

중년기 위기감 척도의 개발 및 타당화 연구*

이 은 영

왕 은 자†

한국상담대학원대학교

본 연구의 목적은 상담 실제 및 연구에서 간편하고 유용하게 사용할 수 있는 중년기 위기감 척도를 개발하고 타당도를 검증하는 것이다. 연구 1에서는 중년기에 대한 이론 및 문헌을 검토하고 기존에 개발된 관련 척도의 문항을 수집하였으며, 중년 남녀를 대상으로 개별면접을 실시하여 문항을 개발하였다. 수집된 문항의 분석과 전문가들의 내용타당도 검증을 통해 예비문항을 선정한 후, 중년 남녀 526명을 대상으로 설문조사를 실시하여 탐색적 요인분석을 하였다. 이를 통해 4개의 하위요인으로 구성된 22문항의 중년기 위기감 척도가 개발되었으며, 각 하위요인을 자기 후회(6문항), 젊음의 상실(4문항), 정서적 불안정(8문항), 개별화 위기(4문항)로 명명하였다. 개발된 척도는 요인간 상관 및 문항-전체간 상관이 양호하였으며 내적 합치도는 .94 이었다. 연구 2에서는 중년 남녀 517명을 대상으로 중년기 위기감 척도를 실시하여 요인구조의 타당성을 검증하는 확인적 요인분석을 하였고, 중년기 생성감, 우울, 삶의 만족도, 삶의 의미, 결혼 만족도를 함께 실시하여 준거관련 타당도를 확인하였다. 결론적으로 본 연구에서 개발된 중년기 위기감 척도는 신뢰도와 타당도가 양호한 것으로 확인되어, 중년기 위기에 대한 연구와 중년 상담의 실제에 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

주요어 : 중년, 중년기 위기감, 척도 개발, 중년 상담

* 본 연구는 이은영(2015)의 한국상담대학원대학교 석사학위논문 ‘중년기 위기감 척도의 개발 및 타당화’의 일부를 발췌, 수정한 것임.

† 교신저자 : 왕은자, 한국상담대학원대학교, 서울시 서초구 효령로 366

Tel : 02-584-6851, E-mail : koror2@kcg.ac.kr

Levinson(1978)은 중년기를 청년기와 노년기 사이의 과도기이며 생애 중반의 전환기로서 다양한 심리, 사회적 변화에 따른 위기의 시기로 보았다. 그는 중년기를 40세에서 59세까지의 연령대로 구분하였는데 중년 연구에서는 대체로 이 구분을 따르고 있다. Erikson은 인생의 중반을 살아간다는 것을 맞물려 돌아가는 틈나바퀴에 비유하였는데(임경수, 2005), 이는 중년의 신체적, 정신적 건강이 전체 사회에 지대한 영향을 미치고 다른 세대의 문제로 순환됨을 의미한다. 인구통계에 의하면, 한국은 전체 인구의 정중앙을 위치하는 중위연령이 2015년 41.2세로 접어들었으며, 2030년에는 48.5세까지 높아질 것으로 예측된다. 초고령화 되어가는 한국사회가 본격적인 '중년의 시대'가 되었음을 의미한다. 하지만 한국의 중년들은 중년에 대한 인식조사에서 직장 남성 응답자의 절반이상이 중년을 위기, 명퇴, 보수적, 내리막, 늙음, 중압감, 서글픔, 후회, 무기력, 외로움 등과 같은 부정적 용어로 비유하고 있어, 중년이 되었다는 생각만으로도 부정적인 정서를 경험하는 것으로 나타났다(김경은, 박금주, 민하영, 최지영, 전숙영, 2011).

서울대 인구의학연구소에서 자살 연령의 변화를 분석한 결과, 1980년대 후반에는 2,30대가 전체 자살자의 절반 이상을 차지하였으나 2010년 이후에는 40대 이상의 비중이 더 높아졌다고 한다. 특히 40세에서 59세까지의 자살자 비중이 같은 기간 남성 29.1%, 여성 22.3%에서 남성 41.6%, 여성 32.1%로 늘어나, 40대 이상의 남성 자살률 감소를 위한 노력이 시급하다고 하였다(임달오, 박상화, 2016). 중년 남성은 스트레스, 소외감, 정신적 압박감에서 오는 간질환이나 심장질환 및 뇌 질환 등이 주요 사망요인으로 나타났으며(정성훈, 2013), 중

년 여성들도 자녀의 독립에 따른 부모 역할 감소와 폐경 등 노화로 인한 신체적 변화에 부담을 가지게 되면서 정체감의 혼란을 겪게 되고 이를 극복하지 못할 경우 우울증에 걸릴 위험이 있다(김춘경, 2011; 송숙자, 2002). 또한 2000년 이후 이혼비중이 급증하고 있는 연령층은 남녀 모두 40대 후반 이상이며, 2006년 이후부터 50대 이상의 이혼이 계속 증가하는(김순숙, 2012) 등 중년기의 문제는 부부관계에서도 나타나고 있어 중년의 문제가 점점 사회화되고 심각해지고 있다. 이와 같은 자료는 한국의 중년 남녀가 실제로 심리적으로 위기를 경험하고 있음을 시사한다.

현시대를 살아가는 한국의 중년들은 사회에서 경제적 중추역할을 수행해야 하며, 가정에서는 노부모를 부양하는 동시에, 자녀들의 입시 및 취업 스트레스를 같이 겪어야 하는 등 현실적 부담이 매우 크다. 평균 수명의 증가로 중년의 부모세대 부양의무는 늘어났으며, 실제로 중년층의 가장 큰 관심거리가 노부모의 질병과 부양문제로 나타났다(한경혜, 이정화, 2012). 반면에 대부분의 중년들은(72.3%) 노후에 자녀와 별거하면서 경제적으로 자립하기를 희망하여 부모에 대한 부양의 의무를 다 하지만, 자식에게는 부양받을 것을 기대하지 않았다(임경자, 2002). 여기에 최근 문제가 되고 있는 청년 실업으로 자녀의 부모 의존도는 길어지고 있어, 길어진 노후의 시간에 비해 노후 준비는 제대로 되지 않아 중년의 부담을 가중시키고 있다. 이러한 현실적 부담으로 인하여 중년은 자신의 내면을 들여다 볼 여유가 없기도 하다(고기숙, 2003; 김수환, 2010; 송숙자, 2002). 중년이 자신이 경험하는 심리적 위기를 자각하고, 중년기 위기를 극복할 수 있도록 도울 수 있는 상담적 개입의 토대를 마

련하는 연구와 노력이 필요한 시점이다.

이론적인 측면에서 중년기 위기에 대한 연구는 Jung(1954)에 의해 시작되었다. Jung은 중년의 위기를 겪으면서 스스로의 내면을 들여다보고 무의식을 탐구했으며, 삶의 공허함을 호소하던 그의 중년 내담자들을 분석하면서 중년기에 대하여 관심을 갖고 연구하였다. 그는 성격의 성숙은 인생주기 전체를 통해 이루어지는데 성숙을 위한 근본적인 변화는 인생의 정오인 40세경에 시작된다고 하였다(홍미혜, 1999). 인생 전반부까지 억압되어 왔던 무의식의 출현으로 40세를 전후한 중년기에는 젊은 시절의 목표가 성취되었음에도 삶의 무의미함과 공허함이 찾아드는 전환기적 위기감을 경험하며, 이 시기를 성격발달의 정점으로 보았다. 중년기에는 외부세계로 쏠리던 관심이 내면의 세계로 쏠리고, 새로운 가치와 신선한 동기를 찾아 삶을 바라보는 새로운 안목을 발달시키고, 이전에 억압했거나 소홀히 했던 자신의 일부분을 수용하게 됨으로써 조화로운 성격을 발달시켜 나갈 수 있게 되며, 이러한 과정을 자기실현 또는 개별화(individuation)라고 하였다(이부영, 1978; Kimmel, 1980).

1970년대 이후에는 Vaillant(1977), Levinson(1978), Gould(1978) 등을 통해 중년기 위기에 대한 연구가 발전되었고(김애순, 윤진, 1991에서 재인용), 이들은 주로 중년 피험자들을 연구하여 중년기 위기가 존재한다고 주장하였다. 예로, Levinson(1978, 1996)은 35-45세의 다양한 직업에 종사하는 남성과 그 후 여성을 대상으로 한 전기적 면담을 통해 성인 발달을 연구하였다. 이 연구에서 남성 피험자의 80%가 40대 초반에 생의 전반에 대한 의문과 자신과 타인에 대한 재조명, 그리고 삶에 대한

재평가 과정을 경험하였으며, 이러한 과정은 무의식적인 갈등과 절망, 침체감, 무기력감, 방황과 같은 정서적인 혼란을 수반하고 있었다. Levinson은 중년에 위기의 시기가 찾아오는 것이 보편적 현상이라고 주장하면서 중년기의 3가지 발달과제로서 지나온 삶을 되돌아보며 자신이 해온 일들을 재평가해 보는 것, 기존의 생의 구조의 부정적인 요소를 수정하고 중년기의 새로운 생의 구조를 형성하는 것, 그리고 삶에 깊이 뿌리내리고 있는 양극단적인 경향성(젊음과 늙음, 파괴성과 창조성, 남성성과 여성성, 애착과 분리)을 조화롭게 통합해 나가는 것을 제안하였다. 1980년대 이후에는 중년기 위기가 보편적인 현상이기 보다는 성격, 사회 문화적 체계 등 다양한 변인들의 상호작용에 의해 영향을 받는 '보다 복잡한 중다 결정과정'이라는 주장이 우세해졌으며, 상호작용하는 변인의 관계를 파악함으로써 발달의 다양성을 설명해 보려는 시도로 이어졌다(김애순, 1993).

