한국 결혼이민 중년여성의 삶의 경험에 관한 연구
-갱년기 경험을 중심으로-

최은영[1] · 변미경[2] · 정계아[3]

[1]경동대학교, 부교수 · [2]송호대학교, 부교수 · [3]송곡대학교, 조교수

A Study on the Life Experiences of Marriage Immigrant Middle-aged Women in Korea : Focusing on the Experiences of Climacteric

Eun Young, Choi[1] · Mi Kyeong, Byeon[2] · Kye A, Jung[3]

[1]Kyungdong University, Associate Professor

[2]Songho University, Associate Professor

[3]Songgok University, Assistant Professor

한국간호연구학회지『별책』 제7권 제1호 2023년 3월

The Journal of Korean Nursing Research

Vol. 7, No. 1, March. 2023

한국간호연구학회지 제7권 제1호 2023년 3월 ISSN(Print) 2586-2057 · ISSN(Online) 2671-5686
The Journal of Korean Nursing Research Vol. 7, No. 1, 63-75, March 2023 https://doi.org/10.34089/jknr.2023.7.1.63

한국 결혼이민 중년여성의 삶의 경험에 관한 연구 -갱년기 경험을 중심으로-

최은영[1] · 변미경[2] · 정계아[3]

[1]경동대학교, 부교수 · [2]송호대학교, 부교수 · [3]송곡대학교, 조교수

A Study on the Life Experiences of Marriage Immigrant Middle-aged Women in Korea : Focusing on the Experiences of Climacteric

Eun Young, Choi[1] · Mi Kyeong, Byeon[2] · Kye A, Jung[3]

[1]*Kyungdong University, Associate Professor*
[2]*Songho University, Associate Professor*
[3]*Songgok University, Assistant Professor*

Abstract

Purpose : This study is intended to understand the life experience of middle-aged women who are marriage immigrants, focusing on their climacteric experiences, by conducting an in-depth exploration of their life experiences and the essential structure of their experiences in overcoming such challenges. **Methods :** Data were collected through in-depth interviews with a total of six marriage immigrant middle-aged women in their 40s or older, living in Gangwon Province and experiencing climacterium. The collected data were processed through applying Colaizzi's phenomenological data analysis. **Result :** As a result of the analysis, eight categories and 19 themes were identified from 113 meaning statements. The eight categories of marriage immigrant middle-aged women's life experience focusing on climacterium are as follows: a whirlwind of changes, the boundary of the family, unsatisfactory reality, aspects of myself I want to hide, life of isolation, missing my homeland, life of overcoming obstacles, and the desire for social support where gaps exist. **Conclsion :** It is urged that appropriate social support programs to alleviate climacteric symptoms be developed and efficiently provided to marriage immigrant middle-aged women, to reflect their climacteric experiences.

Key words : Marriage immigrant women, Climacteric, Experience

교신저자 : Kye A, Jung / (24465) 34, Songgokdaehak-gil, Namsan-myeon, Chuncheon-si, Gangwon-do, Republic of Korea
Tel : +82-33-260-3638, Fax : +82-33-261-4592, E-mail : 7129@songgok.ac.kr
접수일 : 2023.02.25 / 수정일 : 2023.03.02 / 게재확정일 : 2023.03.17
* 이 성과는 정부(과학기술정보통신부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임(No. 2022R1G1A1006972)

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

성인이란 성장·발달의 완성과 더불어 다른 사람들과 함께 사회에서의 그의 위치와 책임을 수행하고 있는 개인을 일컫는다. 성인기는 대체로 22~60세까지로 확장되며 여성의 경우 성인 중기는 40~60세로 중년여성으로 구분할 수 있겠다[1]. 중년여성은 난소의 기능이 저하되기 시작할 때부터 완전히 상실되는 시기로 대부분 갱년기를 경험한다[2,3]. 갱년기 경험은 개인적인 차이는 있으나 월경이 불규칙해지다가 완전히 중단되는 폐(완)경보다는 좀 더 포괄적이고 넓은 의미로 폐(완)경을 전후한 40세~60세에 해당 된다고 보고된 바 있다[4-6]. 갱년기는 여성과 남성 모두에게 나타나며, 특히 여성은 폐(완)경으로 인한 생리적 변화로 출산능력의 상실, 노화의 현상, 수면장애 등의 여러 가지 신체 증상을 경험하며, 심리적인 갈등과 여성성의 상실감, 가족관계의 변화, 죽음에 대한 불안, 우울 등 다양한 변화를 경험하게 된다[7,8].

우리나라는 1980년대 후반부터 자유로운 분위기 속에서 세계화가 진행됨에 따라 국가 간 인적 교류의 확대, 외국인 근로자의 유입, 국제결혼 등이 증가하게 되었다[8]. 2021년을 기준으로 한 전체 혼인 유형 중 다문화 혼인의 비중은 7.2%이며, 그 중 한국 남성과 외국인 아내인 경우가 62.1%로 가장 많이 차지하고 있다[9]. 이에 현재 결혼이민 중년여성들은 15년 이상 한국에서 거주하는 여성들이 큰 폭으로 증가하였고 연령대도 높아지고 있다[10]. 따라서 결혼이민 중년여성들이 현재 갱년기를 경험할 가능성이 많은 나이가 되었음을 알 수 있다.

결혼이민 중년여성의 건강과 관련된 연구는 스트레스 유형을 분석하거나[11], 임신이나 출산 건강관리[12] 등이며, 결혼이민 중년여성의 갱년기 증상을 연구한 것은 거의 없는 실정이다. 국제결혼의 초창기에 이주한 여성의 연령이 발달 주기상 중년기를 맞이하면서 폐(완)경과 관련된 건강변화, 노령화에 따른 여성질환 및 유병률 등에 대한 관심도 필요하게 되었다. 여성의 건강 정도가 직접적으로 가정 안녕에 영향을 미친다는 점을 고려할 때 결혼이민 중년여성의 갱년기 경험과 극복하고자 하는 행위를 파악하고 어떠한 요인들이 영향을 미치는지를 규명하는 것은 결혼이민 중년여성의 건강수준 향상을 위해 매우 중요하다고 하겠다. 또한 폐(완)경에 따른 갱년기 여성의 건강관리가 체계적으로 되지 않았을 시 뇌졸중, 심장마비, 심혈관 질환의 발생빈도가 높아질 가능성도 있으므로[13] 갱년기 관리가 무엇보다 중요하다는 것을 알 수 있다.

