

50대 여성 그들은 스트레스로부터 자유로운가? - 폐경유무에 따른 비교를 중심으로 -*

김미령**

초 록

본 연구는 인생의 발달단계에 여러 가지 변화를 경험하는 50대 여성들의 생애사건이 그들의 스트레스에 어떠한 영향을 주는가를 살펴본 것이다. 연구대상은 여성가족패널 4차 자료(2012) 수집시기에 만50~59세로 폐경을 경험한 여성 728명, 5차까지 폐경을 경험하지 않은 여성 194명으로 모두 922명이다. 본 연구는 여성가족패널 5차 자료(2014)와의 종단적 연구로 두 시기의 스트레스에 영향을 미치는 요소들을 파악하였다. 본 연구에서는 Pearlin et al.(1981)의 스트레스모형을 사용하였으며 대처자원으로는 배우자와의 관계와 배우자와의 활동의 부부변인을 사용하였다. 50대의 폐경경험 유무에 따른 변인들의 차이파악을 위하여 두 집단의 차이검증을 하였다. 폐경경험은 50대 여성의 스트레스에 영향을 미치는데 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 스트레스원의 스트레스에의 영향파악을 위하여 위계적 회귀분석을 분리하여 실시하였다. 본 연구결과에 의하면 폐경을 경험한 여성의 우울이 높을수록 스트레스는 높았으며 폐경을 경험하지 않은 여성의 경우 건강은 스트레스를 낮추는데 유의한 영향을 미쳤다. 대처자원의 경우도 배우자와의 관계는 50대 여성 모두의 스트레스를 낮추는데 유의한 영향을 미쳤다.

주제어 : 50대 여성, 폐경경험, 갱년기 부부관계, 스트레스

I. 서 론

50대는 장년기로 OECD국가에서 은퇴연령이 가장 낮은 한국의 경우 이미 은퇴를 시작하였고 여성들의 경우 폐경을 겪으며 갱년기 증상을 경험하게

* 이 논문은 2015년 한국여성정책연구원 패널조사 학술심포지움 발표 논문을 수정보완한 것임

** 대구대학교 지역사회개발·복지학과 교수 ; 고령사회연구소장

된다. 또한 주로 자녀를 출가시키고 빈둥지를 경험하는 시기이기도 하다.

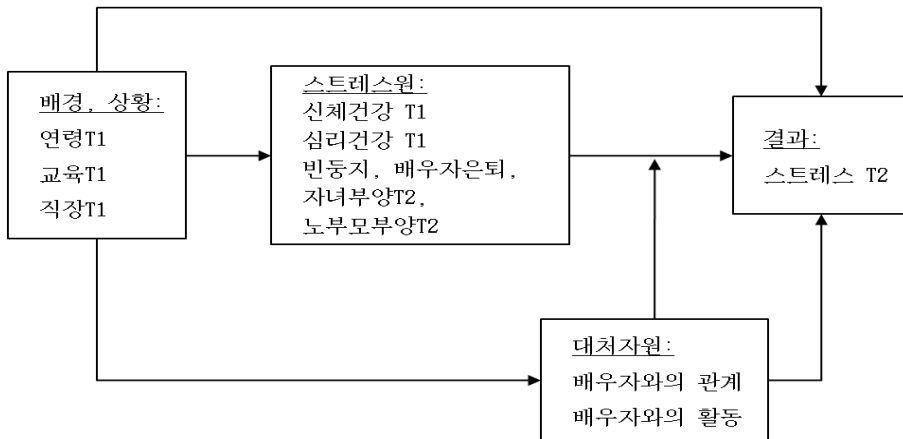
이처럼 50대는 인생의 중반을 넘어 신체적 변화, 사회, 심리적 변화를 경험하게 되는 시기다. 그러면 한국의 50대 여성들은 이러한 변화를 어떻게 잘 수용하고 있는가? 이러한 변화로 인하여 스트레스를 경험하는가? 여성들은 갱년기 이후 건강에 취약하며 남성들에 비해 경제적으로 열악한 상황이다. 그러므로 곧 노년기에 접어들 50대 여성들이 생애사건이나 생애사건의 변화로 인해 스트레스를 겪고 있는지, 자녀의 출가로 인하여 가족 간의 관계도 변화하는 상황에서 배우자와의 관계는 이들의 스트레스를 낮추는 역할을 하는지를 살펴보고자 한다. 또한 같은 50대 여성일지라도 50대 여성들에게 중요한 생애사건이라고 할 수 있는 폐경을 경험한 여성과 폐경을 경험하지 않은 여성들 간에는 신체적인 변화, 이로 인한 심리적인 변화가 다를 것이므로 두 집단 간의 차이 및 스트레스에 영향을 미치는 요인들을 파악하고자 한다. 본 연구에서는 여성가족패널의 4차(2012년)와 5차(2014년)의 종단적 자료를 활용하여 50대 여성들이 겪는 신체, 심리, 사회적인 특성을 비교하고 이러한 특성들이 그들의 스트레스에 얼마나 영향을 미치는지, 대처자원은 스트레스에 부적 영향을 미치는지를 살펴보고자 한다.

고령화시대, 인간수명 100세 시대에 성공적인 노년기를 위한 노후준비는 중요하며 이러한 노후준비는 빨리 시작할수록 좋을 것이다. 기대수명의 차이로 남성보다 긴 노년기를 보내야 하는 여성들은 갱년기 이후 건강문제나 경제문제로 남성노인들보다 더 어려움을 겪는다. 그러므로 노년기를 준비하는 50대 여성들의 스트레스에 영향을 미치는 요소를 파악하며 이를 해결하는 것은 이들의 노후준비를 위해서도 필요할 것이다. 중·장년기는 노년기를 준비하는 기간이므로 스트레스의 원인이 되는 요소들을 해소할 기회가 많다고 할 수 있다. 특히 요즘과 같이 긴 노년기를 보내는 장년층들의 스트레스 요인을 파악하고 이러한 스트레스를 완화해줄 요소를 활용하는 것은 이들의 성공적인 노년기를 위해서도 중요하다고 할 수 있다.

2015년 6월말을 기점으로 여성인구가 남성인구를 추월하여 여초시대가 개막되었다(행정자치부, 2015). 여성인구가 증가한 것은 사회에서의 여권이 많이 신장되어 남아선호사상이 퇴색된 것도 있겠지만 남녀 평균수명의

차이로 인해 노년기여성의 숫자가 증가한 것도 한 원인일 수 있다. 곧 노년기에 접어들게 될 이들이 성공적으로 노년기를 보내는 것은 중요하다. 그러나 기대수명이 증가하여 50대 여성은 20-30년의 노후를 보내야 함에도 불구하고 노후준비가 제대로 되어있지 않다. 이들이 스트레스를 받지 않고 행복한 50대를 보낸다면 이들은 노년기의 여러 가지 변화에 더 잘 적응 할 것이다. 본 연구의 연구문제는 이러한 시각에 입각하여 첫째, 50대 여성 중 폐경경험 유무에 따른 인구학적인 특성 및 생애사건, 생애사건의 변화, 부부관계에는 차이가 있는가? 둘째, 50대 여성 중 폐경경험 여성과 폐경 미경험 여성을 두 집단으로 구분하여 50대 인생의 전환기에 일어날 수 있는 여러 가지 생애사건 및 생애사건의 변화가 이들의 스트레스에 어떠한 영향을 미치는가? 셋째, 중요한 사회적 지지자원이라 할 수 있는 배우자와의 관계로 부부관계, 부부활동은 이들의 스트레스를 낮추는가?를 살펴보고려 한다.

