

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2010. Vol. 15, No. 3, 515 - 528

## 기혼 여성의 분리개별화, 자율성 및 친밀감이 행복감과 불안에 미치는 영향<sup>†</sup>

김 용 회<sup>‡</sup>

광주대학교 언어심리치료학부

본 연구는 기혼여성의 분리개별화, 자율성, 친밀감이 행복과 불안에 영향을 미치는지 확인하기 위하여 실시되었다. 이를 위해 30-40대(평균 40.34세, 표준편차 3.55) 기혼 여성 122명을 대상으로 하여 분리개별화 척도, 자율성 척도, 세대간친밀감 척도, 불안 척도, 행복감 척도로 구성된 자기보고식 설문지를 실시하였다. 연구결과, 분리개별화는 자율성, 친밀감, 불안 및 행복감과 상관관계가 유의하였다. 분리개별화를 부모로 각각 나누어 살펴보면, 모분리개별화는 자율성, 친밀감, 불안에 영향을 주었으며, 부분리개별화는 행복감에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 특히 위계적 중다회귀분석 결과, 분리개별화, 자율성, 친밀감은 행복을 유의하게 설명하였고, 분리개별화와 친밀감의 상호작용이 유의미하였다. 한편 분리개별화와 자율성은 불안을 유의하게 설명하였고 분리개별화와 친밀감 또는 자율성 간의 상호작용은 유의미하지 않았다. 마지막으로 본 연구의 시사점과 제한점에 대해 논의하였다.

주요어: 분리개별화, 친밀감, 자율성, 기혼여성, 행복, 불안

<sup>†</sup> 이 논문은 2010년 광주대학교 학술연구진흥 지원에 의하여 연구되었음.

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 김용회, (503-703) 광주광역시 남구 진월동 광주대학교 언어심리치료학부  
Tel: 062-670-2539, E-mail: yngkim9@gwangju.ac.kr

행복감을 다루는 연구가 최근 많아지고 있다. 주관적 행복감은 삶의 만족도가 높고 긍정 정서를 많이 경험하고 불안과 같은 부정정서를 적게 경험하는 것이다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 행복에 영향을 미치는 생활사건이나 인지 등을 주로 탐색하는 과정중심 모델의 연구(Haselton & Buss, 2000)와 행복감에 영향을 미치는 특질을 중심으로 한 개인차 변인 연구가 있으며, 개인차변인으로는 외향성, 신경증적 경향성 및 낙관성과 같은 성격특질을 다루고 있다(Emmons & Diener, 1985; Lu, 1995). 본 연구에서는 기혼 여성의 분리개별화를 중심으로 한 안정적인 개인차 변인들이 긍정정서인 행복감과 부정정서인 불안에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

기혼 여성의 행복감이나 불안을 설명하는데 있어서 원가족(family of origin)인 친정 부모와의 관계 경험은 결혼 이후에도 많은 영향을 미칠 수 있음이 강조되어왔다(Anderson & Sabatelli, 1992; Bowen, 1978). 성인기의 발달과업은 이성과 친밀감을 형성하는 것인데 결혼 이후 부모와의 관계를 단절하지 않으면서 부모와 자녀가 분리되는 것이 중요한 과업이다(Goldenberg, 1985). 따라서 결혼과 함께 자녀의 자율성이 증대되는 방향으로 부모 자녀 관계가 재조직되어야 한다.

한편 자녀의 자립은 대부분의 가족들에게 상당한 심리적 혼란을 야기한다. 심리, 사회, 경제적으로 성숙한 성인 남녀가 만나서 결혼을 하고 새로운 가족을 형성해 가는 과정에서 원가족의 부모는 가족 체계의 변화에 대해서 융통성 있게 대처하는데 서툴며, 성인 자녀가 가족으로부터 분리된다는 것에 심리적인 거부감을 갖게 된다. 성인 자녀 또한 부모로부터 독립한다는 것에 대해 상당

한 심리적인 두려움과 공포를 나타낸다(남순현, 한성열, 2003).

이러한 부모로부터의 분리에 대한 불안을 Mahler는 분리개별화(separation and individuation)로 설명하였다(Mahler, Pine & Bergman, 1975). 분리개별화란 자녀가 어머니에게서 독립적으로 행동할 수 있고, 자신을 분리된 개인으로 지각하는 것으로 '심리적 탄생'이라고도 한다(Hoffman, 1984). 이후 Blos(1979)는 Mahler의 견해를 확장하여 분리개별화는 청소년기에도 일어나며, 이 때 성인으로서 자기정체감을 형성하게 된다고 제안했다. 이처럼 한 개인의 심리적인 개별화가 부모로부터 분화되고, 실행, 회복, 견고화되는 점진적인 단계를 거쳐 성인기에 이른다(Josselson, 1998). 따라서 일정한 시기에 부모로부터의 독립은 개인의 심리적 성장과 실현 욕구를 반영하는 것으로 행복에 미치는 영향이 클 것이다.

