

# 중년여성의 문제음주수준이 생활만족도에 미치는 영향: 우울과 자아존중감의 다중매개효과를 중심으로

송진영  
(성결대학교)

본 연구는 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간의 관계에서 우울과 자아존중감의 다중매개효과를 검증하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 보건복지부, 한국보건사회연구원, 서울대학교에서 구축한 제8차 한국복지패널(Korea Welfare Panel) 조사자료 중 40세~59세에 해당하는 중년여성 1,136명을 대상으로 SPSS 20.0과 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS Indirect macro를 수행하였다. 분석결과, 첫째, 중년여성의 우울과 자아존중감의 총효과는 문제음주수준과 생활만족도 간을 매개하는 것으로 나타났다. 둘째, 중년여성의 우울은 문제음주수준과 생활만족도 간의 관계를 매개하는 것을 검증하였다. 셋째, 중년여성의 자아존중감은 문제음주수준과 생활만족도 간의 관계를 매개하는 것을 검증하였다. 이와 같은 연구결과를 토대로, 중년여성의 문제음주로 인해 생활만족도가 낮아질 수 있는 상황에서 우울의 낮춤과 자아존중감의 향상을 통해 그들의 생활만족도를 높일 수 있는 몇 가지 제언을 하였다.

주요용어: 문제음주수준, 생활만족도, 우울, 자아존중감, 중년여성

■ 투고일: 2014.7.31    ■ 수정일: 2014.9.11    ■ 게재확정일: 2014.10.27

## I. 서론

우리사회는 전통적으로 음주에 대한 관대한 문화 속에서 성인 음주율은 해마다 증가하고 있는 추세이다. 특히, 최근에는 여성의 사회적 활동이 증가하면서 여성 음주가 크게 증가하고 있다. 이러한 음주문화의 부정적 결과로 과음, 폭음과 같은 무절제한 음주습관이 19세 이상의 성인에서 나타나고 있다. 2013년 국민건강영양조사의 보고에 따르면, 성인의 평생 음주경험률은 2012년 기준으로 남성이 95.7%, 여성이 83.4%이며 월간 음주율도 남성은 73.4%, 여성은 40.4%로 매우 높은 수준이었으며, 이는 2005년 기준으로 평생 음주경험률이 남성 94.7%, 여성 80.8%에 비해 증가하였으며, 특히 여성의 증가율이 남성보다 더 높은 수준임을 알 수 있다. 이 중에서도 평생음주자의 문제음주율(AUDIT 8~15점)은 2012년 남자 32.4%, 여자 12.9%이었고, 알코올남용(AUDIT 16~19점)은 남자 10.2%, 여자 2.2%, 알코올의존(AUDIT 20점 이상)은 남자 10.3%, 여자 2.1%의 분포를 보였다. 또한 한 번의 술자리에서 소주 7잔을 월 1회 이상 마시는 고위험음주를 하는 여성의 수도 매년 증가하고 있는 추세이다(보건복지부, 2013). 이 보고서에 따르면, 성인여성 중 17.0%가 문제성 음주자라는 것을 알 수 있으며, 특히 고위험음주율을 보면 성인남성의 경우 2005년 기준으로 19.9%에서 21.8%로서 10% 증가한데 그친 반면, 성인여성의 경우 2005년 기준으로 3.4%에서 6.0%로 176%가 증가하였다는데 그 심각성이 있다.

이와 같은 과도한 음주는 뇌, 심혈관질환, 위장관 등과 같은 신체적인 손상과 불면, 치매, 자살 등의 심리적 문제로 인해 개인의 삶은 물론 폭력, 범죄, 의료비지출, 조기 사망 등의 사회적 문제를 초래할 수 있다(정우진 외, 2006). 그에 의하면, 문제음주로 인한 사회경제적 손실비용은 GDP의 2.86%에 달한다고 하였다. 특히, 여성의 음주는 여성의 생리적 특성상 그 폐해가 남성보다 심각한 것으로 알려져 있다. 허만세와 장승욱(2010)에 의하면, 여성은 체지방률이 높고 알코올 분해 효소가 적어 알코올에 취약하며, 적은 양에도 쉽게 알코올 중독에 이르게 되고, 유방암 뿐 아니라 심장병, 골다공증 등 다양한 신체 질환에 쉽게 노출되는 등 남성에 비해 문제음주로 인한 폐해가 더욱 심각하다고 하였다(박희량과 이장주, 2004; 장승욱, 2006; NIAAA, 2008). 특히 국민건강영양조사의 보고에 의하면, 2007년 여성문제음주자 중 20~30대가 차지하는 비율이 57.2%에서 2011년 53.1%로 감소한 반면, 40~50대의 중년여성이 차지하는 비율은 34.5%에

서 37.4%로 중년여성의 문제음주가 늘어나고 있는 실정(보건복지부, 2008; 2012)이며, 도은영 외(2009)와 허만세(2012)에 의하면, 이러한 유해성 음주는 알코올 의존증 환자 발생의 증가와 관련이 있다고 하였다.

한 개인이 자신이 속한 사회에서 활동적이고 생산적인 성원으로서 살아가는데 있어서 생활만족도만큼 중요한 것은 없다. 즉, 생활에서 만족을 추구하는 것은 인간의 기본적인 궁극적인 목표이며, 모든 인간은 질 높은 삶을 증진하는 것을 최대의 관심사로 인식하고 있다. 그러나 여성들은 40대 이후 자기 자신 혹은 남편의 은퇴 등으로 인한 가족 내의 입지변화와 50대의 취업 및 결혼을 이유로 한 자녀의 독립 등 신체적·정서적 변화로 인해 고통을 경험하고, 이로 인해 음주를 선택하는 경향이 있으며, 이러한 중년여성의 문제음주는 자신의 정신건강뿐만 아니라 가정에서의 생활만족도에도 부정적 요인으로 작용한다(이정태, 2006; 이종섭, 2009).

이와 같이 중년여성의 음주문제가 심각한 수준임에도 불구하고 지금까지 음주문제에 대한 국내의 선행 연구들은 주로 남성 위주로 연구되었으며, 여성의 경우에는 대학생 및 젊은 직장여성들을 대상으로 한 연구가 대부분으로서, 중년여성의 문제음주로 인해 낮아진 그들의 생활만족도를 높이고자 하는 국내 연구는 매우 미미한 실정이다. 일부 선행연구를 살펴보면, 가정폭력의 피해 중년여성의 문제음주의 특성을 연구한 장수미(2010)와 김재엽 외(2010), 여성의 문제음주가 우울에 영향을 있다는 것을 밝힌 Gilman과 Abraham(2001), 중년여성의 음주문제가 자아존중감에 영향을 미친다고 보고한 허만세와 손지아(2011), 허만세(2012), 중년층의 문제음주와 생활만족도 간의 관계에서 우울의 매개효과를 검증한 김지훈 외(2013) 등 문제음주의 특성을 살펴보거나 우울, 자아존중감, 생활만족도 등과 같은 요인 한 가지를 탐색해보는 연구 또는 문제음주로 인한 생활만족도에 미치는 단순한 영향관계 위주의 분석을 수행함에 따라 중년여성의 생활만족도에 미치는 영향을 제한적으로 설명할 수밖에 없었다.

따라서 기존의 단순한 시각을 넘어서 또 다른 관점으로 중년여성의 문제음주와 생활만족도를 바라보는 것이 필요하다. 그 중 하나가 중년여성의 문제음주로 인해 그들의 생활만족도가 낮다는 전제하에, 생활만족도를 높이기 위해 새로운 요인변수로서의 매개변수를 찾아내는 것이다. 이와 같은 시도는 중년여성의 문제음주로 인해 낮아진 생활만족도에 미치는 영향 뿐 아니라 여성 및 보건복지정책의 차원에서도 많은 공헌이 있을 것으로 기대된다. 또한 본 연구는 중년여성의 생활만족도가 하나의 단편적인 요인에

의해 영향을 받는 것이 아니라 다중적인 요인에 의해 동시에 영향을 받을 수 있다는 가정을 하였다. 즉, 중년여성이 술을 먹는 이유와 이를 절제하는 것, 그리고 생활만족도 사이에는 그들의 부정적인 측면과 긍정적인 측면의 정신적 건강이 상당한 연관이 있다는 것을 전제하는 것이다. Preacher와 Hayes(2008)에 의하면, 여러 개의 변인이 서로 연관되어 병렬적으로 매개할 때 하나의 다중매개모델로 검증하는 방법이 단일모델을 여러번 수행하는 것보다는 더 효율적이라고 하였다.

이에 본 연구에서는 독립변수인 문제음주수준과 종속변수인 생활만족도 간의 영향관계에서 한국복지패널에서 정신건강으로 정의한 부정적인 측면의 우울과 긍정적인 측면의 자아존중감을 동시에 매개변수로 투입함으로써, 문제음주수준과 생활만족도 간의 직접적인 영향관계 속에서 우울과 자아존중감 등의 상반된 정신건강의 요인들이 그들 간에 다중매개역할을 하여 간접적으로 영향을 미칠 수 있다는 연구를 수행하고자 한다.

