http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2015.15.11.177

중년기 부부의 가족스트레스와 결혼만족도 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과 -남편과 아내의 비교를 중심으로-

Mediation Effect of Cognitive Emotion-regulation Strategy in the Relationship between Family Stress and Marital Satisfaction -focused on the comparison of husbands and wives-

김두길, 유영달
신라대학교 가족학과

Du-Gil Kim(view2439@naver.com), Young-Dal You(ydyou@silla.ac.kr)

요약

본 연구는 부산·경남지역에 소재하는 중년기 부부의 가족스트레스와 결혼만족도와의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과에 따른 남편과 아내의 비교를 위해 시도 되었다. 수집된 자료는 SPSS 19.0프로그램을 이용하여 빈도분석, 대응표본 T 검증, 중다회귀분석을 하였다. 또 매개효과 검증을 위해 위계적 회귀분석과 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증에 따라 단순회귀분석과 Sobel test(1982)를 하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 중년기 부부의 결혼 만족도에 미치는 영향을 살펴보기 위한 위계적 중다회귀분석에서 남편은 교육수준, 부부문제, 계획다시세우기에서 영향을 미쳤고 아내는 연령, 부부문제, 수용에서 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 인지적 정서조절전략은 중년기 부부의 가족스트레스와 결혼만족도에서 부분매개하는 것으로검증되었다. 이러한 연구결과를 바탕으로 본 연구의 한계점과 추후연구를 위한 제언도 함께 논의되었다.

■ 중심어 : | 가족스트레스 | 결혼만족도 | 인지적 정서조절전략 |

Abstract

This study was designed to investigate the differences in the mediation effects of cognitive emotion-regulation in the relationships between family stress and marital satisfaction of middle-aged husbands and wives. The data were underwent through the SPSS 19. Win for frequency, paired-t-test, multiple regression analysis, and for the further analysis of hiearchical multiple regression and the analysis for the mediation effect proposed by Baron & Kenny(1996) and Sobel test(Sobel, 1982).

The results were as follows. First, hiearchical multiple regression analysis showed that education level, couples' problems, replanning strategies were proved to be significant for the marital satisfaction of the husbands, while age, couples' problems, acceptance strategies were significant for the marital satisfaction of the wives. Second, cognitive emotion-regulation strategies were proved to partially mediate in the relationship between family stress and marital satisfaction. The limitations of the study and implications for the further research were discussed based on the results.

■ keyword : | Family Stress | Marital Satisfaction | Cognitive Emtion-regulation Strategies |

접수일자 : 2015년 05월 29일
수정일자 : 2015년 06월 27일
심사완료일 : 2015년 06월 27일
교신저자 : 유영달, e-mail : ydyou@silla.ac.kr

I. 서 론

통계청(2012)의 2011년 기준에 따르면 남성의 초혼 연령은 31.9세, 여성은 29.1세이고, 평균 수명은 남성이 77.6세, 여성이 84.4세로 나타나 결혼기간이 대략 40년 이상 지속되는 것으로 나타났다[1]. 하지만 총 혼인건수 대비 총 이혼건수 비율은 약 34.8%를 차지하고, 이들 중 중년기의 비율은 47%이상으로 나타났다[1]. 서미아(2014)의 연구에서도 중년기 남성의 경우 전체 이혼율의 77.5%, 여성은 70.3%로 나타났다[2].

이처럼 가족의 기능이 과거에 비해 약화 되고 있지만 우리나라 성인의 대다수는 미래에 이루고 싶은 가장 중요한 소망으로 '화목한 가족관계와 행복한 가정'을 꼽았다[3]는 점에서 시대가 변화해도 변함없는 것이 가족의 중요성이다. 특히 중년기는 자녀의 양육과 부모의 부양 그리고 본인의 노후를 준비한다는 점에서 그 중요성이 강조되는 시점이라 하겠다.

중년기는 학자에 따라 가족생활주기에 따른 분류, 연령에 따른 분류, 가족생활주기와 연령을 동시에 고려한 분류 방법이 있다[4]. 본 연구에서는 국내 선행연구들[5-7]에 따라 연령만을 고려하여 40~59세를 중년기로 규정하고자 한다.

중년기는 신체적 변화를 통해 처음으로 자신의 유한성을 인식하고[8], 사회적으로 절정의 지위를 경험하는 동시에 은퇴로 인한 상실감을 인식한다[4]. 이러한 환경적 변화는 중년기부부의 관계에 직·간접적으로 영향을 주어 결혼만족도를 저하시키는 결과를 가져온다[9][10].

결혼만족은 결혼생활에 대한 주관적인 감정과 태도로서 결혼생활에서 추구하는 이상의 달성여부[11][12] 또는 기대와 보상 사이의 일치정도[13]로 정의 된다. 따라서 객관적인 상황이 동일할지라도 개인적 가치관에 따라 결혼만족도는 서로 상이할 수 있다.

중년기 결혼만족도에 관한 국내 선행연구는 1970년대 말부터 시작 되었는데, 초기 연구들은 주로 사회 경제적 변인들[14]에 중점을 두었고, 그 이후에는 상호작용적인 변인 즉 성역할 태도 및 역할갈등[15], 의사소통 유형[16][17], 성적 요인[18][19], 정서적지지[20], 여가활동공유[21], 결혼의 적응[22], 가사분담[23] 등에 초점을 두었다.

하지만 Karney와 Bradbury(1995)는 결혼생활에 대한 117개의 종단연구 분석에서 결혼의 성과, 적응과정, 개인의 취약성뿐만 아니라 생활사건에서 나타나는 스트레스를 함께 고려해야 한다고 주장하였다[25][26]. 최근 국내연구에서도 개인 내적인 변인들뿐만 아니라 일상생활에서 지각하는 스트레스와 같은 환경적요인[26][27]들에 관심을 가지게 되었다. 하지만 이들 연구는 주로 일상생활스트레스나 문화적응스트레스 등으로 가족스트레스와 관련된 연구[28]는 상대적으로 미비하였다. 따라서 본 연구에서는 일상생활 속에서 지각하게 되는 가족스트레스(건강, 재정, 부부, 가사·자녀)가 결혼만족도에 미치는 영향을 연구하고자 한다.

스트레스는 '팽팽하게 죄다'라는 뜻을 가진 라틴어 stringere에서 유래하였다. 그 어원에서 알 수 있듯이 가족체계 내에서 가족 중 한 사람이 정서적·정신적으로 팽팽하게 조여져 있는 상태라면 다른 구성원에게 그 스트레스는 전가 될 것이다[29]. 따라서 가족스트레스는 가족체계의 항상성에 압력을 가하여 가족전체에 혼란을 일으키는 요인이 될 수 있다. 하지만 Boss(1988)에 따르면 이러한 가족스트레스는 가족의 발달주기가 변화해 나가는 과정에서 불가피하게 경험하게 된다고 한다[30].

특히 중년기 가족 스트레스는 중년기 발달주기의 특성에 따라 다양하게 고려 될 수 있다. 선행연구에 따르면 중년기 부부가 동일한 스트레스를 경험한 경우에 남편 보다 아내의 스트레스 수준이 높은 것으로 나타났다[31][32]. 하지만 스트레스 영역에 따라 다르게 경험한다는 연구도 있다. Almeida 등(1998)은 남편은 주로 과중한 업무나 경제적 문제로 스트레스를 경험하는 반면에 아내는 가족일, 가족의 욕구, 자녀문제 등에서 스트레스를 경험한다고 보고하였다[33][34].

본 논문에서는 중년기 가족의 건강 스트레스, 자녀양육과 부모부양에 따른 경제적 스트레스, 부부 둘만의 이인적 관계(dyadic relationship)로의 전환에 따른 부부스트레스, 역할 갈등과 자녀와의 갈등에 따른 가사·자녀 스트레스로 나누어 연구하고자 한다.

먼저 건강 스트레스는 생애주기 상 생애전반기부터

누적되어 온 스트레스의 영향으로 신체건강의 변화를 직면하는 시점이다. 하지만 개인적 특성 즉 가족 및 직업 역할과 같은 사회적 역할 수행에 따라 건강 수준의 편차가 커지는 시기 역시 중년기이다[35]. 차승은, 한경혜(2003)의 연구에 의하면 남성의 신체건강은 배우자의 지지가, 여성의 신체건강은 배우자와의 관계가 많은 영향을 미치는 것으로 보고하였다. 이는 남녀가 가지는 건강 스트레스의 의미가 다를 수 있다는 가능성을 시사한다[35].

