기본간호학회지 제29권 제3호, 2022년 8월
J Korean Acad Fundam Nurs Vol. 29 No. 3, 326-336, August, 2022
ISSN 1225-9012 (Print) ISSN 2287-1802 (Online)
https://doi.org/10.7739/jkafn.2022.29.3.326

중년여성의 삶의 만족 영향요인

김희경[1] · 장혜경[2]

Factors Influencing Life Satisfaction in Middle-Aged Women

Kim, Hee Kyung[1] · Chang, Hae Kyung[2]

1) Professor, Department of Nursing, Kongju National University, Gongju, Korea
2) Professor, Department of Nursing, Hanseo University, Seosan, Korea

Purpose: The purpose of this study was to analyze the influences of aging anxiety, coping, ego-resilience, meaning of life, and generativity on life satisfaction among middle-aged women. **Methods:** Data were collected from 176 middle-aged women aged 40~64 living in four urban areas in South Korea through an online survey. The collected data were analyzed using descriptive statistics, the independent t-test, one-way analysis of variance, Pearson correlation coefficients, and stepwise multiple regression using SPSS version 26.0 for Windows. **Results:** Life satisfaction showed significant positive correlations with social support seeking as a coping strategy (r=.27, $p<.001$), ego-resilience (r=.33, $p<.001$), meaning of life (r=.46, $p<.001$), and generativity (r=57, $p<.001$), and negative correlations with aging anxiety (r=-.43, $p<.001$) and avoidance-centered coping (r=-.25, $p<.001$). The factors affecting participants' life satisfaction were perceived economic status (≥medium) (β=.33, $p<.001$), generativity (β=.28, $p<.001$), aging anxiety (β=-.27, $p<.001$), meaning of life (β=.18, $p=.009$), and social support seeking (β=.12, $p=.023$). The explanatory power of these five variables was approximately 53%. **Conclusion:** To increase life satisfaction among middle-aged women, it is necessary to establish generativity, reduce aging anxiety, and foster a positive meaning of life by choosing a desirable coping method. Providing information on utilizing economic resources is also required.

Key Words: Anxiety; Life; Middle aged; Satisfaction; Women

주요어: 불안, 삶, 중년, 만족, 여성

1) 공주대학교 간호보건대학 간호학과 교수
2) 한서대학교 간호학과 교수

Received Mar 14, 2022 **Revised** Jun 20, 2022 **Accepted** Aug 24, 2022

Corresponding author: Chang, Hae Kyung https://orcid.org/0000-0003-2039-1064
Department of Nursing, Hanseo University
46 Hanseo 1-ro, Haemi-myun, Seosan 31962, Korea
Tel: +82-41-660-1070, Fax: +82-41-660-1087, E-mail: hkchang@hanseo.ac.kr

ⓒ 2022 Korean Academy of Fundamentals of Nursing

서 론

1. 연구의 필요성

2020년 한국의 총 인구수는 약 51,829천명, 여성인구는 25,913천명이며, 이 중 중장년층 여성인구는 10,289천명으로 40~49세가 15.6%, 50~59세가 16.5%, 60~64세가 7.6%를 차지하고 있고, 이는 총인구의 19.8%를 차지하는 수치이다. 또한 한국 여성인구의 중위연령은 45.6세로 2015년 42.4세 대비 3.2세 상승하였고, 앞으로도 10년마다 5~6세가량 높아질 것으로 예상된다[1]. 이렇듯 중장년층 여성의 인구는 점차 증가하고 있으나 2021년 기준 여성의 삶의 만족도는 6.3점으로, OECD 평균(6.71점)보다 0.77점 낮았다[2]. 따라서 중년기 이후의 삶이 인생주기의 약 1/2를 차지한다는 점을 감안해 볼 때 중년기 이후 여성들의 삶의 만족도를 향상하기 위해 신체, 심리·정신, 사회, 인지 등 다양한 측면을 고려한 통합적 간호중재방안이 필요하며, 이에 영향을 미치는 요인들을 확인할 필요가 있다.

중년기는 노화가 되어 가는 인생의 새로운 시기로 접어드는 과도기적 시기이며, 이 시기에는 자기 실존에 대한 의문을 제기하게 되고 독자적 자아정체감을 형성하고자 하는 욕구를 가지게 되면서 불안감을 느끼며, 신체적, 정서적, 심리적으로 많은 변화와 혼란으로 인해 위기를 경험하게 된다[3]. 또한 갱년기 증상 등 신체적 변화와 더불어 자녀의 독립으로 인해 가정에서의 역할 변화, 노부모와 가까운 친척 및 친구의 질병과 죽음에 따른 사회 영역에서의 변화 등 다양한 생활사건 속에서 자기 역할에 대한 회의감, 공허감, 위기감, 갈등 및 부정적 자아등을 경험하는 인생의 전환점이 되기도 하여 자신의 삶을 수정해야 하는 상황에 놓이게 된다[4]. 반면, 중년기에 이르면 어느 정도 개인적인 성취감과 사회적으로 안정되어 정서적 안정감을 느끼게 되며, 자신의 실체를 찾으려 하고, 삶의 의미 발견을 통해 진정한 삶의 만족감을 느끼고자 한다[5].

최근에는 인간의 긍정적인 측면을 강조하면서 개인의 행복과 성장을 증진시키는 삶의 만족, 행복, 안녕에 관한 관심이 늘어나고 있다[6]. 삶의 만족은 다면적이고 다차원적인 개념으로 신체, 정신, 사회·경제 영역에서 각 개인이 지각하는 주관적 안녕 상태이며, 건강과 행복을 추구하는 인간의 삶에서 최적의 안녕 상태와 더불어 추구하여야 할 주요 관심사이다[5]. Neugarten 등[7]은 삶의 만족을 “일상생활 활동으로부터 기쁨을 느끼면서 자신의 생활에 대해 의미와 책임감을 느끼고 자신의 목적성취, 긍정적인 자아상과 자신을 가치 있다고 여기는 낙관적인 태도 및 감정을 유지하는 것”이라고 하였다. 따라서 중년기 여성의 긍정적, 부정적인 양면적 특성을 고려해 볼 때 이들의 삶의 만족을 증진하기 위한 간호중재가 필요하다. 특히 중년기는 신체적 노화에 따른 변화와 상실에 대한 적응을 얼마나 성공적으로 하느냐에 따라 중년기 이후의 삶의 질이 결정될 수 있으므로[3] 본 연구에서는 중년여성의 심리·정신, 사회, 인지적 변인인 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미와 생성감 변수를 고려하였다.

