

# 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감에 따른 우울, 불안 : 초등학생 어머니를 중심으로

Depression and Anxiety Related with  
Married Women's Attachment Security and Self-esteem :  
Focused on the Mothers of Elementary School Students

한국가족상담교육연구소  
책임연구원 곽 소 현  
성균관대학교 생활과학부  
교 수 김 순 옥

Korean Institute of Family Counseling and Education

*Research Fellow* : Kwahk, So Hyeon

School of Human Life Sciences, Sungkyunkwan University

*Professor* : Kim, Soon Ok

## ◀ 목 차 ▶

I. 서론  
II. 연구방법  
III. 연구결과

IV. 결론 및 논의  
참고문헌

## <Abstract>

The purpose of this study was to examine the difference between the depression and anxiety related with maternal attachment security and those with self-esteem. The study subjects were 240 children's mothers from seven Community Social Welfare Service Centers in Seoul, Incheon, and Pyeongtaek, including those from 1st graders to 6th graders of 2 elementary schools in Seoul. Consequently, a total of 200 mothers were selected for this study. The data in this study were analyzed with SPSS 12.0 program by frequency analysis, technical statistics analysis, Cronbach's  $\alpha$ , Pearson's correlations, partial correlation analysis, and two-way ANOVA.

The results of this study are as follows: (1) Paternal attachment security and maternal attachment security indicated a moderate level of negative correlation with depression and anxiety. Self-esteem showed a high level of negative correlation with depression and anxiety. For self-esteem, we divided the subjects into two groups of high and low

self-esteem. In the former, anxiety was significantly negatively correlated with paternal attachment security and depression was not significantly correlated with maternal attachment security and paternal attachment security. In the low group, neither depression nor anxiety showed meaningful correlation with paternal attachment security and maternal attachment security. (2) Married women's depression and anxiety had a main effect both in paternal attachment security and self-esteem level, and in maternal attachment security and self-esteem level. However they had no interactive effect in paternal attachment security and self-esteem level, and in maternal attachment security and self-esteem level.

**주제어(Key Words):** 기혼여성(married women), 애착안정성(attachment security), 자아존중감(self-esteem), 우울(depression), 불안(anxiety)

## I. 서론

기혼여성은 가정 안에서 여러 가지 중요한 역할들을 수행하고 있는데, 특히 자녀의 주 양육자라는 점을 고려해볼 때 기혼여성의 정신건강은 매우 중요하다. 기혼여성의 정신건강은 가족관계와 가족역동에도 많은 영향을 줄 수 있는데, 부부관계와 자녀관계에 영향을 주며, 특히 학령기 자녀가 있을 때에는 어머니가 아버지보다 상대적으로 자녀의 학교적응이나 학습에 대한 편중된 양육의 역할들을 수행하기 때문이다. 이 시기에 어머니는 역할에 대한 유능감으로 인해 자신감을 갖게 될 수도 있고, 반대로 무기력에 빠질 수도 있는데 심한 경우에는 우울과 불안을 경험하게 된다.

정신적 건강은 자신에 대한 긍정적인 인식으로부터 시작된다고 보는데, 자기개념이나 자아존중감으로 표현할 수 있다. 이러한 자신에 대한 인식은 현재 가족관계안에서 발생하기도 하지만, 원가족 부모와의 관계에서 발생하는 경우가 많다. 부모와의 관계에서 안정적이고 신뢰로운 경험을 한 사람들은 자아존중감이 높을 것이며, 불안이나 우울과 같은 부정적인 정서의 수준은 낮을 것으로 예상해 볼 수 있을 것이다.

본 연구에서 기혼여성 가운데 초등학생 어머니를 대상으로 선정한 이유는 가족생활주기상 자녀가 영·유아기를 지나 학령기로 전환되면서 또래관계, 학습, 학교생활의 적응 등에 대한 부모역할의 요구가 증대되는데, 아버지들의 양육참여가 저조한 경우가 많아 어머니들이 새로운 역할의 필요성이 증대되면서 오는 전환기의 스트레스가 다른 주기보다 클 것으로 예상되기 때문이다. 또한 학령기 자녀는 청소년기 자녀와 달리 자아정체감 형성이나 독립적인 주체로서의 발달이 부족한 상태로 어머니의 영향력이나 역할이 강조되는 시기인데, 어머니의 정신건강은 궁극적으로 학령기 자녀의 정신건강에도 많은 영향을 줄 수 있기 때문이다. 또한 초등학생 자녀를 둔 어머니로 제한하여 대상선정을 함으로써 동질집단을 확보하고자 하였다.

선행연구들을 살펴보면, 애착유형은 자아존중감과 관련

이 있으며(장휘숙, 1997), 안정애착유형은 회피애착, 불안/양가 애착유형보다 자아존중감, 자기개념이 높다고 하였다(박은경, 1992; 신노라, 안창일, 2004; Lopez, Mauricio & Gormley, 2001). 안정된 성인애착유형은 자신감, 활동성, 안정성, 사회성 면에서 불안정한 애착유형들보다 높은 점수를 얻었으며, 신경증적 경향이나 정신장애적 경향, 그리고 반사회적 경향은 낮게 나타났다(김광은, 2004). 청소년을 대상으로 한 연구에서는 애착과 자아개념과의 관계에서 정적인 상관성이 있었다(정현희, 오미경, 1993). 애착은 정서가 동반되는데, 정서와 충동에 대한 자제력이나, 통합과 같은 자아기능(ego functions)은 초기에 부모와 안전한 애착관계를 맺을 때 잘 발달한다고 하였다(Bellak, Hurvich, & Gediman, 1973; 이민희 역, 2005, 재인용). 어머니에 대한 애착의 질은 아버지에 대한 애착의 질보다 자아존중감의 예측력이 크다고 하였다(Burke & Weir, 1978; Hoffman, Ushhpiz, & Levy-Shiff, 1988).

불안정 애착은 우울증 및 정서적인 불편과 관계가 있었으며(Kobak & Hazan, 1991), 애착의 상실은 불안, 죄책감, 분노를 일으키고, 이후의 발달과정에서 상실을 재경험하며, 보호를 받지 못하면 정서적으로 취약하게 만드는 것으로 나타났다(Bowlby, 1980). 어머니의 애착유형에 따라, 어머니는 불안, 분노, 우울 등과 같은 정서를 경험할 수 있는데, 불안정 애착유형 중에서, 무시형(dismissing type)의 어머니는 긍정적인 정서수준이 현저하게 낮고, 우울정서가 높게 나타났으며, 몰입형(preoccupied type)의 어머니는 분노가 높게 나타났다(Adam, Megan, & Tanaka, 2004).

또한 불안정 애착집단이 안정 애착집단보다 스트레스에 노출되었을 때, 우울이나 불안이 현저하게 높은 것으로 나타났다(Lopez et al., 2001). 그러나 애착유형보다는 애착의 안정성 여부가 더욱 중요하며, 특정 애착유형과 관계없이 불안정 애착일 때, 우울증과 관련이 높은 것으로 나타났다(Kobak, Sudler, & Gamble, 1991).

Rosenberg(1965)는 자아존중감이 낮은 사람은 우울과

불안의 정서를 보인다고 하였다. 자아존중감이 낮은 사람은 높은 사람보다 불안이 높고, 대인관계가 좋지 않고, 고립되어 있다(배제현, 1984). 자아개념이 긍정적일수록 우울이 낮게 나타났으며, 자아존중감 수준과 우울이 역상관으로 나타났다(고인균, 1987; 이숙, 1994). 중년여성의 자아개념과 우울의 상관이 역상관이고, 자아개념이 높을수록 우울이 유의하게 낮는데, 우울을 감소시키기 위해 긍정적인 자아개념을 형성하도록 도와주는 것이 필요하다고 하였다(성미혜, 2002). 이와 같이 자아존중감과 우울은 부적상관을 나타내는 것으로 나타났다.

한편, 자아존중감이 손상당할 때 불안이라는 정서적 긴장을 야기시키는 데, 여기서 불안이란 개인이 무엇이 되고자 기대할 때, 또는 대체적으로 자신이나 타인에 의해 자신이 거절당할 때 발생한다고 하였다(이숙, 1994). 또한 대인불안이 높은 사람들은 자신에 대해 지나친 관심과 주의를 갖고 있다고 하였다(이시형, 1990: 19-21).