한편 전통적으로 여성은 남성에 비해 독립심보다는 의존심이 크다고 알려져 있어서 분리에 대한 불안감을 남성보다 크게 가질 수 있다(Chodorow, 1978). 한편 분리되고자 하는 딸의 욕구가 미해결된 채 남아있을 경우, 딸은 강한 정서적 갈등을 일으켜 어머니를 가깝게 느끼면서 동시에 부정적으로 지각하는 양가적인 특성을 나타내는 경우도 있다(Frank, Avery & Laman, 1988). 또한 여성은 결혼 이후 남성만큼 원가족으로부터 분리되어 있지 못하여 결혼 후에도 원가족에 대한 이중의 충성심으로 인해 갈등을 겪게 된다(Lurie, 1974). 그러므로 기혼 여성의 부모와 분리개별화의 문제는 이들의 행복감 형성에 역할을 할 것으로 예상된다.

분리개별화에 대한 이전 연구에서 논란이 되고 있는 문제는 분리개별화가 독립심, 자율성과 유사한 개념이고, 친밀감, 애착과 같은 단어와 의미상 서로 반대되는 개념인가에 대한 것이다. 예를 들어 부모와 분리개별화가 미약한 개인은 부모와의 애착 정도가 강하며, 이들이 낮은 자존감, 낮은 적응능력을 가지며, 반대로 분리개별화의 정도가 높은 개인은 부모와 애착이 약하고 높은 자존감을 가지고 적응능력이 좋다고 보고한 결과들이 있다 (Ryan & Lynch, 1989; Steinberg & Silverberg, 1986).

하지만 부모와의 분리개별화와 친밀감은 서로 높은 상관이 있고 함께 발달한다는 주장도 있다 (Baltes & Silverberg, 1994; Laible, Carlo & Raffaelli, 2000). Josselson(1998)은 분리개별화와 친밀성이 서로 반대 개념이 아니라고 주장하면서, 분리개별화는 친밀감의 맥락에서 발달하는 것으로 보았다. 그는 부모로부터 독립이 부모와의 정서적 이별이 아니며, 부모와 독립이 이루어짐과 동시에 친밀감을 경험함으로써 새로운 상황에 더 잘 적응한다고 보았다. 이와 같이 분리개별화와 친밀감을 동시에 고려하거나, 혹은 적응능력의 지표로 사용한 연구 결과들로 미루어 볼 때(장휘숙, 2002; Holmbeck & Leake, 1999; Kenny & Rice, 1995) 두 변인이 서로 관련되어 있을 가능성이 클 것으로 보인다. 그 예로 기혼 여성이 원가족과 건강하게 분화되어 있고 분리개별화가 잘 이루어질수록 결혼만족도가 높았으며(윤희정, 2004), 신혼 부부에서도 부모와 분화가 잘 이루어진 경우 부부간의 친밀감과 만족도가 높은 점이다(남순현, 한성열, 2003).

따라서 기혼 여성의 행복감에 영향을 미치는

변인으로 분리개별화와 함께 친밀감을 고려해 볼 수 있다. 부모와의 친밀감은 개인의 행복감에 상당한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 예로 청소년부터 성인, 노인에 이르기까지 다양한 세대 간 친밀감을 조사한 결과, 어릴 때부터 부모와 친밀감이 부족할 경우, 성인이 된 후에도 여전히 친밀감이 부족하였으며, 행복감을 적게 보고했다 (Rossi & Rossi, 1990). 이와 같이 부모와 친밀감을 느낄 수 있는 계기는 나이가 들수록 감소하는 것으로 나타났는데 아마도 함께 할 수 있는 경험의 빈도나 시간이 나이가 들수록 줄어들기 때문일 것이다. 그리고 청소년기에 부모와 친밀감과 애정을 충분히 경험한 사람일수록 그렇지 않은 사람에 비해 성인이 되어서 더 높은 자존감을 나타낸 점(Roberts & Bengston, 1993)은 이전의 경험이 현재에도 상당한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다.

남녀의 성차로 볼 때, 여자 아이는 여성성을 발달시키기 위해서 어머니와의 분리개별화가 필연적으로 요구되지 않으므로 어머니와의 유대관계에서 분리되기가 어렵다. 그 결과 여성은 성인이 되어서도 남성보다 어머니와 더욱 친밀한 관계를 발달시킨다(Rossi & Rossi, 1990). 예를들어 기혼 여성의 경우 기혼 남성보다 결혼 후 친정 부모와 떨어져 살더라도 부모와 더 많은 접촉을 하고 친밀감을 추구하며, 친정 어머니와의 친밀감이 친정 아버지보다 더 강하였다(Rossi & Rossi, 1990). 기존 연구에서도 기혼 남성보다 기혼 여성이 자신의 원가족과의 정서적 친밀감에 더 많은 영향을 받는 것으로 나타났다(Knudson-Martin, 1994). 이러한 결과는 여성이 남성보다 타인과의 유대감에 관심이 많고 이를 통해 자신을 발견하려는 경향

성이 크다고 볼 수 있다. 따라서 기혼 여성의 원가족과 친밀성 정도는 이들의 행복감이나 불안 경험에 영향을 미칠 것으로 생각된다.