중년여성의 삶의 만족과 관련 관련된 선행연구를 살펴보면, 노년기 진입을 앞둔 중년 후기 성인의 노화불안이 높으면 행복감 정도가 낮고, 이는 삶의 만족감과도 밀접한 관계가 있다[6]. 반대로 중년기에 노화불안이 낮은 사람은 높은 사람에 비해 노화에 대한 긍정적 태도를 지니고 있으며, 노후를 성공적으로 맞을 수 있도록 그러한 기회를 더 많이 선택한다[8]. 따라서 노화불안은 노화에 대한 태도에 영향을 줄 뿐 아니라 추후 노년의 삶의 질을 결정하는데 중요한 요인인 삶의 방식이나 기회를 선택하는데도 영향을 주므로[6] 노년기를 준비하는 중년여성이 긍정적으로 노화를 받아들이고 적응하여 삶의 만족을 높일 수 있도록 관리할 필요가 있다.

또한 중년기는 이 시기에 담당해야 하는 발달단계의 과업을 성취하느라 가정적으로나 사회적으로 다양한 위기를 경험하게 되는데, 이는 다양한 스트레스를 유발하는 주 근원이 될 수 있으며, 정신·심리적 문제를 야기하고 삶의 질을 위협하게 된다[3]. 따라서 중년기 스트레스에 대한 대처전략을 규명하는 것은 일개인이 스트레스 상황에 대해 가지고 있는 인식과 긍정적인 해결을 위해 필요하다고 지각하는 부분 및 자원이 무엇인지에 대한 정보를 주므로 개인의 적응기재에 대한 구체적인 이해를 돕고 효율적인 적응을 촉진하기 위한 개입에도 도움을 준다[9]. Lazarus와 Folkman [10]의 스트레스-대처-적응 모델(stress-coping-adaptation model)에서는 스트레스와 적응 간의 관계를 이해하기 위해 스트레스 상황에서 환경적·심리내적 요인에 의한 평가와 대처의 과정을 중요시하였으나 현재까지 적응에 대한 대처방식의 효율성에 대해서는 일관성이 없어 대처방식을 보다 세분화하여, 중년여성이 스트레스 상황에서 어떠한 대처전략을 사용하는지와 궁극적으로 삶의 만족에 영향을 미치는지 확인하여 삶의 만족을 높이는 요인으로 활용하고자 한다.

많은 선행연구[11,12]에서 삶의 만족과 관련 관련이 있는 것으로 나타난 자아탄력성은 스트레스나 불안을 이겨내는 데 긍정적인 영향을 미치는 심리적 요인으로 바쁜 생활로 지속적인 생활 스트레스에 노출되어 있는 현대인들에게 주요한 극복요인이다[3]. Block과 Kremen [11]에 의하면, 자아탄력성은 변

화하는 상황과 환경적 요구에 대해 융통성 있게 적응하는 능력으로, 대상자로 하여금 스트레스 상황에서 경직되지 않고 유연하게 반응하게 할 수 있고, 변화하는 환경에 직면했을 때 균형을 유지하거나 향상할 수 있는 역동적이고 적응적인 능력을 제공해 준다고 하였다. 또한 자아탄력성은 중년여성의 다양한 스트레스에 대처할 수 있는 능력으로, 삶의 의미를 발견하는 과정에서 매개변인으로 작용하며, 행복감에 중요한 영향요인으로[12] 작용하고 있어 중년여성의 삶의 만족에 영향하는 변수임을 예측할 수 있다.

한편, 중년여성이 만족스러운 중년기를 보내기 위해 자신의 인생을 재평가하는 과정에서 삶의 의미를 통해 자신의 가치와 정체성을 재정립하는 것은 중요하다. 삶의 의미는 삶에 내포된 의도로 개인이 삶에 대해 부여한 가치와 중요성을 의미한다[13]. 실제로 삶의 의미가 높은 사람들은 삶의 만족과 행복감 또한 높은 것으로 나타났고, 나이가 들어갈수록 삶의 의미가 주는 영향력 또한 더 큰 것으로 보고되고 있다[13,14]. 특히 삶의 의미는 끊임없이 변화하는 불안정한 삶에 일관되고 안정적인 개념을 부여하여 개인적인 위기나 고통을 이기도록 돕는 자원이다[14]. 이러한 점들을 감안할 때, 삶의 의미는 중년여성이 심리적 위기를 극복하고 새로운 전환기로 삶의 만족을 영위하도록 돕는 안정적인 자원이 될 수 있다.

삶의 만족, 행복을 증진시키는 중요한 심리적인 요인으로 생성감을 들 수 있는데, 생성감은 자신에 대해 긍정적으로 느끼며, 자신의 삶을 의미 있고, 가치가 있다고 평가하도록 만드는 핵심 요인이다[13]. 생성감이란 자신을 긍정적으로 느끼고, 자신의 삶을 의미 있고 가치 있는 것으로 평가하는 것을 뜻한다[15]. Erikson [16]의 심리사회이론에 의하면, 인간의 8단계 발달과업 중 중년기의 사회심리적 발달과업은 생산성 대 침체성으로, 생성감은 중년의 정체감과 위기를 극복하며, 다음 세대를 확립하고 지도하고자 하는 관심을 갖게 하며, 자아정체감을 성취하고 다른 사람과 친밀한 관계를 형성한 후 다음 세대를 위한 돌봄의 책임을 질 수 있는 준비를 하는 것이라고 정의하였다[17]. 생성감은 삶의 만족과 유사 개념인 중년후기 성인의 행복에 가장 큰 영향변수로 나타났으며, 생성감이 높을수록 노화불안은 낮았으며[6], 성공적 노후를 가져오는 데에는 생성감이 중요한 요소이었다[18]. 따라서 중년기의 발달과업인 생성감의 성취가 침체성이라는 부정적인 위기를 막고 노년기로의 삶을 성공적으로 이끌어낼 수 있으므로 이를 성공적으로 달성할 수 있도록 중재방안을 모색해야 한다.

