

최근 한 언론 매체에서는 한국, 일본, 덴마크, 브라질 4개국 국민을 대상으로 행복에 관해 조사한 빅데이터의 분석 결과를 보도하였다. 각국의 20대 청년들에게 자신의 행복에 가장 큰 영향을 미치는 사람이 누구인지를 질문한 결과, 유일하게 한국 청년들만이 '배우자 또는 애인'이 아닌 '부모'라는 응답(52.8%)이 가장 많았다(한국일보, 2016, 1, 18). 이는 한국 청년 자녀와 부모는 다른 비교 국가에 비해 매우 밀착된 관계를 유지하고 있음을 짐작하게 해준다.

청년 자녀와 부모의 지나친 밀착 관계는 몇 가지 사회적 현상에서 드러나고 있다. 대학생 자녀의 수강신청 관여를 넘어 자녀의 군대 영역으로까지 이어지고 있다. 대학교에서 학부모 전용 포털 홈페이지가 개설되고, 병무청에서는 자녀의 군 입대 관련 질문이 쇄도하며 군부대에 안부를 묻는 전화가 빗발치고 있다. 심지어 자녀가 맞선을 볼 때조차 양가 부모가 미리 만나 맞선을 보는 등의 현상도 나타나고 있다. 이는 우리나라 부모의 청년 자녀에 대한 지나친 관심과 보호가 심각함을 보여준다고 하겠다(중앙일보, 2016, 5, 21).

부모와 자녀는 인생에서 매우 중요한 인간 관계이다. 부모는 자녀, 특히 어린 자녀를 보살피고 보호하는 중요한 역할을 한다(Arnett, 2007; Nelson, Padilla-Walker, Christensen, Evans, & Carroll, 2011). 그러나 성인이 된 청년 자녀에게까지 여전히 부모가 지나치게 과보호를 하는 것은 사회적인 문제가 될 수 있다(Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014). 최근에 등장하고 있는 '헬리콥터 부모(Helicopter parents)', '잔디 깎이 맘(Lawn mower parents)'이라는 신조어가 이를 반영해준다. '헬리콥터 부모'는 자녀의 주변을 주의 깊게 맴돌면서 끊임없이 간섭하고 참견하는 부모를 의미한다

(Fay & Cline, 1990). 미국에서 등장한 '잔디 깎이 맘'은 자녀 성공의 걸림돌들을 앞서서 다 없애주는 극성 엄마를 뜻한다(한겨레, 2015, 7, 28).

Levy(1929)의 부모-자녀 관계 연구에서 처음 언급된 개념인 과보호는 아동을 양육하는 양육자의 특성을 지칭하는 개념으로 정의상 부정적 의미를 지니고 있다. 과보호는 자녀에 대한 부모의 지나친 통제, 독립적 행동 저해, 과도한 접촉, 자녀를 유아 취급하는 행동을 뜻한다(Levy, 1929). 이후의 연구자들도 과보호를 자녀에 대한 염려와 불안이 지나쳐 필요 이상으로 간섭하고 도와주며, 일상생활, 건강, 교우 관계, 진로 등에 부담감을 주고 지나치게 보호하는 행동으로 규정하고 있다(Doh & Falbo, 1999; Symonds, 1939).

그렇다면 부모의 과보호는 언제나 부정적인 영향만 있는 것일까? 한국 부모, 특히 어머니에게서 자녀가 갖는 의미에 관한 연구를 살펴보면 한국 부모에게서 과보호는 양면성을 지니고 있음을 알 수 있다. 김지연과 오경자(2011)의 연구에서 부모의 과보호는 자녀에 대한 지나친 애정과 관심이 바탕이 된 양육태도로 정의하고 있는데, 이는 서양 연구에서의 과보호에 대한 부정적 함의와는 다소 차이가 있다.

김지연과 오경자(2011)의 정의에서 시사하는 것처럼 한국 부모의 과보호는 부모 입장에서는 애정의 표현일 수 있다. 과보호적인 양육태도는 어머니에게는 늘 자녀와 함께 있다는 느낌을 주며, 감정적 지지를 제공하여 안심을 주는 긍정적 측면이 있을 수 있다. 반면, 자녀를 과보호하는 부모에게는 에너지 소진과 개인의 삶을 포기함으로 인한 삶의 만족도 저하

라는 부정적 측면도 있다는 점에서 부모의 과보호는 양면성을 지니고 있다(Schiffirin et al., 2014).

한국 어머니에게서 자녀가 어떤 의미인지 살펴본 최근 연구는 우리나라 어머니들이 자녀들을 과보호할 수 있음을 시사해준다. 청년 자녀를 둔 한국 어머니들에게 자녀가 어떤 의미를 지니는지 질문하여 그 반응을 분석하였다. 그 결과, 한국 중년 부모에게 청년 자녀는 자신의 행복과 기쁨의 원천이자, 소중하고, 사랑스럽고, 자랑스러운 존재이며, 자신에게 긍정적 정서를 경험하게 해주는 대상이자 자신의 또 다른 분신으로 간주하는 것으로 나타났다(조설애, 2016). 다른 연구들도 이와 유사한 보고를 하고 있다. 한국 중년 여성은 자녀를 자신의 삶에서 최우선 존재, 삶의 목적, 전부라고 여기며(김세연, 2013), 자신과 자녀와 삶의 경계가 모호하며(나윤경, 태희원, 장인자, 2007), 어머니로서의 역할에 최선을 다해야 한다고 생각하는 경향이 매우 높은 것으로 나타났다(손소영, 2013).

한국 어머니에게서 자녀가 갖는 의미에 관한 연구 결과들은 한국 중년 여성에게 자녀가 아주 특별한 존재이며 애착의 대상이라는 것을 보여준다. 대체로 한국 부모는 자신의 모든 것을 희생하면서 자녀와 더 많은 시간을 함께 보내고, 모든 것에 관여하려 하며 자녀를 과보호하려는 특성을 보인다. 그런데 이처럼 밀접하게 연결되어 있는 한국의 부모-자녀 관계는 어느 한쪽에만 영향을 미치는 것이 아니라 서로의 삶과 행복에 큰 영향을 미칠 수 있다(최상진, 김혜숙, 유승엽, 1994). 본 연구에서 자녀에 대한 어머니의 분리불안과 과보호, 그리고 그로 인한 자녀의 분리-개별화 문제를 어머니-자녀 상호 데이터를 통해 연계시켜 살

피려는 것도 이런 이유이다.

부모-자녀 관계는 일방적인 관계가 아닌 서로에게 영향을 주는 상호적인 관계라 할 수 있다(김주원, 2009). 그러나 선행 연구에서는 부모 혹은 자녀 중 어느 한 쪽의 심리적 특성만을 연구하였다(박영신, 김의철, 2004; 최미혜, 2015; 최은아, 이희선, 2012; Fingerman et al., 2012; Peluchette, Kovanic, & Partridge, 2013; Schiffirin et al., 2014; Segrin, Woszidlo, Givertz, Bauer, & Taylor, 2012)는 제한점이 있다.

어머니 입장에서는 자녀에 대한 사랑이라고 인식하는 과보호가 자녀에게는 심리적 압박이 될 수 있다. 즉, 자녀에 대한 부모의 과보호가 부모 자신에게 미치는 영향뿐만 아니라 부모의 과보호가 자녀에게 어떤 영향을 주는지에 대한 경험적인 연구가 필요하다. 따라서 본 연구에서는 청년 자녀에 대한 어머니의 과보호가 청년 자녀가 부모로부터 심리적으로 건강하게 독립하려는 분리-개별화와 심리적 적응에 어떤 영향을 미치는지, 그리고 부모의 과보호가 부모 자신의 심리적 적응에는 어떤 영향을 미치는지 살펴으로써 부모의 과보호의 상호 관련성을 알아보고자 하였다.

부모의 과보호와 자녀의 분리-개별화의 관계

자녀에 대한 과보호 연구는 대부분 자녀가 지각한 부모의 과보호가 자녀 자신에게 어떤 부정적 역할을 하는지에 초점을 맞추어왔다(신민진, 하은혜, 2010; 신편섭, 윤영선, 2014; 윤성연, 정경미, 2014). 그런데 자녀에게 행하는 과보호는 과보호를 하는 부모 자신에게도 영향을 줄 수 있다. 과보호는 자녀에 대한 사랑에 근거한 것이지만 과보호로 인해 부모의 에너지가 소진될 수 있기 때문이다(Schiffirin et

al., 2014). 본 연구에서는 선행 연구와 두 가지 차이가 있다. 첫째, 부모의 과보호 정도를 부모에게서 측정한다는 것이다. 둘째, 부모에게서 측정한 과보호와 자녀의 분리-개별화의 관계를 살펴봄으로써 부모와 자녀 간의 상호성을 연구한다는 것이다. 여기서는 자녀에 대한 과보호가 부모와 자녀 각각에게 어떤 역할을 하는지 분리해 고찰하고자 하였다.