따라서 본 연구는 40세 이상 59세 이하의 중년여성을 대상으로 하여 문제음주수준과 생활만족도 간 우울과 자아존중감의 다중매개효과를 밝힘으로써, 문제음주로 인해 생활만족도가 낮은 집단에 대한 생활만족도를 높이는데 기여하고자 하며, 이를 통해 그들 개인의 문제음주로 인한 다양한 문제뿐만 아니라 사회적인 문제도 해소될 수 있도록 실천적·정책적인 관점에서의 기초자료를 제공하는 것을 목적으로 한다.

이러한 목적을 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 중년여성의 문제음주수준은 생활만족도에 영향을 미칠 것인가?

둘째, 우울은 문제음주수준과 생활만족도 간에 어떠한 영향을 미칠 것인가?

셋째, 자아존중감은 문제음주수준과 생활만족도 간에 어떠한 영향을 미칠 것인가?

## II. 이론적 배경

### 1. 중년여성의 생활만족도

중년기를 어떻게 보느냐는 학자마다 다양한 견해차를 보이고 있지만, 가장 보편적이며 일반적인 지표는 연령과 가족생활주기가 있다. 연령상 이영주 외(2011)는 40대와

50대를 중년으로 보는 견해가 무난하다고 하였으며, Rogers(1959)는 35~55세, Buhler(1968)는 45~64세 사이에 해당하는 사람들을 중년으로 구분하였다. 가족생활주기는 신체적 연령보다는 가족 관계의 변화를 중심으로 인간의 발육·발달과정을 구분하는 관점으로서, Borland(1978)는 청소년 자녀의 독립여부를 기준으로 초기 중년과 후기 중년으로 나누었으며, 김미옥 외(2002)는 막내 자녀가 중학교 이상의 연령이며 40~60세 속하는 여성을 중년여성으로 정의하였다. 또한 Levinson(1978)은 생애구조 관점에서 성인중기에 해당하는 40세부터 중년기가 시작되며, 성인후기에 해당하는 60~64세는 중년기가 끝나는 시점이라고 하였다. 이에 상기의 정의를 토대로 중년여성을 정의해보면 40세에서 60세 이전의 여성으로 정의할 수 있다.

인간은 누구나 행복을 추구하면서 살아간다. 행복 추구는 인간의 기본적이고 궁극적인 목표이며, 모든 인간은 질 높은 삶을 증진하는 것을 최대의 관심사로 인식하고 있다. 생활만족도(life satisfaction)라는 용어는 Campbell 외(1976)의 연구에서 좋은 생활이란 경제적으로 안정된 것 그 이상이어야 한다는 관점을 소개하면서부터 사용되었다. 국내에서도 생활만족도에 대한 논의로서, 김규석(2006)은 개인의 삶의 질을 구성한다고 여겨지는 심리적 측면들의 합이라고 정의했으며, 송진영(2009)은 자신의 삶을 긍정적으로 받아들이는 심리적 기능으로서의 안녕감이라고 정의했다.

이처럼, 생활만족에 대한 개념적 정의는 연구하는 연구자에 따라 매우 주관적으로 정의되고 있고 그 개념도 매우 다양하다. 전술한 다양한 생활만족도의 개념적 정의들을 토대로 본 연구에서는 중년여성의 생활만족도를 정의해보면, 40~59세 사이의 중년여성들이, 그들의 생활전반에 대한 행복과 만족에 대해 긍정적으로 받아들이려는 개인의 심리적 기능이라고 정의한다.

## 2. 중년여성의 문제음주수준

우리나라에서 알코올은 가장 흔한 의존성 약물로서, 이로 인한 생물학적, 정신적, 사회적 문제들이 야기되고 있다. 알코올과 관련된 문제음주(problem drink)에 대한 기준은 국가마다 다르다. 윤명숙과 조혜정(2008)에 의하면, 문제음주는 여러 가지 문제를 일으킬 수 있는 음주양태를 총칭하는 것으로 과음(heavy drink), 알코올의존(alcohol

dependency), 알코올남용(alcohol abuse) 등을 모두 포괄하는 개념으로 정의하였으며, 조현섭(2004)은 알코올 사용으로 인하여 가정과 직장에서의 대인관계에서 문제가 야기 되는 경미한 음주에서부터 알코올 남용이나 알코올 의존의 단계에 이르게 되는 음주행동을 위험 및 유해가 있는 문제음주라고 하였다. 또한 미국정신의학회의 알코올 사용장애의 진단 및 통계편람 제 4판(DSM-IV)에서는 알코올 의존(dependence)과 알코올 남용(abuse)의 두 가지로 분류하고 있고, Piccinelli 외(1997)는 위험음주(hazardous drinking)로, 국제질병분류 제 10판(ICD-10)에서는 유해음주(harmful drinking)로 구분하였다(손진군 외, 2003).

문제음주의 선별도구로서는 MAST(Michigan Alcoholism Screening Test)와 CAGE (Cut-down, Annoyed, Guilty-feeling, Eye-opening) 등이 일반적으로 사용되고 있다. 하지만, 이들은 낮은 수준의 문제음주 선별에는 한계를 보임에 따라, 세계보건기구(WHO)에서는 문제음주 개념에 생물학적 개념이 추가된 AUDIT(Alcohol Use Disorder Identification Test) 척도를 알코올 사용장애 진단검사 및 문제음주보다 낮은 단계를 포함한 음주자의 선별 및 조기발견 등 알코올로 인한 음주문제를 효과적으로 선별하기 위해 개발하였으며(Saunders et al., 1993), 외국에서는 Bohn 외(1995)와 Piccinelli 외(1997), 국내에서는 김종성 외(1997) 등이 AUDIT은 MAST 및 CAGE와 높은 상관관계가 있음을 밝혔다. 또한 Saunders 외(1993)는 문제음주를 위험음주와 알코올 사용장애로 구분하고, AUDIT이 이들을 선별하기 위한 대표적인 방법이라고 하였으며, 국내에서도 AUDIT을 문제음주율을 측정하는 데 사용하고 있다(보건복지부, 2008; 2012; 2013).

우리나라는 전통적으로 음주에 대한 사회수용도가 높은 문화를 가지고 있다(허만세, 2012). 반면, 여성의 경우 예로부터 우리사회에서 음주가 금기시되어져 왔다. Wilsnack(1995)은 여성의 문제음주는 남성에 비해 사회적 편견이나 낙인, 무관심 등으로 인해 도움의 손길을 포기하여 방치되거나 치료가 더욱더 어려워 더 큰 문제로 발전할 가능성이 높다고 하였다. 특히, 임신 중인 중년여성의 문제음주는 태아에 치명적인 영향을 미칠 수 있으며, 이로 인해 남성에 비해 음주에 죄의식을 더 많이 느끼게 하여 우울하게 만든다(Fressa et al, 1990). 실제로도 2012년의 보건복지부의 보고에 의하면, 전체 19세 이상 성인 인구의 고위험 음주율은 17.6%였으며 남자 26.5%, 여자 9.4%로 조사되었으며, 남자는 40대, 여자는 20대와 40대에서 고위험음주비율이 매우 높게 나타났다. 최근 중년여성의 고위험음주율<sup>1)</sup>이 빠르게 증가하고 있다(보건복지부, 2012). 또한

중년여성의 알코올 사용장애로 인한 정신장애 평생유병률이 13.4%을 보였다(서울대학교 의과대학, 2011).

### 3. 중년여성의 문제음주수준과 우울 및 자아존중감의 관계

문제음주가 우울과 연관이 있다는 연구결과가 지속적으로 보고되고 있지만, 아직 그 인과관계에 대해서는 명확하게 설명하지 못하고 있다. 음주와 우울과의 선행연구는 알코올이 가지는 독성이 우울, 불안과 같은 심리정신적 문제를 일으킬 수 있다는 즉, 음주가 우울에 영향을 미친다는 독성가설이론(intoxication theory)과 알코올이 가지는 약리적 효과가 긴장, 심리적 스트레스 등을 감소시킬 수 있으며, 이러한 알코올의 긴장감소 속성으로 인해 우울과 스트레스 상황에서 음주가 강화된다는 즉, 우울이 음주에 영향을 미친다는 긴장감소가설(tension reduction theory) 등 이론가마다 상이한 주장을 하고 있다. 송진영 외(2013), Jennifer 외(2009), Nolen-Hoeksema 외(2013) 등은 우울이 음주에 영향을 미친다는 긴장감소가설을 지지한 반면, 윤명숙과 조혜정(2008), 구현진(2008), 권현수(2010), 조혜정과 서인균(2012)은 문제음주가 우울에 영향을 있다는 독성가설을 지지하였다. 국외의 연구에서도 Gilman과 Abraham(2001)은 여성의 문제음주수준이 높을수록 우울이 높다고 하였으며, Caldwell 외(2002)은 여성의 문제음주는 우울에 영향을 미치며, 경미한 음주라 할지라도 우울에 영향을 미친다고 하였다.