분리개별화와 관련된 논쟁중의 하나로 분리개별화가 자율성과 유사한 개념인지의 여부이다. 자율성은 분리개별화와 비슷한 개념으로 이해되고 있지만 엄격한 의미로 개념 상 차이가 있다. 분리개별화가 부모와의 관련성에 초점을 맞추고 있다면, 자율성은 개인 내적인 변인으로 부모와 상관없이 한 개인에게 초점을 맞추고 있다. 따라서 분리개별화와 자율성간의 개념적 유사성으로 인해 혼란이 있을 수 있지만, 분리개별화가 높다는 것은 부모와 정서적으로 독립적이고 분화되어 있음을 의미한다. 반면 자율성은 개인의 행동의 원천이 스스로에게 있으며, 자신이 그 행동의 주인이자 조절할 수 있는 능력을 가지고 있음을 뜻하는 것이다(Deci & Ryan, 2000). 타인과의 관계성을 강조하는 분리개별화와는 달리 자신의 행동에 대한 스스로의 의지에 따른 선택과 행동을 자율성에서 강조한다(Deci & Vansteenkiste, 2004). 그러므로 분리개별화는 자율성과 다른 개념이며 상호보완적으로 기혼 여성의 행복감이나 불안에 영향을 미칠 것으로 예상된다. 전통적으로 여성은 정서적 유대능력을 보다 발달시키는 반면 남성은 자율성을 더 발달시키는 것으로 가정되어 왔으며, 특히 여성은 자율성의 발달 과정에서 남성보다 복잡하고 오랜 시간이 걸린다고 알려졌다(Gilligan, 1983). 유은희, 박성연(1991)의 연구에서도 기혼 여성이 기혼 남성보다 친정어머니와의 관계에서 애착은 높지만 자율성이 낮았으며, 친밀감은 주로 친정 어머니와 관련되고, 자율성은 친정 아버지와의 관계가 더 관련있다고 보고하였다.

Deci와 Ryan(2000)은 자율적인 행동이 안녕감을 경험하는 데 결정적이라고 했으나, 자율성 욕구 뿐만 아니라 타인과의 관계성을 함께 다루어야 한다고 주장했다(Sheldon & Niemiec, 2006). 이러한 입장과 같은 맥락에서 본 연구에서도 기혼여성의 분리개별화 경험이 행복감이나 불안에 전반적인 영향을 미칠 것으로 가정하였고, 그 관계에서 친밀감이나 자율성이 조절작용을 할 것으로 가정하였다. 본 연구를 통해 기혼여성의 분리개별화, 친밀감, 자율성, 행복감 및 불안 간의 관계를 규명한다면 이들을 대상으로 한 심리치료적 개입 및 교육에 기여할 것으로 기대한다.

## 방 법

### 참여자

광주광역시에 거주하는 기혼 여성을 대상(160명)으로 설문을 배포하였다. 응답률이 저조한 사례를 제외하고, 122개를 대상으로 분석하였다. 참여자의 평균연령은 40.34세(표준편차 3.55)였다(표 1).

### 측정도구

**분리개별화.** 이 척도는 Levine, Green 및 Millon(1986)에 의해 개발되었고 8개의 하위요인을 측정하도록 구성되어 있다. 본 연구에서는 의존부정(12문항), 분리불안(14문항)의 2개 하위척도만을 실시하였다. 원래 부모 모두에 대해 질문하는 것이었으나 본 연구에서는 아버지와 어머니를 분리하여 각각 설문하였다. 5점 리커트 척도이며 총점이 높을수록 분리개별화의 어려움을 나타낸

다. 장근영과 윤진(1992)이 번안한 것을 사용하였고, 본 연구에서는 각 하위척도별로 내적 신뢰도 계수(cronbach  $\alpha$ )가 아버지(어머니)의 경우 의존 부정, 분리불안이 각각 .84(.87), .70(.72)으로 나타났다. 전체 신뢰도(cronbach  $\alpha$ )는 .83(.85)으로 비교적 안정적이었다.

**자율성.** Hovestadt, Anderson, Percy 및 Fine(1985)의 척도와 Frank, Avery, Laman(1988)의 척도를 근거로하여 유은희, 박성연(1991)이 개발한 자율성 척도를 사용하였다. 총 12문항으로 5점 리커트 척도로 점수가 높을수록 자율성이 높은 편이다. 본 연구에서 내적 신뢰도(cronbach  $\alpha$ )는 .81로 높은 편이었다.

**세대간 친밀감척도.** Bray, Williamson 및 Malone(1984)이 개발한 가족권위 척도에서 세대간 친밀감 하위척도 13문항을 사용하였다. 세대간

친밀감을 묻는 문항에서 서양의 가족관계와 관련하여 문화적인 차이를 보인다고 판단되는 3문항을 제외하고 부모와의 친밀감 측정에 적합할 것으로 보이는 10문항을 실시하였다. 5점 리커트 척도이고, 남순현(2000)이 번안한 것을 사용하였다. 본 연구에서 내적 신뢰도(cronbach  $\alpha$ )는 .90으로 높은 편이었다.

**Beck의 불안척도.** 이 척도는 Beck, Epstein, Brown 및 Steer(1988)이 불안 정도를 측정하기 위해 개발한 총 21개 문항의 자기보고형 검사로, 불안을 경험한 정도를 0점에서 3점까지 Likert 척도 상에 평정하도록 되어 있다. 한국판 BAI는 한은경, 조용래, 박상학, 김학렬, 김상훈(2003)이 번안하였으며, 본 연구에서 내적 신뢰도계수는 .94(cronbach  $\alpha$ )로 높은 편이었다.