심리사회적 이론을 주창한 Erikson은 개인은 전 생애를 통틀어 일련의 단계를 경험하면서 발달하는데 각 단계는 그 단계만의 고유한 발달과제와 위기가 있다고 정의하였으며, 중년기의 발달과제 대 위기를 생성감(generativity) 대 침체감(stagnation)으로 표현하였다. 이 시기에 중년은 단순히 자신과 자기 세대의 이익과 번영에만 관심을 쏟는 것이 아니라 자손 세대 및 미래를 위해 보다 나은 세상을 만드는데 헌신해야 하는 것이 가치 있는 일이라는 신념을 갖게 되는데 이를 생성감이라고 하였다. 중년기 발달과업인 생성감을 성취하지 못하게 되면 침체감이라는 위기를 경험할 수 있으며, 침체감은 삶의 무의미감과 공허함, 절망감, 무기력감과 같은 정서적 혼란으로 나타난다고

하였다. 그는 침체감을 극복하고 생성감을 성취하게 될 때 위기가 전환점이 될 수 있다고 설명하였다. 이는 중년기를 위기의 시기이자 동시에 성장의 시기로 보는 통합적 관점이며, 최근 이런 통합적 관점에 초점을 두어 중년기 위기 극복과 긍정적 적응, 성장에 대한 연구들이 진행되고 있다(구본진, 2008; 안태용, 2013; 이옥희, 이지연, 2012).

이외에도 중년기에 대한 다양한 해석이 등장하는데 중년 남성들은 사회적으로 중요한 지위를 차지하고, 주변상황을 조절할 수 있는 능력을 갖게 되므로 중년을 지도적인 시기라고 하였으며(Neugarten, 1968), 중년기를 개인적, 가족적, 사회적 발달이 최고조에 이르는 인생에서 가장 왕성한 시기로도 보았다(안태용, 2013; McCrae & Coasta, 2003). 한국의 경우 1980년 이후부터 1994년까지 발표된 중년기 적응에 관한 연구에서는 중년을 위기로 보는 관점과 전성기로 보는 관점이 공존하는 것으로 나타났다(왕석순, 서병숙, 1995).

위와 같은 중년기 위기에 관한 여러 이론 및 선행연구를 종합해보면 중년기 위기의 속성에 대해 공유되고 있는 생각들을 몇 가지로 요약해볼 수 있다. 중년의 위기는 전 생애에 걸친 발달단계에서 중년기에 있는 개인이 경험하는 위기이며, 개인의 내적인 특성뿐만 아니라 사회문화적 체계 등 다양한 변인들이 상호작용하는 복잡한 과정이다. 중년은 자신이 더 이상 젊지 않고 노화되고 있으며 인생이 유한함을 인식하게 되고 자신과 자신의 과거, 현재, 미래를 재조명, 재평가하면서 이전에 억압했거나 분열했던 자신의 부분을 수용하면서 진정한 자기를 찾고자 시도한다. 이 과정에서 중년은 삶의 무의미감, 공허함, 절망감, 무기력감, 후회, 서글픔과 외로움 등의 혼란스러운

정서 상태를 경험할 수 있다. 마지막으로 중년기 위기감은 중년기의 현실적인 문제 및 부담과 결합되어 부정적인 정서나 문제행동으로 표출되지만 중년기 위기를 극복하고 해결해가는 과정은 차원이 다른 성장과 발달로 나아가게 하는 전환기적인 특성이 있음을 공통적으로 언급하고 있다.

국내의 중년기 위기에 대한 연구는 중년기 위기감을 측정하는 도구의 개발과 관련 변인의 특성을 밝히는 연구로 이루어져왔다. 그런데 국내 연구에서 개발된 척도에는 몇 가지 문제점이 있었다. 김명자(1989)는 외국에서 개발된 여러 척도에서 관련 문항을 선정, 번안하여 과거에 대한 후회와 현재에 대한 견해 두 요인에 11개 문항으로 구성된 중년기 위기감 척도를 제작하였으나 요인이 단순하였다. 고기숙(2003)은 중년기 남성의 심리적 위기를 목표상실위기, 자아존중감위기, 과거수용위기, 개성화과정위기로 정의하고, 각 하위요인에 해당하는 문항을 외국 척도에서 선별하여 심리적 위기 척도를 제작하였지만 타당화 연구를 하지 않았다. 이후 두 척도는 다른 연구에서 거의 사용되지 않았다.

김애순(1993)은 김애순과 윤진(1991)의 연구에서 개발된 척도를 다시 요인 분석하여 중년기 위기감 척도를 제작하였다. 이 척도는 Levinson의 이론과 Costa와 McCrae(1978)의 Mid-Life Crisis Scale 척도를 모체로 하여 제작되었으며, 정서적 위기감, 활력의 상실감, 개별화 과정, 직업 불만족도, 결혼 불만족도, 자녀관계의 6개 하위요인과 67개 문항으로 구성되어 있다. 그 중 직업 불만족도, 결혼 불만족도, 자녀관계는 직접적인 위기감이라기보다는 위기감을 일으키거나 위기감에 영향을 받는 요인이었다. 국내 중년기 연구에서 주로 사용되

는 도구이지만 대부분의 연구는 중년기 위기감 척도의 하위요인 중 심리적 위기감에 해당하는 문항을 선별하여 사용하였다(예, 박경혜, 2003; 박영숙, 2010; 송숙자, 2002; 이남주, 2006; 이영희, 2012; 이은아, 정혜정, 2007). 이 도구는 문항이 많고 응답시간이 길어 상담 실제에서 사용하기 불편한 단점이 있으며, '타인으로부터 받은 상처와 소홀함 등이 생각이 나서 분노와 피해의식에 사로잡힌다.', '내 젊은 시절의 꿈과 재능은 내 삶에 어느 정도 반영되었으며, 이제 나는 무엇을 원하는가? 하고 자문해 본다.' 등 외국의 척도를 그대로 번안하여 다소 문항 표현이 어렵고 중의적이었다.

이러한 문제의식을 가지고 본 연구에서는 기존의 척도가 가지고 있는 위와 같은 문제점을 보완한 중년기 위기감 척도를 개발하고자 하였다. 앞에서 살펴본 것처럼 중년기 위기는 사회적 체계나 문화와 같은 다양한 변인들의 상호작용에 의해 영향을 받는 복잡한 과정이어서 1990년대에 이론적 연구를 통해 개발된 기존 척도로는 현 세대의 중년기 위기감의 특성을 측정하는 것에는 한계가 있다고 판단하였다. 선행연구를 살펴보면, 중년 여성과 남성을 구분하여 중년기 위기를 연구함으로써 성별의 차이를 고려한 중년기 위기를 설명한 연구가 있다. 반면에 척도의 대부분은 중년 남녀 모두에게 적용 가능하도록 개발되었는데 이는 척도의 사용 실재를 고려한 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서는 현재의 중년을 대상으로 하여 척도를 제작하고 중년의 심리적 위기감에 대한 요인만으로 구성되며, 중년의 남성과 여성에게 적용할 수 있는 심리적 위기감을 측정하여, 현장에서 유용하게 활용될 수 있는 척도를 개발하고 타당화하고자 하였다.

최근 부각되고 있는 중년기 위기 문제로 인

해 중년기에 대한 관심은 증가되고 중년을 대상으로 한 실제적인 연구와 상담의 수요는 높아지고 있다. 1980년대에 비교하여 2000년대는 중년기 관련 도서가 7배, 논문은 무려 20여 배나 증가하는 등 중년기 문제에 대한 사회적 관심이 급속히 증가했다(강덕진, 2011). 하지만, 상담 및 심리치료 학회지에 2000년부터 2009년까지 게재된 논문 중 성인을 대상으로 한 연구는 6%에 불과하며(김계원, 정종진, 권희영, 이윤주, 김춘경, 2011), 이 중에서 중년기를 대상으로 한 연구는 매우 드물었다. 이외에도 연구자가 한국교육학술정보원(KCI)에 등록된 국내학술지논문을 대상으로 중년 상담에 대한 연구를 검색한 결과 17편의 연구가 검색되었지만 중년 여성을 대상으로 한 연구가 10편 이상이고(예, 변외진, 김춘경, 2007; 이영희, 2012 등), 중년 남성을 대상으로 한 연구는 1편이었으며, 절반 이상이 기독교상담 분야에서 이루어지는 등 연구가 국한되어 있었다. 중년기 문제의 심각성과 사회적 관심이 증가하는 것과 비교하면 상담 분야에서의 중년기에 대한 실제적인 연구가 상대적으로 부족하였다. 중년을 대상으로 한 연구와 상담프로그램의 개발을 활성화하기 위해서는 우선 타당한 측정도구의 개발이 선행되어야 할 필요가 있다.