자아존중감과 음주 간의 선행연구도 다양하게 보고되고 있다. 김소야자 외(2000)는 음주를 하는 집단과 비음주집단 간에 자아존중감의 평균차이가 없다고 하였으며, 박창승(2003)도 자아존중감이 음주에 영향관계가 없다고 하였다. 허만세(2012), 정선희(2014), Beckman(1978), Dehart 외(2009) 등은 자아존중감이 낮은 사람들이 과다한 음주를 한다고 한 반면, 배지현과 박현식(2006)은 음주가 자아존중감에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 특히 허만세와 손지아(2011), 허만세(2012)는 문제음주가 중년기 여성의 자아존중감을 낮추는 것을 밝혔으며, 권현수(2009)는 문제음주와 자아존중감

1) 음주율에 대한 기준은 월간음주율과 고위험음주율로 구분한 통계가 제시되고 있다. 월간음주율은 최근 1년 동안 한달에 1회 이상 음주한 분율을 말하며, 고위험음주율은 연간 음주자 중 1회 평균 음주량이 7잔 이상(여자는 5잔)이며, 주 2회 이상 음주하는 비율을 말한다. 중년남자의 고위험음주율이 2005년 20.7%에서 2011년에 32.6%로 증가하였으며, 중년여성의 경우 4.0%에서 8.8%로 큰 폭의 증가를 보였다

간에 빈곤노인에서는 부정적인 영향관계를 보인 반면, 비빈곤노인에게는 영향관계가 없음을 밝혔다. 또한 Lipton(1994)은 여성알코올중독자 100명과 일반여성 100명을 비교한 연구에서 여성알코올중독자가 일반여성보다 자아존중감이 더 낮은 영향관계를 보였으며, 정선영(2003)도 여성알코올중독자가 일반여성에 비해 자아존중감이 낮은 것으로 나타났다.

#### 4. 중년여성의 생활만족도에 대한 문제음주수준, 우울, 자아존중감의 관계

문제음주와 생활만족도 간의 선행연구는 성인여성의 생활만족도가 문제음주에 부정적인 영향을 미친다는 것을 밝힌 이현경 외(2012), 생활만족도와 문제음주 간에 양방향의 부정적인 영향관계가 있다고 보고한 Foster 외(2002)의 연구, 문제음주가 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다는 연구 등 다양하게 보고되고 있지만, 중년여성을 대상으로 한 연구는 미미한 실정이다. 이에 문제음주가 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다는 선행 연구를 중년여성에서 확대하여 성인여성으로 확대하여 살펴보면, 성인여성을 대상으로 연구한 윤명숙과 김성혜(2010)에 의하면, 문제음주는 생활만족도에 부정적인 영향관계가 있다고 하였다. 성인여성알코올중독자와 정상여성을 대상으로 생활만족도를 살펴본 정선영(2003)의 연구에서는 성인여성의 알코올중독이 생활만족도에 부정적인 영향이 있음을 밝혔다. 직장을 다니는 성인남성과 여성을 대상으로 연구한 김인주(2009)는 성인남성과 여성의 음주행위가 일상생활에서의 삶의 질을 낮춘다는 것을 밝혔으며, 성인층을 대상으로 연구한 홍인옥(2013)은 성인남성과 여성의 문제음주가 생활만족도를 낮추는 요인이라고 하였다. 국외의 연구를 살펴보면, 가벼운 음주는 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다는 Hingson 외(1981)의 연구와 문제음주는 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다는 Strine 외(2008)의 연구가 보고되고 있다. 반면, 중년남성과 여성을 대상으로 연구한 김지훈 외(2013)에서는 중년남성에서는 문제음주가 생활만족도에 부정적인 영향을 미친 반면, 중년여성은 이들 간에 영향이 없는 것으로 나타났다.

우울이 생활만족도에 영향을 미친다는 중년여성의 선행연구는 매우 미미한 실정이다. 윤명숙과 김성혜(2010)은 성인여성의 우울이 생활만족도에 부정적인 영향관계가 있다



고 하였다. 성인남녀를 대상으로 우울과 생활만족도 간을 연구한 Burckhardt 외(1989)도 성인남녀의 우울이 감소하면 삶을 증진시킬 수가 있다고 하였다. 김현철 외(2002)는 우울이 뇌졸중 성인환자의 삶의 질에 가장 영향을 많이 미치는 요인임을 밝혔다. 여성장애인을 대상으로 생활만족도의 영향요인을 분석한 박주영(2013)은 우울이 생활만족도를 낮추는 요인임을 밝혔다. 임성욱(2006)은 우울이 삶의 만족도에 미치는 영향관계를 구조모형을 통해 살펴본 결과, 우울이 생활만족도에 부정적인 영향이 있는 것을 확인하였다.

자아존중감이 생활만족도에 영향을 미친다는 중년여성의 선행연구를 살펴보면, 중년근로여성의 자아존중감과 생활만족도 간을 연구한 조옥희(2004)는 자아존중감이 생활만족도에 매우 높은 긍정적인 영향관계를 보였다. 중년여성을 대상으로 자아존중감이 생활에서의 행복감을 연구한 김소연(2014)은 자아존중감이 높을수록 생활에서의 만족감이 높다고 하였으며, 김영숙(2006)도 중년여성의 자아존중감은 생활만족도에 긍정적인 영향관계가 있다고 하였다. 일반여성을 대상으로 연구한 윤명숙과 김성혜(2010)에서도 자아존중감이 생활만족도에 긍정적인 영향이 있다고 하였다. 김경숙(2009), 염동문과 이성대(2014)도 자아존중감은 생활만족도에 긍정적인 영향관계가 있다고 하였다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구모형

본 연구는 선행연구를 토대로 하여 중년여성의 문제음주수준이 직접적으로 생활만족도에 영향을 미치고, 우울과 자아존중감은 이들 간의 관계에서 다중매개효과가 있는지를 검증하고자 한다. 본 연구의 모형은 [그림 1]과 같다.

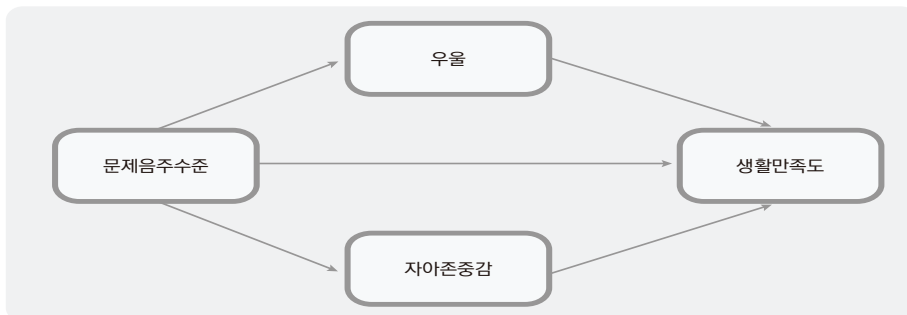
본 연구에서의 연구가설은 다음과 같다.

가설1. 중년여성의 문제음주수준은 생활만족도에 부정적인 영향을 미칠 것이다

가설2. 우울은 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간을 매개할 것이다.

가설3. 자아존중감은 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간을 매개할 것이다.

## 그림 1. 연구모형



## 2. 연구대상

본 연구에 활용한 자료는 보건복지부, 한국보건사회연구원, 서울대학교에서 2013년에 구축하여 2014년에 발표한 제8차 한국복지패널(Korea Welfare Panel) 조사자료이다. 한국복지패널조사는 2006년도부터 현재까지 서울을 포함한 7개 광역시와 제주도를 포함한 9개 도의 가구를 대상으로 전국적으로 진행되고 있는 대표성 있는 종단조사이다. 본 연구에서는 제8차 한국복지패널조사에서 조사한 자료 중 40~59세에 해당하는 중년여성 1,136명을 대상으로 횡단면의 개인표준가중치를 적용하여 자료를 분석하였다.

## 3. 변수의 조작적 정의

### 가. 종속변수: 생활만족도

생활만족도는 지금까지 살아온 생활 전반에 걸쳐 느끼는 주관적인 감정에 대한 판단이며 기대에 대한 충족 정도를 의미한다. 본 연구에 사용된 생활만족도는 8차년도 한국복지패널에서 추출한 8개 영역별 만족도(건강, 가족의 수입, 주거환경, 가족관계, 직업, 사회적 친분관계, 여가생활, 전반적 만족도)로 5점 Likert척도(1=매우 불만족, 2=대체로 만족, 3=그저 그렇다, 4=대체로 만족, 5=매우 만족)로 구성된 것을 8개 값의 평균(mean

값)을 구하여 사용하였으며, 따라서 점수가 높을수록 생활만족도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .722이었다.

## 나. 독립변수: 문제음주수준

본 연구에서는 한국복지패널자료에서 4차년도 이후부터 제공한 세계보건기구에서 개발한 AUDIT을 활용하여 문제음주수준을 파악하였다. AUDIT 척도는 민감도와 특이성에서 적절한 것으로 평가되고 있으며, 많은 연구에서 활용되는 자기보고용 알코올 남용 및 의존 평가척도이다(한국보건사회연구원, 2013). 또한 본 연구에서의 문제음주수준의 평균이 4.083으로서 낮은 수준의 음주를 보임에 따라, Saunders 외(1993)의 주장을 토대로 낮은 수준의 문제음주 선별에는 한계를 보이는 MAST나 CAGE 등의 척도보다는 AUDIT이 본 연구에 적합하다고 판단하여, 문제음주수준을 측정하는데 사용하였다. AUDIT 척도는 지난 1년간 개인이 경험한 음주의 빈도와 양, 알코올 의존증세, 음주와 관련된 문제의 3개의 영역(해로운 음주에 대한 3문항, 알코올 의존에 관한 3문항, 위험한 음주에 관한 4문항), 총 10개의 문항으로 구성되어 있으며, 이들 10개 변수의 값을 합하여 총점이 높을수록 위험하고 해로운 음주행위를 할 가능성이 높다고 평가한다.

