

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2007. Vol. 12, No. 4, 761 - 777

## 기혼여성의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과 및 조절효과 검증

김 미 례<sup>†</sup>  
전남대학교

본 연구는 기혼여성들의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 조절효과 및 매개효과를 규명하기 위한 것이다. 생활스트레스를 예언변인으로, 자아존중감을 매개변인 및 조절변인으로, 우울을 결과변인으로 관계모형을 설정하여 검증하였다. 연구대상자는 서울, 경기도, 광주광역시, 전라북도, 전라남도 5개 지역 20-50대 주부 541명이었다. 이 연구에서는 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과 검증을 위해 공변량구조분석을 실시하고 조절효과 검증을 위해 다집단분석을 실시하였다. 본 연구에서 밝혀진 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 기혼여성들의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감이 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 즉 기혼여성들의 생활스트레스가 우울에 직접 영향을 미치지 보다는 자아존중감을 통해 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 주부들의 자아존중감이 낮으면 우울이 발생한다고 볼 수 있다. 둘째, 기혼여성들의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감이 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 즉 기혼여성들의 생활스트레스와 우울은 자아존중감이 낮은 여성들에게서 높게 나타났고, 자아존중감이 높은 여성들에게서는 낮게 나타났다. 따라서 기혼여성들의 우울을 감소시키기 위해서는 자아존중감을 증진시킬 수 있는 상담중재프로그램 개발이 반드시 필요하다고 본다. 마지막으로 본 연구의 시사점과 제한점에 대해 논의하였다.

주요어 : 기혼여성, 스트레스, 우울, 자아존중감, 매개효과, 조절효과

<sup>†</sup> 교신저자(Corresponding author) : 김미례, (506-786) 광주광역시 광산구 산월동 부영7차 1303동 1201호,  
E-mail: mirkim2001@yahoo.co.kr

최근 생활 스트레스와 관련하여 무엇보다 우울로 인한 적응문제 때문에 정신과 치료와 전문 상담이 계속 늘고 있다. 또한 현대를 우울의 시대라고 할 만큼 이 시대를 살아가는 사람은 누구나 정도의 차이는 있지만 한 때 우울을 경험하는 것이 보편적인 현상이다. 실제 경미한 우울증을 포함했을 경우 한 시점에서 5-10%의 사람들이 우울증으로 고통을 받고 있으며, 일생동안 30-40%의 사람들이 한 번 이상 우울증을 경험하고 있다(박희석, 2005). 또한 우울 점수와 우울 발생률에 있어서도 성차가 두드러지게 나타나고 있는 실정이다. 특히 남성에 비해 여성들에게서 높은 비율로 나타나며, 여성들 중 자녀를 둔 기혼여성의 약 8%가 임상적인 우울증상을 보이며(Weissman, Leaf, & Bruce, 1987), 출산 후에는 그 비율이 12%까지 증가되는 것으로 보고되고 있다(O'Hara, 1986). 이는 기혼여성이 가사노동 및 자녀양육 등 일상적으로 반복되는 비구조적이고 잘 드러나지 않는 전통적인 주부역할 및 그에 따른 가치나 보상의 결여, 남성에 비해 내향적이고 수동적인 사회화된 성역할, 관계지향적인 성향 등으로 인해 우울과 같은 정신질환에 취약하기 때문이다(박경, 2003; 장병옥, 1985; 최성희, 2001). 또한 개인적 성장을 더 추구할수록 남편과 자녀들이 가정 외 활동의 증가로 계속해서 성장하게 됨에 따라 점차 가족원들과의 대화에서 소외되고 있다. 뿐만 아니라 스스로도 삶 자체에 무의미함을 느끼게 되어 생활의 의욕과 활기를 상실하는 경우가 많았다. 이외에도 불행하다고 느끼는 기혼여성들일수록 미혼여성들에 비해 더 많은 우울증상을 호소하였다(Aneschensel, 1985).

무엇보다 기혼여성의 우울은 개인의 심리적

고통에 그치지 않고 자녀와 배우자 등 한 가족의 정신건강에 부정적 영향을 미치므로 기혼여성의 정신건강을 유지하고 향상시키는 일은 한국 가정의 행복과 사회발전을 위하여 매우 중요한 과제가 아닐 수 없다. 따라서 기혼여성이 경험하는 생활스트레스와 우울의 관계를 학문적으로 규명할 필요가 있다고 본다. 어떠한 변인이 주부생활스트레스를 경감시켜서 기혼여성으로 하여금 우울을 느끼지 않고 밝게 살 수 있게 하는가? 이 관계를 규명한다면 기혼여성들의 정신건강을 증진시키기 위한 교육과 상담중재프로그램을 개발해 낼 수 있을 것으로 전망된다.

생활스트레스와 적응 간의 관계를 다룬 연구들은 스트레스에 대한 가장 보편적인 반응이 우울이라는 점에 의견을 같이 하며, 스트레스를 우울예측의 중요한 변수로 보았다(Bolger, DeLongis, Kessler, & Schilling, 1989; Compas, Grant, & Ey, 1994; DeLongis, Folkman & Lazarus, 1988; Lewinsohn, Hoberman, & Rosenbaum, 1988; Nolen-Hoeksema, Girgus, & Seligman, 1992). 그러나 동일한 스트레스 사건에 대해 우울정도의 개인차 변인이 있다(Hovaniz, 1986)는 의문이 대두되었다. 이에 스트레스와 개인의 인지적 취약성이 상호작용하여 우울에 영향을 미친다는 인지적 소질-스트레스 모델(cognitive diathesis-stress model)이 제기(Abramson, Alloy & Metalsky, 1988; Lightsey, 1999) 되었다. 또한 스트레스의 우울 설명 변량이 비교적 낮고 이 두 변인 간에 자존감, 귀인양식, 역기능적 태도, 지각된 자기능력, 자동적 사고 등의 인지가 중요한 역할(김남재, 2002; Hilsman & Garber, 1995; Metalsky, Joiner, Harden, & Abramson, 1993; Robins, Block, &

Peselow, 1990; Tram & Cole, 2000)을 하는 것으로 밝혀졌다. 따라서 스트레스와 우울의 관계는 한 개인이 지니고 있는 취약성 요인의 강도에 따라 달라질 수 있으며, 이러한 취약성 요인은 스트레스 정도에 따라 증가되거나 감소될 수 있음(Monroe & Simons, 1991)을 시사하고 있다. 그러므로 본 연구를 통해 개인 간의 차이를 설명하기 위한 매개 및 조절변인을 알아보고자 한다.