최근 갱년기 여성들은 건강을 유지하기 위해 국내에서 보완·대체요법을 사용하는 경향이 많아지고 있으며[14,15], 국외에서도 스트레스 관리, 자연요법 및 마사지 요법, 콩식품 또는 허브를 섭취, 침술 등의 접근을 하고 있다. 그러나 이러한 보완·대체요법의 접근에 대한 효과나 부작용에 대한 검토는 아직 부족한 상태이다[16].

국외에서 이주하여 한국에 정착하여 가정을 이루고 사는 결혼이민 중년여성에 대한 특수한 사회 구조와 빠르게 변화하는 다양한 의료 환경 속에서 중년기의 다문화 여성에게 질 높은 건강서비스를 제공하기 위해서는 그들이 겪는 갱년기 경험 및 이를 극복하기 위해 어떤 접근을 하고 있는지를 확인하는 것이 필요하다. 그러나 다문화 여성의 갱년기 증상을 연구한 것은 거의 없는 실정이다. 이에 본 연구는 한국에 거주하는 갱년기 연령에 속한 결혼이민 중년여성의 삶의 경험은 무엇이며, 어려움을 극복하기 위한 경험의 본질적인 구조를 확인하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 결혼이민 중년여성의 갱년기 경험이 어떠하며, 극복을 위한 경험의 본질적인 구조는 무엇인지를 심층적으로 탐색하여 결혼이민 중년여성의 갱년기를 중심으로 삶의 경험을 이해하는 데 있다. 이를 통해 결혼이민 중년여성의 갱년기 증상을 완화하는 프로그램을 개발하는데 필요한 기초자료로 제공하고자 한다.

Ⅱ. 연구방법

1. 연구 설계

본 연구는 결혼이민 중년여성의 갱년기를 중심으로 한 삶의 경험에 대한 본질을 파악하기 위해 현상학적 연구방법을 사용한 질적 연구이다.

2. 연구 참여자 및 자료수집 방법

본 연구는 강원도에 거주하는 40대 이상의 결혼이민 중년여성 중에서 갱년기를 경험하고 있거나 경험한 자로 한국어 의사소통에 문제가 없고, 자신의 경험을 진솔하고 적극적으로 대답해 줄 수 있다고 판단되는 자 중 본 연구목적을 이해하고 연구 참여를 동의한 6명을 대상으로 하였다.

자료수집은 2022년 12월 30일부터 2023년 1월 20일까지 진행되었으며 구조화된 설문지를 통해 연구 참여자의 일반적 특성 및 갱년기 지식 정도를 확인하였다. 갱년기 지식 정도는 일반적인 갱년기에 대해 올바르게 알고 있는지 확인할 수 있는 내용으로 Song이 수정 보완한 폐경지식 척도[17]와 여성건강간호학 I 문헌을[7] 바탕으로 3인의 연구자들은 최종 10개의 문항을 개발하였다.

면담은 자연스럽게 이야기할 수 있도록 일상적인 대화로 시작하여 점진적으로 주제에 접근하였다. 연구자의 선입관이 영향을 미치는 것을 방지하기 위해 문헌고찰은 모든 면담이 끝난 후 진행하였으며, 면담을 진행하면서 참여자가 이야기하는 도중에는 끼어들지 않았고, 참여자가 편안한 마음으로 내용을 충분히 진술할 수 있도록 참여자가 원하는 장소에서 이루어졌다. 면담은 연구 참여자의 동의하에 녹음하였으며, 얼굴 표정과 몸짓, 억양 등을 관찰하면서 연구자가 별도로 기록을 하였고 정확한 의미를 확인할 필요성이 있을 때는 연구자가 참여자에게 이해한 내용이 맞는지 확인하였다. 1회 면담 시간은 40분에서 60분이 소요되었으며 질문의 주요 내용은 “당신이 경험하는 갱년기 증상은 무엇입니까?”, “갱년기 증상을 극복하기 위해 무엇을 하였습니까? 이었다.

자료는 연구자들이 면담내용을 직접 필사하였으며, 필사한 내용의 정확성을 위해 연구자 3인이 모두 모여 녹음 내용을 다시 들으며 확인하는 과정을 거쳤다. 면담 시 발견하지 못한 불명확한 내용이 있을 시에는 연구 참여자에게 직접 추가 질문을 하여 내용의 신뢰도를 높이고자 노력하였다.

3. 연구자 준비 및 윤리적 고려

질적 연구를 수행하기 위해 연구자 3인 모두는 박사과정 중 ’질적 연구 방법론‘을 이수하였으며, 참여자와의 인터뷰를 진행한 후 내용을 분석하는 연구를 수행한 경험이 있다. 면담을 진행한 연구자는 일 대학의 다문화 여성 프로그램 연구 참여와 지역사회 교육 프로그램에 참여한 경험을 토대로 그들의 생각과 느낌을 충분히 이해하고 공감하기 위해 노력하였다.

본 연구는 면담을 시작하기 전에 연구의 목적을 설명한 후, 충분한 이해를 하고 관심을 보이는 참여자에게 연구 방법 및 절차를 설명하였다. 또한, 연구 참여 중 원하지 않으면 언제든지 철회할 수 있다는 점, 소정의 연구비 지급 등에 대한 설명과 연구의 비밀 유지를 위한 보장을 알려 준 후 참여자 스스로 연구 참여 여부를 결정하고 서면 동의서를 작성하도록 하였다. 수집된 설문지는 연구자만 조사하여 볼 수 있는 장소에 보관하였으며, 녹음된 내용은 최종 분석 후 연구가 종료되는 시점에 모두 폐기될 것임을 설명하였다.

4. 자료 분석방법

수집된 자료는 Colaizzi(1978)가 제시한 현상학적 분석방법에 따라 분석하였다[18]. 결혼이민 중년여성의 갱년기 경험을 이해하고 느끼기 위해서 녹음된 참여자의 진술을 반복하여 들으면서 참여자가 이야기 한 그대로 필사하였다. 세 명의 연구자에 의해 도출된 의미 있는 진술은 113개였고 이 중 일치를 보인 진술은 99개로 87%의 일치율을 보였다. 의미 있는 진술에서 좀 더 일반적인 형태로 재진술을 하였고 의미 있는 진

술과 재진술로부터 구성된 의미를 도출하였다. 도출된 의미를 주제, 주제 모음, 범주로 조직화하고자 하였으며 이때, 연구자 모두가 합의되지 않는 부분이 있는 경우에는 다시 원자료 및 면담 시의 기록을 반복적으로 읽고 논의하며 정하였다. 주제를 한국에 거주하는 결혼이민 중년여성의 갱년기 경험과 관련하여 명백하고 확실한 진술로 완전한 최종적인 기술을 하려고 노력하였다.