세계보건기구의 AUDIT 점수별 평가방법은 AUDIT점수가 8점 이상인 경우에 알코올에 대한 의존성이 있고 위험하고 해로운 음주로 인정한다. 구체적으로, 8점에서 15점 사이의 점수의 사람은 위험한 음주를 줄이기 위한 간단한 상담이 필요하며, 16점에서 19점 사이의 점수의 사람은 대략적인 상담과 지속적인 모니터링이 필요하며, 20점 이상은 알코올 의존에 대한 진단적인 평가를 넘어선 명확한 치료가 필요한 경우로 인정한다(한국보건사회연구원, 2013). 본 연구에서 문제음주수준에 대한 Cronbach's  $\alpha$ 는 .743이었다.

## 다. 매개변수: 우울과 자아존중감

본 연구의 우울척도로는 한국복지패널에서 제공한 Radloff(1977)의 CESD-11(Center for Epidemiological Studied Depression Scale) 척도를 사용하였다. CESD-11 척도는 총 11개의 문항으로 구성되어 있으며, 조사시점을 기준으로 최근 일주일 간 며칠이나 문항에 해당하는 우울감을 느꼈는지에 따라 0~3점을 부여되어 있으며, 2번 문항과 7번

문항은 역코딩하여 총점을 합산하였다. 따라서 우울점수가 높을수록 우울증상이 심함을 의미한다. 본 연구에서의 우울의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .880이었다.

자아존중감 척도는 한국복지패널에서 제공한 Rosenberg(1965)의 Self-Esteem Scale를 사용하였다. 자아존중감 척도는 조사시점 현재일을 기준으로 측정하였으며, 총 10개의 항목으로 구성되어 있다. 점수는 1~4점이 부여되어 있으며, 문항 중 3번, 5번, 8번, 9번, 10번 문항은 역코딩 한 후, 평균점수(mean값)를 구하였다. 따라서 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 자아존중감의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .717이었다.

## 라. 통제변수

본 연구에서 사용한 통제변수들은 생활만족도에 영향을 미치는 선행연구(송진영, 2013)를 토대로 선정하였다. 나이는 회귀분석에서는 연속형 변수를 그대로 사용하였으며, 빈도분석을 위해 '0=40대, 1=50대'로 변환하였다. 학력은 '1=초등학교 졸업 이하, 2=중학교 졸업, 3=고등학교 졸업, 4=대학교 졸업 이상'을 그대로 사용하였으며, 유배우 여부는 '0=기타, 1=유배우'로 더미처리하여 회귀분석을 수행하였고, 종교여부는 '0=없음, 1=있음'으로 더미처리하였다. 건강상태는 '1=매우 건강하지 않다, 2=건강하지 않은 편이다, 3=보통이다, 4=건강한 편이다, 5=아주 건강하다'로 역코딩하여 사용하였으며, 직업여부는 '0=없음, 1=있음'으로 더미처리하였다. 빈곤가정여부는 '0=빈곤가구, 1=정상가구'로 더미처리하였다.

## 4. 자료분석

자료분석은 SPSS 20.0을 활용하였으며, 횡단면의 개인표준가중치를 적용하여 수행하였다. 먼저, 대상자의 인구사회학적 특성을 분석하기 위해 빈도 및 백분율을 산출하였으며, 주요 변수들 간의 상관관계분석을 수행하였다. 또한 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간의 영향력 및 우울과 자아존중감의 다중매개효과를 밝히기 위해 Preacher & Hayes(2008)가 개발한 SPSS Indirect macro를 사용하였다. 매개효과를 검증하는 방법으로 SPSS의 다중회귀분석을 이용하여 Baron과 Kenny(1986), MacKinnon 외(2002)의 Sobel test를 병행하는 방법이 지난 30년여 동안 많이 사용되어 왔으나, 이 방법은

연구모형에서 측정오차를 반영하지 못하고, 정규분포를 항상 가정할 수 없으며, 다중매개와 같은 정교한 매개효과를 검증하는데 한계를 가지고 있다(Preacher & Hayes, 2008; Hayes et al., 2010). 이에 반해 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS macro는 부트스트래핑 방법으로 전체 매개효과 뿐만 아니라 개별 매개효과에 대한 추정치를 제공해 준다. 또한 두 매개변인의 전체 매개효과를 검증해서 제시해줄 뿐, 개별 매개효과에 대한 유의도 검증결과를 위해 추가적인 모형을 제시해야 하는 AMOS와 같은 구조방정식모델과 차별된다. 이에 SPSS Indirect macro는 구조방정식모델과 같이 직접효과, 간접효과, 총효과 등의 개념을 제시하면서 독립변수와 종속변수 간 간접적인 경로를 제시하고 매개효과의 분석방법을 정교화함으로써, 최근 단순매개효과 뿐만 아니라 다중매개효과, 이중매개효과 등의 검증에 유용하게 사용되고 있다(Preacher & Hayes, 2008, Hayes, 2013). 이 분석법에서 매개효과의 확인은 매개효과의 유의성 결과에서 나타난 신뢰구간 내의 간접효과 값에 0이 포함되지 않으면 매개효과가 있는 것으로 판단한다. 따라서 본 연구는 부정적인 정신건강으로서 우울과 긍정적인 정신건강으로서 자아존중감 두 개의 매개변인에 대해 연구가설을 검증하고자 하였기 때문에 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 SPSS Indirect macro를 사용하였다. 본 연구에서는 부트스트랩의 사례수를 5,000개<sup>2)</sup>로 설정하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 분석결과, 연령대는 40대가 698명(61.4%)로서 50대의 439명(38.6%)보다 높게 분포되었다. 학력은 고등학교 졸업이 615명(54.1%)으로서 가장 높게 분포되었으며, 대학교 졸업 이상이 302명(26.6%), 중학교 졸업이 134명(11.8%), 초등학교 졸업 이하가 86명(7.6%) 순으로 나타났다. 유배우여부

<sup>2)</sup> 부트스트랩의 사례수는 연구자에 따라 제안하는 횟수는 다르나, 본 연구에서는 Shrout와 Bolger(2002)가 추천한 5,000번을 설정하였다.

는 유배우인 경우가 929명(81.7%)으로 분포되었으며, 종교가 있는 경우가 51.7%로서 없는 경우의 48.3%보다 높게 분포되었다. 건강상태는 ‘건강한 편이다’가 61.5%로 가장 높게 나타났으며, ‘보통이다’가 19.4%, ‘아주 건강하다’가 12.1%, ‘건강하지 않은 편이다’가 6.6%, ‘매우 건강하지 않다’가 0.3% 순으로 분포되었다. 직업여부는 있는 경우가 72.9%로서 없는 경우의 27.1%보다 높게 분포되었으며, 빈곤가구여부는 정상가구가 89.3%로서 빈곤가구의 10.7%보다 높게 분포되었다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

(n=1,136)

	구 분	빈 도	퍼센트(%)
연령대	40대	698	61.4
	50대	439	38.6
학력	초등학교졸업 이하	86	7.6
	중학교졸업	134	11.8
	고등학교졸업	615	54.1
	대학교졸업 이상	302	26.6
유배우여부	기타	207	18.3
	유배우	929	81.7
종교여부	없음	549	48.3
	있음	587	51.7
건강상태	매우 건강하지 않다	3	.3
	건강하지 않은 편이다	75	6.6
	보통이다	221	19.4
	건강한 편이다	699	61.5
	아주 건강하다	138	12.1
직업여부	없음	308	27.1
	있음	828	72.9
빈곤가구여부	빈곤가구	121	10.7
	정상가구	1,015	89.3

## 2. 주요변인의 기술통계

본 연구에서 주요변수들의 특성을 살펴본 결과는 <표 2>와 같다.

표 2. 주요변인의 기술통계 결과

변수명	빈도	최소값	최대값	평균	표준 편차	왜도	첨도
문제음주수준	1,136	1.00	25.00	3.949	3.440	1.632	3.311
우울	1,136	0.00	26.00	2.958	4.029	1.716	3.859
자아존중감	1,136	1.00	4.00	3.137	.364	-.741	1.847
생활만족도	1,136	1.50	5.00	3.443	.474	-.519	.564

분석결과, 독립변수인 문제음주수준은 최소값이 1, 최대값이 25에서 평균이 3.949로서 중년여성의 음주수준은 낮은 것을 알 수 있었다. 매개변수인 우울은 최소값이 0, 최대값이 26.0에서 평균이 2.958로서 우울수준이 낮은 것을 알 수 있었다. 또 하나의 매개변수인 자아존중감은 4점 척도에서 평균이 3.137로서 비교적 높게 나타났으며, 종속변수인 생활만족도는 5점 척도에서 평균 3.443로서 다소 높은 것을 알 수 있었다. 또한 이들 변수들에 대한 정규성 검증을 위해 왜도와 첨도 등의 살펴본 결과, 정규분포의 기준값인 왜도  $\pm 2$  이하, 첨도  $\pm 4$  이하의 기준을 모두 충족함에 따라 이들 변수들은 정규분포를 이루고 있다고 할 수 있었다.