이에, 본 연구에서는 중년에 대한 이론 및 선행연구를 개관하고 기존에 제작된 중년기 위기 척도를 검토하며 여기에 현 시대의 중년들이 경험하는 위기감을 통합하여 개인이 중년기 위기에서 경험하는 심리내적인 속성으로 구성된 중년기 위기감 척도를 개발하고자 한다. 본 연구에서 개발되는 척도는 상담 장면에서 중년기 위기를 간편하고 타당하게 측정할 수 있으며, 중년기 연구에 사용될 수 있을 것이다. 이를 위해 본 연구에서는 다음과 같

은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 중년기 위기감 척도의 구성요인은 무엇인가?

연구문제 2. 중년기 위기감 척도는 타당한가?

연구문제 3. 중년기 위기감 척도는 신뢰로운가?

연구 1

연구 1에서는 중년기 위기감 척도 개발을 위한 예비문항을 선정하고 탐색적 요인분석을 실시하였다. 문헌연구를 통해 중년기 위기감의 구성개념을 확인하고, 기존 중년기 위기감 척도와 중년 남녀의 개별 면접을 통해 문항들을 수집하여 문항을 축소하고 선정하였으며, 수집된 문항의 내용을 분석하고 전문가 평정을 통해 내용타당도를 검증하였다. 다음으로 중년 남녀 526명을 대상으로 중년기 위기감 척도를 실시하여 척도의 구성요인 및 최종 문항을 결정하기 위한 탐색적 요인분석을 실시하고 신뢰도를 검증하였다.

방 법

예비문항 선정

문헌연구 및 기존 중년기 위기감 척도 검토

중년기 위기감을 측정하는 예비문항을 선정하기 위하여 국내외 선행연구들에서 중년기 위기감의 정의 및 구성개념을 살펴보았다. ‘중년기 위기’라는 용어는 Jaques(1965)가 예술가

들의 전기를 분석한 논문에서 처음 사용하였는데 그는 인생의 유한성에 대한 인식과 삶의 무의미와 공허함을 느끼는 것이 주된 주제라고 하였다. 이외에도 Levinson(1978), Whitbourne과 Weinstock(1986), Farrell과 Rosenberg(1981)의 중년기 위기 정의를 참고하였으며, 1980년대 말부터 진행된 국내 연구에서 여러 학자들의 중년기 위기에 대한 정의를 정리하였다. 이를 바탕으로 본 연구에서는 중년기 위기감을 ‘개인이 노화를 느끼고 인생의 유한성을 인식하게 되는 인생의 중반기에 자신의 과거, 현재, 미래를 재평가하고 진정한 자기를 찾는 과정에서 갖게 되는 불안정하고 혼란스러운 심리상태’라고 정의하였다.

다음으로 국내 연구에서 주로 사용되고 있는 김애순(1993)의 중년기 위기감 척도와 김명자(1989), 고기숙(2003)의 척도 문항을 모두 수집하였다. 그리고 중년기 위기와 반대의 개념인 중년기 생성감 척도(이옥희, 이지연, 2012), 중년기 적응유연성척도(안태용, 2013)의 하위요인 및 문항의 관련성도 검토하였고 이러한 방법으로 기존 척도에서 104개의 예비문항을 수집하였다.

중년 남녀의 개별 면접을 통한 문항 개발

현시대의 중년이 경험하는 위기감을 구체적으로 파악하고 위기감을 잘 포착한 문항 표현을 개발하기 위하여 개별 면접을 실시하였다. 면접 참여자는 연령, 성별, 직업을 고려하여 8명을 선정하였고, 면접시간은 대략 30분 정도 소요되었다. 면접질문은 중년기 위기가 무엇이라고 생각하는지, 언제 경험했는지, 경험의 구체적인 생각, 감정, 행동은 무엇인지 등을 탐색하였으며 반구조화된 면접으로 진행하여 참여자가 자신이 경험한 중년기 위기감에 대

한 생각과 느낌을 자연스럽게 표현할 수 있도록 하였다. 다음으로 면접내용을 전사한 후 중년기 위기감을 표현한 문장을 발췌하여 100개의 문항을 만들었다(예, '나이가 들면서 사회와 단절되는 것 같은 느낌이 든다', '무엇을 해야 할지 막막한 마음에 무력감에 빠져 든다', '가정과 직장에서의 책임감이 너무 무겁게 느껴져 힘들다', '다른 사람들과 비교해 상대적인 열등감을 느낀다').

면접 참여자가 모두 기혼인 점을 고려하여 중년 미혼 남녀 2명에게 100개의 문항을 제시하고, 중년기 위기감의 표현으로 추가하고 싶은 내용을 조사하여 2개의 문항, '어딘가에 의지할 수 있는 대상이 있었으면 좋겠다.', '노년의 외로운 삶에 대한 두려움이 있다.' 을 추가하였다. 결과적으로 현시대의 중년 남녀를 대상으로 한 개별면접을 실시하여 총 102개의 문항이 개발되었다.

내용타당도 검증

수집된 206개의 문항이 중년기 위기감 척도 개발을 위한 적절성 평정과정에 활용하기에는 다소 많다고 판단되어 내용 분석(content analysis)을 실시하여 유사한 의미의 문항을 묶고, 다시 묶음을 공통 주제로 범주화하여 연구자가 정의한 중년기 위기감에 해당하는 문항으로 축소하는 작업을 하였다. 예를 들어 불안, 우울, 공허함, 분노, 권태감 등을 표현하는 문항을 분류하고 크게 '부적정서'라는 주제로 통합하였다. 그 결과 문항은 부적정서, 활력과 능력 상실, 과거 재평가, 정체감 혼란의 4가지 주제로 분류되었으며, 척도 개발의 예비문항은 개발될 검사 문항의 최소 2배에서 3배, 혹은 그 이상의 문항수가 필요함을(오남경, 이영순, 2015) 고려하여 최종적으로 68문항으

로 축약되었다.

측정도구란 특정 영역에서 일련의 행동을 표집하는 표준절차이므로, 관련 분야의 전문가들을 통해서 해당 구성개념을 제대로 측정하는지, 적절한 낱말이 사용되었는지, 애매모호한 점은 없는지, 문항이 검사의 목적과 일치하는지, 문항 내용을 반응자가 이해하는데 어려움이 없는지 검토하여 척도의 타당성을 확인할 필요가 있다(탁진국, 2007; Crocker & Algina, 1986). 이에 68개의 문항들이 중년기 위기감 척도에 활용하기에 적절한지를 확인하기 위해 전문가 평정을 실시하였다. 전문가 평정 과정에는 척도개발 및 타당화 연구의 경험이 있는 상담학과 교수 3인이 참여하였다. 이들은 척도 개발 연구 경험이 풍부한 성격심리전공 교수, 15년 이상의 상담 경력이 있는 상담전공 교수, 10년 이상의 임상 경력이 있는 임상심리전공 교수이었다. 위에 제시한 평정기준과 68문항을 제시하고, 이들 문항에 대한 중년기 위기감 척도 문항으로서의 적절성 여부를 '적절', '수정', '삭제'로 평정하도록 하였다. 그리고 수정이나 삭제일 경우에는 그 이유나 방향을 구체적으로 서술하도록 하였다. 3인의 평정결과를 취합한 다음 이를 바탕으로 문항을 수정하였다. 3인이 모두 '적절'로 평가한 문항을 우선 채택하였고, 2인 이하가 '적절'로 평가한 문항에 대해서는 서술한 구체적 사유를 반영하여 수정 또는 삭제 하였다. 예를 들어 '좀 더 이기적인 사람이 되고 싶다'의 문항 표현에서 이기적이라는 표현이 개인에 따라 의미가 다를 수 있다는 지적에 따라 '좀 더 나 자신을 위해 살고 싶다'로 수정하였으며, 중년기 위기감을 반영한다고 보기 어렵거나 의미가 다른 문항과 중복된다는 사유인 문항들은 삭제하였다. 이와 같은 평정과정을 거

쳐 68개의 예비문항 중 34개의 문항은 채택되었고, 10개의 문항이 제외되었으며, 24개의 문항이 수정, 보완되었고, 1문항이 추가되어 최종적으로 59개의 예비문항이 만들어졌다.

탐색적 요인분석

연구대상

59개 예비문항의 신뢰도 및 하위요인 구조를 확인하기 위해 2014년 10월에 수도권 지역에 거주하는 40세 이상 59세 이하의 중년 남녀 526명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 요인분석의 경우 분석에 투입될 각 문항이나 변인마다 최소 5명 이상의 피험자가 필요하여 (Gorsuch, 1983), 통계적으로 의미 있는 결과를 도출하기 위해 500명 이상의 중년 남녀에게 설문을 실시하였다. 설문조사는 온라인 설문조사기관에 의뢰하여 실시하였고 응답 자료의 신뢰도를 높이기 위해 일정구간을 한 번으로 응답하거나, 응답시간이 너무 짧거나 등의 불성실 응답은 제외하였다. 연구대상은 남성 251명(47.7%), 여성 275명(52.3%), 40대 259명(49.2%), 50대 267명(50.8%)으로 나타났으며, 지역적으로는 서울(53.6%), 경기(37.5%), 인천(8.9%)의 분포를 보였다.