애착양식이 안정형인 전업주부의 자아존중감은 회피형과 불안형인 사람의 자아존중감보다 높았으며, 대인관계의 질도 역시 안정형이 가장 높고 회피형의 경우가 가장 낮았으며, 불안형이 중간수준에 위치하는 것으로 나타났다(유계숙, 이은혜, 1998). Collins와 Read(1990)는 불안정한 애착관계형성이 낮은 자존감을 형성할 수 있으며, 결과적으로 우울에 영향을 줄 것이라고 주장하였다. 즉, 불안정한 애착이 낮은 자존감을 매개로 우울을 높게 할 수 있다는 것을 보여주는 연구결과라 할 수 있다. 애착유형과 자기개념의 관련성을 살펴본 연구에서, 두 개념이 높은 관련성이 있는 것으로 나타났는데, 불안애착이 신체화 증상으로 나타나는 과정에서 자기개념 변인 중에 정서적 안정성이 완전 매개하였으며, 자기존중감, 자기개념 등이 부분적으로 매개하는 것으로 나타났다(김용희, 2006). 애착의 불안정성과 우울증의 관계를 본 연구에서, 낮은 자아존중감과 역기능적인 태도가 애착의 불안정성과 우울증을 중재하였으며(Roberts, Gotlib, & Kassel, 1996), 애착안정성과 우울성향을 매개하는 것이 지각된 유능감이라고 하였다(옥정, 1998). 애착과 정신증 간에 자아상이 중재역할을 하였는데, 어머니와 아버지에게 대한 애착은 개인의 자아상에 영향을 주고 자아상은 다시 정신증에 영향을 주는 경로를 확인하였다(장휘숙, 1998). 즉, 부모에 대한 애착은 개인의 자아상에 유의한 정서적인 영향을 미치고, 그것은 다시 정신증에 부적인 영향을 미침으로써 개인의 자아상은 애착과 정신증의 관계를 중재하는 중재변인이 됨을 알 수 있다. 어머니 애착, 정서, 양육행동을 문제군과 일반군을 비교했을 때, 문제군 아동의 어머니들은 일반군 아동의 어머니들보다 현저하게 아버지 애착, 어머니 애착이 불안정적이며, 자아존중감이 낮고, 우울

과 불안이 높으며, 과보호의 양육행동을 더 많이 함으로써, 아동이 문제행동에 더 취약하게 되는 것으로 나타났다(곽소현, 2005). 이를 통해 기혼여성의 애착이 자아존중감과 함께 작용할 때 우울과 불안이 높아질 수 있으며, 기혼여성의 정신건강이 양육행동과 아동의 문제행동에도 영향을 미칠 수 있음을 알 수 있다.

부모에 대한 애착과 대학적응간의 관계를 본 연구에서, 자아존중감은 부모에 대한 애착과 대학적응간의 관계에서 매개하는 역할을 하였는데, 자아존중감을 통제했을 때, 어머니에 대한 애착은 대학적응에 유의한 영향을 미치지 못하여, 부모에 대한 애착은 대학적응에 대해 직접적인 영향보다는 간접적인 영향이 더 큰 것으로 나타나, 대학적응에서 보다 중요한 것은 부모와의 애착을 바탕으로 형성된 자아존중감이라고 제안하고 있다(백지숙, 2000).

도시주부를 대상으로 한 연구에서 연령이 30-40대가 자아존중감이 가장 낮았고, 40대에 우울과 유의미한 관계가 있는 것으로 나타나(이숙, 1994), 이 시기의 기혼여성들이 정신건강이 취약함을 알 수 있다. 그런데 자아존중감이 스트레스의 부정적인 영향을 감소시키거나 증가시키는 변인으로 작용한다고 하였다(최미래, 이인혜, 2003).

이러한 선행연구결과들을 통하여, 기혼여성의 정신건강은 매우 중요하다는 것을 알 수 있다. 특히 학령기 자녀를 둔 기혼여성은 어머니로서 많은 역할이 부여되면서 스트레스에 취약할 수 있으며, 어머니의 정신건강은 최종적으로 아동의 정신건강에도 영향을 미칠 수 있으므로 기혼여성의 정신건강에 대한 연구는 더욱 중요하다. 선행연구에서 기혼여성의 정신건강과 관련되는 변인 중에서 애착 안정성, 자아존중감, 우울, 불안은 관련성이 매우 높고, 자아존중감이 애착 안정성과 우울, 불안에서 중요한 변인임을 알 수 있다.

그런데 그동안의 연구에서는 어머니의 우울과 불안을 낮추는데, 애착 안정성과 자아존중감 변인 중에 어느 것과 더 관계가 있는 지, 그리고 애착 안정성과 자아존중감 수준을 나누어 분석하여 그 역동을 명확하게 제시된 경우는 없는 실정이다. 이에 본 연구에서는 기혼여성의 정신건강은 애착 안정성과 자아존중감 중에 어느 변인과 더 관련성이 있는지를 고찰하고, 애착 안정성과 자아존중감 수준을 구분하여 좀더 심도 깊은 분석을 시도하는데 의의가 있다.

따라서 본 연구에서는 먼저 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안간의 관계를 먼저 살펴보고, 그 다음에 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감을 각각 통제했을 때, 우울과 불안의 변화 및 기혼여성의 애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울 및 불안의 차이를 살펴보고 기혼여성의 우울과 불안을 감소시키기 위한 효과적인 방법이 무엇인 지 탐색하고자 한다.

1. 연구문제

- 1) 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안은 어떤 관계가 있는가?
- 2) 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이는 어떠한가?
- 3) 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 차이는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울시, 인천광역시, 평택시의 종합사회복지관 등 7개 기관과 서울시의 2개 초등학교 1학년에서 6학년 아동들의 어머니 240명을 대상으로 자료를 수집하였다. 설문지 총 240명 중 215명을 회수하였으며(90%), 이 중에 응답이 부실한 15명을 제외하고, 총 200명을 최종 연구대상으로 선정하였다.

조사대상의 사회 인구학적 특성은 <표 1>과 같다.

나이는 36세에서 40세가 가장 많았는데, 107명(53.5%)이었다. 교육수준은 고등학교 졸업이 110명(55%), 전문대학교 졸업이 24명(12%), 대학교 졸업이상이 54명(27%)으로 높은 교육수준이었다. 종교는 기독교와 천주교가 102명(51%), 불교가 37명(18.5%)으로 나타났다. 결혼상태는 기혼이 177명(88.5%)으로 가장 많았다.

직업에서 전업주부는 117명(58.5%)이었다. 가족의 월수입은 200~299만원이 70명(35%)이었고, 300만원 이상이 70명(35%)으로 경제적 수준이 중류층 이상이었다.

2. 측정도구

본 연구에서는 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안을 변인으로 설정하였으며, 측정도구에 대한 설명은 다음과 같다.