## 3. 문제음주수준과 생활만족도 간 우울과 자아존중감의 다중매개효과

본 연구는 매개효과를 검증하기 위해 첫째, SPSS의 중다회귀분석을 활용하여 변수들 간의 영향력과 다중공선성을 파악하였다. 둘째, SPSS Indirect macro를 활용하여 Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 절차에 따라 문제음주수준과 생활만족도 간 우울과 자아존중감의 다중매개효과를 검증하였다. 끝으로 MacKinnon 외(2002)의 연구에서 제시한 Sobel 검정을 추가적으로 제시하였다.

### 가. 생활만족도에 대한 문제음주수준, 우울, 자아존중감의 영향력

생활만족도에 대한 문제음주수준, 우울, 자아존중감의 영향력을 살펴보기 위하여 중다회귀분석을 수행하였으며, 분석한 결과는 <표 3>과 같다. 다중공선성은 모든 변수들에서 VIF가 1.2미만이 나옴에 따라 다중공선성의 문제가 없는 것을 알 수 있었다.

표 3. 생활만족도에 대한 AUDIT, 우울, 자아존중감의 영향력(중다회귀분석)

변수명	모델1		모델2	
	$\beta$	t	$\beta$	t
(상수)		10.617		8.210
나이	.049	1.570	.039	1.417
학력	.129	4.207***	.098	3.594*
유배우여부 <sup>3)</sup>	.031	1.105	.011	.418
종교여부	.066	2.490*	.040	1.717
건강상태	.349	12.834***	.265	10.734*
직업여부	-.131	-5.007***	-.112	-4.828*
빈곤가정여부	.195	6.860***	.101	3.919*
문제음주수준	-.060	-2.086*	.016	.694
우울			-.286	-10.420*
자아존중감			.211	7.926*
R <sup>2</sup>	.251		.406	
Adj R <sup>2</sup>	.245		.401	
F	47.097***		76.998***	

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

분석결과, 모델1은 설명력(R<sup>2</sup>값)이 .251, 수정된 R<sup>2</sup>값은 .245, F값은 47.097(p<.001)로 나타났다. 독립변수인 문제음주수준은 -.060(p<.05)로서 부적(-)으로 유의하게 나타남에 따라 문제음주수준이 높을수록 생활만족도가 낮은 것을 알 수 있었다. 통제변수 중에서는 건강상태의  $\beta$ 값이 .349(p<.001)로서 생활만족도에 정적(+)으로 가장 영향력이 있는 것을 알 수 있었으며, 빈곤가정여부가 .195(p<.001), 직업여부가 -.131(p<.01), 학력이 .129(p<.001), 종교여부가 .066(p<.05) 순으로 생활만족도에 영향을 보였다. 따

<sup>3)</sup> 더미변수의 준거집단: 배우자여부(0=기타, 1(준거)=유배우), 종교여부(0=없음, 1(준거)=있음), 직업여부(1=없음, 1(준거)=있음), 빈곤가정여부(0=빈곤가정, 1(준거)=정상가정)



라서 건강상태가 좋을수록, 빈곤가정보다는 정상가정일수록, 직업이 없을수록, 학력이 높을수록, 종교가 있는 경우에 생활만족도가 높은 것을 알 수 있었다.

모델2에서는 우울과 자아존중감을 추가적으로 투입한 결과, 설명력은 40.6%, 수정된 R<sup>2</sup>값은 .401로서 모델1보다 증가하였으며, F값은 76.998(p<.001)로 나타났다. 이는 우울과 자아존중감이라는 변수의 투입이 전체 모형의 설명력을 의미 있게 높여주었다고 볼 수 있다. 모델2에서 독립변수인 문제음주수준의  $\beta$ 값은 .016(p>.05)으로서 유의하지 않은 것을 알 수 있었으며, 우울은 -.286(p<.001)으로서 생활만족도에 부정(-)으로 유의한 영향관계를 보였으며, 자아존중감은 .211(p<.001)으로서 생활만족도에 정적(+)으로 유의한 영향을 보였다. 또한 통제변수 중에서는 모델1에서 생활만족도에 유의했던 종교 여부는 유의하지 않게 나타났다.

#### 나. 문제음주수준과 생활만족도 간 우울과 자아존중감의 다중매개효과 검증

본 연구는 매개효과를 검증하기 위해 통제변수를 고려한 상태에서 SPSS Indirect macro를 활용하여 Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 절차에 따라 분석하였으며, 그 결과는 [그림 2]에 제시하였다.

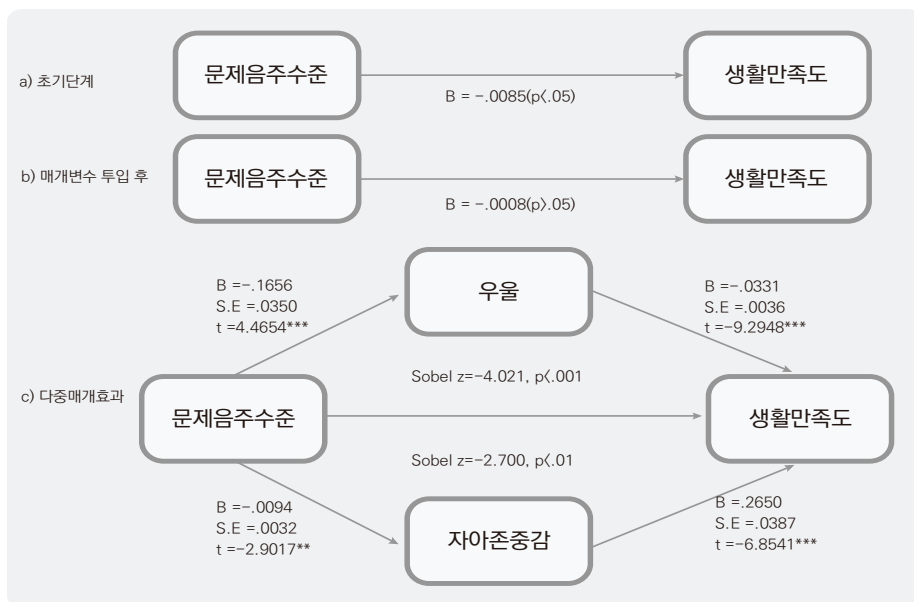
분석절차의 첫 번째 단계는 매개변인이 없는 모형분석으로, 문제음주수준이 생활만족도에 미치는 영향을 살펴본 것이다([그림 2]의 a). 분석결과, 문제음주수준은 생활만족도에 직접적으로 부정적인 영향을 미치는 것을 확인하였다(B=-.0085, p<.05).

두 번째 단계는 매개효과 검증으로서 [그림 2]의 b와 c와 같다. 즉, 우울과 자아존중감의 매개변수가 동시에 투입된 이후에 문제음주수준은 생활만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 변화되었다([그림 2]의 b). 또한 매개변인인 우울과 자아존중감은 문제음주수준과 생활만족도 간에 직접효과와 간접효과가 모두 유의하게 나타났다([그림 2]의 c).

세 번째 단계는 매개효과에 대한 유의성 검증으로, Shrout과 Bolger(2002)가 제안한 부트스트래핑 절차를 적용하여 분석을 통해 유의성을 확인하였다. 우울과 자아존중감의 매개효과의 유의성을 검증한 결과, <표 5>와 같이 우울과 자아존중감의 합인 총매개효과(total indirect effect)의 크기는 -.0077이며, 95% 신뢰구간에서 BC(-.0125 ~ -.0033)가 0을 포함하지 않아 유의미하게 나타났다. 즉, 우울과 자아존중감의 개별 매개효과의 합은 문제음주수준과 생활만족도 간을 매개하는 것을 알 수 있었다. 우울과 자아존중감 각각의

매개효과에 있어, 문제음주수준이 우울을 거쳐 생활만족도로 가는 경로( $B=-.0052$ )는 95% 신뢰구간에서  $BC(-.0083 \sim -.0023)$ 가 0을 포함하지 않아, 우울은 문제음주수준과 생활만족도를 매개하는 요인임을 확인하였다. 또한, 문제음주수준은 자아존중감을 거쳐 생활만족도로 가는 경로( $B=-.0025$ )는 95% 신뢰구간에서  $BC(-.0049 \sim -.0006)$ 가 0을 포함하지 않음에 따라 자아존중감은 문제음주수준과 생활만족도를 매개하는 것을 확인하였다.

## 그림 2. 다중매개효과 검증



(\*\* :  $p < .01$ , \*\*\* :  $p < .001$ )

추가적으로 매개효과의 통계적 유의성을 MacKinnon et al.(2002)의 연구에서 제시한 Sobel 검정을 통해 살펴본 결과, 문제음주수준 → 우울 → 생활만족도 간의 매개경로에서의  $z$ 값이  $-4.021(p < .001)$ <sup>4)</sup>로 나타남에 따라,  $z > 1.96$  또는  $z < -1.96$ 을 만족하므로 매개효과가 있음이 추가적으로 입증되었으며, 자아존중감도  $z$ 값이  $-2.700(p < .01)$ <sup>5)</sup>로서 매개효과가 있음을 추가적으로 밝혔다(그림 2의 c).