**행복감 척도.** 이승현과 유성모가 개발한 행복

표 1. 참여자의 인구통계적 특징

학 렳	가족구성		부모생존		직 업		
초등졸	0명(0%)	부부	1명(0.8%)	부모 모두 생존	64명 (52.4%)	주부	66명 (54.0%)
중 졸	1명(0.8%)	부부와 자녀	97명 (79.5%)	아버지 사별	42명 (34.4%)	파트 타임	10명(8.1%)
고 졸	63명(53.2%)	시댁, 처가부모님과 함께 사는 가족	5명(4.1%)	어머니 사별	3명(2.4%)	재택근무	2명(1.6%)
전문대졸	11명(8.1%)	직장관계로 떨어져 사는 가족	15명 (12.2%)	부모 모두 사별	13명 (10.6%)	회사원, 공무원, 전문직	20명 (16.3%)
대 졸	47명(38.5%)	기타	4명(3.2%)			자영업	1명(0.8%)
						기타	6명(4.9%)
<b>수 입</b>							
100만원미만	5명(4.0%)						
100-300만원	44명(36.0%)						
300-500만원	47명(38.5%)						
500만원이상	26명(21.3%)						

감 척도를 사용하였다. 총 8문항으로 5점 리커트 척도이다. 본 척도는 Diener, Emmons, Larsen 및 Griffin(1985)의 행복지수와 높은 상관(각각 .75, .75)을 보였다(이승헌, 유성오, 2007). 본 연구에서 내적 신뢰도(cronbach  $\alpha$ )는 .93이었다.

**자료수집 및 분석**

기혼 여성을 대상으로 설문을 실시하기 위해 지역 사회 내 문화센터, 복지관, 학교 등의 기관을 방문하여 검사 목적 및 실시 방법에 대하여 알려 준 후 검사지를 실시하였으며, 응답자에게는 소정의 보상을 제공하였다.

자료분석은 분리개별화와 자율성, 친밀감, 행복, 불안의 관련성을 살펴보기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 또한 자율성, 친밀감, 행복 또는 불안에 대해 부모분리개별화가 어떤 영향을 미치는지 살펴보기 위해 회귀분석을 실시하였다. 특히 행복 또는 불안에 대한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 영향을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 분리개별화와 자율성, 분리개별화와 친밀감의 상호작용항을 예언변인으로 투입하였다. 통계분석을 위해 window용 SPSS 12.0을 사용하였다.

**결 과**

분리개별화 경험과 다른 변인들 간의 관계를 살펴보기 위해 이들 사이의 상관관계를 표 2에 제시하였다.

표 2에서 보는 바와 같이, 분리개별화와 자율성, 친밀감, 행복감은 부적 상관을 보인 반면, 불안은 정적 상관을 나타냈다. 즉, 분리개별화의 정도가 낮을수록 자율성이 적고( $r=-.23, p<.01$ ), 친밀감을 덜 느끼고( $r=-.32, p<.01$ ), 행복을 덜 느끼고( $r=-.30, p<.01$ ), 불안감을 많이 느꼈다( $r=.34, p<.01$ ). 이러한 결과는 아버지와 어머니 각각의 분리개별화에서도 동일한 방향으로 상관이 나타났다.

자율성, 친밀감, 행복감은 모두 정적 상관을 보였으며, 불안과는 부적 상관을 보여 주었다. 즉 자율성이 높을수록 친밀감을 많이 느끼고( $r=.33, p<.01$ ), 행복감을 많이 느끼며( $r=.43, p<.01$ ), 불안 수준이 낮았다( $r=-.42, p<.01$ ).

분리개별화를 아버지 분리개별화와 어머니 분리개별화로 나누어 다른 종속변인들을 예측하는데 있어서 부모 중 어느 변인이 더 설명력이 높은지 알아보려고 하였다. 각각의 예측 변인들이

표 2 분리개별화, 자율성, 친밀감, 불안 및 행복감 간의 상관계수

	평균(SD)	분리개별화	부_분리개별화	모_분리개별화	자율성	친밀감	불안
분리개별화	78.17(22.91)						
부_분리개별화	39.04(11.75)	.97**					
모_분리개별화	39.12(11.60)	.97**	.89**				
자율성	29.86(6.49)	-.23**	-.24**	-.22**			
친밀감	38.48(6.64)	-.32**	-.30**	-.33**	.38**		
불안	19.40(16.70)	.35**	.35**	.37**	-.42**	-.36**	
행복감	64.82(10.01)	-.30**	-.33**	-.29**	.43**	.41**	-.43**

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

종속변인들을 설명하는 양을 상대적으로 비교하기 위해 단계적 투입(stepwise) 방법으로 각 종속변인들에 대한 설명량을 분석하였다. 이 결과는 표 3에 제시되어 있다.

중다회귀분석 결과, 어머니 분리개별화가 자율성 변량의 5%를 설명하였고( $\beta=-.12, p<.01$ ), 친밀감 변량을 12% 설명하고 있으며( $\beta=-.19, p<.01$ ), 불안 변량을 12% 설명하고 있다( $\beta=.481, p<.01$ ). 그리고 아버지 분리개별화가 행복감을 9% 설명하였다( $\beta=-.27, p<.01$ ).

이러한 결과는 어머니와의 분리개별화가 자율성과 친밀감을 의미있게 설명하고 있으며, 어머니

와의 분리개별화가 잘 안 이루어질수록 불안을 보여주는 것이다. 반면에 아버지와의 분리개별화는 행복감을 예측하는데 기여함을 시사한다.

