

한국 중년여성의 가족 관련 스트레스, 지각된 일상 스트레스 및 우울 간의 종단적 관계 분석 연구

김고운¹ · 김현경² · 심미소³ · 최지은⁴

부산대학교 간호대학 · 간호과학연구소 조교수¹, 연세대학교 아동 · 가족학과, 인간생애와 혁신적 디자인 융합 전공 교수²,
계명대학교 간호대학 조교수³, 서울연구원 부연구위원⁴

Longitudinal Analysis of the Associations among Family-related Stressors, Perceived Daily Stress, and Depressive Symptoms in Middle-aged Korean Women

Kim, Goun¹ · Kim, Hyoun K.² · Shim, Mi-So³ · Choi, Jieun⁴

¹Assistant Professor, College of Nursing · Research Institute of Nursing Science, Pusan National University, Yangsan, Korea

²Professor, Department of Child & Family Studies / Human Life & Innovation Design, Yonsei University, Seoul, Korea

³Assistant Professor, College of Nursing, Keimyung University, Daegu, Korea

⁴Associate Research Fellow, Seoul Institute, Seoul, Korea

Purpose: In this study, we aimed to examine the longitudinal pathways among family-related stressors (e.g., marital conflict, economic strain, intergenerational tension and burdens), perceived daily stress, and depressive symptoms in middle-aged Korean women. **Methods:** This secondary analysis used data from waves 1 to 9 (2007~2022) of the Korean Longitudinal Survey of Women and Families. The sample comprised 2,869 women aged 40~59 years at baseline (Wave 1, 2007) with continuity of marital status across all waves. Marital conflict was assessed in wave 1; economic strain and intergenerational tension and burdens in waves 1 and 3; perceived daily stress in waves 4~6; and depressive symptoms in waves 7~9. Structural equation modeling with full information maximum likelihood estimation was used to test the hypothesized longitudinal pathways. **Results:** The structural model showed acceptable fit ($\chi^2=177.75$, $p<.001$, comparative fit index=0.92, root mean square error of approximation=0.05). Perceived daily stress was significantly associated with depressive symptoms ($\beta=0.22$, $p<.001$). Marital conflict ($\beta=0.11$, $p=.005$) and economic strain ($\beta=0.12$, $p<.001$) significantly predicted perceived daily stress, whereas intergenerational tension and burdens did not ($p=.384$). **Conclusion:** These longitudinal relationships highlight the need for nurses to assess marital conflict and economic strain from a long-term perspective and to screen for stress and depressive symptoms in middle-aged women.

Key Words: Middle aged; Women; Depression; Stress, psychological; Longitudinal studies

주요어: 중년, 여성, 우울, 심리적 스트레스, 종단 연구

Corresponding author: Choi, Jieun

Seoul Institute, 89-10 Seosomun-ro, Jung-gu, Seoul 04516, Korea.

Tel: +82-2-2149-1350, E-mail: jieunchoi1123@gmail.com

- 본 연구는 부산대학교 기본연구지원사업(2년)에 의하여 연구되었음.

- This work was supported by a 2-Year Research Grant of Pusan National University.

Received: Apr 27, 2026 | Revised: Jun 23, 2026 | Accepted: Jun 23, 2026

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

서론

1. 연구의 필요성

우울은 개인의 기분 변화에 그치지 않고 가족관계, 사회생활, 직업 기능 및 일상생활 전반에 영향을 미치는 주요 정신건강 문제이다[1]. 세계보건기구(World Health Organization)는 전 세계 성인의 약 5.7%가 우울을 경험하며, 여성의 유병률이 남성보다 약 1.5배 높다고 보고하였다[2]. Global Burden of Disease 연구에 따르면, 우울장애 유병률은 2010년부터 2019년까지는 1.1% 증가에 그쳤으나, 2021년에는 13.6% 증가한 것으로 나타났다[3]. 우리나라에서도 우울증으로 진료를 받은 인원은 지속적으로 증가하고 있다. 건강보험심사평가원 자료에 따르면, 우울장애로 진료받은 인원은 2010년 약 51.7만 명에서 2019년 약 79.9만 명을 거쳐 2023년 약 104.3만 명으로 약 2.0배 증가하였다[4]. 또한 2024년 국민건강영양조사에 따르면 19세 이상 성인의 우울장애 유병률은 약 4.9%였으며, 여성(약 6.5%)이 남성(약 3.5%)보다 약 1.9배 높았다[5]. 특히, 40~59세 여성의 우울장애 유병률은 약 5.2%로, 동일 연령대 남성(40대 약 3.5%, 50대 약 2.5%)에 비해 약 1.5~2배 높게 나타났다[5]. 이러한 중년여성의 높은 우울장애 유병률은 폐경 전후의 호르몬 변화와 신체건강 변화, 자녀의 독립, 부모의 노화와 돌봄 부담, 배우자의 은퇴, 부부관계 재조정 등 생애 전환기 사건을 동시에 경험하면서 나타날 가능성이 높다[6]. 특히 한국 중년여성은 가족 내 돌봄과 정서적 조정 역할을 지속적으로 담당해 온 경우가 많아, 동일한 스트레스 사건에 노출되더라도 스트레스가 누적되거나 내면화될 가능성이 있다[7,8].

한국 중년여성의 우울은 가족 생애 주기 전환 과정에서 경험하는 다양한 역할 변화와 적응 과정을 통해 형성될 수 있다[6,9]. 본 연구는 선행연구를 기반으로 중년여성의 우울에 영향을 미치는 가족 관련 스트레스 요인을 부부 갈등, 경제적 부담, 세대 간 긴장 및 부담으로 구분하였다. 첫째, 부부 갈등이나 불화 등의 부정적 부부관계는 중년여성의 스트레스와 우울을 심화시킬 수 있다[6]. 우리나라 중년여성은 부부관계에서의 의사소통 어려움을 호소하였고[10], 배우자 폭력 경험률이 중년여성에서 53.4%로 나타나, 노년 여성(23.5%)이나 젊은 여성(23.0%)보다 높은 수준을 보였다[11]. 반면, 배우자의 정서적 지지와 친밀한 관계는 스트레스와 우울을 완화시킬 수 있다[12]. 이러한 결과는 부부관계가 중년여성의 정신건강에 중요한 영향을 미칠 수 있음을 시사하며, 부부 갈등은 중년여성의

우울을 설명하는 주요 가족 관련 스트레스 요인으로 고려될 필요가 있다.

둘째, 중년기의 경제적 부담은 생애 전환 과정에서 재정적 스트레스로 작용하여, 중년여성의 우울과 유의한 관련성을 갖는 것으로 확인된다[12,13]. 중년기는 본인의 노후 준비가 본격화되는 동시에 자녀의 교육비와 결혼 비용, 노부모의 생활비 및 의료비 지원 등이 요구되는 시기이다[7,14]. 특히 중년 여성은 가족 돌봄 책임으로 인해 경력 단절을 경험할 가능성이 높으며[15], 이는 가구 부채와 소득 불안정과 결합하여 경제적 압박을 심화시킬 수 있다[14]. 따라서 경제적 부담은 중년여성의 가족 역할 수행 과정에서 발생하는 중요한 스트레스 요인이며, 우울을 설명하는 핵심 요인으로 고려될 필요가 있다.

