathews, & Kelly, 2007). 좌절의 순간에도 포기하지 않고 다시 도전하고 노력을 지속해 나감으로써(진예민, 배유진, 양수진, 2021), 성취목표가 분명한 학업의 영역(임효진, 2018) 외에도, 그릿은 주관적 안녕감과 삶에 대한 만족 및 행복감을 예측한다고 밝혀져 있다(황예은, 양수진, 2020; Duckworth, 2016; Eskreis-Winkler, Duckworth, Shulman, & Beal, 2014). 무엇보다도 최근에는 젊은 남성들

의 결혼만족도(Eskreis-Winkler et al., 2014)나 영아-걸음마기 자녀를 기르는 초산모(박주하, 배유진, 양수진, 2021), 그리고 중년여성(김예본, 양수진, 2021)의 행복감에도 긍정적인 예측을 하는 훌륭한 심리적 자원으로 알려져, 일상의 영역에서도 연령과 성별에 상관없이 개인의 시련 극복 역량을 높여줄 것으로 기대되고 있다(김진구, 박다은, 2018).

다음으로, 부모소명 역시 중년기까지 이어지는 부모 역할의 어려움이나 부담감을 극복하게 하는 자원이 될 것으로 보았다. 소명의식은 본래 종교적 신념에서 출발한 개념이다(Weber, 1958). 그러나 현재는 ‘주어진 역할을 운명적이라고 믿는 강한 신념 또는 그 역할을 수행하는 노력이 의미 있는 기여가 되리라 믿는 태도’라는 정의로(Coulson, Stoyles, & Oadeset, 2013), 다른 영역에서도 확장적으로 사용되고 있다(Dik & Duffy, 2009). 부모소명 역시 소명의식이 양육의 영역으로 확장된 구인으로서, 개인적으로는 부모됨을 통하여 충만감을 경험하고 사회적으로는 부모의 역할을 통해 헌신하도록 이끄는 목적의식이라 이해해볼 수 있다(Coulson, Oades, & Stoyles, 2012). 선행연구들은 부모소명에 대해 삶의 만족감, 웰빙 등과 정적 상관을 나타내고 긍정정서나 향유하기를 예측하는 변인이라고 밝히고 있다(Coulson, Oades, & Stoyles, 2012). 국내에서는 부모소명이 부모의 행복과 삶 만족도, 그리고 부모-자녀의 관계, 양육효능감을 정적으로 예측하며 반대로 양육스트레스는 부적으로 예측하는 것으로 나타났다(기쁘다, 이수란, 2022; 이수란, 배유진, 양수진, 기쁘다, 2021). 이러한 결과는 소명이 가진 목적과 의미, 성장을 포함한 긍정

적인 자원의 속성과 일치하여(Seligman, 2002), 부모소명 역시 중년여성에게 긍정적인 심리적 자원의 기능을 할 것으로 기대되는 부분이다 (Coulson et al., 2012).

또 하나의 심리적 자원으로써, 중년기에 부여된 생성감(Erikson, 1963)이나 삶의 구조 재통합(Levinson, 1986)이라는 과업을 해결하기 위하여는 삶의 의미 또한 중요한 역할을 하리라 예측된다. 삶의 의미는 목적에 따라 살고 있다는 믿음(Battista & Almond, 1973), 또는 자신의 존재에 대해 지각된 의미(Crumbaugh & Maholick, 1964) 등으로 정의되어 왔다. 현재는 주로 주관적으로 삶을 의미 있다고 지각하는 ‘의미발견’과 삶에서 의미를 찾고자 하는 지향을 말하는 ‘의미추구’ 두 차원으로 나뉘어 이해된다(Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006). 중년기에는 자녀의 양육 외에도 사회에 참여함으로써 다면적으로 세상에 기여하는 것을 웰빙의 기준으로 여기며(McAdams, 2001), 전환기를 맞아 억눌려 있던 자신 내부에 초점을 맞춰 자기구조를 재정립하기도 한다(Jung, 1939). 이러한 노력은 모두 의미발견 또는 의미추구에서 오는 것으로, 침체감을 겪기 쉬운 중년의 시기에 주어진 과업을 감당하고 노년으로 나아가기 위한 성숙의 과정이기도 하다. 연령이 증가할수록 의미발견의 수준은 높아지며(김상희, 박성현, 2017), 의미추구는 의미발견을 통해 정서적 안녕감을 예측한다고 알려져 있다(유성경, 김유진, 2015; Cohen & Cairns, 2012). 그러므로 자신의 삶을 의미 있게 만들고자 노력하는 열망인 의미추구(Steger et al., 2006), 그리고 일상의 문제를 초월하는 목적이나 사명감을 의식하고 있는 의미발견(Steger,

Kashdan, Sullivan, & Lorentz., 2008)의 수준이 높다면 보다 나은 중년의 삶의 결과를 나타낼 수 있을 것이다.

한편, 개인 내적인 신념이나 태도와 같은 심리적인 특성 외에도 사회적 맥락 속에서 중년여성이 가진 위치나 자원은 삶의 결과에 차이를 유발할 수 있다. Bronfenbrenner(1979)가 생태학적 모델에서 제안하듯, 한 개인의 삶의 결과는 내적 특성뿐 아니라 개인을 둘러싼 환경과의 상호작용으로 형성되기 때문이다.

예를 들어, 사회적 지지와 같은 개인 외적인 영향에 의해서도 중년의 삶의 지표가 좌우될 수 있다. 사회적 지지는 사랑이나 인정, 정보 또는 물질적 원조 등 개인이 다양한 사회적 관계를 통해 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원을 의미한다(Cohen & Hoberman, 1983). 사회적 지지는 스트레스의 완충효과를 지닌 대표적인 자원으로 손꼽히는 만큼, 사회적 지지 수준을 높게 지각하는 개인은 심리적 안정감과 삶 만족은 높아지고 불안 수준은 낮아지는 것으로 알려져 있다(Lazarus & Folkman, 1984). 그러므로 사회적 지지의 가장 일차적 제공원인 가족이나 자녀와의 좋은 관계가 전생애 발달에 걸쳐 번영과 행복감을 높여주는 것은 물론이고(VanderWeele, 2017), 외부의 지지와 관계망을 안정적으로 유지하는 것은 중년의 삶을 윤택하게 하는 주요한 요인이다(Takizawa et al., 2006). 더욱이 여성에게 중년은 가족구조의 변화를 맞아, 개인의 가치를 인정받기 위해 가족공동체 내에서 했던 노력을 외부와의 교류에서 오는 행복과 의미로 대체하게 되는 기회이기도 하다(손지원, 2015). 자아를 재창조함으로써 부정적 정서를 긍정적으로 바꾸는 노력

이나, 주변 사람들에게 의해 제공되는 여러 형태의 도움을 누리는 것은 적응을 돕고 스트레스에 대한 완충 역할을 할 것으로 기대된다(김순오, 2000).

마지막으로, 삶의 양식에서 사회적 역할이나 지위를 가지고 있는나의 여부, 즉 취업 상태에 따라서도 중년여성의 삶의 지표에서 차이가 나타날 수 있다. 일반적으로 직장이 없는 여성보다, 직장에 다니는 중년여성의 정신건강이 더 높게 나타난다(McMunn, Bartley, & Kuh, 2006). 동시에, 반대로는 중년의 가정주부들은 상대적으로 더 낮은 삶 만족과 자존감을 호소할 수 있음을 의미한다(김연하, 김애리, 2019; 김지수, 2018; McFadden & Rawson Swan, 2012). 이러한 결과는 직장에 다니는 여성이 가정 외에 다른 역할에 몰입할 수 있게 됨으로써 가족의 변화 주기에 덜 의존적일 뿐 아니라, 다양한 역할을 가진 만큼 보상의 원천 또한 더 많아지기 때문으로 해석된다(박정훈, 2018; McFadden & Rawson Swan, 2012). 여성이 많은 역할을 가지고 있을수록, 삶의 다양한 영역을 기쁨의 원천으로 인식한다고 밝혀진 바와 같이(Baruch & Barnett, 1986; Pietromonaco, Manis, & Frohardt-Lane, 1986), 취업 상태의 여성은 대처할 심리적 자원이 더욱 풍부하여 삶의 긍정적인 지표를 더 많이 나타낼 것으로 예상해볼 수 있다.

