

## 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과

오 명 자<sup>†</sup>      김 병 옥      김 미 례  
전남대학교

본 연구의 목적은 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 규명하기 위한 것이다. 이를 위해 생활스트레스를 예언변인으로, 사회적 지지를 조절변인으로, 스트레스 대처방식을 결과변인으로 설정하여 검증하였다. 연구대상자는 서울, 경기도 2개 지역의 40-50대의 시부모와 자녀가 있는 중년기 여성 297명이었다. 본 연구에서는 중년기 여성의 주부생활스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처방식 변인 간의 상관분석을 실시하였으며, 생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과 검증을 위해 구조방정식 모델의 다집단 분석을 실시하였다. 본 연구에서 밝혀진 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 중년기 여성의 주부생활스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처 하위 요인들 간에 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지가 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 중년기 여성은 사회적 지지 하위요인 모두에서 즉, 정서적 지지, 평가적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처 방식이 다르게 나타났다. 이는 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지가 조절역할을 하고 있는 것을 의미한다. 또한 평가적 지지를 제외한 정서적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 부정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 이는 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지가 조절역할을 하고 있는 것을 의미한다. 따라서 중년기 여성이 스트레스를 효율적으로 관리하여 건강한 삶을 유지 및 향상 시킬 수 있도록 정서적, 평가적, 정보적, 물질적 사회적 지지를 보다 많이 제공해 줄 필요가 있다.

주요어 : 중년기, 스트레스, 대처방식, 사회적 지지, 조절효과

---

<sup>†</sup> 교신저자 : 오명자, 전남대학교 교육학과, (500-757) 광주광역시 북구 용봉동 300번지  
Tel : 011-313-0718, E-mail : drstory2002@yahoo.co.kr

중년기는 가족주의 관점에서는 자녀양육 역할이 어느 정도 감소되고 노부모와 성장한 자녀의 중간에 위치한다. 개인적 발달의 관점에서는 신체적·생물학적 노화가 시작되는 시기로 인생의 유한성에 직면하여 본질적 자아에 대한 성찰에 관심을 가지게 된다. 또한 사회적 관점에서는 사회생활이나 직업생활에서의 모든 난관을 극복하고 안정된 경제적 지위를 확보하였으나 은퇴를 감지하기 시작하며, 새로운 일을 시작하기에는 너무 늦었음을 인식하는 시기이다(김명자, 2004). 연령별로도 40대는 중 고등학교에 재학중인 자녀가 있는 시기이며, 50대는 자녀가 취업, 결혼 등으로 독립해 나가 부모역할이 줄어들고 남편의 은퇴에 따른 직업역할 상실 등에 처하는 시기로서 각기 상이한 문제에 직면해 있기에 중년기는 위기, 긴장, 상실감의 시기이기도 하다. 특히 스트레스는 단순히 외부적으로 주어지는 것이 아니고 개인과 환경의 상호작용에 의해 유발된다(김정호, 2000; Lazarus & Folkman, 1984). 그러므로 이러한 과정에서 애정적 후원체계의 상실과 인간관계가 단절된 경우 스트레스 상황에 직면하여 비효율적인 대처행동을 반복하는 등 정신건강의 부작용이 유발되고 있다.

스트레스는 생활사건에 대하여 우리가 느끼는 긴장의 정도로, 반드시 부정적인 것만은 아니며, 적절한 정도의 스트레스는 오히려 성취에 긍정적인 역할을 하는 경우도 있다. 심리사회적 스트레스 이론에 의하면 일상생활의 문제나 주요한 생의 위기는 신체적 건강에 부정적인 영향을 미친다고 한다. 또한 인간의 몸은 끊임없이 평형을 유지하려고 노력하기 때문에 신체의 평형을 깨뜨리는 생활 사건들은 재적응을 요구하게 된다. 그러나 생활 속에서 변화가 너무 많이 일어나면 재적응을 할

수 있는 능력이 점점 상실되어 스트레스가 유발된다. 특히 Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스를 자극이나 반응 그 자체가 아니라 관계적인 현상으로 이해함으로써 특정사건이 스트레스를 주는 지는 개인이 그 사건을 어떻게 평가하고 어떠한 심리적 기제를 사용하는가에 따라 결정된다고 보았다.

여성을 대상으로 한 스트레스관련 국내 선행연구는 주로 생활스트레스를 다루고 있으며(김경아, 이정우, 1990; 김미례, 2006; 김정옥, 박순희, 1990; 김미현, 류점숙, 신효식, 1993), 배우자관계, 가족관계, 대인관계, 경제문제, 가사노동문제, 건강문제 등이 주요인으로 나타났다(김경신, 김오남, 1998; 김경아, 이정우, 1990; 김미현, 류점숙, 신효식, 1993; 이승영, 1996; 전경구, 1998; 전경구, 김교현, 2003). 전경구와 김교현(2003)은 대체로 한국주부들이 가사노동문제 스트레스를 가장 빈번하게 경험한다고 보고 하였으며, 친구관계와 관련된 스트레스를 가장 적게 경험하고 있는 것으로 보고하였다. 대체로 주부들의 경우 주요 스트레스 사건보다 일상적인 문제들이 누적 되는 경우 스트레스로 인한 신경증 발병률은 미혼 남녀나 기혼 남성들 보다 높게 나타나는 등 정신건강에 부정적인 영향을 미친다(고은숙, 1992; 권경희, 1985; 최애선, 2002; Delongis, Folkman & Lazarus, 1988; KWAWU, 2001). 더욱이 중년기 여성의 스트레스는 주부 개인에 머무르지 않고 가정 내에서 남편이나 자녀들의 안녕에 직접적 또는 간접적으로 영향을 미치며, 때로는 가족의 역할 구조와 경계 영역을 와해시키기도 한다(김경아, 이정우, 1990; 김정옥, 박순희, 1990). 이와 같이 주요스트레스 사건보다 일상적인 문제들이 누적되면 더욱 큰 장애를 유발하기 때문에 일상적인 생활스트레

스를 효과적으로 관리하기 위해서는 효율적 스트레스 대처방식 뿐 만 아니라 스트레스를 완화시켜주는 데 중요한 영향을 미치는 심리사회적 변인에 초점을 두고 살펴볼 필요가 있다.

스트레스 대처란 개인의 수용능력을 넘어서서 부담을 주는 외적·내적 요구들을 처리하려는 개인의 인지적·행동적 노력을 의미하며(Lazarus & Folkman, 1984), 스트레스 대처방식은 스트레스 영역과 스트레스 수준에 따라 각각 다르게 나타나는 경향이 있다(신애현, 1998; Aldwin & Revenson, 1987). Folkman과 Lazarus(1980)은 스트레스 대처방식을 문제 중심적 대처(problem-focused coping)와 정서 중심적 대처(emotion-focused coping)로 구분한 바 있다. 여기에서 문제 중심적 대처란 자신이 직면하는 스트레스원이나 문제 그 자체를 변화 및 관리하는 것과 관련된 인지적 및 문제 해결적 노력, 정보추구 활동, 행동적 전략들에 중점을 두는 활동을 지칭한다. 반면에 정서 중심적 대처는 스트레스를 감소시키거나 관리하려는 인지적·심리적·행동적 노력에 중점을 둔다. 이외에도 대처방식은 학자들에 따라 다양한 차원으로 제시되었으며(Billings & Moose, 1981; Pearlin & Schooler, 1978), 스트레스 상황이나 연령에 의해 영향을 받는 것으로 나타났다(Compas, Malcarne, & Fondacaro, 1988).