셋째, 세대 간 긴장 및 부담은 경제적 부담과 구분되는 관계적 및 정서적 스트레스로 이해할 수 있다. 우리나라에서 45~64세 중년층의 가족구조를 살펴보면, 성인 자녀와 함께 거주하는 비율은 56.1%, 노부모와 함께 거주하는 비율은 6.9%, 그리고 3세대가 함께 거주하는 비율은 5.9%로 나타났다[14]. 이렇게 부모 또는 손자녀와 함께 거주하는 상황은 역할 기대와 생활방식의 차이, 가사 부담, 자녀의 독립과 부모의 통제로 인한 세대 간 긴장 등의 문제가 발생하여 스트레스가 될 수 있다[6]. 또한 한국의 중년여성은 가족을 위해 자신의 욕구를 억제하고 희생적인 역할을 수행하는 경우가 많으며, 이러한 역할 수행이 충분히 인정받지 못할 때 부모 또는 자녀와의 갈등이 심화될 수 있다[10]. 이러한 가족 내 갈등과 스트레스는 중년여성의 우울에 유의한 영향을 미친다[16]. 이에 본 연구는 세대 간 긴장 및 부담을 부부 갈등 및 경제적 부담과 구분되는 세 번째 가족 관련 스트레스 요인으로 설정하였다.

한국 중년여성의 부부 갈등, 경제적 부담, 세대 간 긴장 및 부담은 사회문화적 맥락에서 더욱 가중될 수 있다. 우리나라 중년 여성은 전통적 성역할 규범을 내면화하여[17] 가정 내 돌봄 역할을 우선시하는 동시에, 부부 갈등이나 세대 간 갈등 상황에서 불편함을 표현하기보다 감내하도록 사회적으로 요구받아 왔다[18]. 다만, 한국 사회의 가족 가치관과 가족 내 성역할 인식은 전통적 가족중심주의와 가부장적 가족 규범에서 개인주의적 및 젠더 평등적 가치관으로 점차 변화해 왔으며, 출생 코호트에 따라 이러한 인식이 우울에 미치는 영향은 세대별로 차이가 있을 수 있다[19]. 이러한 사회문화적 배경 속에서 가족 관련 스트레스 요인들은 외부로 해소되지 못하고 지각된 일상 스트레스로 누적되며, 이는 한국 중년여성의 일상 스트레스 수준이 남성보다 높게 나타나는 결과로 확인된다[20]. 이러한 가족 관련 스트레스 요인은 단기적 사건에 그치지보다 결혼 및 가족관

계 과정 속에서 반복되고 누적될 수 있으며[21], 이러한 스트레스 요인들은 시간 지연 효과를 통해 이후 시점의 우울에도 영향을 미칠 수 있다[22]. 이에 본 연구는 가족 관련 스트레스 요인이 지각된 일상 스트레스 및 우울에 미치는 종단적 영향을 검증하고자 한다.

지금까지 우리나라 중년여성의 우울에 관한 연구는 대부분 횡단연구설계를 중심으로 이루어져 왔다[9,23]. 그러나 우울은 시간에 따라 변화하며 개인 간 이질적인 장기 변화 양상을 보이는 정신건강 현상으로[24], 횡단연구만으로는 변수 간 시간적 선후관계와 장기적 변화 과정을 확인하는 데 한계가 있다[25,26]. 또한 단일 시점의 자료는 가족 관련 스트레스 요인이 우울에 미치는 누적적 영향을 충분히 설명하기 어렵다. 실제로 일반 인구의 우울은 시간의 흐름 속에서 서로 다르게 변화하는 양상으로 구분되어 나타나는 것으로 보고되어[24], 우울을 역동적 과정으로 이해할 필요성이 제기되고 있다. 또한 중년여성을 대상으로 한 종단연구에서도 가족 갈등 해결방식의 장기적 영향[27]이나 우울 관련 요인의 개별 효과[28]는 확인되었으나, 부부 갈등, 경제적 부담, 세대 간 긴장 및 부담 등 중년여성이 경험하는 다양한 가족 관련 스트레스 요인을 통합적으로 고려한 연구는 부족한 실정이다. 따라서 중년여성의 우울을 이해하기 위해서는 가족 관련 스트레스 요인의 장기적 영향을 종합적으로 검토할 필요가 있다. Pearlin [29]의 스트레스 과정 모형(stress process model)은 초기 스트레스원이 후속 스트레스 경험을 유발하거나 증가시키고, 이러한 스트레스가 누적되면서 장기적으로 우울과 같은 정신건강 결과에 영향을 미친다고 설명한다. 또한 Birditt 등[30]은 16년 종단연구를 통해 부부관계에서 경험되는 긴장이 시간에 따라 누적되고 증가하면서 장기적 관계에 대한 결과를 예측함을 보고하였다. 이처럼 가족 관련 스트레스는 일회적 사건이 아니라 장기간 지속 및 누적되는 만성적 과정으로, 초기 중년기에 노출된 스트레스가 이후 시점의 지각된 일상 스트레스 및 우울로 이어질 수 있다.

이에 본 연구에서는 한국여성가족패널조사(Korean Longitudinal Survey of Women and Families, KLoWF) 1~9차 자료를 활용하여, 중년기 초기의 가족 관련 스트레스가 지각된 일상 스트레스를 거쳐 후기 우울에 영향을 미치는 종단적 경로를 검증하고자 하였다. KLoWF는 동일한 개인을 반복적으로 추적 조사한 전국 단위 패널자료로서, 중년여성의 가족관계 변화와 사회경제적 변화, 심리적 변화를 시간의 흐름에 따라 종단적으로 확인하기에 적합하다[31]. 이를 통해 한국 사회의 문화적 특성을 반영한 중년여성의 우울 관련 요인을 심층적으로

이해하고, 우울 예방 및 감소를 위한 효과적인 중재 및 정책 수립에 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 한국 중년여성을 대상으로 KLoWF 1~9차 자료를 활용하여, 가족 관련 스트레스 요인(부부 갈등, 경제적 부담, 세대 간 긴장 및 부담), 지각된 일상 스트레스 및 후속 시점 우울 간의 종단적 경로를 구조방정식 모형을 통해 검증하는 것이다. 구체적인 연구가설은 다음과 같다.

- 가설 1. 부부 갈등은 지각된 일상 스트레스에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 2. 경제적 부담은 지각된 일상 스트레스에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 3. 세대 간 긴장 및 부담은 지각된 일상 스트레스에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 4. 지각된 일상 스트레스는 후속 시점의 우울에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 5. 부부 갈등은 후속 시점의 우울에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 6. 경제적 부담은 후속 시점의 우울에 정적 영향을 미칠 것이다.
- 가설 7. 세대 간 긴장 및 부담은 후속 시점의 우울에 정적 영향을 미칠 것이다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 한국여성가족패널조사(KLoWF)의 1차(2007년)부터 9차(2022년) 자료를 활용한 이차자료분석 연구로, 한국 중년여성의 가족 관련 스트레스 요인(1차, 3차), 지각된 일상 스트레스(4~6차), 우울(7~9차) 간의 종단적 경로를 검증하기 위한 전향적 종단 경로분석(prospective longitudinal path analysis)이다. 종단연구에서는 선행요인과 결과변수를 서로 다른 시점에서 측정함으로써 변수 간 시간적 선행성(temporal precedence)을 확보하는 것이 중요하며, 이는 역방향 인과의 가능성을 줄여 변수 간 방향성에 대한 보다 타당한 추론을 가능하게 한다[32]. 이에 본 연구는 가족 관련 스트레스를 초기 시점, 지각된 일상 스트레스를 중간 시점, 우울을 후기 시점에서 측정하여 세 구성개념이 시간 순서대로 배열되도록 하였다.