행복감에 대해 분리개별화, 자율성, 친밀감이 어떤 영향을 미치는지 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 우선 첫 번째 단계에 분리개별화를 예측변인으로 투입하였으며, 두 번째 단계에는 자율성을 투입하였으며, 세 번째 단계에는 친밀감을 투입하였다. 마지막으로 분리개별화와 친밀감, 자율성의 상호작용 항을 예측변인으로 투입하여 행복감에 미치는 영향을 살펴보았다. 투입한 상호작용 항은 다중공선성의 문제를 보완하

표 3. 자율성, 친밀감, 불안, 행복감에 대한 예측변인들의 중다회귀분석

종속변인	단계	예측변인	$\beta$	t	$R^2$	F
자율성	1	모_분리개별화	-.12	-2.64	.05	6.97**
친밀감	1	모_분리개별화	-.19	-4.05	.12	16.46**
불안	1	모_분리개별화	.481	3.96	.12	15.68**
행복감	1	부_분리개별화	-.27	-3.71	.09	13.75**

\*\* p< .01

표 4. 행복감에 대한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 영향

(N=122)

독립변인	B	$\beta$	t
분리개별화	-.14	-.33	-3.73***
		$R^2 = .106 (p<.001)$ $\Delta R^2 = .106 (p<.001)$	
자율성	.65	.41	4.99***
		$R^2 = .263 (p<.001)$ $\Delta R^2 = .157 (p<.001)$	
친밀감	.32	.21	2.37*
		$R^2 = .297 (p<.05)$ $\Delta R^2 = .034 (p<.05)$	
분리개별화 × 친밀감	-.01	-.20	-2.42*
분리개별화 × 자율성	.01	.00	.02
		$R^2 = .331 (p<.05)$ $\Delta R^2 = .034 (p<.05)$	

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

기 위하여 각 변인의 편차점수로 센터링하여 사용하였다. 표 4에 행복감에 대한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 위계적 중다회귀분석 결과를 제시하였다.

첫 단계에서 예측변인으로 투입한 분리개별화는 행복감 변량을 유의하게 예언해 주었다,  $\beta = -.33, p < .001$ . 자율성의 경우 행복감에 대한 분리개별화의 영향을 통제하고 난 뒤에도 행복감의 변량을 15.7% ( $p < .001$ ) 설명해주었다. 친밀감도 행복감에 미치는 영향이 유의하였다 ( $\beta = -.21, p < .05$ ). 마지막으로 투입한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 상호작용 항의 경우 행복감 변량을 3.4% ( $p < .05$ ) 설명해 주었다. 특히 분리개별화와 친밀감의 상호작용이 행복감을 유의하게 예측해 주었다 ( $\beta = -.20, p < .05$ ).

불안에 대해서도 행복감과 동일하게 분리개별화, 자율성, 친밀감이 어떤 영향을 미치는지 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 첫

번째 단계에 분리개별화를 예측변인으로 투입하였으며, 두 번째 단계에는 자율성을 투입하였으며, 세 번째 단계에는 친밀감을 투입하였다. 네 번째 단계에는 분리개별화와 친밀감, 자율성의 상호작용 항을 예측변인으로 투입하여 그 영향을 살펴 보았다. 표 5에 분리개별화, 자율성, 친밀감이 불안에 미치는 영향을 알아보기 위한 결과를 제시하였다.

첫 단계에서 예측변인으로 투입한 분리개별화는 불안 변량을 유의하게 예언해 주었다,  $\beta = .34, p < .001$ . 자율성의 경우 불안에 대한 분리개별화의 영향을 통제하고 난 뒤에도 행복감의 변량을 15.9% ( $p < .001$ ) 설명해주었다. 한편 친밀감이 불안에 미치는 영향이 유의하지 않았다. 마지막으로 투입한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 상호작용 항의 경우 불안 변량을 유의하게 예측해주지 못했다.

표 5. 불안에 대한 분리개별화, 자율성, 친밀감의 영향

(N=122)

독립변인	B	$\beta$	t
분리개별화	.24	.34	3.74***
		$R^2 = .114 (p < .001)$	
		$\Delta R^2 = .114 (p < .001)$	
자율성	-1.05	-.41	-4.86***
		$R^2 = .273 (p < .001)$	
		$\Delta R^2 = .159 (p < .001)$	
친밀감	-.17	-.05	-1.83
		$R^2 = .289$	
		$\Delta R^2 = .019$	
분리개별화 × 친밀감	-.00	-.05	-.61
분리개별화 × 자율성	-.00	-.04	-.55
		$R^2 = .309$	
		$\Delta R^2 = .020$	

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



## 논 의

본 연구에서는 기혼 여성을 대상으로 부모와 분리개별화 정도가 이들의 행복감과 불안에 어떤 영향을 주는지 알아보려고 하였다. 또한 Laible, Carlo와 Raffaelli(2000)가 주장한 대로 분리개별화는 이와 유사한 개념인 친밀감이나 자율성과 상호관련성을 통해 적응에 영향을 준다는 이론에 근거하여 분리개별화와 친밀감, 분리개별화와 자율성이 긍정적서인 행복감 및 부정적서인 불안에 미치는 영향을 알아보았다.