4)  $z = \frac{ab}{\sqrt{b^2 * SE_a^2 + a^2 * SE_b^2}}$ ,  $a$ 는 유해음주 → 우울 간의 비표준화 경로계수 = .1656,  
 $b$ 는 우울 → 생활만족도 간의 비표준화 경로계수 = -.0331,  $SE$ 는 표준오차( $a = .0350, b = .0036$ )

표 5. 우울, 자아존중감의 매개효과 유의성 검증

매개경로	매개효과			R <sup>2</sup>	F
	B	SE	BC 95% CI		
문제음주수준 → 우울 + 자아존중감 → 생활만족도	-.0077	.0023	-.0125 ~ -.0033	.3726	58.2547***
문제음주수준 → 우울 → 생활만족도	-.0052	.0017	-.0083 ~ -.0023		
문제음주수준 → 자아존중감 → 생활만족도	-.0025	.0011	-.0049 ~ -.0006		

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

## V. 결론 및 제언

우리사회의 중년여성들은 결혼 이후 자녀의 독립과 배우자의 은퇴 등 다양한 사건으로 인해 신체적·정신적 고통을 경험하는 과정에서 음주를 하는 경향이 있으며, 이는 우울 등 부정적인 정신적 건강의 경험과 함께, 그들의 생활만족도가 낮아질 수 있기 때문에 관심이 증가하고 있다. 이에 중년여성의 문제음주와 생활만족도에 관한 다양한 연구가 시도되고 있지만, 중년여성의 생활만족도에 영향요인으로서 문제음주수준을 설정하고, 정신건강의 대표적인 척도인 우울과 자아존중감을 동시에 투입하여, 우울과 자아존중감이 문제음주수준과 생활만족도에 영향을 미쳐, 그들의 생활만족도를 높이고자 하는 실증적 연구는 매우 미미한 실정이다. 이러한 시각에서 본 연구는 보건복지부, 한국보건사회연구원, 서울대학교에서 구축한 제8차 한국복지패널(Korea Welfare Panel) 조사자료를 활용하여 40~59세의 중년여성을 대상으로 그들의 문제음주수준이 생활만족도에 미치는 영향에 있어 우울과 자아존중감이 동시에 투입되는 상황에서 우울과 자아존중감이 그들 간에 매개효과가 있는지를 실증적으로 확인해봄으로써, 중년여성의 생활만족도를 높이기 위한 몇 가지 방안을 모색하고자 하였다. 이를 위해 본 연구에서는 독립변수로서 문제음주수준, 매개변인으로 우울과 자아존중감, 그리고 종속변수로서 생활만족도를 설정하고, 이들 간 기술통계분석, 상관관계분석, 그리고 회귀분석 및

5)  $z = \frac{ab}{\sqrt{b^2 * SE_a^2 + a^2 * SE_b^2}}$ , a는 유해음주 → 자아존중감 간의 비표준화 경로계수 = -.0094,  
b는 자아존중감 → 생활만족도 간의 비표준화 경로계수 = .2650, SE는 표준오차(a = .0032, b = .0387)

SPSS Indirect macro를 수행하였고, 다음과 같은 결과를 얻었다.

첫째, 회귀분석결과, 통제변수 중에서는 건강상태가 좋을수록, 빈곤가정보다는 정상 가정일수록, 직업이 없을수록, 학력이 높을수록, 종교가 있는 경우에 생활만족도가 높은 것을 알 수 있었다.

둘째, 매개변인이 없는 상태에서 문제음주수준은 생활만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 본 연구결과는 정선영(2003), 김인주(2009), 윤명숙과 김성혜(2010), 홍인옥(2013)과는 동일한 연구결과인 반면, 중년남성은 유의했으나 중년여성에서는 유의하지 않게 나타난 김지훈 외(2013)의 연구와는 상이한 결과였다. 한국복지패널을 분석한 윤명숙과 김성혜(2010) 및 본 논문과 김지훈 외(2013)의 결과가 상이한 것을 비교해보면, 본 논문은 중년여성을 대상으로 문제음주수준도구로서 AUDIT을 사용하였으며, 윤명숙과 김성혜(2010)은 19세 이상의 성인여성을 대상으로 문제음주도구로서 CAGE를 사용하였다. 반면, 김지훈 외(2013)는 중년여성을 대상으로 문제음주도구로서 CAGE와 AUDIT의 하위 변수인 '해로운 음주'를 함께 사용하였다. 이와 같은 결과를 통해 문제음주와 생활만족도 간에 다른 결과를 보이는 이유를 판단해보면, 3개의 논문 모두가 낮은 음주수준을 보였다는 점과 문제음주 측정도구의 선별과 관계된다고 여겨진다.

셋째, 매개효과를 검증한 결과, 우울과 자아존중감의 매개변수가 동시에 투입된 이후에 문제음주수준은 생활만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 변화되었으며, 매개변인인 우울과 자아존중감은 문제음주수준과 생활만족도 간에 직접효과와 간접효과가 모두 유의하게 나타났다. 우울과 자아존중감의 매개효과와 유의성을 검증한 결과, 우울과 자아존중감의 개별 매개효과와 합은 문제음주수준과 생활만족도 간에 매개하는 것을 알 수 있었다. 또한 우울과 자아존중감 각각의 매개효과에 있어, 우울과 자아존중감 각각은 문제음주수준과 생활만족도를 매개하는 요인임을 확인하였다. 이러한 결과는 중년여성이 문제음주로 인해 생활만족도가 낮아진다는 선행연구와 본 연구결과를 토대로, 그들의 낮아진 생활만족도를 높여주기 위해서는 우울과 자아존중감 등의 요인들이 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간에 영향을 미치는 것으로 확인된 바, 이들에 대한 정책적, 실천적 지원이 이루어져야 함을 시사한다. 우울이 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다는 본 연구결과는 김현철 외(2002), 임성욱(2006), 박주영(2013), Burckhardt 외(1989)와 일치하는 결과인 반면, 비빈곤노인은 우울과 생활만족도 간 영향관계가 없다

고 보고한 권현수(2009)와는 상이한 결과였으며, 문제음주가 우울에 영향이 있다는 본 연구결과는 윤명숙과 조혜정(2008), 구현진(2008), 권현수(2010), 조혜정과 서인균(2012)등과 일치하는 결과였다. 또한 문제음주가 자아존중감에 부정적인 영향관계를 보인 본 연구결과는 배지현과 박현식(2006), 허만세와 손지아(2011), 허만세(2012) 등의 연구결과와 동일하였으며, 자아존중감이 생활만족도에 영향을 미친다는 본 연구결과는 조옥희(2004), 김영숙(2006), 김소연(2014) 등의 연구와도 동일한 결과였다.

이상의 연구결과를 토대로 하여 함의를 모색해 보면 다음과 같다.

첫째, 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 간에 동시에 투입한 우울과 자아존중감의 매개효과를 살펴본 결과, 우울은 그들 간의 관계에서 매개효과로 작용하는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 중년여성의 문제음주로 인해 낮아진 생활만족도를 높이기 위해 그들의 우울을 낮추는 것이 필요함을 강조한다. 따라서 문제음주를 하는 중년여성을 대상으로 자신의 우울한 기분을 명확히 인식하고 조절하도록 돕는 개입이 효과적일 것으로 기대된다. 이에 대한 방안으로서 문제음주로 인한 우울이 초래하는 문제점을 알리고, 우울을 낮추기 위한 교육을 양성하는 것과 우울치료 혹은 치유프로그램의 개발이 필요함을 제시한다. 아울러 중년여성을 위한 맞춤형 프로그램을 지역사회 내의 지방자치단체와 다양한 시설 즉, 지역사회복지관, 사회복지관 등에서 개발하여 중년여성들이 쉽게 이용할 수 있도록 접근성을 고려한 실천적 개입이 요구된다.

둘째, 자아존중감이 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 사이에서 유의한 매개효과를 보인다는 본 연구결과는 중년여성의 문제음주로 인해 낮아진 생활만족도를 높이기 위해 그들의 자아존중감이 매우 주요한 예측요인으로 다루어져야 함을 시사한다. 특히 자아존중감이 중년여성의 생활 속의 다양한 사람들과의 관계에서 쉽게 영향을 받는다는 점을 고려한다면 일상생활 속에서 중년여성의 자아존중감 향상은 곧바로 그들의 생활만족도의 안정과 연계될 것으로 보인다. 한편, 여성의 음주문제는 남성의 음주문제에 비해 사회적 낙인감이 높음에 따라 상대적으로 문제음주를 부인하거나 치료를 회피하는 경향이 있으며(Corrigan & Miller, 2006), 이들을 위한 문제음주에 대한 치료방법으로서 우울치료 혹은 치유프로그램 등이 활용하고 있다. 따라서 중년여성의 생활만족도를 높이기 위한 방안으로서, 자아존중감 강화 프로그램을 지역사회에 있는 시설이나 기관, 그리고 복지관 등에서 교육의 일환으로 시행하는 것을 제안한다. 이를 위해서는 실천현장에서 운영하고 있는 우울치료 혹은 치유프로그램 내에 중년여성의 자아존중감 증진에

대한 내용의 강화를 시도하거나, 자아존중감 관련한 다양한 프로그램을 지자체나 정부가 보조하여 그들이 무료 또는 저가로 이들 프로그램에 참여할 수 있도록 하는 등 지역사회 체계 내에서 활용할 수 있는 자원을 활용하여 이들에게 필요한 프로그램을 연계하려고 하는 노력이 선행되어야 할 것이다.