본 연구의 연구모형은 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연구모형

Ⅱ. 선행연구 및 이론적 배경

1. 스트레스 이론

스트레스 이론은 라자루스(Lazarus, 1966), 폴크만(Folkman, 1984)과 펄린(Pearlin et al., 1981) 등으로 대표된다. 본 연구에서는 펄린외의 사회적인 측면의 스트레스 이론에 근거하여 50대 여성들의 스트레스에 영향을 미치는 요인들을 파악하고자 한다. 펄린외(1981)에 의하면 개인의 인구사회적인 특성들은 스트레스의 원인, 스트레스의 대처자원 등에 영향을 미친다. 개인의 성별, 교육수준, 경제적인 상황 등은 스트레스에 영향을 미칠 것이다. 또한 개인의 스트레스의 원인은 신체적인 건강문제, 경제적인 어려움 및 역할긴장이나 생애사건 등을 포함하고 있으며 개인의 스트레스원인에 대한 반응을 스트레스라고 부른다(김미령, 2002).

50대 여성의 갱년기 이후 신체건강의 변화는 그들에게는 그동안 겪어보지 못했던 생애사건이라고도 할 수 있을 것이다(Dare, 2010). 또한 자녀를 출가시키고 빈둥지를 경험하기도 하고 남편의 은퇴로 인하여 부부가 같이 많은 시간을 보내야 하는 것, 노후준비로 인한 스트레스, 혹은 어머니로서의 역할보다는 아내로서의 역할에 좀 더 관심을 보이게 되는 역할변화의 시기라고도 할 수 있다(김애순, 2006). 이러한 역할변화는 역할긴장을 가져오며 새로운 역할에의 적응을 요구하므로 역할에 적응하기 위해 스트레스를 받을 것이다(Pearlin et al., 1981). 이 시기에 성인자녀의 양육, 부모를 부양해야하는 경제적인 부담이나 부양부담, 사회적인 변화와 이로 인한 심리적인 변화도 이들의 스트레스에 영향을 미칠 것이다. 이때 대처자원이 풍부하다면 스트레스를 낮추는 효과가 있을 것이다.

2. 중년의 전환기

중년의 전환기는 개인 차이는 있으나 중년의 위기로 불리기도 한다. 레빈슨은 성인발달에 개인과 사회에 초점을 맞추며 생활구조를 중요시 한다.

레빈슨은 중년기를 40세부터 65세로 범위를 넓게 보며 40대에 인생의 중간에 있으며 과거의 삶을 돌아보고 미래를 바라보는 경험을 한다고 한다(Levinson et al., 1978). 중년기는 인생의 중간지점에서 과거에 무엇을 성취했나 그리고 앞으로 무엇을 어떻게 할 것인가를 생각하는 시기로 과거를 돌아보며 조심스럽게 앞을 생각하는 시기라고 할 수 있다. 그러나 중년기에 자신의 삶을 반추해 보는 것은 Erikson의 노년기의 자아통합 등 자신의 인생을 돌아보는 것과는 다르다고 한다(Lachman, 2004).

중년에는 신체적, 심리적, 사회적으로 많은 변화가 일어난다. 인생의 어느 시기나 마찬가지로 어려움이 생길 때 스트레스를 받는다. 그러나 특히 중년기의 특성으로는 인생의 중간지점의 전환기에서 젊음은 상실되고 노년기의 초입에 있는 50대에 여러 가지 전환기적인 변화는 이들의 삶에 스트레스로 작용할 수 있을 것이다. 오늘날은 평균수명 100세 시대에 60에서 75세의 노년기를 “신중년”이라고도 하므로(김미령, 2015) 그 중간의 50세는 이전의 레빈슨의 성인발달단계의 중년의 전환기의 특성을 보이기도 할 것이다. 이때는 자신들의 에너지를 생성감을 위해 사용하는 시기이기도 하다(Erikson, 1968).

3. 여성의 갱년기 경험

여성은 폐경(menopause)과 동시에 갱년기(climacteric)를 경험한다고 한다. 폐경은 지난 12개월 동안 생리가 없는 것으로 홍조현상이 나타나기도 하며 피부는 건조하고 탄력이 없어지며 체중이 증가된다(Dillaway, 2006). 갱년기는 재생산능력의 상실을 의미한다(김애순, 2006). 결국 폐경으로 인해서 재생산능력이 없어지는 폐경기는 곧 갱년기를 의미한다. 이때 여성들은 신체, 심리, 사회적인 변화를 경험하게 된다. 이처럼 폐경은 중년기의 다양한 전환과 관계가 있다(Dare, 2010).

여성의 갱년기를 보는 시각에는 두가지가 있다. 부정적인 측면과 긍정적인 측면이다(Degges-White & Myers, 2006). 폐경은 여성의 재생산능력의 상실을 의미하지만 반면 폐경으로 인한 호르몬의 변화로 신체, 심리적인 변

화로 어려움을 겪기도 한다. 개인차가 있기는 하지만 대표적인 신체적인 특성으로는 홍조현상이 나타나며 우울감을 느끼기도 하고 불안 등을 느끼기도 한다. 여성들은 갱년기 이후 에스트로겐의 감소로 인해 심장병의 발병이 높아지며 골밀도가 감소하는 골다공증이 생기게 된다. 이처럼 여러 가지 폐경증상 및 자녀의 출가 등으로 심리적으로도 어려움을 겪게 된다. 신체적 노화와 질병, 기능감퇴, 특히 여성의 경우 외모를 중시 하므로 피부의 탄력이 줄어들고 주름이 늘 때 즉 미에 대한 기준에서 멀어질 때 심리적인 타격이 클 것이다. 중년은 만성질환의 증가나 과체중 등의 신체적 변화나 사회적인 변화로 인해서 스트레스를 겪는다고 한다(Lachman, 2001). 물론 이러한 질병은 약으로 치료되는 질환이긴 하지만 중년들에게 이러한 질병은 노화의 표시이므로 고통(distress)을 겪는다(Lachman, 2004)고 한다.