2. 연구문제

연구문제 1. 중년여성의 심리사회적 특성(그릿, 부모소명, 삶의 의미, 사회적지지, 취업상태)을 나타내는 변인들과 건강한 삶의 지표(중

년기 위기감, 부모소진, 정신적 안녕감, 결혼만족도) 변인들 간의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 중년여성이 가진 심리적 특성인 그릿, 부모소명, 삶의 의미와, 사회적 맥락의 특성인 사회적 지지와 취업 상태에 따라 건강한 삶의 지표에서 유의미한 차이가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 삶을 재평가하고 목표를 수정하게 되는 만 50-64세를 기준으로(Levinson, 1986), 만 19세 이상의 자녀를 둔 어머니를 대상으로 하였다. 자료는 전문 데이터 업체를 통해 수집하였으며 대한민국 전역의 중년여성을 대상으로 온라인 설문을 진행하였다. 최종적으로 본 연구에 반영된 430명의 평균 연령은 55.26세($SD = 3.79$)이며 자녀의 수는 평균 1.93명으로 두 명을 기르는 어머니가 75.56%로 가장 많은 분포를 차지하였다. 막내 자녀의 연령은 19~38세이고, 이들의 평균은 25.02세($SD = 4.02$)이다. 본 연구의 분석 요인 중 하나인 취업 상태의 여성은 전체의 48.84%인 210명이다. 이들은 일반 사무직 107명(24.88%)을 비롯하여 생산직, 단순 노무직, 공무원, 자영업, 전문직 등에 종사하고 있었다. 전업주부라고 표기한 경우에는 미취업으로 간주하였으며, 주부를 포함한 미취업 상태는 모두 220명으로, 전체의 51.16%이다.

2. 측정도구

중년기 위기감

중년기를 맞이한 여성이 경험할 수 있는 혼란스러운 심리상태를 측정하기 위하여 이은영과 왕은자(2017)가 개발 및 타당화한 중년기 위기감 척도를 사용하였다. 자기와 삶을 평가하는 과정에서 발생하는 부정적 생각 또는 느낌인 자기 후회 6문항(예: 지나온 삶에 대한 회의감이 든다), 신체 노화로 인해 발생하는 부정 정서인 젊음의 상실 4문항(예: 더이상 젊지 않다는 생각에 서글퍼진다), 불안하고 혼란스러운 부적 정서인 정서적 불안정 8문항(예: 이유를 알 수 없는 불안감으로 초조할 때가 있다), 자아를 재인식하면서 발생하는 생각 또는 느낌인 개별화 위기 4문항(예: 그동안 내 자신의 욕구, 흥미 등을 억압하고 소홀히 했다는 생각이 든다)의 총 4요인으로 구성되어 있으며 모두 22문항이다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 표기하도록 하였으며, 총점이 높을수록 중년기 위기감의 수준이 높음을 의미한다. 이은영과 왕은자의 연구(2017)에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .71 ~ .91로 나타났고, 본 연구에서는 중년기 위기감 전체 .95, 자기후회 .90, 젊음의 상실 .80, 정서적 불안정 .93, 개별화 위기 .69로 나타났다.

부모소진

본 연구에서는 부모소진을 측정하기 위하여 Maslach, Jackson과 Leiter(1997)이 개발 및 타당화한 직무 관련 소진 측정도구(MBI)를 토대로 한은아 등(2011)이 부모의 상황에 맞게 한국어

로 번안 및 수정한 척도를 사용하였다. 전체 15문항을 구성하고 있는 하위요인으로 신체적·정서적 탈진을 묻는 5문항(예: 나는 자녀를 돌보는 일을 하는 데 있어 정서적으로 지쳤음을 느낀다), 자녀와의 정서적 거리 두기(냉소) 4문항(예: 나는 자녀를 돌보는 일에 대해 더욱 냉소적이 되었다), 역채점을 해야 하는 부모 역할에 대한 무능한 느낌 6문항(예: 내 생각에 나는 자녀를 잘 돌본다)이 있다. 본 연구에서는 번안된 척도의 타당도를 확인하기 위하여 확인적 요인분석(CFA)을 실시하여 해당 척도가 이 연구에서 적절한 수렴 및 변별 타당도를 나타냄을 확인하였다. 본 연구에서는 세 번째 하위요인인 부모 역할에 대한 무능감에 속한 문항들의 '자녀를 잘 돌본다'의 의미가 연구대상인 만19세 이상의 자녀들에게 적합하지 않은 의미로 사용되고 있으므로 마지막 요인은 분석에서 제외하였다. 각 문항은 5점 Likert식 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 평정되었으며, 점수가 높을수록 부모소진이 더욱 심각한 상태로 해석할 수 있다. 한은아와 동료들의 연구(2011)에서 나타난 내적합치도(Cronbach's α)는 전체 .84, 탈진 .82, 냉소 .76, 무능감 .72로 나타났고, 본 연구에서는 전체 .89, 탈진 .89, 냉소 .84로 나타났다.

정신적 안녕감

본 연구는 정신적 안녕감을 측정하기 위해 Keyes와 동료들(2008)이 개발하고 임영진, 고영진, 신희천, 조용래(2012)가 번역 및 타당화한 정신적 웰빙 척도(MHC-SF; Mental Health Continuum Short Form)를 사용하였다. 총 14문

항이며, 3개의 하위요인으로 구성되어 있다. 부정정서는 최소화하되 긍정정서를 최대화하는 정서적 안녕감 3문항(예: 만족감을 느꼈다), 삶에서의 긍정적 기능을 강조하며 개인의 잠재성 실현을 의미하는 심리적 안녕감 6문항(예: 내 삶이 방향감이나 의미를 갖고 있다고 느꼈다), 그리고 사회적 영역에서의 번영을 추구하는 사회적 안녕감 5문항(예: 우리 사회가 나와 같은 사람들에게 더 살기 좋은 곳이 되어가고 있다고 느꼈다)이 있다. 최근 한 달 동안 얼마나 자주 경험했는지를 6점 Likert 척도로 응답하게 하였으며, 질문의 경험에 전혀 없는 경우를 고려하여 0점부터 평정하도록 하였다(0 = 전혀 없음, 5 = 매일). 임영진 등의 연구(2012)에서 내적합치도는 .81 ~ .93으로 나타났고, 본 연구에서는 전체 .95, 정서적 웰빙은 .93, 심리적 웰빙 .92, 사회적 웰빙 .86으로 나타났다.

결혼만족도

본 연구의 중년여성이 현재 결혼생활에 얼마나 만족하고 있는지를 측정하기 위해 배우자인 남편에 대한 만족도 및 현재의 결혼생활, 배우자와의 관계, 그리고 아이의 아버지로서의 남편에 대해 얼마나 만족하는지 4점 Likert 척도(1 = 전혀 만족하지 않는다, 4 = 매우 만족한다)로 질문하였다. 문항들은 RKMSS(Revised-Kansas Marital Satisfaction Scale)를 사용하였다. 이는 캔자스 결혼만족도 척도인 KMSS(Kansas Marital Satisfaction Scale; Nicholls, Schumm, Schectman, & Grigsby, 1983)를 정현숙(2001)이 우리나라 문화에 맞게 재구성하여 신뢰도와 타당도를 검증한 것으로, 한국 아동패

널 7차년도에서 사용된 바와 같이 본 연구에서도 네 문항으로 발췌하여 사용하였다. 배우영과 도현심의 연구(2020)에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 .93이었으며 본 연구에서는 .94로 나타났다.

그릿

중년여성의 그릿 수준은 이수란, 안태영, 박서단, 양수진(2021)이 개발하고 타당화한 한국형 그릿 척도(K-GRIT; The Korean version of GRIT)를 사용하여 측정하였다. 한국형 그릿 척도는 기존의 Duckworth와 동료들(2007)이 개발한 Original Grit Scale(Grit-O) 중 열정(Vallerand, 2015) 요인의 정의적 측면을 보완하여 열정-즐거움, 열정-의미 영역을 추가한 척도이다. 측정학적 문제를 고려하여 문항들의 기술을 보완하였다. 본 척도는 고난과 역경에도 불구하고 장기적인 목표에 지속적으로 노력하는 노력지속성 10문항(예: 나는 중요한 도전을 위해 좌절을 극복해왔다)과 개인의 목표에 대한 흥미와 즐거움의 정도인 열정-즐거움 5문항(예: 나는 이 활동에 푹 빠져 있다), 개인의 목표에 대한 가치나 의미발견을 포함하는 열정-의미 5문항(예: 나는 이 활동을 하는 과정이 의미 있다고 느낀다)으로 구성되어 있으며 총 3요인의 20문항이다. 이수란 등의 연구(2021)에서는 내적합치도(Cronbach's α)가 .84 ~ .91로 나타났고, 본 연구에서는 그릿 전체 .94, 노력 지속성 .90, 열정-즐거움 .93, 열정-의미 .89로 나타났다.