Ⅲ. 연구 결과

본 연구는 필리핀 1명, 카자흐스탄 2명, 키르기스스탄 1명, 일본 1명, 중국 1명의 국적을 가진 결혼이민 중년여성으로 총 6명이 참여하였다. 참여자의 연령은 41세에서 63세까지였고 한국 거주기간은 17년에서 30년으로 나타났다. 교육수준은 중학교 졸업 1명, 고등학교 졸업 3명, 전문대 이상 졸업은 2명이었다. 종교는 기독교 1명, 이슬람 1명, 통일교 1명, 종교 없음은 3명이었다. 연구 참여자 모두, 결혼한 상태였으며 남편의 연령은 53세에서 63세로 회사원, 농부, 시설 기사 등의 직업을 갖고 있었다. 결혼이민 중년여성들도 강사, 요양보호사, 사무원, 식당 등의 직업을 모두 가지고 있었다.

초경을 시작한 나이는 12세 1명, 13세 1명, 14세 3명이고, 폐(완)경이 된 때는 45세, 47세, 55세라고 3명이 응답하였고, 나머지 3명은 아직 폐(완)경은 되지 않은 상태였다. 연구자가 갱년기 지식을 확인하기 위해 구성한 10가지 질문은 '갱년기란 폐(완)경을 전후한 40~60세 사이를 의미한다', '갱년기가 지난 후에 여자들은 더 이상 임신할 수 없다', '폐(완)경은 난소의 기능이 상실되나 호르몬(에스트로겐)은 지속적으로 분비된다', '갱년기동안 가장 흔한 신체 증상은 몸이나 얼굴이 화끈하게 달아오르는 홍조 증상이다', '홍조 증상을 예방하는데 뜨거운 커피나 차, 자극적인 음식, 밀집된 환경 등이 도움이 된다', '폐(완)경과 심혈관성 고혈압 및 동맥경화성 질환의 발병률과는 전혀 상관이 없다', '폐(완)경기에 나타나는 호르몬의 변화로 불면증, 신경과민 등이 나타날 수 있다', '갱년기 때 난소는 난자의 배출을 정지한다', '갱년기 증상을 완화하기 위해 호르몬 치료를 하는 것은 도움이 될 수 있다', '갱년기에는 성적 매력이 없어 성적 배우자로 적합하지 않은 시기이다' 등 이다. 이 질문에 '맞다', '틀리다', '잘 모르겠다'로 응답하게 하였으며 그 결과 7개 항목의 정답자는 3명, 6개 항목의 정답자는 1명, 5개 항목의 정답자는 3명으로 나타났다.

결혼이민 중년여성의 갱년기 경험 연구 참여자로부터 얻은 자료를 분석하여 113개의 의미 있는 진술을 통해 53개의 주제 및 19개의 주제 모음이 도출되었으며 결혼이민 중년여성의 갱년기 경험을 가장 잘 서술할 수 있는 8개의 범주를 도출하였다(Table 1). 8개의 범주는 '변화의 소용돌이', '가족의 울타리', '흡족하지 못한 현실', '감추고 싶은 나', '소외되는 삶', '그리운 내 고향', '이겨내는 삶', '부족한 부분에 대해 사회적 지원을 바람'이었다.

범주 1. 변화의 소용돌이

결혼이민 중년여성은 예전과 다르게 갱년기에 느껴지는 몸과 마음의 '변화의 소용돌이'를 경험하였다.

1) 느끼는 몸의 변화

갱년기에 겪는 홍조 및 발한, 불면증과 피곤함, 성관계 시 통증 등의 여러 가지 신체적인 변화를 겪고 있다고 참여자들은 진술하였다.

"먹 얼굴에 열나고 땀나고, 환경보다는 더 더워지기도 하고 가끔 훅 달아오르는 느낌, 그런 게 있어요." (참여자 6)

"약간 좀 잠이 잘 안 오고, 먹...약간 불면증이 생겼나 하다가...그게 좀 갱년기의 시작이었나 라는 생각도 했었거든요." (참여자 2)

"먹 별거 한 것도 없는데, 몸이 너무 피곤하고, 이상했죠. 몸이 너무 피곤한 것이..." (참여자 5)

"결혼하면 성관계가 중요하잖아요. 갱년기 되고 나니까 아플 때도 많이 있잖아요." (참여자 5)

Table 1. Life Experiences of Marriage Immigrant Middle-aged Women

Category	Theme cluster	Theme
A whirlwind of changes	Feeling physical changes	Hot flashes
		Perspiration
		Insomnia
		Fatigue
		Pain during sexual intercourse
	Feeling emotional changes	Sensitive and strange negative feelings
		Irrational anger
		Desire to express rage
		Sadness
		Feeling lethargic and without energy
		No appetite
Boundary of family	Ambivalence toward husband	Gratefulness toward husband
		Feeling hurt toward husband
		Feeling oppressed by husband
		Compassionate toward husband
	Interaction needs within the family	Consideration of family
		Family love
		Meaningless family connections
Unsatisfactory reality	Reality of unmet expectations	Life without breathing room
		Regretting current lifestyle
	Unstable economic circumstances	Psychological anxiety due to temporary worker status
		Struggling with economic poverty
		Unmet needs
Aspects of myself I want to hide	Repression	Repressing my emotion
		Calm myself without expressing my emotion
	Carry on by wearing a "mask"	Carry on by wearing an "all-is-fine" mask
		Being conscious of others
Life of isolation	Differences	Generational differences
		Cultural differences
	Discomfort from prejudices	Discriminated against due to "multicultural" status
		Prejudices against those who have come from a less wealthy country
		Negative attention because of different skin color
		Negative attention because of lack of fluency in the Korean language
	Communication difficulties	Language barriers
		Difficulty of understanding one another within the family
	Loneliness	Struggling because of isolation
		Enduring things all by oneself
Missing my homeland	Missing my homeland	Missing my homeland
		Loneliness from living abroad
		Sadness from having nobody to interact with because of leaving the homeland
	Feeling happy when using my mother tongue	Happiness from using my mother tongue
Life of overcoming obstacles	Overcoming climacterium	Consume health supplements
		Talk with others
		Make effort to achieve self-development
		Make effort to understand others
	Engage in healthy activities	Exercise and engage in a variety of hobbies
		Engage in volunteer activities
		Hormone replacement therapy
Desire for social support for areas where gaps exist	Lack of education opportunity on climacterium	No education on climacteric experience
		Get information on climacterium through acquaintances or television programs
	Unavailability of information on climacterium	Lack of accurate information on climacterium
		Lack of preparation for climacterium
	Seeking systematic support	Need a center that manages climacterium

2) 느끼는 마음의 변화

참여자들은 갱년기를 맞이하면서 예민하고 묘하게 나쁜 감정들이 많이 느껴졌으며 이유 없이 화가 나는 일이 많아지며 분노를 표출하고 싶어 하기도 하였다. 또한 슬픈 마음과 삶에 활력이 없고 무기력해지며 그로 인해 음식을 먹고 싶은 욕구도 없어짐을 경험하였다.