2. 자료원 및 자료수집 절차

본 연구는 한국여성가족패널조사(Korean Longitudinal Survey of Women and Families, KLoWF) 자료를 활용하였다. KLoWF는 한국여성정책연구원(Korea Women's Development Institute)에서 수행하는 전국 대표 패널조사로, 여성과 가족의 삶의 변화와 관련된 다양한 사회·경제적 특성을 종단적으로 파악하고자 실시되고 있다(<http://klowf.kwdi.re.kr>). 이 조사는 2007년 전국 9,068 가구에 거주하는 만 19세부터 64세 여성 9,997명을 대상으로 시작되었으며, 2008년 2차 조사(Wave 2, W2)가 이루어진 이후 2022년 9차 조사(W9)까지 15년으로 추적 조사가 실시되었다. 유효표본 유지율은 2008년 2차 조사에서 85.2%였으며, 이후 점차 감소하여 2022년 9차 조사에서는 66.7%로 나타났다. 자료는 컴퓨터 보조 개인면접(Computer-Assisted Personal Interview, CAPI)을 통해 수집되었으며, 여성의 사회인구학적 특성, 신체 및 정신건강 상태, 고용 및 경제활동 관련 정보 등을 포함한다[31]. 본 연구 분석을 위해 한국여성정책연구원 KLoWF 자료신청 시스템을 통해 자료 이용 신청 후, 자료 활용 승인을 받아 비식별화된 패널 자료를 제공받았다. 제공된 자료는 개인 식별이 불가능한 형태로 처리되어 있었다.

3. 연구대상

본 연구의 대상자는 KLoWF 1차 조사 시점에서 연령이 40~59세에 해당하는 중년여성이었다. 분석 대상자는 다음 절차를 통해 선정되었다. 1차 조사에 참여한 9,997명 중 만 40~59세 여성을 추출하고($n=8,400$), 이 중 1차부터 9차 조사까지 혼인 상태(유배우)를 지속적으로 유지한 대상자를 선별한 결과, 최종 분석 대상자는 총 2,869명이었다.

4. 연구도구

1) 우울

우울은 7차 조사(W7)부터 9차 조사(W9)까지 Center for Epidemiologic Studies Depression Scale의 10문항 단축형(CES-D 10)을 사용하여 측정하였다[33]. 이 도구는 지난 1주일 동안 경험한 우울의 빈도를 평가하는 도구로, 각 문항은 0점에서 3점까지의 4점 Likert 척도로 구성되어 있다. 응답 범주는 '극히 드물게(일주일에 1일 이하)', '가끔(일주일에 1~2일)', '종종(일주일에 3~4일)', '대부분 그랬다(일주일에 5일 이상)'

로 구성된다. 총 10개 문항 중 긍정 문항 2개는 역코딩하여 분석하였다. 각 조사에서 10개 문항의 점수를 합산하여 우울 점수를 산출하며, 이후 W7부터 W9까지의 평균값을 최종 우울 점수로 산출하였다. 점수의 범위는 0~30점이며, 점수가 높을수록 우울의 수준이 높음을 의미한다. 우울 위험군을 선별하기 위한 절단점은 10점 이상이다[33]. 원 도구는 검사-재검사 신뢰도(test-retest reliability) $r=.71$ 로 보고되었고[33], 한국 중·고령자 패널을 대상으로 한 선행연구에서 내적 일관성 신뢰도 Cronbach's α 는 .82로 보고되었다[34]. 본 연구의 Cronbach's α 값은 .86 (W7), .88 (W8), .90 (W9)이었다.

2) 부부 갈등

부부 갈등은 1차 조사(W1)에서 여성의 자기보고 응답을 통해 측정된 변수를 활용하였다. 이 도구는 지난 한 달 동안 부부 싸움이 있을 때 나타나는 행동과 관련된 문항으로 구성되어 있다. 해당 척도는 일주일 이상 서로 대화를 하지 않고 지내는 경우, 심한 말(폭언, 욕설 등)을 하거나 듣는 경우, 신체적으로 부딪치는 경우, 상대방을 진정시키기 위하여 주위의 도움을 요청하는 경우, 상대방 대신 자녀를 야단치는 경우 등 총 5개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '있었다', '없었다', '해당 없음'으로 응답하도록 구성되어 있으며, 해당 상황이 있는 경우 1점, 그렇지 않은 경우 0점으로 코딩하였다. 5개 문항의 점수를 합산하여 부부 갈등 점수를 산출하였다. 점수의 범위는 0~5점이며, 점수가 높을수록 부부 갈등의 수준이 높음을 의미한다.

3) 경제적 부담

경제적 부담은 1차 조사(W1)와 3차 조사(W3)를 통해 측정된 변수를 활용하였다. KLoWF 자료에서 경제적 부담을 직접 측정하는 별도 척도가 제공되지 않으므로, 본 연구는 자녀에 대한 경제적 지원 여부, 부모 또는 시부모에 대한 경제적 지원 여부, 가구소득이 해당 연도 평균 이하인 경우, 가구 부채 여부 등을 포함하였다.

자녀에 대한 경제적 지원은 미혼 또는 기혼 성인자녀에게 경제적 도움을 제공하는지 여부를 통해 확인하였다. 부모 또는 시부모에 대한 경제적 지원은 부모 생존 여부와 생활비 지원 여부를 통해 확인하였다. 가구소득 기준은 통계청 가계동향조사 자료에 근거하였다. KLoWF의 가구총소득은 지난 1년간의 소득을 의미하므로, 본 연구에서는 조사 시점이 아닌 소득 발생 연도의 전체가구 평균소득을 기준으로 평균 이하 여부를 산정하였다. 이에 W1에는 2006년 평균 가구소득 3,038,307원, W3

에는 2009년 평균 가구소득 3,432,021원을 적용하였다[35]. 가구 부채 여부는 금융기관 대출, 비금융기관 부채, 기타 부채 여부를 통해 확인하였다. 각 문항은 해당 조건에 해당하는 경우 1점, 그렇지 않은 경우 0점으로 코딩하였다. 각 조사에서 네 개 문항의 점수를 합산하여 경제적 부담 점수를 산출하고, 이후 W1과 W3의 평균값을 경제적 부담 수준을 나타내는 합성 점수로 사용하였다. 점수의 범위는 0~4점이며, 점수가 높을수록 경제적 부담의 수준이 높음을 의미한다.

4) 세대 간 긴장 및 부담

세대 간 긴장 및 부담은 1차 조사(W1)와 3차 조사(W3)를 통해 측정된 변수를 활용하였다. KLoWF 자료에서 세대 간 긴장 및 부담을 직접 측정하는 별도 척도가 제공되지 않으므로, 본 연구는 자녀와의 의사소통 여부, 부모 또는 시부모와의 갈등, 손자녀 돌봄 여부, 부모 또는 시부모와의 동거 여부 등을 포함하였다.

자녀와의 의사소통은 미혼 또는 기혼 성인 자녀와의 일상적 대화 여부를 통해 확인하였으며, 본 연구에서는 자녀와의 일상적 대화 부재를 세대 간 긴장의 한 측면으로 조작적으로 정의하였다. 부모 또는 시부모와의 갈등은 지난 한 달 동안 다양한 생활 문제와 관련하여 말다툼이나 갈등이 있었는지 여부를 통해 측정하였으며, 본 연구에서는 갈등이 있는 경우를 세대 간 긴장의 한 측면으로 조작적으로 정의하였다. 손자녀 돌봄은 만 6세 이하 손자녀가 있는 경우 주 1시간 이상 돌보고 있는지 여부를 통해 확인하였고, 본 연구에서는 정기적 돌봄 제공을 세대 간 부담의 한 측면으로 조작적으로 정의하였다. 또한 부모 또는 시부모와의 동거 여부를 통해 부양 부담을 확인하였으며, 본 연구에서는 부모 또는 시부모와의 동거 상태를 세대 간 부양 부담의 한 측면으로 조작적으로 정의하였다.