1) 애착안정성

애착안정성을 측정하기 위하여 Hazan과 Shaver(1992)의 Adult Attachment Scale을 Jeon(1994)이 번안하여 사용한 21문항을 16문항으로 수정하여 사용하였다. 본 연구에서는 7점 Likert 척도를 4점 Likert 척도로 바꾸어 사용하였으며, 응답점수는 '전혀 그렇지 않았다(1점) ~ 매우 그러했다(4점)'이다. 가능한 점수범위는 16~64점이며, 부정형 문항(2, 3, 5, 6, 8, 11, 13, 15번)은 역산하여 처리하였다. 점수가 높을수록 아동기에 자신의 부모와 형성한 애착의 안정성이 높은 것을 의미하며, 애착안정성은 안정, 불안, 회피 등의 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 부애착안정성과 모애착안정

<표 1> 조사대상자의 사회 인구학적 특성

(n=200)

변인	내용	빈도(백분율)
		전체(n=200)
나이	만 35세 이하	44(22.0)
	만 36~40세	107(53.5)
	만 41~45세	44(22.0)
	만 46세 이상	5( 2.5)
교육수준	초·중학교 졸업	12( 6.0)
	고등학교 졸업	110(55.0)
	전문대학 졸업	24(12.0)
	대학교 졸업	46(23.0)
	대학원 졸업	8( 4.0)
종교	기독교	72(36.0)
	천주교	30(15.0)
	불교	37(18.5)
	무교	59(29.5)
	기타	2( 1.0)
결혼상태	기혼	177(88.5)
	이혼	11( 5.5)
	별거	4( 2.0)
	동거	6( 3.0)
	사별	2( 1.0)
직업	전업주부	117(58.5)
	비숙련직	24(12.0)
	숙련직	13( 6.5)
	자영업	14( 7.0)
	판매직	5( 2.5)
	사무직/관리직	12( 6.0)
	전문직	15( 7.5)
월수입	100만원 미만	14( 7.0)
	100~199만원	46(23.0)
	200~299만원	70(35.0)
	300~399만원	33(16.5)
	400~499만원	15( 7.5)
	500만원 이상	22(11.0)

성의 Cronbach's  $\alpha$ 는 각각 .86 이다. 중앙치(median)를 기준으로 부애착안정성은 중앙치인 2.69를 중심으로, 모애착안정성은 중앙치인 2.88을 중심으로 각각 안정애착과 불안정애착으로 보았다.

2) 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위하여, Rosenberg(1965)가 개발한 Self-Esteem Scale을 Jon(1974)이 번안한 자아존중감 척도를 사용하였다. 이 도구는 자아에 대한 태도를 측정하

며, 긍정형 문항(1, 2, 4, 6, 7) 5개와 부정형 문항(3, 5, 8, 9, 10) 5개로 구성되어 있으며, 4점 Likert척도이다. 긍정형 문항은 '매우 그렇다(4점) ~ 전혀 그렇지 않다(1점)'로 가능한 점수범위는 10~40점이며, 부정형 문항은 역산하여 처리하였다. 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미하며, 자아존중감은 자신에 대한 가치, 만족감, 실패감 등의 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .83이다.

### 3) 우울

우울수준을 측정하기 위하여, Radloff(1977)의 CES-D(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 전경구와 이민규(1992)가 한국에서 표준화한 것을 사용하였으며, 20문항으로 구성되어 있다. 지난 1주일 동안 경험한 내용을 묻는 질문으로, '전혀 없는 편이었다(0점) ~ 대부분 있었다(3점)'로 가능한 점수는 0~60점이며, 3개의 긍정형 문항(5, 10, 15)은 역산하여 처리하였다. 점수가 높을수록 우울이 높은 것을 의미하며, 우울은 두려움, 슬픔, 무기력감 같은 우울정서와 신체저하 등의 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이다.

### 4) 불안

불안 정도를 측정하기 위하여, Spielberger(1966)가 제작한 STAI(State-Trait Anxiety Inventory)를 김정택(1978)이 번안한 것을 사용하였다. 이 도구는 타당도와 신뢰도를 검증한 것으로, 상태불안 20문항과 특성불안 20문항으로 구성되어 있다. 상태불안은 '지금-현재' 느끼는 일시적인 불안상태를 측정하는 반면에, 특성불안은 '일반적으로 느끼는 것'을 나타내는 것으로 비교적 지속적인 불안을 측정하는 것이다. 본 연구에서는 특성불안 20문항을 사용하였다. 4점 Likert척도이며, '전혀 그렇지 않다(1점) ~ 매우 그렇다(4점)'로, 7개의 긍정형 문항(1, 6, 7, 10, 13, 16, 19)은 역산하여 처리하였다. 가능한 점수범위는 20~80점이며, 점수가 높을수록 불안이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89이다.

## 3. 연구절차

### 1) 예비조사

본 연구에서 사용할 척도의 타당도는 관련 전공교수들로부터 3차례 문항과 척도에 대한 타당도를 검증받고, 최종적으로 확정하였다. 신뢰도, 소요시간에 대한 적합도를 알아보기 위하여, 2005년 6월 20일부터 6월 25일까지 예비조사를 실시하였다. 예비조사과정에서 각 척도의 Pearson의 상관분석을 한 결과, 정서의 하위척도인 우울과 불안의 상관이 매

우 높게 나타났다 (.69,  $p < .001$ ). 그런데 Clark와 Watson(1991)의 연구에서도 우울과 불안의 상관이 매우 높게 나타났는데, Profile of Mood State(POMS)의 도구를 사용하여 우울과 불안의 상관을 측정한 결과, 정상 집단과 임상집단의 두 변인 간 상관계수가 각각 .67과 .77로 높게 나타났으며(권석만, 1996, 재인용), 우울과 불안이 공유특성이 많지만, 독립적인 별개의 특성으로 봐야 한다는 선행연구(권석만, 1996; 박영남, 2003; Clark & Watson, 1991)에 근거하여, 우울과 불안을 모두 척도로 구성하였다.

### 2) 본 조사

본 조사는 2005년 7월 12일부터 7월 25까지 서울시, 인천광역시, 평택시의 종합사회복지관 등 7개 기관과 서울시의 2개 초등학교 1학년에서 6학년 아동의 어머니 240명을 대상으로 실시하였다. 어머니용 설문지를 봉투에 동봉하여 아동에게 배부하였으며, 귀가 후 어머니가 설문지에 응답한 후 밀봉하여, 다시 아동을 통하여 제출하도록 한 후, 해당 교사를 통하여 회수하였다. 설문지는 총 200명이 자료분석에 사용되었다.

## 4. 자료분석

본 연구의 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

연구대상의 사회 인구학적인 특성과 전반적인 경향은 빈도분석으로 빈도, 백분율을 구했으며, 기술통계분석으로 평균, 표준편차를 산출하였으며, 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위해 내적 일치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 를 구하였다.

연구문제 1에서, 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감, 우울, 불안의 관계를 알아보기 위해서 Pearson 적률상관관계분석과 부분상관분석을 실시하였으며, 연구문제 2와 3에서, 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울 및 불안의 차이가 어떻게 나타나는지 살펴보기 위해, 이원변량분석(two-way ANOVA)을 실시하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 측정변인의 일반적 경향

본 연구에서 측정한 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안에 대한 평균과 표준편차는 <표 2>와 같다.

각 변인별 가능점수 범위는, 애착안정성은 부애착안정성과 모애착안정성이 각각 16~64점이며, 자아존중감이 10~40점이고, 우울이 0~60점이며, 불안이 20~80점이다.

부애착안정성과 모애착안정성의 평균은 각각 42.82(SD=7.73)



〈표 2〉 측정 변인의 평균과 표준편차

(n=200)

변인		가능점수범위	평균(Mean)	표준편차(SD)
애착 안정성	부애착 안정성	16~64	42.82	7.73
	모애착 안정성	16~64	44.91	8.03
자아존중감		10~40	29.38	4.38
우울		0~60	18.71	10.35
불안		20~80	45.00	8.58

와 44.91(SD=8.03)로, 모애착안정성이 좀 더 긍정적인 편으로 나타났다.

자아존중감은 29.38(SD=4.38), 우울은 18.71 (SD=10.35), 불안은 45.00(SD=8.58)로 나타났는데, 선행연구들과 비교할 때, 자신의 정서를 긍정적으로 평가하는 경향이 있었다.

자아존중감은 Rosenberg의 Self-Esteem Scale을 사용하여, 장애아동과 일반아동의 어머니를 대상으로 한 연구(전유경, 2003)의 평균 26.2(SD=7.3)와 자폐아의 어머니를 대상으로 한 연구(양귀화, 2001)의 평균 27.41(SD=4.77)보다 높은 점수이다.