부모 소명

Coulson과 동료들(2012)이 부모의 소명감을

측정하기 위하여 개발 및 타당화한 PSSCC (Parents' Subjective Sense of Calling in Childrearing)를 심리학 박사 및 석사 12명의 번역, 역번역 과정을 거쳐 사용하였다. 부모가 되는 것을 초월적인 사명이자 당연한 것으로 여기는 삶의 목적 6문항(예: 부모가 되는 것은 내가 이 땅에 존재하는 주된 이유 중 하나이다), 언제나 자녀를 염두에 두고 있는 인식의 차원 3문항(예: 나는 아이와 함께 있지 않을 때에도 아이를 생각한다), 자녀를 기르는 것을 즐겁게 여기고 열심을 갖고 있음을 의미하는 열정 2문항(예: 나는 내 아이와 보내는 시간이 매우 기대된다), 총 3요인의 11문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 번역된 부모소명 원칙도가 한국의 중년부모에게서도 3요인의 구조로 적용되는 것이 타당한지 확인하기 위하여 확인적 요인분석(CFA)을 실시하여 구인타당도를 검증하였다. 그 결과, 각 요인에 대한 각 문항의 부하량은 0.60 ~ 0.87로 양호한 수준으로 수렴되었고, 요인 간 상관 역시 0.46 ~ 0.77로 안정적인 구조로 밝혀져 양호한 변별타당도를 나타내었다. Coulson 등의 연구(2012)에서 내적합치도(Cronbach's α)는 전체 .90, 삶의 목적 .88, 인식 .81, 열정 .75로 나타났고 본 연구에서는 전체 .90, 삶의 목적 .88, 인식 .84, 그리고 열정 .77로 나타났다.

삶의 의미

삶의 의미를 측정하기 위해 원두리, 김교현, 권선중(2005)이 번안 및 타당화를 한 삶의 의미 설문지(MLQ: Meaning in Life Questionnaire, Steger et al., 2006)를 사용하였다. 삶의 의미는 개인의 삶에서 의미를 찾고자 하는 동기를 뜻

하는 의미추구 5문항(예: 나는 내 삶을 의미 있게 만드는 무언가를 찾고 있다)과, 개인의 삶이 의미 있다고 느끼는 의미발견 5문항(예: 나는 분명한 삶의 목적의식을 가지고 있다), 총 2요인의 10문항으로 구성되었다. 각 문항은 7점 Likert 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 언제나 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 각각 삶의 의미를 추구하고 발견하는 수준이 높음을 나타낸다. 원두리 등의 연구(2005)에서 내적합치도(Cronbach's α)는 전체 .90, 의미발견과 의미추구는 모두 .88로 나타났다. 본 연구에서는 전체 .93, 의미추구 .85, 의미발견 .93이다.

사회적 지지

중년여성이 느끼는 사회적지지 수준을 측정하기 위해 Zimet, Dahlem, Zimet과 Farley(1988)이 개발 및 타당화한 MSPSS(Multidimensional Scale Perceived Social Support)를 이지예와 김혜숙(2014)이 수정·보완한 3요인의 사회적지지 척도를 사용하였다. 3요인은 가족의 지지 4문항(예: 나는 내가 필요로 하는 정서적 도움과 지지를 가족들로부터 얻는다), 친구의 지지 4문항(예: 나는 나의 문제에 대해서 친구들과 이야기를 나눌 수 있다), 의미 있는 타인의 지지 4문항(예: 내 주위에는 내가 어려울 때 나를 도와줄 특별한 사람이 있다)인 총 12문항으로 이루어져 있다. 번역 시 타당화의 여부를 알 수 없으므로 확인적 요인분석을 통해 본 연구에서 사회적지지 척도의 수렴 및 변별 타당도가 적합함을 확인하였다. 5점 Likert 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 평정되며 점수가 높을수록 지각된 사회적

지지가 높음을 의미한다. 개발 당시의 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 .85, 이지예와 김혜숙의 연구(2014)에서는 .92였으며, 본 연구에서는 전체 .94, 가족의 지지 .90, 친구의 지지 .93, 타인의 지지는 .89이다.

3. 자료분석

본 연구에서는 중년여성의 건강한 삶을 대표하는 지표로 중년기 위기감, 부모소진, 정신적 안녕감, 결혼만족도를, 그리고 이들에 유의한 영향을 줄 수 있는 심리사회적 변인들로는 그릿, 부모소명, 삶의 의미, 사회적지지, 취업 여부를 설정 후 기초통계 및 상관분석을 실시하였다. 인구통계학적 특성과 주요 변인과의 관계 및 정규성을 확인하기 위하여 SPSS 25.0을 사용하였고, 잠재변인의 구조적 관계를 확인하기 위하여 Mplus 7.0을 사용한 측정모형과 MIMIC모형의 검증을 실시하였다.

특히 본 연구는 다양한 심리사회적 요인들 간 상호적 영향력을 통제된 상태에서 각 요인들이 중년여성의 삶의 지표에 대하여 어떠한 차이를 만드는지 함께 살펴볼 수 있다는 장점을 가진 MIMIC 모형을 적용하였다. MIMIC 모형은 요인분석 모형에 요인을 설명하는 공변수를 더한다는 점에서 구조방정식 모형과 유사하다고 할 수 있으나(Jöreskog & Goldberger, 1975), 연속형의 독립변수가 가지는 설명력을 경로계수가 아닌 집단 변수의 잠재평균 차이의 유의성을 검증하여 확인한다는 차이가 있다(김수영, 2016).

이 모형에서 심리사회적인 변인들(그릿, 부모소명, 삶의 의미, 사회적지지, 취업)의 영향

력은 공변수로 더미 코딩되었고, 결과변인들(중년기 위기감, 부모소진, 결혼만족도, 정신적 안녕감)은 잠재변인으로 나타내었다. 잠재변인을 설명하기 위한 공변수의 수준은 중심경향성을 가장 잘 반영하는 평균 점수를 절단점으로 하여 나누었으며, 각 공변수의 평균 점수를 중심으로 상·하 집단이 비교적 균등한 비율로 나누어 짐을 확인하였다. 결과적으로 집단 평균보다 높은 집단은 1, 낮은 집단은 0으로, 취업 여부의 경우는 취업 상태를 1, 미취업 상태를 0으로 코딩하였다.

측정모형과 MIMIC 모형의 적합도는 표본의 크기에 민감한 카이제곱 통계량 외에, RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation), CFI(Comparative Fit Index), 그리고 SRMR(Standard Root Mean Residual) 지수를 통해 확인하였다. RMSEA는 0.5 이하인 경우 좋은 적합도, 0.8 미만은 수용 가능한 적합도(김수영, 2016)로 보았고 SRMR은 .08 미만(Hu and Bentler, 1999), CFI는 .90 이상(Bentler, 1990)의 값을 가지면 좋은 적합도라고 판단하였다.

III. 결과 및 해석

1. 기술통계 및 상관분석을 통한 변인 간 관계 검증

본 연구에 사용된 주요 변인의 기술 통계치 및 변인 간 상관관계의 결과를 표 1에 제시하였다. 모든 변인들의 왜도와 첨도는 절대값이 각각 3과 10 이하로 나타나, Kline(2011)이 제시한 정규성 가정을 충족하였다. 주요 변인

표 1. 주요 변인 간 상관분석 및 기술통계

(N = 430)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 중년기 위기감	-							
2. 부모소진	.51**	-						
3. 정신적 안녕감	-.57**	-.42**	-					
4. 결혼만족도	-.38**	-.34**	.38**	-				
5. 그릿	-.35**	-.28**	.55**	.22**	-			
6. 부모소명	-.07	-.35**	.20**	.15**	.27**	-		
7. 삶의 의미	-.47**	-.42**	.64**	.29**	.64**	.32**	-	
8. 사회적 지지	-.44**	-.49**	.52**	.55**	.33**	.22**	.46**	-
평균	2.95	2.31	2.27	2.80	3.57	3.70	4.62	3.61
표준편차	0.71	0.54	0.96	0.77	0.54	0.57	0.98	0.68
왜도	.07	.00	.16	-.26	-.11	-.04	-.02	-.62
첨도	-.40	-.15	-.55	-.54	.33	-.20	-.40	.85

** $p < .01$.

간 상관관계 분석을 확인한 결과, 모든 변인 간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($p < .01$). 그 중, 중년기 위기감과 부모소진 간에는 정적인 상관이 있었고, 정신적 안녕감, 결혼만족도, 그릿, 부모소명, 삶의 의미, 그리고 사회적지지 간에도 서로 정적인 상관이 나타났다. 반면 중년기 위기감과 부모소진은 그 외 다른 변인들과는 모두 부적인 상관을 보였다. 구체적인 결과는 표 1과 같다.