갱년기의 사회적인 변화는 이들의 심리적인 상태에 더욱 영향을 미치게 된다. 대부분의 자녀는 성인이 되어 부모로서의 부양부담은 줄어드는 반면 자녀의 출가로 인해 빈둥지를 맞이하게 되기도 하며(Dare, 2010) 자녀들의 출가로 인하여 어머니로서의 정체성의 약화로 우울 등 심리적인 어려움을 겪기도 한다. 이 시기에 주로 남편의 은퇴를 맞이하게 되고 노후준비가 제대로 되어있지 않을 경우 경제적인 어려움을 겪기도 하며 부부사이가 좋지 않은 경우 긴 시간을 같이 보내야 하므로 갈등의 원인이 되기도 한다. 요즘은 출가한 자녀들, 직장을 다니는 성인자녀들도 부모님께 경제적인 부담이 되기도 한다(통계청, 2015).

폐경 이후에 여성들은 우울증 등 심리적인 증상을 호소하기도 한다. 50대 여성들은 갱년기에 우울증을 겪는 경우가 남성보다 3배 높다고 한다(김애순, 2006). 갱년기에는 신체적 기능의 변화와 사회적인 역할, 그것들을 해결하기위한 심리적인 자원 간에 긴장이 있다. 이처럼 여성들은 폐경 이후에 신체, 심리, 사회적인 변화에 적응하여야 하는 어려움을 겪으므로 이러한 것이 스트레스가 될 수 있고 이에 잘 적응할 때 스트레스는 감소할 것이다.

갱년기에는 부정적인 측면 뿐 아니라 긍정적인 측면도 있다. 이미 자녀를

다 출산한 여성들은 오히려 즐거움을 느낄 수도 있을 것이다. 여성들은 생산능력을 의미하는 생리가 끝나므로 생활에서 자유를 만끽할 수 있을 것이다. 개인은 연령이 증가하면서 원숙해진다(Costa & McCrae, 1989). 여성도 50대에 갱년기를 경험하며 연령이 증가하면서 인생의 원숙한 면을 보인다고 할 수 있을 것이다. 학자에 따라서 중년의 긍정적인 면에 더욱 초점을 맞추기도 한다. 50대 초반의 여성은 자율성과 자아감, 안정감을 지닌 시기로 본다(Mitchel & Helson, 1990).

갱년기는 자녀양육부담에서 벗어나 자신만의 자유를 만끽할 수 있는 시기이기도 하다. 장년기의 안정된 생활과 풍부한 인생경험, 재정적인 안정과 자유, 자녀들의 성장으로 인한 독립은 장년기의 좋은 점들이다(Lachman, 2001). 이때는 자녀의 성장, 출가와 더불어, 노부모부양, 자녀들을 돕는 것이 중요한 역할이며 가족이나 친구들과의 관계개선은 중요한 노후준비가 될 것이다. 중장년의 특성은 생성감, 부양, 직장 및 가정에서 다른 사람에 대한 관심, 노화와 관련된 신체적, 심리적 자원의 변화지만(Lachman, 2004) 특히 여성은 남성과 달리 가족생애주기를 중심으로 자신들의 연령 상태를 규정한다(Neugarten, 1968)고 한다.

이처럼 중년기에는 획득과 상실을 모두 포함하며 획득의 시기로 긍정적인 면, 또 상실의 시기로 부정적인 면이 있다(Lachman, 2001). 인생의 어느 시기나 마찬가지로 어려움이 생길 때 스트레스를 받게 되며 특히 전환기의 변화로 인해 적응하는 과정에서 스트레스를 겪게 되며 전환기의 여러 가지 변화에 따라 스트레스상태도 변화할 것이다. 인생은 단계별로 전환기에 적응의 어려움을 겪는데 특히 갱년기에는 신체적 상태의 변화, 심리적 변화 등으로 어려움을 겪는데 부정적인 측면은 스트레스의 원인이 된다.

발달론자들은 50대를 인생발달단계의 특성들로 설명하고 있지만 이들의 삶은 폐경유무, 인구사회적인 특성과 현재의 대처자원 등에 따라 삶에 긍정적 혹은 부정적인 결과를 가져올 수 있을 것이다. 이들의 인구사회적인 특성 및 대처자원 특히 여러 가지 스트레스원인 갱년기 증상이나 자녀들의 출가 등으로 인한 상황에서 사회나 가족 구성원으로서의 소속감은 중요한 대

처자원이 된다(김미령, 2002). 부부가 활동을 함께 하는 것은 가족구성원으로서의 남편과의 애착을 느낄 뿐 아니라 동호회 등 남편과 함께 하는 공통체의 구성원으로서의 소속감도 느낄 수 있으므로 중요한 대처자원이 될 것이다. 50대 여성들은 폐경을 전후하여 신체, 심리, 사회적인 변화를 경험하게 되는데 50대 여성들의 특성에 커다란 영향을 미칠 폐경 경험과 미경험으로 나눠 비교하는 것은 바람직 할 것이다.

4. 적응을 위한 부부간의 관계

어떠한 스트레스 요인이라도 통제가능할 때는 스트레스로 나타나지 않는다. 그러므로 대처자원이 중요하다. 여성의 결혼만족도는 U자 모양으로 중년 이후부터 좋아지기 시작하여 노년기에는 아주 높다(Berry & Williams, 1987). 사회적인 관계는 다양한 사회적 교제나 활동을 통한 지지적 기능을 제공한다(Wills, 1985). 그러므로 50대 여성이 생애사건 등으로 어려움을 겪을 때 부부 간의 관계는 중요한 대처자원이 될 것이다. 부부는 가장 중요한 사회적 지지체계로 사회적 교제나 활동을 통한 사회적 관계의 측면이나 기능면에서 예외가 아닐 것이다. 사회적 지지는 스트레스 상황에서 보호 역할 뿐 아니라 사회적 지지체계 자체로도 복지에 중요한 역할을 한다(Murrell, Norris & Shipley, 1992).

여성들은 빈둥지로 인해 어머니로서의 역할이 축소된 것과 집안에서의 자녀의 부재로 인해 허전함을 느끼는 면과 그동안 자녀를 양육했던 부양부담에서 벗어나 자신 만의 삶을 영위할 수 있는 해방감을 맛보기도 할 것이다. 그러나 이러한 상황에서 허전한 감정을 해소하며 자신만의 시간을 긍정적으로 생산적으로 활용하며 변화된 환경에 적응하기 위해서는 역할재구성 등이 필요하다(Lachman, 2001). 배우자는 중요한 사회적 지지체계로 특히 자녀가 성인이 되어 출가한 후에는 더욱 그럴 것이다. 중년은 새로운 도전을 해결해야 하기 때문에 적응(adjustment)이 필요하며(Lachman, 2004) 신체적, 심리적 변화에 따라 사회적인 역할의 재구성이 필요하다(Bumpass &

Aquilino, 1995). 친구나, 자신의 일, 여가 등으로 역할을 재구성하기도 하며 어머니로서의 역할에서 아내의 역할로 비중을 옮기게 된다. 자녀들이 성장해 집을 떠남으로 인해 실질적인 부모역할의 상실을 의미하긴 하지만 결혼 생활의 만족과 새로운 흥미, 성장, 성취의 탐색기회를 발견하는 때이기도 하다(Lachman, 2001). 또한 이들이 신체, 심리, 사회적인 변화에 얼마나 잘 대처하는가는 정신건강을 결정할 것이다.