"제가 정말 이상하게 좀 많이 예민했어요. 마음속에, 표현하기가 어려운, 그 묘한 나쁜 감정들이 너무 많았어요. 머라고 콕 얘기할 수 없는 정말 묘한 나쁜 감정이요." (참여자 5)

"제가, 저기 가끔 아들이랑 딸이랑 남편이랑...갑자기 막 화나고요, 이유가 없고 그냥 일상생활을 똑같이 했는데도 화가 나요. 그다음에 어떨 때는 누가 머 하나만 물어봐도 너무 화가 나요." (참여자 1)

"그냥 집에 처박혀서 그냥 이런저런 슬픈 생각이 들고..." (참여자 2)

"그리고 막 머라고 그러지? 활력이 없어지는 것 같고, 무기력해지는 그런 느낌이요. 아무것도 안하고 싶은 그런 거요, 머 먹고 싶지도 않아요. 그냥 축축 늘어지니까, 식욕이 없어지는거, 이런 것도 힘들더라구요." (참여자 2)

범주 2. 가족의 울타리

참여자들은 '가족의 울타리' 안에 있는 가족과 남편에게서 느끼는 여러 가지 감정들이 갱년기에 많은 영향을 주었다고 진술하였다.

1) 남편에 대한 양가감정

참여자들은 남편에게 갱년기를 이해해 주는 모습으로 고마우면서도 무관심한 모습으로 서운한 감정을 느끼기도 했다. 한국에 정착해서 많은 시간이 흘렀음에도 내가 어디론가 떠날까 봐 외출하는 것을 쉽게 허락해 주지 않는 남편의 모습에는 억눌린 감정을 느낌과 동시에 측은함도 느껴짐을 경험하였다.

"남편이 딸에게 '엄마 갱년기 생겼나봐' 하면서 얘기를 해 주었나 봐요. 그래서 그다음부터는 그냥 제가 신경질 내게 두고 그랬죠. 남편에게 고맙죠. 나를 많이 생각해 주니까..." (참여자 1)

"내가 지금 갱년기인지 아닌지, 남편은 몰라. 나한테 관심이 없어. 무관심, 그러니까 너무 서운해."
(참여자 2)

"밖에 나가서 사람도 보고, 모임도 해야 되는데, 안된다고, 남편이 계속 안된다고..." (참여자 4)

"와이프가 저기 어디로 떠날까봐, 남편이 그런 걱정과 염려가 있어서, 그런 남편 모습을 보는게 제일 힘들죠." (참여자 1)

2) 가족 내 상호작용 욕구

참여자들은 남편을 제외한 다른 가족들에게 배려를 받는다는 느낌과 사랑을 경험하기도 하지만 서로의 일상이 너무 바빠서 의미 있는 가족이 아닌 것 같은 느낌을 받을 때도 있다고 진술하였다.

"시누이도 잘하고, 다른 가족들도 잘하고, 그래서 좋게 좋게 살고 있어서..." (참여자 1)

"여기 엄마가 사랑 줘요. 한국 엄마가..." (참여자 3)

"가족 안에서 하고 싶은 얘기가 있는데도 할 기회가 없어요. 다들 너무 바쁘니까, 우리 지금 가족 맞어? 그런 생각이..." (참여자 5)

범주 3. 흡족하지 못한 현실

기대를 하고 온 한국에서 기대에 못 미치는 현실과 불안정한 경제 상태로 참여자는 '흡족하지 못한 현실'을 경험하였다.

1) 기대에 못 미치는 현실

잘 살기 위해 온 한국에서의 삶이 기대에 못 미치고 쫓기게 되다 보니 참여자들은 현재의 삶을 후회하게 된다고 진술하였다.

"그냥 시간이 없고 쫓기고 사니까, 닥쳐야지 눈앞에 떨어져야지. 뭔가를 하게 될 것 같아요~

내가 더 잘 살기 위해서 한국에 왔는데, 그렇지 못하

고, 속앓다는 느낌이 들긴 하죠" (참여자 2)

"차라리 그냥, 제가 결혼은 다른 사람이랑 했으면 어떨까 하는 거죠. 후회가 좀...." (참여자 3)

2) 불안정한 경제 상태

참여자들은 비정규직 고용상태에 따른 심리적 불안감을 느끼고 있으며 그로 인한 경제적 빈곤으로 힘들고 욕구를 충족하지 못하는 상황을 경험하였다.

"공장 같은데 가면 정직원은 할 수 있겠지만, 그런 곳 말고 공공 기관이나 일반 회사 그런데는 어렵잖아요. 안정적인 직장을 가지고 하면, 가정도 안정적으로 꾸려갈 수 있는데..." (참여자 2)

"갱년기에 맞는 한약을 지어 먹으면 도움이 된다고 하는데, 근데 문제는, 비용이 너무 비싸니까, 우리 같은 사람은 엄두를 못 내죠." (참여자 3)

"생활하기 어려워지면 신경 써야 하고, 그러면 신경질 나잖아요." (참여자 4)

"참아야 되잖아. 먹는 것도 참아야 되고, 사고 싶은 것도 참아야 하고...하고 싶은데, 못하는 거죠" (참여자 5)

범주 4. 감추고 싶은 나

참여자들은 갱년기를 지나면서 느끼는 여러 가지 감정을 억누르고 제대로 된 표현을 못하며 혼자 삭히는 일들과 타인을 의식하여 스스로 괜찮다는 가면을 쓴 채 살아가는 '감추고 싶은 나'를 경험하는 것으로 나타났다.

1) 억누름

일상생활을 하면서 가족이나 주변인들로부터 느껴지는 감정을 그대로 수용하기 보다는 그것조차도 억누르려고 하는 모습과 감정은 수용을 하였으나 그것에 대한 표현을 상대방에게 제대로 하지 못하고 혼자 삭히려는 경험을 하였다.