먼저 어머니의 과보호가 자녀에게 미치는 영향을 살펴보면, 부모의 과보호는 취학전 아동, 취학 아동, 그리고 청소년 모두에게 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다. 부모의 과보호는 취학전 아동의 정서조절 능력(김성희, 정옥분, 2011; 임희수, 박성연, 2002)과 취학 아동의 자아 탄력성, 학교생활 적응 및 발달과업 성취에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(기민희, 김미숙, 2014).

주목할 것은 부모의 과보호가 청년기 자녀에게 부정적 영향을 미칠 수 있다는 점이다. 부모의 과보호적 양육 태도는 대학생 자녀의 자기통제력(김병년, 최홍일, 2013), 건강한 분화와 독립성에도 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(김진영, 2012). 이 결과들은 부모의 과보호가 심리적 독립이 필요한 청년기 자녀를 여전히 의존적인 존재로 머물게 할 가능성이 있다는 점에서 부정적 양육 방식으로 간주되고 있는 것이다(전숙영, 한유진, 2013).

청년기에는 타인에 의한 수동적이며 의존적인 생활방식에서 자의에 의한 자율적, 독립적인 생활방식으로 이행해야 한다. 즉, 청년기의 중요한 발달과업은 개인의 자율성을 발달시키며 부모에게서 심리적으로 독립하는 것이다(Erikson, 1963). 분리-개별화는 부모로부터 자아를 분리시키며 자신에 대해 스스로 정의를 내려가는 과정으로(Levine, Green, & Millon, 1986),

자신만의 독특성, 정체성, 자율성을 획득해야 하는 청년기 자녀에게 필요한 발달과업이다(Blos, 1979; Hauser & Greene, 1991; Holmbeck & Leake, 1999; Lapsley & Edgerton, 2002; Super & Knasel, 1981).

청년 자녀의 분리-개별화 연구는 청년이 건강한 분리-개별화를 달성하지 못하면 자신에 대한 이해가 불분명하며, 자기개념이 불안정하고 비일관적인 것으로 보고하고 있다(정선경, 2011). 부모와 심리적으로 건강하게 분리되지 못하여 갈등을 경험할 경우, 청년들은 사회적 부적응을 포함한 다양한 문제 행동을 나타냈다(조명희, 박수선, 1999). 반면 부모로부터 건강하게 분리-개별화를 달성한 청년은 전반적으로 뛰어난 적응을 보였다(장휘숙, 2002; Holmbeck & Leake, 1999; Holmbeck & Wandrei, 1993; Lapsley, Rice, & Shadid, 1989; Mattanah, Hancock, & Brand, 2004).

부모로부터 심리적으로 독립하는 분리-개별화가 청년기의 주요 과업이라면, 청년 자녀에 대한 부모의 과보호는 자녀로 하여금 자신의 문제를 스스로 해결하기 어렵게 만들며, 자신의 삶에 대해 책임질 수 있는 기회를 약화시킬 가능성이 높다. 본 연구는 어머니가 자녀에게 보이는 과보호가 실제로 청년 자녀의 분리-개별화를 방해하는지를 어머니와 자녀의 상호 데이터를 분석하여, 확인해보고자 하였다.

부모의 분리불안과 자녀에 대한 과보호의 관계

발달적 관점에서 과보호가 청년 자녀의 독립성을 방해할 수 있음에도 부모는 왜 성인이 된 청년 자녀를 과보호하는가? 부모가 자녀를 과보호하는 요인으로는 자녀를 불안한 사회로

부터 지키고자 하는 현실적 이유가 있다. 사회적으로 청소년 대상의 강력 범죄가 점차 증가하고(Segrin et al., 2012), 직장 내 왕따, 성폭력 등의 각종 폭력이 빈번하게 발생하고 있는 상황에서 부모는 자녀를 보호하고자 할 것이다(윤명숙, 이희정, 2013).

자녀에 대한 이런 불안과 염려는 자녀의 성장으로 부모를 떠나는 것에 대한 부모의 불안으로 연결될 수 있다. 일반적으로 사랑하는 사람과 떨어지는 것에 대해 누구나 분리불안을 느낄 수 있다. Hinde와 McGinnis(1977)는 기존의 연구들과 다른 접근으로 분리불안이 부모나 아동 중 한 쪽에서만 나타나는 일방적인 분리애에 대한 반응이 아니라고 주장하였다. 이는 영아의 분리불안에만 초점을 맞춰왔던 기존 연구 방향을 어머니의 분리불안으로 확장시킨 결정적 계기가 되었다.

Bowlby(1969)는 분리불안 개념이 제안되었을 때, 분리불안을 부모가 아이에게 다가가 안전하도록 보호하며, 서로의 심리적 근접성을 증가시키는 것으로 보며, 그 긍정적 기능을 강조하였다. 그러나 많은 분리불안 연구들은 어린 자녀가 부모와 분리되는 것으로 인한 정서적 불안 반응에 주로 초점을 두었다(이우영, 2015; 장혜경, 최외선, 2006).

흥미로운 점은 최근에는 어머니도 자녀와의 관계에서 분리불안을 느낀다는 연구들이 등장하고 있다는 것이다. 어머니의 분리불안은 자녀와 분리되는 것에 대한 어머니의 불안을 반영하는 불유쾌한 감정 상태로, 자녀와 떨어지는 것에 대한 염려, 슬픔, 죄책감, 불편함을 포함하며 분리 사건과 관련된 일시적인 불안 상태를 의미한다(Hock, McBride, & Gnezda, 1989; Hock, Schirtzinger, Lutz, & Widaman, 1995). 어머니의 분리불안을 다룬 연구들의 초

점 역시 아직은 '분리불안을 가진 어머니의 자녀의 심리 상태'라는 점을 중시한다(김주희, 한세영, 2012; 송애란, 송승민, 이사라, 2015; 양숙경, 문혁준, 2010; 유민아, 이주리, 2011; 유현숙, 고선옥, 2009; 최은아, 이희선, 2012; Hock & Schirtzinger, 1992; Lutz & Hock, 1995).

영아와 유아 자녀를 둔 어머니의 분리불안에 관한 연구를 보면, 어머니의 분리불안은 자녀에게 부정적 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다. 분리불안이 높은 어머니를 둔 영아는 어린이집에 적응하는데 어려움이 있으며(Peleg, Halaby, & Whaby, 2006), 친사회성, 긍정 정서, 자아 상태에 부정적인 영향을 받았고(최은아, 이희선, 2012), 협동성과 자립성에도 부정적인 영향을 받은 것으로 나타났다(허서옥, 전예화, 2001).

어머니 분리불안의 부정적 영향은 청소년에게서도 나타난다. 분리불안이 높은 청소년 어머니는 청소년 자녀와 폐쇄적이고 역기능적인 상호작용을 하여, 원활한 의사소통이 어려운 문제형 의사소통을 하는 것으로 보고되고 있다(서주연, 정남운, 2011). 그런데 어머니의 분리불안에 관한 연구는 대부분이 어린 아동이나 중·고등학생 자녀를 둔 어머니를 대상으로 하고 있으며(소연주, 도현심, 2001; Deater-Deckard, Scarr, McCartney, & Eisenberg, 1994; DeMeis, Hock, & McBride, 1986; Fein, Gariboldi, & Boni, 1993; McBride & Belsky, 1988), 성인이 된 청년 자녀를 둔 어머니의 분리불안을 다룬 연구는 거의 없다.

성장한 청년 자녀에 대해서도 부모는 분리불안을 느끼고 과보호할 수 있는가? 일부 보고에 따르면, 헬리콥터 부모 역할은 아동이나 초기 청소년이 아니라 청소년 후기나 성인 초기 자녀에게 많이 나타난다(Segrin et al., 2012).

아마 이 시기는 자녀가 진로를 결정하는 중요한 시기이기 때문에, 자녀가 잘못되지 않도록 세밀하게 살피고 지원하는 부모 역할이 더 커지기 때문일 것이다. 특히 우리나라처럼 인적 자원 간의 경쟁이 치열한 상황은 자녀의 실패에 대한 어머니의 불안을 높여, 자녀의 대학 입학 과정뿐 아니라 대학 입학 후의 생활 전반에 적극적으로 관여하고 조언 및 지원을 하는 현상을 만들었고(신판섭, 윤영선, 2014), 자녀를 위해서라면 무엇이든 해주는 것이 부모로서의 의무라고 생각하는 경향 또한 성인이 된 자녀를 여전히 챙기고 보살피는 과보호적 행동을 촉진시켰을 가능성이 크다(이원영, 1998; Lemoyne & Buchanan, 2011). 우리나라 부모는 자녀의 미래에 도움이 되거나, 부모의 개입이 필요하다고 여겨지면 자녀의 자율성이 침해될 정도로 과도한 수준의 개입을 하기도 한다(유계숙, 2014).