스트레스 대처방식과 관련한 선행연구들을 살펴보면, 대체로 여성들이 남성보다 회피와 같은 정서중심적 대처방법을 더 많이 사용한다는 연구들(전영자, 김세진, 1999; 김교현, 전경구, 1993; Billings & Moose, 1981)도 있지만, 성차를 보이지 않은 연구들(윤상희, 1995; 이소은, 1990; Compas, Malcarne, & Fondacaro, 1988)도 있어서 일관된 결론을 내리지 못하고 있다. 또한 거주지역, 종교, 결혼상태, 교육,

소득수준 등의 인구학적 변인에 따라라도 스트레스 대처방법이 다르게 나타났다(김교현, 전경구, 2003). 이와 비교적 통제력을 가진 여성일수록 스트레스 사건에 대해서는 문제해결과 같은 문제 중심적 대처를 주로 사용하는 반면에 통제력이 낮은 여성은 스트레스 사건에 대해 종교적 지원 추구하고 같은 정서 중심적 대처방식을 사용하는 것으로 나타났다(김교현, 전경구, 2003; 이주희, 이은희, 2000). 이와 같이 여성의 주부생활스트레스에 대한 대처방식은 여러 영역에 걸쳐 다양하게 나타나므로 이를 보다 구체적으로 파악하기 위해서는 스트레스 상황을 변화시킬 것인지, 아니면 개인을 변화시킬 것인지를 문제는 심리사회적 변인에 따라 달라지기에 중년기 여성 자신만의 문제로서 파악해서는 안 된다. 따라서 개인과 환경, 그리고 그 둘 사의 상호작용의 합수라는 관점에서 개인이 지각한 사회적 지지 정도와 관련하여 사회적 지지 변인이 어떠한 역할을 하는지 함께 규명할 필요가 있다.

사회적 지지는 한 개인이 스트레스 사건에 적응할 수 있도록 주변의 의미 있는 사람들로 부터 받는 자원을 의미하며, 개인의 스트레스를 예방하거나 스트레스 강도를 완화시켜주며 건강을 증진 시키는 역할을 한다(김삼진, 1999; 김정선, 신경림, 2004; 박지원, 1985; 이숙자, 2005; 최애선, 2002; Cessal, 1996; Choi, 2001; House, 1981). Cobb(1976)는 사회적 지지를 개인으로 하여금 그가 돌봄을 받고 사랑과 존중을 받으며, 가치 있는 사람으로 평가받고, 의사소통 망에 소속해 있으며 호혜적인 관계에 있다고 믿도록 만들어 주는 정보라고 정의하였으며, 이 정보는 개인에게 존중감지지, 정서적지지 그리고 지역사회 지지를 제공해 준다고 하였다. Cohen과 Hoberman(1983)은 사회

적 지지를 개인이 타인들로부터 받는 사랑이나 인정, 정보, 물질적 원조 등 사회적 관계를 통해 얻을 수 있는 모든 형태의 긍정적인 지원으로 정의 하였다. 박지원(1985)의 경우 사회적 지지란 개인이 타인으로부터 제공받는 것으로서 인간의 기본적인 사회 정서적 욕구를 만족시켜 주는 사랑과 격려 등의 정서적 지지, 공정한 평가나 의사존중 등의 평가적 지지, 문제해결과 관련한 충고나 조언 등의 정보적 지지, 돈이나 서비스 제공 등의 물질적 지지로 구분하여 평가하였다.

사회적 지지 관련 선행 연구들을 살펴보면, Cutrona(1984)의 연구에서는 임신기간에 정보적 지지 수준이 높은 여성일수록 분만 후 자녀양육과 관련된 스트레스사건의 부정적 지각이 낮게 나타나 스트레스 상황에서 사회적 지지가 보호적 요인으로 작용한다고 보고하였다. 특히, 배우자, 가족원, 친구 및 동료들로부터 심리적 및 물질적 지지를 받지 못한다고 지각하고 있는 경우 우울 등의 심리적 부적응 정도가 높은 것으로 보고되었다(이숙, 1986; Broadhead etc., 1983; Cohen & Wills, 1985; Pearson, 1986). 실직자를 대상으로 한 연구결과(황성훈, 유의정, 한오수, 1998; Cohen & Wills, 1985; Kessler, Tuner & House, 1988)에서도 실직이라는 스트레스 상황에서 사회적 지지를 받지 못한 사람들이 정신건강에 있어서 많은 어려움을 겪는 것으로 나타났다.

무엇보다 스트레스에 직면한 경우 한 개인의 사회적 망 안에서 제공되는 사회적 지지는 스트레스 대처에 긍정적인 역할을 한다. Cohen 과 Wills(1985)는 사회적 지지가 스트레스와의 관계에서 정신건강에 긍정적 효과를 미치는 방식과 관련하여 두 가지 가설을 제시하였다. 첫 번째 가설은 주효과(main effect) 가설이다.

이 가설은 사회적 지지가 스트레스 수준에 상관없이 개인에게 직접적으로 안정감, 통제감을 느끼도록 하여 적응에 도움을 준다고 본다. 즉 개인의 안녕에 유익한 효과가 있으므로 사회적 지지 수준을 높이면 개인의 안녕도 증가될 수 있다는 것이다. 두 번째 가설은 완충효과(buffering effect) 가설이다. 이 가설은 스트레스 상황에서 사회적 지지가 개인이 지닌 부족한 부분을 도와서 스트레스 상황을 해결하는데 긍정적인 효과를 얻을 수 있다는 입장, 즉 스트레스 수준이 높은 사람의 경우 높은 수준의 사회적 지지가 스트레스와 상호작용하여 스트레스의 부정적 영향으로부터 개인을 보호한다고 주장한다.

지금까지 관련 선행연구들은 임상적 진단을 받은 성인 환자의 스트레스, 사회적지지, 신체적·정신적 건강과의 관계를 살펴왔거나, 대체로 기혼여성의 스트레스와 사회적 지지의 상관관계만을 파악하였을 뿐이다(Brown, Andrew, Harris, Adler, & Bridger, 1986; Cho, Chun & Lee, 2000; Cutrona, 1984). 또한 사회적 지지가 스트레스와 상호작용하여 스트레스의 부정적 영향으로부터 개인을 보호하는 완충효과를 강조한 연구들(김미례, 2006; 박지민, 2000; Cessel, 1996; Laura et al., 1999)이 주를 이루었다. 그러나 실제 적응에 영향을 미치는 스트레스 대처방식의 양상과 관련하여서는 파악하지 못한 실정이다. 무엇보다 중년기 여성들은 아내, 어머니, 직장인이며, 자녀와 고령의 시부모에 대한 다양한 역할과 책임으로 인해 다른 연령 집단에 비해 스트레스가 높으며, 배우자로부터 적당한 도움이나 정서적 지지가 낮아 심리적 부적응 정도가 높다(최애선, 2002). 따라서 심리적·신체적으로 취약한 중년기 여성일수록 사회적 지지가 결핍된 경우

생활스트레스를 높게 지각하고 부정적 대처방식을 사용할 가능성이 있기에 사회적 지지변인을 스트레스 대처에 영향을 미치는 중요한 변인으로 가정할 수 있다. 그러나 기존 연구들은 중년기 여성의 주부생활스트레스와 관련하여 사회적 지지 정도에 따른 스트레스 대처방식이 어떻게 다르게 나타나는지 즉 스트레스 대처에 대한 사회적 지지의 조절효과를 밝히지는 못하였다.