각 문항은 해당 조건에 해당하는 경우 1점, 그렇지 않은 경우 0점으로 코딩하였다. 각 조사에서 네 개 문항의 점수를 합산하여 세대 간 긴장 및 부담 점수를 산출하고, 이후 W1과 W3의 평균값을 세대 간 긴장 및 부담 수준을 나타내는 합성 점수로 사용하였다. 점수의 범위는 0~4점이며, 점수가 높을수록 세대 간 긴장 및 부담의 수준이 높음을 의미한다.

5) 지각된 일상 스트레스

지각된 일상 스트레스는 한국여성가족패널조사(KLoWF)의 4차 조사(W4)부터 6차 조사(W6)까지 측정된 변수를 활용하였다. 해당 척도는 일상생활에서 경험하는 스트레스와 관련된 생각과 감정을 평가하기 위한 8개 문항으로 구성되어 있다.

각 문항은 1점에서 4점까지의 4점 Likert 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 응답 범주는 ‘전혀 그렇지 않다’, ‘별로 그렇지 않다’, ‘보통 그렇다’, ‘많이 그렇다’이다. 문항은 직장이나 가정에서의 스트레스 경험, 혼자 음주하는 행동, 사회적 관계와 관련된 스트레스 등 일상생활에서 경험하는 다양한 스트레스 상황을 포함한다. 총 8개 문항 중 긍정 문항 1개는 역코딩하여 분석에 활용하였다. 각 조사에서 8개 문항의 점수를 합산하여 지각된 일상 스트레스 점수를 산출하며, 이후 W4부터 W6까지의 평균값을 최종 지각된 일상 스트레스 점수로 산출하였다. 점수의 범위는 8~32점이며, 점수가 높을수록 지각된 일상 스트레스의 수준이 높음을 의미한다. 본 연구의 Cronbach's α 는 .68 (W4), .71 (W5), .69 (W6)이었다.

5. 통제변수

통제변수는 우울에 영향을 미칠 수 있는 일반적 특성과 건강 관련 특성을 포함한다. 1차 조사(W1)에서 측정된 일반적 특성은 연령, 교육 수준, 고용 상태를 활용하였다. 연령은 만 나이를 연속 변수로 사용하였다. 교육 수준은 중학교 졸업 이하, 고등학교 졸업, 전문대학 이상으로 구분하여 코딩하였다. 취업 상태는 조사 당시 일자리 여부를 기준으로 취업과 미취업으로 구분하였다. 7차 조사부터 9차 조사(W7~W9)에서 측정된 건강 관련 특성은 의사로부터 진단받은 질환 여부와 폐경 여부를 포함하였다. 질환 여부는 심장질환, 뇌혈관질환, 근골격계 질환, 호흡기 질환, 소화기 질환, 신경정신과 질환 등 다양한 질환 항목 중 하나라도 해당되는 경우로 확인하였다. 폐경 여부는 마지막 월경 이후 1년 이상 경과한 경우를 폐경으로 정의하였다.

6. 윤리적 고려

본 연구는 한국여성가족패널조사(KLoWF)의 공개된 이차 자료를 활용하였으며, 제공받은 모든 자료는 개인을 식별할 수 있는 정보가 포함되어 있지 않고 철저히 익명화되어 있었다. 본 연구의 이차자료분석을 위해 기관 생명윤리위원회에서 심의 면제 승인을 받았다(IRB 승인 번호: PNU 2026-03-043).

7. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 30.0과 IBM SPSS AMOS 30.0 (IBM Corporation, Armonk, NY, USA)을 사용하여 분석하였다. 모든 통계적 유의수준은 .050 미만을 기

준으로 하였다. 구체적인 자료분석방법은 다음과 같다.

- 연구대상자의 일반적 특성 및 건강 관련 특성과 주요 변수는 기술통계 분석을 실시하였다.
- 변수 간 관계를 확인하기 위해 Pearson 상관분석을 수행하였다.
- 부부 갈등, 경제적 부담, 세대 간 긴장 및 부담이 지각된 일상 스트레스를 거쳐 우울에 영향을 미치는 경로를 검증하기 위해 구조방정식 모형(structural equation modeling)을 적용하였다. 모형 적합도는 χ^2 , Comparative Fit Index (CFI), Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) 등의 지수를 이용하여 평가하였다. 결측치를 고려하기 위해 Full Information Maximum Likelihood (FIML) 방법을 사용하였다.

연구 결과

1. 일반적 특성 및 건강 관련 특성

본 연구대상자의 일반적 및 건강 관련 특성과 주요 변수의 결과는 Table 1과 같다. 연구대상자의 우울 점수는 4.54점(SD; standard deviation=3.93; 범위=0~30)으로, 약 10.0%는 우울 점수가 10점 이상(우울 위험군 선별 절단점)으로 나타났다. 지각된 일상 스트레스 평균 점수는 16.26점(SD=2.52; 범위=8~32)이었다.

2. 부부 갈등의 비율

부부 갈등의 다섯 가지 항목 비율은 다음과 같다; 일주일 이상 서로 대화를 하지 않고 지내는 경우(W1 4.5%), 심한 말(폭언, 욕설 등)을 하거나 듣는 경우(W1 3.7%), 신체적으로 부딪치는 경우(W1 1.1%), 상대방을 진정시키기 위하여 주위의 도움을 요청하는 경우(W1 0.6%), 상대방 대신 자녀를 야단치는 경우(W1 3.6%)였다.

3. 경제적 부담의 비율

경제적 부담의 네 가지 항목 비율은 다음과 같다; 자녀에게 경제적 지원을 제공하는 경우(W1 22.2%, W3 32.6%), 부모에게 경제적 지원을 제공하는 경우(W1 80.4%, W3 70.1%), 한국의 평균 가구소득보다 낮은 소득을 가진 경우(W1 26.9%, W3 63.0%), 가구 부채를 보유한 경우(W1 45.1%, W3 38.1%)였다.

Table 1. Descriptive Statistics of the Study Variables and Participant Characteristics (N=2,869)

Variables	n (%) or M±SD	Range
Age (years, W1)	48.33±5.61	40~59
Education (W1)		
≤ Middle school	1,215 (42.4)	
High school	1,141 (39.8)	
≥ College	511 (17.8)	
Employment status (W1)		
Employed	1,469 (51.2)	
Unemployed	1,400 (48.8)	
Diagnosed physical disease (W7~9)		
Yes	1,644 (57.3)	
No	1,225 (42.7)	
Menopause (W7~9)		
Yes	2,347 (81.8)	
No	522 (18.2)	
Marital conflict (W1)	0.54±0.96	0~5
Economic strain (W1, 3)		
W1	1.96±0.77	0~4
W3	1.77±0.85	
W3	2.16±0.93	
Intergenerational tension and burdens (W1, 3)		
W1	0.82±0.64	0~4
W3	0.84±0.70	
W3	0.80±0.66	
Perceived daily stress (W4~6)		
W4	16.26±2.52	8~32
W5	16.43±3.16	
W5	16.18±3.27	
W6	16.12±3.10	
Depressive symptoms (W7~9)		
W7	4.54±3.93	0~30
W8	4.45±4.78	
W8	4.92±4.97	
W9	4.14±4.78	

Note: As some variables were not assessed in certain waves, only the available data were used. Education was categorized based on valid responses (n=2,867; 2 missing). Percentages were calculated after excluding missing values, and sums to 100.0%. M=Mean; SD=Standard deviation; W=Wave.

4. 세대 간 긴장 및 부담의 비율

세대 간 긴장 및 부담의 네 가지 항목 비율은 다음과 같다; 자녀와의 의사소통이 없는 경우(W1 7.4%, W3 5.0%), 부모 또는 시부모와 갈등이 있는 경우(W1 24.9%, W3 19.0%), 손자녀 돌봄을 제공하는 경우(W1 3.1%, W3 3.2%), 부모 또는 시부모 중 최소 한 명과 동거하는 경우(W1 11.0%, W3 9.2%)였다.