2. 예측 변인에 따른 결과 변인의 차이 검증

측정모형 검증

공변인을 투입한 MIMIC 모형 검증에 앞서 중년기 위기감, 부모소진, 정신적 안녕감 그리고 결혼만족도의 구조적 관계를 확인하고자

확인적 요인분석을 실시하였다. 사용된 측정변수 중 결혼만족도를 제외하면 모두 추정오차의 문제가 발생할 수 있을 만큼 지표변수가 많았으므로(Little, Rhemtulla, Gibson, & Schoemann, 2013), 문항 묶음을 통하여 측정변수를 적정 수로 조정하였다. 중년기 위기감과 정신적 안녕감은 내용을 기반으로 묶인 하위요인의 개수가 문항 묶음으로 권장되는 세 개와 같으므로 하위요인 그대로 문항 묶음을 실시하였다(Little et al., 2013). 부모소진의 경우, 탈진과 거리두기 두 요인을 각 요인 내에서 요인 알고리즘을 통해 문항 묶음하여 총 네 문항 묶음으로 관찰변수를 만들었다. 측정모형에 대한 적합도 지수를 확인한 결과, 설정된 측정모형의 구조가 안정적이며 측정변수들이 잠재변인을 적절하게 설명하고 있음을 확

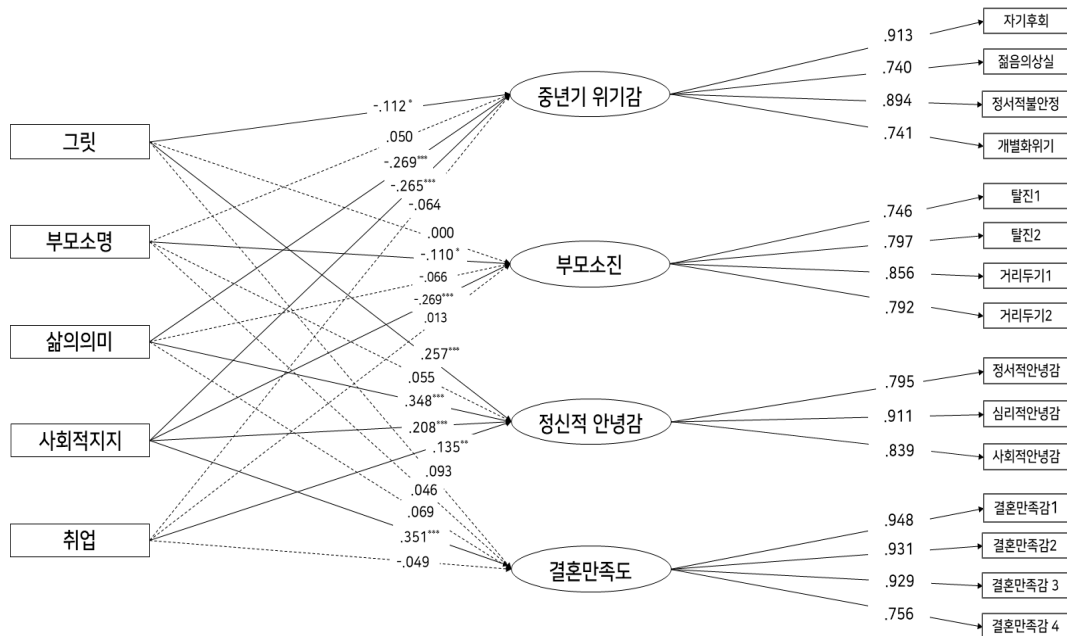
인하였다. χ^2 의 값은 328.29($p < .001$, $df = 84$)이고, CFI = .951, RMSEA = .082[CI = .073 ~ .092]로 나타났으며 SRMR은 .056이다.

MIMIC 모형 검증

중년여성의 그릿, 부모 소명, 삶의 의미, 사회적지지 및 취업 여부에 따라 중년기 위기감, 부모 소진, 정신적 안녕감 그리고 결혼만족도에서 차이가 나타나는지 확인하기 위해 다중지표 다중원인 모형(MIMIC)을 분석하였다. MIMIC 모형의 분석 결과, 자료에 대한 적합도는 χ^2 은 443.72($p = 0.00$, $df = 139$), CFI = .942, RMSEA = .071[CI = .064 ~ .079], SRMR = .050으로 양호하였다.

구체적으로 각 잠재변인에서의 집단별 차이는 다음과 같다. 중년기 위기감은 그릿($\beta =$

-.11, $p < .05$)과 삶의 의미($\beta = -.27$, $p < .001$), 사회적 지지($\beta = -.27$, $p < .001$)가 높은 그룹에서 유의하게 낮은 잠재평균을 나타내었으며, 부모소진은 부모소명($\beta = -.11$, $p < .05$)과 사회적 지지($\beta = -.27$, $p < .001$)가 높은 집단에서 유의하게 낮게 나타났다. 즉, 그릿과 삶의 의미, 사회적지지 수준이 높은 중년여성일수록 중년기 위기감을 낮게 경험하는 경향을 보였고, 부모소명이 높을수록 부모소진이 낮았다. 정신적 안녕감은 부모소명을 제외한 그릿($\beta = .26$, $p < .001$)과 삶의 의미($\beta = .35$, $p < .001$), 사회적지지($\beta = .21$, $p < .001$)가 높고 취업($\beta = .14$, $p < .01$)을 한 집단에서 통계적으로 유의하게 높은 잠재평균을 나타냈다. 결혼만족도와 통계적으로 유의한 관련성을 갖는 변인으로는 사회적지지($\beta = .35$,



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

그림 1. MIMIC 모형의 표준화 경로계수

표 2. 잠재변인에 대한 각 집단 변수의 경로계수

(N = 430)

	경로	비표준화계수	표준오차	표준화계수
중년기 위기감	←			
	그릿	-.17*	.07	-.11
	부모 소명	.08	.07	.05
	삶의 의미	-.40***	.08	-.27
	사회적 지지	-.40***	.07	-.27
부모 소진	←			
	그릿	.00	.07	.00
	부모 소명	-.15*	.07	-.11
	삶의 의미	-.09	.08	-.07
	사회적 지지	-.36***	.07	-.27
정신적 안녕감	←			
	그릿	.45***	.08	.26
	부모 소명	.10	.07	.06
	삶의 의미	.61***	.08	.35
	사회적 지지	.37***	.08	.21
결혼만족도	←			
	그릿	.15	.08	.09
	부모 소명	.07	.07	.05
	삶의 의미	.11	.08	.07
	사회적 지지	.55***	.08	.35

주. 집단 변수(0: 각 잠재변인 수준 평균 하 집단 또는 미취업, 1: 각 잠재변인 수준 평균 상 집단 또는 취업)

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

$p < .001$)가 있었는데, 이는 사회적지지를 높게 지각하는 집단일수록 결혼만족도가 더 높은 경향성임을 나타낸다. 각 수치는 그림 1과 표 2에 정리되어 있다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 MIMIC 모형을 통하여 중년여성의 삶의 다양한 결과에 영향을 미칠 수 있는 심리사회적 특성들을 탐색해 보고자 하였다. 구체적으로 중년기 위기감과 부모소진, 정신

적 안녕감과 결혼만족도라는 부정적 그리고 긍정적인 삶의 지표들 모두 포함하여 이들에게 그릿과 부모소명, 삶의 의미와 사회적지지 수준 또는 취업 여부에 따라 차이가 나타나는지 확인하였다. 이를 통해 다양한 변화와 혼란을 경험할 수밖에 없는 중년여성에게 심리적인 특성과 사회맥락적인 요인들이 삶의 결과에 따라 구체적으로 어떻게 작용하고 있는지 살펴보았다. 연구의 주요 결과 및 논의는 다음과 같다.