따라서 본 연구는 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 구체적으로 검증하는 것을 목적으로 한다. 또한 본 연구결과를 통해 실제 상담장면에 있어서 중년기 여성 내담자의 사회적 지지의 역할에 대한 풍부한 이해 및 효율적 스트레스 관리를 위한 집단상담 프로그램 개발의 기초 자료로 제공하고자 한다. 사회적 지지의 차원을 학자들에 따라 다양하게 분류하고 있지만 본 연구에서는 정서적, 평가적, 정보적, 물질적 지지 차원으로 한정하여 평가하였다. 또한 스트레스 대처의 경우 어느 정도의 통제력이 있는 상황이라면 자기조절이나 문제해결과 관련된 문제 중심적 대처가 긍정적인 결과와 관련이 되기에 긍정적 대처로, 수동적 수용, 자기비판/자책, 인내/고집과 관련한 정서중심적 대처가 부정적인 결과와 관련이 되기에 부정적 대처로 나누어 평가하였다.

본 연구목적을 위해 설정한 연구가설은 다음과 같다. 가설 1, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지 전체가 조절역할을 보일 것이다. 가설 2, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 정서적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 3, 중년

기 여성의 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 정서적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 4, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 평가적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 5, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 평가적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 6, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 정보적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 7, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 정보적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 8, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 물질적 지지가 조절역할을 보일 것이다. 가설 9, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 물질적 지지가 조절역할을 보일 것이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구 대상자는 서울, 경기도 지역에 거주하고 있는 여성들 가운데, 40-50대의 시부모와 자녀가 있는 주부들로 이 연구의 취지에 동의하는 총 297명이 임의표집 되었다. 지역별 서울 210명(70.7%)과 경기 87명(29.3%), 연령별 40대 120명(40.4%)과 50대 177명(59.6%), 학력은 고졸이하 107명(36%)과 대졸이상 190명(64%), 결혼은 기혼 281명(94.6%)과 이혼/별거/사별 16명(5.4%), 월평균소득은 250만원 미만 58명(19.5%), 250-350만원 52명(17.5%)과 350

만원 이상 187명(63%), 직업은 전업주부 208명(70.0%)과 취업주부 89명(30.0%)으로 나타났다.

## 연구도구

### 주부생활스트레스 척도

이 척도는 주부생활스트레스를 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='자주 경험')로 평정하며, 점수범위는 0-82점으로 점수가 높을수록 주부생활스트레스가 높음을 의미한다. 본 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별로 남편과의 관계 .84, 자녀와의 관계 .84, 시댁과의 관계 .88, 친구와의 관계 .77, 경제문제 .82, 주거환경문제 .78, 건강문제 .85, 교통문제 .77, 가사노동문제 .90으로 나타났다.

### 사회적 지지 척도

이 척도는 중요한 지지자들인 시부모·배우자·자녀·친구 등의 사회적 지지를 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발한 총 25문항을 활용하였다. 척도내용을 각 학위영역별로 구체적으로 살펴보면, 정서적 지지는 인간의 기본적인 사회 정서적 욕구를 만족시켜 주는 지지로, 사랑·공감적 경청·신뢰·관심·격려·이해 등에 관한 7개 문항으로, 평가적 지지는 공정한 평가·인격적 존중·칭찬·소질 인정·가치 고양·의사존중 등에 관한 6문항으로, 정보적 지지는 문제해결·의사결정·적응·위기 등의 상황에서 제공되는 충고·조언·지도 등에 관한 6문항으로, 물질적 지지는 필요시에

제공되는 돈·물건·서비스·시간 등에 대한 6문항으로 이루어져 있으며, 각 문항별로 중요한 지지자들인 시부모·배우자·자녀·친구 등이 사회적 지지를 얼마나 제공하는지를 평가한다. 이 척도는 Likert식의 5점 척도(1='전혀 그렇지 않다'에서 5='매우 그렇다')로 평정하며, 점수범위는 각 하위척도별 최저 7점에서 최대 35점으로 점수가 높을수록 사회적 지지가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별 정서적 지지는 .97이었고, 평가적 지지는 .97, 정보적 지지는 .96, 물질적 지지는 .96이었다.

### 스트레스 대처척도

이 척도는 주부들의 생활스트레스에 대한 대처방식을 측정하기 위해 전경구와 김교현(2003)이 개발한 다차원적 대처척도를 활용하였다. 전경구와 김교현(2003)의 척도는 자기조절/문제해결, 종교적 지원추구, 수동적 수용/체념, 정서적 지원추구, 인내/고집, 정서적 표출, 자기비판/자책, 하향비교의 8개 하위요인 총 51문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 이 척도 중 전공 교수의 자문을 받아 자기조절/문제해결을 긍정적 대처(16문항)로, 수동적 수용, 자기비판/자책, 인내/고집을 부정적 대처(18문항)로 2개 하위 요인으로 추출하여 총 34문항을 사용하였다. 이 척도는 Likert식의 4점 척도(0='전혀 그렇지 않다'에서 3='매우 그렇다')로 평정하며, 점수범위는 각 하위척도별 최저 0점에서 최대 54점으로 점수가 높을수록 긍정적 스트레스 대처 또는 부정적 스트레스 대처를 많이 사용한다는 것을 의미한다. 본 연구에서 산출된 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 하위척도별 긍정적 대처 .91, 부정적 대처 .88이었다.

## 연구절차

본 연구에서는 연구문제를 규명하기 위해 자기 보고형 지필식 검사 도구를 사용하여 자료를 수집한 후 통계 분석을 시도하였다. 설문조사는 연구자 및 연구목적에 이해하고 연구보조 의사를 밝힌 해당지역에 거주하는 대학원 졸 이상의 상담관련 업무종사자가 연구대상자를 직접 대면하여 동의를 구한 후 자가 기록하게 하였다. 또한 응답 시 비밀보장과 응답의 진실성을 높이기 위해 응답자로 하여금 그 설문지를 봉하도록 하였다. 총 398부가 회수되었으며, 그 중 시부모 및 자녀가 없는 경우 및 문항에 대한 응답이 누락 되었거나 불성실한 응답자료 101부를 제외한 나머지 297부에 대한 극단치 검색결과 극단치가 나타나지 않아 297부 모두를 최종 분석 자료에 사용하였다.

## 자료분석

본 연구의 자료분석은 SPSS 12.0을 사용하였으며, 구조방정식 모델의 다집단 분석은 AMOS 4.0을 사용하였다. 구체적인 자료 분석 기법은 다음과 같다. 첫째, 중년기 여성의 주부생활 스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처방식 간의 상관관계의 유의도를 검증하기 위하여 측정변수 간 피어슨 적률상관계수를 산출하고 상관분석을 실시하였다. 둘째, 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과를 검증하기 위해 구조방정식 모델의 다집단 분석(multiple group analysis)을 실시하였다.

## 결 과

### 기술 통계치

중년기 여성의 주부생활스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처 하위요인별 기술 통계치 분석결과를 살펴보았다. 측정 변수의 기술 통계치 및 상관을 제시하면 표 1과 같다.