선행 연구들은 우리나라 어머니의 분리불안이 자녀 과보호와 관련이 있으며, 자녀의 건강한 독립을 저해할 수 있음을 보여준다. 자녀에 대한 분리불안이 높은 어머니는 자녀가 스스로 잘할 수 있다는 믿음이 부족하여, 자녀의 문제를 사사건건 도와주거나 해결해주려는 경향을 보였다(김춘경, 2000). 또한 분리불안이 높은 어머니는 영·유아 자녀의 요구에 무조건 따르거나 영·유아 자녀에 대해 과보호적 양육 행동을 많이 하는 것으로 나타났다(김경미, 박범혁, 김영희, 2005; 소언주, 도현심, 2001; 유민아, 이주리, 2011; 유현숙, 2006). 그리고 어머니가 자녀와의 분리불안을 높게 보고할수록 대학생 자녀를 지나치게 보살피며 아이처럼 다루는 행동을 하는 것으로 나타났다(김미경, 2008).

분리불안이 높은 어머니의 과보호적 양육

태도는 자녀의 성취 행동(김영호, 2004), 긍정 정서, 친사회성, 자아강도(유현숙, 2006) 등 자녀의 심리 발달에도 부정적 영향이 미치는 것으로 나타났다. 또 자녀로부터 분리되는 것에 대해 어머니의 불안이 너무 높거나 반대로 너무 낮을 때 어머니와 자녀 간의 관계 형성이 어려울 수 있다(안지영, 도현심, 1998). 또한 어머니의 분리불안 수준에 따라 아동의 자립심과 협동심에 차이가 있었다(허서옥, 전예화, 2001).

한국 어머니의 분리불안과 과보호를 다룬 연구는 두 변인이 서로 밀접한 관계가 있음을 시사해준다. 그러나 선행 연구는 두 가지 측면에서 한계점이 있다. 첫째, 어머니의 과보호 연구의 주 대상이 아동 자녀였다는 점이다. 일반적으로 아동기는 부모의 보살핌이 매우 필요한 시기이므로, 부모의 과보호가 문제가 되는 시기는 오히려 청년기이다. 청년기는 발달적으로 부모의 보살핌에서 벗어나 홀로서기를 해야 하는 시기이다(Silverberg & Steinberg, 1990). 그런데 직업을 갖는 것과 결혼이 늦어지면서 이제 청년기는 신체적으로는 성인이 되었으나 경제적 독립의 어려움과 사회적 역할 미흡으로 인해, 부모에게 여전히 의존적이면서도 자신의 정체성과 독립성을 보장받고 싶어 하는 모순적 시기가 되고 있다. 따라서 자녀의 미래에 대해 불안을 느끼는 부모는 자녀를 향한 보호의 끈을 놓기에는 시기적으로 이르다고 생각해 자녀를 계속 통제하려고 한다(이선이, 이여봉, 김현주, 2008). 따라서 본 연구는 최근 나타나고 있는 ‘헬리콥터 맘’, ‘잔디깎이 맘’ 등 성인 자녀에 대한 과보호 현상을 토대로 청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안과 과보호의 관계를 살펴보고자 하였다.

어머니의 분리불안과 과보호를 다룬 선행

연구의 두 번째 한계점은 어머니와 자녀의 상호적 자료를 분석하지 않고, 어느 한쪽의 자료만으로 연구하였다는 점이다(강선모, 임혜경, 2012; 윤성연, 정경미, 2014). 앞서 지적한 바와 같이 부모-자녀 관계는 어느 한쪽만이 영향을 미치는 관계가 아니라 서로의 삶과 행복에 큰 영향을 미치는 관계이다(최상진 외, 1994). 따라서 본 연구에서는 중년 어머니와 청년 자녀에 관한 자료를 함께 수집하여 어머니의 분리불안에 의한 과보호가 자녀의 분리-개별화에 영향을 주는지를 알아보고자 하였다.

본 연구에서는 어머니의 과보호와 자녀의 분리-개별화의 관계뿐 아니라 자녀에 대한 과보호가 어머니 자신의 심리적 적응(주관적 안녕감, 심리적 안녕감, 우울)과는 어떤 관계가 있는지도 살펴보았다. 어머니의 심리적 적응 정도는 긍정적 측면(주관적 안녕감, 심리적 안녕감)과 부정적 측면(우울)의 양면을 측정하였다. 심리적 적응이란 개인의 삶의 양상을 총괄적으로 포함하는 것으로 긍정적 측면과 부정적 측면을 동시에 지니므로, 두 가지 차원은 구분하여 측정하는 것이 바람직하다는 견해에 따른 것이다(옥선화, 1989; Bradburn & Caplovitz, 1965).

요약하면, 본 연구는 선행 연구 결과를 토대로 두 유형의 매개 과정을 살펴보려고 하였다.

첫째, 어머니의 과보호가 청년 자녀의 분리-개별화를 통해 자녀의 심리적 적응에 부정적 영향을 미칠 것인가 하는 것이다. 둘째, 자녀에 대한 분리불안이 과보호를 통해 어머니 자신의 심리적 적응에 어떤 영향을 미칠 것인가 하는 것이다. 즉, 어머니의 과보호가 청년 자녀의 심리적 적응에 영향을 미치는 과정에서 자녀의 분리-개별화가 매개효과를 갖는지, 그리고 어머니의 분리불안이 어머니의 심리적 적응에 영향을 미치는 과정에서 과보호가 매개효과를 갖는지 살펴보고자 하였다.

연구문제

본 연구는 성인이 된 청년 자녀와 어머니를 대상으로 다음의 두 가지에 초점을 둔 연구 문제를 설정하였다. 첫째, 청년 자녀에 대한 어머니의 과보호는 청년 자녀의 분리-개별화를 방해하는가? 그리고 자녀의 분리-개별화 정도는 청년 자녀의 심리적 적응과 어떤 관계가 있는가? 둘째, 청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안과 과보호는 어머니의 심리적 적응과 어떤 관계를 보일 것인가? 이 질문을 토대로 본 연구에서는 다음과 같은 매개 모형을 설정하여 그림 1에 제시하였다.

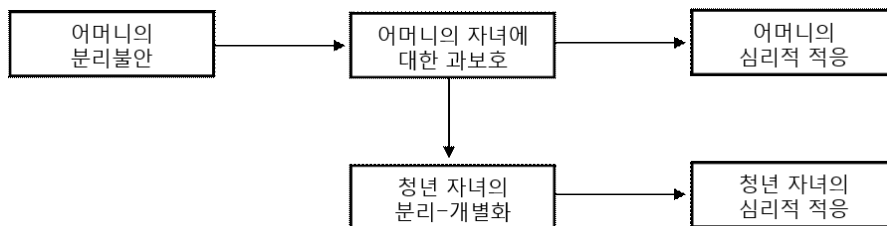


그림 1. 본 연구의 연구 모형

방 법

연구대상

본 연구는 부산에 거주하고 있는 40세 이상 60세 이하의 중년 여성과 청년 자녀를 대상으로 설문 조사를 실시하였다. 4년제 대학에서 심리학 관련 과목을 듣는 대학생들에게 수업 시간에 본 연구의 취지를 설명하고, 연구 참여를 원하는 학생들과 그 학생의 어머니에게 설문지를 배부하여 응답을 받아 회수하였다. 수집된 자료에서 대상 선정 기준에 맞지 않거나 불성실하게 응답한 13부를 제외하고 최종 201쌍, 402명의 자료를 분석에 사용하였다. 중년 어머니 평균 연령은 48.43세($SD=3.85$)였고, 청년 자녀 평균 연령은 19.39세($SD=1.45$)로, 남자 자녀는 19.67세($SD=1.59$), 여자 자녀는 19.24세($SD=1.33$)였다. 본 연구에 참여한 남자 자녀는 76명(1·2학년 41명, 3·4학년 35명), 여자 자녀는 125명(1·2학년 82명, 3·4학년은 43명)이었다. 본 연구에 참여한 청년 자녀 어머니의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시되어 있다.

측정도구

중년 어머니에게 청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안, 과보호 및 심리적 적응을 측정하였으며, 청년 자녀에게는 분리-개별화, 심리적 적응을 측정하였다. 심리적 적응의 긍정적 측면의 지표로 행복감(주관적 안녕감, 심리적 안녕감)을, 부정적 측면의 지표로는 우울감을 측정하였다.