"뭐 어떤 일들이 일어나면, 그런 부분에 대해 속에서 나오는 느낌, 그것도 아예 머릿속에서 생각 안 하려고 하죠. 그냥 얼버무린다고 해야 하나? (참여자 5)

"속상한 일이 있어도 그냥 혼자 삭히거나, 그냥 한번 울고 그러거나, 식구들한테 말을 못하죠. 누구한테도 잘 못하죠" (참여자 2)

2) 가면을 쓰고 살아감

스스로를 자유롭게 표현하기 보다는 타인을 의식하면서 말이나 행동을 조심하게 되고 겉으로 보여 지는 부분에서는 항상 괜찮은 것처럼 포장을 하면서 마치 가면을 쓰고 살아가고 있음을 경험하였다.

"다른 사람들한테도 사실 여기(마음을 가리키며)가 좀 그럴 때도 있는데...그래도 말....또 행동....조심조심하죠." (참여자 1)

"그냥 항상 외면은...항상 그냥, 다 괜찮은 것처럼... 마음은 안 그럴 때도 많은데...음...또 남들에게는 안 보여 주려고 하고, 그렇게 살기는 하죠. (참여자 2)

범주 5. 소외되는 삶

나와는 서로 다르고 다문화라는 선입견으로 인한 여러 불편감 속에서 소통의 어려움도 있어 결국은 외로움을 느끼는 '소외되는 삶'을 경험하였다.

1) 서로 다름

참여자들은 남편과 세대 차이와 문화차이를 느껴 우리의 서로 다름을 경험하고 있었다.

"남편과 세대 차이도 있고, 나이 차이가 있으니까, 나이는 지금 11살 차이에요." (참여자 2)

"우리나라와 생각이 틀리고, 모든 게 완전히 다르잖아요." (참여자 4)

2) 선입견으로 인한 불편감

결혼이민 여성의 또 다른 표현인 다문화 여성이라는 단어 자체가 한국 사람들과의 분리를 당하는 것 같고 '다문화 가정'은 못사는 나라에서 왔을 것 같은 생각과 피부색이 다르고 유창한 한국말을 구사할 수 없

음에서 오는 선입견들로 인한 불편감이 있다고 진술하였다.

"이제 다문화, 이주 여성, 다문화 가족, 그런 말들이...아예 한국 사람들과 분리를 하는 거니까, 말 자체가 스트레스를 받으니까..." (참여자 2)

"다문화 가족, 막 그렇게 하면, 아무래도 못 사는 나라에서 왔다는 시선들이 있다 보니." (참여자 2)

"피부도 또 하얗지 않으면 또 그럴 수도 있고, 그러다가 말을 못하면, 제대로 한국말을 못하면, 보는게... 음...좀 그렇죠. 스트레스 받아" (참여자 3)

3) 소통의 어려움

참여자들은 모국어만큼 자유롭게 한국어로 표현하는 것이 어렵다보니 언어의 장벽에 부딪칠 때가 많았으며 그로 인해 가족 간에도 서로의 말을 잘 알아듣지 못하는 상황에 종종 노출되었음을 경험하였다.

"언어 장벽 때문에, 이거를 표출하지 못하니까, 말을 전달을 못하니까, 확실하게 말을 못 할 때가 있어. 그만 얼버무리게 되고..." (참여자 5)

"남편하고 먼 싸우거나 말다툼, 의사소통이 안 되고..." (참여자 2)

"언어가 잘 안되니까, 서로 잘 못 알아들으니까 싸워요. 남편이 자기 얘기 잘 모른다고, 그리고 시어머니도요." (참여자 1)

4) 외로움

참여자들은 스스로 또는 상황에 따라 집에만 있게 되는 고립된 생활로 힘듦을 느꼈고 갱년기 증상을 혼자 견뎌내야 하는 외로움을 경험하였다.

"집에만 있었어요. 따로 나갈 생각은 안하고, 그냥...많이 힘들었죠." (참여자 5)

"친구는 한 세 네 시간 가야지 만날 수 있고, 시댁 쪽에도 친척이 많지도 않고, 그러니까 그냥 집에..." (참여자 2)

"갱년기가 오면, 안 그래도 이게 신체가 변화가 왔는데, 그 변화를 혼자서 견디려고 하니까... (참여자 3)

범주 6. 그리운 내 고향

고향을 떠나 한국에서 살아가면서 고향에 대한 그리움을 느끼고 어쩌다 모국어를 사용할 수 있는 상황에서의 행복함을 통해 '그리운 내 고향'을 경험하는 것으로 나타났다.

1) 고향을 그리워함

한국에서 거주한 기간이 17년 이상으로 젊을 때는 미쳐 느끼지 못했던 고향에 대한 그리움이 갱년기를 경험하는 지금에서야 불쑥불쑥 타향살이에 대한 외로움과 고향을 떠남으로 교류할 사람이 없음에서 오는 슬픔, 그러다 보니 더욱 커지는 고향에 대한 그리움이 있다고 진술하였다.

"거기(고향)에 살았으면, 한국에 사는 것보다 덜 외로웠겠죠." (참여자 2)

"제가 다른 나라에 와 있으니까, 아무래도 고향에 있으면 형제들도...동생들이랑 이런저런 얘기를 나눠서...그럴 수 있었을 텐데... 여기에서는 친구들도 만날 수도 없고, 원래 고향에서는 친척들도 많았는데... 먼...여기 와서 왕래를 할 수 없으니까..." (참여자 3)

"처음에 한국에 왔을 때는 안 그랬는데, 지금 갱년기가 됐을 때 더 고향이 그리워졌어요." (참여자 5)

2) 모국어 사용의 행복함

태어난 나라의 언어를 사용할 수 있는 상황이 되었을 때 말할 수 없는 행복함을 느낌과 동시에 고향을 생각하게 되는 것을 경험하였다.

"내 나라의 말을 할 수 있으니까, 저도 모르는 사이에 제가 기분이 좋아진 거예요. 그런 다음에 문뜩 생각하죠. 고향에 있는 가족들을요." (참여자 5)

"여기에 와서 아주 가끔씩 모임을 하거 든요. 그럼 거기서 제가 제일 언니니까, 엄마처럼 알려줘요. 우리나라 사람을 만나면서 우리나라 말을 쓸 수 있다는 것이

너무 좋아요. 꼭 고향에 온 기분이잖아." (참여자 1)

범주 7. 이겨내는 삶

참여자들은 자신만의 방법과 건강한 활동을 통해 갱년기를 극복하고자 노력하는 '이겨내는 삶'을 경험하였다.