표 1에서 보는 바와 같이 중년기 여성의 주부생활 스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처 하위 변인들 간에 대부분 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 주부생활스트레스의 하위 변인들은 사회적 지지와 긍정적 스트레스 대처 변인들과는 부적 상관을 보였으며, 부정적 스트레스 대처와는 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 사회적 지지의 하위 변인들은 긍정적 스트레스 대처와는 정적상관을 보였으며, 부정적 스트레스 대처와는 부적 상관을 가지고 있는 것으로 나타났다. 또한 중년기 여성들은 가사노동문제 생활스트레스를 가장 많이 경험하고 있었으며, 평가적 사회적 지지를 가장 많이 받는 것으로 나타났다. 이외 스트레스 대처에 있어서는 긍정적 대처방식을 가장 많이 사용하는 것으로 나타났다.

### 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지의 조절효과 검증

#### 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지 전체의 조절효과

첫째, 표 2에서와 같이 사회적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = .783, p < .001$ ), 사회

표 1. 측정 변수의 기술 통계치 및 상관(N = 297)

변인	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15
X1	-														
X2	.495***	-													
X3	.404***	.371***	-												
X4	.454***	.436***	.446***	-											
X5	.485***	.525***	.294***	.432***	-										
X6	.483***	.393***	.391***	.397***	.415***	-									
X7	.493***	.442***	.285***	.367***	.438***	.579***	-								
X8	.339***	.351***	.252***	.378***	.370***	.553***	.480***	-							
X9	.543***	.580***	.379***	.445***	.522***	.546***	.563***	.568***	-						
X10	-.363***	-.227***	-.192**	-.171**	-.229***	-.305***	-.205***	-.134*	-.323***	-					
X11	-.320***	-.209***	-.199**	-.161**	-.201**	-.274***	-.224***	-.101	-.272***	.885***	-				
X12	-.358***	-.211***	-.243***	-.151**	-.209***	-.293***	-.208***	-.125*	-.305***	.828***	.893**	-			
X13	-.402***	-.228***	-.266***	-.222***	-.228***	-.320***	-.240***	-.161**	-.332***	.787***	.832**	.890***	-		
X14	-.144*	-.169*	-.122*	-.120*	-.157*	-.146*	-.170*	-.154	-.112	.129*	.129*	.125*	.198*	-	
X15	.196*	.176*	.185*	.171*	.122*	.133*	.138*	.147*	.147*	-.122	-.122*	-.121*	-.148*	-.528***	-
M	.25	.29	.26	.16	.38	.31	.31	.28	.51	3.55	3.63	3.53	3.54	1.83	1.27
SD	.34	.34	.41	.28	.43	.33	.38	.36	.51	.77	.78	.75	.76	.51	.48

주 1. \* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

주 2. X1 남편과의 관계 X2 자녀와의 관계 X3 시댁과의 관계 X4 친구와의 관계 X5 경제문제  
 X6 주거환경문제 X7 건강문제 X8 교통문제 X9 가사노동문제 X10 정서적지지  
 X11 평가적지지 X12 정보적지지 X13 물질적지지 X14 긍정적 대처 X15 부정적 대처

표 2. 주부생활스트레스와 스트레스 대처의 관계에서 사회적 지지 전체의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	.282	.023	.783	12.086***
하집단	.184	.022	.604	8.210***
차이				3.436*

주. \* $p < .05$ . \*\*\* $p < .001$

적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다 ( $\beta = .604, p < .001$ ). 사회적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결

과 집단 간 차이 값 3.436이 1.96보다 크게 나타나 유의하였다. 즉 사회적 지지수준에 따라 주부생활스트레스에서 스트레스 대처로 가는 경로가 차이가 있음이 검증되었다.

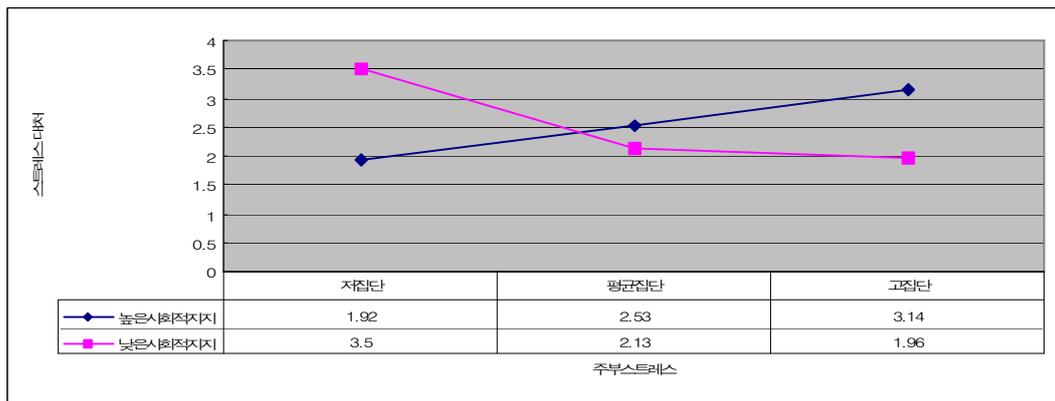


그림 1. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지 전체의 상호작용

사회적 지지 전체 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 사회적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 사회적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 1에서와 같이 사회적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 사회적 지지가 낮은 중년기 여성이 사회적 지지가 높은 중년기 여성보다 스트레스 대처의 수준이 더 낮기 때문에 사회적 지지 전체가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절효과가 있음이 입증되었다. 따라서 가설 1은 지지되었다.

### 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 정서적 지지의 조절효과

첫째, 표 3에서와 같이 정서적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = -.303, p < .05$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처 관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = -.145, p < .05$ ). 정서적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.907이 1.96보다 크게 나타나 유의하였다. 즉 정서적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 긍정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

정서적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집

표 3. 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처의 관계에서 정서적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	-.013	.047	-.303	-2.912*
하집단	-.008	.017	-.145	-1.943
차이				2.907*

\* $p < .05$ .

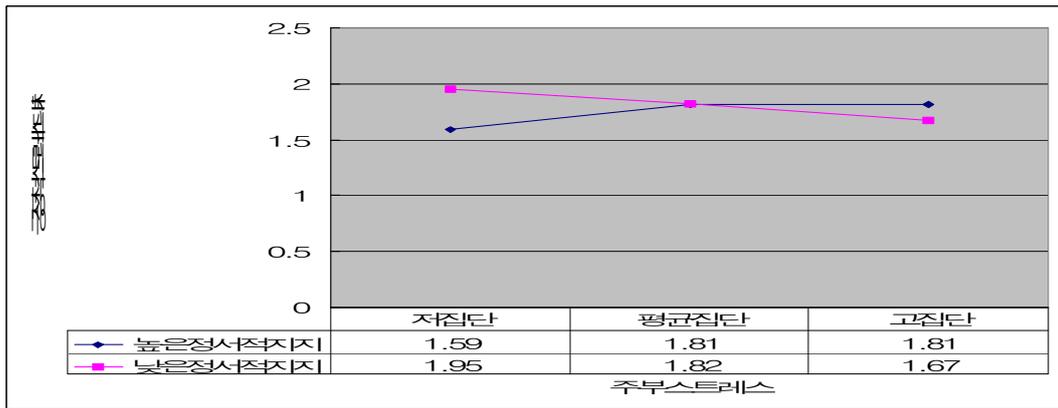


그림 2. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 정서적 지지의 상호작용(긍정적 스트레스 대처)

단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 정서적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 정서적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 2에서와 같이 정서적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 정서적 지지가 낮은 중년기 여성이 정서적 지지가 높은 중년기 여성보다 긍정적 스트레스 대처의 수준이 더 낮기 때문에 정서적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절효과가 있음이 입증되었다. 따라서 가설 2는 지지되었다.