이에 본 연구에서는 만 40~64세의 중년여성을 대상으로 삶의 만족을 높이기 위하여 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미와 생성감의 변수를 활용하여 삶의 만족도와의 관계와 그 영향요인에 대해 분석함으로써 중년여성의 심리 · 정신, 사회, 인지적 측면에서의 간호중재방법을 모색하기 위한 자료로 활용하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 중년여성의 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미, 생성감 및 삶의 만족 정도를 확인한다.
- 일반적 특성에 따른 중년여성의 삶의 만족 차이를 분석한다.
- 중년여성의 삶의 만족과 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미 및 생성감 간의 상관관계를 분 석한다.
- 중년여성의 삶의 만족에 미치는 영향요인을 분석한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 중년여성의 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미, 생성감 및 삶의 만족 정도를 확인하고, 삶의 만족에 미치는 영향요인을 규명하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 온라인 리서치 전문회사인 마크로밀 엠브레인 패널 가입 회원 중 만 40세부터 64세까지의 중년여성을 유한모집단으로 하여 비확률적 표출법으로 온라인 조사에 동의한 사람을 대상으로 편의표출하였으며, 온라인 설문조사를 위해 본 연구의 목적을 이해하고 연구참여 의사가 있어 URL ((Uniform Resource Locator)을 통해 접속한 대상자로 선정하였다.

본 연구에서 필요한 대상자 수는 G*Power 3.12 프로그램을 이용하여 단계적 다중회귀분석을 위한 유의수준 .05, 중간수준의 효과크기 .15, 검정력 .95, 예측변수 즉 독립변수인 노화불안, 대처전략(사회적 지지추구 대처, 문제해결 중심 대처, 회피중심 대처), 자아탄력성, 삶의 의미와 생성감 및 Chang [6]의 연구결과에서 삶의 만족과 유사 개념인 행복의 영향요인으로 나타난 경제상태 등 8개로 설정하여 계산하였을 때 최소 표본수는 160명으로 탈락률 10%를 고려하여 176명에게 설문 조사하였으며, 176명의 설문지를 최종 분석 대상에 포함시켰다.

3. 연구도구

일반적 특성 6개 문항과 노화불안 19개 문항, 대처 33개 문항, 자아탄력성 14개 문항, 삶의 의미 10개 문항, 생성감 27개 문항과 삶의 만족 5개 문항 총 114개 문항으로 구조화된 자기기입식 설문지이다.

1) 노화불안

Lee와 You [19]가 개발한 19문항의 노화불안 척도를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 저자에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 '거의 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점 Likert 척도로 총 19개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 노화불안이 높음을 의미한다. Lee와 You [19]의 연구에서 Cronbach's α α값은 .91이었고, 본 연구에서는 .88이었다.

2) 대처

Shin과 Kim [9]이 개발한 스트레스 대처 전략(Coping Strategy Indicator) 도구를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 저자에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 사회적 지지 추구 대처, 문제해결 중심 대처, 회피중심 대처의 3개 하위 영역으로, '거의하지 않았음' 1점에서 '많이 했음' 3점까지의 3점 Likert 척도로 총 33개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 각 대처 점수가 높음을 의미한다. 도구개발 당시 도구전체의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .84, 사회적 지지 추구 대처 .90, 문제해결 중심 대처 .88, 회피중심 대처 .67이었고 본 연구에서는 전체 .81, 사회적 지지 추구 대처 .87, 문제해결 중심 대처 .90, 회피중심 대처 .71로 나타났다.

3) 자아탄력성

Block과 Kremen [11]이 개발한 자아탄력성 측정도구를 기초로 Alessandri 등[20]이 수정·보완하여 개발한 수정판 회복력 측정도구를 Chang [3]의 연구에서 사용한 측정도구를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 Alessandri 등[20]와 Chang [4]에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 '거의 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점까지의 4점 Likert 척도로 총 14개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 자아탄력성 정도가 높음을 의미한다. Alessandri 등[20]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α α값은 .75였고, 본 연구에서는 .83이었다.

4) 삶의 의미

Steger 등[14]이 개발하고 Won 등[13]이 번역, 타당화한 한국판 삶의 의미 척도(Meaning in Life Questionnaire, MLQ)를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 Won 등[13]에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 '거의 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 7점 Likert 척도로 총 10개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 주관적으로 삶에 많은 의미를 가지고 있는 것을 뜻한다. Won 등[13]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .88이었고, 본 연구에서는 .92이었다.

5) 생성감

Lee와 Lee [15]가 개발한 중년기 생성감 척도를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 저자]에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 '거의 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지의 5점 Likert 척도로 총 27개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 생성감 정도가 높음을 의미한다. Lee와 Lee [15]의 연구에서 Cronbach's α 값은 .92였고, 본 연구에서는 .93이었다.

6) 삶의 만족

삶의 만족은 Diener 등[21]이 개발하고, Cho와 Cha [22]가 번역한 측정도구를 사용하였다. 본 측정도구의 사용을 위해 Cho와 Cha [22]에게 이메일을 통해 연구의 목적과 필요성을 설명하고 사용승인을 받았다. 본 도구는 '매우 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 7점까지의 7점 Likert척도로 총 5개 문항으로 구성되어 있으며, 점수는 평균평점으로 계산하여 점수가 높을수록 삶의 만족도의 정도가 높음을 의미한다. Cho와 Cha [22]의 연구에서 Cronbach's α 값은 .91이었고, 본 연구에서는 .94이었다.

4. 자료수집

본 연구는 서울, 경기, 인천 및 충남 4개 지역 지역에 거주하고 있는 만 40~64세의 마크로밀엠브레인 패널 가입 회원을 대상으로 자료수집하였으며, 자료수집기간은 2022년 3월 1일부터 2022년 3월 10일까지이었다. 자료수집은 마크로밀엠브

레인 패널 가입 회원 중 회사에서 참여 이메일을 받은 대상자가 온라인에 접속하여 끝까지 진행하면 설문지 응답에 동의한 것으로 간주하였고, 총 1회, 15-20분 정도의 시간이 소요되었다.