1) 나만의 갱년기 이겨내기

참여자들은 건강보조식품을 섭취하거나 수다를 떨기도 하며 자기 계발 및 상대방을 이해하려고 노력하는 등 자신만의 방법으로 갱년기를 이겨내려고 하였다.

"비타민 먹어요. 그다음에 남편이 집에서 직접 만든 인삼, 더덕, 뭐 이런 거 먹고, 꿀도 먹고, 능이버섯도 먹고요." (참여자 3)

"친구들이랑 대화하고 현실에 만족하고 새로운 인생을 시작하기 위해서 수다 떨었던 거죠." (참여자 1)

"나를 업그레이드 시키기 위해 스스로 찾아서, 스스로 일을 하고, 공부도 스스로 하고..." (참여자 2)

"남편도 따라오고, 나도 따라가고, 서로서로 맞추려고 노력하죠. 그럼, 좀 힘든 게 작아지잖아요." (참여자 1)

2) 건강한 활동하기

참여자들은 운동하기, 취미 생활하기, 봉사 활동하기, 의료진의 도움을 받아 호르몬 보충 요법을 받는 등의 건강한 활동을 통해 갱년기를 이겨내려고 하였다.

"나 스스로 그냥 주로 운동하고, 뭐 걷기 운동이나 자전거 타는 거, 배드민턴, 걷기 운동. 거의 많이 하죠. 하루에 한 시간 넘게..." (참여자 6)

"합창단, 꽃꽂이, 보드게임하고, 왜 그러냐면 여기가 (머리를 가리키며) 기억력이 안 좋아질까 봐..." (참여자 1)

"이제 봉사 활동이 있으면 무조건 나가려고 노력하는 편이에요." (참여자 2)

"호르몬 약은 병원 가서 선생님이 먹으라 하니까 1년 정도 먹었어요." (참여자 5)

범주 8. 부족한 부분에 대해 사회적 지원을 바람

참여자들은 갱년기 교육의 기회가 없어 대체적으로 갱년기를 잘 모르는 경향이 있고 이를 해결하기 위해 사회의 제도적 지원을 바라고 있다고 진술하였다.

1) 갱년기 교육의 기회가 없음

여성의 갱년기에 대한 교육을 받아 본 경험이 없고, 그렇다 보니 자연스럽게 지인이나 방송 등을 통해 갱년기 정보를 듣게 된다고 참여자들은 진술하였다.

"다른 거 지원은 받았는데 여러 가지를, 한국 음식 만들고 이런 것들, 그런데 갱년기 교육은 알려주는 데가 없었어요. (중략) TV 보면, 홈쇼핑할 때 갱년기에 대해 나왔잖아. 그거 보고." (참여자 5)

"고향에 있는 언니한테 통화로 물어보고요, 주변 친구들한테 물어봐요." (참여자 1)

2) 잘 모르는 갱년기

갱년기에 대한 정확한 지식이 부족하여 갱년기에 대한 준비를 하지 못하는 '잘 모르는 갱년기'를 참여자들은 경험하였다.

"그래서 당시에는 이게 갱년기 증상인지 아닌지를 잘 모르겠는 거예요. 그래서 큰일 난 줄 알았지." (참여자 2)

"그렇게 준비를 미리 하는 거, '갱년기가 오기 전에 내가 뭘 준비 한다' 이런 거 없어요" (참여자 6)

3) 제도적 지원을 바람

참여자들은 갱년기를 관리할 수 있는 센터의 필요성을 이야기하며 제도적인 지원을 해 주기를 기대하고 있다고 진술하였다.

"Information이 잘...지금까지는 이제 지원받는 프로그램들은 다들 일상 생활하는 것만 있지. 집중적으로 여

성들의 신체나 마음을 이렇게 돌봐주는 것은 없었으니까...” (참여자 1)

“여성 건강센터라고 해서 거기에 갱년기 예방, 갱년기 관리, 그리고 갱년기를 바르게 알기, 이런 것을 하면서, 스트레스, 우울증, 알코올 중독 여자들을 다 갱년기에 영향을 줄 수 있잖아요. (중략) 그런 센터에서 내 몸에 오는 변화를 알려 주면, 내가 예방하고 그거에 대해 알고, 그걸 관리할 수 있고 하잖아요.” (참여자 2)

“센터가 약간 조금 있었으면 좋겠어요. 그거(갱년기) 전문적으로 관리해 주는 센터가 있었으면 좋겠어요.” (참여자 3)

Ⅳ. 논의

본 연구는 한국에 거주하는 결혼이민 중년여성의 갱년기를 중심으로 삶에 대한 경험을 심층적으로 탐색하는 현상학적 연구였으며, 그 결과 8개의 범주가 도출되었다. 8개의 범주는 ‘변화의 소용돌이’, ‘가족의 울타리’, ‘흡족하지 못한 현실’, ‘감추고 싶은 나’, ‘소외되는 삶’, ‘그리운 내 고향’, ‘이겨내는 삶’, ‘부족한 부분에 대해 사회적 지원을 바람’이다. 기존에 갱년기와 관련된 연구는 한국의 중년여성을 대상으로 하여 시도되었던 적은 다수 있으나 결혼이민 중년여성의 갱년기를 연구한 적은 거의 없는 실정이다. 이에 결혼이민 중년여성의 갱년기를 중심으로 삶에 대한 경험을 한국 중년여성과 비교하며 논의하고자 한다.

범주 1에서는 결혼이민 중년여성이 경험한 갱년기에 대한 경험은 ‘변화의 소용돌이’ 속에 놓여있는 몸과 마음의 변화였다. 갱년기를 경험하는 결혼이민 중년여성의 몸의 변화는 홍조 및 발한, 불면증, 피곤함, 성관계 통증 등이 있었고, 마음의 변화로는 예민하고 묘한 나쁜 감정이 있으며, 이유 없이 화가 나기도 하고 그로 인해 분노를 표출하고 싶어 하는 부분도 있고 슬프고 활력이 없어 무기력해지고 그로 인해 식욕까지도 없어지기도 하였다. 이와 같은 몸과 마음의 변화는 한국 중년여성에게서도 비슷하게 나타났다[18]. 다만, 한국 중년여성의 경우 기억력이나 집중력 저하, 적절한 단어의 배치가 어려운 등의 인지 감퇴가 갱년기의 또 다른 변화라고 하였으나[19] 결혼이민 중년여성에게서는 이와 같은 변화는 진술하지 않았다. 이는 기억력이나 집중력이 저하되는 것은 갱년기와 상관없는 노화의 과정이라 여기며 적절한 어휘를 선택하지 못하는 것은 한국어가 모국어가 아니므로 인지 감퇴와는 별개의 문제라 생각했을 가능성이 클 것으로 보인다.