둘째, 경제문제에 따른 중년기 가족스트레스의 특징은 지출이 소득을 초과함으로써 재정적 안정감이 손상되고 이는 개인의 정서적 안녕감에 중요한 영향을 미친다[36]. 또한 경제적 수준과 중년기 위기감 간에는 유의한 상관이 있다는 연구[4]와 경제적 곤란이 중년기 스트레스에 가장 중요한 요인[37]이라는 연구도 있다. 최근의 연구에서도 경제적 수준은 가족관계에 영향을 주었다[38]. 외국의 선행연구에서도 사회경제적 지위[39], 사회계층[40]에 따라 스트레스 인식정도가 달랐다[41].

셋째, 중년기 부부는 부부 둘만의 이인적 관계(dyadic relationship)로의 전환에 따라 상대배우자에 대한 기대와 요구가 증가하지만 때때로 기대와 요구의 좌절을 경험하게 된다[42]. 그리고 그동안 누적되어 온 부부간의 긴장과 갈등은 부부관계에 심한 손상을 주기도 한다. 특히 부부관계에 있어서 남편은 아내를 도움의 관계망으로 보는 반면에 아내는 남편을 갈등 관계망으로 보는 경향이 높았다[35]. 이는 결혼생활에서 중년기 부부의 문제인식에 차이가 있음을 추정해 볼 수 있다.

넷째, 가사문제에 따른 가족스트레스에서 중년기는 잠재 되었던 성의 출현으로 남녀 모두가 양성성으로 전환됨에 따라 성역할에서 융통성이 이루어지는 시기이다. 남성은 상대적으로 가정적, 수동적, 의존적으로 되어가는 반면 아내는 적극적, 독립적, 자기주장적으로 변화하게 된다[5]. Eisler와 Skidmore(1987)는 성 역할수행에 따른 스트레스 연구에서 남성의 역할갈등이 여성보다 높다고 보고하였다[43].

다섯째, 자녀문제에 따른 가족스트레스는 자녀와의 세대차[44], 의사소통[45], 학업문제[46], 자녀수[47] 등이 있고 이러한 문제들은 가족스트레스의 증가 요인으로 작용한다.

이처럼 부정적 생활사건들이 개인의 정신건강과 행동에 직·간접적인 영향을 미친다는 연구결과는 스트레스 사건과 부부의 상호작용 관련성을 시사하며, 일상생활에서 발생하는 누적된 스트레스가 부부간의 결혼만족도에 영향을 미친다고 볼 수 있다[48][49]. 따라서 부부의 스트레스는 본인의 결혼 만족도뿐만 아니라 배우자의 결혼만족도[50], 부부의 일치도, 만족도, 결합도, 애정표현 등에도 영향을 미치는 것으로 사료된다[51].

게다가 스트레스와 결혼만족도에서 남편과 아내는 상이한 영향을 받는다는 연구도 있다. 아내의 결혼만족도는 일상적 스트레스에 영향을 받았지만 남편의 경우에는 그렇지 않았다[48]. 하지만 그 반대의 연구도 있다. 김시연, 서영석 (2010)의 연구에 따르면 남편의 일상생활 스트레스는 아내보다 결혼만족도에 더 많은 영향을 미쳤고[50], Whiffen과 Cotilib(1989)의 연구에서도 생활스트레스를 많이 경험한 남편일수록 결혼만족도가 낮았다[52].

이처럼 스트레스와 결혼만족도의 연구가 일관성이 없는 것은 스트레스의 인식과 결혼만족도는 지극히 주관적인 관점을 지니고 있기 때문이다. Tolstoy(1975)는 그의 저서 '결혼의 행복'에서 행복한 결혼생활은 서로가 얼마나 잘 맞는가 보다 그 차이를 어떻게 극복해 나가느냐에 달렸다고 하였고[53] 최근의 연구에서도 부부의 스트레스와 대처방식이 부부관계의 질에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[54][55]. 즉 부부의 스트레스 수준은 결혼 만족도에 영향을 미치지만 그 스트레스 자체가 부정적이라기보다는 부부가 스트레스를 어떻게 대처하느냐에 따라 사랑과 신뢰를 회복할 수 있는 기회가 되기도 하고 위기가 될 수도 있다[56]는 것이다. 이와 유사한 연구로 Lazarus와 Folkman(1984), Karney와 동료들(2005)의 연구도 있다[57][58]

이러한 연구 결과들은 유사한 스트레스 상황에 직면하더라도 그것에 대해 개인이 어떻게 지각하고 통제 하느냐에 따라 그리고 실제 대처 수준에 따라 적응 수준이 달라진다는 스트레스 대처이론의 근거가[59] 될 뿐만 아니라 매개효과의 이론적 토대가 될 수 있다.

본 연구에서는 중년기 부부의 가족스트레스가 결혼

만족도에 미치는 영향에 효과적으로 대처할 수 있는 요인으로써 인지적 정서조절전략 변인을 매개 변인으로 선택하였다. 정서조절이란 목적을 성취하기 위한 정서 반응들을 검색, 평가, 수정하기 위한 내외적 과정[60] 또는 언제, 어떤 정서를 지니며, 어떻게 정서를 경험하고 표현하는지에 대해 개인에게 영향을 주는 과정[61]이라고 한다. 하지만 이러한 정의들은 의식, 무의식뿐만 아니라 생물학적, 인지적, 행동적 조절 과정을 모두 포함하고 있어 인지적 전략과 행동적 전략의 구분이 모호한 측면이 있었다[62]. 이에 Garnefski (2001)는 인지적 전략이 행동적 전략에 선행한다는 가정 하에서 의식적이고 인지적인 대처전략이 어떻게 정서조절에 영향을 미치는지 규명하기 위해서 기존의 대처전략 도구에서 비인지적 대처전략을 수정, 보완하여 표준화된 인지적 정서조절전략으로 CERQ(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire)척도를 개발하였다[62].

Garnefski 등(2001)은 인지적 정서조절 전략이란 정서적으로 각성된 정보를 인지적으로 다루는 인지적 대처와 동일한 개념으로 보았고, 그 하위 차원으로 적응적 정서조절 전략 즉 조망확대, 계획 다시 세우기, 긍정적 초점 변경, 수용, 긍정적 재평가와 부적응적 정서조절전략 즉 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화의 전략을 제안하였다. 이를 구체적으로 살펴보면 먼저 사건의 심각성을 축소하거나 다른 사건과의 상대성을 강조하는 조망확대, 부정적 사건을 어떤 절차에 따라 어떻게 다룰 것인가를 생각하는 계획 다시 세우기, 실제 일어난 사건에 대한 부정적 생각 대신 긍정적인 일에 대해 생각하는 긍정적 초점 변경, 자신이 경험한 사건을 받아들이는 수용, 사건을 긍정적 의미로 받아들이고 성장의 관점으로 인식하는 긍정적 재평가, 자신이 경험한 부정적 사건에 대해 자신을 비난하는 자기비난과 타인을 비난하는 타인비난, 부정적 경험에 대한 감정과 사고에 몰입하는 반추, 자신이 경험한 사건이 다른 사람 보다 더 심각하다고 생각하는 파국화이다.

인지적 정서조절전략과 결혼만족도의 선행연구 결과는 없지만 이와 유사한 연구를 살펴보면, 먼저 적응적 정서조절전략은 부정적 사건으로 인한 정서적 어려움으로부터 상대적으로 작은 영향을 받았을 뿐 아니라[63][64], 사회불안과도 부적 상관을 나타내었고[65], 부적응적 정서조절절략은 정서적 안녕감과 부적상관을 맺는 것으로 나타났다[66][68]. 또한 Garnefski(2004)의 후속연구에서도 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화는 불안과 강한 정적 상관을 나타내었다[65]. 국내 선행연구에서도 적응적 정서조절전략은 심리적 안녕감에 긍정적 영향을 미쳤으나[69][70] 부적응적 정서조절전략은 부정적인 영향력을 증가시켰다[71][72].