우울은, 중년기 주부를 대상으로 한 연구(박정희, 1999)의 CES-D 평균 16.51(SD=8.56)과 신승철 등의 연구(1991)에서 CES-D 여자평균 16.2보다 약간 높은 점수이다. 남정자와 조맹재(1997)가 한국인의 우울증 실태분석에서, 성인의 CES-D 점수의 절단점(cut-off score)을 21점으로 했을 때, 우울증상의 유병률이 23.17%인데, 본 연구에서는 38%(CES-D 21 점 이상)로 나타나, 많은 수의 기혼여성들이 임상적 수준의 우울로 발전할 가능성이 있음을 알 수 있다. 그러나 CES-D 평균이 18.71(SD=10.35)로서, 우울증 환자를 대상으로 한 연구(전점구, 이민규, 1992)의 CES-D 평균 30.69(SD=12.37) 보다는 매우 낮은 점수이다. 불안은 우리나라 성인을 대상으로 한 연구(백기청, 홍강의, 1987; 한덕용, 이장호, 전점구, 1996)에서 각각 STAI 평균 44.42와 43.74(SD=7.64)를 비교하면 비슷한 수준이며, 일반아동의 어머니를 대상으로 한 연구(고인숙, 1998)의 STAI 평균 49.6(SD=5.60) 보다는 낮은 점수이다.

2 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안간의 관계

기혼여성의 애착안정성, 자아존중감과 우울, 불안간의 무차상관을 실시하였으며 〈표 3〉에 제시하였다. 무차상관 결과, 기혼여성의 부애착안정성과 우울( $r=-.235, p<.001$ ), 모애착안정성과 우울( $r=-.306, p<.001$ )간에 보통의 부적상관이 있었으며, 부애착안정성과 불안( $r=-.315, p<.001$ ), 모애착안정성과 불안( $r=-.314, p<.001$ )간에 보통의 부적상관이 있었다. 또한 자아존중감과 우울( $r=-.523, p<.001$ ), 자아존중감과

〈표 3〉 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감과 우울, 불안간의 상관관계

(n=200)

	기혼여성의 애착안정성		자아존중감
	부애착안정성	모애착안정성	
부애착안정성	1.000	.515***	.286***
모애착안정성	.515***	1.000	.326***
우울	-.235***	-.306***	-.523***
불안	-.315***	-.314***	-.688***

\*\*\* $p<.001$

〈표 4〉 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감과 우울, 불안간의 부분상관관계

(n=200)

	부애착안정성 통제	모애착안정성 통제	자아존중감 통제	
	자아존중감	자아존중감	부애착안정성	모애착안정성
우울	-.489***	-.470***	-.104	-.168*
불안	-.657***	-.652***	-.170*	-.131

\* $p<.05$  \*\*\* $p<.001$

불안( $r=-.688, p<.001$ )간에는 강한 부적상관이 있었다. 또한 기혼여성의 부애착안정성과 자아존중감( $r=.286, p<.001$ ), 모애착안정성과 자아존중감( $r=.326, p<.001$ )간에 보통의 정적상관이 있었다. 변인간의 관계를 좀더 살펴보기 위해, 애착안정성과 자아존중감을 한 변인씩 통제하고 부분상관관계(partial correlation)를 실시하여 변인을 통제했을 때 우울과 불안의 변화를 확인하였으며, 〈표 4〉에 제시하였다.

〈표 4〉와 같이 부분상관관계를 실시한 결과, 먼저 부애착안정성, 모애착안정성을 통제했을 때, 자아존중감은 우울과  $-.489(p<.001)$ , 불안과는  $-.657(p<.001)$ 의 유의한 부적상관을 보였다. 그런데 〈표 3〉의 무차상관결과에서 자아존중감과 우울의 상관계수는  $-.523(p<.001)$ , 불안과의 상관계수는  $-.688(p<.001)$ 이므로, 부애착안정성과 모애착안정성을 통제한 이후의 상관계수가 약간 감소했으나, 자아존중감은 우울 및 불안과 높은 부적상관을 보이므로, 관련성이 크다는 것을

알 수 있다. 부분상관결과 자아존중감을 통제했을 때, 부애착안정성과 불안간의 상관은  $-.170(p<.05)$ , 모애착안정성과 우울간의 상관은  $-.168(p<.05)$ 로 약한 정도의 부적상관을 보였으므로, 부애착안정성이 불안과 직접적인 관련성이 있으며, 모애착안정성이 우울과 직접적인 관련이 있음을 알 수 있다. 한편 자아존중감을 통제했을 때, 부애착안정성과 우울, 그리고 모애착안정성과 불안 간에는 유의한 상관이 나타나지 않았다.

〈표 5〉의 무차상관결과, 자아존중감이 높은 집단에서, 자아존중감을 통제하지 않았을 때, 우울은 모애착안정성과 유의한 부적 상관이 있었으나( $-.235, p<.05$ ), 부애착안정성과는 유의하지 않았다. 자아존중감을 통제하지 않았을 때 불안은 부애착안정성( $-.268, p<.05$ )과 부적 상관이 있었으며, 모애착안정성( $-.223, p<.05$ )과도 부적 상관이 있었다.

〈표 6〉과 같이 부분상관관계를 실시한 결과, 자아존중감을 통제했을 때, 우울은 부애착안정성, 모애착안정성과 각각 유의한 결과가 나오지 않았다. 즉 자아존중감이 높은 집단에서는 우울이 부애착안정성, 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높다는 것을 알 수 있다. 자아존중감을 통제했을 때, 불안은 부애착안정성( $-.228, p<.05$ )과 부적 상관을 보였으며, 모애착안정성과는 유의한 결과가 나오지 않았다. 즉, 자아존중감이 높은 집단에서 불안은 부애착안정성과 관련이 높으며, 불안을 낮추기 위해서는 부애착안정성을 다루어주어야 함을 시사해준다. 우울은 부애착안정성과 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높다는

〈표 5〉 자아존중감이 높은 집단에서 기혼여성의 애착안정성과 우울, 불안간의 상관관계 (n=85)

	부애착안정성	모애착안정성	자아존중감
부애착안정성	1.000	.465***	.166
모애착안정성	.465***	1.000	.182
우울	-.201	-.235*	-.337**
불안	-.268*	-.223*	-.688***

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

〈표 6〉 자아존중감이 높은 집단에서 기혼여성의 애착안정성과 우울, 불안간의 부분상관관계 (n=85)

	자아존중감 통제	
	부애착안정성	모애착안정성
우울	-.156	-.188
불안	-.228*	-.174

\* $p<.05$

것을 알 수 있다.

〈표 7〉 무차상관결과, 자아존중감이 낮은 집단에서, 자아존중감을 통제하지 않았을 때 우울은 부애착안정성( $-.215, p<.05$ )과 유의한 부적 상관이 있었으며, 모애착안정성과도 유의한 부적 상관이 있었다( $-.203, p<.05$ ). 자아존중감을 통제하지 않았을 때 불안은 부애착안정성( $-.225, p<.05$ )과 부적 상관이 있었으며, 모애착안정성과는 유의한 결과가 나오지 않았다.

〈표 8〉과 같이 부분상관관계를 실시한 결과, 자아존중감을 통제했을 때, 우울은 부애착안정성, 모애착안정성과 각각 유의한 결과가 나오지 않았다. 즉 우울이 부애착안정성, 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높다는 것을 알 수 있다. 자아존중감을 통제했을 때, 불안은 부애착안정성, 모애착안정성과 각각 유의한 결과가 나오지 않았다. 즉, 자아존중감이 낮은 집단에서는 우울과 불안이 부애착안정성과 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높다는 것을 알 수 있다.

### 3. 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울 및 불안의 차이

기혼여성의 우울, 불안이 애착안정성과 자아존중감 수준에 따라 유의한 차이가 있는 지 살펴보기 위해 이원 변량분석(Two-way ANOVA)을 실시하였다.