연구절차 및 분석방법

예비문항으로 만들어진 중년기 위기감에 내재된 요인구조를 탐색하기 위해 1차 설문조사로 표집된 데이터를 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였다. 우선 문항별 평균 및 표준편차, 응답률을 기준으로 신뢰도와 타당도를 높이는 문항들을 포함시켜, 문항 분포의 적절성을 검토하는 단계인 문항분석(item

analysis)을 실시하였다. 새로운 검사를 개발할 때 가능한 적은 수의 문항으로 높은 수준의 신뢰도와 타당도를 얻는 일이 중요하기 때문이다(고홍일 외, 2013). 또한 수집된 자료가 요인분석에 적합한지를 알아보기 위하여 KMO의 표준적합도와 Bartlett의 구형성 검정 지표를 검토하였다.

본 연구의 목적은 중년기 위기감을 측정하는 문항들에 내재되어 있는 요인구조를 추출하는 것으로 공통요인분석인 주축요인추출법(Principal Axis Factoring)을 이용하였으며, 요인간의 상관이 있을 것으로 가정하고 의미 있는 구조를 찾기에 적합한 사각회전 방법(Direct Oblimin)을 사용하여 요인 회전을 실시하였다. 사회과학 연구에서 다루는 현상의 경우 추출된 요인들 간에는 현실적으로 서로 상관이 있는 것이 대부분이기 때문에 사각회전을 사용하는 것이 타당하다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 이후 요인과 문항수는 고유값(eigen value), 스크리 도표(scree plot), 요인 부하량 및 설명량 등을 고려하여 결정하였다(이순목, 1995). 마지막으로 중년기 위기감 척도의 하위 요인 및 척도 전체에 대한 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도(Cronbach's α)를 구하였다.

결 과

요인분석 실시 전에 문항의 변별도와 신뢰도를 해치는 문항을 검토하는 문항분석(엄명용, 조성우, 2005; 이성원, 2014)을 실시하여 불필요한 문항을 제거하였다. 각 문항의 평균, 표준편차를 고려하여 평균이 1.5에서 4.5, 표준편차가 .75 이상에 해당하지 않는 극단적 문항을 제거하였고(Meir & Gati, 1981), 각 문항과

전체 상관이 .20이하인 문항들은 상관관계를 예측하기 곤란하여(Kline, 1986), 그 조건에 해당하는 문항을 제외하였다. 각 문항에 대한 문항반응 분포도를 분석하여 ‘그렇다’의 응답 비율이 50%이상 편중되어 있는 문항들은 중년기 위기감과 관련성보다는 대부분의 사람들이 긍정적으로 대답하는 문항으로 판단하여 제거하였다. 이와 같은 과정을 통해 59개 문항 중 14개 문항이 제거되었다.

59개의 문항 중 문항분석을 통해 삭제된 14개 문항을 제외하고 45개 문항의 설문조사 결과를 사용하여 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 요인추출방법은 주축요인추출법(Principal Axis Factoring), 회전 방법은 사각회전 방법(Direct Oblimin)을 사용하였다. 그 결과, KMO(Kaiser-Meyer-Olkin Measure)는 .975, Bartlett의 구형성 검증 결과는 $p < .001$ 로 나타났다. 따라서 본 연구에서 수집된 자료들이 요인분석을 실시하기에 적합한 것으로 판단하였다(Tabachnick, Fidell, & Osterlind, 2001).

요인의 개수는 고유값(eigen value)이 1.0이상인 경우와 스크리 도표(scree plot), 설명력의 변화를 고려하고, 더불어 요인구조에 대한 해석 가능성과 요인 내 문항의 일관성, 동질성, 요인구조의 명확성 등을 기준으로 판단하여 최종적으로 4개 요인으로 추출하였다. 각 요인별 문항을 추출하는 과정은 문항의 공통성(communality)과 요인 부하량(factor loading)을 반복적으로 고려하고, 요인 구조에 영향을 미치는 문항의 내용인지 연구자가 판단하면서 진행하였다. 공통성이 .30 이하인 문항은 내용을 고려하여 삭제하였고, 요인 부하량이 .40 이하인 문항을 삭제한 후(Pett, Lackey, & Sullivan, 2003), 추가로 다른 요인에도 공통으로 .30 이상의 부하량을 보이는 문항도 삭제하였다. 이

렇게 부적합한 문항을 제거하는 과정을 반복적으로 시행하면서 20여개의 문항이 삭제되었고, 최종적으로 모든 문항들이 .40 이상의 요인 부하량을 보이며, 전체 변량의 63.1%를 설명하는 4개요인 22문항의 중년기 위기감 척도가 확정되었다. 그 결과는 표 1에 제시하였다.

이론적 및 경험적 연구를 통해 수집된 중년기 위기감을 나타내는 206개의 문항은 내용분석과 전문가의 내용타당도 검증으로 68문항으로 축약되었고, 탐색적 요인분석을 통해 4개 요인 22문항으로 정리되었다. 내용분석의 결과에서 중년기 위기감은 과거 재평가, 활력과 능력 상실, 부정정서, 정체감 혼란이라는 4가지 주제로 문항이 분류되었는데, 탐색적 요인분석의 4개 요인은 내용분석의 주제와 유사하면서도 더 간명한 문항으로 이루어진 요인구조인 것으로 나타났다. 각 요인별 문항을 살펴보면, 요인 1은 ‘가끔 내가 실패한 사람이라는 생각이 든다.’, ‘지나온 삶에 대한 회의감이 든다.’ 등 자기 자신과 자신의 삶을 평가하고 수용하는 과정에서 느끼는 부정적인 생각과 느낌에 대한 6개의 문항이 포함되었다. 과거 재평가 주제에 해당하는 문항들로 현재의 자기에 대한 불만족감과 인생 전반기에 대한 후회감으로 구성되어 있다. 따라서 요인명을 ‘자기 후회’로 정하였다. 요인 2는 ‘외모에 대한 자신감이 떨어진다.’, ‘더 이상 젊지 않다는 생각에 서글퍼진다.’ 등 활력과 능력 상실의 주제 중 신체적 노화에 따른 자신감 저하와 서글픔에 대한 4개의 문항으로 구성되었다. 더 이상 젊지 않다는 생각으로 인한 부정적 정서로 요인 명을 ‘젊음의 상실’로 정하였다. 요인 3은 ‘이유를 알 수 없는 불안감으로 초조할 때가 있다.’, ‘요즘 들어 우울하다.’ 등 불안, 우울, 무기력, 분노, 권태감 등 혼란스럽고 불안

표 1. 중년기 위기감 척도 최종문항 (N = 526)

요인	문항	요인부하량				공통성
		1	2	3	4	
자기 후회	27	가끔 내가 실패한 사람이라는 생각이 든다.	.723			.715
	41	지금까지 내 인생은 되는 일이 없었다고 느낀다.	.680			.605
	11	지나온 삶에 대한 회의감이 든다.	.546			.662
	6	그 동안 내가 해왔던 역할들이 부질없이 여겨진다.	.543			.590
	30	지난 시절 놓쳐버린 기회들이 아쉽고 서글프다.	.542			.550
	43	현재 내 모습은 내가 원하는 모습과는 거리가 있다.	.505			.538
젊음의 상실	46	외모에 대한 자신감이 떨어진다.		.768		.793
	50	성적매력이나 능력에 자신이 없어진다.		.699		.602
	55	더 이상 젊지 않다는 생각에 서글퍼진다.		.478		.493
	24	시대의 변화를 따라가고 새로운 것에 도전하는 것이 힘들다.		.418		.446
정서적 불안정	1	이유를 알 수 없는 불안감으로 초조할 때가 있다.			.750	.508
	23	예민해지고 감정기복이 심해졌다.			.736	.612
	22	요즘 들어 우울하다.			.678	.680
	8	생각이 복잡하고 마음의 결정을 내리기가 힘들다.			.610	.633
	49	이유 없이 괜히 짜증이 난다.			.593	.570
	2	현재 상황에서 벗어나고 싶은 충동을 느낀다.			.556	.548
	34	무기력하고 매사에 의욕이 떨어진다.			.547	.639
개별화 위기	16	반복되는 일상이 지루하고 권태롭다.			.442	.430
	31	‘나는 누구인가’, ‘내 삶은 무엇인가’라는 생각을 한다.				.621 .630
	13	그 동안 가족 내에서 내 역할이 무엇이었는지 돌아보게 된다.				.554 .370
	42	내가 진실로 원하는 것, 하고 싶은 것은 무엇인지 생각해보게 된다.				.459 .341
57	그 동안 내 자신의 욕구, 흥미 등을 억압하고 소홀히 했다는 생각이 든다.				.406 .415	

정한 정서의 표현인 부적정서 주제의 문항 중 8개의 문항이 포함되었다. 김애순(1993)의 척도 중 정서적 위기감, 김명자(1989)의 척도 중 부정적 감정에 해당하는 문항이며, 불안정하고 혼란스러운 중년기 위기감의 다양한 정서 표현으로 요인명을 ‘정서적 불안정’으로 정하

였다. 마지막으로 요인 4는 ‘나는 누구인가’, ‘내 삶은 무엇인가’ 라는 생각을 한다.; ‘내가 진실로 원하는 것, 하고 싶은 것은 무엇인지 생각해보게 된다.’ 등의 문항이 포함되어 있는 정체감 혼란 주제에 부합한다. Jung이 말한 중년기에 갖게 되는 자아인식의 과정인 개별화

(individuation) 과정에서 갖게 되는 생각으로 개별화라는 표현을 그대로 사용하여 요인명을 ‘개별화 위기’로 정하였다.