5. 윤리적 고려

본 연구는 연구 시작 전 대상자에 대한 윤리적 고려를 위해 공주대학교 기관생명윤리의원회(Institutional Review Board, IRB)에 연구계획서를 제출하고 심의 및 동의면제를 받았다(KNU_IRB_2022-015). 본 연구자는 대상자에게 설문지 작성 전 언제든지 연구에 참여하지 않을 자유가 있고, 참여하지 않더라도 어떠한 불이익이 없다는 점과 원치 않으면 언제든지 온라인 설문지 작성을 중단하면 더 이상 진행되지 않음을 공지하였다. 연구를 진행하는 동안 수집된 자료 등은 연구자만 사용할 수 있는 개인 USB에 저장하여 잠금장치가 있는 개인 사물함에 보관하였으며, 연구 종료 3년 경과 후 자료를 삭제할 것이다. 온라인 전문회사(마크로밀엠브레인 www.embrain.com) 자체 시스템에서 작성한 설문지 및 코딩자료는 종료 후 회사 내부 데이터베이스에 3개월간 보관되며, 3개월 후 작업자들의 컴퓨터에 남아있는 자료는 자동 삭제됨으로써 익명성과 비밀보장에 관한 윤리적 측면을 최대한 고려하고 있다.

6. 자료분석

수집한 자료는 SPSS/WIN 25.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 분석방법은 다음과 같다.

- 연구대상자의 일반적 특성, 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미, 생성감 및 삶의 만족 정도는 서술통계를 구하였다.
- 일반적 특성에 따른 연구대상자의 삶의 만족 정도의 차이는 independent t-test, one-way ANOVA 및 사후 검정은 Scheffé test로 분석하였다.
- 연구대상자의 삶의 만족과 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미, 생성감 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 연구대상자의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 단계적 다중회귀분석(stepwise multiple regression)으로 분석하였다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 대상자의 일반적 특성은 다음과 같다(Table 1). 대상자의 평균 연령은 53.07±5.79세였으며, 50~59세가 67.6%, 40~49

Table 1. General Characteristics of the Participants and Differences in Life Satisfaction according to General Characteristics (*N*=176)

Characteristics	Categories	n (%) or M±SD	Life satisfaction			
			M±SD	t or F	*p*	Scheffé
Age (year)	40~49	33 (18.8)	3.58±1.39	0.48	.617	
	50~59	119 (67.6)	3.52±1.32			
	60~64	24 (13.6)	3.81±1.31			
		53.07±5.79				
Education	High school[a]	35 (19.9)	3.31±1.30	4.20	.016	a < b < c
	University[b]	115 (65.3)	3.50±1.32			
	Graduate school[c]	26 (14.8)	4.23±1.24			
Spouse	Yes	140 (79.5)	3.67±1.27	2.08	.246	
	No	36 (20.5)	3.16±1.47			
Religion	Yes	96 (54.5)	3.75±1.29	2.03	.480	
	No	80 (45.5)	3.35±1.35			
Occupation	Yes	146 (83.0)	3.56±1.34	-0.17	.737	
	No	30 (17.0)	3.61±1.29			
Economic status	Low	56 (31.8)	2.61±1.14	-7.54	< .001	
	≥ Medium	120 (68.2)	4.02±1.16			

M=mean; SD=standard deviation.

Table 2. Descriptive Statistics of the Research Variables (*N*=176)

Variables	Categories	M±SD	Passible range	Min	Max
Aging anxiety		3.14±0.54	1~5	1.00	4.47
Coping	Social support seeking	1.92±0.41	1~3	1.00	2.91
	Problem solving	2.27±0.41	1~3	1.09	3.00
	Avoidance	1.78±0.34	1~3	1.00	2.64
Ego-resilience		2.68±0.42	1~4	1.43	3.79
Meaning of life		4.86±0.98	1~7	2.00	7.00
Generativity		3.20±0.51	1~5	1.15	4.52
Life satisfaction		3.57±1.33	1~7	1.00	6.60

M=mean; SD=standard deviation.

Table 3. Correlation Coefficients among the Research Variables (*N*=176)

Variables	1	Coping			5	6	7	8
		2	3	4				
	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)	r (*p*)
1. Aging anxiety	1.00							
2. Social support seeking	-.01 (.918)	1.00						
3. Problem solving	-.07 (.378)	.40 (<.001)	1.00					
4. Avoidance	.34 (<.001)	-.14 (.073)	-.16 (.038)	1.00				
5. Ego-resilience	-.15 (.054)	.25 (.001)	.44 (<.001)	-.17 (.028)	1.00			
6. Meaning of life	-.23 (.002)	.33 (<.001)	.49 (<.001)	-.22 (.004)	.60 (<.001)	1.00		
7. Generativity	-.24 (.001)	.26 (<.001)	.28 (<.001)	-.16 (.036)	.54 (<.001)	.62 (<.001)	1.00	
8. Life satisfaction	-.43 (<.001)	.27 (<.001)	.07 (.367)	-.25 (.001)	.33 (<.001)	.46 (<.001)	.57 (<.001)	1.00

세는 18.8%, 60~64세가 13.6% 순이었다. 교육은 대졸 65.3%로 가장 많았고, 고졸 19.9%, 대학원졸 14.8% 순이었다. 배우자가 '있다'고 응답한 대상자는 79.5%로 대부분을 차지하였고, 종교는 '있다'고 응답한 대상자가 54.5%, 직업이 '있다'고 응답한 대상자는 83.0%였다. 또한 대상자의 지각된 경제상태는 '중' 이상이 68.2%로 과반수 이상이었다.

2. 대상자의 삶의 만족 및 제 변수들에 대한 서술통계

본 대상자의 삶의 만족 및 제 변수의 정도는 다음과 같다(Table 2). 중년여성의 삶의 만족 점수는 최저 1.00점에서 최고 6.60점까지로 평균점수는 3.57±1.33점이었으며, 노화불안은 최저 1.00점에서 최고 4.47점까지로 평균점수는 3.14±0.54점이었다. 대처의 3개 하위영역 중 사회적 지지 추구대처는 최저 1.00점에서 최고 2.91점까지로 평균점수는 1.92±0.41점이었으며, 문제해결중심 대처는 최저 1.09점에서 최고 3.00점까지로 평균점수는 2.27±0.41점이었고, 회피중심 대처는 최저 1.00점에서 최고 2.64점까지로 평균점수는 1.78±0.34점이었다. 자아탄력성은 최저 1.43점에서 3.79점까지로, 평균점수는 2.68±0.42점이었으며, 삶의 의미는 최저 2.00점에서 최고 7.00점까지였으며, 평균점수는 4.86±0.98점, 생성감은 최저 1.15점에서 최고 4.52점까지로 평균점수는 3.20±0.51점이었다.