특히 여러 인지 변인 중 자아존중감이 스트레스에 대한 완충역할을 하며(Kessler, Turner & House, 1998; Rowley & Feather, 1987), 심리적 적응과 관련성이 높은 변인(김경신, 김오남, 1998; 김연희, 김기순, 2002; 이수애, 김정화, 1998; 정은의, 노안영, 2007; Potter & Gosling, 2001)으로 보고되었다. 또한 Barnett와 Gotlib(1988)는 기혼여성의 우울증은 성취 실패로 인한 스트레스 뿐만 아니라 자아 존중감의 저하로도 야기될 수 있다고 보고하였다. Brown, Andrew, Harris, Adler와 Bridger(1986)의 연구에 의하면 자아존중감이 생활 스트레스의 영향을 조절하는 것으로 가정하여, 생활스트레스가 자아존중감에 의해 조절되고 절망감에 의해 매개되어 우울을 발생시킨다고 한다. 따라서 기혼여성의 스트레스와 우울간 본질이나 강도에 대한 명확한 사실을 알기 위해서는 자아존중감 변인에 대해 그 의미와 역할을 고찰할 필요가 있음을 시사해 준다. 자아존중감은 자신에 대해서 느끼는 감정을 의미하는 자신에 대한 호의적 혹은 비호의적인 자기평가로, 자기개념(self-concept)의 한 구성요소이다(송대현, 1993). 즉 자기평가의 긍정성, 능력에 대한 개인의 기대를 포함하는 자기가치에 대한 전반적인 평가이다(Baumeister, Dori & Hastings, 1998; Maddux,

1991). 자아존중감의 개인차는 부정적 사건을 경험할 때 특히 잘 나타나는데, 무엇보다 자아존중감이 낮은 사람과 높은 사람은 모두 긍정적 스트레스 사건에는 긍정적 반응을 보인다. 반면에, 부정적 스트레스 사건에는 자아존중감이 낮은 사람은 부정적 반응을, 자아존중감이 높은 사람은 부정적 스트레스 사건을 거절하고 제한하려 하기에 그 영향을 적게 받는다(Brown & Mankowski, 1993).

먼저, 자아존중감의 매개효과와 관련하여 Tram과 Cole(2000)은 청소년의 경우 초기 청소년기는 부정적인 생활사건이 인지적 양식을 형성함으로써 우울을 유발시킨다는 즉 스트레스가 자아존중감을 감소시키고 감소된 자아존중감이 우울을 증가시킴으로써 스트레스가 자아존중감이란 매개변인을 통해 우울에 간접적으로 영향을 미친다고 보고하였다. 최외선과 손현숙(1991)은 도시주부들의 객관적 요인들과 가정생활의 심리적 만족감을, 모의희와 김재환(2002)은 의사소통과 부부적응간에 자아존중감이 매개역할을 한다고 보고하였다. 또한 김정자 외(1998)는 자아존중감이 기혼여성들의 건강, 교육수준, 남편 직업에 대한 만족도 등과 삶의 질간에 매개역할을 한다고 보고하였다.

다음으로, 조절효과와 관련하여 Brown 등(1986)은 기혼여성들의 경우 자아존중감이 낮으면서 남편이나 자녀와의 부정적인 상호작용이 있는 여성일수록 심한 스트레스 사건을 경험하면 우울에 걸릴 위험이 증가한다고 보고하였다. Brown과 Dutton(1995)은 자아존중감이 스트레스와 우울 사이를 조절하여 자아존중감이 낮은 사람은 자아존중감이 높은 사람보다 부정적인 사건으로부터 더 심한 우울을 경험한다고 보고하였다. 그러나

Roberts와 Monroe(1992)는 부정적 생활사건과 우울간 자아존중감의 조절효과를 확인하지 못하였다.

또한, 최근에는 매개모델과 조절모델을 상호배타적이기 보다는 통합적인 모델로 보는 관점(Baron & Kenny, 1986)에 따라, 자아존중감의 매개나 조절효과를 함께 검증하고자 하는 관심이 증대되고 있다(Brown & Dutton, 1995; Whisman & Kwon, 1993). 이와 관련된 유사한 연구들을 살펴보면 Cole과 Turner(1993)는 자아존중감을 다루지는 않았지만 아동의 경우 스트레스 사건과 우울간의 관계에서 인지적 오류의 부분적 매개효과는 나타났으나 조절효과는 나타나지 않았다고 보고하였다. Abel(1996)도 자아존중감이 스트레스 사건과 성공 기대간 관계를 매개하는 매개효과가 나타났으나 조절효과는 나타나지 않았다고 보고하였다. Culp와 Beach(1993)는 결혼불만족과 우울의 관계에서 자아존중감이 여성의 경우 매개역할을 하였으며, 남성의 경우 조절역할을 하였다고 보고 하였다. 최미례와 이인혜(2003)는 대학생들을 대상으로 한 스트레스와 우울간 연구에서 남자의 경우 자아존중감의 조절효과와 매개효과가 동시에 나타났다고 보고하였지만, 여자의 경우 자아존중감의 조절효과는 나타나지 않으며 부분매개효과만을 보고하였다.

또한 인지변인의 역할과 관련한 지금까지의 연구결과들도 인지변인이 조절역할(원두리, 1992; Bruch, 1997, Coyne & Whiffne, 1995; Lightsey, 1999)을, 또는 매개역할(공수자, 이은희, 2006; 김남재, 2002; 박경, 2004; Robins, Block, & Peselow, 1990; Tram & Cole, 2000)을 하는 것으로 보고하는 등 서로 일관되지 않았다. 뿐만 아니라 스트레스와 우울과의 직접적인 상관 정도와

설명력도 예상과 달리 강력하지 않았으며, 그 연구대상을 기혼여성으로 하여 자아존중감이 스트레스와 우울간의 관계를 매개하거나 조절하는 변인으로서 역할을 하는가에 대한 국내연구가 거의 이루어지지 않는 실정이다. 따라서 유사 선행연구들을 통해 자아존중감이 우울에 대한 한 개인의 취약성 요인으로 작용함이 밝혀졌기에 자아존중감이 기혼여성의 스트레스와 우울간의 관계를 매개 및 조절하는 변인으로 작용함을 가정해 본다.