표 2에는 문항-전체 상관과 신뢰도, 요인별 위기감의 평균과 표준편차를 제시하였다. 중년기 위기감 척도를 구성하는 하위요인 내 문

표 2. 문항-전체 상관 및 신뢰도

요인 (문항수)	문항 번호	문항-전체 상관	문항 제거시 전체 신뢰도	문항-요인 상관	문항 제거시 요인 신뢰도	신뢰도계수 (Cronbach's α)	M (SD)
자기 후회 (6문항)	27	.741	.940	.787	.869	.898	3.17 (.79)
	41	.664	.941	.717	.880		
	11	.756	.940	.756	.874		
	6	.713	.941	.718	.880		
	30	.667	.941	.674	.887		
	43	.689	.941	.688	.885		
젊음의 상실 (4문항)	46	.481	.944	.624	.730	.793	3.23 (.73)
	50	.603	.942	.676	.704		
	55	.629	.942	.571	.757		
	24	.597	.942	.543	.769		
정서적 불안정 (8문항)	1	.596	.942	.651	.899	.906	3.19 (.73)
	23	.694	.941	.725	.892		
	22	.762	.940	.776	.888		
	8	.736	.940	.739	.891		
	49	.695	.941	.701	.894		
	2	.656	.941	.665	.897		
	34	.741	.940	.730	.892		
16	.623	.942	.619	.902			
개별화 위기 (4문항)	31	.651	.942	.599	.572	.705	3.45 (.60)
	13	.447	.944	.487	.644		
	42	.328	.945	.395	.695		
	57	.564	.943	.489	.644		
중년기 위기감 전체 (22문항)						.944	3.26(.61)

항들이 동일한 특성을 안정적으로 일관성 있게 측정하고 있는지를 파악하기 위하여 신뢰도 분석을 실시한 결과, 각 요인별 내적 합치도(Cronbach's α)는 .705~.906의 적절한 수준으로 나타났고, 척도의 전체 신뢰도는 .944로 나타났다. 문항-전체 상관도 모두 .30이상 이었고, 각 문항과 요인과의 상관계수도 .48~.78이었다. 이러한 결과는 각 요인내의 문항들이 비교적 동질적이며, 요인의 내용을 적절히 반영하는 것으로 해석할 수 있다.

연구 2

연구 2에서는 탐색적 요인분석 과정을 통해 개발된 중년기 위기감 척도의 요인구조가 타당한지 검증하기 위해 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 실시하였다. 또한 중년기 위기감과 관련 있는 중년기 생성감, 우울, 삶의 의미, 삶의 만족도와의 상관분석을 통해 준거관련 타당도를 확인하였다.

방 법

연구대상

1차 조사와 마찬가지로 2014년 11월에 수도권 지역에 거주하는 40세 이상 59세 이하의 중년 남녀를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 회수된 607부 중에 불성실 응답 90부를 제외하고, 중년 남녀 517명의 자료를 분석하였다. 응답자의 성별은 남성 257명(49.7%), 여성 260명(50.3%) 이었으며, 40대 48.4%, 50대 51.6%로 나타났다. 지역적으로는 서울(47.9%), 경기

(42.4%), 인천(9.7%)의 분포를 보였다.

측정도구

중년기 위기감 척도

연구 1에서 개발된 중년기 위기감 척도를 사용하였다. 이 척도는 자기 자신과 자신의 삶을 평가하고 수용하는 과정에서 느끼는 부정적인 생각과 느낌인 자기 후회 6문항, 신체적 노화에 따른 서글픔과 관련된 젊음의 상실 4문항, 혼란스럽고 불안정한 부적 정서 표현인 정서적 불안정 8문항, 중년기에 갖게 되는 자아인식 과정에서 생기는 개별화 위기 4문항 등 4개요인, 22문항으로 구성되어 있다. 위기감의 정도를 1점에서 5점까지의 5점 Likert 척도에 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 중년기 위기감의 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 중년기 위기감 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 나타났다.

중년기 생성감 척도

Erikson의 생성감 개념에 기초하여 우리나라 중년을 대상으로 이옥희, 이지연(2012)이 개발한 중년기 생성감 척도를 사용하였다. 이 척도는 중년의 정체감 4문항, 일과 여가 5문항, 배려심 5문항, 현실적 낙관성 4문항, 성찰과 실행 4문항, 관계와 자유 5문항의 총 27문항으로 구성되어 있다. 자신의 생성감 정도에 대하여 5점 Likert 척도에 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 생성감 수준이 높음을 의미한다. 이옥희, 이지연(2012)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .92 였고, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

우울(The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale: CES-D)

미국 정신보건연구원에서 개발한 우울 척도를 최상진 등(2001)이 번안, 타당화한 통합적 한국판 CES-D를 사용하였다. CES-D는 임상적 우울 환자의 정신 병리적 증상이 아닌 일반인이 경험하는 우울 정서에 초점을 맞추어 구성되었다(최상진, 전경구, 양병창, 2001)는 점에서 본 연구의 취지에 적합하였다. 이 척도는 지난 일주일 동안의 느낌이나 행동을 묻는 20 문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 대해 지난 일주일 동안 우울을 경험한 빈도를 기록하는 것으로 1일 미만이다(0), 1-2일(1), 3-4일(2), 5일 이상(3)의 4점 척도를 사용하며, 긍정적 감정을 표현하는 문항은 역채점 하여 점수를 합산하고 점수가 높을수록 우울성향이 높음을 의미한다. 최상진 등(2001)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 보고되었고, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)

Diener, Emmon, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 척도로, 정준구(2009)가 사용한 5점 척도의 5개의 문항을 사용하였다. 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높다는 것을 의미한다. 정준구(2009)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .87로 보고되었고, 본 연구에서는 .89로 나타났다.

삶의 의미 척도(Meaning in Life Questionnaire: MLQ)

Steger, Frazier, Oishi와 Kaler(2004)가 개발하고 원두리, 김교현, 권선중(2005)이 한국판으로 타당화한 삶의 의미 척도를 사용하였다. 이 척도는 삶의 의미 추구하고 삶의 의미 발견의 2가

지 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위척도는 5문항씩 전체 10문항의 7점 Likert척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 의미를 추구하고자 하는 동기가 강하고 인생에서 많은 의미를 가지고 있음을 의미한다. 원두리 등의 연구에서 의미추구와 의미발견의 신뢰도(Cronbach's α)는 모두 .88로 보고되었고, 본 연구에서는 .90으로 나타났다.

결혼 만족도 검사(Korean-Marital Satisfaction Inventory: K-MSI)

Snyder(1979)가 개발한 결혼만족도 검사와 이 척도의 개정판(Marital Satisfaction Inventory Revised: MSI-R)을 권정혜와 채규만(1999)이 한국 실정에 맞게 수정 보완하여 표준화한 척도를 사용하였다. 결혼생활에 대한 전반적인 만족감과 부부관계에 대한 태도를 측정하기 위해 한국판 결혼만족도 검사(K-MSI)의 하위요인인 전반적 불만족 척도(Global Distress: GDS)를 역채점하여 사용하였고, 합산한 점수가 높을수록 결혼 만족도가 높은 것을 의미한다. 전반적 불만족 척도는 총 22문항으로 구성되어 있으며, 권정혜 등의 연구에서 이 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .92로 보고되었다. 본 연구 대상자 중 기혼자에게 실시하였으며, 신뢰도는 .96으로 나타났다.

연구절차 및 분석방법

탐색적 요인분석에서 측정된 모형의 요인 계수를 확인하고 모형의 적합도를 확인하기 위해 2차 설문조사로 표집된 데이터와 AMOS 18.0 프로그램을 사용하여 확인적 요인분석(Confirmatory Factor Analysis)을 실시하였다. 분석단계에서 모수의 추정은 최대우도법

(Maximum Likelihood Method)을 적용하였고, 요인구조 모형의 적합성 확인을 위해 CFI (Comparative Fit Index), TLI(Tucker-Lewis Index), 모형이 자료와 얼마나 합치하는지 절대적으로 평가하는 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation) 지수를 사용하여(홍세희, 2000) 확인하였다. 이후 중년기 위기감 척도의 준거 관련 타당도를 검증하기 위하여 준거관련 척도간의 상관관계를 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

결 과

확인적 요인분석 결과

연구 1에서 개발된 4요인 구조가 중년기 위기감을 측정하는데 적합한 모형인지 평가하기 위해 여러 가지 적합도 지수를 살펴보았다. χ^2 검증의 경우 표본크기에 민감하게 반응하며 표본의 크기가 클수록 값이 커지는 경향을 가지고 있고 영가설을 기각할 확률이 높다는 단점이 있으므로(홍세희, 2000), χ^2 자체로 모형 적합도를 판단하는 대신 χ^2/df 값을 검증하였다. χ^2/df 이 5이하이면 바람직하며, 3이하인 경우는 비교적 잘 맞는 적합도라고 할 수 있다(Kline, 2005). 본 모형의 χ^2/df 는 3.986으로 비교적 적합함을 나타내었다. 다른 적합도 지수로는 최근 널리 사용되는 CFI(Comparative Fit Index), TLI(Tucker-Lewis), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 사용하였다. 적합도 해석 기준으로는 CFI, TLI는 .90이상이면 모형의 적합도가 좋은 것이며(양난미, 2015), RMSEA의 경우 .05미만이면 좋은 적합도(close fit), .08미만이면 괜찮은 적합도(reasonable fit),

.10보다 크면 나쁜 적합도(unacceptable fit)로 간주한다(Browne & Cudeck, 1993). 모형 적합도 검증결과 RMSEA .076(90% 신뢰구간 .071~.082), CFI .914, TLI .902로 전반적으로 양호한 적합도를 보이는 것으로 확인되었다.