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족 정도의 차이

일반적 특성에 따른 삶의 만족 정도의 차이를 분석한 결과는 다음과 같다(Table 1). 삶의 만족 정도는 교육(F=4.20, p=.016), 지각된 경제상태(t=-7.54, p<.001)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 교육은 '고졸' 보다 '대졸'이, '대졸' 보다 '대학원졸'이, 지각된 경제상태는 '하'인 대상자 보다 '중' 이상이라고 응답한 대상자가 더 삶의 만족 정도가 높은 것으로 나타났다.

4. 대상자의 삶의 만족과 제 변수간의 상관관계

대상자의 삶의 만족과 사회적 지지 추구 대처(r=.27, p<.001), 자아탄력성(r=.33, p<.001), 삶의 의미(r=.46, p<.001), 생성감(r=.57, p<.001)간에 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 노화불안(r=-.43, p<.001), 회피중심 대처(r=-.25, p<.001)와는 통계적으로 유의한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

5. 대상자의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인

삶의 만족을 설명하는 요인들의 상대적인 영향력을 확인하기 위하여 일반적 특성 중 유의한 차이가 있는 것으로 나타난 교육 및 지각된 경제상태 변수를 투입하였고, 더미(dummy) 변수로 전환하여 분석하였다. 그리고 독립변수인 노화불안, 대처 중 삶의 만족과 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타난 사회적 지지 추구 대처, 회피중심 대처 및 자아탄력성, 삶의 의미와 생성감을 투입하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다. 등분산 검정을 위해 잔차도표(plot)를 살펴본 결과 등분산성이 확인되었고, 잔차의 독립성 검증을 위한 Durbin-Watson 값이 1.77로 나타나 독립성 가정을 만족하였다. 오차항의 정규성 검증을 위해 독립성을 확인하기 위한 P-P 도표를 살펴본 결과 정규분포를 보였다. 또한 독립변수 간 다중공선성 평가에서 공차한계(tolerance)는 0.56~~0.97로 0.1 이상이었으며, 제 변수들의 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.04~~1.79로 10 이상을 넘지 않아 잔차의 등분산성과 정규분포성의 기본가정을 만족하였다.

대상자의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인은 다음과 같다(Table 4). 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인들의 상대적인 영향력을 확인하기 위하여 단계적 다중선형회귀분석을 실시한 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났다(F=40.78, p<.001). 삶의 만족에 영향을 미치는 요인에는 생성감(β=.28, p<.001), 지각된 경제상태(중 이상)(β=.33, p<.001), 노화불안(β=-.27, p<.001), 삶의 의미(β=.18, p=.009), 사회적 지지 추구 대처(β=.12, p=.023)로 나타났다. 이들 5개 변수의 설명력은 약 53%였다. 이상의 결과를 통해 생성감, 지각된 경제상태, 노화불안, 삶의 의미 및 사회적 지지 추구 대처가 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 변수로 확인되었다.

이상의 결과를 통해 생성감, 지각된 경제상태, 노화불안, 삶의 의미 및 사회적 지지 추구 대처가 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 변수로 확인되었다.

논 의

본 연구는 중년여성의 노화불안, 대처, 자아탄력성, 삶의 의미 및 생성감의 변수를 활용하여 삶의 만족과의 관계와 그 영향요인에 대해 통합적으로 분석하고, 분석 결과를 토대로 중년여성의 삶의 만족도를 높이기 위한 간호중재를 개발하는데 기초자료로 활용하고자 한다.

본 연구결과에서 중년여성의 삶의 만족 점수는 7점 만점에 3.57점이었다. 같은 도구를 사용하여 서울과 수도권 중년여성의 삶의 만족도를 측정한 Bak [5]의 연구에서는 5.05점, 50~64세 중년여성을 대상으로 측정한 점수는 5점 만점 중 3.57점[23]으로 연구마다 다소 차이가 있는 것으로 나타났다. 이와 같이 삶의 만족도에 차이가 나타나는 것에 대해 Park [24]은 삶의 만족도란 개인체계(개인, 건강 요인) 및 사회환경체계(가족, 사회문화요인)요인과 이들 요인이 상호작용하여 복합적으로 영향을 미치기 때문이라고 설명하고 있다. 또한 최근 삶의 만족도의 개념이 육체적 건강, 경제적인 부와 같은 객관적인 지표에서 정신적 건강, 가족 및 사회적 관계, 정서적 안정, 종교 및 영성

Table 4. Factors Influencing Life Satisfaction (*N*=176)

Variables	B	SE	β	t	*p*	Multicollinearity	
						Tolerance	VIF
(Constant)	1.42	0.70		2.03	.044		
Economic status, ≥medium (ref.=row)	0.95	0.16	.33	6.09	<.001	.89	1.13
Generativity	0.73	0.18	.28	4.04	<.001	.56	1.79
Aging anxiety	-0.66	0.13	-.27	-4.92	<.001	.92	1.09
Meaning of life	0.24	0.09	.18	2.65	.009	.60	1.66
Social support seeking	0.36	0.16	.12	2.30	.023	.97	1.04
			R^2=.55, Adj. R^2=.53, F=40.78, p<.001				

B=unstandardized regression coefficient; SE=standardized error; VIF=variance inflation factor; β=standardized regression coefficient.

등 주관적 지표 중심으로 바뀌고 있어[24], 추후 삶의 만족에 관한 연구 시 주관적 지표를 고려한 체계적인 연구가 필요하다고 본다.

본 연구대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족 정도는 교육, 지각된 경제상태에 따라 차이가 있었다. 이러한 결과는 중년후기 여성을 대상으로 연구한 Lee [23]의 연구에서 소득, 경제상태, 교육, 취업여부 등에 따라 삶의 만족에 차이를 보인 결과와 유사하였으며, 교육수준이 높을수록 고소득의 취업 기회가 더 많아지고 경제적인 여건이 나아질 수 있는 조건과 연결되면서 삶의 만족에 차이를 가져오는 것으로 유추할 수 있다. 또한 교육(학력)은 삶의 만족과 유사 개념인 현재의 행복 수준에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인으로 보고되고 있고[6], 교육과 경제상태에 따라 주관적 안녕에 유의한 차이가 있는 것[4]으로 나타나 본 연구결과와 맥락을 같이 한다. 경제상태의 경우 특히 중년기는 질병, 자녀의 결혼, 노후 준비 등 소득보다 지출이 많아 재정적 부담이 큰 시기이므로 중년후기 성인의 삶의 만족이 경제상태에 따라 차이가 있음을 뒷받침한다. 이에 따라 정부와 지방자치단체에서는 중년여성을 대상으로 삶의 만족도를 높일 수 있는 교육의 기회를 제공하고 경제적 활동과 관련 관련된 요구도를 분석하여 일자리 창출 및 경제활동의 방안과 기회를 제공할 필요가 있다.