둘째, 표 4에서 같이 정서적 지지가 높은

집단은 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = .148, p < .05$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = .184, p < .05$ ). 정서적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.009가 1.96보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 정서적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 부정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

정서적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 정서적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 정서적 지지

표 4. 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처의 관계에서 정서적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	.292	.206	.148	1.964*
하집단	.164	.094	.184	1.739
차이				2.009*

\* $p < .05$ .

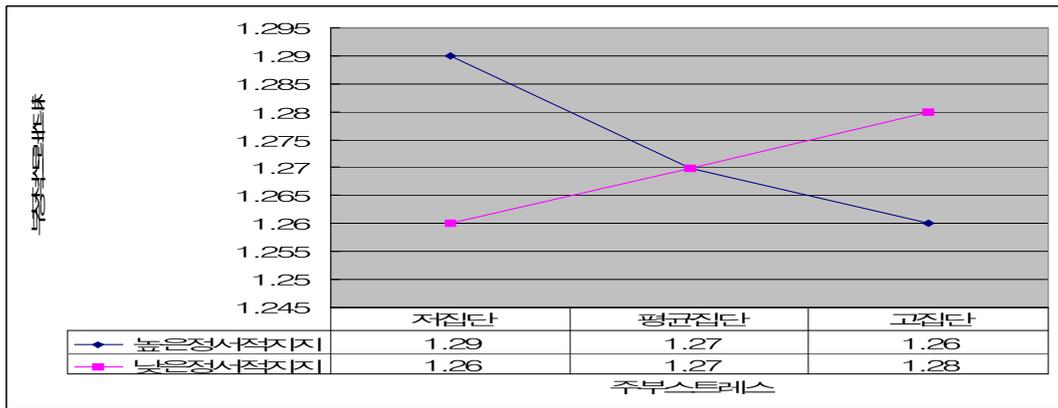


그림 3. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 정서적 지지의 상호작용(부정적 스트레스 대처)

집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 3에서와 같이 정서적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 부정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 정서적 지지가 낮은 중년기 여성이 정서적 지지가 높은 중년기 여성보다 부정적 스트레스 대처의 수준이 더 높기 때문에 정서적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절효과가 있음이 입증되었다. 따라서 가설 3은 지지되었다.

**주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 평가적 지지의 조절효과**

첫째, 표 5에서와 같이 평가적 지지가 높은

집단은 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = -.171, p < .05$ ), 평가적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = -.013, p < .05$ ). 평가적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 1.965가 1.96보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 평가적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 긍정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

평가적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 평가적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 평가적 지지

표 5. 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처의 관계에서 평가적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	-.061	.033	-.171	-1.837
하집단	-.002	.017	-.013	-1.441
차이				1.965*

\* $p < .05$ .

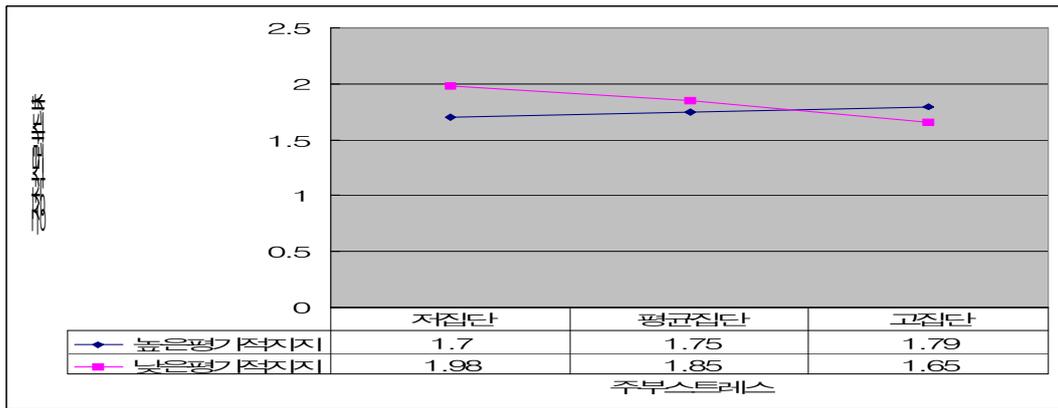


그림 4. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 평가적 지지의 상호작용(긍정적 스트레스 대처)

표 6. 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처의 관계에서 평가적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	.016	.158	.151	1.301
하집단	.092	.097	.197	1.153
차이				.410

집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 4에서와 같이 평가적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 평가적 지지가 낮은 중년기 여성이 평가적 지지가 높은 중년기 여성보다 긍정적 스트레스 대처의 수준이 더 낮기 때문에 평가적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절역할을 하는 변인으로 입증되었다. 따라서 가설 4는 지지되었다.

둘째, 표 6에서와 같이 평가적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = .151, p < .05$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으

로 나타났다( $\beta = .197, p < .05$ ). 평가적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 .410으로 1.96보다 작게 나타나 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉 평가적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 부정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 없음이 검증되었다. 따라서 가설 5는 기각되었다.

#### 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 정보적 지지의 조절효과

첫째, 표 7에서와 같이 정보적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = -.183, p < .05$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으

표 7. 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처의 관계에서 정보적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	-.183	.052	-.297	-3.519*
하집단	-.141	.058	-.254	-2.431*
차이				2.999*

\* $p < .05$ .

로 나타났다( $\beta = -.141, p < .05$ ). 정보적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.999가 1.96보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 정보적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 긍정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

정보적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 정보적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 정보적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 5에서와 같이 정보적 지지 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처방식이 다

르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 정보적 지지가 낮은 중년기 여성이 정보적 지지가 높은 중년기 여성보다 긍정적 스트레스 대처의 수준이 더 낮기 때문에 정보적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절역할을 하는 변인으로 입증되었다. 따라서 가설 6은 지지되었다.

둘째, 표 8에서와 같이 정보적 지지가 높은 집단의 경우 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = .298, p < .001$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = .243, p < .001$ ). 정보적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.011로

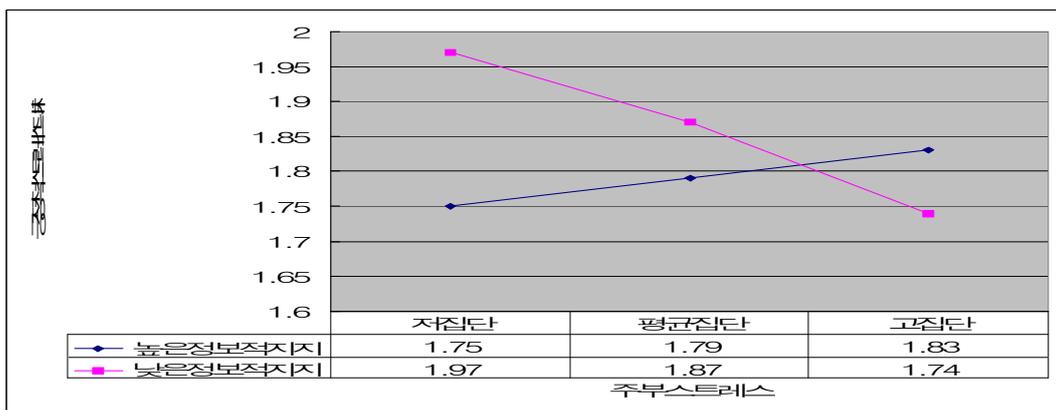


그림 5. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 정보적 지지의 상호작용(긍정적 스트레스 대처)

표 8. 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처의 관계에서 정보적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	.186	.057	.298	3.263*
하집단	.146	.058	.243	2.517*
차이				2.011*

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

1.96보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 정보적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 부정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

정보적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 정보적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 정보적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 6에서와 같이, 정보적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 부정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 정보적지지가 낮은 중년기 여성이 정보적 지지가 높은 중년기 여성보다 부정

적 스트레스 대처의 수준이 더 높기 때문에 정보적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절효과가 있음이 입증되었다. 따라서 가설 7은 지지되었다.