또한 검증된 모형의 잠재변인에 대한 측정변인들의 표준화된 회귀계수를 확인한 결과, 각 관찰변수의 표준화추정치가 유의한 경로로 추정되며, 측정변인에 의해 잠재변인이 잘 설명되고 있음을 확인할 수 있었다. 따라서 본 연구에서는 중년기 위기감 척도를 22개 문항, 4요인 모형으로 확정하였으며 측정모형의 요인계수는 표 3에 제시하였다.

준거관련 타당도 분석 결과

중년기 위기감 척도와 중년기 생성감, 우울, 삶의 만족도, 삶의 의미, 결혼 만족도의 상관관계를 통하여 준거관련 타당도를 확인하였다. Erikson은 중년기를 침체감을 극복하고 생성감을 갖게 되는 시기로 보았으며, 이를 토대로 제작된 척도인 중년기 생성감(이우희, 이지연, 2012)과 중년기 위기감은 부적 상관관계가 있을 것으로 예상되었다. 중년기 위기감 척도와 중년기 생성감 척도의 상관을 확인한 결과는 표 4와 같이 중년기 위기감과 생성감은 유의미한 부적 상관($r=-.53, p<.01$)을 보였으며, 6개 하위 요인들과의 상관관계도 통계적으로 유의미한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 중년기 생성감 하위요인 중에서는 중년의 정체감 요인이 중년기 위기감 총점과 비교적 높은 수준의 부적 상관($r=-.58, p<.01$)을 보였으며, 이는 중년기 위기감 총점이 중년의 정체감과 관련된 속성을 측정하고 있음을 반영한다고 할 수 있다.

표 3. 측정모형의 요인계수 (N = 517)

잠재 변인	측정 변인	비표준화 요인부하량 (회귀계수 β)	표준화 요인부하량 (회귀계수 β)	표준 오차	C.R.
자기 후회	→위기감11	1.000	.808 ^{***}		
	→위기감15	.878	.750 ^{***}	.046	18.958
	→위기감5	1.035	.845 ^{***}	.046	22.328
	→위기감3	.935	.774 ^{***}	.047	19.787
	→위기감12	.821	.697 ^{***}	.048	17.233
	→위기감17	.788	.713 ^{***}	.044	17.761
젊음의 상실	→위기감18	1.000	.661 ^{***}		
	→위기감20	1.140	.815 ^{***}	.076	14.921
	→위기감21	1.022	.715 ^{***}	.075	13.615
	→위기감10	.871	.598 ^{***}	.074	11.726
정서적 불안정	→위기감1	1.000	.706 ^{***}		
	→위기감9	1.144	.755 ^{***}	.069	16.489
	→위기감8	1.258	.823 ^{***}	.070	17.952
	→위기감4	1.137	.796 ^{***}	.065	17.377
	→위기감19	1.041	.741 ^{***}	.064	16.198
	→위기감2	1.058	.753 ^{***}	.064	16.445
	→위기감14	1.088	.780 ^{***}	.064	17.032
	→위기감7	1.012	.711 ^{***}	.065	15.545
개별화 위기	→위기감13	1.000	.798 ^{***}		
	→위기감6	.795	.642 ^{***}	.054	14.689
	→위기감16	.650	.612 ^{***}	.047	13.912
	→위기감22	.887	.714 ^{***}	.053	16.623

*** $p < .001$

중년기 위기감과 우울, 삶의 의미, 삶의 만족도, 결혼 만족도와 상관을 보면, 표 5와 같이 우울은 위기감과 높은 정적 상관($r = .75, p < .01$)을 보였으며, 삶의 의미는 낮은 부적 상관($r = -.33, p < .01$), 삶의 만족도는 다소 높은 부

적 상관($r = -.60, p < .01$)을 보였다. 이와 같은 과정을 통해 중년기 위기감 척도와 준거관련 변인과의 타당성을 확인하였다.

표 4. 중년기 위기감과 중년기 생성감의 상관관계 (N = 517)

	중년기 위기감					M	SD	
	자기후회	젊음의 상실	정서적 불안정	개별화 위기	총점			
중년의 정체감	-.61**	-.49**	-.53**	-.41**	-.58**	2.86	.72	
일과 여가	-.37**	-.33**	-.39**	-.28**	-.39**	3.08	.77	
배려심	-.23**	-.19**	-.22**	-.13**	-.22**	3.13	.60	
중년기 생성감	현실적 낙관성	-.48**	-.40**	-.46**	-.30**	-.47**	3.47	.65
성찰과 실행	-.48**	-.44**	-.49**	-.28**	-.48**	3.25	.61	
관계와 자유	-.40**	-.36**	-.42**	-.26**	-.41**	3.10	.69	
총점	-.52**	-.45**	-.52**	-.34**	-.53**	3.15	.54	

**p<.01

표 5. 중년기 위기감과 관련 변인간의 상관관계 (N = 517)

	중년기 위기감					M	SD
	자기후회	젊음의 상실	정서적 불안정	개별화 위기	총점		
우울	.71**	.61**	.74**	.56**	.75**	1.98	.53
삶의 의미	-.35**	-.31**	-.31**	-.17**	-.33**	4.62	.84
삶의 만족도	-.67**	-.44**	-.52**	-.48**	-.60**	2.57	.77
결혼 만족도	-.48**	-.38**	-.45**	-.40**	-.49**	2.89	.81

**p<.01 (결혼 만족도는 연구대상자가 기혼인 경우 N= 456)

종합논의

4, 50대 중년의 우울, 자살 및 이혼이 증가하는 것은 한국의 중년 남녀가 심리적 위기를 경험하고 있음을 시사한다. 중년은 우리 사회의 중심 세대이기에 이들이 경험하는 위기는 개인을 넘어서 가족과 사회에도 크게 영향을 미친다. 중년기 위기를 잘 극복하는 것은 개인적인 삶에서도 중요한 의미를 갖지만, 사회 체계를 건강하게 유지하는 측면에서도 필요한 일이다. 중년이 자신이 경험하는 위기를 자각

하고, 중년기 위기를 극복할 수 있도록 도울 수 있는 상담적 개입의 토대를 마련하기 위하여 본 연구는 현시대의 중년 남녀가 경험하는 중년기 위기감을 타당하고 간편하게 측정할 수 있는 척도를 개발하고 타당성을 검증하고자 하였다.

연구 1에서는 중년기 위기 이론, 선행연구 및 관련 척도를 검토하여 중년기 위기감의 구성개념을 설정하였다. 척도 개발을 위해서는 이론적 접근과 더불어 대상자의 사회 문화적 배경을 고려한 경험적 연구를 통한 접근도 필

요하며(Crocker & Algina, 1986), 최근의 척도 개발에 관한 연구들은 이론적인 접근방법과 경험적인 접근방법을 혼합한 절충적 접근방법을 선호하고 있었다(이호준, 2006). 본 연구에서도 이론적인 접근에 더하여 중년 남녀를 대상으로 개별면접을 실시하여 참여자가 실제로 경험하는 위기감을 구체적으로 탐색하여 문항을 수집·제작하였다. 수집된 문항들은 내용분석을 통해 축약되었으며 전문가의 내용타당도 검증 을 통해 59개의 예비문항으로 만들어졌다. 예비문항을 설문지로 제작하여 526명의 중년 남녀에게 실시하여 수집된 자료를 통해 중년기 위기감의 가설 모형을 수립하는 탐색적 요인 분석(EFA)을 실시하였다. 우선 문항을 검토하여 변별도와 신뢰도를 해치는 불필요한 문항을 제거하는 문항분석의 단계(엄명용, 조성우, 2005; 이성원, 2014)를 거친 후, 구형성 검증으로 요인분석에 적합한 자료인지 확인하였다. 탐색적 요인분석의 단계에서는 고유값, 스크리도표, 설명력의 변화 그리고 요인 구조의 내용적 명확성과 동질성 등을 고려하여 요인수를 지정하였고 이후, 요인 부하량, 교차 부하량, 요인 구조에 미치는 영향 등을 고려해 요인별 문항을 추출하는 과정을 반복적으로 실시하였다. 그 결과 중년기 위기감 척도는 4개의 하위요인과 22개의 문항으로 이루어진 모형이 도출되었고, 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 양호한 것으로 나타났다.