분리개별화가 행복과 불안에 영향을 미치는 지 알아본 결과, 분리개별화는 행복 및 불안에 각각 유의한 영향을 끼쳤다. 친정부모와 분리개별화가 잘 이루어질수록 행복감이 높고 불안 수준이 작았다. 이러한 결과는 기혼여성의 행복과 불안을 설명하는데 있어서 원가족인 부모와의 관계 경험이 여전히 영향을 주는 것이다. Bowen(1978)은 자아분화를 설명하면서 자신을 원가족으로부터 정서적 그리고 신체적으로 분리시킬 수 있는 능력 뿐만 아니라 가족 성원이나 의미있는 타인과의 관계에서 정서적 단절없이 정서적 성숙과 독립성을 유지하는 것이 개인의 정신적 건강에 중요함을 주장했다.

본 연구에서 부모의 분리개별화를 각각 나누어 보았을 때, 모 분리개별화는 자율성, 친밀감, 불안에 영향을 미쳤고, 부 분리개별화는 행복감에 유의한 영향을 주었다. 이전 연구에서 여성의 자율성에는 아버지의 영향을 크다는 결과와 상반되는 것이었다(유은희, 박성연, 1991). 어머니와는 정서적 유대관계의 주축을 이루고 있기 때문에 어머니와의 관계에서 자율성이 촉진되는 것으로 나타

났다. 특히 기혼 여성의 경우 어머니는 가정적 역할이라는 동일한 영역의 활동에 참여함으로써 모녀 관계에서 상호이해나 친밀감을 높일 수 있고 아버지보다 더 많은 영향을 미치는 것으로 보인다. 어머니와의 분리개별화가 덜 이루어지면 불안을 크게 느낀다는 점은 기혼 여성이 어머니에게서 더 많은 심리적 안정을 구하며 아버지보다 어머니를 더 가깝게 여긴다는 것으로 해석할 수 있다. 한편 아버지와 분리개별화가 잘 이루어진 경우 행복감을 더 많이 느꼈는데, 이는 남성에게서는 어머니와의 관계가, 여성에게서는 아버지와의 관계가 많은 영향을 미칠 수 있음을 뜻한다. 즉 이성부모에게서 경험되어진 관계의 내적 표시이 후일 배우자와의 정서적 관계를 형성하는 과정에서 반영될 수 있음을 시사한다(유은희, 박성연, 1991). 기혼 여성의 경우에는 배우자와의 결혼 만족에서 행복감이 영향 받을 수 있는 바, 아버지와 관계 경험이 결국 배우자와의 관계에도 영향을 줄 수 있을 것이다. 따라서 부모 모두와의 건강한 분리개별화가 긍정 정서인 행복감의 증진에 중요한 변인임을 확인하였다.

자율성은 불안과 행복에 대한 설명력이 가장 큰 변인으로 나타났다. 사실 여성은 친밀감이나 애착과 같은 관계를 맺는 능력은 우수하나 자율적이고 독립적인 부분에서는 취약하다고 알려져 있다(Gilligan, 1983). 본 연구에서 상정한 변인들 가운데 원가족 간의 관계성인 분리개별화와 친밀감보다 개인적인 측면의 자율성이 기혼 여성에게 중요하게 다루어 질 수 있음을 알 수 있다. 한편 이는 기혼여성들이 이미 원가족에서 분가한 상태로 원가족의 영향력이 적어졌음을 뜻할 수도 있다. 그리고 여성도 남성 못지않게 삶의 중요한 문

제에 대해 스스로 독립적이고 자주적인 결정을 내리고, 자발적인 동기부여를 하는 것이 행복감을 증진하고 불안을 줄이는데 필수적인 것으로 해석할 수 있다. 다만, 40대를 전후한 기혼 여성들이 본 연구의 대상자임을 감안할 때, 기혼 여성의 삶에서 가장 큰 부분을 차지하는 대상은 배우자와 자녀들이기 때문에 이들과의 관계성은 원가족에 대한 관계성과 다를 수도 있을 것이다. 한편 분리개별화와 자율성이 행복감 또는 불안에 미치는 상호작용은 통계적으로 유의미하지 않았다. 이는 분리개별화나 자율성이 행복감이나 불안에 미치는 주효과에 비해 조절 효과가 미미한 것으로 나타났다.

본 연구에서는 분리개별화의 역할을 중점적으로 알아보았으나, 이와 상호 보완될 수 있는 개념으로서 친밀감의 역할도 함께 알아보았다. 부모와의 친밀감은 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 불안에는 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이는 원가족과의 친밀한 감정의 교류는 한 개인의 주관적인 행복감을 증진시키는 데 중요한 역할을 함을 뜻한다. 즉 부모와의 친밀감의 요소가 행복감 증진을 촉진시킨다는 이전 연구 결과와 일치한다(유은희, 박성연, 1991). 특히 분리개별화, 친밀감은 상호작용하여 행복감에 영향을 미치고 있는 것으로 확인되었다. 이를 좀 더 살펴보면 친밀감은 분리개별화가 행복감에 미치는 영향을 중재해 주는 것으로 나타났다. 부모와의 분리개별화가 덜 이루어졌더라도 친밀감 수준이 높을 경우 행복감과 같은 긍정 정서에 주는 부정 영향을 완충시키는 요인으로 확인되었다. 그러나 친밀감은 부정 정서인 불안을 설명하는 정도는 미약한 것으로 나타났으며, 분리

개별화와 친밀감이 불안에 미치는 상호작용은 통계적으로 유의미하지 않았다. 이는 친밀감은 긍정 정서인 행복감 증진에만 영향을 줄 뿐 부정 정서인 불안에 미치는 영향은 적은 것으로 볼 수 있다.