성별에 따른 인지적 정서조절전략의 선행연구들도 있다. Garnefski 등(2004)은 부적응적 정서조절전략의 중 반추와 파국화와 적응적 정서조절전략 중 긍정적 초점변경에서는 여성이 남성 보다 더 많이 사용하는 것으로 나타났고, 타인비난, 긍정적재평가, 계획하기에서는 차이가 나타나지 않았다[65]. 그리고 그들의 후속 연구(2006)의 연구에서도 초기청소년, 후기청소년, 성인, 노인의 경우 여자가 남자보다 인지적 정서조절전략의 점수가 높게 나왔다[63].

Martin 등(2005)의 연구에서도 여성은 반추, 파국화, 긍정초점변경, 계획다시세우기, 긍정적재평가 그리고 적응적 정서조절에서 남성보다 높은 점수를 보였고, 남성은 타인비난하기에서 더 높은 점수를 보였다[73]. 국내연구에서는 적응적 정서조절전략은 남성이, 부적응적 정서조절전략은 여성이 유의미하게 높았다[74][75].

비록 선행연구에서 인지적 정서조절전략이 스트레스와 결혼만족도 사이를 매개하는 직접적인 연구는 없으나 이와 유사한 개념인 심리적 안녕감과 관련된 연구를 살펴보면, 부정적 영향을 주는 높은 수준의 스트레스와 심리적 안녕감 사이에서 적응적 정서조절전략 중 수용과 긍정적 초점변경은 중재 혹은 완충 효과가 있다는 보고[69]와 함께 낙관성과 심리적 안녕감[76], 사회적 지지와 심리적 안녕감[71] 사이에서 인지적 정서조절절략이 매개한다는 보고도 있다. 또한, 심지은 등(2011)은 취업스트레스가 우울에 미치는 영향에서 적응적 정서조절절략이 매개한다고 보고하였다[70]. 이러한 선행연구들을 고찰해 볼 때 인지적 정서조절절략은 중년기 가족스트레스와 결혼만족도와의 관계에서 매개효과가 있을 것이라고 추정 된다.

따라서 본 연구에서는 중년기 남편과 아내의 결혼만

족도에 영향을 미치는 가족스트레스와 같은 직접적인 변인들뿐만 아니라 두 변인간의 관계를 매개할 수 있는 변인들을 밝혀내고자 한다. 이러한 연구 목적에 따른 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 중년기 가족스트레스, 결혼만족도 그리고 인지적 정서조절전략은 남편과 아내 간에 차이가 있는가? 둘째, 중년기 남편과 아내의 가족스트레스, 인지적 정서조절전략이 결혼만족도에 영향을 미치는가? 셋째, 중년기 남편과 아내의 인지적 정서조절전략은 가족스트레스와 결혼만족도를 매개 하는가? 이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구를 위해서 2013년 7월15일부터 2013년 8월30일 사이에 부산·경남 지역에 소재하는 40세에서 59세 사이의 중년기 부부 300쌍을 대상으로 600부의 설문지를 배포하였고, 표집방법은 눈덩이 표집이었다. 이들 중 회수된 설문지는 526부이였고 불성실한 응답 86부를 제외한 440부를 분석대상으로 하였다.

2. 측정도구

1.1 가족스트레스 척도

가족스트레스 척도는 McCubbin과 Wilson 그리고 Patterson(1979)이 가족스트레스 인식수준을 측정하기 위해 개발한 FILE(Family Inventory of Life Event and Changes) 척도로 가족의 일상생활에서 경험할 수 있는 규범적, 비규범적 목록으로 구성되어 있다[77]. 본 연구에서는 중년기 전업주부와 직장 은퇴자를 고려하여 직업문제를 제외시킨 4개 영역 즉 가족건강문제(예, '자녀가 다치거나 많이 아팠다.') 4문항, 가족재정문제(예, '빚을 졌다.') 9문항, 부부관계문제(예, '부부간에 싸움이 잦았다.') 6문항, 가사·자녀문제(예, '자녀를 다루는데 어려움이 많아졌다.') 6문항, 총 25문항으로 구성되어 있으며, 문항의 응답방식은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 Likert식으로 구성되어 있다. 총 점수가 높을수록 가족스트레스 인식수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 남편의 가족스트레스 전체의 Cronbach's α는 .91, 아내의 Cronbach's α는 .90로 나타났다.

1.2 결혼만족도 척도

결혼만족도 척도는 Roach, Frazer & Bowden(1981)이 개발한 MSS(Marital Satisfaction Scale)[78]를 기초로 송말희(1986)가 구성한 21문항을 정진관(2004)이 수정· 보완한 척도를 바탕으로 하였다[79]. 본 척도는 긍정적 문항(예, '나는 집안 혹은 집 밖에서 하는 모든 일에 만족을 느낀다.') 17개와 부정적 문항(예, '나는 결혼생활이 나의 개인적 발달을 저해했다고 생각한다.") 5개, 총 22문항으로 구성되었으며, 부정적 문항의 점수는 역산하여 계산하였다. 문항의 응답방식은 '전혀 그렇치 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 Likert식으로 구성되었으며 총 점수가 높을수록 결혼만족도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 남편의 결혼만족도 Cronbach's α는 .93, 아내의 Cronbach's α는 .93로 나타났다.

1.3 인지적 정서조절전략 척도

인지적 정서조절전략 척도(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ)는 Garnefski(2001)가 인지적 정서조절전략을 측정하기 위해서 개발한 척도로 김소희(2004)가 번안한 것을 사용하였다. CERQ는 부정적 사건을 경험한 후에 정서를 조절하는 인지적인 전략을 측정하는 것으로 적응적 정서조절전략(조망확대 4문항, 계획다시세우기 4문항, 긍정적초점변경 4문항, 수용 4문항, 긍정적재평가 4문항) 20개와 부적응적 정서조절전략(자기비난 4문항, 타인비난 4문항, 반추 4문항, 파국화 4문항) 16개, 총 36문항으로 구분 된다. 문항의 응답방식은 '전혀 그렇치 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지 Likert식으로 구성되었으며 점수가 높을수록 인지적 정서조절전략(적응적 정서조절전략 또는 부적응적 정서조절전략)을 많이 사용함을 의미 한다. 본 연구에서 남편의 인지적 정서조절전략의 Cronbach's α는 .90, 아내의 인지적 정서조절전략의 Cronbach's α는 .90로 나타났다.

1.4 자료분석

수집된 자료는 SPSS 19.0 통계프로그램을 사용하여 빈도분석, t검증, 위계적 회귀분석, Baron과 Kenny (1986)[80]가 제안한 매개효과 검증 절차에 따른 회귀분석과 Sobel test를 실시하였다[81].

Ⅲ. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

[표 1]에 따르면 중년기 부부의 연령은 남편과 아내 모두 40세 이상 50세 미만이 각각 66.8%, 82.7%이고, 50세 이상 60세 미만이 각각 33.2%, 17.3%로 나타나 40대가 50대에 비하여 상대적으로 높았다.

기타 특성에 따르면, 남편과 아내의 교육수준은 대학교 졸업(45.5%, 44.5%)이, 경제사정(65.9%, 69.1%) 건강상태(44.1%, 51.8%)는 보통이, 직업유형은 전문직(25.5%, 19.1%)이 가장 많았다.