그러므로 본 연구는 생활스트레스와 우울의 관계에 있어서 생활스트레스가 직접 우울에 영향을 미치기도 하지만, 자아존중감이 기혼여성의 정신건강에 영향을 미치는 주요 인지변인이라는 관점에 근거하여 자아존중감을 매개로 할 때 우울에 더 큰 영향을 준다고 보았다. 또한 우울에 미치는 스트레스의 영향을 극대화시킬 수 있는 조건으로서 낮은 자아존중감이라는 인지적 요인이 조절을 하고 있다고 보아 자아존중감의 매개 및 조절효과를 통합적인 모델의 관점에서 검증하는데 목적이 있다. 또한 본 연구결과를 바탕으로 기혼여성의 우울 예방 및 치료에 대한 상담전략 개발의 기초 자료로 활용하고자한다. 이에 다음과 같이 연구문제를 설정하였다. 첫째, 자아존중감이 생활스트레스와 우울과의 관계에서 매개효과를 보이고 있는가? 둘째, 자아존중감이 생활스트레스와 상호작용하여 우울과의 관계에서 조절효과를 보이고 있는가? 본 연구의 목적을 위하여 설정된 매개효과연구모형은 그림 1과 같이 도식화하였다. 또한 이 연구모형이 적합한 모형인지를 알아보기 위해 경합모형을 그림 2와 같이 설정하였다. 다만 자아존중감의 조절효과는 그림으로 도식화하지는 않았다.

본 연구의 이론적 배경과 연구모형에 기초하여 설정된 연구가설은 다음과 같다. 가설 1. 기혼 여성의 자아존중감이 생활스트레스와 우울 간의 관계에서 매개효과를 보일 것이다. 가설 2. 기혼 여성의 자아존중감 수준에 따라 생활스트레스와 우울간의 관계가 달라지는 자아존중감의 조절효과가 나타날 것이다.

## 방 법

### 참여자

연구대상자는 서울, 경기도, 광주광역시, 전라남도, 전라북도 5개 지역에 거주하는 20-50대의 시부모와 자녀가 있는 주부들로 연구의 취지에 동의하는 총 541명이 임의 선정되었다. 이 연구에 참여한 전체 주부들의 인구통계학적 특성을 살펴보면 다음과 같다. 거주지역은 수도권(서울, 경기) 226명(41.8%), 지방(광주광역시, 전남, 전북) 315명(58.2%)으로 지방이 더 많았다. 연령은 젊은 층인 20-30대 204명(37.7%), 중년층인 40-50대 337명(62.3%)으로 중년여성이 더 많았다. 학력은 대졸 이상이 352명(65.1%), 고졸이하 189명(34.9%)으로 고학력자가 더 많았다. 결혼 상태는 현재 남편과 생활하고 있는 기혼자가 512명(94.6%), 이혼/별거/

사별 29명(5.4%)이었다. 월평균 가구소득은 250-350만원이 108명(20.0%)로 가장 많았으며, 750만원이상의 고소득자가 36명(6.7%)으로 가장 적었다. 직업은 미취업자인 가정주부가 197명(36.4%), 취업주부가 344명(63.6%)으로 직업을 가진 주부들이 더 많았다.

### 연구절차

본 연구에서는 자기보고형 지필식 검사도구를 사용하여 자료를 수집한 후 통계 분석을 시도하였다. 자료의 수집은 조사의 목적과 조사대상자의 선정기준에 관해 설명 받은 각 해당지역 대학의 학생 생활 연구소 조교들과 상담심리를 전공한 대학원생들을 연구보조원으로 활용하여 실시하였다. 또한 연구보조원들이 조사대상자를 직접 대면하여 설문지의 내용을 설명하고 자가 기록하게 하였으며, 응답 시에 개인의 비밀 보장과 응답의 진실성을 높이기 위해 설문지 응답 후에는 응답자가 그 설문지를 반드시 봉하도록 하였다. 설문지의 전달에서 회수까지 약 1개월 반이 소요되었으며, 배부된 1100부 중 678부가 회수되었으나 불성실한 응답자료 116부는 제외하였다. 또한 다변량 분석을 위한 사전분석 과정에서 극단치 21부를 추가로 제외하여 총541명의 자료를 최종 자료 분석에 사용하였다.

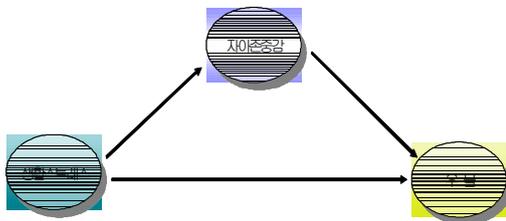


그림 1. 연구모형

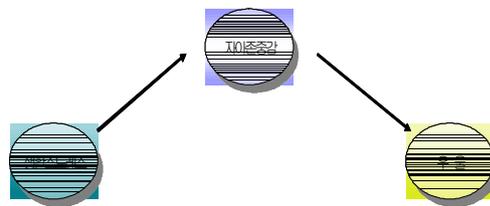


그림 2. 경합모형

## 측정도구

**주부생활스트레스 척도.** 주부 생활스트레스를 측정하기 위해 전경구와 김교현(2003)이 개발한 총 64문항 중 이 연구의 경우 전업주부와 취업주부를 함께 고찰하고자 하기 때문에 직장생활문제 7문항을 제외한 나머지 57문항만을 활용하였다. 이 척도는 Likert식 3점 척도(0='전혀 경험 안함', 1='보통정도 경험', 2='자주경험')로 평정하며, 점수범위는 각 학위척도별로 최저 0점에서 최대 16점으로 점수가 높을수록 주부의 생활스트레스가 높음을 의미한다. 이 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별로 남편과의 관계 .85, 자녀와의 관계 .86, 시댁과의 관계 .86, 친구와의 관계 .86, 경제 문제 .86, 주거환경 문제 .85, 건강 문제 .85, 교통 문제 .86, 가사노동 문제 .85 이었다.

**자아존중감 척도.** 자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)의 척도를 전병제(1974)가 변안한 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항의 자기와 관련된 진술문 총 10문항을 활용하였다. 이 척도는 Likert식 4점(1='대체로 그렇지 않다', 2='보통이다', 3='대체로 그렇다', 4='항상 그렇다')로 평정하며, 점수범위는 각 하위척도별로 최저 5점에서 최대 20점 까지 있을 수 있으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 이 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별로 긍정적 자아존중감  $\alpha=.83$ , 부정적 자아존중감  $\alpha=.68$  이었다.

**Beck의 우울증 척도.** 우울을 측정하기 위해

Beck 등(1967)의 BDI(Beck Depression Inventory) 원 문항을 이영호(1993)가 우리말로 번역한 총 21문항을 활용하였다. 이 척도는 각 문항의 우울경향성 정도에 따라 0점, 1점, 2점, 3점으로 나누어 평정하며, 점수범위는 0점에서 63점까지 있을 수 있으며, 점수가 높을수록 우울의 정도가 높은 것을 의미한다. 이 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별로 우울정서 .84, 죄책감과 비난 .69, 신체증상 I .70, 신체증상 II .75 이었다.