애착안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이와 불안의 차이를 살펴보기 위해 먼저 중앙치(median)를 기준으로

〈표 7〉 자아존중감이 낮은 집단에서 기혼여성의 애착안정성과 우울, 불안간의 상관관계 (n=96)

	부애착안정성	모애착안정성	자아존중감
부애착안정성	1.000	.539***	.281**
모애착안정성	.539***	1.000	.188
우울	-.215*	-.203*	-.419***
불안	-.225*	-.186	-.543***

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

〈표 8〉 자아존중감이 낮은 집단에서 기혼여성의 애착안정성과 우울, 불안간의 부분상관관계 (n=96)

	자아존중감 통제	
	부애착안정성	모애착안정성
우울	-.111	-.139
불안	-.090	-.102

〈표 9〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 평균과 표준편차

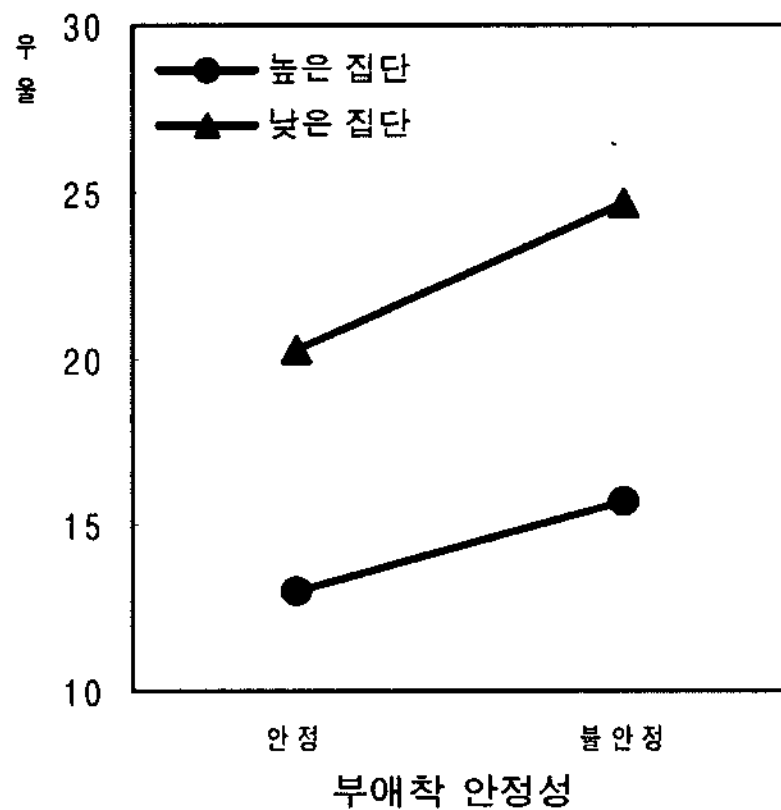
(n=170)

		자아존중감	
		높은 집단(n=80)	낮은 집단(n=90)
		Mean(SD)	Mean(SD)
부애착 안정성	안정애착(n=80)	13.04(7.51)	20.28(9.50)
	불안정애착(n=90)	15.69(8.79)	24.74(11.31)

〈표 10〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 이원 변량분석

변수		제곱합	자유도	평균제곱	F값
종속변수	독립변수				
우울	부애착 안정성	502.062	1	502.062	5.505**
	자아존중감수준	2639.599	1	2639.599	28.941***
	부애착 안정성 *자아존중감	32.729	1	32.729	.550

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001



〈그림 1〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울

로 부애착안정성은 중앙치인 2.69를 중심으로, 모애착안정성은 중앙치인 2.88을 중심으로 각각 안정애착과 불안정애착의 두 집단으로 나누었으며, 자아존중감 수준은 중앙치인 3.00을 중심으로 높은 집단과 낮은 집단으로 분류하였다. 그 다음 애착 안정성과 자아존중감 수준을 독립변인으로 하고, 우울과 불안을 각각 종속변인으로 하여 이원 변량분석(Two-way ANOVA)을 실시하였다. 한편 애착안정성은 부애착 안정성과 모애착 안정성으로 각각 살펴보았다.

1) 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이

먼저 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이를 살펴보았다.

부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 평균과 표준편차는 〈표 9〉와 같다. 부애착 안정성이 안정애착이면서 자아존중감이 높은 집단의 우울평균이 13.04(SD=7.51)로 가장 낮았으며, 불안정애착이면서 자아존중감이 낮은 집단의 우울평균이 24.74(SD=11.31)으로 가장 높게 나타났다.

이원 변량분석(Two-way ANOVA) 결과, 〈표 10〉〈그림 1〉에 제시한 것과 같이 부애착 안정성의 주효과가 유의하게 나타났다(F=5.505, p<.01), 자아존중감 수준의 주효과도 유의하게 나타났다(F=28.941, p<.001). 이는 부애착안정성에서 안정애착이 불안정애착보다 기혼여성의 우울을 더 낮게 한다는 것이며, 자아존중감이 높은 집단이 낮은 집단보다 기혼여성의 우울을 더 낮게 한다는 결과이다. 등분산가정에서 부애착 안정성과 자아존중감 수준간의 상호작용효과는 유의하지 않았다. 한편, 불안정 애착이면서 자아존중감이 낮은 집단이 불안정애착이면서 자아존중감이 높은 집단보다 기혼여성의 우울이 매우 높아지는 것을 알 수 있으며, 불안정애착이 우울로 나타날 때, 낮은 자아존중감이 증대되어 우울이 더욱 높아질 수 있음을 보여주는 것이다.

2) 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이

기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이를 살펴보면, 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 평균과 표준편차는 〈표 11〉과 같다. 모애착 안정성이 안정애착이면서 자아존중감이 높은 집단의 우울평균이



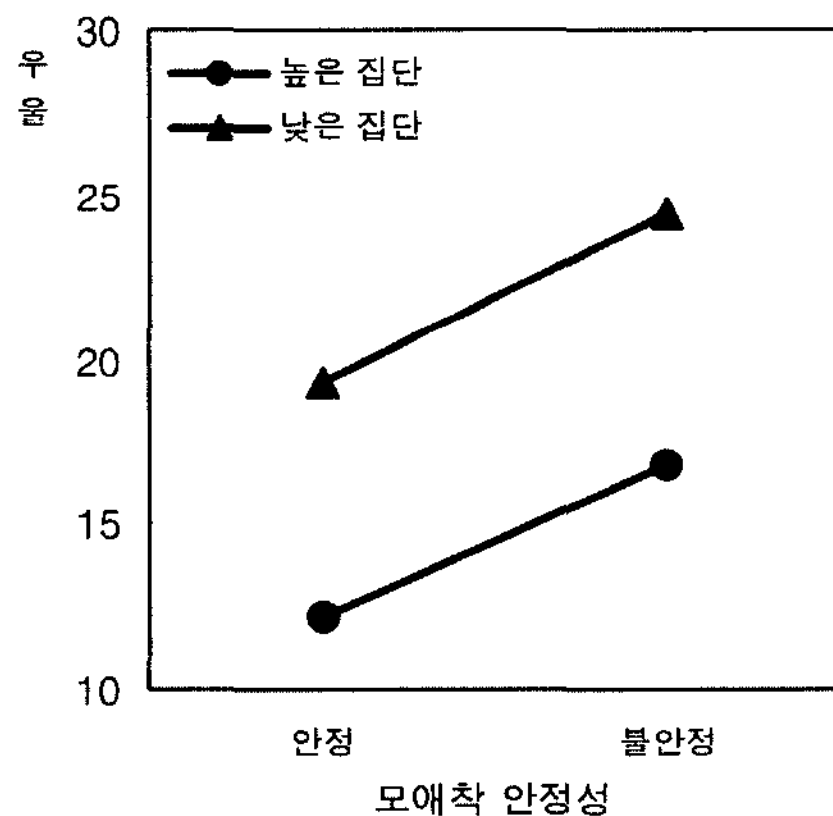
〈표 11〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 평균과 표준편차 (n=149)

		자아존중감	
		높은 집단(n=73)	낮은 집단(n=76)
		Mean(SD)	Mean(SD)
모애착 안정성	안정애착(n=68)	12.23(7.06)	19.32(9.45)
	불안정애착(n=81)	16.73(8.80)	24.43(11.86)

〈표 12〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 이원 변량분석

변수		제곱합	자유도	평균제곱	F값
종속변수	독립변수				
우울	모애착 안정성	795.144	1	795.144	8.526**
	자아존중감수준	1881.378	1	1881.378	20.172***
	모애착 안정성 *자아존중감	3.209	1	3.209	.034

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001



〈그림 2〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울

12.23(SD=7.06)으로 가장 낮았으며, 불안정애착이면서 자아존중감이 낮은 집단의 우울평균이 24.43(SD=11.86)으로 가장 높게 나타났다.