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

		남편	아내
특성	구분	빈도(%)	빈도(%)
연령	40세이상 50세미만	147(66.8)	182(82.7)
	50세이상 60세미만	73(33.2)	38(17.3)
교육수준	중학교이하	4(1.8)	5(2.3)
	고등학교졸업	55(25.0)	62(28.2)
	전문대졸업	23(10.5)	43(19.5)
	대학교졸업	100(45.5)	98(44.5)
	대학원졸	37(16.8)	11(5.0)
	무응답	1(0.5)	1(0.5)
경제사정	매우어려움	2(0.9)	3(1.4)
	어려움	26(11.8)	25(11.4)
	보통	145(65.9)	152(69.1)
	여유로움	46(20.9)	40(18.2)
	매우 여유로움	1(0.5)	0(0.0)
건강상태	매우 좋지 않음	1(0.5)	0(0.0)
	좋지 않음	24(10.9)	20(9.1)
	보통	97(44.1)	114(51.8)
	건강함	80(36.4)	75(34.1)
	매우 건강함	18(8.2)	11(5.0)
직업유형	전문직	56(25.5)	42(19.1)
	생산 및 단순노무직	4(1.8)	3(1.4)
	일반 사무직	36(16.4)	17(7.7)
	자영업	54(24.5)	20(9.1)
	사회복지직	1(0.5)	11(5.0)
	행정관리직	6(2.7)	3(1.4)
	기능기술직	28(12.7)	5(2.3)
	서비스 및 판매직	18(8.2)	15(6.8)
	기타	10(4.5)	23(10.5)
	무직	7(3.2)	81(36.8)

2. 중년기 부부의 가족스트레스, 결혼만족도, 인지적 정서조절전략의 비교

[표 2]에 따르면 먼저 중년기 부부의 스트레스는 가족스트레스 합(t= -3.26, p<.01,), 하위요인의 건강문제(t=-1.99, p<.05), 재정문제(t=-2.24, p<.05), 가사·자녀문제(t=5.24, p<.001)는 통계적으로 유의하였지만 부부문제는 통계적으로 유의하지 않았다. 이를 정리해 보면, 중년기 부부의 가족스트레스는 아내(M=1.99)가 남편(M=1.89) 보다 높으며, 특히 가사·자녀문제에서 가장 큰 차이를 보였고 부부문제에서는 차이를 보이지 않았다.

중년기 부부의 결혼만족도는 결혼만족도합(t=5.83, p<.001), 하위요인 중 결혼생활만족도(t=5.27, p<.001), 배우자만족도(t=4.06, p<.001)는 통계적으로 유의하였다. 즉 남편(M=3.57)이 아내(M=3.39)보다 결혼만족도는 높았고, 남편과 아내 모두 결혼생활만족도보다 배우자 만족도가 높았다.

표 2. 중년기 부부의 가족스트레스, 결혼만족도, 인지적 정서조절전략의 비교 (N=220)

변수	하위요인	남편		아내		paired-t
		M	S.D	M	S.D	
가족스트레스	건강문제	1.72	.88	1.83	.89	-1.99*
	재정문제	1.93	.70	2.01	.66	-2.24*
	부부문제	2.08	.73	2.08	.73	-.13
	가사 · 자녀문제	1.85	.60	2.04	.62	-5.24***
	가족스트레스합	1.89	.61	1.99	.59	-3.26**
결혼만족도	결혼생활만족도	3.37	.82	3.16	.85	5.27***
	배우자만족도	3.78	.49	3.63	.56	4.06***
	결혼만족도합	3.57	.57	3.39	.63	5.83***
적응적 정서조절 전략	조망확대	3.17	.73	3.26	.80	-1.49
	계획다시세우기	3.56	.81	3.54	.79	.29
	긍정적 초점변경	2.98	.80	3.00	.88	-.30
	수용	3.14	.65	3.15	.74	-.22
	긍정적 재평가	3.37	.84	3.39	.86	-.24
	합 계	3.24	.64	3.27	.70	-.51
부적응적 정서조절 전략	자기비난	2.89	.78	2.81	.74	1.42
	타인비난	2.19	.68	2.13	.67	1.08
	반추	2.87	.75	2.86	.69	.28
	파국화	2.21	.83	2.14	.82	1.04
	합 계	2.54	.53	2.48	.50	1.48
인지적정서조절전략전체의 합		3.35	.36	3.39	.40	-1.38

*p(.05, **p(.01, ***p(.001

중년기 부부의 인지적 정서조절전략의 차이 분석에서 인지적 정서조절전략의 합(t=-1.38, p>.05), 적응적 정서조절전략의 합(t=-.51, p>.05), 부적응적 정서조절전략의 합(t=1.48, p>.05) 그리고 각 하위요인 모두에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 하지만 적응적 정서조절전략의 합과 부적응적 정서조절전략의 합 간의 차이검증 결과 남편(t=14.41, p< .001)과 아내t=14.52, p<.001) 모두 부적응적 정서조절전략 보다 적응적 정서조절전략을 상대적으로 많이 사용하는 것으로 나타났다.

3. 가족스트레스와 인지적 정서조절전략이 결혼만족도에 미치는 영향

중년기 부부의 결혼만족도에 미치는 영향요인들의 상대적 크기를 알아보기 위해 위계적 중다회귀 분석을 실시하였다. 회귀분석 전에 변수들 간의 다중공선성을 점검한 결과, 모든 분석에서 변수들의 분산팽창계수(VIF: variable inflation factor) 값은 모두 10이하였고, 허용치(tolerance)는 .1 보다 크게 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않은 것으로 보인다.

Ⅰ모델에는 일반적 특성인 연령, 교육수준, 월소득, 건강상태를 투입하였다. 먼저 남편의 경우 교육수준(β=.20, p<.01)과 건강상태(β=.15, p<.05)는 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났지만 연령, 월소득은 유의한 영향을 미치지 않았고 아내의 경우는 건강상태(β=.23, p<.01)에서만 유의한 영향이 나타났고 나머지는 유의한 영향이 나타나지 않았다. 이는 건강상태가 남편과 아내 모두의 결혼만족도에 영향을 주었고 특히 아내에게 더 많은 영향을 주는 것으로 나타났다. 하지만 교육수준의 경우 남편의 결혼만족도에는 영향을 주었지만 아내에게는 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. Ⅰ모델에서 결혼만족도에 대한 독립변수들의 설명력은 남편 11%(F=6.24, P<.001), 아내 11%(F=3.91, P<.01)로 동일하였다.

Ⅱ모델에는 Ⅰ모델에 투입된 독립변인 외에 가족스트레스의 건강문제, 재정문제, 부부문제, 가사·자녀문제를 투입하여 결혼만족도에 대한 영향력을 검증하였다. 그러자 남편과는 달리 아내에게서 흥미로운 결과가 나왔다. 남편은 Ⅰ모델에서 영향을 준 교육수준(β=.18, p<.01)과 건강상태(β=.12, p<.05)가 여전히 영향을 미치고 있었지만 아내의 경우는 건강상태(β=.11, p>.05)의 영향력이 사라지고 연령(β=.16, p<.05)과 교육수준(β=.17, p<.01)이 결혼만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가족스트레스 하위요인에서 부부문제는 남편(β=-.60, p<.001)과 아내(β=-.60, p<.01)가 동일한 영향을 미치는 것으로 나타났지만 가사·자녀문제는 아내에게서만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이를 정리하면 남편은 교육수준이 높을수록, 건강상태가 양호할수록, 부부문제가 작을수록 결혼만족도가 높았고, 아내는 연령이 높을수록, 교육수준이 높을수록, 부부문제, 가사·자녀문제가 작을수록 결혼만족도가 높았다. Ⅱ모델에서 결혼만족도에 대한 독립변수들의 설명력은 남편 40%(F=17.24, P<.001), 아내 47%(F=14.39, P<.001)로 나타났다.

Ⅲ모델에는 Ⅱ모델에 투입된 독립변인 외에 적응적 정서조절전략의 조망확대, 계획다시세우기, 긍정적 초점변경, 수용, 긍정적 재평가를 투입하여 결혼만족도에 대한 영향력을 검증하였다. 그 결과 남편은 건강상태(β=.08, p>.05)의 영향력이 사라지고, 나머지 즉 교육수준(β=12, p<.05), 부부문제(β=-.53, p<.001)는 여전히 영향을 미치는 것으로 나타났고, 아내의 경우는 가사·자녀문제(β=-.20, p>.05)의 영향력이 사라지고 나머지 즉 연령(β=.17, p<.05), 교육수준(β=.13, p<.05), 부부문제(β=-.61, p<.001)는 여전히 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 적응적 정서조절전략의 하위요인에서 남편은 계획다시세우기(β=.27, p<.01)와 긍정적재평가(β=.18, p<.05)에서 영향을 미쳤지만 아내의 경우는 결혼만족도에 영향을 미치는 요인이 없었다. 이를 정리하면 남편은 교육수준이 높을수록, 부부문제가 작을수록, 계획다시세우기, 긍정적 재평가가 많을수록 결혼만족도가 높았고, 아내는 연령이 높을수록, 교육수준이 높을수록, 부부문제가 작을수록 결혼만족도가 높았다. Ⅲ모델에서 결혼만족도에 대한 독립변수들의 설명력은 남편 54%(F=17.49, P<.001), 아내 55%(F=11.41, P<.001)로 나타났다.