표 1. 연구 참여 어머니의 인구통계학적 특성
($n=201$)

	변인	빈도	백분율(%)
연령	40-44세	23	11.4
	45-49세	111	55.1
	50-54세	49	24.5
	55-60세	18	9.0
자녀수	1명	19	9.5
	2명	151	75.1
	3명	27	13.4
	4명	4	2.0
직업	주부	83	41.3
	전문직	40	19.9
	서비스직	51	25.4
	기타	27	13.4
경제 상태	아주 안 좋다	3	1.5
	조금 안 좋다	46	22.9
	비슷하다	102	50.7
	조금 더 좋다	45	22.4
	아주 좋다	5	2.5
학력	초졸	2	1.0
	중졸	3	1.5
	고졸	73	36.3
	대졸	112	55.7
	대학원졸 이상	11	5.5
건강 상태	나쁘다	10	5.0
	보통이다	114	56.7
	좋다	70	34.8
	매우 좋다	7	3.5

청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안

어머니의 분리불안을 측정하기 위해 Hock, Eberly, Bartle-Haring, Ellwanger와 Widaman(2001)

이 개발한 부모의 분리불안 척도(Parents of Adolescents Separation Anxiety Scale)를 서주연(2008)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 청소년 자녀를 둔 부모가 자녀로부터 떨어지는 것에 대해 느끼는 두려움이나 걱정의 정도를 측정하는 것이다. 이 척도는 총 35문항, 5점 Likert 척도, 2가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 한 요인은 자녀와 거리를 두는 것에 대한 불안(21문항)이며, 다른 한 요인은 안전 기지 역할(14문항)이다. 분리불안은 '자녀가 완전히 집에서 독립한 이후에 내 인생이 어떻게 생각하는 것만으로도 두렵다', '자녀가 더 이상 나를 필요로 하지 않을 때가 곧 올 것이라는 것을 생각하면 나는 안심이 된다' 등과 같은 문항들을 포함한다. 서주연(2008)의 연구에서 분리불안의 Cronbach's α 는 .85(거리 두기에 대한 불안), .70(안전 기지 역할)이었으며, 본 연구에서의 분리불안 Cronbach's α 는 .90(거리 두기에 대한 불안), .70(안전 기지 역할)로 청년 자녀에 대한 중년 어머니의 분리불안 전체는 .89로 나타났다.

청년 자녀에 대한 어머니의 과보호

부모의 과보호에 대한 대부분의 연구에서 부모의 과보호 측정은 아동이나 청소년이 지각하는 과보호를 측정하였다. 그러나 본 연구에서는 어머니와 자녀 상호 데이터를 활용해야 하기에 어머니의 과보호를 자녀가 지각한 것이 아니라 어머니가 평소 자녀를 얼마나 과보호하는지를 직접 측정하고자 하였다. 이를 측정하는 표준화된 측정 도구를 발견하지 못하여 정은영과 장성숙(2008)이 개발하고 타당화한 '자녀가 지각하는 부모의 과보호' 척도의 내용을 어머니를 주어로 하는 문항으로

바꾸어 사용하였다. 예를 들어 정은영과 장성숙(2008)의 연구에서 '어머니는 지나치게 나를 보호해주신다'를 본 연구에서는 '나는 내 자녀를 언제라도 보호해 주고 싶다'는 문항으로 수정하는 사용하였다.

정은영과 장성숙(2008)의 연구에서 사용된 자녀가 지각한 과보호 척도는 총 25문항, 4점 Likert 척도, 5가지 하위 요인으로 구성되어 있다. '과잉 기대'는 과잉 교육열로 인한 지나친 기대, '자율성 저해'는 지나친 간섭으로 인해 스스로 할 수 있는 기회 박탈, '과잉 통제'는 자녀에게 지나치게 밀착된 엄격한 통제 및 관리, '과잉보호 및 불안'은 부모 자신의 불안이 자녀에게 투사되어 자녀를 지나치게 보호하는 양태, 그리고 '과잉 애정'은 자녀에 대한 과잉 애착으로 인한 지나친 집착과 아기 취급하는 것을 측정한다. 본 연구에서 얻어진 어머니의 과보호 문항을 요인 분석한 결과 기존의 5개 요인 이외에 두 개의 문항으로 구성된 6요인이 나타났다. 어머니의 응답에서 나타난 6요인에는 과잉보호와 과잉애정에 속하는 문항 두 개가 포함되었는데, 이는 한국 어머니에게서 과잉보호와 과잉애정이 혼재되어 있음을 엿볼 수 있다. 본 연구에서의 청년 자녀에 대한 어머니의 과보호 척도의 Cronbach's α 는 .86로 나타났다.

청년 자녀의 분리-개별화

자녀의 분리-개별화를 측정하기 위해 Levin, Green, Millon(1986)이 개발한 분리-개별화 척도(Separation-Individuation Test for Adolescence)를 장근영과 윤진(1992)이 번안하고, 박경순(1997)이 성인용으로 재구성한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 56문항, 5점 Likert 척도, 8가지

하위 요인으로 구성되어 있다. '결속 불안'은 부모의 과도한 통제, 보호로 인해 자신의 독립성, 정체성에 위협을 받는 정도, '자기 몰입'은 자신의 능력, 외모에 대한 자신감과 자기도취감, '분리 불안'은 부모와 떨어져 스스로 사회생활을 해가는 상황에 대한 불안해하는 정도, '건강한 분리'는 부모와 떨어져 스스로 사회생활을 해야 하는 상황에 대해 불안을 지각하는 정도, '거부 기대'는 친밀한 관계에서 거부당하지 않을까 염려하는 방어적 불안, '의존 부정'은 의존 욕구에 대한 회피 정도, '공생 관계'는 강한 의존 욕구를 소유하며, 이 욕구에 대한 만족으로 갖게 되는 긍정적인 느낌 정도, '친구와 결속'은 친구와 친밀한 관계가 강해진 정도를 측정하는 것이다. 분리-개별화는 '과거에 나는 가끔 부모님의 간섭에서 벗어나고 싶어 했다.', '나는 강한 사람이기 때문에 어떠한 어려운 일이라도 잘 해낼 수 있을 것 같은 느낌이 들곤 한다.', '나는 혼자 있을 때와 다른 사람들과 함께 있을 때 모두 좋다.' 등과 같은 문항들을 포함한다. 분리-개별화의 원척도에서는 점수가 높을수록 분리-개별화에 어려움을 느낀다고 해석되어 있으나, 본 연구에서는 서술의 편의성을 위해 총점이 높을수록 분리-개별화가 건강하게 진행되는 것으로 해석하도록 역변환 하였다. 장근영과 윤진(1992)의 연구에서 Cronbach's α 는 .83이었으며, 본 연구에서의 청년 자녀의 분리-개별화 Cronbach's α 는 .79로 나타났다.

주관적 안녕감

주관적 안녕감을 측정하기 위해서 서은국, 구재선(2011)이 우리나라 실정에 맞게 개발한 단축형 행복 척도(Concise Measure Of Subjective

Well-Being: COMOSWB)를 사용하였다. 이 척도는 총 9문항, 7점 Likert 척도, 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서를 측정하는 총 3가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 채점은 '삶의 만족도 + 긍정 정서 - 부정 정서'로 계산하였으며, 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높음을 의미한다. 주관적 안녕감은 '나는 내 삶의 (개인적 측면, 관계적 측면, 집단적 측면)에 대해서 만족한다.' 문항이 포함되어 있다. 서은국, 구재선(2011)의 연구에서 주관적 안녕감의 Cronbach's α 는 .81~.89이었으며, 본 연구에서의 청년 어머니의 주관적 안녕감 Cronbach's α 는 .84, 청년 자녀의 주관적 안녕감 Cronbach's α 는 .80로 나타났다.

심리적 안녕감

심리적 안녕감을 측정하기 위해서 Ryff(1989)가 개발한 척도를 우리나라 실정에 맞게 조윤주(2007)가 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 18문항, 4점 Likert 척도, 자율성, 환경 지배력, 삶의 목적, 자아수용, 긍정적인 대인관계, 개인적 성장을 측정하는 총 6가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 심리적 안녕감은 '나는 다른 사람의 의견을 잘 따르는 편이다.', '내 인생을 돌아 볼 때 현재의 결과에 만족한다.' 등과 같은 문항들을 포함한다. 조윤주(2007)의 연구에서 Cronbach's α 는 .76이었으며, 본 연구에서의 청년 어머니의 심리적 안녕감 Cronbach's α 는 .63, 청년 자녀의 심리적 안녕감 Cronbach's α 는 .69로 나타났다.

우울

우울을 측정하기 위해 미국 정신보건 연구

원에서 개발한 CES-D(The Center for Depression Scale) 척도를 신서연(2011)이 CES-10으로 타당화 한 한국어판 단축형 우울척도(Depression Scale: CES-D)를 사용하였다. 이 척도는 총 10 문항, 4점 Likert 척도로 구성되어 있다. 우울은 ‘지난 1주일 동안 나는 평소에 아무렇지도 않던 것들이 괴롭고 귀찮게 느껴졌다.’, ‘지난 1주일 동안 나는 도무지 무엇을 해나갈 엄두가 나지 않았다.’ 등과 같은 문항들을 포함한다. 신서연(2011)의 연구에서 Cronbach's α 는 .79이었으며, 본 연구에서의 청년 어머니의 우울 Cronbach's α 는 .84, 청년 자녀의 우울 Cronbach's α 는 .88로 나타났다.