이원 변량분석(Two-way ANOVA) 결과, 〈표 12〉와 〈그림 2〉에 제시한 것과 같이 모애착 안정성의 주효과가 유의하게 나타났으며(F=8.526, p<.01), 자아존중감 수준의 주효과도 유의하게 나타났다(F=20.172, p<.001). 이는 모애착안정에서 안정애착이 불안정애착보다 기혼여성의 우울을 더 낮게 한다는 것이며, 자아존중감이 높은 집단이 낮은 집단보다 기혼여성의 우울을 더 낮게 한다는 결과이다. 등분산가정에서 모애착 안정성과 자아존중감 수준간의 상호작용효과는 유의하지 않았다. 자아존중감이 높은 집단과

낮은 집단이 폭이 적으므로 자아존중감의 차이도 중요하지만, 모애착 안정성이 중요하다는 것을 알 수 있다. 즉, 모애착안정성은 애착안정성에 관계없이 자아존중감이 낮을 때 우울이 높게 나타났지만, 불안정 애착일 때 우울이 매우 높게 나타났다.

### 3) 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 차이

먼저 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 차이를 살펴보았다.

부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 평균과 표준편차는 〈표 13〉과 같다. 부애착 안정성이 안정애착이면서 자아존중감이 높은 집단의 불안평균이 38.54(SD=6.63)로 가장 낮았으며, 불안정애착이면서 자아존중감이 낮은 집단의 우울평균이 51.31(SD=7.97)로 가장 높게 나타났다.

이원 변량분석(Two-way ANOVA) 결과는 〈표 14〉〈그림 3〉에 제시하였다. 부애착 안정성의 주효과가 유의하게 나타났으며(F=6.384, p<.05), 자아존중감 수준의 주효과도 유의하게 나타났다(F=79.320, p<.001). 이는 부애착안정에서 안정애착이 불안정애착보다 기혼여성의 불안을 더 낮게 한다는 것이며, 자아존중감이 높은 집단이 낮은 집단보다 기혼여성의 불안을 더 낮게 한다는 결과이다. 그런데 등분산가정에서 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준간의 상호작용효과가 나타나지 않았다. 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 폭이 매우 커서 부애착안정성이 불안과 관계가 있지만, 자아존중감이 더욱 중요하다는 것을 알 수 있다.

〈표 13〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 평균과 표준편차

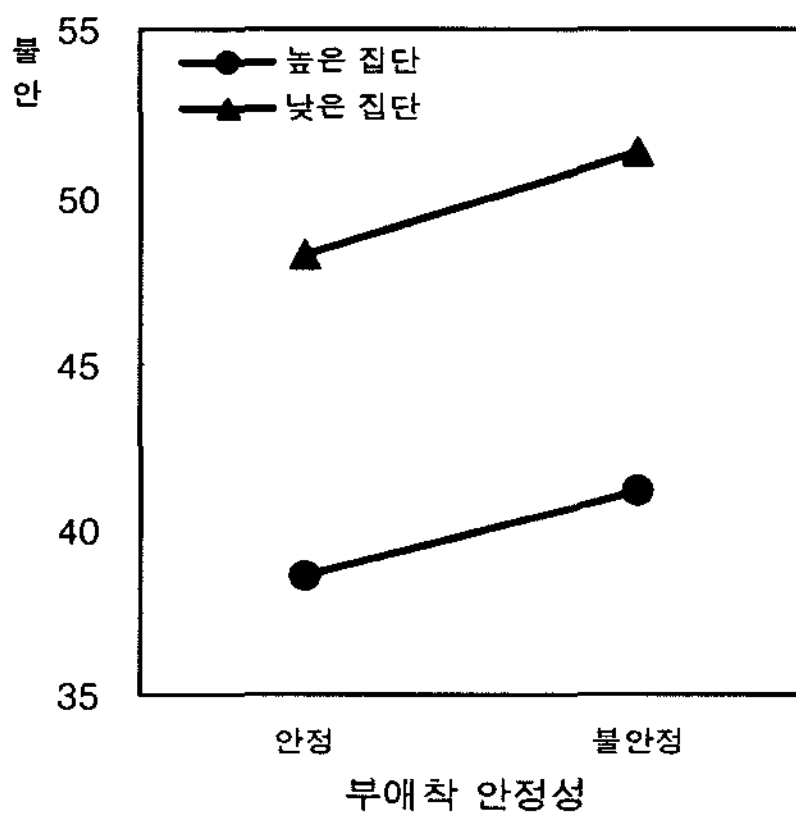
(n=170)

		자아존중감	
		높은 집단(n=80)	낮은 집단(n=90)
		Mean(SD)	Mean(SD)
부애착 안정성	안정애착(n=80)	38.54(6.63)	48.28(6.92)
	불안정애착(n=90)	41.16(5.85)	51.31(7.97)

〈표 14〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 이원 변량분석

변수		제곱합	자유도	평균제곱	F값
종속변수	독립변수				
불안	부애착 안정성	316.691	1	316.691	6.384*
	자아존중감수준	3934.970	1	3934.970	79.320***
	부애착 안정성 *자아존중감	1.708	1	1.708	.034

\* $p < .05$  \*\*\* $p < .001$



〈그림 3〉 기혼여성의 부애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안

4) 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이

기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 차이를 살펴보면, 어머니의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 우울의 평균과 표준편차는 〈표 15〉와 같다. 모애착 안정성이 안정애착이면서 자아존중감이 높은 집단의 우울평균이 38.02(SD=5.63)로 가장 낮았으며, 불안정애착이면서 자아존중감이 낮은 집단의 우울평균이 51.14(SD=7.99)로 가장 높게 나타났다.

이원 변량분석(Two-way ANOVA) 결과, 〈표 16〉과 〈그림 4〉에 제시한 것과 같이 모애착 안정성의 주효과는 유의하게 나타났으며( $F=7.994, p < .01$ ), 자아존중감 수준의 주

효과도 유의하게 나타났다( $F=66.105, p < .001$ ). 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단은 모애착안정성이 불안정애착보다 안정애착일때 불안이 낮은 것으로 나타났다. 또한 등분산가정에서 모애착 안정성과 자아존중감 수준간의 상호작용효과는 유의하지 않았다. 그런데 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단의 폭이 매우 커서 모애착안정성이 불안과 관계가 있지만, 자아존중감이 더욱 중요하다는 것을 알 수 있다.

IV. 결론 및 논의

본 연구는 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안간의 관계를 살펴본 후에 애착안정성과 자아존중감을 통제했을 때, 우울과 불안의 변화와 기혼여성의 애착 안정성, 자아존중감 수준에 따른 우울 및 불안의 차이를 살펴본 후 우울과 불안을 감소시키기 위한 효과적인 방법에 대한 탐색을 하였다. 연구결과와 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 기혼여성의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안은 어떤 관계가 있는지 살펴보았다. 그 결과 기혼여성의 부애착 안정성과 모애착안정성은 우울 및 불안과 보통수준의 부적상관을 보였으며, 자아존중감은 우울 및 불안과 높은 수준의 부적상관을 보였다. 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감을 각각 한 변인씩 통제한 후 부분상관을 실시한 결과, 부애착 안정성, 모애착안정성을 통제해도, 자아존중감은 우울 및 불안 간에 높은 부적상관을 보이므로, 기혼여성이 과거에 부모와 애착안정성이 불안정하게 형성되었다 해도 현재 자아존