Ⅳ모델에는 Ⅲ모델에 투입된 독립변인 외에 부적응

적 정서조절전략의 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화를 투입하여 결혼만족도에 대한 영향력을 검증하였다. 그 결과 남편은 긍정적재평가(β=.14, p>.05)의 영향력은 사라지고, 나머지 즉 교육수준(β=.13, p<.05), 부부문제(β=-.54, p<.001), 계획다시세우기(β=.28, p<.01)는 여전히 영향을 미치는 것으로 나타났다. 아내의 경우는 교육수준(β=.12, p>.05)의 영향력은 사라진 반면에 수용(β=.28, p<.05)에 영향력이 발생하였고 나머지 즉 연령(β=.17, p<.05), 부부문제(β=-.57, p<.001)에서는 여전히 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 부적응적 정서조절전략의 하위요인은 남편과 아내 모두 결혼만족도에 영향을 미치지 않았다. 이를 정리하면 남편은 교육수준이 높을수록, 부부문제가 작을수록, 계획다시세우기가 많을수록 결혼만족도가 높았고, 아내는 연령이 높을수록, 부부문제가 작을수록, 수용적 태도를 취할수록 결혼만족도가 높았다. 그리고 결혼만족도에 가장 많은 영향을 주는 것은 부부문제로 나타났다. Ⅳ모델에서 결혼만족도에 대한 독립변수들의 설명력은 남편 55%(F=13.75, P<.001), 아내 57%(F=9.21, P<.001)로 나타났다.

4. 인지적 정서조절전략의 매개효과 검증

[표 4]은 중년기 남편과 아내의 가족스트레스와 결혼만족도 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)[80]가 제안한 매개효과 검증 절차에 따라 회귀분석을 실시하였다. 먼저 인지적 정서조절전략의 합을 구하기 위해서 부적응적 정서조절전략의 문항을 역산한 후 적응적 정서조절전략의 합과 부적응적 정서조절전략의 합을 합산하였다.

먼저 [표 4]에서 볼 수 있듯이 1단계에서 가족스트레스를 독립변인으로 하고 인지적 정서조절전략을 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 중년기 남편(β=-.25, p<.001)과 아내(β=-.27, p<.001) 모두에서 가족스트레스는 인지적 정서조절전략에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 설명력은 각각 7%, 7%이였다.

2단계에서 가족스트레스를 독립변인으로 하고 결혼만족도를 종속변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 중년기 남편(β=-.41, p<.001)과 아내(β=-.42, p<.001) 모두에서 가족스트레스는 결혼만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 설명력은 각

표 3. 중년기 부부의 일반적 특성, 가족스트레스, 인적 정서조절전략의 위계적 중다회귀분석

독립변수		Ⅰ		Ⅱ		Ⅲ		Ⅳ	
		남편	아내	남편	아내	남편	아내	남편	아내
		β	β	β	β	β	β	β	β
일반적 특성	연령	.01	.15	.03	.16*	.05	.17*	.07	.17*
	교육수준	.20**	.14	.18**	.17**	.12*	.13*	.13*	.12
	월소득	.06	.08	.01	.04	-.01	.00	-.02	.00
	건강상태	.15*	.23**	.12*	.11	.08	.05	.08	.02
가족스트레스	건강문제			.08	.16	.10	.09	.10	.06
	재정문제			.05	.15	.11	.12	.11	.11
	부부문제			-.60***	-.60***	-.53***	-.61***	-.54***	-.57***
	가사 · 자녀문제			-.12	-.26*	-.12	-.20	-.08	-.13
적응적 정서 조절 전략	조망확대					.05	-.04	.07	-.02
	계획 다시세우기					.27**	.07	.28**	.02
	긍정적 초점변경					-.01	.07	-.01	.09
	수용					-.10	.18	-.02	.28*
	긍정적 재평가					.18*	.05	.14	.04
부적응적정서 조절 전략	자기비난							-.11	-.11
	타인비난							-.03	.01
	반추							-.01	-.02
	파국화							-.05	-.13
F		6.24***	3.91**	17.24***	14.39***	17.49***	11.41***	13.75***	9.21***
F변화량		6.24	3.91	11.00	10.48	.10	-2.99	-3.74	-2.19
R^2		.11	.11	.40	.47	.54	.55	.55	.57
R^2변화량		.11	.11	.29	.36	.14	.08	.01	.02

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

각 17%, 18% 였다.

3단계에서 결혼만족도를 종속변인으로 두고 가족스트레스와 인지적 정서조절전략을 독립변인으로 하여 동시에 투입하였다. 그 결과 중년기 남편(β=-.31, p<.001)과 아내(β=-.31, p<.001) 모두에서 독립변인인 가족스트레스가 결혼만족도에 미치는 영향이 유의한 수준에서 줄어들었다. 그리고 매개변인인 인지적 정서조절전략 또한 남편(β=.37, p<.001)과 아내(β=.35, p<.001) 모두 결혼만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 그 설명력은 각각 30%, 28% 이였다. 즉 인지적 정서조절전략은 가족스트레스와 결혼만족도의 관계를 부분매개하고 있음을 알 수 있다.

다음으로 Sobel(1982)의 매개효과 유의성 검증 결과, 남편(Z=3.00, p<.001)과 아내(Z=3.01, p<.001) 모두 인지적 정서조절전략의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 각각 확인 되었다. 따라서 인지적 정서조절전략은 가족스트레스가 결혼만족도에 미치는 영향에서 매개효과를 가지는 것으로 나타났다.

표 4. 중년기 부부의 가족스트레스와 결혼만족도간의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과 검증을 위한 회귀분석

단계	변수		β	t	F	R^2
1단계 : 독립 → 매개	가족 스트레스 → 인지적 정서조절 전략	남편	-.25	-3.89***	15.09***	.07
		아내	-.27	-4.11***	16.87***	.07
2단계 : 독립 → 종속	가족 스트레스 → 결혼 만족도	남편	-.41	-6.58***	43.32***	.17
		아내	-.40	-6.50***	42.30***	.16
3단계 : 독립 +매개→ 종속	가족 스트레스 + 인지적 정서조절 전략 → 결혼 만족도	남편	-.31	-5.30***	45.93***	.30
			.38	6.40***		
		아내	-.31	-5.12***	42.82***	.28
			.36	6.04***		

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

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구는 중년기 남편과 아내의 가족스트레스와 결혼만족도 관계를 알아보고, 인지적 정서조절전략의 매개역할에 대해 알아보고자 시도 되었다. 연구결과 중년기 남편과 아내 모두 가족스트레스와 결혼만족도의 관계에서 인지적 정서조절전략은 부분매개 역할을 하는 것으로 나타났다. 본 연구의 구체적인 결과들 중 몇 가지 주목할 만한 사항들은 다음과 같다.

첫째, 중년기 남편과 아내의 가족스트레스, 결혼만족도 그리고 인지적 정서조절전략의 비교 연구 결과, 중년기 남편과 아내의 가족스트레스는 아내가 남편 보다 더 높았다. 이를 구체적으로 살펴본 하위요인에서도 아내는 남편 보다 건강문제, 재정문제, 가사·자녀문제에서 더 높은 스트레스 수준을 경험하는 것으로 나타났다. 이는 중년기 부부가 경험하는 다양한 생활사건 즉 경제적 문제, 자녀문제에 있어서 아내의 스트레스 인지수준이 남편의 인지수준 보다 높은 경향을 보인다는 선행연구와 그 맥을 같이 했다[4][31][36]. 이러한 연구결과들을 살펴볼 때, 중년기는 전통적인 가족의 역할관계 속에서 양육되었고 그러한 관계가 계속되고 있음을 시사한다고 볼 수 있다. 전통적인 가족 관계에서 남편은 가사 책임을 맡지 않은 반면에 가사 이외의 활동 즉 직장이나 사회적 지지 체계에 더 많은 관심을 가지게 된다. 게다가 가족구성원 또한 이러한 가부장적인 사회의 영향으로 가족의 욕구와 관련한 기대나 역할이 상대적으로 낮고, 가사·양육에 있어서도 보조자로서의 역할이 강조하게 된다. 반면에 아내는 가사와 자녀 양육을 주된 과업으로 삼고 있어 자녀와 배우자에 대한 기대, 역할, 책임감이 상대적으로 높다. 게다가 최근 인구사회학적 변화에 따라 자녀 독립이 점점 늦어지고 있고 중년기 이후 남편의 은퇴나 실직을 고려한 취업이 증가하고 있기 때문에 상대적으로 아내의 스트레스가 높은 것으로 보여진다.