## 자료분석

본 연구에서 활용한 자료분석 기법은 다음과 같다. 첫째, 생활스트레스, 자아존중감, 우울 변인 간의 상관관계의 유의도를 검증하기 위하여 측정변수 간 피어슨 적률상관계수를 산출하고 상관분석을 실시하였다. 둘째, 생활스트레스, 자아존중감, 우울 변인 간의 관계모형에 대한 가설과 매개효과를 검증하기 위해 Amos 4.0(Arbuckle & 1997) 프로그램을 활용하여 공변량구조분석을 실시하였다. 또한 매개변수의 유의도 검증을 Sobel 검증 중 Goodman 방정식(Preacher & Leonardelli, 2001)에 따라 실시하였으며, 연구모델의 전반적인 적합도를 평가하는 절대적합지수로 카이제곱( $\chi^2$ ), 추정오차의 평균(RMSEA: Root Mean Square Error of Approximation)과 모형의 복잡성과 객관성의 차이를 비교하기 위해 모형의 각 추정계수에 필요한 적합도에 최대도 도달하는 정도를 나타내는 간명성(Parsimony) 적합지수인 TLI(Tucker-Lewis Index), 비교적합지수인 CFI(Comparative - Fit - Index) 등의 다중 통계치를 고려하였다. 일반적으

로 TLI, CFI가 .90이상이면 적합도가 양호한 것으로 보며, RMSEA는 .05에서 .08 사이인 경우 적당한 모형이라고 볼 수 있다(김계수, 2005). 셋째, 생활스트레스와 우울과의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 검증하기 위해 다집단 분석(multiple group analysis)을 실시하였다.

### 결 과

#### 기술 통계치

기혼 여성의 생활스트레스, 자아존중감, 우울의 하위요인별 기술 통계치 분석 결과를 살펴본다. 측정 변수의 기술 통계치 및 상관을 제시하

면 아래의 표 1과 같다. 표 1에서, 기혼 여성은 가사노동 생활스트레스를 가장 많이 경험하였으며, 자아존중감의 경우 긍정적인 자아존중감이 높았으며, 우울정서를 가장 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다. 또한 모든 변인들이  $p < .01$  수준에서 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 각 하위변인별로 생활스트레스의 모든 하위 측정변인들은 자아존중감 측정변인인 부정적 자아존중감과 우울의 모든 측정변인들과는 정적 상관을 가지고 있는 것으로 나타났으며, 자아존중감 측정변인인 긍정적 자아존중감과는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 자아존중감의 측정변인 중 긍정적 자아존중감 변인은 부정적 자아존중감과 우울의 모든 측정변인과는 부적 상관을 가지고 있는 것

표 1. 측정 변수의 기술 통계치 및 상관(N=541)

변인	x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8	x9	x10	x11	x12	x13	x14	x15
x1	-														
x2	.42**	-													
x3	.44**	.43**	-												
x4	.43**	.43**	.45**	-											
x5	.37**	.46**	.34**	.35**	-										
x6	.49**	.41**	.42**	.45**	.42**	-									
x7	.33**	.41**	.35**	.48**	.42**	.39**	-								
x8	.40**	.25**	.30**	.40**	.37**	.60**	.52**	-							
x9	.51**	.40**	.39**	.33**	.43**	.38**	.57**	.59**	-						
x10	-.13**	-.12**	-.18**	-.15**	-.17**	-.15**	-.14**	-.04**	-.17**	-					
x11	.33**	.28**	.28**	.23**	.22**	.22**	.32**	.27**	.28**	-.20**	-				
x12	.41**	.42**	.35**	.43**	.48**	.37**	.45**	.33**	.32**	-.48**	.49**	-			
x13	.32**	.32**	.27**	.34**	.37**	.25**	.30**	.29**	.39**	-.32**	.33**	.79**	-		
x14	.32**	.22**	.25**	.37**	.32**	.25**	.30**	.24**	.38**	-.26**	.33**	.63**	.70**	-	
x15	.39**	.35**	.25**	.36**	.34**	.26**	.34**	.22**	.29**	-.25**	.23**	.66**	.58**	.56**	-
M	203	229	134	92	247	218	231	145	325	1372	913	523	170	114	127
SD	280	282	219	167	269	244	275	194	317	327	255	477	192	143	139

\*\* $p < .01$ .

x1 남편과의 관계	x2 자녀와의 관계	x3 시댁과의 관계	x4 친구와의 관계	x5 경제문제
x6 주거환경문제	x7 건강문제	x8 교통문제	x9 가사노동문제	x10 긍정적 자아존중감
x11 부정적 자아존중감	x12 우울정서	x13 죄책감과 비난	x14 신체증상 I	x15 신체증상 II

으로 나타났으나, 부정적 자아존중감 변인은 우울의 모든 측정변인들과는 정적인 상관이 나타났다.

**생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과**

생활스트레스, 자아존중감 및 우울의 연구모형과 경합모형을 설정하여 공변량구조분석을 실시하였으며, 그 결과는 표 2, 그림 3, 그림 4와 같다. 먼저, 연구모형과 경합모형의 적합도 분석 결과를 살펴보면, 표2에서 보는 바와 같이 연구모형의  $\chi^2$  값이 325.39( $p<.001$ )로 유의한 것으로 나타났지만, 이는 사례수가 많을 때 발생할 수 있기 때문에 무시하였다. 반면에 연구모형의 TLI=.915와

CFI=.931이 모형의 적합도 기준치인 .90 이상으로 나와 적합도가 양호하였으며, RMSEA=.072는 적합도 허용치인 .08 이하로 꽤 좋은 적합도이기 때문에 연구모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 다음으로, 연구모형과 경합모형의 관계모형을 비교하기 위하여 두 모형 간  $\chi^2$ 값의 차이( $\Delta\chi^2=\chi^2_{\text{경합모형 I}}-\chi^2_{\text{연구모형 I}}$ )차이를 통해 모형 비교를 시도하였는데, 검증결과  $\chi^2$  값의 차이는 5.94로 자유도 1일 때의 임계값인 3.8보다 커서 유의한 것으로 나타났다. 즉 경합모형보다 연구모형이 경험적 자료에 더 적합한 것으로 판명되었다.

따라서 본 연구에서 적합한 모형으로 판명된 연구모형의 각 경로계수를 검증한 결과를 제시하면 아래의 표2와 같다.

표 2 생활스트레스, 자아존중감, 우울의 관계모형 적합도 검증 결과

모형	$\chi^2$	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형 I	325.39***	86	.915	.931	.072
경합모형 I	331.33***	87	.920	.934	.071
차이	5.94	1			

\*\*\* $p<.001$ .