이와 함께 건강상태는 우울 다음으로 생활만족도에 영향을 미치는 요인으로 나타남에 따라, 중년여성들의 건강을 향상 시킬 수 있는 다양한 프로그램의 개발이 요구된다. 예를 들어, 중년여성들의 신체적 건강을 위해 지역사회 내에 그들이 손쉽게 이용할 수 있는 생활체육 프로그램을 제공하고, 정신적 건강을 위해 지역사회 내에 정신보건센터나 정신건강프로그램의 도입 및 확대가 요구된다. 특히 근로자를 위해 무상으로 운영하고 있는 근로자지원프로그램에 있는 건강관리서비스에 중년근로여성들이 많이 참여할 수 있도록 홍보 및 교육 등을 활성화시킬 필요가 있다.

끝으로 본 연구는 다음과 같은 연구한계가 있으며, 이에 대한 후속연구에 대한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 중년여성의 문제음주수준과 생활만족도 영향관계에서 정신건강 요인으로서 우울과 자아존중감 만을 매개변수로 활용함에 따라 다양한 요인관계를 다루지 못한 한계가 있다. 따라서 향후 연구에서는 스트레스, 사회적·주관적계층수준 등 다양한 정신건강 요인은 물론 주관적인 건강상태 등을 매개변수로 설정하여 문제음주로 인해 낮아진 생활만족도를 높여주기 위한 여러 가지 대안을 마련할 수 있기를 기대한다. 둘째, 문제음주가 우울을 초래할 수 있는지, 우울이 문제음주를 초래할 수 있는지 선후관계가 불분명한 상황에서 전자를 모델로 두고 분석한 한계가 있다. 따라서 향후 연구에서는 문제음주 여성과 비문제음주 여성의 차이를 우선 실시한 후 두 집단에서 우울이 생활만족도에 매개가 되는지에 대한 연구로의 접근이 필요하다. 셋째, 중년여성의 문제음주와 생활만족도 간의 영향관계가 선행연구와 일부 상이한 결과를 보인 것을 분석해 본 결과, 이들 연구들은 낮은 음주수준에서 CAGE와 AUDIT이 별도의 검증 없이 사용됨으로 인해 문제음주의 측정도구에 따라 다른 양상을 보이는 것으로 판단되었다. 따라서 향후 연구에서는 문제음주의 척도로 주로 사용되는 CAGE와 AUDIT의 선행연구를 토대로 적절한 척도를 사용하거나 이들을 함께 분석하여 이에 대한 결과를 비교·검증하는 연구가 이루어지기를 바란다. 넷째, 본 연구는 횡단적 연구로 수행되었기 때문에 생활만족도에 대한 다양한 요인의 변화와 시간의 흐름에 따른 상태를 추정하기 어려운 점이 있다.

따라서 후속연구에서는 종단적 연구를 통해 생활만족도를 구성하는 다양한 변인들 특히 우울 및 자아존중감과 문제음주수준과 생활만족도 간의 선행 영향관계를 보다 명확하게 규명할 필요가 있다. 끝으로 향후 연구에서는 본 연구에서 생활만족도에 높은 영향력을 보인 변수들 예를 들어 건강상태, 빈곤가정, 학력, 직업 등을 주제로 하여 중년여성들의 생활만족도에 미치는 영향관계를 파악하는 추가적인 연구와 그 범위를 확장하여 본 연구에서 다루지 않았던 변인들을 확인하고 적용하여 중년여성들의 생활만족도를 높일 수 있는 방안을 보다 실증적으로 제시하기를 기대한다.

송진영은 KAIST에서 정보통신학으로 석사학위를, 경기대학교에서 사회복지학 석사를 받고, 서울기독교대학교에서 사회복지학으로 박사학위를 받았으며, 현재 군포시에서 노인재가센터를 운영 중이며 성결대학교에서 조교수로 재직 중에 있다. 주요 관심분야는 사회복지실천부문이며, 현재 노인, 장애인, 다문화사회 등을 연구하고 있다.  
(E-mail: jysong4@daum.net)

## 참고문헌

---

- 구현진(2008). 지역사회주민의 생활만족도와 이에 영향을 미치는 건강관련 연구. 박사학위논문, 대구한의대학교, 대구.
- 권현수(2009). 노인 문제음주가 우울, 자아존중감을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향: 빈곤노인 및 비빈곤노인 집단에 대한 잠재평균분석의 적용. *한국노년학*, 29(4), pp.1521-1538.
- 권현수(2010). 장애인의 문제음주, 우울, 건강의 구조적 관계 - 빈곤수준에 따른 다집단분석의 적용 -. *지역사회 연구*, 18(3), pp.131-153.
- 김경숙(2009). 뇌졸중 후 편마비인의 체육활동과 장애수용, 자아존중감, 생활만족도의 관계. *한국특수체육학회지*. 17(4), pp.1-18.
- 김규석(2006). 하타요가 수련 참여자의 신체적 자기효능감과 심리적 안녕감의 관계. 박사학위논문, 건국대학교, 서울.
- 김미옥, 방부경, 윤수정, 최은주(2002). 중년여성의 지각된 생활 스트레스와 자아존중감 및 우울의 관계. *전인간호과학연구 학술모음집*, pp.97-113.
- 김소야자, 공성숙, 김명아(2000). 청소년의 약물남용 실태와 심리적 변인에 관한 연구: 서울지역 일 고등학교를 중심으로. *정신간호학회지*, 9(3), pp.344-356.
- 김소연(2014). 중년 여성이 지각한 사회적 지지와 자아 존중감이 심리적 행복감에 미치는 영향. 석사학위논문, 건양대학교, 충남.
- 김영숙(2006). 중년기 여성의 내외통제성과 자아존중감이 심리적 복지에 미치는 영향. 석사학위논문, 수원대학교, 경기도.
- 김인주(2009). 직장인 음주행위가 삶의 질에 미치는 영향. 석사학위논문, 인하대학교, 경기.
- 김재엽, 이지현, 송향주, 한샘(2010). 아내폭력 피해여성의 위험 음주 실태와 영향요인에 관한 연구. *한국사회복지학회*, 62(4), pp.275-296.
- 김종성, 오미경, 박병강, 이민규, 김갑중, 오장균(1999). 한국에서 AUDIT을 통한 알코올리즘의 선별기준. *가정의학회지*, 20(9), pp.1152-1159.
- 김지훈, 강옥모, 문수열(2013). 중년층의 문제음주가 우울을 매개로 삶의 질에 미치는 영향: 성차를 중심으로. *한국가족복지학*, 18(3), pp.185-203.
- 김현철, 김세주, 최낙경, 김영신, 이병철, 이만홍(2002). 뇌졸중 후 삶의 질에 관한 추적



- 연구. 신경정신의학, 41(4), pp.681-692.
- 도은영, 김연화, 김정화(2009). 여대생, 여성 직장인 및 주부의 문제음주와 음주기대 비교. 한국알코올과학회지, 10(1), pp.93-106.
- 박창승(2003). 직장인 문제음주자의 절주단계 관련변인 분석. 박사학위논문, 고려대학교, 서울.
- 박희량, 이장주(2004). 여성음주문화 실태연구. 한국심리학회지, 9(2), pp.39-52.
- 배지현, 박현식(2006). 노인의 위험행동에 관한 탐색적 고찰. 한국노년학, 26(4), pp.785-800.
- 보건복지부(2013). 2012 국민건강통계 - 국민건강영양조사 제5기 3차년도(2012). 보건복지부 질병관리본부.
- 보건복지부(2012). 2011 국민건강통계 - 국민건강영양조사 제5기 2차년도(2011). 보건복지부 질병관리본부.
- 보건복지부(2008). 2007 국민건강통계 - 국민건강영양조사 제4기 1차년도(2007). 보건복지부 질병관리본부.
- 서울대학교 의과대학(2011). 2011년도 정신질환실태 역학조사. 보건복지부 학술연구 용역사업 보고서.
- 손진균, 송혜란, 이관영, 김진하, 김호찬(2003). 부산지역 근로자에서 AUDIT과 간기능 검사와의 연관성 조사. 대한산업의학회지, 15(3), pp.281-289.
- 송진영(2009). 중년 남성의 다중역할 몰입, 자기효능감 및 심리적 안녕감 간의 구조모형 분석. 박사학위논문, 서울기독대학교, 서울.
- 송진영(2013). 사회단체 참여와 나눔 활동이 생활만족도에 미치는 영향: 신뢰의 매개효과를 중심으로. 보건사회연구, 33(2), pp.431-460.
- 송진영, 박주선, 문재우(2013). 장애인의 정신적 건강상태가 음주여부에 미치는 영향: 삶의 만족도의 매개효과 및 장애정도의 조절효과를 중심으로. 장애와 고용, 23(3), pp.175-203.
- 염동문, 이성대(2014). 매개된 조절모형과 조절된 매개모형을 통한 직장차별이 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구: 직무만족과 자아존중감을 중심으로. 장애와 고용, 24(1), pp.139-165.
- 윤명숙, 조혜정(2008) 지역사회노인의 음주행위, 문제음주 실태와 관련요인에 관한 연구. 정신보건과 사회사업, 26, pp.254-287.