범주 2에서는 참여자들은 ‘가족의 울타리’ 안에 있는 가족과 남편에게서 느끼는 여러 가지 감정들이 갱년기에 많은 영향을 주었다고 진술하였다. 결혼이민 중년여성과 한국 중년여성 모두 갱년기의 경험이 가족의 영향을 많이 받는 것으로 나타났다[18-20]. 다만 본 연구의 결혼이민 중년여성은 특히 남편에 대한 영향을 많이 받는 것으로 보인다. 남편에게 고마움을 느끼는 긍정적인 감정, 서운하고 억눌린다는 부정적인 감정이 공존하였고 결혼이민 중년여성이기에 도망갈까 하는 걱정으로 외출 자체를 통제하려는 남편을 바라보는 측은한 감정을 경험한 것으로 나타났다. 결혼이민 여성에게 남편은 고향의 가족과의 단절로 인해 더 의존적인 대상이 되며 남편과의 관계 정도에 따라 결혼이민 여성이 느끼는 주관적인 건강 상태 및 가족의 건강을 결정짓는 매우 중요한 요소가 된다[21,22]. 따라서 결혼이민 중년여성과 남편이 함께 하는 프로그램을 마련하여 남편과의 친밀한 관계가 될 수 있는 환경을 조성해야 할 필요가 있겠다.

범주 3에서의 ‘흡족하지 못한 현실’은 한국인이 아니기 때문에 직장 선택의 폭이 좁고, 그로 인해 경제적 빈곤과 충족되지 못한 욕구로 기대에 못 미치는 현실을 살아갈 때 본 연구의 결혼이민 중년여성은 갱년기 증상이 더 힘들어진다고 하였다. 한국에서 가정을 이룬 결혼이민 여성이 느끼는 스트레스 요인 중 하나로 경제적인 문제가 있었으며 궁핍한 생활로 가족 간의 갈등이 커질 수 있다고 하였다[11]. 이러한 경제적 문제가 지속적으로 갱년기에도 노출된다면, 본 연구의 참여자가 진술한 바와 같이 갱년기 증상에 부정적인 영향을 미칠 것으로 보인다. 그러므로 결혼이민 중년여성에게 일상적인 생활이 영위될 수 있는 최소한

의 경제적 지원 체계가 마련되어야 할 것이다. 이와 같은 경제적인 문제는 결혼이민 중년여성뿐만 아니라 한국 여성과 남성에게도 큰 영향을 미쳐 갱년기에 우울감을 경험하거나 자살 생각까지도 했던 것으로 나타났다[23,24].

범주 4에서의 '감추고 싶은 나'는 자신의 감정을 억누르고 제대로 된 표현을 못하며 혼자 삭히는 일들과 타인을 의식하여 스스로 괜찮다는 가면을 쓴 채 살아가는 것을 말한다.

범주 5에서의 '소외되는 삶'은 나와는 서로 다르고 결혼이민 여성이라는 즉, 다문화라는 선입견으로 인한 여러 불편감 속에서 소통의 어려움도 있어 결국은 외로움을 느낀다는 것이다. '감추고 싶은 나'와 '소외되는 삶'은 결혼이민 여성이 한국에 정착하여 살아가면서 받는 스트레스로 인종 간의 차별대우 및 편견, 외로움, 문화차이, 언어 문제 등이 있을 수 있는데[25], 이러한 문제들이 완벽하게 해결되지 못한 상태에서 갱년기를 맞이하여 느끼게 되는 현상들로 보인다. 그 가운데서 갱년기로 느껴지는 여러 가지 변화를 그대로 표출하는 것보다 다른 사람들을 의식하고 억누르며 감추려고만 하는 것은 결혼이민 여성으로 한국 정착의 초반기에 한국 문화에 일방적으로 동화되기를 요구받았던 경험[26] 때문으로 생각한다.

이러한 이유로 결혼이민 중년여성이 자신의 모국어를 사용하여 자신을 그대로 들어낼 수 있는 상황이 되면, 가족과 친구들이 있는 고향에 대한 그리움이 갱년기를 지나면서 더 극대화되는 것으로 '그리운 내 고향'에 대한 범주 6이 형성된 것으로 보인다.

범주 7에서는 갱년기를 이겨내기 위해 결혼이민 중년여성들도 '나만의 갱년기 이겨내기', '건강한 활동하기' 등의 접근을 하고 있었다. 건강보조식품을 섭취하고 수다를 떨며 자기 계발과 상대방을 이해하려고 노력하고 운동, 봉사, 다양한 취미활동, 호르몬 보충요법을 하면서 갱년기를 이겨내려고 하였다. 이는 한국 여성의 갱년기를 극복하기 위해 운동과 일에 집중하면서, 병원에 찾아가 호르몬 치료를 받는 등의 접근과 아주 유사했다[18,27].

또한 범주 8에서 결혼이민 중년여성들은 갱년기에 대한 교육의 기회가 없었고 그로 인해 갱년기에 잘 몰라서 부족했던 부분을 제도적으로 지원을 받아 대체할 수 있기를 희망하는 마음이 컸다.

본 연구에서 참여자는 갱년기 관련 지식을 묻는 10문항 중 평균 6점으로 갱년기를 정확하게 안다고 표현하기에는 무리가 있어 보인다. 그동안 결혼이민 여성에게는 한글 교육, 한국요리 배우기 등의 일상생활에 필요한 교육이 제공되었으나 건강과 관련된 프로그램 제공은 매우 부족한 실정이었다[11]. 결혼이민 여성이 갱년기를 경험하는 시기는 생애주기별 관점으로 중년기에 해당하고, 이 중년기의 관리 정도에 따라 노년기의 삶과 건강에 강력한 영향을 미친다[28].

따라서 결혼이민 중년여성이 한국 중년여성과 비슷한 갱년기에 대한 경험도 다수 있지만, 결혼이민자이기에 특별하게 경험하는 것도 있으므로 결혼이민 중년여성을 대상으로 갱년기를 완화할 수 있는 프로그램이 개발되어 제공되어야 할 것이다.