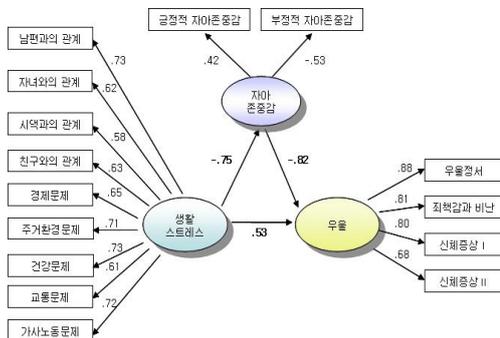


그림 3. 연구모형의 표준화 계수

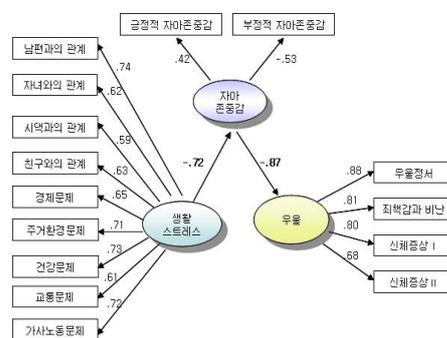


그림 4. 경합모형의 표준화 계수

위의 표3에서 보는 바와 같이 채택된 연구모형에서 각 경로가 어떻게 유의한지를 규명해보면 다음과 같다. 첫째, 생활스트레스→자아존중감 경로의 경우 생활스트레스가 높을수록 자아존중감 수준이 낮은 것으로 나타났다( $\beta=-.75$ ,  $CR=-7.36$ ,  $p<.001$ ). 둘째, 자아존중감→우울 경로의 경우 자아존중감이 높을수록 우울 수준이 낮은 것으로 나타났다( $\beta=-.82$ ,  $CR=-7.81$ ,  $p<.001$ ). 셋째, 생활스트레스→우울 경로의 경우 생활스트레스가 높을수록 우울 수준이 높아지는 것으로 나타났다( $\beta=.53$ ,  $CR=9.53$ ,  $p<.001$ ). 마지막으로, 생활스트레스와 우울의 관계를 매개하는 자아존중감의 매개효과를 검증하였다. 매개효과 유의도 검증을 위하여 Sobel 검증 중 Goodman (1) 검증, 즉  $Z_{ab} = ab/\sqrt{b^2SEa^2 + a^2SEb^2 + SEa^2SEb^2}$ 을 실시하였다(Baron & Kenny, 1986). 검증결과, 연구모형에서 기혼여성의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 자아존중감의 부분매개효과가 입증되었다( $Z=2.38$ ,  $p<.05$ ). 다시 말해 본 연구에서 설정한 모형대로 생활스트레스가 우울에 직접 관여하기

도 하지만 자아존중감을 매개로 했을 때 스트레스가 우울에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 확인되었다.

**생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 조절효과**

기혼여성들의 자아존중감이 생활스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 미치는 자아존중감의 조절효과 분석 결과는 표4에 제시되어 있다. 또한 상호작용효과는 그림 5에 제시하였다. 먼저, 표4에서 보는 바와 같이, 자아존중감이 높은 집단의 경우 생활스트레스와 우울의 관계가 유의한 것으로 나타났으며( $\beta=.33$ ,  $p<.001$ ), 자아존중감이 낮은 집단의 경우도 생활스트레스와 우울의 관계가 유의한 것으로 나타났( $\beta=.19$ ,  $p<.05$ ). 즉 자아존중감 수준에 따라 생활스트레스와 우울간의 관계가 달라지는 것으로 나타났다. 다음으로, 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수의 유의성을 집단 간 차이를 통해 확인한 결과 집단 간 차이

표 3. 연구모형에서 변수 간 관계 검증(N=541)

변수	비표준화 계수	표준오차	표준화 계수	CR
생활스트레스→자아존중감	-.78	.11	-.75	-7.36***
자아존중감→우울	-2.51	.32	-.82	-7.81***
생활스트레스→우울	1.74	.18	.53	9.53***

\*\*\* $p<.001$ .

표 4. 자아존중감의 조절효과 검증을 위한 다집단 분석결과(N=541)

	B	SE	$\beta$	CR
상집단	3.61	.84	.33	4.28***
하집단	.64	.28	.19	2.25*
차이	-	-	-	3.34

\* $p<.05$ . \*\*\* $p<.001$

값 3.34가 |1.96|보다 크기 때문에 집단 간 표준화계수는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉 자아존중감 수준에 따라 스트레스에서 우울로 가는 경로가 차이가 있는 것으로 검증되었다.

마지막으로 생활스트레스 점수별로 생활스트레스 저집단(평균-1SD), 생활스트레스 평균집단, 생활스트레스 고집단(평균+1SD)의 각 세 집단으로 나누고, 자아존중감 점수를 중앙값을 기준으로 각각 낮은 자아존중감 집단과 높은 자아존중감 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 우울 수준을 살펴보았다. 그 결과를 그림 5에 제시하였다. 그림 5에서 보는 바와 같이, 자아존중감이 낮은 집단과 높은 집단 모두 생활스트레스와 우울 간에 정적인 관계를 보이고 있다. 즉, 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단 모두 생활스트레스에 의한 영향을 받고 있는 것으로 나타났다. 따라서 생활스트레스가 높은 상황에서 자아존중감이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 보다 더 우울하여 생활스트레스가 높은 상황에서 자아존중감이 조절역할을 하고 있는 것으로 입증되었다.

## 논 의

본 연구는 기혼여성의 주부생활스트레스와 우울의 관계에 있어서 자아존중감의 매개효과와 조절효과를 검증하기 위하여 주부들의 생활스트레스가 우울에 직접영향을 미치기도 하지만, 자아존중감을 통해서도 영향을 미치는 매개모형을 연구모형으로 설정하였다. 모형 분석 결과, 연구모형에서 제시된 경로 모두 경합모형 보다 더 부합도가 높은 모형으로 나타나, 이 연구에서는 연구모형이 가장 적합한 모형이라고 볼 수 있어서 이를 연구모형으로 채택하였으며, 이 연구모형을 통한 가설 검증 결과 자아존중감의 부분 매개효과가 나타났다. 이러한 검증 결과를 각 경로별 주요 결과에 기초하여 논의하고 시사점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 기혼여성들의 생활스트레스가 높을수록 자아존중감 수준이 낮은 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 자아존중감이 스트레스에 대한 완충역할을 하는 등 심리적인 영역에서 매우 중요한 역할을 하고 있다는 것을 의미한다. 특히 자아존중감의 개인차는 부정적 사건을 경험할 때