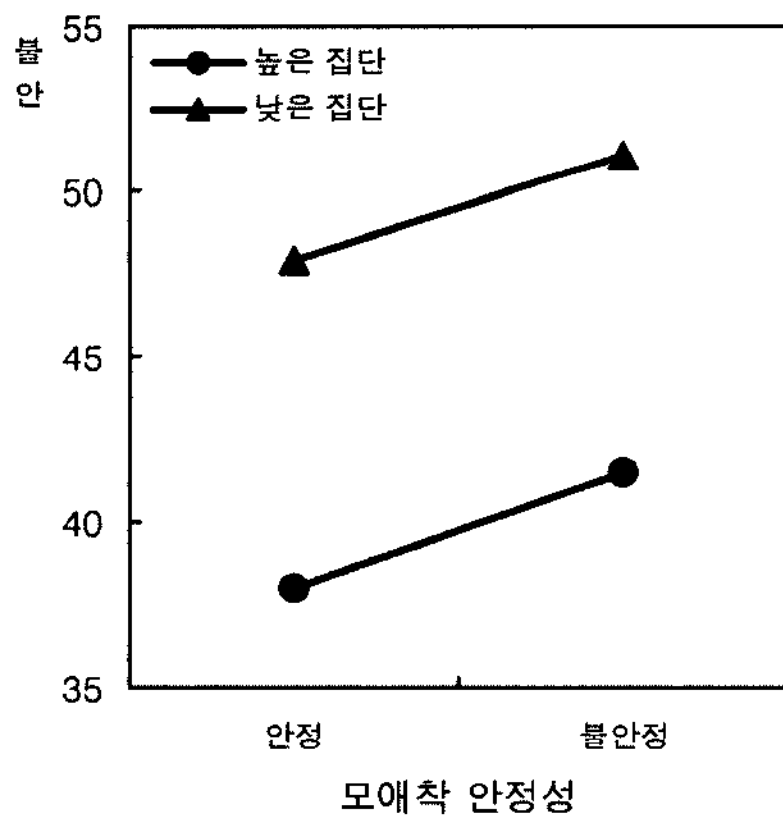
〈표 15〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 평균과 표준편차 (n=149)

		자아존중감	
		높은 집단(n=73)	낮은 집단(n=76)
		Mean(SD)	Mean(SD)
모애착 안정성	안정애착(n=68)	38.02(5.63)	47.88(7.66)
	불안정애착(n=81)	41.53(6.50)	51.14(7.99)

〈표 16〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안의 이원 변량분석

변수		제곱합	자유도	평균제곱	F값
종속변수	독립변수				
불안	모애착 안정성	394.131	1	394.131	7.994**
	자아존중감수준	3259.271	1	3259.131	66.105***
	모애착 안정성 *자아존중감	.550	1	.550	.916

\*\*p<.01 \*\*\*p<.001



〈그림 4〉 기혼여성의 모애착 안정성과 자아존중감 수준에 따른 불안

중감을 높여준다면 우울과 불안을 낮게 하는 것을 알 수 있다. 자아존중감을 통제했을 때, 부애착안정성과 불안 간에, 모애착안정성과 우울 간에 약한 정도의 부적상관을 보이는 것으로 나타났다. 이는 기혼여성이 과거에 부애착안정성이 불안정할 때 현재 불안을 높게 하며, 모애착안정성이 불안정할 때 우울을 높게 한다는 것을 알 수 있다. 따라서 기혼여성의 현재 우울과 불안을 많이 낮추어주기 위해, 먼저 자아존중감만 높여 주어도 효과가 있겠지만, 그 다음에 기혼여성의 부애착안정성과 모애착안정성에 대한 것도 다뤄주어야 우울과 불안의 문제가 좀더 낮아질 수 있을 것이다. 선행연구에서 불안정한 애착관계형성이 낮은 자존감을 형성할 수 있으며, 결과적으로 우울에 영향을 줄 것이라는 연구(Collins &

Read, 1990)와 맥을 같이 한다.

자아존중감을 통제하고 부분상관을 실시한 후, 높은 집단과 낮은 집단으로 나누어 다시 실시하여 비교하였다. 그 결과, 자아존중감이 높은 집단에서 불안은 부애착안정성과 부적상관을 보였으며, 우울은 부애착안정성과 유의한 상관을 보이지 않았다. 자아존중감이 낮은 집단에서는 우울, 불안 모두 부애착안정성, 모애착안정성과는 유의한 상관을 보이지 않아 우울과 불안이 부애착안정성과 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높은 것으로 나타났다. 이는 자아존중감이 낮은 사람은 우울과 불안의 정서를 보이며, 자아개념이 긍정적일수록 우울이 낮게 나타났으며(고인균, 1987; 이숙, 1994; Rosenberg, 1965), 불안정 애착집단이 안정 애착집단보다 우울이나 불안이 높은 것으로 나타났다(Kobak et al., 1991)는 선행연구들과 일치하는 것이다. 이는 기혼여성의 우울을 낮추기 위해 자아존중감이 높은 집단이나 낮은 집단에 관계없이 자아존중감을 높이는 것이 중요하지만, 불안을 낮추기 위해서는 자아존중감이 높은 집단에서는 부애착안정성을 다루어주어야 함을 시사해준다. 즉, 불안을 낮추기 위해 자아존중감이 낮은 집단에서는 자아존중감을 높이는 것이 급선무이지만, 그 다음에 부애착안정성을 다루어주어야 불안이 더욱 낮아질 수 있다는 것을 시사해주는 것이다.

둘째, 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따라 우울에 유의한 차이가 있는 지 살펴보았다. 그 결과, 우울은 부애착 안정성과 자아존중감 수준 및 모애착 안정성과 자아존중감 수준간에 주효과가 나타났으며, 부애착 안정성과 자아존중감 수준 및 모애착 안정성과 자아존중감 수준간에 상

호작용효과는 유의하지 않았다. 그러나 부애착안정성이 불안정 애착이면서 자아존중감이 낮을 때 우울이 매우 높아지는 것을 알 수 있다. 이는 불안정애착이 우울로 나타날 때 낮은 자아존중감이 증대되어 우울이 더욱 상승하는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 애착의 불안정성과 우울증의 관계에서, 낮은 자아존중감과 역기능적인 태도가 애착의 불안정성과 우울증을 증대하는 것으로 나타난 연구(Roberts *et al.*, 1996)와 유사한 결과이다. 모애착안정성은 애착안정성에 관계없이 자아존중감이 낮을 때 우울이 높게 나타났지만, 불안정 애착일 때 우울이 매우 높게 나타났다. 이는 자아존중감이 낮은 사람은 우울한 정서를 보이며(Rosenberg, 1965), 불안정 애착일 때 우울증과 관련이 크다(Kobak *et al.*, 1991)는 연구와 같은 결과이다. 따라서 기혼여성의 우울을 낮추기 위해 자아존중감을 높이는 것이 우선되어야 하지만, 불안정애착과 낮은 자아존중감이 중복될 때 우울이 급상승하는 점을 감안하여 우울이 있는 기혼여성을 상담할 경우 애착안정성과 자아존중감을 둘 다 다뤄주는 것이 필요함을 알 수 있다.

셋째, 기혼여성의 애착안정성과 자아존중감 수준에 따라 불안에 유의한 차이가 있는 지 살펴보았다. 그 결과, 불안은 부애착 안정성과 자아존중감 수준 및 모애착 안정성과 자아존중감 수준간에 주효과가 나타났으며, 부애착 안정성과 자아존중감 수준 및 모애착 안정성과 자아존중감 수준간에 상호작용효과는 유의하지 않았다. 이러한 결과에서 애착의 상실은 불안을 일으키고, 정서적으로 취약하게 만들며(Bowlby, 1980), 불안정 애착집단이 안정 애착집단보다 스트레스에 노출되었을 때, 불안이 현저하게 높은 것으로 나타났다(Lopez *et al.*, 2001)는 연구와 같은 맥락의 결과이다. 또한 자아존중감이 낮은 사람은 불안의 정서를 보이며(Rosenberg, 1965), 불안에 대한 예측요인으로 자아존중감을 말하고 있어서(이희자, 1993), 낮은 자아존중감과 불안의 관련성을 보여주는 점에서 같은 맥락의 결과이다. 이를 통해 기혼여성의 불안은 애착안정성과 관계가 있지만, 자아존중감이 더욱 중요하다는 것을 알 수 있다.

종합하여 결론을 내리면, 기혼여성의 우울과 불안은 애착안정성보다는 자아존중감 수준과 더욱 관련이 높기 때문에 기혼여성의 우울과 불안을 낮추기 위해서 자아존중감을 높여 주는 것이 중요하다. 그런데 불안정애착이면서 자아존중감이 낮을 때 우울이 급격히 상승하였고, 자아존중감을 통제하고 부분상관을 실시한 결과 자아존중감이 높은 집단에서는 불안과 부애착안정성이 부적상관으로 나타났다. 이는 자아존중감뿐만 아니라 애착안정성도 중요하다는 것을 알 수 있으며, 우울과 불안을 낮추기 위해서 자아존중감 수준에 따라 다른 개입이 필요하다는 것을 시사해준다.