하지만 부부문제의 경우 남편과 아내의 스트레스 차이는 발생하지 않았다. 이는 남편과 아내 모두 부부 둘만의 이인적 관계(dyadic relationship)에서 발생하는 스트레스에 대한 인식이 유사하다는 것이다. 하지만 남

편과 아내 모두 부부문제가 가장 높은 가족스트레스 요인으로 나타났다는 점에서 부부문제가 습관화, 고착화되어 간다고 볼 수 있다. 따라서 부부 간 의사소통 유형을 점검하고 배우자와의 관계를 전통적인 수직관계에서 동반자적 관계로 전환시킬 필요가 있다.

중년기 남편과 아내의 결혼만족도는 남편이 아내에 비해 높은 것으로 나타났고, 이는 선행연구들[82][83]과 일치하였다. 이러한 연구결과는 현대사회에 이르러 부부의 관계가 평등화 되었다고는 하나 부계중심의 가족구조 특성에 따른 부부관계에서 남편 보다 아내에게 더 많은 희생과 양보를 요구하기 때문인 것으로 볼수 있다.

인지적정서조절전략은 적응적 정서조절전략(조망확대, 계획다시세우기, 긍정적초점변경, 수용, 긍정적재평가)과 부적응적 정서조절전략(자기비난, 타인비난, 반추, 파국화)에서 중년기 남편과 아내의 성차는 나타나지 않았다. 이는 김소연(2012)[84]의 연구와는 일치하지만 성별에 따라 다른 전략을 사용한다는 연구결과들[63][73-75]과는 달랐다.

이는 결혼생활의 공유로 인해 남편과 아내 모두 부정적인 생활사건에 대한 인식정도와 대처전략 수준이 유사함을 나타내는 것으로 소위 말하는 부부는 닮는다는 현상으로 해석해 볼 수 있다. 하지만 이는 향후 보다 세밀한 추후연구가 필요할 것으로 보인다.

둘째, 중년기 남편과 아내의 가족스트레스, 인지적 정서조절전략이 결혼만족도에 미치는 영향이 다르다는 점을 언급하고자 한다. 먼저 남편의 결혼만족도에 영향을 미치는 요인은 교육수준, 부부문제, 계획다시세우기 등이고, 아내의 결혼만족도에 영향을 미치는 요인은 연령, 부부문제, 수용 등으로 나타났다. 즉 남편의 결혼만족도는 교육수준이 높을수록, 부부문제가 작을수록, 계획다시세우기가 많을수록 높았고, 아내의 결혼만족도는 연령이 많을수록, 부부문제가 작을수록, 수용이 많을수록 높았다. 특히 이들 중 부부문제는 남편과 아내 모두의 결혼만족도에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 부부문제에 따른 남편과 아내의 가족스트레스 차이 연구에서 차이가 없었다는 점과 연결하여 볼 때 부부문제의 인식과 부부문제에 따른 결혼만족도는 유사하다고 볼 수 있다. 하지만 계획다시세우기는 남편의 결혼만족도에만 영향을 미친 반면에 수용은 아내의 결혼만족도에만 영향을 미쳤다. 김소희(2004)의 연구에 따르면 계획다시세우기는 심리적 안녕감을 가장 잘 설명하는 변인이라고 하였고[69] 심지은 외(2011)는 계획다시세우기는 취업스트레스와 우울을 부분 매개하는 것으로 보고 하였다[70]. 즉 스트레스 상황에서 그에 맞는 현실적인 계획을 세우는 것이 효과적임을 알 수 있다. 그리고 수용은 심리적 안녕감에 부정적 영향을 주는 스트레스를 중재하였고[69] Greenberg(2002) 또한 수용 전략이 가지는 긍정적인 효과를 지지하면서 자기위로능력을 개발하는 것은 치료적 변화의 주요한 원칙 중 하나라고 언급한 바 있다[85].

이러한 연구 결과들을 살펴볼때, 중년기부부의 결혼만족도에 영향을 미치는 것을 요인은 남편과 아내에 따라 조금 상이함을 알 수 있다. 따라서 남편의 경우에는 교육수준과 함께 계획다시세우기 즉 부정적인 생활사건을 어떻게 다루고 어떤 절차를 밟는 것이 좋은지를 돕고, 아내에게는 연령과 함께 수용 즉 자신이 경험한 생활 사건을 어떻게 긍정적으로 수용 할 것인지를 돕는 것이 필요할 것이다.

셋째, 중년기 남편과 아내의 가족스트레스가 결혼만족도에 미치는 영향에서 인지적 정서조절전략의 부분매개효과가 검증되었다. 이는 생활 속에서 나타나는 가족스트레스 수준이 결혼만족도에 직접적인 효과를 미칠 뿐만 아니라 이들이 사용하는 인지적 정서조절전략 즉 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략의 사용 또한 중요함을 의미한다. 이러한 연구결과로 볼 때 결혼만족도가 낮은 사람은 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화와 같은 부적응적 전략을 자주 사용하고, 가족스트레스에 대한 부정적 측면을 지나치게 강조하거나 왜곡된 도식을 통해 상황을 인식함으로써 역기능적으로 행동할 가능성이 높다. 따라서 가족스트레스로 인해 결혼만족도 문제가 지속되는 경우 그들이 사용하는 부적응적 정서조절전략을 적응적 정서조절전략으로 전환시켜준다면 중년기 남편과 아내의 결혼만족도는 증가할 것이라고 생각한다. 따라서 임상장면이나 상담 현장에서 중년기 남편과 아내가 위기를 호소하는 경우에

성격적인 특성을 변화시키려는 노력과 함께 인지적 정서조절전략에 대한 적절한 개입이 이루어진다면 보다 긍정적인 효과를 가져올 것이라고 생각한다.

이를 위한 개입방법으로 Ellis(1993)의 합리적 정서행동치료(Rational Emotive Behavior Therapy: REBT)와 Beck(1995)의 인지치료이론 등을 고려해볼 필요가 있다[86].

본 연구에서 밝혀진 연구결과는 몇 가지 중요한 의의를 가진다. 우선 중년기 남편과 아내의 가족스트레스는 아내가 높았고, 결혼만족도는 남편이 높았다. 하지만 인지적 정서조절전략에서는 그 차이가 없었다. 둘째, 중년기 남편과 아내의 결혼만족도에 영향을 미치는 변인에 대해 알아보았다. 부부문제는 남편과 아내 모두의 결혼만족도에 영향을 주었고, 교육수준과 계획다시세우기는 남편의 결혼만족도에만, 연령과 수용은 아내의 결혼만족도에만 영향을 미쳤다. 이러한 연구결과는 중년기 남편과 아내의 관점을 이해하는데 중요한 자료가 될 수 있을 뿐만 아니라 상담, 치료, 교육에 있어서 남편과 아내에 대한 새로운 시각의 개입과 예방이 오히려 더 효과적일 수 있음을 시사한다. 셋째, 가족스트레스와 결혼만족도의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과에서는 남편과 아내 각각에게 부분매개 하는 것으로 나타났다. 이는 중년기 남편과 아내의 스트레스 대처방식이 오히려 부부관계의 질에 더 많은 영향을 미친다는 연구결과[54][55]를 다시 한번 상기 시켜주고 있다.

하지만 이러한 연구결과에도 불구하고 본 연구가 가지는 제한점이 있다. 우선 본 연구에서는 인지적 정서조절전략을 적응적 정서조절전략과 부적응적 정서조절전략으로 구분하여 분석하지 않았다. 추후 연구에서는 이를 구분하여 분석하는 것이 필요할 것이다. 또한 본 연구에 참여한 중년기 남편과 아내의 표집이 눈덩이 표집에 기초하고 있어 연구결과를 일반화하는데 한계가 있을 수 있다.