분석방법

본 연구에서 수집된 자료 분석을 위해 통계 프로그램 SPSS 23.0을 사용하여 빈도분석과 상관분석을 실시하였다. 그리고 청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안이 어머니의 심리적 적응에 미치는 영향에서 어머니의 과보호가 매개효과를 갖는지, 어머니의 과보호가 청년 자녀의 심리적 적응에 미치는 영향에서 청년 자녀의 분리-개별화가 매개효과를 갖는지 알아보기 위해 Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 SPSS 매크로(Macro)를 사용하여 부트스트랩(Bootstrap) 방법으로 분석을 실시하였다. Preacher와 Hayes(2008)의 부트스트랩 방법은 대중적으로 사용되어 온 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 분석 방법을 정교화 한 것으로, 매개효과 유의도 수준 검증에서는 Sobel(1982) 검증보다 더 유용한 것으로 권장되고 있다. 이 분석에 사용된 부트스트랩의 표본 수는 5000개이며, 매개효과 유의도 수준을 검증하기 위해 95%의 신뢰구간을 설정한 후, 신뢰구간에

0이 포함되지 않으면 효과가 유의한 것으로 판단하였다.

결 과

주요변인들의 상관

본 연구에 사용된 어머니와 청년 자녀의 주요 변인들 간의 상관 분석 결과를 표 2에 제시하였다. 표 2를 보면, 먼저 어머니의 분리불안이 높을수록 자녀로 향한 과보호는 높은 것으로 나타났다($r(199)=.53, p<.01$). 그리고 어머니의 분리불안과 과보호는 어머니의 심리적 적응의 긍정적 지표와 부적 상관을, 부정적 지표인 우울과는 유의한 정적 상관을 보여주었다. 즉, 어머니의 분리불안과 과보호가 높을수록 어머니의 주관적 안녕감은 낮았으며[분리불안: $r(199)=-.21, p<.01$; 과보호: $r(199)=-.19, p<.01$], 심리적 안녕감도 낮았다[분리불안: $r(199)=-.25, p<.01$; 과보호: $r(199)=-.19, p<.01$]. 그리고 어머니의 분리불안과 과보호가 높을수록 어머니의 우울은 높은 것으로 나타났다[분리불안: $r(199)=.20, p<.01$; 과보호: $r(199)=.20, p<.01$].

어머니의 과보호와 청년 자녀의 분리-개별화와와의 관계를 보면, 어머니의 과보호가 높을수록 자녀의 분리-개별화는 낮은 것으로 나타났다($r(199)=-.25, p<.01$). 또한 자녀의 분리-개별화는 자녀 자신의 주관적 안녕감, 심리적 안녕감과 유의한 정적 상관을[주관적 안녕감: $r(199)=.41, p<.01$; 심리적 안녕감: $r(199)=.25, p<.01$], 우울과는 부적 상관을 보여줌으로써($r(199)=-.41, p<.01$), 어머니의 과보호가 청년 자녀의 분리-개별화와 심리적 적응에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

표 2. 중년 어머니와 청년 자녀의 주요 변인 및 심리적 적응 간의 상관 (N=201)

	1	2	3	3-1	3-2	3-3	4	5	6	7	7-1	7-2	7-3	8
1. 어머니 분리불안														
2. 어머니 과보호	.53**													
3. 어머니 주관적 안녕감	-.21**	-.19**												
3-1. 삶의 만족도	-.12	-.17*	.77**											
3-2. 긍정 정서	-.13	-.06	.78**	.51**										
3-3. 부정 정서	.22**	.20**	-.78**	-.37**	-.38**									
4. 어머니 심리적 안녕감	-.25**	-.19**	.57**	.59**	.47**	-.32**								
5. 어머니 우울	.20**	.20**	-.68**	-.46**	-.61**	.53**	-.38**							
6. 자녀 분리-개별화	-.12	-.25**	.09	.04	.00	-.15*	-.03	.01						
7. 자녀 주관적 안녕감	-.03	-.11	.22**	.14*	.14*	-.22**	-.09	-.13	.41**					
7-1. 삶의 만족도	-.02	-.15*	.16*	.14*	.12	-.13	.17*	-.11	.29**	.77**				
7-2. 긍정 정서	-.08	-.05	.08	.04	.07	-.07	.04	.01	.21**	.73**	.45**			
7-3. 부정 정서	-.02	.06	-.24**	-.14*	-.12	.28**	-.01	.18**	-.41**	-.77**	-.36**	-.30**		
8. 자녀 심리적 안녕감	-.08	-.07	.18*	.10	.15*	-.15*	.18*	-.09	.25**	.59**	.58**	.42**	-.36**	
9. 자녀 우울	.00	.05	-.21**	-.12	-.09	.25**	-.04	.12	-.41**	-.70**	-.42**	-.51**	.64**	-.46**

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

어머니의 과보호와 청년 자녀의 심리적 적응 간의 관계에서 자녀의 분리-개별화의 매개효과

어머니의 과보호가 청년 자녀의 심리적 적응에 미치는 영향에서 청년 자녀의 분리-개별화의 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위해, Preacher와 Hayes(2008)가 제안한 SPSS

매크로(Macro)를 사용하였다. 5000개의 표본을 원자료(N=201)로부터 추출하여 부트스트랩 검증을 실시하여 그 결과를 표 3에 제시하였다.

어머니의 과보호와 자녀의 심리적 적응 간의 관계에서 자녀의 분리-개별화의 매개효과를 검증한 결과, 주관적 안녕감의 비표준화 계수는 -2.18, 95% Bias-Corrected=[-3.58, -1.05]이었

표 3. 부스트래핑을 통한 청년 자녀의 분리-개별화의 매개효과 검증

경로			Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간 Bias-corrected	
독립변인	매개변인	종속변인	β	SE	하한	상한
어머니 과보호	→ 청년 자녀 분리-개별화	→ 청년 자녀 주관적 안녕감	-2.18	.63	-3.58	-1.05
어머니 과보호	→ 청년 자녀 분리-개별화	→ 청년 자녀 심리적 안녕감	-.05	.02	-.10	-.01
어머니 과보호	→ 청년 자녀 분리-개별화	→ 청년 자녀 우울	.17	.04	.08	.27

고, 심리적 안녕감의 비표준화 계수는 $-.05$, 95% Bias-Corrected= $[-.10, -.01]$ 이었고, 우울의 비표준화 계수는 $.17$, 95% Bias-Corrected= $[.08, .27]$ 이었다. 이는 어머니의 과보호와 청년 자녀의 주관적 안녕감, 심리적 안녕감과 관계에서 청년 자녀의 분리-개별화는 유의한 매개효과가 있었으며, 부정적 적응 지표인 우울에서도 매개효과가 유의한 것으로 검증되었다.

어머니의 분리불안과 어머니의 심리적 적응 간의 관계에서 과보호의 매개효과

청년 자녀에 대한 어머니의 분리불안이 어머니의 심리적 적응에 미치는 영향에서 어머니의 과보호의 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위해 부트스트랩 검증을 실시하여 그 결과를 표 4에 제시하였다. 어머니의 분리불안과 어머니의 심리적 적응 간의 관계에서 과보호의 매개효과를 검증한 결과, 주관적 안녕감의 비표준화 계수는 $-.84$, 95% Bias-Corrected= $[-2.14, .41]$ 이었고, 심리적 안녕감의 비표준화 계수는 $-.01$, 95% Bias-Corrected= $[-.07, .02]$ 이었고, 우울의 비표준화 계수는 $-.06$, 95% Bias-Corrected= $[-.00, .14]$ 이었다. 이는 어머니의 분리불안과 어머니의 심리적 적응의 관계에서 과보호의 매개효과가 유의하지 않은 것으로

검증되었다.

논 의

본 연구는 부모-자녀 관계가 인생에서 매우 중요한 인간관계이지만, 부모가 성인이 된 청년 자녀를 여전히 과보호하는 것은 사회적 문제가 될 수 있다는 지적에서 출발하였다 (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014). 본 연구에서의 주된 관심은 청년 자녀에 대한 어머니의 과보호가 어머니와 자녀 모두의 심리적 적응과 어떤 관계가 있는지 다양한 지표(주관적 안녕감, 심리적 안녕감, 우울)를 사용하여 살펴보고자 하였다. 이를 위해 어머니와 청년 자녀의 상호 데이터를 수집하여 두 유형의 매개 과정을 살펴보았다.