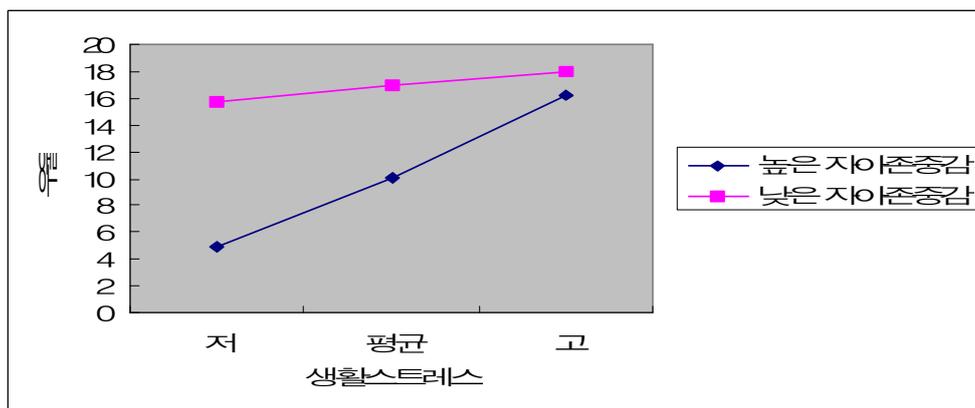


그림 5. 생활스트레스와 자아존중감의 상호작용

잘 나타나는데, 자아존중감이 낮은 사람은 부정적 스트레스 사건에는 부정적 반응을 보이지만, 자아존중감이 높은 사람은 부정적 스트레스 사건을 거절하고 제한하려 하기에 그 영향을 적게 받는다는 연구결과와도 일치하였다(Brown & Mankowski, 1993). 따라서 낮은 자아존중감이란 인지적인 요인이 스트레스와의 관계에 있어서 부적응의 반응강도를 높이는 것으로 나타났으므로, 자아존중감이 낮은 주부들을 대상으로 하는 자아존중감 증진 집단상담훈련 프로그램을 구안하여 실제 조력을 해 주어야 한다는 점을 시사해 준다. 둘째, 기혼여성들의 자아존중감이 높을수록 우울 수준이 낮은 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 자아존중감이 낮을수록 불안, 우울, 신체화 증상 등을 더 경험한다고 한 선행 연구결과와 일치하였다(Kessler, Turner & House, 1998; Rowley & Feather, 1987). 따라서 기혼여성들의 자아존중감이 낮을수록 우울경향성이 증가 될 수 있다는 것을 파악할 수 있었다. 이는 실제 상담 장면에서 우울경향성이 높은 기혼여성 내담자의 건강한 삶을 조력해 주기 위해서는 내담자의 우울 기저에 내포된 낮은 자아존중감이란 인지적 요인에 대한 상담자의 깊이 있는 탐색과 조력이 필요함을 시사해 준다. 셋째, 기혼여성들의 생활스트레스가 높을수록 우울 수준이 높아지는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구 결과는 기혼여성들의 경우 결혼생활과 가족문제를 통해 우울을 겪고 있으며, 특히 부부 적응점수가 낮을수록 우울점수가 높게 나타나고 있어서 결혼갈등이 많을수록 우울감이 높아진다는 연구결과와 일치하였다(박경순, 1997). 따라서 기혼여성들의 생활스트레스로 인한 우울을 예방하기 위해서는 REBT 집단상담 프로

그램이나 부부 의사소통 증진프로그램을 실시할 필요가 있음을 시사해 준다. 넷째, 기혼여성들의 생활스트레스와 우울 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과가 유의하게 나타났다. 이와 같은 연구결과는 높은 자아존중감이 스트레스 상황에 대한 인지적 취약성을 감소시키고 보다 더 빠른 회복력을 제공함으로써 우울로부터 벗어날 수 있게 한다는 선행 연구결과와 일치하였다(Aspinwell & Taylor, 1992). 또한 결혼적응과 우울간의 관계에서 자아존중감이 여성들에게 있어 결혼 불만족이라는 스트레스 변인과 우울간의 관계를 매개한다는 연구결과와도 일치하였다(Culp & Beach, 1993). 즉 기혼여성의 생활스트레스가 우울에 직접 영향을 미치기 보다는 자아존중감을 통해서 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났기 때문에 기혼 여성의 자아존중감이 낮으면 우울이 발생한다고 볼 수 있다. 따라서 자아존중감의 매개효과 검증 결과를 토대로 생활스트레스로 인한 심리적인 제 문제에 있어서 자아존중감 매개변인을 상담 및 심리치료 장면에 의미 있게 개입시킴으로써, 자아존중감을 어느 정도 증진시킬 수 있다면 기혼여성들 스스로 내적 힘이 강화되어 우울과의 관련정도를 낮출 수 있다는 점을 시사해 준다. 다섯째, 자아존중감이 낮은 집단은 생활스트레스가 높을 때 자아존중감이 높은 집단 보다 우울 수준이 더 높아 자아존중감 변인이 생활스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 미치는 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 즉 생활스트레스가 높은 상황에서 자아존중감이 낮은 기혼여성이 자아존중감이 높은 기혼여성보다 더 우울 수준이 높기 때문에 자아존중감이 생활스트레스가 높은 상황에서 조절역할을 하는 조절변인으로 작용하고 있

다는 것이다. 이와 같은 연구결과는 자아존중감이 스트레스와 관련되어 심리적 기능에 대한 스트레스의 효과를 조절하는 것처럼 보인다는 선행 연구결과와 일치하였다(Whisman & Kwon, 1993; Brown & Dutton, 1995). 또한 자아존중감이 낮으면서 남편이나 자녀와의 부정적인 상호작용이 있는 기혼여성들이 심한 스트레스 사건을 경험하면 우울에 걸릴 위험이 증가한 연구결과와도 일치하였다(Brown et al., 1986). 따라서 기혼여성들의 생활스트레스와 우울은 자아존중감이 낮은 경우에 높게 나타났고, 자아존중감이 높은 경우는 낮게 나타나, 높은 자아존중감이 스트레스 상황에 대한 인지적 취약성을 감소시켜 보다 빨리 우울에서 벗어날 수 있게 하는 조절효과가 있다는 것을 파악하였다. 특히 자아존중감이 낮은 기혼여성들의 경우 일상생활에서 자주 생활스트레스에 직면하게 되는 경우가 많으며, 기혼여성 스스로가 자신의 감정을 적절히 조절할 수 없기 때문에 남성보다 더 우울에 취약한 경향이 있으므로 이 부분에 대한 상담개입이 필요함을 시사해 준다.