참 고 문 헌

[1] 통계청, 2012 한국의 사회지표. 통계청, 2012.

[2] 서미아, “중년기 부부갈등이 부부적응에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제2권, pp.343-354, 2014.

[3] 김의철, 박영신, 김경자, “청소년과 부모의 미래성취의식: 미래에 가장 성취하고 싶은 일과 미래성취를 위해 가장 중요한 요인을 중심으로,” 청소년학 연구, 제18권, 제5권, p.29, 2011.

[4] 김명자, *중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구: 서울시 남성과 여성을 중심으로,* 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 1989.

[5] 고기숙, *중년기 남성의 심리적 위기에 관한 연구,* 성균관대학교 대학원, 박사학위논문, 2003.

[6] 안태용, *중년기 한국인 적응유연성척도 개발 및 타당화,* 부산대학교 대학원, 박사학위논문, 2012.

[7] 최태산, 박혜경, “중년남성이 지각한 자기의식과 성역할스트레스가 중년의 위기에 미치는 영향,” 상담학연구, 제12권, 제3호, pp.931-944, 2011.

[8] 정옥분, *성인·노인심리학,* 서울, 학지사, 2008.

[9] M. Acrus, *Introduction to family life education,* Minneapolis, MN:National Council on Family Relation, 1990.

[10] 전혜성, 서미아, “중년기 부부의 부부권력 및 성역할태도가 결혼만족도에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제12권, 제4호, p.356, 2012.

[11] B. C. Rollins and H. Fledman, “Marital satisfaction over the family life cycle,” Journal of Marriage and the Family, Vol.32, 1970.

[12] 서정아, *기혼여성의 가족건강성이 결혼만족도에 미치는 영향: 자아탄력성을 매개변수로 하여,* 영남대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.

[13] R. A. Lewis and G. B. Spanier, “Theorizing about the Quality and Stability of Marriage,” pp.268-294 in W. Burr, R. Hill, I. Nye, and I. Reiss (eds.). Contemporary Theories about the Family: Research Based Theories, Vol.1, New York: Free Press, 1979.

[14] 이구숙, “우리나라 재혼여성의 결혼만족도 재고,” 원광대학교 사범대학학생회, 제1권,

pp.33-44, 1974.

[15] 강정옥, 김자영, 두영주, 양영금, 오선영, 이미경, "취업주부의 성역할 태도와 결혼만족도 간의 관계," 가정관리연구, 제8권, pp.21-38, 1989.

[16] 김경신, 조유리, "부부의 갈등대처행동과 결혼만족도", 한국가족관계학회지, 제5권, 제2호, pp.1-2, 2000.

[17] 김경혜, 김미경, 오수연, 이경한, 정선희, "부부의사소통과 인구사회학적 변인 및 결혼 만족도와의 관계조사," 성균관대학교 가정관리학회, 가정관리연구, 제5권, pp.125-139, 1986.

[18] 연규월, 이근후, "성적갈등과 결혼만족도," 한국가족관계학회지, 제4권, 제1호, pp.25-43, 1988.

[19] 천혜정, "연령에 따른 기혼남녀의 성 의사소통 및 성 만족도의 차이와 결혼행복도에 미치는 영향," 한국가족관계학회, 제11권, 제3호, pp.283-299, 2006.

[20] 홍성례, 유영주, "부인의 정서적 지지와 남편의 결혼만족도," 한국가정관리학회지, 제18권, 제2호, pp.61-76, 2000.

[21] 황향희, "스포츠댄스참여와 결혼생활만족도의 관계," 한국체육과학회, 제12권, 제2호, pp.91-103, 2003.

[22] 왕석순, 서병숙, "중년기 적응 연구에 대한 문헌고찰," 한국노년학, 제15권, 제1호, pp.54-73, 1995.

[23] 유계숙, 강수향, 오아림, 이주현, "맞벌이 부부의 가사분담이 남편과 부인의 결혼만족도에 미치는 영향," 학술대회논문집, 제15권, 제1호, pp.117-136, 2010.

[24] 조혜숙, *중·노년기 부부관계가 결혼만족도에 미치는 영향과 자아탄력성의 조절효과,* 호서대학교 벤처전문대학원, 박사학위논문, 2012.

[25] B. R. Karney and T. N. Bradbury, "The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research," Psychological Bulletin, Vol.118, pp.3-34, 1995.

[26] 이정은, 이영호, "개인특성, 스트레스 및 부부간 의사소통과 결혼만족의 관계," 한국심리학회지 임상, Vol.19, No.3, pp.531-548, 2000.

[27] 이혜경, 전혜인, "결혼이주여성이 지각한 사회적 지지가 결혼만족도에 미치는 영향: 문화적응 스트레스의 매개효과를 중심으로," 한국가족복지학, Vol.18, No.4, pp.413-432, 2013.

[28] 최정혜, "맞벌이 교사들의 가족스트레스, 대처전략 및 가족건강성," 한국가정교육학회지, Vol.18, No.4, pp.1-11, 2006.

[29] Aisser, A., Huizinga, G. A., van der Graaf, W. T., Hoekstra, H.J., & Hoekstra-Weebers, 2004.

[30] P. G. Boss, *Family Stress Management: Family Studies,* Text Serious 8. Beverly Hills : Sage Publications, 1988.

[31] 이평숙, *생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구*, 연세대학교 대학원, 박사학위논문, 1984.

[32] 김남선, 이규은, "성별에 따른 중년기 성인의 화병증상 예측요인," 기본간호학회지, 제19권, 제1호, pp.98-108, 2012.

[33] D. M. Almeida and R. C. Kessler, "Everyday stressors and Gender Differences in daily distress," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.75, pp.670-680, 1998.

[34] 김시연, 서영석, "부적응 도식과 일상적 스트레스가 결혼만족에 미치는 영향: 지각된 부부 지지의 매개효과," 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제20권, 제4호, pp.1243-1265, 2008.

[35] 차승은, 한경혜, "직업, 가족 그리고 중년기 신체적 건강 -남녀 차이를 중심으로," 가족과 문화, 제15권, 제2호, pp.33-60, 2003.

[36] 신혜섭, "중년기 위기와 가족 스트레스," 생활과학연구, 제11권, pp.84-90, 2006.

[37] 남정자, 조맹자, 최은진, *한국인의 건강수준에 미치는 영향분석,* 한국보건사회연구원 연구보고서, pp.29-96, 1996.

[38] 박지현, *중년기의 가족스트레스 및 가족탄력성이 사회적 문제 해결능력에 미치는 영향,* 성신여

자대학교 대학원, 박사학위논문, 2009.

[39] E. Hock, P. McKenry, M. Hock, S. Triole, L. Stewart, “Child's School Entry: A Stressful event in the Lives of fathers,” Family Relations, Vol.29, No.4, pp.467-472, 1980.

[40] J. Bernard, “Stress and the Family,” Journal of Home Economics, Vol.68, No.5, pp.6-10, 1976.

[41] 박지현, 김태현, “중년기의 가족스트레스 및 가족탄력성이 사회적 문제해결능력에 미치는 영향,” 한국가족관계학회지, 제16권, 제1호, pp.229-257, 2011.

[42] 이동숙, *중년기 부부성장 집단프로그램,* 성신여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2006.

[43] 유주연, *가족관계 스트레스 및 직무관련 스트레스와 중년기 남성의 위기감,* 서울대학교 대학원, 석사학위논문, 1995.

[44] 유영주, *신 가족관계학,* 서울 : 교문사, pp.338-343, 1984.

[45] 최신덕, *결혼과 가족관계,* 기린원, 1991.

[46] 한남제, *한국도시가족연구,* 일지사, 1984.

[47] 최동숙, “부부간의 스트레스 인지수준 및 디스트레스 수준의 차이에 관한 연구,” 대한가정학회지, 제76권, pp.65-179, 1989.

[48] 장춘미, *스트레스가 결혼만족에 미치는 영향,* 서울여자대학교 대학원, 박사학위논문, 2001.