본 연구 결과 원가족과 분리개별화가 잘 이루어져서 자신을 분리시킬 수 있으며, 자율적으로 결정하고 자신이 원하는 것을 자신의 의지에 따라 행동할 수 있을 때 행복감이 높고, 불안감이 적었다. 또한 원가족과 분리시키면서 자신의 경계를 명확히 할 수 있으면서 동시에 정서적 단절없이 유대관계를 잘 유지할 때 행복감이 높은 것으로 나타났다.

기혼 여성은 원가족으로부터 분리개별화와 친밀감의 균형을 얻을 때 가장 큰 행복감을 보고했다. 이러한 분리와 친밀의 균형이 이루어지지 않은 가족의 경우, 자녀의 성장을 저해하고 극도로 경직된 경계를 가지고 있어서 서로 친밀감이나 지지를 해 줄 수 없다고 한다(Kenny & Donaldson, 1991). 반대로 지나치게 밀착된 가족은 가족 성원들이 심리적으로 독립하는 것을 허락하지 않기 때문에 자녀들이 분리되는 기회를 잃어버리게 되며, 결과적으로 자율성을 발달시킬 수 없게 된다(Anderson & Sabatelli, 1992). 결국 이러한 상황에서 기혼 여성은 결혼이라는 분리된 경험 이후에도 자율성 발달이 미비하여 지속적으로 원가족이나 배우자에게 지나치게 의지하고 끊임없이 애정이나 승인을 확인하고자 하며 자신의 이러한 욕구를 다른 가족구성원이 채워줄 의무가 있다고 기대하게 되면서 갈등이 커지게 될 수 있다. 그러나 분화가 잘된 가족은 서로 친밀한 관계를 유지하면서도 서로의 개별성을 표현할 수 있

다(Bowen, 1994).

따라서 기혼여성은 원가족과 친밀하면서도 자기 가족과의 경계를 명확히 할 수 있고 독립된 능력이 발달되어 있는 경우가 가장 큰 주관적인 행복감을 보고하였다. 이는 전통적인 가족주의 관점에서 자녀의 복종과 부모의 부양을 지나치게 강조하는 효 중심 사상이나 반대로 지나치게 부부중심적이거나 개인주의적인 가족태도로 부모와 단절된 태도를 유지하는 것은 기혼 여성의 행복감 유지에 적신호가 될 수 있음을 시사한다.

본 연구를 통해 기혼 여성의 행복에 영향을 주는 원가족간의 요인을 확인하고 이러한 특성이 갖는 시사점에 대해 논의했으나 본 연구가 갖는 한계점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사용된 대상자의 연령이 평균 40대(표준편차 3.55)로서 50대나 60대의 기혼여성들의 특성을 포괄 할 수 없는 점이 있다. 따라서 연령 증가에 따른 유의한 변화를 관찰하기 위해서는 후속 연구에서 이후 연령대를 포괄하는 연구를 실시해야 할 것이다. 그리고 본 연구의 참가자는 광주광역시에 거주하는 여성으로 한정되어 있으므로 연구 결과를 일반화하는데 한계가 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 집단 표집이 적어서 설명력이 비교적 작은 편으로 정확한 분석을 하기에 어려움이 있었다. 이러한 점을 보완하기 위해서는 대단위 표집을 대상으로 기혼 여성의 행복과 그에 미치는 요인에 대한 연구가 지속적으로 실시되어야 할 것이다. 마지막으로 본 연구에서는 원가족인 부모와의 관계 경험에 중점을 두어 연구하였으나, 기혼여성의 가장 큰 비중을 차지하는 자신의 가족(배우자, 자녀)과의 관계는 본 연구에서 밝히지 못했다. 이를 더 확실하게 입증하기 위해서는 후속연구를

통해 원가족과 현재 가족간의 관계를 밝히는 보완되어야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 남순현 (2000). 가족의 정서체계 역동성에 관한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 남순현, 한성열 (1999). 가족분화 개념에 대한 새로운 탐색. 한국심리학회지: 임상, 18, 209-222.
- 남순현, 한성열 (2003). 신혼기 부부의 부모로부터의 심리적 독립과 결혼후 친밀감에 미치는 원가족의 영향. 한국심리학회지: 임상, 22, 505-523.
- 윤희정 (2004). 기혼 여성의 가족분화 및 분리개별화 수준에 따른 결혼만족도 차이. 계명대 대학원 석사학위논문.
- 유은희, 박성연 (1991). 기혼자녀의 부모에 대한 애착 및 자율성 발달유형과 결혼만족도. 대한가정학회지, 29, 139-158.
- 이승현, 유성모 (2007). 탐색적 방법을 통한 건강, 행복, 평화 척도(HSP-Q)의 개발. Journal of the Korean Data Analysis Society, 9, 2161-2171.
- 장근영, 윤진 (1992). 청소년기 자아중심성. 한국심리학회지: 발달, 5, 157-175.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리개별화 및 심리사회적 적응. 한국심리학회지: 발달, 15, 101-121.
- Anderson, S. & Sabatelli, R. (1992). The differentiation in the family system scales: DIFS. *American Journal of Family Therapy*, 20, 89-101.
- Baltes, M. & Silverberg, S. (1994). The dynamics between dependency and autonomy: Illustrations across the life span. in D. Lerner and M. Perlmutter (Ed.), *In Life-span development and behavior*, (pp.41-90). Hillsdale, NJ.