대처능력은 갱년기의 다양한 도전에 직면하는 것을 통하여 그것들을 잘 감당할 수 있게 할 것이다. 즉 갱년기의 변화로 인한 스트레스를 감소시킬 것이다. 그러므로 이때 부부 간의 관계와 부부가 같이 활동을 하는 것은 갱년기 여성들이 변화하는 상황에 적응하는데 중요한 역할을 한다고 볼 수 있다. 50대는 인생에서 경제적으로나 사회적으로도 가정 안정된 시기라고 할 수 있으므로 자녀들이 다 성장한 상태에서 자신만의 여유로운 삶을 누리는 시기라고도 할 수 있다. 이때 사회적 지지는 복지의 중요한 요소로 특히 부모, 배우자, 자녀 등과의 가족관계는(Brim & Ryff, 2004) 중년 여성들에게 중요한 영향을 미친다(Dare, 2010). 설명된다. 50대 여성에게는 자녀출가와 부모님의 사망 등을 겪으며 배우자와의 관계의 중요성도 깨닫게 된다. 남편과의 관계는 중요한 사회적 관계라고 할 수 있으며 스트레스에 정적으로 혹은 부적으로 영향을 미치는 중요한 요소라고 할 수 있다. 특히 가정에서의 사회적인 역할재구성은 중요하다. 중년의 가족과 친구, 동료와의 관계는 만족과 복지에 건강을 주지만 스트레스의 원인이 되기도 한다(Lachman, 2004). 지지가 부족하거나 긴장의 경험은 커다란 어려움으로 스트레스를 겪거나 병이 되기도 할 것이다.

50대 여성 대부분의 경우 자녀는 성인이며 혹은 출가로 인하여 자녀의 양육에 대한 짐을 벗어버리고 오히려 부부만의 시간을 더 많이 가질 수 있다. 남편의 은퇴 후 집에 거주하는 시간의 증가로 배우자와의 관계가 스트레스 요인이 될 수도 있고 스트레스를 해소하는 요인이 될 수도 있을 것이다. 이처럼 폐경 이후의 신체, 심리적, 사회적인 변화를 경험하는 여성들에게 남편과의 관계는 긍정적, 부정적인 영향을 미친다고 할 수 있는데 그 효

과는 그 동안의 관계의 질에 근거한다고 할 수 있을 것이다. 지지가 부족하거나 긴장을 경험할 때는 스트레스나 질병을 가져올 수도 있을 것이다. 은퇴 이후의 노년기를 맞이하는 상황에서 삶의 만족도는 신체건강, 경제적인 여건 및 부부관계의 질에 달려있다고 볼 수 있을 것이다. 그러므로 빈둥지나 은퇴를 맞이하는 갱년기 이후에 부부관계의 중요성에서 같이 시간만 보내는 것이 중요한 것이 아니라 어떠한 관계를 유지하며 어떠한 활동을 하면서 보내느냐가 중요할 것이다. 은퇴로 인하여 가정에서 많은 시간을 보내는 남편과의 관계는 이들의 신체, 심리적인 변화, 가족을 포함한 사회적인 변화로 인한 스트레스를 낮추는데 중요한 역할을 한다고 할 수 있을 것이다. 50대 여성들은 보통 이때에 자녀를 출가시켜 빈둥지를 경험하며 그동안 오랫동안 잊었던 아내로서의 정체성을 다시 회복하게 된다. 그러므로 이때부부관계나 부부가 활동을 같이 하는 등 부부관계는 갱년기의 신체변화, 자녀출가로 인한 심리, 사회적인 변화로 인한 어려움을 해소하여 스트레스를 감소시킬 수도 있을 것이다. 특히 부부관계의 변화에도 주목할 필요도 있다. 단순한 현재의 부부 간의 관계에 만족하는 것도 중요하겠지만 이전의 부부관계가 어떠했는지 지금은 그 관계가 긍정적으로 바뀌었는지의 변화도 갱년기 여성들의 스트레스를 감소시키는데 영향을 미친다고 할 수 있을 것이다.

활동이론에 의하면 노년기의 활동은 복지에 중요한 요소가 된다고 한다. 50대의 여성에게도 활동이론은 적용된다고 볼 수 있다. 특히 부부가 함께하는 활동은 이들의 삶의 만족에 중요한 요소가 될 것이므로 스트레스를 낮추는 효과가 있을 것이다. 활동은 사회적인 접촉이나 취미, 신체적인 활동이나 공식적인 조직의 참여 등 다양한 것을 포함한다(Diener, 1984). 함께하는 취미나 운동, 사회봉사나 공식적인 조직에의 참여 등은 부부가 함께하는 사회적인 접촉 등을 포함하므로 갱년기를 경험한 여성들의 스트레스적인 삶을 낮춰 준다고 할 수 있을 것이다. 부부가 함께 하는 사회활동을 통하여 다른 사람과의 관계도 좋게 된다(de Leon & Carlos, 2005). Ryff(1989)는 복지의 여섯 가지 영역 중 하나로 다른 사람과의 긍정적인 관계를 설명하고

있으며 성숙한 여성은 가족과도 친밀한 관계를 맺는다고 한다. 이처럼 여성이 관계를 중요시 하는 것도(Gilligan, 1982) 중년기에 여성들이 자신들의 친밀한 관계를 재평가하는 시기에(Howell, 2001) 50대 여성의 배우자와의 관계가 스트레스를 낮추는데도 중요한 요소가 될 것이다.

5. 인구사회적 특성

갱년기의 심리적 증상은 개인의 인구사회적인 특성인 교육, 수입이나 직업, 신체건강, 가족관계, 적응능력 등의 개인적인 특성과 관련이 있다(Kimmel, 1990, 김애순 2006에서 재인용). 특히 낮은 사회경제적 지위일 경우 많은 중년들에게 건강문제가 증가된다(Bumpass & Aquilino, 1995). 중년기의 특성은 성별, 코호트, 인종, 민족, 문화, 지역, 성품, 결혼상태, 부모님의 지위(parental status), 고용상태, 건강상태 등의 기능에 따라 다르며 적응도 다를 것이다(Lachman, 2004). 연령과 성별에 따른 사회적 지지의 관계의 유형도 다른데 특히 친밀감을 중요시 하는 여성의 경우 지지가 상호관계가 아닐 경우 남성보다 스트레스를 많이 받는다(Lynch, 1998). 이처럼 Pearlin et al.(1981)이 설명하는 인구사회적 특성인 상황이나 개인의 배경변인은 스트레스의 원인 뿐 아니라 대처자원 및 스트레스의 결과에도 작용한다.