각 하위요인에 대한 명칭은 포함된 문항들의 의미를 잘 포착될 수 있도록 명명하였다. 요인 1은 자기 자신과 자신의 삶을 평가하고 수용하는 과정에서 느끼는 부정적인 생각과 느낌에 대한 6개 문항으로 구성되어 있으며, '자기 후회'로 명명하였다. 김명자(1989)와 고기숙(2003)의 중년 위기 척도의 하위요인에서 후

회감이나 과거수용 위기에 해당하는 문항이 일부 포함되어 있지만, 같은 요인이기 보다는 기존 척도의 여러 요인을 포괄하는 내용이었다. 자기 후회 요인은 전체 설명변량 63.131% 중에 46.696%를 설명하고 있어 4개의 하위요인 중 설명 비율이 제일 높아 자기 후회 요인이 중년기 위기감의 주요 내용으로 나타났다. 요인 2는 신체적 노화를 느끼고, 외모나 성적 매력에 대한 자신감이 떨어지고 더 이상 젊지 않다는 생각에서 오는 서글픔 등의 4개 문항으로 구성되어 있어 '젊음의 상실'로 명명하였다. 요인 3은 불안, 우울, 무기력, 분노, 권태감 등의 부정적인 정서 표현의 8개 문항으로 구성되어 있어 '정서적 불안정'이라고 명명하였다. 요인 4는 정체감 혼란에 대한 내용으로 4개 문항으로 구성되어 있어 Jung의 개별화 이론을 인용하여 '개별화 위기'로 명명하였다. 본 연구에서 개발된 중년기 위기감의 하위요인과 기존 척도인 김애순(1993)이 개발한 척도의 하위요인을 비교해보면 우선 기존척도의 직업불만족도, 결혼불만족도, 자녀관계 등의 외적 요인은 제외되었고 심리내적인 속성을 측정하는 요인만으로 구성되었다는 점이 다르다고 할 수 있다. 또한 자기 후회 요인이 중년기 위기감의 주요 내용으로서 새롭게 추가되었으며, 다른 요인들은 기존 척도의 요인과 맥락을 같이 하면서도 비교적 적은 문항으로 구성되어 있으며 문항 표현이 간결하고 이해하기 쉽다는 특징이 있다. 중년기 위기감 척도의 하위요인 및 척도 전체는 양호한 내적합치도(Cronbach's α)를 확보하였다.

연구 2에서 517명의 중년 남녀를 대상으로 2차 설문조사를 실시하여 확인적 요인분석(CFA) 단계를 진행한 결과, 본 연구의 모형의 적합도는 TLI .902, CFI .914, RMSEA, .076으로

양호하였으며, 측정모형의 요인계수를 확인한 결과도 표준화 추정치가 유의한 경로로 추정되어 측정변인에 의해 잠재변인이 적절히 설명되고 있음을 알 수 있었다. 다음으로, 준거 관련 타당도를 확인하기 위하여 중년기 위기감과 반대되는 개념인 중년기 생성감 척도(이옥희, 이지연, 2012)와의 상관관계를 알아본 결과, 두 척도 전체 및 각 하위요인 간에는 유의미한 부적상관관계가 나타났다. 중년기 생성감의 하위요인 중 중년의 정체감 요인과 중년기 위기감 전체와의 부적 상관이 유의미하게 높았으며, 이는 중년기 위기감에는 정체감의 혼란이 중요한 구성개념이라고 할 수 있다.

중년기 위기감 척도는 준거 관련 타당도를 갖춘 것으로 나타났는데, 중년기 위기감의 하위요인과 우울 간에는 .56에서 .74의 상관($p < .01$)이 나타났으며, 삶의 의미와는 유의미한 부적 상관관계가 나타났고, 이는 기존의 연구들(이승화, 민경화, 2015; 홍미혜, 1999)와 일치하는 결과였다. 중년기 위기감과 삶의 의미는 부적 상관($r = -.33, p < .01$), 삶의 만족도는 부적 상관($r = -.60, p < .01$)이 나타났다. 기혼인 대상자에서 중년기 위기감과 결혼 만족도도 부적 상관($r = -.49, p < .01$)이 나타났으며 기존 연구(김은영, 장미영, 정은영, 2014; 이서영, 2014)와 비슷한 결과를 보였다. 따라서 위와 같은 과정을 통해 개발된 중년기 위기감 척도는 적합한 타당도와 신뢰도를 갖춘 측정도구로 확인되었다.

본 연구가 갖는 의의를 살펴보면 첫째, 본 연구에서 개발된 중년기 위기감 척도는 중년기 위기감이라는 심리측정학적 속성만을 측정하는 요인구조로 이루어져있고, 문항수가 간결하면서도 타당도와 신뢰도가 확보된 척도이

다. 중년기 위기감의 원인이나 결과에 해당하는 변인(예, 직업 불만족도, 결혼 불만족도, 자녀 관계) 포함되지 않아 중년을 대상으로 한 상담 실제와 연구에서 중년이 경험하는 위기감의 정도만을 간편하고 타당하게 측정할 수 있을 것이다. 본 연구는 기존에 개발된 중년기 위기와 관련된 척도(고기숙, 2003; 김명자, 1989; 김애순, 1993)에서 위기감을 측정하는 문항을 모두 수집하고 중년 남녀의 개별면접을 통해 추가로 문항을 만든 후 탐색적 및 확인적 요인분석을 통해 체계적으로 위기감의 핵심적인 속성을 포착하고자 하였다.

둘째, 본 연구는 이론적인 접근방법과 경험적인 접근방법을 병행하여 중년기 위기감 척도를 개발하여 타당성을 높였다는 점에서 의의를 갖는다. 기존의 연구에서는 이론적 고찰을 통해 중년기 위기감의 구성개념을 정한 후, 외국의 연구와 척도를 번안하여 사용하였으며, 여러 척도의 내용을 합하고 수정하여 사용하는 경우도 있었다. 본 척도는 실제 중년들의 표현을 구체화한 쉽고 현실적인 문항을 포함하면서도 신뢰도와 타당도가 확보되었다는 점에서 의의가 있다. 문항 중 '시대의 변화를 따라가고 새로운 것에 도전하는 것이 힘들다', '예민해지고 감정기복이 심해졌다.', '내가 진실로 원하는 것, 하고 싶은 것은 무엇인지 생각해보게 된다.' 등은 면담을 통해 작성된 문항들이며, 내용분석을 통해 문항을 통합하는 과정에서 실제적인 표현을 참고하려고 노력하였다.

마지막으로, 본 연구에서 개발된 중년기 위기감 척도는 중년을 위한 연구와 상담 실제에 유용한 도구가 될 수 있을 것이다. 문항 수집을 위한 면담 과정에 참가했던 중년 남녀들에게 상담의 필요성에 대한 질문을 하였을 때,

중년기 위기감에 대한 자신의 이야기를 해보는 경험이 좋았다는 의견과 같은 고민을 하고 있는 사람들과의 집단상담이나 중년기 위기에 대한 교육의 필요성에 대한 의견이 나왔다. 후속 연구뿐만 아니라 기업상담, 진로전환상담, 부부상담, 부모상담 등 중년을 대상으로 하는 다양한 상담 장면에서 중년기 위기감 척도를 사용하여 참여자가 스스로의 내면을 성찰하고 이해할 수 있게 하는 도구로 활용이 가능할 것이다.

본 연구의 제한점으로는 설문 대상자가 중년을 대표한다고 하기에는 어려움이 있다는 점이다. 연령대와 성별의 비율은 비교적 다양하게 표집하였으나, 수도권 지역으로 편중되어 있어 전국적인 표집이 아니었으며 인터넷 설문기관에 패널로 등록되어있는 비교적 인터넷 활용 능력이 있는 중년층으로 한정되었다. 개별 면접 참여자의 학력 수준이 높고 모두 자녀가 있는 기혼이라는 점도 중년을 대표한다고 하기에는 어려움이 있다고 볼 수 있다. 따라서 추후연구에서는 보다 다양한 지역과 환경의 중년을 대상으로 폭넓은 표집을 통해 같은 결과가 나타나는지 확인할 필요가 있다. 또한 본 연구에서는 중년 남녀 모두에게 사용 가능한 척도를 개발하기 위하여 성별을 구분하지 않았으나, 중년에 겪는 신체적 변화나 고민의 양상에는 남녀의 차이가 있다. 따라서 추후 연구에서는 남녀 간 문항속성에 차이가 나는 차별기능문항(differential item functioning)은 존재하지 않는지 확인할 필요가 있다. 중년기 위기감 척도를 통해 중년 남녀가 경험하는 위기감이 어떻게 다른지 확인하는 것도 의미가 있을 것이다. 마지막으로 중년기 위기감 척도의 하위 요인별 평균과 표준편차를 제시하기는 하였지만 표준화 작업을 거치지 않아,

본 척도의 점수만으로 전체 중년남녀 중 자신의 위기감 수준이 어느 정도인지를 알 수 없다. 중년기 위기감 척도의 진단 기능을 높이기 위해서는 표준화 작업이 진행되어야 할 것이다.

여러 가지 역할을 수행하면서 자신을 돌볼 여유가 없는 중년 남녀가, 자신들이 겪고 있는 발달상의 위기를 자각하기는 쉽지 않다. 심리적 위기를 겪고 있더라도 자녀문제나 경제적 문제 등 외부로 원인을 두기 쉽다. Erikson(1963), Jaques(1965), Gould(1978) 등은 위기감은 발달과정상 불가피하며, 위기감을 경험한 후에 발달이 가능하다고 하였다(안태용, 2013). 인생의 오후인 중년기에 자신의 지나온 삶을 돌아보고 새로운 목표를 세워 남은 삶을 통합해갈 수 있기 위해서는 우선 자신의 중년기 위기감에 대한 자각이 필요하다. 본 연구에서 개발된 중년기 위기감 척도가 중년 남녀가 자신의 내면의 변화를 알아차리고, 중년기 위기를 극복하는데 도움이 되기를 기대한다.