5. 변수 간 상관관계 분석

연구 변수 간 상관관계 분석 결과는 Table 2와 같다. 본 연구 대상자의 우울은 경제적 부담($r=.07, p=.001$), 지각된 일상 스트레스($r=.21, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 보였다. 지각된 일상 스트레스는 부부 갈등($r=.12, p=.003$), 경제적 부담($r=.15, p<.001$), 세대 간 긴장 및 부담($r=.05, p=.047$)과 유의한 정적 상관을 보였다. 세 개의 독립변수 중에서는 경제적 부담이 부부 갈등($r=.08, p=.036$), 세대 간 긴장 및 부담($r=.16, p<.001$)과 서로 유의한 상관을 보였다.

6. 구조방정식 모형 분석

구조방정식 모형 분석 결과는 Table 3, Figure 1과 같다. 제안된 모형은 수용 가능한 적합도를 보였다($\chi^2=177.75, p<.001$, Comparative Fit Index=0.92, Root Mean Square Error of Approximation=0.05). 부부 갈등($\beta=0.11, p=.005$)(가설 1 지지)과 경제적 부담($\beta=0.12, p<.001$)(가설 2 지지)은 지각된

일상 스트레스에 유의한 정적 영향을 미쳤으며, 세대 간 긴장 및 부담은 유의한 영향을 미치지 않았다(가설 3 기각). 지각된 일상 스트레스는 우울에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=0.22, p<.001$)(가설 4 지지). 한편, 세 개의 독립변수는 우울에 대한 직접적인 영향은 유의하지 않았다(가설 5~7 기각).

통제변수와 관련하여, 연령($\beta=-0.13, p<.001$)과 교육수준($\beta=-0.10, p<.001$)은 지각된 일상 스트레스와 유의한 부적 관련이 있었다. 반면, 취업 상태($\beta=0.05, p=.006$)는 유의한 정적 관련이 있었다. 또한 연령($\beta=0.09, p<.001$)과 질환 여부($\beta=0.17, p<.001$)는 우울과 유의한 정적 관련이 있었다. 반면, 교육수준($\beta=-0.05, p=.022$)은 우울과 유의한 부적 관련이 있었다. 본 연구에서 폐경 여부는 중년여성의 스트레스($\beta=-0.00, p=.975$)와 우울($\beta=0.00, p=.876$)에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 한국 중년여성을 대상으로 가족 관련 스트레스 요

Table 2. Correlations among the Study Variables

(N=2,869)

Variables	1	2	3	4
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
1. Marital conflict	1.00			
2. Economic strain	.08 (.036)	1.00		
3. Intergenerational tension and burdens	-.03 (.595)	.16 (<.001)	1.00	
4. Perceived daily stress	.12 (.003)	.15 (<.001)	.05 (.047)	1.00
5. Depressive symptoms	-.02 (.694)	.07 (.001)	.03 (.261)	.21 (<.001)

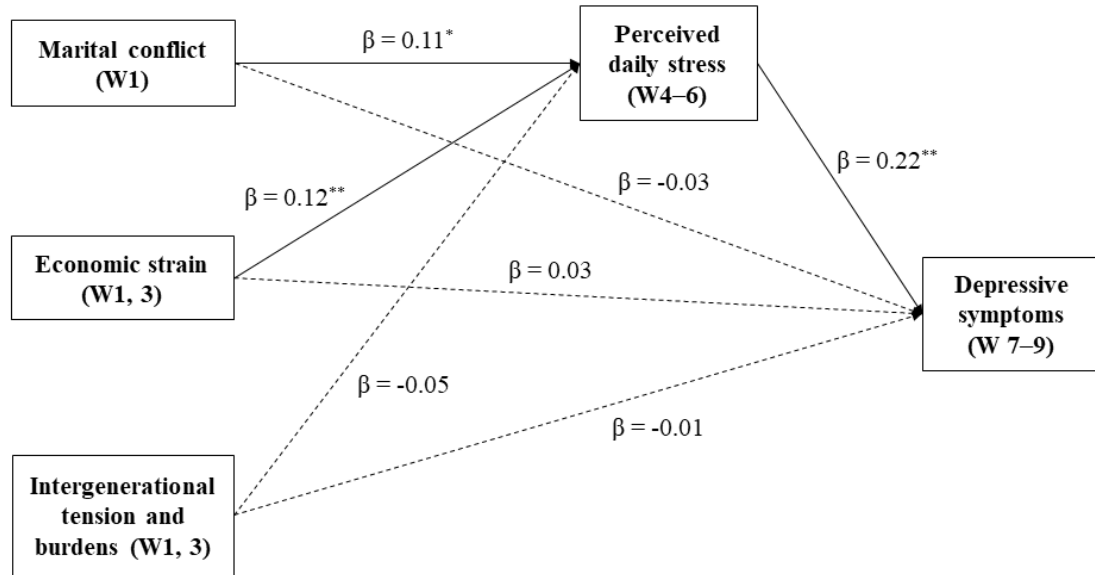
Note: The variables were measured in different waves as follows: marital conflict [W1], economic strain [W1, 3], intergenerational tension and burdens [W1, 3], perceived daily stress [W4-W6], and depressive symptoms [W7-W9]. Owing to missing data, sample sizes vary across analyses.

Table 3. Longitudinal Pathways among Family-related Stress, Perceived Daily Stress, and Depressive Symptoms in Middle-aged Women

(N=2,869)

Path	β	S.E.	C.R.	p
Marital conflict → Perceived daily stress	0.11	0.10	2.83	.005
Economic strain → Perceived daily stress	0.12	0.06	6.38	<.001
Intergenerational tension and burdens → Perceived daily stress	-0.05	0.21	-0.87	.384
Perceived daily stress → Depressive symptoms	0.22	0.03	10.47	<.001
Marital conflict → Depressive symptoms	-0.03	0.17	-0.79	.432
Economic strain → Depressive symptoms	0.03	0.10	1.47	.140
Intergenerational tension and burdens → Depressive symptoms	-0.01	0.34	-0.14	.888

C.R.=Critical ratio; S.E.=Standard error; β =Standardized regression coefficient.



Note. Solid lines indicate significant paths, and dotted lines are non-significant paths. Values represent standardized coefficients (β). Control variables (i.e., age (W1), education (W1), employment status (W1), diagnosed physical disease (W7-9), and menopause (W7-9) on depressive symptoms and perceived daily stress) are not shown. * $p < .05$, ** $p < .001$.

Figure 1. Longitudinal pathways to depressive symptoms in middle-aged women ($N=2,869$).

인, 지각된 일상 스트레스 및 후속 시점 우울 간의 종단적 관계를 확인하였다. 그 결과, 부부 갈등과 경제적 부담은 지각된 일상 스트레스와 관련되었으며, 지각된 일상 스트레스는 후속 시점의 우울과 유의한 관련을 보였다. 반면, 세대 간 긴장 및 부담은 지각된 일상 스트레스 및 우울과 유의한 관련을 보이지 않았다.