Michell과 Helson(1990)은 50대 여성이 인생의 최고조라고 하지만 건강이나 배우자 사별, 경제적인 어려움 등은 최고조인 긍정적인 영역이 영향을 받게 된다고 한다. 교육수준은 50대 여성이 성취감과 최고조를 느끼는 것에 중요한 요소로 작용한다. 이들은 자녀의 출가 등으로 인하여 상실감을 겪을 때 해결 방법도 알고 있어 대인접촉 등의 방법으로 문제를 해결하려 한다. 또한 자녀에게 쏟았던 에너지를 남편에게 쏟으며 직장이나 지역사회를 위해 활발히 활동하기도 하며 건강도 좋다. 이처럼 교육수준은 스트레스 환경의 대처자원에 중요한 요소로 작용한다고 볼 수 있다.

Ⅲ. 연구대상 및 방법

1. 연구대상

본 연구는 한국여성정책연구원의 여성가족패널 4차(T1)와 5차(T2)를 활용한 종단적인 연구다. 4차는 2012년에 수집된 자료며 5차는 2014년에 수집된 자료다. 여성가족패널은 2006년과 2007년에 전국에 대표성이 있는 9068가구의 가구원 중 만 19세에서 46세까지의 여성을 대상으로 수집된 자료다(여성정책연구원, 2007). 본 연구에서는 본 연구에 필요한 스트레스, 우울 등의 변인이 4차부터 수집되기 시작하여 본 연구의 목적에 맞게 4차와 5차 자료를 활용하여 종단적으로 연구하였다. 본 연구대상은 4차 수집기간인 2012년에 만 50세에서 59세 여성이다. 이들 중 여성의 신체, 심리적 특성에 중요한 영향을 미치는 생애사건인 폐경을 경험한 여성과 폐경을 경험하지 않은 여성 두 집단으로 나누어서 인구사회적인 특성, 생애사건 및 종단적 자료를 활용한 생애사건의 변화값을 비교하였으며 생애사건 및 생애사건의 변화가 스트레스에 미치는 영향을 비교하였다. 본 연구의 연구대상은 922명으로 이중 폐경을 경험한 50대 여성 728명과 폐경을 경험하지 않은 50대 여성 194명으로 구성되어있다. 본 연구에서는 배우자와의 관계 변수의 활용으로 인하여 모두 기혼자만을 대상으로 하였다.

1) 연구자료 및 분석방법

연구 분석방법으로는 폐경 경험유무에 따라 두 집단으로 나누어 인구사회적 특성, 스트레스원, 스트레스원의 변화, 대처자원을 비교하였으며, 스트레스원이 연속변수일 경우는 t-test, 명목변수일 경우는 카이자승 검증을 사용하였다(Tabachinick & Fidell, 2001). 두 번째와 세 번째 연구문제를 위해서는 위계적 회귀분석을 사용하여 두 집단의 각각의 인구학적인 특성, 스트레스원, 스트레스원 변화, 대처자원의 스트레스에의 영향을 파악하였다. 회귀분석시 변인들 간의 다중공선성의 문제를 피하기 위하여 상관관계 분석을 실시하였으며 가장 높은 상관관계는 폐경 경험 여성의 경우 연령과 출가

한 자녀가 있는 것이 $r=.43$, 출가한 자녀가 있는 것과 자녀에게 금전적 제공이 $r=-.40$ 으로 가장 높았으며 폐경 미경험 여성의 경우 출가한 자녀가 있는 것과 자녀에게 금전적 제공이 가장 높은 $r=-.50$ 으로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 파악되었다.

2) 연구도구

연구대상은 폐경경험 여성과 폐경을 경험하지 않은 여성의 두 집단으로 나누었으며 두 집단을 분리하여 차이 및 스트레스의 영향변인을 분석하였다. 폐경경험에 대한 척도는 마지막 월경이 있는지 1년이 지난 상태가 폐경이라는 설명과 함께 지난 조사이후 폐경을 경험하였습니까? 예는 1, 아니 오는 0으로 코딩하여 4차와 5차 모두 1은 폐경집단으로, 4차와 5차에 모두 0은 폐경미경험 집단으로 두 집단으로 구분하였다.

(1) 인구사회적 변인(통제변인)

본 연구의 인구사회적인 변인은 연구의 제1시기인 4차 자료의 연령, 교육, 직장이 사용되었다. 수입은 교육이나 직장과의 상관관계가 높으므로 제외시켰다. 연령은 역연령에 근거한 만 연령을 사용하였다. 교육은 무학을 1, 대학원 박사를 9로 하여 9점 척도로 연속변수를 사용하였다. 직장은 직업이 있으면 유로 1, 없으면 무로 0으로 코딩하였다. 스트레스는 1시기의 스트레스 수준에 의한 영향을 배제할 수 없으므로 1시기인 4차의 스트레스를 통제변인으로 사용하였다.

(2) 독립변인

독립변인으로는 폐경 후의 50대 여성들의 신체, 심리, 사회적인 상태나 변화를 스트레스요인으로 하였다. 건강변인은 4차로 현재의 주관적인 건강 상태가 어떠한 가를 묻는 것으로 1. 매우 좋다, 5. 매우 나쁘다로 5점 척도로 측정되었으며 긍정적인 것에 높은 점수를 주기위하여 역코딩하였다. 우울

도 4차를 활용하였으며 CESD-의 축약본이 사용되었다. 우울척도는 “평소에 아무렇지 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다”, “상당히 우울했다”, “세상에 홀로있는 듯한 외로움을 느꼈다” 등의 10문항으로 이루어져 있으며 1. 대부분이 그랬다, 4. 극히 드물다로 우울감이 큰것에 높은 점수를 주기 위해 긍정적인 문항을 제외하고는 역코딩하였다. 우울의 신뢰도는 4차는 $\alpha = .80$ 이다. 또한 자녀변수는 4차나 5차에 출가한 자녀가 있으면 1, 없으면 0으로 더미코딩하였다. 배우자의 은퇴는 4차나 5차 중 배우자가 직장을 상실했으면 1, 상실하지 않았으면 0으로 코딩하였다. 50대에는 자녀양육, 부모 부양 등으로 샌드위치세대로 인한 부담으로 5차에 성인자녀에게 용돈을 주는 경우는 1, 그렇지 않으면 0, 친정부모나 시부모에게 용돈을 드리면 1, 그렇지 않으면 0으로 더미 코딩하였다.

50대에 여러 신체, 심리, 사회적인 변화를 겪을 때 이의 적응에 중요한 요소인 배우자와의 관계와 배우자와의 활동은 대처자원으로 5차 자료를 사용하였다. 배우자와의 관계는 “나는 남편과 평소에 대화를 많이 한다”, “나는 남편과 부부생활(성관계)에 만족한다” 등의 4문항으로 이루어져 있으며 1. 정말 그렇다, 4. 전혀 그렇지 않다로 4점 리커트 척도로 이루어져 있으며 관계가 좋은 것에 높은 점수를 주기위하여 역코딩하였다. 점수의 범주는 4점에서 16점이다. 배우자와의 활동은 현재의 활동인 5차 자료를 활용하였으며 부부가 외출하여 영화, 공연 등 관람하기, 산책이나 운동 등을 하기, 부모형제 등을 만나기 등으로 다섯 문항으로 구성되어있으며 1. 일주일에 두 번이상, 5. 한달에 한번도 안했다로 자주 만나는 것에 높은 점수를 주기 위해 역코딩 하였다. 총점 범주는 5점에서 25점이다.