[49] J. C. Coyne and G. Downey, “Social factors in psychopathology: Stress, social support, and coping processes,” Annual Review of Psychology, Vol.43, pp.401-425, 1991.

[50] 김시연, 서연석, “스트레스, 배우자지지, 결혼만족도 간 관계: 자기효과 및 상대방효과 검증,” 한국심리학회지: 여성, 제15권, 제2호, pp.189-213, 2010.

[51] 차승희, *가족 스트레스와 부부간의 대처방안 및 결혼의 질에 관한 연구,* 중앙대학교 대학원, 석사학위논문, 1991.

[52] V. E. Whiffen and I. H. Cotilib, “Stress and coping in maritally distressed and nondistressed couples,” Journal of Social and Personal Relationships, Vol.6, pp.327-344, 1989.

[53] L. Tolstoy, *결혼의 행복,* 서울, 서문당, 1975.

[54] G. Bodenmann, S. Pihet, S. D. Shantinath, A. Cina, and K. Widmer, “Improving dyadic coping in couples with a stress-oriented approach: A 2-year longitudinal study,” Behavior Modification, Vol.30, No.5, pp.571-597, 2006.

[55] K. N. Kardatzke, *Perceived stress, adult attachment, dyadic coping and marital satisfaction of counseling graduate students,* Unpublished doctoral dissertation, The University of North Carolina at Greensboro, 2009.

[56] L. B. Story and T. N. Bradbury, “Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges,” Clinical Psychology Review, Vol.23, pp.1139-1162, 2004.

[57] R. Lazarus and S. Folkman, “Stress, Appraisal, and coping,” New York: Springer, 1984.

[58] N. R. Karney, L. B. Story, and T. N. Bradbury, “Marriage in context: Interactions between chronic and acute stress among newlyweds. In T. Revenson, K. Kayser, & G. Bedenmann (Eds.), Couples coping with stress: Emerging perspective on dyadic coping(pp. 13-31). Washington, DC: American Psychological Association, 2005.

[59] S. Folkman, R. S. Lazarus, C. Dunkel-schetter, A. DeLongis, and R. J. Gruen, “Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes,” Joural of Personality and Social Psychology, Vol.50, pp.992-1003, 1986.

[60] R. A. Thompson, “Emotion regulation: A theme in search of definition,” Monographs of the Society for Research in Child Development, Vol.59, pp.25-52, 1994.

[61] J. J. Gross, "The emerging field of emotion regulation: An integrative review," Review of General Psychology, Vol.2, No.3, pp.271-299, 1998.

[62] N. Garnefski, V. Kraaij, and P. Spinhoven, "Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems," Personality and Individual Differences, Vol.30, No.8, pp.1311-1327, 2001.

[63] N. Garnefski and V. Kraaij, "Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples," Personality and Individual Differences, Vol.40, pp.1659-1669, 2006.

[64] N. Garnefski, T. V. D. Kommer, V. Kraaij,J. Teerds, J. Legerstee, and E. Onstein, "The Relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems Comparison between a clinical and a non-clinical sample," European Journal of Personality, Vol.16, pp.403-420, 2002.

[65] N. Garnefski, J. Teerds, V. Kraaij, J. Legerstee, and T. V. D. Kommer, "Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptom: differences between males and females," Personality and Individual Differences, Vol.36, pp.267-276, 2004.

[66] C. A. Anderson, R. S. Miller, A. L. Riger, J. C. Dill, and C. Sedikides, "Behavioral and characterological styles as predictors of depression and oneliness: review, refinement, and test," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.66, pp.549-558, 1994.

[67] S. Nolen-Hoeksema, J. Larson, and L. E. Parker, "Ruminative coping with depressed mood following loss," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.67, pp.92-104, 1994.

[68] 이설아, *유기도식이 이성관계 만족도에 미치는 영향: 인지적정서조절전략의 매개효과를 중심으로,* 카톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2009.

[69] 김소희, *스트레스사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계,* 카톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2004.

[70] 심지은, 안하얀, 김지혜, "대학생의 취업 스트레스와 우울 간의 관계: 적응적인 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증," 서강대학교 학생생활상담연구소 인간이해, 제32권, 제1호, pp.103-118, 2011.

[71] 이자영, 최웅용, "사회적 지지가 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 정서조절을 매개로 하여," 상담학연구, 제13권, 제3호, pp.1481-1499, 2011.

[72] 하혜신, *남녀 청소년에 따른 부적응도식, 생활스트레스, 인지적 정서 조절 전략과 우울과의 관계,* 아주대학교 일반대학원, 석사학위논문, 2007.

[73] J. D. Martin and E. R. Dahlen, "Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and ange," Personality and Individual Differences, Vol.39, No.7, pp.1249-1260, 2005.

[74] 안진영, *수용행동이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향 : 인지적 정서조절의 매개효과,* 부산대학교 대학원, 석사학위논문, 2014.

[75] 유순화, "대학생의 인지적 정서조절과 심리적 안녕감 간의 관계," 한국청소년복지학회, 청소년복지연구, 제16권, 제2호, pp.183-202, 2014.

[76] 김민정, 이희경, "낙관성이 심리적 안녕감에 미치는 영향-인지적 정서조절전략과 사회적 지지를 매개 변인으로-," 카톨릭대학교 사회과학연구, Vol.25, pp.49-67, 2009.

[77] H. I. McCubbin, L. Wilson, and J. Patterson, *Family Inventory of Life Events and Changes(FILE),* St. Paul. Minnesota: Family social Science the University of Minnesota, 1979.

[78] A. J. Roach, L. P. Fraizer, and S. R. Boweden, "The marital satisfaction scale: Development of a measure for intervention research," Journal of Marriage and the Family, Vol.43, pp.459-462, 1981.

[79] 정진관, *기독교인의 신앙 성숙과 부부갈등 대처 행동 및 결혼만족도의 관계,* 전주대학교 상담대학원, 석사학위논문, 2004.

[80] R. M. Baron and D. A. Kenny, The moderratermediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.51, pp.1173-1182, 1986.

[81] M. E. Sobel, "Asymptotic confidence intervals for indirect effect in structural equation models," In S. Leinhart (Ed.), Sociological Methodology, pp.290-312, San Francisco: Jossey-Bass, 1982.

[82] 김명숙, *중년기 부부의 자아분화수준과 성역할 태도가 결혼만족도에 미치는 영향,* 수원대학교 대학원, 석사학위논문, 2008.

[83] 김윤정, 최윤희, "중년기 부부의 결혼만족도가 노후준비도에 미치는 영향," 한국노인복지학회, 노인복지연구, Vol.24, pp.197-213, 2004.

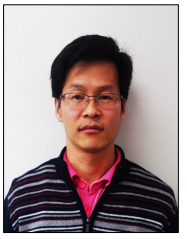
[84] 김소연, *초등학생의 사회불안과 학교생활적응의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과,* 아주대학교 대학원, 석사학위논문, 2012.

[85] L. S. Greenberg, "Integrating an Emotion-Focused Approach to Treatment into psychotherapy Integration," Journal of Psychotherapy Integration, Vol.12, No.2, pp.154-189, 2002.

[86] 권석만, *현대 심리치료와 상담이론 - 마음의 치유와 성장으로 가는길-,* 학지사, pp.197-297, 2014.

저 자 소 개

김 두 길(Du-Gil Kim) 정회원



- 2014년 2월 : 신라대학교 일반대학원 가족학과 졸업
- 2015년 5월 : 신라대학교 가족학과 박사과정

<관심분야> : 가족상담, 중년기 가족

유 영 달(Young-Dal You) 정회원

- 1985년 2월 : 연세대학교 심리학 전공(문학사) 졸업
- 1988년 2월 : 서울대학교 대학원 임상심리학(문학석사)
- 2000년 2월 : 독일 뮌헨대학교 임상 및 상담심리학 주전공, 사회학 및 교육학 부전공(철학박사)
- 2007년 ~ 2008년 : 미국 University of Loyola (Chicago) 교환교수 역임
- 현재 : 신라대학교 사회복지학부 교수, 학생상담센터 소장

<관심분야> : 임상심리, 심리 상담 및 치료, 정신건강 신경증 및 정신증, 성격장애, 알콜 및 치매, 심리치료, 임상복지