참고문헌

- 강덕진 (2011). 중년기 남성 위기와 심리적 요인과의 관계성 연구. 총신대학교 대학원 박사학위논문.
- 고기숙 (2003). 중년기 남성의 심리적 위기에 관한 연구. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 고홍월, 권경인, 김계현, 김성희, 김재철, 김형수, 서영석, 이형국, 탁진국, 황재규 (2013). 상담연구방법론. 서울: 학지사.
- 구분진 (2008). 중년 여성의 극복력, 희망, 부부친밀감 및 가족지지가 삶의 질에 미치는

- 는 영향. 정신간호학회지, 17(4), 421-430.
- 권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구. 한국심리학회, 18(1), 123-139.
- 김경은, 곽금주, 민하영, 최지영, 전숙영 (2011). 한국 직장 남성의 중년에 대한 인식. 인간 발달연구, 18(3), 135-155.
- 김계원, 정종진, 권희영, 이윤주, 김춘경 (2011). 상담심리학의 최근 연구동향: 상담 및 심리치료학회지 게재논문 분석(2000~2009). 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(3), 521-542.
- 김명자 (1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구 - 서울시 남성과 여성을 중심으로 -. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수한 (2010). 중년기 남성의 심리적 위기감과 성역할 및 무조건적 자기 수용의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김순숙 (2012). 중년기 기혼 남녀의 자기분화, 자아존중감, 갈등해결전략이 결혼만족도에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김애순, 윤진 (1991). 중년기 위기감 척도 제작에 관한 연구. 한국심리학회지, 4(1), 73-87.
- 김애순 (1993). 개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향 -중년기 위기의 시기확인 및 발달과정의 역동성을 중심으로-. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 김은영, 장미영, 정은영 (2014). 직장남성의 주관적인 건강상태, 갱년기 증후군, 대응행위가 중년 위기감에 미치는 영향. 스트레스연구, 22(2), 77-86.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 김춘경 (2011). 중년기 우울 여성의 심리적 경험 양상에 관한 현상학적 연구. 특수교육 재활과학연구, 50(3), 25-51.
- 박경혜 (2003). 중년여성의 자원봉사활동과 자아정체감이 위기감에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박영숙 (2010). 중년기 여성의 자아정체감, 자아분화와 중년기 위기감과의 관계. 한영신학대학교 대학원 석사학위논문.
- 변외진, 김춘경 (2007). 중년여성의 자아정체감에 관련된 심리사회적 요인분석. 한국심리학회지 여성, 12(3), 255-276.
- 송숙자 (2002). 중년기 대처방식과 정서적 위기와의 관계. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 안태용 (2013). 중년기 한국인 적응유연성척도 개발 및 타당화. 상담학연구, 14(5), 2751-2781.
- 양난미 (2015). 한국판 대학생활 음주 중요성 인식척도 개발과 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(1), 41-61
- 엄명용, 조성우 (2005). 사회복지 실천과 척도 개발: 표준화된 척도를 중심으로. 서울: 학지사.
- 오남경, 이영순 (2015). 유기불안 척도의 개발과 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(4), 905-929
- 왕석순, 서병숙 (1995). 중년기 적응 연구에 대한 문헌 고찰. 한국노년학, 15(1), 54-73.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. 한국심리학회, 10(2), 211-225.
- 이남주 (2006). 중년기여성의 위기감과 대처에 관한 연구. 한국생활과학회지, 15(2), 227-

- 237.
- 이부영 (1978). 분석심리학. 서울: 일조각.
- 이서영 (2014). 중년기 기혼여성의 노후준비와 위기감이 결혼생활만족에 미치는 영향. *한국가족자원경영학회지*, 18(1), 29-46.
- 이성원 (2014). 기업 상담을 위한 적응적 창의성 측정도구의 개발 및 타당화. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 이순목 (1995). 요인분석 I. 서울: 학지사.
- 이승화, 민경화 (2015). 부부, 가족상담: 중년기 삶의 의미 유형에 따른 분류 및 특성. *상담학연구*, 16(5), 399-415.
- 이영희 (2012). 미술을 매개로 한 집단상담이 중년여성의 위기감과 삶의 만족감에 미치는 효과. *미술치료연구*, 19(5), 1095-1112.
- 이옥희, 이지연 (2012). 중년기 생성감 척도개발 및 타당화. *상담학연구*, 13(2), 665-688.
- 이은아, 정혜정 (2007). 중년 남성의 심리적 위기감과 관련된 개인 및 가족 요인. *한국가족관계학회지*, 12(2), 301-329.
- 이호준 (2006). 참가자 관점 부모교육 평가척도의 개발 및 타당화 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 임경수 (2005). 인생의 봄과 가을 -중년의 심리 이해와 분석. 서울: 학지사.
- 임경자 (2002). 중년층의 노후준비가 중년기 위기감과 생활만족도에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 임달오, 박상화 (2016). 연령 구조가 고의적 자해 사망률에 미치는 기여 효과, 1985-89, 2010-14. *한국보건정보통계학회지*, 41(4), 411-416.
- 정성훈 (2013). 중년 남성의 심리적 위기감과 자기성찰이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *경성대학교 대학원 석사학위논문*.
- 정준구 (2009). 장애자녀 부모의 양육 스트레스, 가족여가 및 가족기능이 심리적 안녕감에 미치는 영향에 관한 연구. *강남대학교 대학원 박사학위논문*.
- 최상진, 전경구, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지 건강*, 6(1), 59-76.
- 탁진국 (2007). 심리검사: 개발과 평가방법의 이해(2판). 서울: 학지사.
- 한경혜, 이정화 (2012). 지금, 중년을 말할 때. 경기도: (주)교문사.
- 홍미혜 (1999). 생활사건 스트레스와 삶의 의미 수준이 중년기 여성의 위기감에 미치는 영향. *서강대학교 대학원 석사학위논문*.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage focus editions*, 154, 136-136.
- Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1978). Objective personality assessment. *In the clinical psychology of aging* (pp. 119-143). Springer US.
- Crocker, L., & Algina, J. (1986). *Introduction to classical and modern test theory*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Diener, E., Emmons, R. S., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd Ed.). New York: Norton.
- Farrell, M. P., & Rosenberg, S. D. (1981). *Men at midlife*. Boston: Simon and Schuster.
- Gorsuch, R. L. (1983). *Factor analysis*, 2nd.

- Hillsdale, NJ: LEA.
- Gould, R. L. (1978). *Transformations: Growth and change in adult life*. N.Y.: Simon & Schuster.
- Jacques, E. (1965). Death and the mid-life crisis. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 46(4), 502-514.
- Jung, C. G., & Hull, R. F. C. (1954). *The development of personality (Vol. 17)*. Pantheon Books.
- Kimmel, D. C. (1980). *Adulthood and aging*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Kline, P. (1986). *A handbook of test construction: Introduction to psychometric design*. New York: Methuen.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling (2nd Ed.)*. NY: Guilford.
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. 김애순 역. (2003). 남자가 겪는 인생의 사계절. 서울: 이화여자대학교출판부.
- Levinson, D. J. (1996). *The seasons of a woman's life*. 김애순 역. (2004). 여자가 겪는 인생의 사계절. 서울: 이화여자대학교출판부.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. Guilford Press.
- Meir, E. I., & Gati, I. (1981). Guidelines for item selection in inventories yielding score profiles¹². *Educational and Psychological Measurement*, 41(4), 1011-1016.
- Neugarten, B. L. (1968). The awareness of middle age. *Middle age and aging*, 93-98.
- Pett, M. A., Lackey, N. R., & Sullivan, J. J. (2003). *Making sense of factor analysis: The use of factor analysis for instrument development in health care research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage of the Family*, 42(4), 96-109.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2004). The development and validation of the meaning in life questionnaire. Unpublished Manuscript. University of Minnesota.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Osterlind, S. J. (2001). *Using multivariate statistics (4th Ed.)*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Harvard University Press.
- Whitbourne, S. K., & Weinstock, C. S. (1986). *Adult development*. New York: Praeger.
- 원 고 접 수 일 : 2016. 10. 31
수정원고접수일 : 2017. 02. 28
게 재 결 정 일 : 2017. 03. 31

Development and Validation of the Korean Mid-life Crisis Scale

Eunyoung Lee

Eunja Wang

Korea Counseling Graduate University

The aim of this study was to develop and validate a mid-life crisis scale. Pilot questions were devised by collecting scale questions from previous studies as well as interviewing middle-aged men and women. A preliminary scale was developed by analyzing the collected questions and expert content validation. Exploratory factor analysis was carried out using 526 middle-aged men and women and a mid-life crisis scale consisting of 4 factors and 22 questions was developed. Factors included: 'self-regret', 'loss of youth', 'emotional instability' and 'crisis of individualization'. Confirmatory factor analysis, using 517 middle aged men and women, validated the effectiveness of the new 4-factor model. It is confirmed that the new mid-life crisis scale is satisfactory and can be effectively applied to the development of a mid-life crisis counseling program.

Key words : mid-life, mid-life crisis, scale development, mid-life counseling