본 연구에서 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인은 지각된 경제상태, 생성감, 노화불안, 삶의 의미, 사회적 지지 추구 대처로 나타났다. 그중 중년여성의 삶의 만족에 가장 큰 영향을 미치는 변수는 지각된 경제상태였으며, 경제상태를 중 이상으로 지각한 여성이 하로 지각한 여성보다 삶의 만족이 더 높았다. Yeom [25]의 연구에서도 중장년층의 삶의 만족도에 인구학적 특성 중 월평균 소득이 가장 큰 영향을 미치는 변수로, 월평균 소득이 높을수록 삶의 만족도가 높은 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하였다. 또한 중년기는 사회 · 경제적 활동의 결과로 수준 높은 삶에 대한 열망과 이를 실현할 수 있는 자원을 갖게 되는 시기이지만 경제적 수준의 차이는 미래에 대한 두려움과 함께 노화불안에 영향을 미치며, 주관적 안녕에 영향을 미친다[26]고 보고되고 있어 본 연구결과를 뒷받침한다.

또한 생성감은 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 변수로 나타났다. Chang [4]의 연구에서도 생성감이 중장년층의 주관적 안녕에 가장 큰 영향력을 미치는 변수로 나타나 본 연구결과를 간접적으로 뒷받침한다. 특히 중년기에는 자신의 역할, 나이들어감, 성정체감 등 현재의 자기를 수용하고 만족하는 태도를 가짐으로써 '중년의 정체감' 확립이 중요하다고 언급하고 있다. 생성감과 삶의 만족과의 관계에서 생성감은 심리적 안녕감, 자아존중감, 삶의 만족도와 관련 관련이 있으며, 생성감을 획득하는 과정에서 주관적 안녕을 느낄 수 있는 것[28]으로 보고되고 있다. Ji [27]는 생성감이 중년기의 삶의 만족, 행복과 정적관계가 있으며, 삶의 의미추구가 생성감을 높이고, 생성감을 통해 행복감을 느낀다고 하였다. 그러나 중년기에는 이 시기에 초래되는 심리적 변화를 잘 수용하지 못하게 되면 불안, 우울, 신경과민과 같은 정신적인 변화를 겪게 되고, 신체적, 사회적 활동 저하를 초래하여 중년기 발달과업인 생성감 확립에 영향을 주며, 삶의 질이 저하되는 것으로 보고되고 있어[15], 이에 대한 관리가 필요하다. 따라서 중년여성의 삶의 만족도를 높이기 위해서는 중년기의 발달과업인 생성감을 높여야 하며, 이를 높이는 방안으로 현재의 모습에 대해 긍정적으로 생활하며, 남은 인생에 대해 진지하게 생각하고, 새로운 것에 대한 도전과 용기를 가져야 한다. 더불어 타인과의 친밀한 관계를 유지하면서 타인들과 가까워지는 삶을 살아가도록 격려할 필요가 있다. 또한 지역 지역사회 내 일차건강관리기관의 간호사를 비롯한 보건의료 전문가는 중년여성을 대상으로 정신·심리 건강 프로그램과 상담, 자조모임 운영을 통해 자아발견, 관계형성 및 생성감 향상이 이루어질 수 있도록 지원해야 할 것이다.

노화불안이 삶의 만족에 영향을 미치는 변수로 나타났는데, 선행연구결과에서 노화불안은 삶의 만족에 직접적인 영향을 주는 변수로 확인되지는 않았지만, Yeom [25]의 연구에서도 중장년층은 노년기를 앞두고 심리적 불안감과 자신감이 떨어질 수 있으므로 이는 삶의 질을 저하시키는 요인으로 작용할 수 있음을 강조하고 있어 본 연구결과를 뒷받침한다. 그리고 노화불안이 생성감에 영향을 미치며[6], 생성감은 중장년층의 주관적 안녕에 영향을 미치는 중요한 요인으로[4] 확인되어 노화불안이 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 변수임을 추측할 수 있다. 중년여성의 노화불안과 삶의 만족과는 음의 상관관계를 보였는데, 이러한 결과는 노화불안이 높을수록 주관적 안녕감이 낮아진다고[26] 보고되고 있어 본 연구결과를 뒷받침한다. 또한 중년후기 여성의 노화불안은 성공적 노화에 대한 인식과 음의 상관관계가 있으며[8], 노화불안이 높을수록 수면장애, 우울, 죽음에 대한 공포, 및 삶의 질 저하 등 부정적인 결과[6,8,19]를 초래하는 것으로 보고되고 있어 중년기 여성들이 스스로 노화과정을 긍정적으로 수용할 수 있도록 인지적 변화를 돕는 간호중재가 요구된다.

또한 삶의 의미가 중년여성의 삶의 만족에 영향하는 변수로 확인되었는데, 삶의 의미는 인간의 삶에 필수적인 요소로 웰빙과 건강에 영향을 미치는 변수로 작용하며, 특히 노인의 경우 삶의 의미 정도가 높을수록 삶의 만족감과 주관적 행복감이 높

아진다고 보고되고 있어[28] 본 연구결과와 유사하였다. 삶의 의미와 삶의 만족과의 관계에서 삶의 의미가 높을수록 긍정적인 정서를 지니며, 삶의 의미는 삶의 질 및 안녕감과 밀접한 관계[4]가 있는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구결과를 통해 본 연구결과를 지지한다. 따라서 중년여성의 삶의 만족 정도를 높이기 위해서는 자신의 인생을 재평가하는 과정 중 삶의 의미를 통해 가치와 정체성을 재정립하도록 유도하는 것이 중요하다.