배우자와의 관계의 신뢰도는 $\alpha = .75$, 배우자와의 활동 신뢰도는 $\alpha = .52$ 이다.

3) 종속변인

종속변인은 스트레스 변인으로 문항은 “직장이나 가정 또는 학교에서 스트레스를 받는다.”, “심각한 고민이 있어도 함께 이야기할 사람이 없다.”,

“사람들과의 관계 때문에 스트레스를 받는 다” 등 여덟 문항으로 구성되어 있다. 응답은 1. 매우 그렇다, 4. 전혀 그렇지 않다로 스트레스가 높은 것에 높은 점수를 주기위하여 역코딩을 하였다. 종속변인은 5차 스트레스가 사용되었다. 회귀분석시 원래 스트레스가 높은지가 종속변수에 영향을 미칠 것이므로 4차의 스트레스 변인을 통제하였다. 4차의 스트레스의 신뢰도는 $\alpha = .70$, 5차의 스트레스 신뢰도는 $\alpha = .73$ 이다.

IV. 분석결과

〈표1-1〉의 폐경경험유무에 따른 변인의 차이검증에 의하면 스트레스 변인의 경우 폐경경험 여성과 미경험 여성 간에 차이가 없다. 연령은 폐경 경험과 미경험 여성간의 차이를 보이고 있으며 폐경을 경험한 여성의 평균 연령은 55.24세 미경험 여성은 52.28세로 폐경경험 여성이 유의하게 높았다($t=14.21$, $p<.001$). 교육수준은 폐경 경험 여성은 미경험여성보다 유의하게 낮았다($t=-6.17$, $p<.001$). 건강은 폐경 경험 여성이 폐경 미경험 여성보다 유의하게 낮았다($t=-18.69$, $p<.001$). 우울은 두 집단 간 유의한 차이가 없었다. 폐경 경험 여성은 폐경 미경험 여성보다 건강이 유의하게 낮아 폐경 후 여성의 건강이 안좋아 짐을 알 수 있다.

〈표1-1〉 폐경 경험유무에 따른 변인의 차이검증

변인 구분	스트레스 T 2	스트레스 T 1	연령	교육	직장	건강	우울
폐경경험 (n=728)	16.22	16.26	55.24	3.04	59.28%	3.09	29.33
폐경미경험 (n=194)	15.99	16.51	52.28	3.46	64.15%	3.64	29.59
t-test/ 카이자승	0.85	-0.98	14.21 ***	-6.17 ***	1.56	-18.69 ***	-1.81

*p <.05; **p <.01; ***p <.001

〈표1-2〉에 의하면 출가한 성인자녀는 폐경경험 여성은 80.05%로 미경험 여성의 50%보다 유의하게 많았다(카이자승=71.61, $p<.001$). 배우자은퇴는 두 집단 간 차이가 없었다. 부모나 시부모에게 용돈을 주는 경우는 폐경 미경험이 많았다(24.23% 대 13.87%, 카이자승=12.18, $p<.001$). 미성년이나 성인자녀에게 용돈을 주는 것도 폐경 미경험이 많았다 (54.64% 대 39.42%, 카이자승 =14.50, $p<.001$). 배우자의 관계 변인은 두 집단 간 차이가 없었다.

〈표1-2〉 폐경 경험유무에 따른 변인의 차이검증

변인 구분	출가한 성인자녀	배우자 은퇴	부모/시부모 용돈	미성년, 성인자녀용돈	배우자와의 관계	배우자와의 활동
폐경경험 (n=728)	80.05%	11.40%	13.87%	39.42%	11.52	22.94
폐경미경험 (n=194)	50.00%	10.82%	24.23%	54.64%	11.51	22.76
t-test/ 카이자승	71.61 ***	0.05	12.18 ***	14.50 ***	0.14	0.75

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

〈표 2〉는 폐경을 경험한 여성의 스트레스에의 영향을 살펴본 것으로 모델1의 인구학적 특성들은 스트레스 변량을 16.59% 설명하고 있다. 연령이 증가할수록($b=.12$, $p<.01$) 교육수준이 높을수록($b=-.31$ $p<.01$) 스트레스는 유의하게 낮았다. 직장이 있는 것은 직장이 없는 것보다 스트레스에 더 영향을 미쳤다($b=0.87$, $p<.001$). 모델2는 모델1에 50대 여성의 신체, 심리, 사회적인 생활사건 및 변화를 투입한 것으로 전체 변량을 17.20% 설명하고 있다. 스트레스변인 중 우울만이 스트레스를 유의하게 높였다($b=.06$, $p<.05$). 모델3은 대처자원으로 배우자와의 관계와 배우자와의 활동변인을 모델2에 추가로 투입한 것으로 스트레스의 변량을 17.83% 설명하고 있으며 배우자와의 관계가 긍정적이고 만족할수록 스트레스 수준은 유의하게 낮았다($b=-.13$, $p<.05$).

〈표 2〉 폐경 경험 여성의 스트레스 영향 위계적 회귀분석 (n=728)

변인 \ 구분	모델1		모델2		모델3	
	b	s.e	b	s.e	b	s.e
스트레스T1	0.35***	0.03	0.30***	0.04	0.28***	0.04
연령	-0.12**	0.04	-0.09*	0.05	0.10*	0.05
교육	-0.31*	0.14	-0.35**	0.15	0.41**	0.15
직장	0.87***	0.24	0.94***	0.25	-1.11***	0.26
건강			0.03	0.14	0.01	0.14
우울			0.06*	0.03	0.05	0.03
친정/시부모 용돈			0.25	0.41	-0.15	0.41
자녀용돈			-0.05	0.26	0.01	0.27
자녀출가			-0.43	0.35	0.36	0.35
배우자은퇴			0.02	0.36	-0.06	0.36
배우자와의 관계					-0.19**	0.07
배우자와 활동					0.02	0.04
F test	F(4, 723)=35.95***		F(10, 717)=14.90		F(12, 715)=12.93	
R 자승	.1659		.1720		.1783	

*p<.05; **p<.01; ***p<.001

〈표 3〉은 아직 폐경을 경험하지 않은 여성의 스트레스의 영향을 살펴본 것으로 모델1의 인구학적 특성들은 스트레스 변량을 9.34% 설명하고 있다. 모델2는 모델1에 50대 여성의 신체, 심리, 사회적인 생활사건 및 변화를 투입한 것으로 모델2는 스트레스변량을 13.31% 설명하고 있으며 모델 2에 투입한 스트레스관련 변인들은 스트레스의 변량을 3.97% 설명하고 있다. 건강(b=-.85, p<.05)은 스트레스 수준을 유의하게 낮췄다. 모델3은 대처자원으로 배우자와의 관계와 배우자와의 활동변인을 모델2에 추가로 투입한 것으로 스트레스의 변량을 16.61% 설명하고 있으며 배우자와의 관계와 배우자와의 활동변인은 스트레스의 변량을 3.3% 설명하고 있다. 대처자원 중 배우자와의 관계는 스트레스를 줄이는 효과가 있는 것으로 나타났다 (b=-.41, p<.01).