본 연구에서는 기혼여성의 우울과 불안을 낮추기 위해 애

착 안정성과 자아존중감을 좀더 심도 깊게 분석하기 위해, 자아존중감 수준을 구분하여 분석을 시도하였다. 이러한 결과를 통해 우울과 불안증세를 보이는 기혼여성을 상담할 경우 애착안정성과 자아존중감을 모두 다뤄준 후에 상담의 결과와 추이를 보는데 활용하면 도움이 될 것이다. 또한 기혼여성을 대상으로 한 개인상담, 자아성장 집단프로그램의 개발과 교육의 기초 자료를 제공하는 데 의의가 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 애착안정성 척도를 자기보고용 질문지를 사용하였기 때문에, 불안정애착에 대해 방어적이거나 비일관적인 태도를 탐색하는데 한계가 있는데, 후속연구에서 면접을 통한 평가를 통해 변별해 낼 수 있을 것이다.

둘째, 기혼여성의 애착안정성이 자아존중감 수준에 따라 어머니의 우울과 불안에 다르게 작용하는 것에 대한 결과를 보는 것으로 제한하였는데, 그 과정에 대한 고찰이 유용할 것이다.

셋째, 기혼여성의 정신건강이 학령기 자녀의 정신건강에 영향을 주거나 문제행동을 야기할 수 있으므로 이에 대한 연구도 요구된다.

넷째, 기혼여성의 대상선정에서 초등학교 어머니만을 표집하였는데, 발달주기상 다양한 연령층의 어머니들을 표집하여 확대 실시하는 것이 필요하다.

## ■ 참고문헌

- 고인균(1987). 중년여성의 자아개념과 우울증에 관한 상관연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 고인숙(1998). 부모의 특성불안과 양육태도 및 아동의 문제행동. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 권석만(1996). 우울과 불안의 관계: 유발 생활사건과 인지내용에 있어서의 공통점과 차이점. *심리과학*, 5(1), 1-18.
- 곽소현(2005). 어머니의 아동기 애착, 정서, 양육행동과 아동의 문제행동의 경로모형 분석. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 김광은(2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 16(1), 53-69.
- 김용희(2006). 애착과 신체화의 관계에 대한 자기개념 변인의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 11(1), 25-36.
- 김정택(1978). 특성 불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 남정자, 조맹제(1997). 정신건강증진을 위한 접근책: 우울증

- 실태분석을 중심으로. 보건복지포럼, 8, 59-66.
- 박영남(2003). 우울장애와 불안장애의 공유특성. *생물치료정신의학*, 9(1), 118-128.
- 박영애, 최영희, 박인전(2002). 어머니의 성격특성이 양육행동에 미치는 영향. *아동학회지*, 23(2), 71-88.
- 박은경(1992). 애착유형이 자존감 및 대인관계에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박정희(1999). 주부우울에 영향을 미치는 개인 및 가족관계 변인. 경희대학교 대학원 박사학위논문.
- 배제현(1984). 자아 아이덴티티와 자아존중감과의 관계. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 백기청, 홍강의(1987). 스트레스요인으로서의 생활사건과 통제소재 및 불안의 관계에 대한 연구. *신경정신의학*, 26(1), 75-111.
- 백지숙(2000). 대학생의 부모에 대한 애착이 자아존중감, 대학적응에 미치는 영향. *한국가정관리학회지*, 18(1), 127-137.
- 성미혜(2002). 중년 여성의 자아개념과 우울과의 관계. *보건교육·건강증진학회지*, 9(1), 171-184.
- 신노라, 안창일(2004). 성인애착유형과 자기개념, 효능감, 대처양식, 사회적지지수준과 대인불안의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 23(4), 949-968.
- 신승철, 김만권, 윤관수, 김진학, 이명선, 문수재, 이민준, 이호영, 유계준(1991). 한국에서의 CES-D의 사용. *신경정신의학*, 30, 752-767.
- 양귀화(2001). 자폐아 어머니의 양육 스트레스와 자아존중감 및 사회적 지지간의 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 옥 정(1998). 청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유계숙, 이은혜(1998). 성인의 애착양식과 관련변인에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 16(4), 1-16.
- 이숙(1994). 일부 도시주부의 자아존중감과 우울에 대한 연구. *정신간호학회지*, 3(2), 80-97.
- 이시형(1990). 대인공포증의 치료적 대화. 서울: 집현전.
- 이희자(1993). 어머니의 자아존중감과 어머니의 격리불안과의 관계. *자연과학논문집*, 10, 89-99.
- 장휘숙(1997). 성인애착의 3범주 모델과 4범주 모델의 비교. *한국심리학회지: 발달*, 10(2), 123-138.
- 장휘숙(1998). 애착과 정신증의 관계에서 자기관련적 변인의 중재역할. *한국심리학회지: 발달*, 11(1), 110-121.
- 전겸구, 이민규(1992). 한국판 CES-D 개발 연구 I. *한국심리학회지: 임상*, 11(1), 65-76.
- 전유경(2003). 장애자녀 어머니와 일반자녀 어머니의 스트레스, 대처방식, 자아존중감 비교연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정현희, 오미경(1993). 청소년기 자녀의 부모에 대한 애착과 자아개념과의 관계에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 31(1), 85-95.
- 최미래, 이인혜(2003). 스트레스와 우울의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과와 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 22(2), 363-383.
- 한덕웅, 이장호, 전겸구(1996). Spielberger의 상태-특성 불안검사 Y형의 개발. *한국심리학회지: 건강*, 1(1), 1-14.
- Adam, E.K., Megan, R.G., & Tanaka, A.(2004). Adult attachment, parent emotion, and observed parenting behavior: Mediator and moderator models. *Child Development*, 75(1), 110-122.
- Bellak, L., Hurvich, M., & Gediman, H.K.(1973). *Ego Functions in Schizophrenics, Neurotics and Normals*. NY: John Wiley & Sons.
- Bowlby, J.(1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss, Sadness, and Depression*. NY: Basic Books.
- Burke, R.J., & Weir, T.(1978). Benefits to adolescent of informal helping relationships with their parents and peers. *Psychological Review*, 42, 1175-1184.
- Clark, L.A., & Watson, D.(1991). Tripartite model of anxiety and depression: Psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 316-336.
- Collins, N.L., & Read, S.J.(1990). Adult attachment, working models, and relationships quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Hazan, C., & Shaver, P.R.(1992). Broken Attachments. In Orbuch, T.L. (Ed.), *Close Relationship Loss: Theoretical Approaches*. NY: Springer-Verlag.
- Hoffman, M.A., Ushpiz, V., & Levy-Shiff, R.(1988). Social support and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth Adolence*, 17, 307-316.
- Jeon. H.J.(1994). *Conflict Resolution and Marital Adjustment in Korean Couples: Influences of Attachment Style, Marital Comparison, and Motivations*. Presented to the Faculty of the Graduate School of Cornell University.
- Jon, B.J.(1974). Self-esteem: A test of its measurability. *연세논총*, 11(1), 107-130.
- Kobak, R.R., & Hazan, C.(1991). Attachment in



- marriage: Effect of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861-869.
- Kobak, R.R., Sudler, N., & Gamble, W.(1991). Attachment and depressive symptoms during adolescence: a developmental pathways analysis. *Development and Psychopathology*, 3, 461-474.
- Lopez, F.G., Mauricio, A.M., & Gormley, B.(2001). Adult attachment orientations and college student distress: the mediating role of problem coping styles. *Journal of Counseling and Development*, 79(4), 459-464.
- Marrone, M.(1988). *Attachment and Interaction*. 이민희 역(2005). 애착이론과 심리치료. 서울: 시그마프레스(주).
- Radloff, L. S.(1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement* 1, 385-401.
- Roberts, J.E., Gotlib, I.H., & Kassel, J.D.(1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating Roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 310-320.
- Rosenberg, M.(1965). *Society and the Adolescent Self Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Spielberger, C.D.(1966). Theory and Research on Anxiety. In Spielberger, C.D.(Ed.) *Anxiety and Behavior*. NY: Academic Press.

---

(2007년 4월 30일 접수, 2007년 6월 29일 채택)