먼저, 중년여성의 삶의 결과에 차이를 나타낸 심리사회적 요인 중 가장 주목할 만한 변인은 사회적지지였다. 연구결과, 중년여성이 지각하고 있는 사회적지지의 수준에 따라 삶의 긍정적, 그리고 부정적 결과에 해당하는 모든 지표에서 차이가 나타났다. 즉, 사회적지지를 높게 지각하는 집단이 낮은 집단에 비하여 더 높은 결혼만족도와 정신적 안녕감을 느끼며, 사회적지지를 낮게 지각하는 집단은 높은 집단에 비하여 중년기 위기감이나 부모소진에 취약할 수 있음을 의미한다. 이는 중년여성에게 있어 가족이나 친구 관계 그리고 지역사회의 지지체계 구축까지도 노화 불안을 감소시키며 정신건강의 큰 보호요인이 될 수 있다는 여러 선행연구(손지원, 2015; VanderWeele, 2017)와 일치하는 결과로써, 생애 전환기를 맞은 중년여성의 원만한 적응을 위해 관계 측면의 지지기반이 얼마나 중요한지를 잘 드러내어 준다.

사회적지지의 긍정적 효과는 스트레스 완충가설(stress-buffering hypothesis)을 통해 설명된다. 이 가설은 사회적지지가 일반적인 적응 및 정서적 안정에 긍정적인 영향을 준다는 주효과

가설(main effect)과, 스트레스가 높은 경우 스트레스와 사회적지지가 상호작용하여 부정적 영향으로부터 개인을 보호해 준다는 완충효과의 두 방식을 제시한다(Cohen & Wills, 1985). 여성이자 어머니로서의 상실감과 자아정체감의 혼란을 받아들이고 새롭게 자아를 재정립해 나가야 하는 중년의 시기에, 본 연구는 사회적지지가 부정적인 변화나 정서를 완충하는데 중요한 역할을 한다는 관점을 바탕으로 사회적지지의 효과를 재검증하였다.

두 번째로, 그릿과 삶의 의미 수준에 따라 중년기 위기감과 정신적 안녕감에서 유의미한 차이가 나타남을 확인하였다. 본 연구에서는 그릿과 삶의 의미의 수준이 높은 집단이 낮은 집단보다 중년기 위기감은 낮고 정신적 안녕감은 높다는 차이를 보였다. 중년기 위기감과 정신적 안녕감은 서로 역의 관계에 있어, 결과적으로 그릿이나 삶의 의미가 중년기에 중요한 내적 자원으로 기능하며 중년기 위기감의 예방과 정신적 안녕감을 위한 보호요인이 되어 준다는 여러 선행연구(김예본, 양수진, 2021)와 같은 맥락으로 이해된다. 특히, 중년기를 위기로 인식하게 되는 대부분의 원인은 역량의 저하나 그로 인한 기회의 제약들로 인한 좌절감 또는 침체감에서 비롯되는데, 이에 상응하는 중년의 그릿은 반대로 연령에 따라 점점 높아진다는 사실에 주목할 필요가 있다(Duckworth et al., 2007). 삶의 의미 역시 정신건강과의 상관이 다른 연령대보다도 중장년기에서 높게 나타난다고 알려져 있다(유성경, 박은선, 김수정, 조효진, 2014). 그러므로 그릿과 삶의 의미의 수준에 따라 중년기 여성의 정신적 안녕감이나 중년기 위기감을 지각하는 정

도에 차이가 나타나는 것은 자연스러운 결과라 여겨진다.

한편, 그릿과 삶의 의미 수준이 다르다고 해서 결혼만족도나 부모소진에서 유의미한 차이가 나타나지는 않았다. 결혼만족도와 부모소진은 관념적인 개념이기보다는 일상생활의 경험들이 누적되어 귀납적인 방식으로 평가하고 판단하게 되는 변인이다. 더욱이 이들은 만족감이나 정서적 거리감과 같이 정서적 측면에 의존한 질문들로 측정되므로 그릿과 삶의 의미가 발휘되는 영역과는 다소 거리가 있었던 것으로 해석된다. 이는 대학생의 실패반응성에 차이를 나타내는 변인을 탐색한 진예민 등의 연구(2021)에서도 그릿이 실패마인드셋과 실패내성에는 차이를 나타내었지만 실패공포나 학습된 무기력과 같은 정서적인 변인에는 유의미한 영향력이 나타나지 않았던 것과 유사한 패턴이다. 또한 삶의 의미 역시, 당면한 과제에 대한 스트레스나 우울 간의 관계에서는 완충효과를 나타내지만 대인관계 스트레스로 인한 경로에서는 완충효과를 보이지 못하였다는 결과가 있다(신다예, 2022). 역경이나 스트레스 상황에서 삶의 의미가 긍정적 효과를 발휘하는 기제는 주로 고통에 의미를 부여하는 데에서 비롯된다(Park & Folkman, 1997). 따라서 일상생활에서 경험하는 정서나 관계의 영역에서는, 마인드셋과 같은 장기적인 태도나 의미부여라는 의식적인 노력 등이 수반될 수 없다면 그릿과 삶의 의미의 긍정적 영향력은 약화 될 수 있음을 시사한다. 결과적으로, 그릿 그리고 삶의 의미는 긍정적인 또는 부정적인 어느 한 측면을 촉진하거나 완화한다기보다는 태도나 신념과 같은 인지적

기제로 유발되는 결과에 특히 강점으로 작용하는 심리적 자원이라고 추론해볼 수 있다.

세 번째로 본 연구에서는 부모소명의 수준이 높은 집단이 낮은 집단보다 부모소진을 적게 경험하는 것으로 나타남으로써, 부모에 대한 소명의식이 높을수록 자녀를 뒷바라지하는 데에서 올 수 있는 부침과 스트레스에 적절히 대응할 수 있음을 보여주었다. Martire, Stephens와 Townsend(2000)은 개인이 다양한 역할을 가진 경우 중심성이 가장 큰 영역에서 스트레스를 많이 느끼기 마련이지만, 유일하게 어머니의 역할을 가장 중심에 둔 경우만큼은 어머니라는 역할이 스트레스의 부정적인 효과로부터 보호요인이 되어 준다는 것을 밝혔다(Martire, Stephens, & Townsend, 2000). 이와 같은 결과는 어머니라는 역할 정체성이 다른 영역과는 달리 어려움과 부담을 견딜 수 있게 해주는 무언가를 내포하고 있음을 시사하며, 본 연구에서는 그 특수성이 바로 부모소명이 될 수 있음을 보여주었다. 그러므로 가정에서 자녀 돌봄의 이슈를 더 크게 담당하는 여성에게 부모의 역할을 얼마나 당위적으로 받아들이고 기쁘게 몰입하고 있느냐를 의미하는 부모소명이 높으면 스트레스 및 소진으로부터 상당한 완충효과를 경험할 수 있었던 것으로 보인다.

그런가 하면, 소명의식이 심리적 자원으로 기능한다는 여러 선행연구(Baumeister, 1991; Seligman, 2002)에도 불구하고, 본 연구에서는 부모소명이 높거나 낮거나 관계없이 정신적 안녕감이나 결혼만족도, 중년기 위기감에서는 차이가 나타나지 않았다. 부모소명의 수준에 따라서는 오직 부모소진에서만 유의미한 차이를 나타내었는데, 다시 말해 부모소명의 긍정

적 효과가 다른 가족 구성원이나 개인 측면의 정신건강증진으로 전이되지 못하였음을 의미한다. 따라서 중년의 어머니는 남편 등의 다른 가족구성원과 자녀를 구별된 존재로 의식하고 있으며, 부모소명이라는 의식은 매우 영역특수적으로 작용하는 보호 요인이라는 것을 알 수 있다. 이는 소명 수준이 과도하여 지나친 의미를 부여하거나 부담감 및 높은 기대로 인해 자칫 부정적 양상을 가질 수 있음을 지적한 Bunderson과 Thompson(2009)의 우려와도 같은 관점에서 고려해 볼 수 있다. 더욱이 우리나라 어머니의 경우, 자녀를 위해 기꺼이 희생하는 것을 당연하게 여기며 끝없는 지원을 소모가 아닌 마땅하고 보람된 것으로 여기는데, 그렇다 할지라도, 자녀를 위한 노력과 희생이 어머니의 행복감이나 정신건강과는 다른 차원의 결과를 유발할 수 있음을 염두에 두어야 하겠다.

끝으로, 취업 여부는 중년여성의 삶의 결과 중 정신적 안녕감에서만 차이를 보여 취업 상태의 여성이 더 높은 정신적 안녕감을 누리고 있음을 나타내었다. 취업 상태가 중년여성의 정신적 안녕감을 높여준다는 본 연구의 결과는 다중역할의 효과로써 설명할 수 있다. 여러 선행연구는 개인이 가진 역할의 수와 신체적, 심리적 웰빙의 다양한 지수 사이의 긍정적인 관계를 오래전부터 지지해왔다(Baruch & Barnett, 1986; Pietromonaco, Manis, & Frohardt, Lane, 1986). 다양한 인구통계학적 변인 중 중년여성의 자존감을 예측하는 변인은 취업 여부가 유일하며, 동시에 신체적 건강뿐 아니라 심리적인 불안을 낮추는 데에도 취업 상태가 가장 주요한 요인으로 손꼽히는 이유는 중년

전이기와 관련된 심리적 불안이 일에 몰두함으로써 최소화되기 때문으로 해석된다(Coleman & Antgenucci, 1983).