〈표 3〉 폐경 미경험 여성의 스트레스영향 위계적 회귀분석 (n = 194)

변인 \ 구분	모델1		모델2		모델3	
	b	s.e	b	s.e	b	s.e
스트레스T1	0.35***	0.08	0.31***	0.09	0.26**	0.09
연령	0.00	0.11	-0.02	0.12	-0.03	0.12
교육	0.16	0.37	0.42	0.40	0.34	0.40
직장	0.12	0.49	0.37	0.51	0.38	0.51
건강			-0.85***	0.32	-0.93**	0.32
우울			0.03	0.06	0.02	0.06
친정/시부모 용돈			0.13	0.69	0.08	0.68
자녀용돈			-0.17	0.56	-0.15	0.56
자녀출가			-0.22	0.63	-0.21	0.62
배우자은퇴			-0.57	0.79	-0.76	0.78
배우자와의 관계					-0.41**	0.16
배우자와 활동					0.11	0.10
F test	F(4, 189)=4.87***		F(10, 183)=2.81**		F(12, 181)=3.00***	
R 자승	.0934		.1331		.1661	

*p<.05; **p<.01; ***p<.001

V. 연구결과

교육수준은 폐경 경험 여성은 미경험 여성보다 유의하게 낮았는데 연령이 낮을수록 교육수준이 높은 것을 반영한다고 할 수 있다. 폐경경험 여성의 건강보다 미경험 여성의 건강은 유의하게 높았는데 이는 폐경 경험여성의 건강은 폐경 미경험 여성들보다 에스트로겐의 감소로 인한 골다공증이나 심장질환에 취약한 것 등으로(Perlmutter & Hall, 1992) 인함을 알 수 있다. 폐경에 어느 정도 적응 한 후에는 이들의 건강이 좋아졌다고 볼 수 있다. 출가한 성인자녀는 폐경경험 여성이 미경험 여성보다 유의하게 많았는데 이는 폐경경험 여성들이 미경험 여성들보다 연령이 유의하게 높음을 반영한 것이라 할 수 있다.

부모님께 용돈을 드리는 것이나 자녀에게 용돈을 주는 것은 폐경 미경험 여성이 더 많은데 이는 아직도 경제능력이 있으므로 부모님께 용돈을 더 드리는 것으로 유추해 볼 수 있다. 배우자와의 활동이 폐경 미경험자가 폐경 경험자보다 높은 것은 폐경 미경험자의 연령이 좀 더 젊은 것에 혹은 폐경 경험 여성들의 폐경증상 등으로 인한 어려움으로 배우자와의 활동이 적었다고 유추할 수 있을 것이다.

폐경을 경험한 여성의 경우 연령과 교육, 직장 모두 유의미한 영향을 미쳤으나 폐경 미경험 여성들의 경우 연령과 교육, 직장 모두 유의한 영향을 미치지 않았다. 폐경경험 여성과 폐경 미경험 여성의 스트레스수준에 미치는 요소도 달랐다. 폐경을 경험한 여성은 우울이 스트레스에 유의한 영향을 미쳤다. 그러나 그 외의 스트레스원은 50대 여성 모두의 스트레스를 유의하게 높이지 않았다. 그러므로 연구결과에 의하면 50대 여성은 폐경을 경험하였을 경우 우울이 높아지면 스트레스수준이 높아지는 것 외에는 다른 생애사건이나 생애사건의 변화로 인한 스트레스로부터 비교적 자유롭다고 할 수 있을 것이다.

대처자원인 배우자 관련변수 중 배우자와의 관계는 폐경 경험, 미경험 여성들 모두에게 유의한 영향을 미쳐 배우자와의 관계만족은 스트레스를 유의하게 낮추어서 여성들의 신체적, 심리적, 사회적 변화가 있을 때 배우자와의 좋은 관계는 이들의 스트레스를 낮추는데 중요한 요소임을 알 수 있다. 대처자원 중 폐경경험 여성의 경우 현재 배우자와의 관계는 주효과가 있어 50대의 여러 가지 생애경험이나 변화에 배우자와의 좋은 관계는 여성들의 스트레스를 낮추는데 도움이 됨을 알 수 있다. 50대 여성의 경우 배우자와의 좋은 관계는 여러 가지 새로운 생애경험이나 변화 등과 관계없이 배우자와의 관계가 이들의 스트레스를 낮추는 것을 통하여 여성들이 중요시하는 친밀감이나 관계 등을 증진시키기 위한 자녀출가 후에 아내로서의 정체성이 강해진 상황에서 부부 간의 대화 등의 활성화가 필요하다고 사료된다. 또한 50대 여성들의 배우자와의 좋은 관계는 자녀출가로 인한 빈둥지의 공허함 등을 채워줄 수 있을 것이다.

자녀의 출가는 모두 스트레스에 영향을 미치지 않았는데 이는 부모역할은 상실되지만 새로운 결혼생활의 만족이나 자신의 발견의 기회로 인하여

부정적인 효과보다 긍정적인 효과가 더 큰 결과로 볼 수 있을 것이다. 부부관계의 재구조화는 노후를 준비하는데 부부만 남은 상황에서 서로 믿고 의지하며 특히 요즘과 같이 기대여명이 긴 상황에서 50대 여성의 경우 30년 정도를 함께 배우자와 생활하여야 하므로 이들의 스트레스를 해소하는 정서적 노후준비에도 중요한 역할을 한다고 할 수 있을 것이다.

본 연구의 한계는 기존의 패널자료의 활용으로 대처자원으로 배우자와의 관계밖에 활용을 못한 것이다. 대처자원은 배우자와의 관계뿐 아니라 출가한 자녀라 할지라도 자녀와의 관계, 또한 다양한 사회적 지지자원이 폐경의 여성들의 신체적인 변화, 자녀출가 후의 빈둥지에서의 적응 등에 유의한 요소라고 사료된다. 또한 자녀들의 출가시기 등도 적응에 유의한 요소로 작용할 것으로 연구분석에 필요한 변인들을 다 사용할 수 없었던 것이다. 또한 배우자와의 관계는 유의하게 나타났으나 배우자와의 활동은 두 집단 모두 유의하지 않게 나타났다. 이는 배우자와의 활동 척도의 낮은 신뢰도로 인하여 유의도를 파악하지 못한 것으로도 볼 수 있다.