먼저 어머니의 과보호가 청년 자녀의 심리적 적응에 이르는 과정에서 청년 자녀의 분리-개별화가 유의한 매개효과를 갖는지 부트스트랩 분석을 실시하였다. 분석 결과, 어머니의 과보호와 청년 자녀의 주관적 안녕감, 심리적 안녕감과 관계에서 청년 자녀의 분리-개별화는 유의한 매개효과가 있었으며, 부정적 적응 지표인 우울에서도 유의한 매개효과가 있는 것으로 검증되었다. 이 결과는 부모의 과

표 4. 부스트래핑을 통한 어머니 과보호의 매개효과 검증

경로			Bootstrap 추정치		95% 신뢰구간 Bias-corrected	
독립변인	매개변인	종속변인	B	SE	하한	상한
어머니 분리불안	→ 어머니 과보호	→ 어머니 주관적 안녕감	-.84	.64	-2.14	.41
어머니 분리불안	→ 어머니 과보호	→ 어머니 심리적 안녕감	-.01	.02	-.07	.02
어머니 분리불안	→ 어머니 과보호	→ 어머니 우울	-.06	.03	-.00	.14

보호가 자녀의 심리적 적응에 부정적인 영향을 미친다는 선행 연구와 일치하는 결과이다(김병년, 최홍일, 2013; 김성희, 정옥분, 2011; 김진영, 2012; 박지현, 이명조, 2012; 임희수, 박성연, 2002; Schiffrin et al., 2014). 또한 이 결과는 과보호적 양육 태도는 자녀의 독립성과 자율성을 방해한다는 선행 연구들과 맥을 같이한다(기민희, 김미숙, 2014; 신민진, 하은혜, 2010; Benedek, 1970).

부모로부터의 분리-개별화는 청년기에 달성해야 할 중요한 발달과업이다(Blos, 1979; Hauser & Greene, 1991; Holmbeck & Leake, 1999; Lapsley & Edgerton, 2002; Levine et al., 1986; Super & Knasel, 1981). 따라서 청년기에 건강하게 이루어진 분리-개별화는 자녀의 심리적 적응에 긍정적인 영향을 미친다(김용희, 2009; 송무학, 2009; Holmbeck & Leake, 1999; Holmbeck & Wandrei, 1993; Lapsley et al., 1989; Mattanah et al., 2004). 한국 어머니의 과보호적 양육 태도는 자녀의 분리-개별화에 부정적 영향을 미치며, 분리-개별화는 청년 자녀의 심리적 적응에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 보여준 본 연구 결과는 향후 청소년 부모 교육에서 부모의 과보호에 대해 주의 깊게 다룰 필요가 있음을 시사한다.

기대와는 달리 본 연구에서 어머니의 분리불안이 어머니의 심리적 적응에 이르는 과정에서 과보호는 유의한 매개효과가 나타나지 않았다. 이 결과에 관해 두 가지를 고려할 수 있다. 첫째, 자녀에 대한 어머니의 과보호에는 자녀에 대한 사랑과 자녀에 대한 짐스러움이 공존하여 그 영향 방향이 뚜렷하지 않을 수 있다는 점이다. 한국 중년 여성에게서 자녀가 갖는 의미 연구에서 자녀가 기쁨의 원천이자 자신의 분신이며(조설애, 2016), 자신의 삶에서

최우선의 존재(김세연, 2013), 자녀와 자신의 경계의 모호성(나윤경 외, 2007), 어머니로서의 역할에 최선을 다해야 한다는 생각(손소영, 2013), 그리고 과보호를 통해 부모는 자녀와 함께 있다는 긍정적 지지를 느낄 수 있다는 결과(김지연, 오경자, 2011)는 이런 가능성을 지지해준다. 후속 연구에서는 한국 어머니의 자녀에 대한 과보호에 내포된 긍정과 부정의 양면성에 관한 보다 심도 있는 분석이 필요할 것으로 보인다. 둘째, 어머니의 분리불안과 자녀에 대한 과보호의 관계가 선명하지 않은 것은 분리불안과 과보호는 서로 영향을 주는 변인일 가능성도 있다. 분리불안이 높아 자녀를 과보호할 수도, 과보호를 하다 보니 분리불안이 높아질 수도 있다. 앞으로 추후 연구를 통해 두 변인 간의 관계에 대한 고찰이 필요할 것으로 보인다.

매개효과 분석에서는 어머니의 분리불안이 어머니의 심리적 적응에 이르는 과정에서 자녀에 대한 과보호가 유의한 변인으로 검증되지 않았지만 어머니의 과보호와 심리적 적응과의 단일 회귀 분석 결과는 유의한 관계가 있음을 보여주었다. 참고적으로 수행한 회귀 분석에서 설명력은 높지 않았지만, 어머니의 과보호는 어머니의 주관적 안녕감[$\beta = -.19, p < .001$]과 심리적 안녕감[$\beta = -.19, p < .001$], 그리고 우울[$\beta = .20, p < .001$]을 유의하게 설명하는 변인으로 나타났다. 이는 자녀로 향한 어머니의 과보호는 자녀의 분리-개별화에 부정적 영향을 미칠 뿐만 아니라 어머니 자신의 심리적 적응에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사하는 것으로, 자녀에 대한 사랑의 표현으로 행하는 어머니들의 과보호에 대한 태도에 재고가 필요함을 시사한다(김지연, 오경자, 2011; Schiffrin et al., 2014).

마찬가지로 매개효과 분석에서 어머니의 분리불안과 자녀에 대한 과보호 및 심리적 적응간의 유의한 매개효과가 검증되지 않았지만, 회귀 분석 결과 어머니의 분리불안은 자녀에 대한 어머니의 과보호를 설명하는 유의한 변인으로 나타났다. 어머니의 분리불안은 청년 자녀에 대한 어머니의 과보호를 28% 설명하였으며 [$\beta=.53, p<.001$], 이는 어린 아동에 대한 어머니의 분리불안이 높을 때 과보호적 양육 태도를 보인다는 선행 연구와 맥을 같이 한다(김경미 외, 2005; 김춘경, 2000; 소연주, 도현심, 2001; Levy, 1970; Patterson, 1929). 그리고 설명력은 높지 않았지만, 어머니의 분리불안은 어머니의 주관적 안녕감 [$\beta=-.21, p<.01$] 과 심리적 안녕감 [$\beta=-.25, p<.001$], 그리고 우울 [$\beta=.20, p<.01$]을 유의하게 설명하는 변인으로 나타나 어머니의 분리불안이 심리적 적응과 관련된 유의한 변인임을 시사한다(김은형, 1995; Hock et al., 1995).

종합하면, 성인이 된 청년 자녀를 과보호하는 것은 자녀의 분리-개별화를 방해하여 자녀의 심리적 적응을 손상할 수 있다. 매개효과 검증은 유의하지 않았지만, 회귀 분석에서 자녀에 대한 과보호가 어머니 자신의 심리적 적응에도 부정적 영향을 미칠 수 있다는 결과는 자녀에 대한 사랑의 이점으로 과보호의 취약성을 보여준다. 이는 향후 우리나라 부모의 자녀 사랑에 대한 보다 심층적 연구가 필요함을 시사한다.

부모와 자녀는 서로에게 영향을 주는 존재이다. 부모와 자녀 간의 상호성이 중요함에도 불구하고 어머니와 자녀의 자료를 상호 데이터로 사용한 연구는 거의 없다. 본 연구는 부모의 과보호가 자녀에게 미치는 영향을 살펴 보기 위해 부모와 자녀의 자료를 모두 수집했

다는 것에 큰 의의가 있다. 또한 기존의 과보호 척도가 자녀 위주의 지각된 과보호였다면 본 연구는 자녀에 대한 과보호를 어머니를 통해 수집했다는 점에서 의의가 있다 할 것이다. 즉, 본 연구는 어머니의 과보호 정도를 어머니에게서 측정하여, 측정된 과보호 정도가 어머니 자신의 심리적 적응이나 분리-개별화를 통한 자녀의 심리적 적응에 영향을 주는지 상호적 자료 분석을 시도했다는 점에서 큰 의의가 있다 하겠다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 청년 자녀를 둔 중년 어머니에 관한 연구인데, 자녀의 평균 연령이 만 19.39세인 대학생들이었다. 현실적으로 대학생은 부모에게 경제적으로 의존을 해야 하는 상황이므로 본 연구에 참여한 연구 대상을 심리적으로 독립한 성인 자녀라고 일반화하기에는 무리가 있다. 현재 우리나라에서는 결혼하지 않고 취업하지 않은 30대 자녀에게도 부모는 여전히 과보호하는 사례도 발생하고 있다. 따라서 앞으로 연구 대상을 확대하여 부모의 과보호에 관한 연구가 필요할 것이다. 둘째, 본 연구에서 사용된 어머니의 과보호 척도는 '자녀가 지각하는 부모의 과보호' 척도를 수정하여 사용한 것이다. 따라서 어머니가 자녀에게 행하고 있는 과보호를 측정할 수 있는 유용한 척도 구성을 위해서는 부모가 자녀에게 실제로 하고 있는 과보호의 내용에 대한 수집과 이런 행동들이 자녀에게 과보호로 느껴지는지에 대한 내용 분석이 필요할 것으로 보인다. 즉, 향후 연구에서는 청년 자녀를 둔 부모가 실제로 행하는 과보호적 양육 태도를 측정할 수 있는 정확한 척도를 개발할 필요가 있다. 셋째, 자녀를 향한 어머니의 과보호는 단순히 어머니 자신의 문제뿐

아니라 다른 관계 변인과 연계될 수 있다. 향후 어머니의 과보호와 관련된 추가 변인을 찾거나 이 변인을 유발하는 다른 변인들을 찾는 작업이 필요할 것이다.