해외의 구체적이고 풍부한 선행연구들은 그러나 이미 수십 년 전의 연구이며, 우리나라 또는 본 연구의 결과는 이에 비하면 취업 여부와 중년여성의 정신건강 간의 관련성이 그나마도 다소 제한적이다. 그 예로, 본 연구에서는 취업 상태의 중년여성일지라도 정신적 안녕감 외의 다른 영역에서는 아무런 차이를 보이지 않았기에, 우리나라의 취업 상태의 중년여성이 참여하고 있는 노동의 질에 대해 재고해 보지 않을 수 없다. 한국의 중년여성들이 주로 종사하는 영역은 돌봄이나 관계의 영역으로, 자녀를 키운 뒤 급여가 적은 분야에 경력이나 전문성과는 무관하게 재취업을 하게 된 경우가 많다(전해옥, 권유림, 2015). 자아의 성취라기보다는 단기적이고 경제적인 문제 해결이 취업의 주된 목적이므로, 일을 통해 경제적·사회적으로 얻는 지지가 중년기 위기감을 극복할 만한 자긍심이나 생생감의 자원을 획득할 만큼 충분하기는 어려울 수 있다. 만약 중년의 여성이 남성처럼 연륜과 경험에 걸맞는 전문직이나 고위급의 직업 활동에 종사하는 경우일지라도 걸림돌이 있을 수 있다. 남성보다 여성의 경제적 능력이 높은 경우에는 그 반대의 경우보다 남편이 결혼만족감을 낮게 보고한다는 아이러니가 나타날 수 있기 때문이다(Seol, Back, & Kim, 2021). 혹은 중년임에도 불구하고 여성은 자녀 및 손주를 돌보거나 노부모를 부양해야 하는 가정 내 돌봄 역할이 여전히 기대되고 있어 다중역할이 오히려 역할 갈등이나 일-가정 양립에 대한 부

담과 소진으로 이어진다는 점도 예상된다(전해옥, 권유림, 2017; Gomez-leon et al., 2019). 우리나라에서 중년여성이 일을 하고 있다는 것은 중년기 위기감, 결혼만족도, 부모소진에 보호적인 역할이 될 수 없다는 한계가 여실히 드러나는 부분이다. 그러므로 중년여성이 일을 통하여 다중역할로부터 기쁨의 원천이 증가하는 수혜를 얻고, 부정정서의 상쇄효과를 누리기 위해서는 역할 균형이 이루어질 수 있도록 가정과 사회의 적극적인 지원과 도움이 요구된다.

본 연구는 앞서 논의된 결과들을 통하여 그동안 주목받지 못했던 중년기 여성의 건강한 삶에 대한 다각적인 이해를 도모하고 특히 심리사회적인 자원에 주목하였다는 데에 가장 큰 의의가 있다. 중년의 과업을 건강히 수행하기 위해 어떠한 자원이 필요하고 활용 가능한지의 초석을 제시하였고, 그 결과 각 결과변인에 차이를 유발하는 자원이 모두 다르다는 흥미로운 결과를 알 수 있었다. 이는 중년 여성의 정신건강에 상당히 다양한 내적, 외적 특성이 관여되고 있음을 시사하며, 개인의 신념과 태도뿐만 아니라 사회 속에서의 한 개인이 형성한 네트워크 등 보다 성숙하고 풍부해진 심리사회적 자원을 활용할 수 있음을 제안하였다. 특히, 본 연구에서 드러난 사회적지지 효과는 현재와 같이 코로나19로 대면 교류가 어려워진 시점에, 관계 유지를 위한 각별한 관심과 노력이 필요하다는 점을 각성시키는 계기가 되었다. 또한, MIMIC 모형을 통한 복합적이고 포괄적인 본 연구의 탐색 결과를 토대로, 향후 구체적으로 좁혀진 다양한 경로와 검증이 활발히 이루어질 수 있을 것으로

기대해볼 수 있다.

본 연구는 현재 중년에 이른 여성을 대상으로, 처음으로 다양한 심리사회적 자원의 역할을 함께 소개하였다는 데에 그 의의가 있지만, 후속적인 연구를 위해서는 몇 가지 유념해야 할 것들이 있다. 첫째로, 앞으로 MZ 세대가 보일 중년여성의 특성에는 상당한 차이가 예상된다는 점이다. 세대가 내려갈수록 여성의 상대적인 교육수준과 경제력은 높아졌고 사회참여가 확대되어 있다. 비혼주의의 확산으로 결혼을 하지 않은 중년여성의 증가가 예상되며, 저출산과 가사노동의 기계화 등으로 인해 기혼 여성들도 독립적인 경제활동을 지속하고 있을 가능성이 크다. 이로써 새로운 원가족을 생성하지 않은 독신 여성의 중년이나, 혹은 경제적 활동과 가정 돌봄 역할의 이중 책임이 부과된 여성의 고충을 고려해 보아야 한다(Emslie & Hunt, 2009).

두 번째로, 중년남성에 대한 연구이다. 중년기에 대한 심리학적 관점의 연구가 소홀했다는 점은 남성에게도 피할 수 없는 부분이다. 남성은 경제력과 사회적 위치에 정체감의 초점을 두고 또 다른 방식으로 가정과 양육을 책임져 왔다. 동시에 앞당겨진 은퇴라는 큰 변화를 중년에 경험하며 여성과 마찬가지로 심리사회적인 변곡점을 맞이하게 된다. 게다가 가족의 지지나 친밀감에 대하여는 남성이 더욱 취약하거나 견고하지 않을 수 있다. 남성 역시 연령이 증가함에 따라 상실감과 공허감을 경험 혹은 예상하게 되므로, 여성과는 또 다른 접근으로 대응할 수 있는 내적 자원과 사회적 지지에 대한 전략을 탐색해야 할 것이다.

세 번째로, 취업 여성과 전업주부와 차이 점을 확인해 볼 필요가 있다. 해외에서 중년 여성을 대상으로 이루어진 연구들은 주로 취업여성에 초점이 맞추어져 있다. 그러나 우리나라는 전업주부가 차지하는 비율이 절반에 이르고, 취업여성이 종사하는 일의 형태 역시 다양하지 않다. 국내의 흐름을 반영하여 전업주부와 취업여성이 가지는 자원과 한계는 각각 어떻게 다른지 살펴보는 것이 현실적인 함의를 더해줄 것이다. 물론 중요한 것은 전업주부와 취업여성의 구별에 있는 것만이 아니다. 우리나라에는 아직 역할모델이 될 만한 중년여성상이 정립되어 있지 않다. 이에 스스로도 자기충족적 예언(self-fulfilling prophecy)처럼 중년기를 무력하게 바라보게 되지 않도록 (McQuaide, 1998), 각 역할에 있어 건강한 중년여성상을 발굴해 나가는 것이 가장 중요한 과제일 것이다.

이러한 의의와 한계점 및 제안을 바탕으로, 후속적으로는 구체적이고 대체적인 웰빙의 경로와 역할모델을 제시할 수 있는 연구가 활발해지기를 기대한다.

참고문헌

- 기쁘다, 이수란 (2022). 부모소명이 부모의 행복에 미치는 영향: 부모-자녀관계와 양육 효능감의 매개효과. 가정과 삶의질 연구, 40(1), 41-52.
<https://doi.org/10.7466/JFBL.2022.40.1.41>
- 김상희, 박성현 (2017). 연령대별 삶의 의미와 안녕감의 관계: 10대, 20대, 40대 간 의미 추구, 의미발견이 삶의 만족에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 31(1), 61-78.
- 김수영 (2016). 구조방정식 모형의 기본과 확장. 서울: 학지사.
- 김수진, 김세영 (2013). 중년여성의 부부친밀감, 우울과 갱년기 증상의 관계. 여성건강간호학회지, 19(3), 176-187.
- 김순오 (2000). 중년남성의 자기효능, 사회적 지지, 건강증진생활방식에 관한 연구. 논문집-동남보건대학, 18(2), 177-186.
- 김연하, 김애리 (2019). 중년여성의 중년기 위기감이 우울에 미치는 영향. 한국생활환경학회지, 26(1), 150-159.
<https://doi.org/10.21086/ksles.2019.02.26.1.150>
- 김예본, 양수진 (2021). 중년기 전업주부의 그릿과 정신적 안녕감의 관계에서 삶의 의미와 위기감의 매개효과. 사회과학연구논총, 37(2), 5-31.
- 김주현, 이수진 (2019). 한국과 일본 비혼 현상의 성별 차이. 한국인구학, 42(1), 115-138.
<https://doi.org/10.31693/KJPS.2019.03.42.1.115>
- 김지수 (2018). 중년기 성인의 노화불안 관련 변인 연구: 개인내적, 가족 및 사회적 특성. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김진구, 박다은 (2018). 청소년기 그릿과 시련 극복역량 간의 관계에 대한 자기회귀 교차지연 효과 검증. 한국심리학회지: 학교, 15(1), 51-67.
<https://doi.org/10.16983/kjsp.2018.15.1.51>
- 김현영 (2020). 중년여성의 노화불안에 영향을 미치는 요인. 한국산학기술학회논문지, 21(6), 563-573.