**주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에서 물질적 지지의 조절효과**

첫째, 표 9에서와 같이 물질적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = -.264, p < .05$ ), 물질적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = -.173, p < .05$ ). 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.390으로 1.96

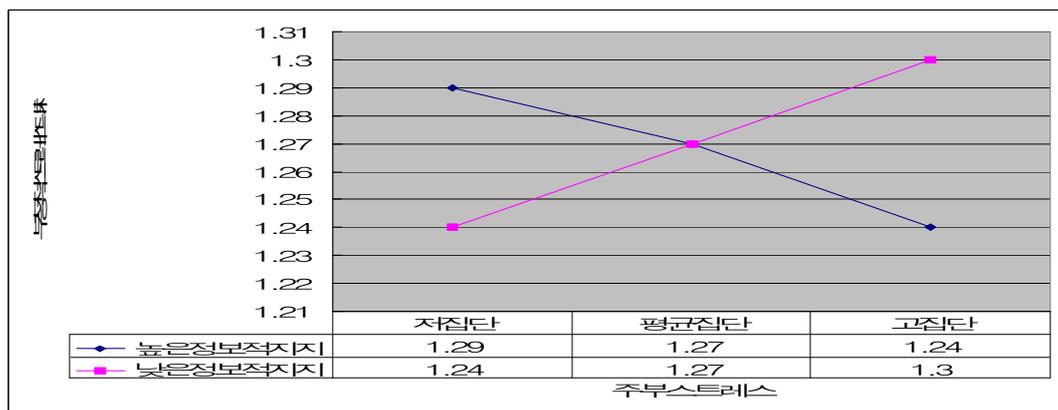


그림 6. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 정보적 지지의 상호작용(부정적 스트레스 대처)

표 9. 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처의 관계에서 물질적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	-.124	.048	-.264	-2.569*
하집단	-.113	.039	-.173	-2.897*
차이				2.390*

\* $p < .05$ .

보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 물질적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 긍정적 스트레스 대처로 가는 경로에 차이가 있음이 검증되었다.

물질적 지지 점수별로 주부생활스트레스 저 집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 물질적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 물질적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 대처수준을 살펴본 결과, 그림 7에서와 같이, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 물질적 지지가 낮은 중년기 여성이 물질적 지지가 높은 중년기 여성보다

긍정적 스트레스 대처의 수준이 더 낮기 때문에 물질적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절역할을 하는 변인으로 입증되었다. 따라서 가설 8은 지지되었다.

둘째, 표 10에서와 같이 물질적 지지가 높은 집단은 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처관계가 유의하였으며( $\beta = .245, p < .05$ ), 정서적 지지가 낮은 집단도 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처관계가 유의한 것으로 나타났다( $\beta = .213, p < .05$ ). 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단의 표준화계수 유의성 검증결과 집단 간 차이 값 2.615가 1.96보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 물질적 지지 수준에 따라 주부생활스트레스에서 부정적 스트레스 대처로 가는 경

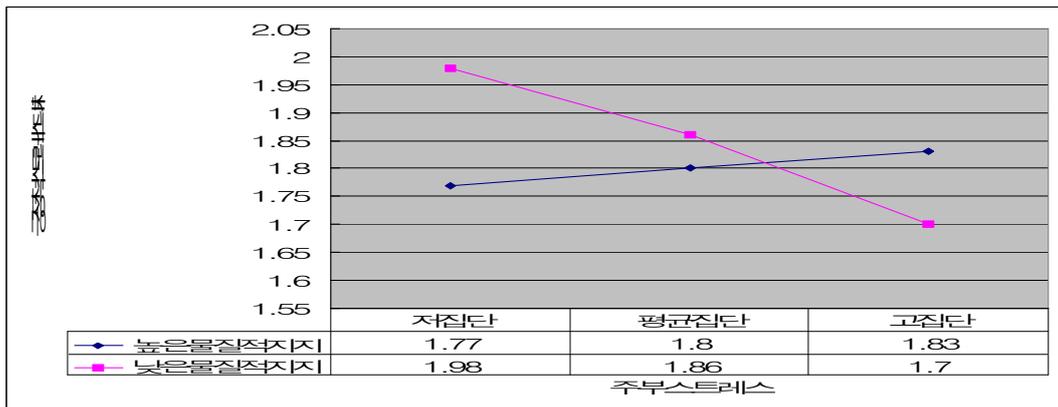


그림 7. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 물질적 지지의 상호작용(긍정적 스트레스 대처)

표 10. 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처의 관계에서 물질적 지지의 조절효과 다집단 분석결과

	비표준화 계수	표준 오차	표준화 계수	CR
상집단	.142	.051	.245	2.784*
하집단	.126	.037	.213	3.405*
차이				2.615*

\* $p < .05$ .

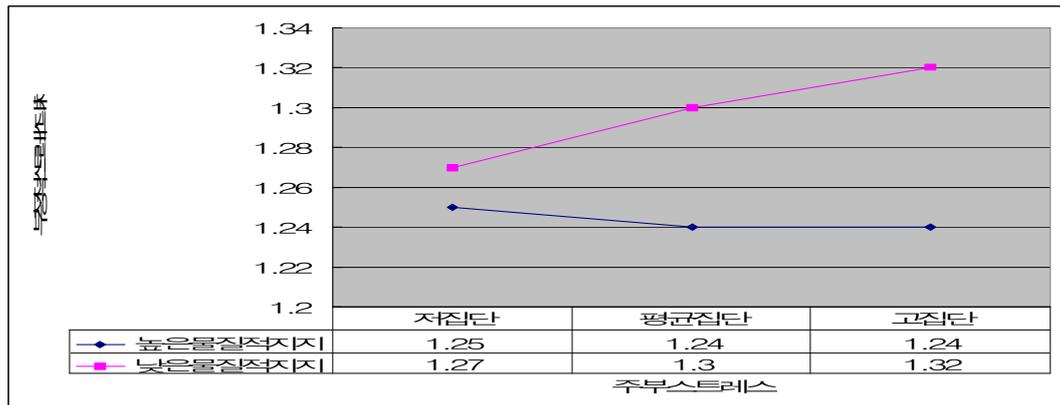


그림 8. 중년기 여성의 주부생활스트레스와 물질적 지지의 상호작용(부정적 스트레스 대처)

로에 차이가 있음이 검증되었다.

물질적 지지 점수별 주부생활스트레스 저집단(M-1SD), 평균집단, 고집단(평균+1SD)의 세 집단으로 나누고, 물질적 지지 점수를 중앙값을 기준으로 낮은 집단과 높은 물질적 지지 집단으로 나누어 회귀선을 구하여 스트레스 대처수준을 살펴본 결과, 그림 8에서와 같이, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 부정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 즉 주부생활스트레스가 높은 상황에서 물질적지지가 낮은 중년기 여성이 물질적 지지가 높은 중년기 여성보다 부정적 스트레스 대처의 수준이 더 높기 때문에 물질적 지지가 주부생활스트레스가 높은 상황에서 조절효과가 있음이 입증되었다.