끝으로, 부모가 자녀와 분리되는 것에 대해 두려움을 느끼는 것이 부모 입장에서는 자녀에 대한 사랑에 근거한 것일 수 있다. 그런 점에서 분리불안이란 용어는 부모 입장에서는 적절하지 않을 수 있다. 어머니가 느끼는 분리불안의 기저에는 불안감보다는 자녀에 대한 걱정과 염려가 주를 이룰 수 있다. 따라서 어머니 입장에서 성인 자녀와 떨어지는 것을 분리불안으로 개념화하는 것이 적절한지에 관한 논의가 필요할 것이다. 본 연구를 시작으로 중년 어머니와 청년 자녀 간의 바람직한 관계 형성에 관한 의미 있는 연구가 풍성해지길 기대한다.

참고문헌

- 강선모, 임혜경 (2012). 대학생의 과보호 및 부모화 경험이 내현적 자기에 성향에 미치는 영향. 청소년학연구, 19(4), 53-78.
- 강원철, 김소연 (2016, 1, 18). [저성장시대 행복리포트] 한국인 47%만 “행복하다” 조사 4개국 중 꼴찌. 한국일보.
- 기민희, 김미숙 (2014). 어머니의 과보호와 아동의 자아탄력성 및 학교생활 적응 간의 관계: 초등학교 4, 5, 6 학년 아동을 중심으로. 학교사회복지, 29, 585-612.
- 김경미, 박범혁, 김영희 (2005). 과보호적 양육 행동에 관련된 어머니와 아동의 특성. 놀이치료연구, 9(1), 23-37.
- 김미경 (2008). 대학생의 취업가능성 인지가 불안수준에 미치는 영향. 경기대학교 대학원 석사학위논문.
- 김병년, 최홍일 (2013). 과보호적 부모양육태도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에 대한 자기통제력의 매개효과. 사회과학연구, 29(1), 1-25.
- 김성희, 정옥분 (2011). 아동이 지각하는 어머니의 과보호와 아동의 정서조절능력 및 또래관계: 정서조절능력의 매개효과를 중심으로. 인간발달학회, 18(3), 69-92.
- 김세연 (2013). 한국 성인의 어머니-자녀 관계: 문화적 분석. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영호 (2004). 대학생들의 운동행동 변화의 단계에 영향을 주는 심리적 변인. 한국스포츠심리학회지, 15(4), 33-49.
- 김용희 (2009). 아동의 부모 분리개별화와 애착이 긍정 정서 및 부정 정서에 미치는 영향: 행동적 자율성의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 14(1), 107-124.
- 김은형 (1995). 어머니의 역할관과 역할갈등이 어머니 격리불안에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 김주원 (2009). 부모-자녀 간 의사소통이 아동의 완벽주의 및 대인관계에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김주희, 한세영 (2012). 어머니의 반응성과 교사-유아의 친밀감 및 어머니-교사 협력의 질이 유아의 사회적 유능성에 미치는 영향. 생활과학연구논총, 16, 23-34.
- 김지연, 오경자 (2011). 부모의 과보호가 성인 자녀의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 30(3), 647-661.
- 김지은 (2015, 7, 28). 스스로 목숨 끊는 미국 명문대생들 배경엔 ‘잔디깎기 맘’. 한겨레.

- 김진영 (2012). 대학생이 지각한 부모양육태도와 자아분화 및 자아존중감 간의 관계: 기독교인 대학생과 비기독교인 대학생을 중심으로. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 김춘경 (2000). 기초연구: 부모의 과잉보호가 '아동의 성격발달에 미치는 영향에 관한 개인심리학적 분석. 놀이치료연구, 4(1), 35-49.
- 나윤경, 태희원, 장인자 (2007). 자녀 사교육을 통한 모성 구성과정-평생학습자로서의 성인 여성에 대한 이해의 한 방식. 평생교육학연구, 13, 55-87.
- 민선희 (2016, 5, 21). [확인취재] 헬리콥터맘의 '황당한' 자녀 사랑, 대학, 취업, 군대, 결혼? 엄마만 믿고 따라와!. 중앙일보.
- 박영신, 김의철 (2004). 한국인의 부모 자녀 관계: 자기 개념과 가족 역할 인식의 토착 심리 탐구. 서울: 교육 과학사
- 박지현, 이명조 (2012). 대학생이 지각한 모의 양육태도와 심리적 안녕감의 관계에서 자기위로능력의 매개효과. 한국심리학회지: 발달, 25(2), 1-19.
- 서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 25(1), 96-114.
- 서주연 (2008). 어머니의 대상 신뢰가 청소년 자녀와의 분리불안, 의사소통 및 분화 수준에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 서주연, 정남운 (2011). 청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 387-403.
- 소언주, 도현심 (2001). 어머니의 분리불안: 어머니의 특성, 아동의 초기 기질 및 과보호적 양육행동과의 관계. 대한가정학회지, 39(11), 209-222.
- 송소영 (2013). 아버지 역할이 나타난 TV 광고 분석 연구. 기초조형학연구, 14(5), 219-227.
- 송무학 (2009). 청소년기의 애착과 분리개별화에 따른 긍정정서와 부정정서 경험의 차이: 행복감 및 자신감, 우울 불안을 중심으로. 광주여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 송애란, 송승민, 이사라 (2015). 영아의 기질, 교사의 민감성 및 어머니의 분리불안이 영아의 어린이집 적응에 미치는 영향. 생애학회지, 5(1), 37-53.
- 신민진, 하은혜 (2010). 어머니의 과보호적 양육태도와 청소년 불안의 관계에서 부정적 인지의 매개 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 459-477.
- 신서연 (2011). 한국어판 단축형 the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) 들의 타당성 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 신관섭, 윤영선 (2014). 대학생이 인지한 부모의 과보호성향이 대학생생활만족에 미치는 영향. 한국엔터테인먼트산업학회논문지, 8(1-특집호), 105-112.
- 안지영, 도현심 (1998). 자녀 양육행동, 아동의 낮가림 경험 및 분리불안과 어머니의 분리불안. 대한가정학회지, 36(8), 13-20.
- 양숙경, 문혁준 (2010). 어머니의 분리불안, 교사-영아관계가 만 1·2 세반 아동의 어린이집 적응에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 28(2), 131-146.
- 옥선화 (1989). 현대 한국인의 가족주의 가치에

- 대한 연구. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.
- 유계숙 (2014). 헬리콥터부모역할이 대학생 자녀의 출산의향과 희망자녀수에 미치는 영향. *청소년시설환경*, 12(3), 5-12.
- 유민아, 이주리 (2011). 어머니의 격리불안 및 양육태도가 영아의 보육시설 적응에 미치는 영향. *다문화콘텐츠연구*, 11, 333-356.
- 유현숙 (2006). 어머니의 격리불안과 양육태도 및 자녀의 어린이집 적응과의 관계. *우석대학교 대학원 석사학위논문*.
- 유현숙, 고선옥 (2009). 어머니의 분리불안과 양육행동이 자녀의 어린이집 적응에 미치는 영향. *아시아아동복지연구*, 7(2), 17-34.
- 윤명숙, 이희정 (2013). 직장 내 집단따돌림이 자살생각에 미치는 영향. *정신보건과 사회사업*, 41(3), 34-62.
- 윤성연, 정경미 (2014). 대학생 자녀가 지각한 부모의 과보호 양육수준과 자녀의 도덕성 간 관계. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 20(4), 307-328.
- 이선이, 이여봉, 김현주 (2008). 부모와 청소년 자녀의 성별에 따른 지지적·통제적 양육 행동. *한국인구학*, 31(2), 45-76.
- 이우영 (2015). 분리불안 아동에 대한 해결중심 치료적 적용 - 말러(Mahler)의 분리개별화 이론을 중심으로. *해결중심치료학회지*, 2 (1), 21-40.
- 이원영 (1998). 한국인의 심리에 비추어 본 양육태도. *한국교육문제 연구논문집*, 13(1), 1-18
- 임희수, 박성연 (2002). 어머니가 지각한 아동의 기질, 어머니의 정서조절 및 양육행동과 아동의 정서조절간의 관계. *아동학회지*, 23(1), 37-54.
- 장근영, 윤진 (1992). 청소년기 자아중심성. *한국심리학회지: 발달*, 5(1), 157-175.
- 장혜경, 최외선 (2006). 분리불안으로 인한 등교거부 아동의 가족미술치료 사례. *한국미술치료학회: 미술치료연구*, 13(1), 1-22.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응. *한국심리학회지: 발달*, 15(1), 101-121.
- 전숙영, 한유진 (2013). 어머니의 과보호와 청소년의 불안 및 공격성간의 관계에 대한 상위인지의 매개효과: 걱정통제 불능성/위험에 대한 부정적 신념 및 인지적 자신감 부족을 중심으로. *아동과 권리*, 17(2), 285-308.
- 정선경 (2011). 분리개별화와 우유부단의 관계에서 자기존중감과 자기개념 명확성의 매개효과. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 정은영, 장성숙 (2008). 청소년이 지각한 어머니의 과보호 척도 개발: 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석 결과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(2), 293-312.
- 조명희, 박수선 (1999). 자아분화 수준에 따른 대학생활적응. *학생생활연구*, 17(1), 81-95.
- 조설애 (2016). 가족 의미의 양면성과 행복과의 관계: 중년 부모와 청년 자녀를 중심으로. *부산대학교 대학원 박사학위논문*.
- 조윤주 (2007). 생산적 활동과 이에 대한 가족의 지지가 여성 노인의 심리적 안녕감에 미치는 영향. *한국인구학*, 30(2), 23-44.
- 최미혜 (2015). 부모의 헬리콥터형 양육태도가 대학생 자녀의 친구관계, 공동체의식에 미치는 영향 연구. *자아정체감의 매개효과를 중심으로*. *GRI 연구논총*, 17(2), 181-205.
- 최상진, 김혜숙, 유승엽 (1994). 부자유친 성격