- 박정훈 (2018). 중년여성의 사회적지지, 자기효능감이 노화불안에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지, 19(10), 569-577.
- 박주하, 배유진, 양수진 (2021). 영아-결혼마기 자녀를 둔 초산모의 그림과 행복감의 관계: 삶의 의미와 양육효능감의 매개효과. 한국심리학회지: 발달, 34(4), 1-20.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2021.12.34.4.1>
- 박희숙, 정구철 (2020). 중년여성의 자아정체감과 삶의 이유 간의 관계에서 부부관계 만족도와 우울의 매개효과. 한국콘텐츠학회 논문지, 20(1), 495-504.
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2020.20.01.495>
- 배주영, 도현심 (2020). 유아기 자녀를 둔 부모의 결혼만족도, 행복감 및 우울감이 양육 행동에 미치는 자기-상대방효과. 아동학회지, 41(3), 65-80.
<https://doi.org/10.5723/kjcs.2020.41.3.65>
- 성미애, 최새은, 최연실, 이재림 (2018). 이혼한 딸과 부모의 동거 경험. 한국가정관리학회지, 36(2), 133-156.
<https://doi.org/10.7466/JKHMA.2018.36.2.133>
- 손지원 (2015). 중년여성의 생활스트레스와 사회적 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 신다예 (2022). 스트레스, 우울 및 즐거움 경험의 관계에서 삶의 의미의 역할. 스트레스 연구, 30(1), 30-36.
- 오자영 (2007). 30대 기혼여성의 팬덤과 나이의 문화정치학. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유성경, 김유진 (2015). 삶의 의미추구와 주관적, 심리적 안녕감의 관계에서 의미발견 및 기본심리욕구 충족의 매개효과. 상담학 연구, 16(2), 53-75.
- 유성경, 박은선, 김수정, 조효진 (2014). 삶의 의미와 정신건강과의 관계에 관한 메타분석. 한국심리학회지: 일반, 33(2), 441-468.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 10(2), 211-225.
- 이수란, 배유진, 양수진, 기쁘다 (2021). 한국형 부모소명 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 발달, 34(4), 153-182.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2021.12.34.4.153>
- 이수란, 안태영, 박서단, 양수진 (2021). 한국형 그림 척도(The Korean Version of GRIT: K-GRIT) 개발 및 타당화: 측정학적 문제와 개념적 본질을 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 40(3), 351-387.
<https://doi.org/10.22257/kjp.2021.9.40.3.351>
- 이우경 (2008). 중년기 여성의 스트레스, 마음챙김, 자기-慈愛, 정서적 안녕감 간의 관계 구조 분석과 마음챙김 증진 프로그램의 효과 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이은영, 왕은자 (2017). 중년기 위기감 척도의 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(2), 481-503.
- 이지예, 김혜숙 (2014). 뇌졸중 환자의 사회적 지지, 자아존중감 및 재활동기가 일상생활 수행능력에 미치는 영향. 동서간호학연구지, 20(2), 145-153.
- 이현정, 이승연 (2021). 어머니의 집중적인 모성 이데올로기와 정신적 안녕감의 관계: 자기자비와 양육스트레스의 매개효과. 한

- 국심리학회지: 발달, 34(3), 21-42.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2021.9.34.3.21>
- 이혜진, 유미애 (2019). 중년여성의 노화불안 측정도구 개발. *대한간호학회지*, 49(1), 14-25.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도(MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(2), 369-386.
- 임효진 (2018). 그릿, 내-외재가치, 수업참여, 인지조절과 학업성취의 구조적 관계. *The SNU Journal of Education Research*, 27(3), 235-256.
- 임효진 (2019). 그릿 개념의 재정립: 목적, 열정, 인내의 재검토. *교육심리연구*, 33(3), 317-339.
<https://doi.org/10.17286/KJEP.2019.33.3.01>
- 장영란 (2007). 한국 신화 속의 여성의 주체의식과 모성 신화의 전복적 기제. *한국여성철학*, 8, 141-171.
- 전해옥, 권유림 (2015). 중년여성 근로자의 감정노동, 신체화 증상, 정서적 지지가 삶의 질에 미치는 영향. *성인간호학회지*, 27(5), 537-547.
- 정현숙 (2001). “한국형 결혼만족도척도” 개발 연구. *대한가정학회지*, 39(12), 205-224.
- 진예민, 배유진, 양수진 (2021). 대학생의 실패에 대한 반응성, 무엇이 차이를 만드는가? 대학생의 행복, 목표인식, 그릿, 연령, 성별의 차이를 중심으로. *한국심리학회지: 발달*, 34(3), 43-65.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2021.9.34.3.43>
- 최승미, 김지연 (2016). 중년기 기혼 남녀의 스트레스와 정신적 웰빙과의 관계에서 결혼만족도의 조절효과. *한국심리학회지: 여성*, 21(4), 683-702.
- 한은아, 김보영, 이상민, 신호정 (2011). 부모양육 태도와 부모소진 및 자녀 학업소진의 관계. *한국교육학연구*, 17(1), 270-293.
- 황예은, 양수진 (2020). 중년 근로자의 그릿과 정신적 안녕감: 삶의 의미와 은퇴불안의 매개효과. *인간발달연구*, 27(1), 163-184.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2020.27.1.163>
- Apter, T. (1996). Paths of development in midlife women. *Feminism & Psychology*, 6(4), 557-562.
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.50.1.471>
- Baruch, G. K., & Barnett, R. (1986). Role quality, multiple role involvement, and psychological well-being in midlife women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(3), 578-585.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.3.578>
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409-427.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: Guilford press.
- Bentler, P. M., & Yuan, K. H. (1999). Structural equation modeling with small samples: Test statistics. *Multivariate Behavioral Research*, 34(2), 181-197.
- Brim, O. G. (1992). *Ambition: How manage success and failure throughout our lives*. Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1979). Contexts of child

- rearing: Problems and prospects. *American Psychologist*, 34(10), 844-850.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.844>
- Brown, C., Matthews, K. A., & Bromberger, J. (2005). How do African American and Caucasian women view themselves at midlife?. *Journal of Applied Social Psychology*, 35(10), 2057-2075.
<https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2005.tb02209.x>
- Bunderson, J. S., & Thompson, J. A. (2009). The call of the wild: Zookeepers, callings, and the double-edged sword of deeply meaningful work. *Administrative Science Quarterly*, 54(1), 32-57.
<https://doi.org/10.2189/asqu.2009.54.1.32>
- Cohen, K., & Cairns, D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective well-being? Confirmation and possible moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13(2), 313-331.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Coleman, L. M., & Antonucci, T. C. (1983). Impact of work on women at midlife. *Developmental Psychology*, 19(2), 290-294.
- Connell, R. W. (2005). Work/life balance, gender equity and social change. *Australian Journal of Social Issues*, 40(3), 369-383.
- Coulson, J. C., Oades, L. G., & Stoyles, G. J. (2012). Parents' subjective sense of calling in childrearing: Measurement, development and initial findings. *The Journal of Positive Psychology*, 7(2), 83-94.
<https://doi.org/10.1080/17439760.2011.633547>
- Coulson, J. C., Stoyles, G. J., & Oades, L. G. (2013). Calling in childrearing: Promoting meaningful, purposeful living in family life. In J. D. Sinnott (Ed.), *Positive psychology: Advances in understanding adult motivation* (pp. 3-18). Springer.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424-450.
<https://doi.org/10.1177/0011000008316430>
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance* (Vol. 234). Scribner.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Emslie, C., & Hunt, K. (2009). 'Live to work' or 'work to live'? A qualitative study of gender