본 연구결과, 한국 중년여성의 부부 갈등은 지각된 일상 스트레스를 증가시키는 것으로 나타났다. 주목할 점은 본 연구에서 부부 갈등 항목의 발생률이 0.6~4.5%로 전반적으로 매우 낮은 수준임에도 불구하고 종단적 영향이 유의하게 나타났다는 것이다. 이는 본 연구 코호트인 1948~1967년 출생 여성들의 사회화 맥락에서 두 가지로 해석될 수 있다. 첫째, 이 코호트는 산업화와 가족주의 체제를 경험한 세대로 여성의 경제활동 참여 확대에도 불구하고 전통적 돌봄 역할이 지속적으로 요구되었다[36]. 이러한 사회문화적 맥락 속에서 전통적 성역할 규범을 깊이 내면화하여 가족 내 갈등을 적극적으로 표현하거나 해결하기보다 감내하는 경향이 강해 부부 갈등이 장기적으로 누적된 스트레스원으로 작용했을 가능성이 있다[17,18,36]. 둘째, 부부 갈등의 영향은 발생 시점에 국한되지 않는다. 부부 긴장은 결혼생활이 길어질수록 점차 누적 및 증가하는 경향을 보이며, 단일 시점의 긴장보다 시간에 걸쳐 쌓인 누적된 긴장이 더 중요하게 작용하고 이러한 양상은 여성에게서 더 두드러진다[30].

이렇게 누적된 부부 긴장은 우울과 양방향적으로 서로를 강화하며 벗어나기 어려운 악순환을 형성한다[21]. 나아가 가족 간 정서적 유대가 낮을수록 우울 위험이 높아지며, 이러한 영향은 시간이 지나도 소거되지 않고 지속된다[22]. 이는 부부 갈등이 일회적 사건으로 끝나기보다 시간이 흐를수록 지속적으로 누적되는 만성적 과정으로 작동할 수 있으며, 본 연구대상자에게도 지각된 일상 스트레스 및 우울로 장기적으로 지속될 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 빈도가 낮은 부부 갈등이라도 장기간 누적되어 스트레스에 영향을 미친다는 점에서, 부부 갈등을 단기적 사건으로 보아서는 안 됨을 보여준다. 따라서 임상 현장에서는 현 시점의 부부 갈등 수준만을 단편적으로 평가하기보다 누적 및 지속되는 양상을 장기적 관점에서 평가 및 관리할 필요가 있으며, 이를 위해 효과적인 의사소통 기술을 포함한 부부 상담[37]과 해결중심 접근[38]이 도움이 될 수 있다.

경제적 부담은 중년여성의 지각된 일상 스트레스를 증가시키는 것으로 나타났다. 특히, 본 연구에서 ‘평균 이하 가구소득’ 비율이 W1 (2006년 평균 가구소득 기준) 26.9%에서 W3 (2009년 평균 가구소득 기준) 63.0%로 급증한 점이 주목된다. 이는 두 가지 요인으로 설명할 수 있다. 첫째, 2008년 글로벌 금융위기의 영향으로 2009년 가구당 월평균 실질소득은 전년 대비 1.3% 감소하였고, 같은 해 가처분소득 분포는 평균(163만원)이 중위(148만원)를 상회할 만큼 우편향되어 있어[39], ‘평

균 이하'라는 상대적 기준의 특성상 중·하위 가구가 대거 이 범주로 분류되면서 비율이 실제 소득 감소폭 이상으로 증가할 수 있다. 둘째, 생애주기 요인으로 본 코호트는 W3 시점(2009년)의 연령이 42~61세에 해당하며, 이는 가족의 생계 부담, 남편의 은퇴, 부모 부양 등으로 높은 경제적 부담을 경험하는 시기이다[13,40]. 본 연구에서도 대상자의 38.1~45.1%는 부채를 보유하고 있었으며, 70.1~80.4%는 부모를 경제적으로 지원하고, 22.2~32.6%는 자녀를 경제적으로 지원하는 것으로 나타나 다양한 형태의 경제적 부담이 높은 수준으로 존재함을 확인하였다. 또한 중년기는 가족 부양뿐 아니라 은퇴 이후를 준비해야 하는 시기로 경제적 부담이 더욱 가중될 수 있다[7]. 실제로 은퇴를 앞둔 중년의 절반 이상(약 56.6%)이 은퇴 후에도 자녀 교육비(약 7천만원)와 결혼비(약 1억 3천만원)에 대해 자녀부양 부담을 갖고 있는 것으로 보고되고 있어[41], 가족 부양과 노후 준비가 동시에 가구 재정을 압박함을 보여준다. 따라서 중년여성의 복합적인 경제적 부담을 완화하기 위한 정책적 접근이 필요하다. 다만, 본 연구는 자녀 지원, 부모 지원, 평균 이하 소득, 부채 보유라는 이질적 네 차원을 동일 가중치로 단순 합산하여, 각 요소가 지각된 스트레스에 미치는 영향을 구분하지 못하였다. 자녀에 대한 자발적 지원과 상환 의무를 수반하는 부채, 낮은 소득과 부모 부양은 심리적 압박의 성격이나 강도가 상이할 수 있으며, 특히 부채는 고소득층에 편중되어 보유 자체가 경제적 취약을 뜻하지 않고[42], '평균 이하 소득' 또한 분포 변화에 따라 범주가 달라지는 상대적 지표이다. 이에, 후속 연구에서는 각 구성요소를 분리하거나 잠재변수로 모형화하여 자녀 지원, 부모 지원, 소득, 부채가 스트레스에 미치는 상대적 영향력을 검증할 필요가 있다.

세대 간 긴장 및 부담은 지각된 일상 스트레스 및 우울과 유의한 관련을 보이지 않았다. 한국의 중·장년층은 전통적 부모 부양 의무와 핵가족 중심 생활양식 사이에서 이중적 부담에 직면하며, 미혼 성인 자녀와 노부모를 동시에 돌보는 이중 돌봄 부담을 지니고 있다[14]. 그러나 세대 간 긴장 및 부담이 유의한 영향을 보이지 않은 결과는 단순히 해당 요인의 영향력이 축소되었다기보다는, 시간이 경과함에 따라 부모의 사망 또는 건강 변화, 자녀의 독립 등으로 인해 세대 간 동거 및 직접적 부양과 접촉 관계가 축소된 결과로 해석할 수 있다[7]. 본 연구결과에서도 부모(또는 시부모)와의 동거 비율이 W1 시점(2007년) 11.0%에서 W3 시점(2009년) 9.2%로 감소하였고, 부모와의 갈등 경험 비율 또한 W1 시점 24.9%에서 W3 시점 19.0%로 감소한 것으로 나타났다. 이는 여성의 경제활동 증가로 인해 중년 기혼여성이 직장과 가정을 병행하는 과정에서 돌봄 역할의 조

정이 요구되고[7], 한국 사회의 전통적 가족중심문화가 핵가족화, 탈전통화, 개인화 등이 혼재된 가족문화로 변화하고 있으며, 돌봄 관련 복지제도의 확대로 가족 내 돌봄 역할이 재구조화되고 있어 세대 간 관계의 기능을 변화시키는 요인으로 작용했을 수 있다[43]. 다만, 이러한 변화가 중년여성의 정신건강에 반드시 긍정적으로 작용하는 것은 아닐 수 있다. 돌봄 역할의 감소로 인한 역할 상실감이 새로운 스트레스원으로 작용할 가능성도 고려하여 향후 연구에 반영할 필요가 있다[44].