대처방식 중 사회적 지지 추구 대처가 중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 변수로 나타났다. 중년기에는 다양한 스트레스로 인해 정신·심리적 문제가 야기되며, 이는 안녕감을 위협하고 있어, 이에 따른 대처방식이 중요한 것으로 보고되고 있다[3]. 사회적 지지 추구 대처는 성별에 영향을 받으며, 여성이 남성보다 더 선호하는 대처방식으로, 정보나 조언을 구하는 것과 도움을 요청하는 전략이 포함된다[9]. 특히 여성들은 친구나 자녀 또래의 학부모를 통해 정보를 얻거나 배우자 또는 주위의 도움을 받고자 하며, 워킹맘인 경우 직장 내 취업모와의 지지망을 활용하여 일과 가정 양립을 위한 정보나 조언을 구하고, 정서적 지지를 얻는 반면, 남편인 남성은 일과 가정 양립을 촉진하면서 가장으로서 상황을 피하지 않고 맞부딪혀 직접적으로 문제를 다루려는 문제해결 대처방법을 활용하는 것으로 나타났다[29]. 이는 본 연구의 대상자가 중년여성임을 감안할 때 대처방식 중 문제해결중심 대처보다는 사회적 지지 추구 대처방식이 중년여성의 삶의 만족에 더 영향하는 변수로 나타났다고 유추할 수 있다. 그러나 Chang [30]의 연구에서는 문제해결중심 대처가 중년기의 주관적 안녕에 영향을 미치는 변수로 나타났다. 이러한 결과는 개인이 스트레스를 지각하고 대처하는 방법에 따라 그 영향력이 달라지므로 중년여성 개개인이 선호하는 스트레스 대처방식을 파악하여 그 대처방식에 적합한 간호중재를 제공할 필요가 있다. 삶의 만족과 대처방식 중 사회적 지지 추구 대처는 양의 상관관계를 보였는데, 선행연구에서 이러한 관계를 분석한 연구가 부족하여 비교하기는 어렵다. 그러나 사회적 지지 추구 대처는 스트레스 상황에 대하여 조언이나 정서적 지지를 찾음으로써 대처하려는 방식[9]으로, 사회적 지지망의 확보는 건전한 중년기 삶을 유지하는 데 필수적인 요소로[6], 사회적 관계 속에서 개인이 사회적 지지 체계나 자원들의 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕감이 높다[4]고 보고된 연구결과와 유사하다.

중년여성의 대처방식 중 회피중심 대처는 삶의 만족에 영향하는 변수로 나타나지는 않았지만 삶의 만족과 음의 상관관계를 보였다. 대처방식과 삶의 만족과의 관계를 확인할 수 있는 선행연구결과가 없어 직접적으로 비교할 수는 없으나 대처란, 인간의 적응 노력 과정을 가장 잘 반영하는 개념으로[10], Hong과 Lee [31]의 연구에서는 중년여성의 대처는 부정적 대처, 외부도움 요청, 신앙에의 의지, 회피, 감정표출, 이성적 대처 순으로 나타났으며, 연령이 증가할수록 부정적인 대처를 사용하는 것으로 나타났다. 회피중심 대처는 문제상황에 직접 부딪히기보다는 심리적인 거리를 두고 외면하려는 측면을 반영한 것으로[9], Chang [30]의 연구에서는 회피중심 대처 점수가 낮을수록 주관적 안녕감이 높은 것으로 나타나 본 연구결과를 뒷받침하고 있다. 결과적으로, 목표를 이루기 위해 일하고 도전하는 활동은 개인의 삶이 의미있다고 느끼게 해주며, 가족 및 가까운 지인과의 관계중심 활동이 삶의 질과 관계가 있어 긍정적이고 적극적인 성취경험과 사회적 지지를 위한 관계망을 형성할 수 있도록 간호중재가 필요하다고 본다.

자아탄력성은 중년여성의 삶의 만족과 유의한 양의 상관관계가 있었으나 삶의 만족 예측 변인으로서의 설명력은 없는 것으로 나타났다. 그러나 자아탄력성이 높은 개인은 일상생활 속에서 부딪치는 환경적 위기상황에 유연하게 반응함으로써 성공적인 적응을 통해 삶의 만족감을 얻을 수 있는 것으로[3] 보고되고 있어 이들 변수 간의 인과관계 등 추후 연구가 필요하다.

이상의 결과를 통해 중년여성의 삶의 만족도를 향상시키기 위해서는 중년기 발달과업 중 생성감의 확립으로 노화에 대한 불안을 감소시키고 사회적 지지 체계의 강화 및 경제에 대한 정보자원 활용 및 삶의 의미 추구를 통해 개별화된 삶의 만족을 위한 간호중재 프로그램이 요구된다. 나아가 건강한 노후 준비를 위해 삶 속에서 인지한 다양한 중년기 문제 등을 새로운 관점에서 재구성하고 이해하는 능동적인 대처 과정이 필요하다고 본다.

본 연구는 중년여성의 삶의 만족도를 향상하기 위해 기본간호중재의 중요성 인식에 초점을 맞춰 다양한 측면의 변수들을 고려하였으며, 밝혀진 요인을 토대로 간호중재개발을 위한 기초자료를 제공하였다는 점에서 의의가 있다고 본다. 그러나 본 연구는 온라인을 통한 설문조사로 응답이 편향되었을 가능성을 배제할 수 없으며, 일부 지역 지역에 거주하는 중년여성을 편의표집하여 연구결과를 일반화시키기에는 제한이 있다.

결 론

중년여성의 삶의 만족에 영향을 미치는 요인에는 지각된 경제상태, 생성감, 노화불안, 삶의 의미 및 사회적 지지 추구 대처

가 유의한 예측요인으로, 이들 5개 변수의 설명력은 약 53%였다. 본 연구에서는 통제변수로 사용한 교육과 독립변수 대처 중 회피중심 대처와 자아탄력성은 중년여성의 삶의 만족에 영향을 주는 변수로 작용하지 않았다. 따라서 본 연구에서 확인된 중년여성의 삶의 만족 영향요인을 토대로 이들의 발달과업인 생성감 확립, 국가 경제자원을 활용할 수 있는 정보제공, 노화불안 감소, 긍정적인 삶의 의미에 대한 인식 및 사회적 지지 체계 확보를 위한 관계망의 확충 등 지역 지역사회 중심의 다양한 간호중재 프로그램을 개발하고 이를 적용해야 할 필요가 있다.