본 연구의 결론을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 기혼여성의 생활스트레스와 우울에 초점을 맞추었다는 점과 우울경향성에 대해 예측변인들이 영향을 미치는 경로를 검증했다는 점이다. 둘째, 생활스트레스 수준이 낮을수록, 자아존중감 수준이 높아지는 부적 상관을 나타냈으며, 생활스트레스 수준이 높을수록 우울수준이 낮아지는 부적 상관이 나타남으로써, 이 연구의 조절 및 매개효과 검증에 대한 당의성을 부여해 주었다는 데 의의가 있다. 셋째, 기혼여성의 우울을 설명하는 모형을 제시하였다는 점이며, 특히 예측변인들과 우울경향성 간의 인과관계와 그 관계를 조절하는

심리적 과정 및 매개모형을 규명했다는 점에 큰 의의가 있다. 넷째, 생활스트레스와 우울 간에 자아존중감 변인의 매개 및 조절효과가 동시에 나타났기에 기혼여성의 자아존중감을 증진시켜주는 상담프로그램 개발의 필요성을 밝혀낸 것 또한 본 연구의 의의를 더해준다.

본 연구의 제한점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 특정지역의 기혼여성들을 대상으로 하였기 때문에 이러한 연구결과를 다른 연령 및 사회적 배경을 가진 일반인이나 임상 집단에 일반화하는 데는 무리가 있다. 둘째, 본 연구방법이 자기보고식 질문지 조사방법을 사용하였기 때문에 질문지 연구에서 나타날 수 있는 반응의 신뢰성 문제가 해결되지 않았다는 점이다. 셋째, 본 연구가 매개효과와 조절효과를 동시에 관찰하기 위해 횡단적 자료에 근거하여 우울 모형을 구축하였다는 점이다. 지금까지 구조방정식 모델 접근법이 변인들 간 관계 및 인과관계를 파악할 수 있는 최적의 분석방법으로 알려져 있으나, 횡단적 자료에 근거해서 인과관계를 추론하는 것은 다소 제한점을 갖고 있다. 넷째, 본 연구가 스트레스와 우울 간 관계를 매개하거나 조절하는 자아존중감 요인 외의 다양한 변인들 즉, 개인의 성격특성, 기대, 통제감 귀인, 사회적 비교 등을 포함시키지 않았다는 점이다.

## 참고문헌

- 공수자, 이은희 (2006). 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. 한국심리학회지: 여성, 11(1), 21-40.
- 김경신, 김오남 (1998). 편모의 스트레스와 심리적 복지.

- 대한가정학회지, 36, 19-34
- 김계수 (2005). AMOS 구조방정식 모형분석. 서울: 데이 터솔루션.
- 김남재 (2002). 생활스트레스와 우울 증상의 관계에서 자동적 사고의 역할. 한국심리학회지: 건강, 7(2), 181-195.
- 김연희, 김기순 (2002). 노인의 자아존중감과 삶의 질과의 관계 연구. 한국노인복지연구, 가을호, 157-189.
- 김정자, 정영숙, 김경연, 심혜숙, 최원철, 최순, 김선희, 문소정 (1998). 한국 기혼여성의 일상적 삶의 질에 관한 연구(II). 여성학연구, 8(1), 1-24.
- 모의희, 김재환 (2002). 의사소통과 부부적응의 관계에 대한 자아존중감의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 887-900.
- 박경 (2003). 부정적인 생활스트레스와 대인관계 문제가 여성의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 8(3), 581-593.
- 박경 (2004). 부정적 생활스트레스와 우울과의 관계: 문제해결과 완벽주의의 중재효과와 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 9(2), 265-283.
- 박경순 (1997). 결혼갈등과 우울감에 대한 대상관계 이론적 접근. 고려대학교 박사학위논문.
- 박희석 (2005). 우울집단을 위한 심리극의 주인공 경험 분석. 상담학 연구, 6(1), 11-28.
- 송대현 (1993). 심리학에서 본 자존심. 서울: 성원사.
- 원두리 (1992). 역기능적 태도와 스트레스 사건이 우울감 증가에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 이수애, 김정화 (1998). 삶의 질: 여성. 목포대학교 여성문제 연구소.
- 이영호 (1993). 귀인양식, 생활사건, 사건귀인 및 무망감과 우울의 관계: 공변량구조모형을 통한 분석. 서울대학교 박사 학위논문.
- 장병욱 (1985). 도시주부의 스트레스 인지 수준 및 적응 방법에 관한 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 전걸규, 김교현 (2003). 한국 주부의 생활 스트레스와 대처 양상. 한국심리학회지: 건강, 8(1): 1-39.
- 정은의, 노안영 (2007). 사회경제적 요인과 기혼여성 행복간 관계: 개별성-관계성의 조절효과 및 자아존중감의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 일반, 26(1), 59-82.
- 최미례, 이인혜 (2003). 스트레스와 우울의 관계에 관한 자아존중감의 중재효과와 매개효과. 한국심리학회지: 임상, 22(2), 363-383.
- 최외선, 손현숙 (1991). 도시주부의 자아긍정감과 가정생활만족도. 대한가정학회지, 제29권.
- 최성희 (2001). 기혼 여성의 성역할 정체감과 우울과의 관계. 가톨릭대학교 박사학위논문.
- Aneshensel, C. S. (1985). The natural history of depressive symptoms: Implications for psychiatric epidemiology. *Research in Community and Mental Health*, 5, 45-75.
- Abel, M. H. (1996). Self-esteem: Moderator-mediator between perceived stress and expectancy of success. *Psychological Report*, 79, 635-641.
- Abramson, L. Y., Alloy, L. B., & Metalsky, G. I. (1988). *The cognitive diathesis-stress theories of depression: Toward an adequate evaluation of the theories validities*. In L. B. Alloy(Ed). *Cognitive processes in depression* (pp.3-30). New York : Guilford Press.
- Aspinwall, I. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: a longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.
- Barnett, P. A., & Gotlib, I. H. (1988). Psychological functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants and consequences. *Psychological Bulletin*, 104(1), 97-126.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator distinction in social