본 연구의 장점은 대표성이 있으며 여성가족 패널자료를 활용하여 연구결과를 일반화 할 수 있는 것이고 특히 4차와 5차의 종단적 자료를 활용하여 폐경 유무에 따른 50대 여성의 다양한 생애사건의 변화가 스트레스에 미치는 영향을 살펴본 것이다. 특히 50대 갱년기를 경험하는 여성들의 연구가 드문 상황에서 곧 노년기에 들어갈, 남성보다 기대수명은 길지만 신체건강이나 경제적인 환경이 열악한 미래 노년세대인 50대 여성의 생애사건을 스트레스이론의 측면에서 종단적으로 살펴본 것은 의의가 있다고 사료된다.

향후 연구방향은 종단적 자료의 장점을 살려서 폐경 여성들이 시간이 변화하면서 이들의 스트레스상황은 어떻게 변화하며 이러한 변화값의 영향을 살펴보는 것도 흥미로운 연구라 사료된다. 또한 현재의 50대는 베이비붐세대와 연령이 비슷하여 연구결과가 세대특성인지 나이로 인한 특성인지를 파악하기 위해 전, 후 세대와의 비교연구도 바람직하리라 사료된다.

참고문헌

- 김미령(2002). "Different perspectives of stress theory and its application for studying role changes in older adults". 한국노년학. 제22권 제2호, 41-60.
- 김미령(2015). "노후연령인지의 다차원성과 성별차이". 한국노년학. 제35권 제2호, 375-394.
- 김애순(2006). 성인발달과 생애설계, 서울: 시그마프레스
- 여성정책연구원(2007). 여성가족패널브리프 1호, 서울: 여성정책연구원
- 통계청(2015). 2015 사회조사
- 행정자치부(2015). 주민등록인구통계
- Brim, O. G., Ryff, C. D., & Kessler, R. (eds.)(2004). How healthy are we : A national study of well-being in midlife. Chicago: University of Chicago
- Berry, R. E., & Williams, F. L. (1987). Assessing the relationship between quality of life and marital and income satisfaction : A path analysis analytical approach. Journal of Marriage and the Family, 49, 107-116.
- Bumpass, L. L. & Aquilino, W. S. (1994). A social map of midlife: Family and work over the middle life course. Vero Beach, FL: Hohn D. and Catherine T. MacArthur Foundation Research Network on Successful Midlife Development.
- Costa & McCrae(1989). Personality continuity and the changes of adult life, In Martha Storandt & Gary R. VandenBos, The Adult Years: Continuity and change. Washington, DC. American Psychological Association.
- Dare, Julie S. (2010). Transitions in midlife women's lives: Contemporary experiences, Health Care for Women International, 32, 111-133.

- Degges-White, Suzanne & Myers, Jane E. (2006). Women at midlife, *Adult Span*, 5(2), 67-80.
- Dillaway, Heather E. (2006). When does menopause occur, and how long does it last? Wrestling with age-and time-based conceptualizations of reproductive aging, *NSWA Journal*, 18(1), 31-60.
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York : Norton.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes : A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839-852.
- Gilligan, Carol(1982). *In a difference voice : Psychological theory & women's development*. Cambridge, MA : Harvard University Press.
- Howell, L. C. (2001). Implications of personal values in women's midlife development. *Counseling & Valuses*, 46(1), 54-64.)
- Kimmel, D. C. 1990, *Adulthood and aging*. New York : John Wiley & Sons.
- Lachman, Margie E. (2001). *Handbook of midlife development*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Lachman, Margie E. (2004). Development in midlife, *Annual Review of Psychology*, 55, 305-31.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill Book, Co.
- Lawton, L., Silverstein, M., & Bengtson, V. L. (1996). Solidarity between generations in families, In Vern L. Bengtson & Robert A. Harootyan *Intergenerational Linkages : Hidden connections in American Society*(pp.19-42). NY: Springer Publishing Co.
- Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. H. & McKee, B. (1978). *The Seasons of a man's life*. New York: Knopf.

- Li, L. Wailing, Seltzer, M. Mailick & Greenberg, Jan S. (1997). Social support and depressive symptoms : Differential patterns in wife and daughter caregivers, *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 52B, No.4, S200-S211.
- Lynch, Susan A. (1998). Who supports whom? How age and gender affect the perceived quality of support from family and friends? *Gerontologist*, 38(2), 231-238.
- Mendes de Leon, Carlos F. (2005). Social engagement and successful aging, *Europe Journal of Ageing*, 2, 64-66.
- Mitchell, Volory & Helson, Ravenna (1990). Women's Prime of Life: Is it the 50s? *Psychology of Women Quarterly*, 14, 451-470.
- Murrell, Stanley A., Norris, Fran H., & Shipley, Auinn, T. (1992). Functional versus structural social support, desirable events, and positive affect in older adults. *Psychology and Aging*, 7(4), 562-570.
- Neugarten, Bernice L. (1968). The awareness of middle age, In Bernice L. Neugarten(ed). *Middle age and Aging*(pp. 93-98). Chicago, IL.: The Chicago University Press.
- Pearlin, L. I., Lieberman, M. A., Menaghan, E. G., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, December, 337-356.
- Perlmutter, Marion & Hall, Elizabeth (1992). *Adult development and aging*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Rachel A. Pruchno, Maureen Wilson-Genderson, and Francine Cartwright(2010). A Two-Factor Model of Successful Aging, *Journal of Gerontology : Psychological Sciences*, 65B(6), 671-679.
- Ryff, Carol D. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction : New Directions in Quest of Successful Ageing, *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.

- Tabachnick, Barbara G., & Fidell, Linda S.(2001). Using multivariate statistics.
Boston, MA.: Allyn and Bacon
- Wills, Thomas Ashby (1985). Supportive functions of interpersonal relationships,
In Sheldon Cohen & S. Leonard Syme(Eds.). Social support and
health(pp.61-82). Orlando, FL.: Academic Press, Inc.

Abstract

Women in their 50's, are they free from stress? - Comparison depending on the menopause experiences -

Mee - ryoung Kim*

This study examined the life events of women in their 50's, who experienced various changes in their developmental stages, based on their stress level. The target population was 922 women (728 experienced menopause, 194 had not experienced menopause). They were ages 50 to 59 in 2012 when the 4th wave women's panel data of Korean Women's Department Institute was collected. As a longitudinal study using 4th and 5th wave data, this study examined the factors affecting the stress. This study used Pearlin's et al's.(1981) stress process model and used spouse relations as coping variables. For data analysis, the comparison between menopause or no menopause experience was used. Since menopause was an important factor affecting the stress, two separate regressions were used. According to research results, the depressive symptoms were important factors of affecting the stress. However, health was the only important factor affecting the stress for women who did not experience menopause. For both groups the spouse relations were important factors but the activities together with spouse were not significant for both groups. This research indicates that the spouse relations were important coping resources for reducing their stress for women in their 50's.

key words : women in their 50's, menopause, spouse relations, stress

* Department of Community Development and Welfare, Director of the Institute of Aging Society, Daegu University