CONFLICTS OF INTEREST
The authors declared no conflict of interest.

AUTHORSHIP
Study conception and design acquisition - Kim, HK and Chang, HK; Data collection - Kim, HK and Chang, HK; Data analysis & Interpretation - Kim, HK and Chang, HK; Drafting & Revision of the manuscript - Kim, HK and Chang, HK.

REFERENCES

1. Statistics Korea. 2020 population and housing census [Internet]. Seoul: Statistics Korea; 2021 [cited 2022 March 2]. Available from: https://kostat.go.kr/assist/synap/preview/skin/miri.html?fn=cacd319574642729120153&rs=/assist/synap/preview
2. Korea Institute of Public Administration. Korea social integration survey 2022 [Internet]. Seoul: Korea Institute of Public Administration.; 2022 [cited 2022 June 18]. Available from: https://www.kipa.re.kr/synap/skin/doc.html?fn=FILE_0000000000124380&rs=/convert/result/201512/
3. Chang HK. Influencing factors on mid-life crisis. Korean Journal of Adult Nursing. 2018;30(1):98-105. https://doi.org/10.7475/kjan.2018.30.1.98
4. Chang HK. Factors affecting subjective well-being of the middle-aged class. Medico-Legal Update. 2020;20(4):2384-2389. https://doi.org/10.37506/v20/i1/2020/mlu/194577
5. Bak MH. The relationship between self-reflection of middle-aged women and life satisfaction: mediating effect of searching for meaning and presence of meaning. Counseling Psychology Education Welfare. 2021;8(6):277-288. https://doi.org/10.20496/cpew.2021.8.6.277
6. Chang HK. The health status, aging anxiety, social networking, generativity, and happiness of late middle-aged adults. The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education. 2021;27(4):392-401. https://doi.org/10.5977/jkasne.2021.27.4.392
7. Neugarten BL, Havighurst RJ, Tobin SS. The measurement of life satisfaction. Journals of Gerontology. 1961;16(2):134-143. https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134
8. Lee EJ, Sung MH. Impacts of health perception, aging anxiety and perception of successful aging on health promotion behavior of late middle-aged women. Korean Journal of Women Health Nursing. 2017;23(3):181-190. https://doi.org/10.4069/kjwhn.2017.23.3.181
9. Shin HJ, Kim CD. A validation study of coping strategy indicator (CSI). Korean Journal of Counseling And Psychotherapy. 2002; 14(4):919-935.
10. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. 1st ed. New York: Springer; 1984. p. 1-460.
11. Block J, Kremen AM. IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. Journal of Personality and Social Psychology. 1996;70(2):349-361.
12. Shin MH. The effects of ego-resiliency, marital communication, and mental health on happiness in middle aged women. Journal of the Korean Applied Science and Technology. 2021; 38(2):378-388. https://doi.org/10.12925/jkocs.2021.38.2.378
13. Won DR, Kim KH, Kwon SJ. Validation of the Korean version of meaning of life questionnaire. The Korean Journal of Health Psychology. 2005;10(2):211-225.
14. Steger MF, Frazier P, Oishi S, Kaler M. The Meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. Journal of Counseling Psychology. 2006;53(1):80-93. https://doi.org/10.1037/0022_0167.53.1.80
15. Lee OH, Lee JY. Construct exploration and validation of midlife generativity scale. Korean Journal of Counseling. 2012;13 (2):665-688.
16. Erikson EH, Erikson JM. The life cycle completed. 1st ed. New York: Norton; 1998. p. 1-134.
17. Yang HJ. The effects of generativity and family relationship of subjective well-being for midlife housewives -Focused on the moderating effect of social activity- [master's thesis]. Seoul: Yonsei University; 2005. p. 1-82.
18. Landes SD, Ardelt M, Vaillant GE, Waldinger R. Childhood adversity, midlife generativity, and later life well-being. The Journals of Gerontology: Series B. 2014;69(6):942-952. https://doi.org/10.1093/geronb/gbu055
19. Lee HJ, You MA. Development of an aging anxiety scale for middle-aged women. Journal of Korean Academy of Nursing Administration. 2019;49(1):14-25.
20. Alessandri G, Vecchio GM, Steca P, Caprara MG, Caprara GV. A revised version of Kremen and Block's ego resiliency scale in an Italian sample. Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology. 2007;14(3-4):165-183.
21. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment. 1985;49(1): 71-75.

22. Cho MH, Cha KH. Comparison between countries on the quality of life. Seoul: Jipmoondang. 1998. p. 1-284.
23. Lee KY. The effect of aging anxiety on life satisfaction in middle-aged women-the mediating effect of self-efficacy and family support [dissertation]. Seoul: Hanyoung University; 2022. p. 1-158.
24. Park SY. A comparative study on the determinants of life satisfaction among middle-aged and elderly women. Studies on Life and Culture. 2017;45:135-169.
25. Yeom IS. The effect of preparation for old age on life satisfaction in middle-aged people: focusing on mediating effects of self-efficacy. The Journal of the Korea Contents Association. 2019;19(10):472-486. https://doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.10.472
26. Chang HK. Aging anxiety and subjective well-being of middle-aged women: mediating effects of positive thinking and social support. Journal of Health Informatics and Statistics. 2020;45(3):223-230. https://doi.org/10.21032/jhis.2020.45.3.223
27. Ji EJ. The effect of search for meaning on subjective well-being in middle-aged adult: mediating role of generativity, meaning presence, spirituality. The Korean Journal of Developmental Psychology. 2018;31(4):199-224.
28. Lee SE, Kim BH. Factors associated with meaning in life among elderly female community dwellers living alone. Journal of Korean Academy of Community Health Nursing. 2016;27(3): 221-230. https://doi.org/10.12799/jkachn.2016.27.3.221
29. Im IH. Work-family reconciliation and copings: with a focus on problem solving, support seeking, cognitive restructuring [Dissertation]. Seoul: Ewha Womans University; 2022. p. 1-121.
30. Chang HK, Sohn JN. Stress, stress coping, social support, generativity, and subjective well-being in the middle-aged people. Indian Journal of Public Health Research & Development. 2020;11(4):728-733.
31. Hong DAG, Lee NJ. A study of coping behavior with midaged women's crisis. Korean Journal of Human Ecology. 2006;15 (2):1-11.