지각된 일상 스트레스는 우울과 관련이 있으며, 개인이 지각하는 일상 스트레스가 정신건강에 중요한 영향을 미치는 것으로 확인되었다[45]. 특히 해결되지 않은 갈등이나 스트레스 사건은 중년여성의 우울 위험을 증가시키며[27], 본 연구 코호트인 1948~1967년 출생 한국 중년여성은 감정을 억제하고 성역할에 대한 부담을 경험하는 경향이 있어 스트레스 수준이 더욱 높아질 수 있다[46]. 그러나 스트레스는 외부 사건 자체보다 이를 어떻게 평가하고 해석하느냐에 따라 그 영향이 달라질 수 있으므로[47], 보건의료 전문가는 여성의 신체적 및 정신적 문제뿐 아니라 사회문화적 특성을 함께 고려할 필요가 있다. 이러한 관점에서 부정적 사건을 새로운 관점에서 해석하도록 돕는 개입[18]과 다양한 스트레스 관리 전략 교육은 우울 감소에 도움이 될 수 있다[48]. 다만, 본 연구의 상관관계 분석에서 변수 간 상관은 통계적으로 유의하였으나(지각된 일상 스트레스-우울 $r=.21$, 부부 갈등-지각된 일상 스트레스 $r=.12$ 등) 그 크기는 작은 효과 수준이었다. 통계적 유의성은 관련성의 존재 여부를 나타낼 뿐 그 크기나 실질적 중요성을 보여주지 못하므로[49], 본 연구의 상관분석 결과는 변수 간 강한 연관이라기보다 관련성의 방향과 경향을 보여주는 예비적 수준으로 해석하는 것이 타당하다. 후속 연구에서는 주요 교란변수를 함께 통제한 다변량 모형을 통해 이러한 관련성을 재검증할 필요가 있다.

본 연구에는 몇 가지 제한점이 있다. 첫째, 활용한 자료에서 우울은 4차 조사부터 측정되어 기준시점의 우울 수준을 통제하지 못하였다. 따라서 본 연구결과는 우울의 변화가 아닌 후속 시점 우울에 대한 예측으로 해석할 필요가 있으며, 변수 간 인과관계를 확정적으로 해석하는 데에는 제한이 있다. 향후 연구에서는 기준시점 우울을 포함한 종단자료를 활용하여 가족 관련 스트레스 요인, 지각된 일상 스트레스 및 우울 간의 시간적 관계를 보다 엄밀하게 검증할 필요가 있다. 둘째, 가족 관련 스트레스 요인을 초기 차수(1차, 3차)의 값으로 측정하여, 가족생애주기에 따라 연속적으로 변화하는 스트레스 과정을 직접 모형화하지 못하였다. 향후 교차지연 패널모형(Cross-lagged panel model)이나 잠재성장모형(Latent growth model)을 통

해 변수 간 상호 변화와 방향성을 보다 정교하게 검증할 필요가 있다. 셋째, 본 연구대상은 1948~1967년 출생 코호트로 제한되었으며, 성역할 태도, 가족주의 가치, 감정표현 억제와 같은 사회문화적 요인을 직접 측정하지 못하였다. 따라서 연구결과를 다른 세대의 중년여성에게 일반화하는 데에는 신중할 필요가 있으며, 향후 연구에서는 다양한 출생 코호트와 사회문화적 요인을 포함한 분석이 요구된다. 넷째, 본 연구는 비교적 큰 표본(N=2,869)을 사용하였으므로 작은 효과크기 또한 통계적으로 유의하게 나타났을 가능성이 있다. 따라서 결과 해석 시에는 효과크기를 함께 고려할 필요가 있다.

결론

본 연구는 한국 중년여성을 대상으로 패널자료를 활용하여 가족 관련 스트레스, 지각된 일상 스트레스 및 우울 간의 종단적 관계를 확인하였다. 특히 부부 갈등과 경제적 부담이 이후 시점의 지각된 일상 스트레스와 관련되고, 지각된 일상 스트레스가 후속 시점의 우울과 관련됨을 확인함으로써, 가족 관련 스트레스와 정신건강 간의 종단적 관계에 대한 근거를 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 또한 본 연구는 중년여성의 우울을 이해하는 데 있어 가족 관련 스트레스와 지각된 일상 스트레스를 함께 고려할 필요성을 제시하였다. 따라서 간호사는 중년여성의 가족 관련 스트레스를 장기적 관점에서 평가하고, 스트레스와 우울에 대한 선별검사를 실시할 필요가 있다.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declared no conflict of interest.

AUTHORSHIP

Study conception and design acquisition data collection, analysis and interpretation of the data, drafting and critical revision of the manuscript - KG, KHG, SM-S and CJ; Funding acquisition - KG.

ORCID

Kim, Goun <https://orcid.org/0000-0001-7191-5134>
Kim, Hyoun K. <https://orcid.org/0000-0003-2993-2381>
Shim, Mi-SO <https://orcid.org/0000-0001-9948-0662>
Choi, Jieun <https://orcid.org/0000-0002-4901-4169>

REFERENCES

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5-TR. 5th ed, text rev. Washington (DC): American Psychiatric Association; 2022. p. 178-9.
2. World Health Organization. Depressive disorder (depression) [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2025 [cited 2026 May 26]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
3. Chen XD, Li F, Zuo H, Zhu F. Trends in prevalent cases and disability-adjusted life-years of depressive disorders worldwide: findings from the Global Burden of Disease Study from 1990 to 2021. *Depression and Anxiety*. 2025;2025:5553491. <https://doi.org/10.1155/da/5553491>
4. National Health Insurance Service. Treatment statistics for depression, bipolar disorder, and schizophrenia [Internet]. Wonju: National Health Insurance Service; 2024 [cited 2026 May 31]. Available from: <https://www.data.go.kr/data/15124775/fileData.do>
5. Korea Disease Control and Prevention Agency. Korea health statistics 2024: Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES IX-3) [Internet]. Cheongju: Korea Disease Control and Prevention Agency; 2025 [cited 2026 May 26]. Available from: <https://knhanes.kdca.go.kr>
6. Kim M. What makes women in their 50s feel depressed? *Korean Journal of Social Welfare Research*. 2017;53:55-79. <https://doi.org/10.17997/SWRY.53.1.3>
7. Kim E. A study on the double-care of the middle aged adults: focusing on the life transition in the social/demographic context. *Journal of Social Thoughts and Culture*. 2020;23(3): 179-217. <https://doi.org/10.17207/jstc.2020.09.23.3.6>
8. Cheong MJ, Hong YH. Moderate effect of spouse child support in relation to life stress and satisfaction of middle-aged housewife having married children in Korean society. *The Korean Journal of Woman Psychology*. 2018;23(3):313-34. <https://doi.org/10.18205/kpa.2018.23.3.001>
9. Lee HS, Kim C, Lee D. Factors influencing middle-aged women's depression. *Korean Journal of Health Promotion*. 2016;16(1):1-10. <https://doi.org/10.15384/kjhp.2016.16.1.1>
10. Jeon JH, Eom TW. A qualitative study on the experiences of family conflict of middle-aged women. *The Journal of Humanities and Social Sciences* 21. 2016;7(6):227-44. <https://doi.org/10.22143/HSS21.7.6.14>
11. Han YR, Choi HY. Risk factors affecting intimate partner violence occurrence in South Korea: Findings from the 2016 domestic violence survey. *PLoS ONE*. 2021;16(3):e0247916. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247916>
12. Cha G, Kim SS, Gil M. The effects of stress and marital satisfaction on depression in middle-aged couples: analysis using an actor-partner interdependence model. *Health and Social Welfare Review*. 2017;37(2):126-49. <https://doi.org/10.15709/hswr.2017.37.2.126>