- psychological research : Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Baumeister, R. F., Dori, G. A. & Hastings, S. (1998). Elongingness and temporal bracketing in personal accounts of changes in self-esteem." *Journal of Research in Personality*, 32, 222-235.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York : Harper & Row.
- Bolger, N., DeLongis, A., Kessler, R. C., & Schilling, E. A. (1989). Effects of daily stress on negative mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 808-818.
- Bromberger, J. T., & Matthews, K., A. (1996). A Feminine model of vulnerability to depressive symptoms. *Journal of personality and social Psychology*, 70(3), 591-598.
- Brown, G. W., Andrew, B., Harris, T., Adler, Z., & Bridger, L. (1986). Social support, self-esteem, and depression. *Psychological Medicine*, 16, 813-831.
- Brown, J. D., & Dutton, K. A. (1995). The thrill of victory, the complexity of defeat: Self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 712-722.
- Brown, G. W., & Mankowski, T. A. (1993). Self-esteem, mood, and self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 421-430.
- Bruch, M. A. (1997). Positive thoughts or cognitive balance as a moderator of the negative life events-dysphoria relationship: A reexamination. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 25-38.
- Cheon, J. S . (1999). Neurobiology of depression in women. *Journal of Elderly Psychiatry Med*, 3(2), 129-139.
- Compas, B. E., Grant, K. E., & Ey, S. (1994). *Psychosocial stress and child/adolescent depression: Can we be more specific?*. In W. M. Reynolds & H. Johnston (Eds.), *Handbook of Depression in Children and adolescents*(pp.509-524). New York : Plenum Press.
- Coyne, J. C., & Whiffen, V. E. (1995). Issues in personality as diathesis for depression: the case of sociotropy-dependency autonomy-self-criticism. *Psychological Bulletin*, 118, 358-378.
- Culp, L. N., & Beach, S. R. H. (1993). Marital discord, dysphoria, and thoughts of divorce: Examining the moderating role of self-esteem. *Paper presented to the 27th Annual Convention of the Association for Advancement of Behavior Therapy*. Atlanta, Ga.
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The impact of daily stress on health and mood: Psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 486-495.
- Gotlib, I. H., & Hammen, D. L. (1992). *Psychological aspects of depression, Toward a cognitive-interpersonal Integration*. Chichester: Wiley.
- Hilsman, R., & Garber, J. (1995). A test of the cognitive diathesis-stress model of depression in children: Academic stressors, attributional style, perceived competence, and control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 370-380.

- Hovaniz, C. A. (1986). Life events stress and coping as contributors to psychopathology. *Clin Psychology, 42*, 34-42.
- Kessler, R. C., Turner, J. B., & House, J. S. (1988). Effects of unemployment on health in a community survey: main modifying, and mediating effects. *Journal of Social Issues, 44*(4), 69-85.
- Lewinsohn, P. M., Hoberman, H., & Rosenbaum, M. (1988). A prospective study of risk factors for unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 95*, 378-383.
- Lightsey, O. R. Jr. (1994). Thinking positive" as a stress-buffer: The role of positive automatic cognitions in depression and happiness. *Journal of Counseling Psychology, 41*, 325-334.
- Maddux, J. E. (1991). *Self-efficacy*. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.). *Handbook of social and clinical psychology*(pp. 57-78), New York : Pergamon.
- Mazure, C. M., & Maciejewski, P. K. (2003). The interplay of stress, gender and cognitive style in depressive onset. *Arch Women Ment Health, 6*(1), 5-8.
- Metalsky, G. I., Joiner, T. E., Hardin, T. S., & Abramson, L. Y. (1993). Depressive reactions to failure in naturalistic settings: A test of the hopelessness and self-esteem theories of depression. *Journal of Abnormal Psychology, 102*, 101-109.
- Monroe, S. M., & Simons, A. D. (1991). Diathesis-stress theories in the context of life stress research: Implications for the depressive disorders, *Psychological Bulletin, 110*, 406-425.
- Nolen-Hoeksema, S., Girgus, J. S., & Seligman, M. E. P. (1992). Predictors and consequences of childhood depressive symptom: A 5-years longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology, 101*, 405-422.
- O'Hara, M. (1986). Social support, life events, and depression during pregnancy and the puererium. *Archives of General Psychiatry, 43*, 569-773.
- Potter, J., & Gosling, S. D. (2001). Personality correlates of self-esteem. *Journal of Research in Personality, 35*, 463-482.
- Preacher, K. J., & Leonardelli, G. J. (2001). *Calculation for the Sobel test: An interactive calculation tool for mediation tests* (Computer software). Available from <http://www.unc.edu/~preacher/sobel/sobel.htm>.
- Roberts, J. E., & Monroe, S. M. (1992). Vulnerable self-esteem and depressive symptoms : Prospective findings comparing three alternative conceptualizations. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 804-812.
- Roberts, J. E., & Monroe, S. M. (1992). Vulnerable self-esteem and depressive symptoms: Prospective findings comparing three alternative conceptualizations. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 804-812.
- Robins, C. J., Block, P., & Peselow, E. D. (1990). Cognition and life events in major depression : A test of the mediation and interaction hypothesis. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 299-313.
- Rowely, K. M., & Feather, N. T. (1987). The impact of unemployment in relation to age and length of unemployment. *Journal of Occupational Psychology, 60*, 323-332.
- Tram, J. M., & Cole, D. A. (2000). Self-perceived competence and the relation between life

events and depressive symptoms in adolescence: Mediator or moderator?. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 753-760.

Weissman, M. M., Leaf, P., & Bruce, M. L. (1987). Single parent woman. *Social Psychiatry*, 22, 29-36.

Whisman, M. A., & Kwon, P. (1993). Life stress and dysphoria: The role of self-esteem and hopelessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1054-1060.

원고접수일: 2007년 6월 15일

수정원고접수일: 2007년 8월 19일

게재결정일: 2007년 9월 18일

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2007. Vol. 12, No. 4, 761 - 777

## The Relationship Between Married Womens' Life Stress and Depression Tendency: The Mediating and Moderating Effects of Self-Esteem

Mi-Rye Kim

Chonnam National University

This study was conducted in order to investigate the relationship between married womens' life stress and depression, especially the mediating and moderating effects of self-esteem. The structural equation models were tested by setting married womens' life stress as a prediction variable, their depression as an outcome variable and their self-esteem as mediator and moderator variables. The subject were 541 women (aged 20-59) from Seoul, Gyeonggi, Cheonnam & Cheonbuk province. The data was analysed by correlation analysis in order to find out the correlation coefficient of those variables among housewives' life stress, self-esteem & depression, and Structural Equation Model(SEM) was used in order to investigate the relationship among the four variables. Covariance structural analyses were done by AMOS software. SEM was used to investigate mediating effects of self-esteem. Multiple group analysis were done in order to investigate moderating effects of self-esteem. The results of this study are as follows: First, it was proved that the correlation coefficient of those variables among married womens' life stress, self-esteem & depression were statistically significant. Second, it was proved that married womens' self-esteem exerted as mediating variables. That is, married womens' life stress appeared to affect their depression via their self-esteem. Therefore, their depression could be evident when their self-esteem is low. Third, it was proved that married womens' self-esteem exerted as moderating variables. That is, those with low self-esteem experienced high life stress and much depression, and those with high self-esteem experienced low life stress and less depression. Therefore, in order to help married women to cope with their depression, various counseling strategies are required in terms of improving their self-esteem.

*Keywords* : married women, stress, depression, self-esteem, mediating effect, moderating effect