- Blos, P. (1979). *On adolescence: A Psychoanalytic Perspective*, Glencoe, IL: The Free Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: J. Aronson.
- Bowen, M. (1994). *Family therapy in clinical practice*. Northvale, New York: J. Aronson.
- Bray, J., Williamson, D., & Malone, P. (1984). Personal Authority in the family system. *Journal of Marital and Family Therapy, 10*, 167-178.
- Chodorow, N. (1978). *The Reproduction of Mothering*, Berkley: University of California Press.
- Deci, E. & Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*, 227-268.
- Deci, E. & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction. *Ricerchedi di Psicologia, 27*, 17-34.
- Diener, E., Emmons, L., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). Satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective wellbeing: Threedecades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302.
- Emmons, R. & Diener, E. (1985). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for national index. *American Psychologist, 55*, 34-43.
- Frank, S., Avery, C., & Laman, M. (1988). Youth adults perceptions of their relationships with their parents. *Developmental Psychology, 24*, 729-737.
- Goldenberg, I. (1985). *Family Therapy*. Brooks Cole Publishing Company.
- Haselton, M. G. & Buss, D. M. (2000). Error management theory: A new perspective biases in cross-sex mind reading. *Journal of Personality and Social Psychology, 787*, 81-91.
- Hoffman, J. (1984). Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology, 5*, 170-178.
- Holmbeck, G. & Leake, C. (1999). Separation-individuation and psychological adjustment in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 28*, 563-581.
- Hovestadt, A., Anderson, F., Piercy, S. & Fine, M. (1985). Family of origin scale. *Journal of Marital and Family Therapy, 11*, 287-297.
- Josselson, R. (1998). The embedded self: I and thou revisited. In Lapsley, D.K. and Power F.C. (Eds.), *Self, ego, and identity: Integrative Approaches*. New York: Springer.
- Kenny, M. & Donaldson, G. (1991). Contribution of parental attachment and family structure to the social and psychological functioning of first-year colleague student. *Journal of Counseling Psychology, 38*, 89-102.
- Kenny, M. & Rice, K. (1995). Attachment to parents and adjustment in late adolescent college students: current status, applications and future considerations. *The Counseling Psychologist, 23*, 433-456.
- Knudson-Martin, C. (1994). The female voice applications to Bowen's family systems theory. *Journal of Marital and Family Therapy, 20*, 35-46.
- Laible, D., Carlo, G. & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence, 29*, 45-59.
- Levine, J., Green, C., & Millon, T. (1986). The

- separation-individuation test of adolescence. *Journal of Personality Assessment*, 50, 123-137.
- Lu, L. (1995). The relationship between subjective wellbeing and psychosocial variables in Taiwan. *Journal of Social Psychology*, 135, 351-357.
- Lurie, E. (1974). Sex and stage difference in perception of marital and family relationships, *Journal of Marriage and the Family*, 36, 260-269.
- Mahler, M., Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*, New York: Basic Books.
- Roberts, R. & Bengston, V. (1993). Relationships with parents, self-esteem, and psychological well-being in young adulthood. *Social Psychology Quarterly*, 56, 263-277.
- Rossi, A. & Rossi, P. (1990). *Of human being*. NY: Aldine de Gruyter.
- Ryan, R. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy and the self in psychological development. In J. Jacobs (Eds.), *Nebraska symposium on motivation: Developmental perspective on motivation* (Vol.40, pp.1-56). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Ryan, R. & Lynch, J. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60, 340-356.
- Sheldon, K. & Niemiec, C. (2006). It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 331-341.
- Steinberg, L. & Silverberg, S. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57, 841-851.

원고접수일: 2010년 8월 6일  
수정논문접수일: 2010년 9월 13일  
게재결정일: 2010년 9월 17일

# The Influence of Married Women's Separation-Individuation, Autonomy, and Intimacy on Their Happiness and Anxiety

Yong Hee Kim

Department of speech-language & psychotherapy  
Gwangju University

This research have studied the effects of the married women's parental separation-individuation, autonomy and intimacy on happiness and anxiety. The subjects are a total of 122 female who have been married, living in Gwangju. The questionnaire, including separation-individuation, autonomy, parental intimacy, happiness, and anxiety scales, are distributed to collect the data. The main results are as follows. First, separation-individuation had significant correlations with autonomy, intimacy, happiness and anxiety. Second, mother's separation-individuation had significant effect on autonomy, intimacy and anxiety, and father's separation-individuation had the largest effect on happiness. Especially, multiple regression analyses revealed that separation-individuation, autonomy and intimacy predicted happiness, the interaction effects between separation-individuation and intimacy was significant. Furthermore, separation-individuation and autonomy predicted anxiety. The interaction effects between the variables were not significant. The implications and limitations of this research were discussed.

*Keywords:* separation-individuation, intimacy, autonomy, married women, happiness, anxiety