- and work - life balance among men and women in mid life. *Gender, Work & Organization*, 16(1), 151-172.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-0432.2008.00434.x>
- Erikson E. (1963). *Childhood and Society*. Norton.
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E. P., & Beal, S. (2014). The grit effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in Psychology*, 5(36).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00036>
- Farrell, M. P., & Rosenberg, S. D. (1981). *Men at midlife*. Auburn House.
- Gomez-Leon, M., Evandrou, M., Falkingham, J., & Vlachantoni, A. (2019). The dynamics of social care and employment in mid-life. *Ageing and Society*, 39(2), 381-408.
- Heckhausen, J. (2001). Adaptation and resilience in midlife. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* (pp. 345-391). John Wiley & Sons, Inc.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Infurna, F. J., Gerstorf, D., & Lachman, M. E. (2020). Midlife in the 2020s: Opportunities and challenges. *American Psychologist*, 75(4), 470-485. <https://doi.org/10.1037/amp0000591>
- Jöreskog, K. G., & Goldberger, A. S. (1975). Estimation of a model with multiple indicators and multiple causes of a single latent variable. *Journal of the American Statistical Association*, 70(351a), 631-639.
- Jung, C. G. (1939). *The integration of the personality*. Farrar & Rinehart.
- Kaplan, D. (2008). *Structural equation modeling: Foundations and extensions* (Vol. 10). Sage Publications.
- Karney, B. R. (2001). Depressive symptoms and marital satisfaction in the early years of marriage: The implications of a growth curve analysis. In S. R. H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression* (pp.45-46). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10350-003>
- Keyes, C. L. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62(2), 95-108.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95>
- Keyes, C. L., & Ryff, C. D. (1999). Psychological well-being in midlife. In S. L. Willis & J. D. Reid (Eds.), *Life in the middle: Psychological and social development in middle age* (pp. 161-180). San Diego: Academic Press.
<https://doi.org/10.1016/B978-012757230-7/50028-6>
- Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum - Short Form (MHC - SF) in setswana speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 15(3), 181-192.

- <https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). Guilford.
- Lachman, M. E. (2004). Development in midlife. *Annual Review Psychology*, 55, 305-331.
- Lachman, M. E., & Bertrand, R. M. (2001). Personality and the self in midlife. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* (pp. 279-309). John Wiley & Sons, Inc.
- Lachman, M. E., Lewkowicz, C., Marcus, A., & Peng, Y. (1994). Images of midlife development among young, middle-aged, and older adults. *Journal of Adult Development*, 1(4), 201-211.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41(1), 3-13.
- Little, T. D., Rhemtulla, M., Gibson, K., & Schoemann, A. M. (2013). Why the items versus parcels controversy needn't be one. *Psychological Methods*, 18(3), 285-300.
- Magai, C., & Halpern, B. (2001). Emotional development during the middle years. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* (pp. 310-344). John Wiley & Sons, Inc.
- Martire, L. M., Stephens, M. A. P., & Townsend, A. L. (2000). Centrality of women's multiple roles: Beneficial and detrimental consequences for psychological well-being. *Psychology and Aging*, 15(1), 148-156.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). *Maslach burnout inventory*. Scarecrow Education.
- McAdams, D. P. (2001). Generativity in midlife. In M. E. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* (pp. 395-443). John Wiley & Sons, Inc.
- McFadden, J. R., & Rawson Swan, K. T. (2012). Women during midlife: Is it transition or crisis?. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 40(3), 313-325.
<https://doi.org/10.1111/j.1552-3934.2011.02113.x>
- McMunn, A., Bartley, M., & Kuh, D. (2006). Women's health in mid-life: Life course social roles and agency as quality. *Social Science & Medicine*, 63(6), 1561-1572.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.03.039>
- McQuaide, S. (1998). Women at midlife. *Social Work*, 43(1), 21-31.
<https://doi.org/10.1093/sw/43.1.21>
- Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602-614.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020(174), 7-13.
<https://doi.org/10.1002/cad.20376>
- Mitchell, B. A., & Gee, E. M. (1996). "Boomerang kids" and midlife parental marital

- satisfaction. *Family Relations*, 45(4), 442-448.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42(1), 31-37.
- Neugarten, B. L., & Datan, N. (1974). The middle years. In S. Arieti (Ed.), *American handbook of psychiatry* (pp. 592-608). Chicago: The University of Chicago Press.
- New World Decisions, Ltd, & American Board of Family Practice. (1990). *The American board of family practice report: Perspectives on middle age: The vintage years*. American Board of Family Practice.
- Norberg, A. (2007). Burnout in mothers and fathers of children surviving brain tumour. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 14(2), 130-137.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144.
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Pietromonaco, P. R., Manis, J., & Frohardt-Lane, K. (1986). Psychological consequences of multiple social roles. *Psychology of Women Quarterly*, 10(4), 373-382.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1986.tb00762.x>
- Rosenberg, S. D., Rosenberg, H. J., & Farrell, M. P. (1999). The midlife crisis revisited. In S. L. Willis & J. D. Reid (Eds.), *Life in the middle* (pp. 47-73). San Diego: Academic Press.
<https://doi.org/10.1016/B978-012757230-7/50022-5>
- Schmitt, M., Kliegel, M., & Shapiro, A. (2007). Marital interaction in middle and old age: A predictor of marital satisfaction?. *The International Journal of Aging and Human Development*, 65(4), 283-300.
<https://doi.org/10.2190/AG.65.4.a>
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Seol, K. O., Baek, S., & Kim, J. (2021). Materialism, wives' relative earnings, and marital satisfaction among South Korean couples. *Actor and partner effects. Journal of Family Psychology*, 35(6), 780-788.
<https://doi.org/10.1037/fam0000872>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Strazdins, L., & Broom, D. H. (2004). Acts of love (and work) gender imbalance in emotional work and women's psychological distress. *Journal of Family Issues*, 25(3), 356-378.

- <https://doi.org/10.1177/0192513X03257413>
- Takizawa, T., Kondo, T., Sakihara, S., Ariizumi, M., Watanabe, N., & Oyama, H. (2006). Stress buffering effects of social support on depressive symptoms in middle age: Reciprocity and community mental health. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 60(6), 652-661.
<https://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2006.01579.x>
- Tang, N., & Cousins, C. (2005). Working time, gender and family: An East West European comparison. *Gender, Work & Organization*, 12(6), 527-550.
- Umberson, D., & Gove, W. R. (1989). Parenthood and psychological well-being: Theory, measurement, and stage in the family life course. *Journal of Family Issues*, 10(4), 440-462.
<https://doi.org/10.1146/annurev.so.13.080187.001321>
- Vallerand, R. J. (2015). *The psychology of passion: A dualistic model. Series in positive psychology*. Oxford University press.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199777600.001.0001>
- VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-8156.
<https://doi.org/10.1073/pnas.1702996114>
- Weber, M. (1958). Science as a vocation. *Daedalus*, 87(1), 111-134.
- Wethington, E. (2003). Turning points as opportunities for psychological growth. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 37-53). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10594-002>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.

1 차원고접수 : 2022. 04. 25.
수정원고접수 : 2022. 06. 06.
최종게재결정 : 2022. 06. 27.

An Exploratory Study on the Lives of Middle-Aged Women: Using the Multi-Indicator Multiple Causes (MIMIC) Model

Bae, You Jin

Yang, Sujin

Dept. of Psychology, Ewha Womans University

The purpose of this study is to examine if there are any differences in middle-aged women's healthy life outcomes (i.e., mental well-being, marital satisfaction, mid-life crisis, and parental exhaustion) based on sociocontextual (i.e., social support, and employment status) and psychological (i.e., grit, meaning in life, parental calling) characteristics. Using the MIMIC model, the data of 430 middle-aged women (ages 50-64) with children were analyzed. Both psychological and socio-contextual factors are significantly associated with health outcomes in middle-aged women. Women with high levels of social support, in particular, had superior outcomes in all health-related variables. Grit and meaning in life, on the other hand, had a significant difference in mental well-being and mid-life crisis. Parental burnout and mental well-being were significantly accounted for by significant differences in parental calling in childrearing and employment status, respectively. The findings suggest that middle-aged women whom they know can effectively utilize psychosocial resources, such as personal beliefs, attitudes, and social support networks, not only successfully carry out age-related life tasks but also lead a healthy and happy life. We further discussed various roles that psychosocial resource factors can play in facilitating middle-aged women to maximize their health and mental outcome potential.

Keywords: middle-aged women, grit, meaning in life, parental calling, social support, MIMIC model