- 윤명숙, 김성혜(2010). 여성의 문제음주와 삶의만족과의 관계: 우울과 자아존중감의 매개 효과. 한국정신보건사회복지학회 학술대회, pp.257-273.
- 이영주, 서대석, 이태훈, 문재우(2011). 인간행동과 사회환경. 서울: 청목출판사.
- 이정태(2006). 이제는 절주시대 : 여성, 빨리 취하고 음주장애도 많다. 건강생활, 53, pp.26-27.
- 이종섭(2009). 여성이라 더 위험한 음주 : 여성 음주, 왜 나쁜가?. 건강생활, 64, pp.6-8.
- 이현경, 이보혜, 임정훈, 최민규(2012). 우리나라 성인의 건강행태, 건강수준, 삶의 질이 정신건강을 매개로 문제음주와의 구조모형 분석. 한국알코올과학회지, 13(1), pp.109-121.
- 임성욱(2006). 지체장애인의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 박사학위논문, 동신대학교, 전라남도.
- 정선영(2003). 여성알코올중독자와 정상여성의 성역할 정체감, 자아존중감, 사회적지지 및 생활만족도와의 관계, 석사학위논문, 동신대학교, 전라남도.
- 정선희(2014). 대학생의 자아탄력성, 자아존중감 및 사회적 지지가 정신건강증진에 미치는 영향. 박사학위논문, 조선대학교, 전라남도.
- 장수미(2010). 가정폭력 가해남성과 피해여성의 문제음주 특성. 한국사회과학연구, 32(1), pp.197-210.
- 장승욱(2006). 여대생의 음주문제 예방전략. 한국알코올과학회지, 7(1), pp.53-66.
- 정우진, 전현준, 이선미(2006). 음주의 사회경제적 비용추계. 예방의학회지, 39(1), pp.21-29.
- 조옥희(2004). 중년기 기혼 취업여성의 역할갈등, 대처행동 및 심리적 복지. 박사학위논문, 전남대학교, 전남.
- 조현섭(2004). 문제음주 선별검사 개발. 박사학위논문, 이화여자대학교, 서울.
- 조혜정, 서인균(2012). 신체장애인의 우울발달궤적 예측요인 : 한국복지패널을 이용하여. 장애와 고용, 22(1), pp.87-112.
- 한국보건사회연구원(2013). 한국복지패널 8차년도 조사자료 사용자 지침서 2013. 한국보건사회연구원, 서울대학교사회복지연구소, www.koweps.re.kr. (인출일)
- 허만세(2012). 중년여성의 음주문제와 자아존중감 사이의 인과관계 분석. 보건사회연구, 32(1), pp.201-227

- 허만세, 손지아(2011). 중년기 여성의 문제음주 변화와 자아존중감 변화의 종단적 관계에 대한 빈곤의 효과 검증. *정신보건과 사회사업*, 37, pp.89-116.
- 허만세, 장승옥(2010). 청년기 초반 성인의 알코올분제의 변화추이-성차와 우울이 미치는 영향. *사회과학연구*, 26(4), pp.327-350.
- 홍인옥(2013). 흡연, 음주, 운동, 비만 및 인구사회학적 특성에 따른 건강관련 삶의 질. 석사학위논문, 삼육대학교, 서울.
- Baron, R., Kenny. D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, pp.1173-1182.
- Beckman, L. J. (1978). Self-esteem of women alcoholics. *Journal of Studies on Alcohol*, 39(3), pp.491-498.
- Bohn, M. J., Babor, T. F., Dranzier, H. R. (1995). The Alcohol use disorders identification test(AUDIT): validation of a screening instrument for use in medical settings. *Journal of Stud Alcohol*, 56, pp.423-432.
- Piccinelli, M., Tessari, E., Bortolomasi, M., Piasere, O., Semenzin, M. (1997). Efficacy of the alcohol use disorders identification test as a screening tool for hazardous alcohol intake and related disorders in primary care: A valid study. *BMJ*, 314, pp.420-424.
- Borland, D. C. (1978). Research on middle age: An assessment. *The Gerontologist*, 18(4), pp.379-386.
- Buhler, C. (1968). The course of human life as a psychological problem. *Human Development*, 11(3), pp.184-200.
- Burckhardt, C. S., Woods, S. L., Schultz, A. A., Ziebarth, D. M. (1989). Quality of life adults with chronic illness : A psychometric study. *Research in Nursing and Health*, 12, pp.347-354.
- Caldwell, T. M., Rodgers, B., Jorm, A. F., Christensen, H., Jacomb, P. A., Korten, A. E., & Lynskey, M. T. (2002). Patterns of association between alcohol consumption and symptoms of depression and anxiety in young adult. *Addiction*, 97, pp.583-694.

- Campbell, A., Converse, P. E., Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life*. New York: Russell Sage Foundation. pp.13-17.
- Corrigan, P. W., Miller, F. E. (2006). Blame, Shame, and Contamination: The Impact of Mental Illness and Drug Dependence Stigma on Family Members. *Journal of Family Psychology*, 20(2), pp.239-246.
- Dehart, Tracy, Howard Tennen, Stephen Armeli, Michael Todd, Cynthia Mohr. (2009). A diary study of implicit self-esteem, interpersonal interactions and alcohol consumption in college students. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), pp.720-730.
- Foster, J. H., Peters, T. J., Kinf, P. (2002). Quality of life, sleep, mood and alcohol consumption : a complex interaction. *Addict Biol*, 7, pp.55-65.
- Fressa, M., Dipadova, C., Pozzato, G., Terpin, M., Baraona, E., Lieber, C. S. (1990). High blood alcohol levels in women. *New England Journal of Medicine*, 322, pp.95-99.
- Gilman, S. E., Abraham, H. D. A. (2001). Longitudinal study of the order of onset of alcohol dependence and major depression. *Drug and Alcohol Dependence*, 63, pp.277-286.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. New York: Guilford Press.
- Hayes, A. F. Preacher, K. J., Myers, T. A. (2010). *Mediation and the Estimation of Indirect Effects in Political Communication Research*. In E. P., & R. Lance Holbert (Eds), *Sourcebook for Political Communication Research: Methods, Measures, and Analytical Techniques*. New York: Routledge.
- Hingson, R., Scotch, N., Barrett, J., Goldman, E., Mangione, T. (1981). Life satisfaction and drinking practices in the Boston Metropolitan area. *Journal of Studies on Alcohol*, 42(1), pp.24-36.
- Jennifer, U., Kacperek, L., Clarke, C. (2009). A prospective study of positive adjustment to lower limb amputation. *Clin Rehabil*, 23(11), pp.1044-1050.
- Levinson, D. J. (1978). *The Seasons of a Man's Life*. New York, NY: Ballantine.

- Lipton, R. I. (1994). The effect of moderate alcohol use on the relationship between stress and depression. *American Journal of Public Health*, 84, pp.1913-1917.
- MacKinnon, D. P., Lockwood C. M., Hoffman J. M, West S. G., Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychological Methods*, 7, pp.83-104.
- NIAAA (2008). *Alcohol Alert #76: Alcohol and other drug*. NIAAA(National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism) Publications.
- Nolen-Hoeksema, Susan, Alethea Desrosiers, Sharon C. Wilsnack. (2013). Predictors of alcohol-related problems among depressed and non-depressed women. *Journal of Affective Disorders*, 150(3), pp.967-973.
- Preacher, K., Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, pp.879-891.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological measurement*. 1(3), pp.385-400.
- Rogers, C. R. (1959). *A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships as Developed in The Client-Centered Framework*, InS. Koch(Ed.), *Psychology: A study of Science*, 3. (New York: McGraw-ill.).
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University.
- Saunders, J. B., Assland, O. G., Babor, T. F., De La Fuente, J. R., Grant, M. (1993). Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test(AUDIT)L WHO Collaborative Project on Early Detection of Persons withj Harmful Alcohol Consumption II. *Addiction*, 88, pp.791-804.
- Shrout, P. E. Bolger, N. (2002). Mediation in Experimental and Nonexperimental Studies: New Procedures and Recommendations. *Psychological methods*, 7(4), pp.422-445.
- Strine, T. W., Chapman, D. P., Balluz, L. S., Moriarty, D. G., Mokdad, A. H. (2008). The associations between life satisfaction and health-related quality of life,

chronic illness, and health behaviors among U. S. community-dwelling adults.  
*Journal of Community Health*, 33(1), pp.40-50.

Wilsnack, S. C. (1995). *Alcohol use and alcohol problem in woman*. In A. L. Stanton & S. J. Gallant(Eds.), *The psychology of women's health: Progress and challenges in research and application*(381-443). Washington, DC: American Psychological Association.

# **The Influence of Problem Drinking Level on Life Satisfaction of the Middle-aged Women:** Focused on the Multiple Mediating effect of Depression and Self-Esteem

**Song, Jin Yeong**

(Sungkyul University)

---

The purpose of this study was to verify the multiple mediating effect of depression and self-esteem on the relationship between problem drinking level and life satisfaction of the middle-aged women. For this study, data were drawn from the 8th wave panel data provided at The Korea Institute for Health and Social Affairs and Seoul National University. It included 1,136 persons of the middle-aged women. To analyze the data, SPSS 20.0 and SPSS Indirect macro were used. The results of this study were summarized as follows : (1) The total effect of depression and self-esteem influenced between problem drinking level and the life satisfaction directly or indirectly. (2) Depression mediated between problem drinking level and the life satisfaction. (3) Self-esteem mediated between problem drinking level and the life satisfaction. Based on the results, some implications were discussed to improve life satisfaction of the married middle-aged women through depression's reduction and self-esteem's improvement.

---

**Key words:** Problem Drinking Level, Life Satisfaction, Depression, Self-esteem, Middle-aged Women