Ⅴ. 결론

본 연구는 한국에 거주하는 결혼이민 중년여성의 갱년기를 중심으로 삶에 대한 경험을 심층적으로 탐색하는 현상학적 연구로 '변화의 소용돌이', '가족의 울타리', '흡족하지 못한 현실', '감추고 싶은 나', '소외되는 삶', '그리운 내 고향', '이겨내는 삶', '부족한 부분에 대해 사회적 지원을 바람'의 8개 범주가 도출되었다. 한국에 거주하는 결혼이민 중년여성이 원하는 사회적 지원을 기반으로 갱년기 증상을 완화하는 프로그램 개발 및 적용을 통해 건강한 삶을 살 수 있기를 기대한다.

Reference

1. The Dictionary of Educational Studies. Adulthood [Internet]. Education Research Institute Seoul National University; 1995 [cited 2023 March 10].

Available from: https://terms.naver.com/search.naver?query=EC%84%B1%EC%9D%B8%EA%B8%B0&searchType=&dicType=&subject=

2. Kim HY. Menopausal management of a woman. The Journal of Kosin Medical College. 1993;9(2): 115-128.
3. Park YM, Shin CS. Effects of menopausal women's life stress on life satisfaction and depression. The Journal of the Korea Contents Association. 2015;15(5):254-264. https://dx.doi.org/10.5392/JKCA.22015.15.05.254
4. Rymer J, Morris EP. Menopause symptom. British Medical Journal. 2000;321:1516-1519.
5. Kim SA. A study on influential variables on climacteric women's meaning of life [dissertation]. Cheonan: Baekseok University; 2010. p.1-141.
6. Song NS. Comparing climacteric symptoms and adaptation to climacteric symptoms between natural menopause women and artificial menopause women [master's thesis]. Daegu: Keimyung University; 2012. p.1-53.
7. Women's Health Nursing Research Subject. Women's health nursing Ⅰ. Seoul: Soomoonsa; 2020. p.295-302.
8. Ahn HO. A study on families relating foreign females with Korean spouses: focusing on chinese, philippine and vietnamese women [master's thesis]. Seoul: Dankook University; 2007. p.1-73.
9. Statistics Korea. 2021 Multicultural population statistics [Internet]. [cited 2022 November 3]. Available from:https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301020300& bid=204&act=view&list_no=421620
10. Ministry of Gender Equality and Family. Results of the 2021 national multicultural families survey. [Internet]. [cited 2022 June 27]. Available from: https://www.korea.kr/news/policyBriefingView.do?newsId=156513537
11. Kim HK. A subjectivity study of types for stress in immigrant women of multicultural families who married to korean men. The Women's Studies. 2010;78(1):121-160. https://doi.org/10.33949/tws.2010..1.004
12. Jeong GH, Koh HJ, Kim KS, Kim SH, Kim JH, Par HS, et al. A survey on health management of during pregnancy, childbirth, and the postpartum of immigrant women in a multi-cultural family. Korean Journal Women Health Nursing. 2009;15(4):261-269. https://doi.org/10.4069/kjwhn.2009.15.4.261
13. Hays J, Ockene JK, Brunner RL, Kotchen JM, Manson JE, Patterson RE, et al. Effects of estrogen plus progestin on health-related quality of life. The New England Journal of Medicine. 2003;348: 1839-1854. https://doi.org/10.1056/NEJMoa030311
14. Lonsdorf N. The ageless woman: Natural health and beauty after forty with Maharishi Ayurveda. Ann Arbor: MCD Century Publications; 2004.
15. Park HS, Kim YH, Lee YM. A study on climacteric symptoms corresponding to the use of complementary and alternative therapy in the middle aged women. Journal of Korean Biological Nursing Science. 2006;8(1):23-37.
16. Newton KM, Buist DS, Keenan NL, Anderson LA, LaCroix AZ. Use of alternative therapies for menopause symptoms: results of a population-based survey. Obstetrics & Gynecology. 2003;100(1):18-25. doi:10.1016/s0029-7844(02)02005-7
17. Song AR. Development of an educational program for the management of menopause and it's effect. Journal of Korean Academy of Nursing. 1998;28(2): 280-290.
18. Collaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In R.S. Valle & M. King(Eds). Existential; 1978. Cited by Yoon JH, Han JH. A study on the psychological phenomenon experienced by menopausal middle-aged women. Korean Journal

of Counseling. 2019;14(4):2195-2212.

19. Kim JH, Kim YS. Experiences in overcoming cognitive decline in climacteric women: a qualitative Study. The Journal of the Korea Contents Association. 2020;20(5):181-192. https://doi.org/10.5392/JKCA.2020.20.05.181
20. Kim YW, Choi HK, Oh EJ. Convergence study of menopausal resilience of middle-aged women. Journal of Digital Convergence. 2018;16(5):373-383. https://doi.org/10.14400/JDC.2018.16.5.373
21. Lee JH, Lee JM. Women in multicultural family; characteristics of family life; social support; family health. Japanese Cultural Studies. 2020;74:205-224. https://doi.org/10.18075/jcs..74.202004.205
22. Yun JW, Kang HS. Factors influencing married immigrant women's perceived health status; the national survey of multicultural families 2012. Korean Journal Women Health Nursing. 2015;21(1):32-42. https://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2015.21.1.32
23. Park SK, Lee SW, Park YJ. Depression experience and suicidal behavior among menopausal middle-aged women in korea: mediation effects of health related quality of life and moderating effects of income. The Journal of the Korea Contents Association. 2017;17(11):110-122. https://doi.org/10.5392/JKCA.2017.17.11.110
24. Jeno HW, Kim SA. A phenomenological convergence study on the experience of middle-aged men menopause. Journal of the Korea Convergence Society. 2017;8(9):217-229. https://doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.9.217
25. Kim HS. International marriage migrant women in Korea. Korean Journal Women Health Nursing. 2008;14(4):248-256. https://doi.org/10.4069/kjwhn.2008.14.4.248
26. Choi HS, Yang AG, Lee SJ. Receptivity to migrant wives in korea: a qualitative approach. Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues. 2008;14(4):36-69.
27. Lee HS. The experiences of alternative therapy with the menopausal symptom in middle-aged women. The Journal of Korean Academic Society of Nursing. 2004;10(1):149-160.
28. Kang SO, Ha KS. Relations between the middle aged's perception of successful aging and their preparations for the old age. The Journal of Digital Policy & Management. 2013;11(12):121-144. https://dx.doi.org/10.14400/JDPM.2013.11.12.121