따라서 가설 9는 지지되었다.

## 논 의

본 연구는 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처방식의 관계에 있어서 사회적 지지의 조절효과를 규명하기 위하여 수행되었다. 본 연구결과에 대한 논의와 결론을 살펴보면 다음과 같다.

중년기 여성의 주부생활스트레스, 사회적 지지, 스트레스 대처 하위 요인들 간에 유의미한 상관성이 있는 것으로 나타나 40-50대 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처 간의 상관정도뿐만 아니라 심리사회적 요

인인 사회적 지지와의 상관도 매우 높은 것으로 밝혀졌다. 이에 중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처 간의 관련정도를 단순히 파악하는 것 보다는 사회적 지지와의 관계를 파악할 필요가 있다는 점을 시사하고 있다. 또한 중년기 여성들은 가사노동문제 스트레스를 가장 많이 경험하는 등 당면과제에서 유발되는 생활스트레스가 높게 나타났다. 이는 선행 연구에서 생활스트레스 요인을 한국 주부들이 다양하게 경험한다는 것과 일치하였다(김경아, 이정우, 1990; 김경신, 김오남, 1997; 김미현, 류점숙, 신효식, 1993; 박혜경, 2000; 이승영, 1996; 전경구, 1998; 전경구, 김교현, 2003). 특히 다양한 스트레스 요인 중 ‘가사노동문제’와 관련된 스트레스 변인을 한국주부들이 가장 빈번하게 경험하며, ‘친구관계’와 관련된 스트레스 변인이 가장 드물게 경험하고 있는 연구결과와 일치하였다(전경구, 김교현, 2003). 이와 중년기 여성들은 평가적 사회적 지지를 가장 많이 받고 있는 것으로 나타나 공정한 평가나 인격적 존중, 의사 존중 등을 주위 사람들로 부터 더 많이 받고 있었다. 이는 사회적 지지와 관련하여 평가적 지지보다 물질적 지지를 가장 많이 받았다는 연구결과와는 일치하지 않았다(최애선, 2002). 또한 스트레스 대처방식으로서는 긍정적 스트레스 대처를 가장 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이는 선행연구에서 한국주부들이 학력과 소득수준이 높을수록 긍정적 대처방식인 자기조절/문제해결 대처를 더 많이 사용한다는 연구결과와 일치하였다(전경구와 김교현, 2003). 반면 여성들이 정서 중심적 대처방법 만을 더 많이 사용한다는 연구결과와는 일치하지 않았다(전영자, 김세진, 1999; 전경구, 김교현, 1993; Billings & Moose, 1981). 이와 같은 연구결과

본 연구대상자의 경우 대졸이상이 64%, 월 소득이 350만원 이상인 경우가 63%로 학력과 소득수준이 높은 중년여성일수록 자신을 잘 통제하며, 문제를 적극적으로 해결하는 등 삶의 자세가 보다 긍정적임을 잘 반영한 것으로 사료된다.

중년기 여성의 주부생활스트레스와 스트레스 대처와의 관계에서 사회적 지지의 조절효과와 검증결과 사회적 지지가 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 중년기 여성은 사회적 지지 하위요인 모두에서 즉, 정서적 지지, 평가적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 긍정적 스트레스 대처 방식이 다르게 나타났다. 이는 주부생활스트레스와 긍정적 스트레스 대처방식의 관계에서 사회적 지지가 조절역할을 하고 있는 것을 의미한다. 또한 정서적 지지, 정보적 지지, 물질적 지지가 높은 집단과 낮은 집단은 주부생활스트레스 수준에 따라 부정적 스트레스 대처방식이 다르게 나타났다. 이는 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 대체로 사회적 지지가 조절역할을 하고 있는 것을 의미한다. 이와 같은 연구결과는 여성의 경우 가족, 친구, 이웃, 동료 등이 제공하는 사회적 지지가 스트레스 사건으로 인한 개인의 정서적 위기, 부적응 행동 등 부정적 영향을 완화시켜 주고 적응적 대처 행동을 증진시킬 수 있는 조절효과가 있다고 한 연구결과와 유사하다(김미례, 2006; Sarason, Pierce & Sarason, 1990). 그러나 주부생활스트레스와 부정적 스트레스 대처방식의 관계에서 평가적 지지의 조절효과는 나타나지 않았다. 이는 연구대상자 중 50세 이상이 약 60%로서 대체로 이 시기가 생활사건의 다양한 변화를

예측할 수 있는 비교적 안정된 시기일 뿐만 아니라 자아 통합의 단계로 들어서는 시기에 해당하므로 타인의 공정한 평가·인격적 존중·칭찬·소질 인정 등과 관련한 평가적 지지에 의해서 대처양상이 다르게 나타나지는 않는 것으로 사료된다.

따라서 본 연구의 결론은 첫째, 지금까지 우리나라 기혼 여성과 관련한 스트레스와 적응에 관한 주제들은 많이 이루어져 왔으나 생애주기 과정에서 가족의 건강과 안녕의 중심에 있는 40대와 50대의 중년기 여성의 삶의 질 향상에 초점을 맞추어 주부생활스트레스와 스트레스 대처에 있어서 사회적 지지의 역할을 주제로 다룬 연구가 거의 없었기에 그 의의가 더 크다고 본다. 둘째, 중년기 여성의 인지적 특성이 남성보다 타인지향적인 경향이 있다는 점을 사회적 지지변인의 조절효과를 통해 이해할 수 있었다는 점이다. 특히 중년기 여성의 경우 사회적 지지가 높은 집단과 낮은 집단에 따라 주부생활스트레스 수준에 따른 스트레스 대처 양상이 다르게 나타났다는 점에 큰 의의가 있다. 그러므로 중년기 여성 내담자를 상담하는 경우 시부모, 남편, 자녀, 친구, 동료/이웃으로부터의 지지 정도를 파악하고 이들에 대한 지지체계가 보다 더 강하게 구축되도록 노력 할 필요가 있다고 본다. 셋째, 실제 가족이나 부부상담 장면에서 스트레스가 높은 여성의 경우 상호간 사회적 지지의 필요성을 강조해줄 수 있을 것으로 본다. 또한 사회적 지지와 부정적 스트레스 대처 간에는 부적상관을 보이기에 중년기 여성들의 사회적지지 수준 및 수동적 수용, 자기비판 등 부정적인 대처를 많이 사용한 예나 자기조절/문제해결의 긍정적 대처를 덜 사용한 예들을 함께 탐색할 수 있는 내용이 포함

된 스트레스 대처 프로그램 개발의 기초적인 자료로 활용될 수 있을 것으로 사료된다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 제언은 첫째, 연구 대상자 중 특정지역의 고소득과 고학력 중년기 여성의 비율이 63% 이상이기에 다른 연령 및 사회적 배경을 가진 일반인이나 임상 집단에 일반화할 수 있는데 어려움이 있으므로 추후연구는 다양한 지역을 대상으로 이 연구결과를 반복검증해 볼 필요가 있을 것이다. 둘째, 스트레스와 스트레스 대처방식 간에 영향을 미칠 수 있는 다양한 변인들을 포함시키지 않았기에 추후연구는 성격특성이나 기대, 사회적 비교 등 여러 관련 요인들을 포함하여 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 조절효과를 관찰하기 위해 구조방정식 모형인 다집단 분석을 횡단적 자료에 근거하여 실시하였으나 추후 연구에서는 실험적 방법이나 실제상황에서의 단기 종단적인 연구를 수행할 필요가 있다고 본다. 넷째, 연구방법에 있어서 자기보고식 질문지 조사방법을 사용하였기에 반응의 신뢰성 문제가 해결되지 않았다는 점이다. 다섯째, 여성의 직업유무에 따른 주부생활스트레스 문제의 규명이 함께 이루어 지지 않았기에 추후 연구에서는 직업유무별로 스트레스 수준의 차이가 대처 및 사회적 지지의 역할에 미치는 영향에 대해서도 연구를 수행할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 고은숙 (1992). 취업주부의 스트레스, 내외통제성 및 관련 변인 고찰. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 권경희 (1985). 한국도시주부의 심리적 디스트레