13. Christiani Y, Byles J, Tavenner M, Dugdale P. Socioeconomic related inequality in depression among young and middle-adult women in Indonesia's major cities. *Journal of Affective Disorders*. 2015;182:76-81. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.04.042>
14. Kim YK, Lee JS, Son SH, Cho SH, Park SA. Changes in double care burden in Korean families with middle-aged and older heads. Sejong: Korea Institute for Health and Social Affairs; 2018. Research Report No.: 2018-14.
15. Ministry of Gender Equality and Family, Ministry of Employment and Labor. 2025 Women's economic activity white paper. Seoul: Ministry of Gender Equality and Family, Ministry of Employment and Labor; 2025. Publication Registration No.: 11-1384000-100043-10.
16. Ju YJ, Park EC, Ju HJ, Lee SA, Lee JE, Kim W, et al. The influence of family stress and conflict on depressive symptoms among working married women: a longitudinal study. *Health Care for Women International*. 2018;39(3):275-88. <https://doi.org/10.1080/07399332.2017.1397672>
17. Kim E, Hogge I, Ji P, Shim YR, Lothspeich C. Hwa-Byung among middle-aged Korean women: family relationships, gender-role attitudes, and self-esteem. *Health Care for Women International*. 2014;35(5):495-511. <https://doi.org/10.1080/07399332.2012.740114>
18. Park SJ, Choi EY. Content analysis of Hwa-Byung awareness in middle-aged women. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2015;16(2):1304-17. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.2.1304>
19. Hwang SY, Kim S. The effects of women's family values and gender role recognition on depression: focusing on the moderating effect by generation. *Korean Journal of Family Social Work*. 2023;70(1):107-42. <https://doi.org/10.16975/kjfs.2023.70.1.107>
20. Song JH, Jo YM, Yoon SS. The effect of life stress, self-esteem, social support on marital conflict coping in middle-aged adults. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association*. 2020;14(7):457-67. <https://doi.org/10.21184/jkeia.2020.10.14.7.457>
21. Davila J, Karney BR, Hall TW, Bradbury TN. Depressive symptoms and marital satisfaction: within-subject associations and the moderating effects of gender and neuroticism. *Journal of Family Psychology*. 2003;17(4):557-70. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.4.557>
22. Bian Y, Jin K, Zhang Y. The association between family cohesion and depression: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2024;355:220-30. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.138>
23. Choi MK, Lee YH. Depression, powerlessness, social support, and socioeconomic status in middle aged community residents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2010;19(2):196-204. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2010.19.2.196>
24. Musliner KL, Munk-Olsen T, Eaton WW, Zandi PP. Heterogeneity in long-term trajectories of depressive symptoms: patterns, predictors and outcomes. *Journal of Affective Disorders*. 2016;192:199-211. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.12.030>
25. Savitz DA, Wellenius GA. Can cross-sectional studies contribute to causal inference? It depends. *American Journal of Epidemiology*. 2023;192(4):514-6. <https://doi.org/10.1093/aje/kwac037>
26. Kraemer HC, Yesavage JA, Taylor JL, Kupfer D. How can we learn about developmental processes from cross-sectional studies, or can we? *The American Journal of Psychiatry*. 2000;157(2):163-71. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.2.163>
27. Choi DW, Han KT, Jeon J, Ju YJ, Park EC. Association between family conflict resolution methods and depressive symptoms in South Korea: a longitudinal study. *Archives of Women's Mental Health*. 2020;23(1):123-9. <https://doi.org/10.1007/s00737-019-00957-5>
28. Lee M, Huh J. An analysis of Korean middle-aged women's depression with linear mixed models. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*. 2018;29(6):1505-18. <https://doi.org/10.7465/jkdi.2018.29.6.1505>
29. Pearlin LI. The sociological study of stress. *Journal of Health and Social Behavior*. 1989;30(3):241-56. <https://doi.org/10.2307/2136956>
30. Birditt KS, Wan WH, Orbach TL, Antonucci TC. The development of marital tension: implications for divorce among married couples. *Developmental Psychology*. 2017;53(10):1995-2006. <https://doi.org/10.1037/dev0000379>
31. Korea Women's Development Institute. Korean Longitudinal Survey of Women and Families (KLoWF): user guide for Waves 1-9 [Internet]. Seoul: Korea Women's Development Institute; 2023 [cited 2026 March 2]. Available from: <https://gsis.kwdi.re.kr/kloWF/portal/kloWFIntroPage.do?>
32. Maxwell SE, Cole DA, Mitchell MA. Bias in cross-sectional analyses of longitudinal mediation: partial and complete mediation under an autoregressive model. *Multivariate Behavioral Research*. 2011;46(5):816-41. <https://doi.org/10.1080/00273171.2011.606716>
33. Andresen EM, Malmgren JA, Carter WB, Patrick DL. Screening for depression in well older adults: evaluation of a short form of the CES-D. *American Journal of Preventive Medicine*. 1994;10(2):77-84. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(18\)30622-6](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(18)30622-6)
34. Bae SW, Kim YY, Doh M, Kim H, Park BS. Testing factor structure and measurement invariance of 10-item versions of the CES-D scale: focusing on Andersen form and Boston form of the CES-D-10. *Mental Health & Social Work*. 2020;48(1):33-55. <https://doi.org/10.24301/MHSW.2020.03.48.1.33>
35. Statistics Korea. Household income and expenditure survey [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; 2020 [cited 2026 March 2].

Available from:

https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=D_T_1L9H008&conn_path=I3

36. Lee J, Kim JH. Cohort effect and age effect of the difference in gender role attitudes per generation among married women in South Korea: focusing on the first to seventh Korean Longitudinal Survey of Women and Families. *The Women's Studies*. 2020;104(1):29-62. <https://doi.org/10.33949/tws.2020.104.1.002>
37. Barry RA, Barden EP, Dubac C. Pulling away: links among disengaged couple communication, relationship distress, and depressive symptoms. *Journal of Family Psychology*. 2019;33(3):280-93. <https://doi.org/10.1037/fam0000507>
38. Stermensky G II, Brown KS. The perfect marriage: solution-focused therapy and motivational interviewing in medical family therapy. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 2014;3(4):383-7. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.148117>
39. Statistics Korea. Household income and expenditure trends in the fourth quarter and the year 2009 [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; 2010 [cited 2026 May 29]. Available from: https://www.kostat.go.kr/board.es?mid=a10301010000&bid=214&tag=&act=view&list_no=69808&ref_bid=
40. Korea Insurance Development Institute. 2018 KIDI retirement market report [Internet]. Seoul: Korea Insurance Development Institute; 2019 [cited 2026 March 2]. Available from: https://begin.kidi.or.kr:9443/boarddetail/nd00003_2
41. Munro CA, Wennberg AM, Bienko N, Eaton WW, Lyketsos CG, Spira AP. Stressful life events and cognitive decline: sex differences in the Baltimore epidemiologic catchment area follow-up study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 2019;34(7):1008-17. <https://doi.org/10.1002/gps.5102>
42. Yoo KW. Household debt and its causes. In: *Korean Social Trends* 2010. Daejeon: Statistical Research Institute; 2010. p. 123-8.
43. Park J, Choi S, Kim Y, Byun S, Cho S, Kim J, et al. Family changes in Korea and their policy implications: focusing on changes after the 1997 financial crisis. Sejong: Korea Institute for Health and Social Affairs; 2020. Report No.: 2020-54.
44. Kim SY, Kim YE. A study on perception of aging in late middle age. *Journal of Couples and Family Counseling Studies*. 2021;2(1):41-55.
45. Kalamatianos A, Canellopoulos L. A diathesis-stress model conceptualization of depressive symptomatology. *Psychiatriki*. 2019;30(1):49-57. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2019.301.49>
46. Kim TH, Kim E, Nam HS. Attitudes toward women's roles, marital satisfaction, and Hwa-Byung among Korean married couples. *International Journal for the Advancement of Counselling*. 2019;41(2):201-13. <https://doi.org/10.1007/s10447-018-9370-y>
47. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer; 1984. p. 1913-5.
48. Kinser PA, Lyon DE. A conceptual framework of stress vulnerability, depression, and health outcomes in women: potential uses in research on complementary therapies for depression. *Brain and Behavior*. 2014;4(5):665-74. <https://doi.org/10.1002/brb3.249>
49. Sullivan GM, Feinn R. Using effect size—or why the P value is not enough. *Journal of Graduate Medical Education*. 2012;4(3):279-82. <https://doi.org/10.4300/JGME-D-12-00156.1>