- 스에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경신·김오남 (1997). 편모가족의 가족 지원, 대처와 스트레스. 대한가정학회지, 35, 211-228.
- 김경아·이정우 (1990). 기혼여성이 지각한 가정생활상의 스트레스 수준 및 관련변인 고찰. 한국가정관리학회지, 8, 101-117.
- 김명자 (1988). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구-서울시 남성과 여성을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김미례 (2006). 기혼 여성의 생활스트레스와 우울의 관계: 자아 존중감과 사회적 지지의 매개효과 및 조절효과. 전남대학교 박사학위논문.
- 김미현·류점숙·신효식 (1993). 주부의 가정생활상의 Stress와 심리적 손상에 관한 연구. 대한가정학회지, 31, 112-126.
- 김미희 (1994). 중년여성의 강인성, 스트레스와 사회적 지지와의 관계. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 김삼진 (1999). 성인여성의 생활무용참가와 사회연결망 및 사회적 지지와의 관계. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정선·신경림 (2004). 성인여성의 우울과 스트레스, 사회적 지지에 관한 연구. 대한간호학회지, 34(2), 352-361.
- 김정옥·박순희 (1990). 가족 스트레스 관리에 관한 연구. 대한가정학회지, 28, 127-145.
- 김정호 (2000). 스트레스의 원인으로 작용하는 동기 및 인지. 덕성여자대학교 학생생활연구소, 16, 1(26).
- 박지민 (2000). 지각된 사회적 지지와 스트레스 및 감성지능의 관계. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 박혜경 (2000). 전업주부와 취업주부의 정서적 스트레스, 대처방식, 및 신체병리의 차이 비교. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 윤상희 (1995). 맞벌이 부부의 스트레스 인지와 대처방식, 디스트레스. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이소은 (1990). 스트레스 상황에 대한 아동 및 청소년의 대처방식. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이숙 (1986). 정신질환자, 비정신질환자의 사회적 지지 비교연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이숙자 (2005). 발달장애아동 어머니의 양육 스트레스와 심리적 안녕감간의 관계: 적극적인 대처방식과 사회적 지지의 매개효과 검증. 전남대학교대학원 박사학위 논문.
- 이승영 (1996). 도시 주부의 생활 스트레스와 대처유형에 관한 연구. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위 논문.
- 이주희·이은희 (2000). 맞벌이 부부의 직장, 가정의 역할갈등과 우울과의 관계에 대한 대처방식의 조절효과. 한국심리학회지:건강, 5(2), 287-303.
- 전경구 (1998). 주부들이 경험하는 생활 스트레스와 대처 연구. 재활과학 연구, 14(1), 39-59. 대구대학교.
- 전경구·김교헌 (1993). 주부생활스트레스와 대처척도의 개발연구 I, 한국 심리학회지: 임상, 12, 197-217.
- 전경구·김교헌 (2003). 한국 주부의 생활 스트레스와 대처 양상. 한국심리학회지: 건

- 강, 8(1), 1-39.
- 전영자 · 김세진 (1999). 대학생의 스트레스와 대처방식에 관한 연구. *인제대학교 학생 생활연구소*, 3, 157-178.
- 최애선 (2002). 중년여성의 스트레스와 사회적 지지의 관계 연구. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 황성훈 · 유의정 · 한오수 (1998). IMF에 관련된 경제적 스트레스가 정신건강에 미치는 영향. *한국심리학회 연차대회*, 161-172.
- Billings, A. G., & Moose, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 139-157.
- Broadhead, W. E., Kaplan, B. H., James, S. A., Wagner, E. H., Schoenbach, V. J., Grimson, R., Heyden, S., Tibblin, G., & Gehlbach, S. H. (1983). The epidemiologic evidence for a relationship between social support and health. *American Journal of Epidemiology*, 117, 521-537.
- Brown, G. W., Andrew, B., Harris, T., Adler, Z., & Bridger, L. (1986). Social support, Self-esteem, and depression. *Psychological Medicine*, 16, 813-831.
- Cassel, J. (1996). The contribution of the social environment to host resistance. *Am. J. Epidemiology*, 104(2), 107-123.
- Cho, E. H., Chun, J. H., & Lee, S. W. (2000). A Model for the Factors Affecting Depression in the Elderly with Chronic Disease. *The Gerontological Disease*, 4(3), 148-163.
- Cobb, S. (1976). Social support as a mediator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Cohen, S., & Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports of buffer of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Social support and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98, 310-357.
- Compas, B. E., Malcarne, V. L., & Fondacaro, K. M. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 405-411.
- Cutrona, C. E. (1984). Social support among elderly in two community programs. *Journal of Gerontological Nursing*, 21(2), 31-38.
- 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.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 229-244.
- House, J. S. (1981). Work stress and social support. *Massachusetts: Addison-Wesley*, P27.
- 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.
- Korea Women's Associations United(KWAU) (2001). *For Womens Health*, KWAU.
- Laura, M., Glynn M., Nicholas, C., & William, G.

- (1999). Gender, Social Support, and Cardiovascular Responses to Stress. *Psychosomatic Medicine*, 61(2), 234-242.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The Structure of Coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19(3), 2-21.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). *Social Support: An international view*, New York: Willy.
- 1 차원고접수 : 2008. 9. 13.  
심사통과접수 : 2008. 11. 14.  
최종원고접수 : 2008. 11. 30.

## **The Relationship Between Housewives' Life Stress and Coping Style of Middle-Aged Women: The Moderating Effects of Social Support**

**Myung-ja Oh**

**Byung-uk Kim**

**Mi-rye Kim**

Chonnam National University

The purpose of this study was to test the moderating effects of social support in the relationship between housewives' life stress and coping style of middle-aged women. In this study, prediction variable was housewives' life stress, moderator variable was social support, and outcome variable was coping style. The subject were 297 women (aged 40-59) from Seoul, Gyeonggi province. The data was analyzed by correlation analysis in order to find out the correlation coefficient of those variables among housewives' life stress, social support & coping style, and Multiple group analysis were done in order to investigate moderating effects of social support. The results of this study are as follows: First, it was proved that the correlation coefficient of those variables among housewives' life stress, social support & coping style were statistically significant. Second, it was proved that social support exerted as moderating variable in the relationship between housewives' life stress and coping style of middle-aged women. That is, those in high social support(emotional, evaluative, informational and material support), high housewives' life stress group showed high positive coping style. And those in low social support(emotional, informational and material support), high housewives' life stress group showed high negative coping style. Therefore, in order to help housewives' life stress of middle-aged women, various counseling strategies are required in terms of improving their social supports.

*Key words : middle-aged, stress, social support, coping style, moderating effect*