- 과 자녀에 대한 영향력. *한국심리학회 연차 학술발표 논문집*, 1994(1), 65-82.
- 최은아, 이희선 (2012). 어머니의 성인애착과 분리불안이 유아의 자기조절력에 미치는 영향. *한국보육학회지*, 12, 133-150.
- 허서옥, 전예화 (2001). 어머니의 격리불안과 영아의 어린이집 적응 간의 관계. *인제논총*, 16(1), 287-296.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Benedek, T. (1970). Motherhood and nurturing. In E. J. Anthony, & T. Benedek (Eds.), *Parenthood: Its psychology and psychopathology* (pp. 153-166). Boston: Little Brown.
- Blos, P. (1979). *The adolescent passage*. NY: International Universities Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. London: Gogarth Press.
- Bradburn, N. M., & Caplovitz, D. (1965). *Reports on happiness: A pilot study of behavior related to mental health* (3th edition). NY: Oxford University Press.
- Bradley-Geist, C. J., & Olson-Buchanan, J. B. (2014). Helicopter parents: An examination of the correlates of over-parenting of college students. *Education+Training*, 56(4), 314-328.
- Deater-Deckard, K., Scarr, S., McCartney, K., & Eisenberg, M. (1994). Paternal separation anxiety: Relationships with parenting stress, child-rearing attitudes, and maternal anxieties. *Psychological Science*, 5(6), 341-346.
- DeMeis, D. K., Hock, E., & McBride, S. L. (1986). The balance of employment and motherhood: Longitudinal study of mothers' feelings about separation from their first-born infants. *Developmental Psychology*, 22(5), 627-632.
- Doh, H. S., & Falbo, T. (1999). Social competence, maternal attentiveness, and overprotectiveness: Only children in Korea. *International Journal of Behavioral Development*, 23(1), 149-162.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. NY: Norton & Co.
- Fay, J., & Cline, F. (1990). *Parenting with love and logic: Teaching children responsibility*. Colorado Springs, CO: Navpress.
- Fein, G. G., Gariboldi, A., & Boni, R. (1993). The adjustment of infants and toddlers to group care: The first 6 months. *Early Childhood Research Quarterly*, 8(1), 1-14.
- Fingerman, K. L., Cheng, Y. P., Wesselmann, E. D., Zarit, S., Furstenberg, F., & Birditt, K. S. (2012). Helicopter parents and landing pad kids: Intense parental support of grown children. *Journal of Marriage and Family*, 74(4), 880-896.
- Hauser, S. T., & Greene, W. M. (1991). Passages from late adolescence to early adulthood. In S. I. Greenspan, & G. H. Pollock (Eds.), *The Course of Life: Vol. IV Adolescence* (pp. 377-405). Madison: International Universities Press.

- Hinde, R. A., & McGinnis, L. (1977). Some factors influencing the effects of temporary mother-infant separation: Some experiments with rhesus monkeys. *Psychological Medicine*, 7(02), 197-212.
- Hock, E., Eberly, M., Bartle-Haring, S., Ellwanger, P., & Widaman, K. F. (2001). Separation anxiety in parents of adolescents: Theoretical significance and scale development. *Child Development*, 72(1), 284-298.
- Hock, E., McBride, S., & Gnezda, M. T. (1989). Maternal separation anxiety: Mother-infant separation from the maternal perspective. *Child Development*, 60(4), 793-802.
- Hock, E., & Schirtzinger, M. B. (1992). Maternal separation anxiety: Its developmental course and relation to maternal mental health. *Child Development*, 63(1), 93-102.
- Hock, E., Schirtzinger, M. B., Lutz, M. B., & Widaman, K. (1995). Maternal depressive symptomatology over the transition to parenthood: Assessing the influence of marital satisfaction and marital sex role traditionalism. *Journal of Family Psychology*, 9(1), 79-88.
- Holmbeck, G. N., & Leake, C. (1999). Separation-individuation and psychological adjustment in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(5), 563-581.
- Holmbeck, G. N., & Wandrei, M. L. (1993). Individual and relational predictors of adjustment in first-year college students. *Journal of Counseling Psychology*, 40(1), 73-78.
- Lapsley, D. K., & Edgerton, J. (2002). Separation-individuation, adult attachment style, and college adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 80(4), 484-492.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & Shadid, G. E. (1989). Psychological separation and adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 36(3), 286-294.
- Lemoine, T., & Buchanan, T. (2011). "Does hovering matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418.
- Levine, J. B., Green, C. J., & Millon, T. (1986). The separation-individuation test of adolescence. *Journal of Personality Assessment*, 50(1), 123-139.
- Levy, D. M. (1929). A method of integrating physical and psychiatric examination: With special studies of body interest, overprotection, response to growth and sex difference. *American Journal of Psychiatry*, 86(1), 121-194.
- Levy, D. M. (1970). The concept of maternal overprotection. In E. J. Anthon, & T. Benedek (Eds.), *Parenthood* (pp. 387-409). Oxford, England: Little Brown.
- Lutz, W. J., & Hock, E. (1995). Maternal separation anxiety: Relations to adult attachment representations in mothers of infants. *The Journal of Genetic Psychology*, 156(1), 57-72.
- Mattanah, J. F., Hancock, G. R., & Brand, B. L. (2004). Parental attachment, separation-individuation, and college student adjustment: A structural equation analysis of mediational effects. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 213-225.
- McBride, S., & Belsky, J. (1988). Characteristics,

- determinants, and consequences of maternal separation anxiety. *Developmental Psychology*, 24(3), 407-414.
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Christensen, K. J., Evans, C. A., & Carroll, J. S. (2011). Parenting in emerging adulthood: An examination of parenting clusters and correlates. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(6), 730-743.
- Patterson, W. J. (1929). Separation of the lower femoral epiphysis. *Canadian Medical Association Journal*, 99(5), 756-761.
- Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. N. (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(8), 973-995.
- Peluchette, J. V. E., Kovanic, N., & Partridge, D. (2013). Helicopter parents hovering in the workplace: What should HR managers do? *Business Horizons*, 56(5), 601-609.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it?: Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering?: The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548-557.
- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Taylor, M. M. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Family Relations*, 61(2), 237-252.
- Silverberg, S. B., & Steinberg, L. (1990). Psychological well-being of parents with early adolescent children. *Developmental Psychology*, 26(4), 658-666.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological Methodology*, 13, 290-312.
- Super, D. E., & Knasel, E. G. (1981). Career development in adulthood: Some theoretical problems and a possible solution. *British Journal of Guidance & Counseling*, 9(2), 194-201.
- Symonds, P. M. (1939). *The Dynamics of parent-child relationships*. NY: Bureau of Publications Teachers College Columbia University.
- 1차원고접수 : 2016. 10. 15.
수정원고접수 : 2016. 11. 25.
최종게재결정 : 2016. 11. 29.

Relationships of Maternal Separation Anxiety, Overprotection, Separation-Individuation in Adolescent Children and Psychological Adaptation

In Yeong Lee

Young Sook Chong

Department of Psychology, Pusan National University

This study focused on examining the relationships between maternal overprotection, separation-individuation, and psychological adaptation in adolescents and the relationships between maternal separation anxiety, overprotection toward their adolescent child, and maternal psychological adaptation by analyzing data from 201 pairs of middle-aged mothers and their adolescent children who live in Busan. There was a strong positive correlation between maternal separation anxiety and overprotection toward their adolescent child. Maternal separation anxiety and overprotection were negatively correlated with psychological adaptation. As expected, maternal overprotection was negatively correlated with their adolescent child's separation-individuation. A bootstrap analysis indicated, that maternal overprotection had a negative effect on separation-individuation in their adolescent children and, in turn, children's separation-individuation had negative effects on adolescent children's subjective and psychological adaptation, but a positive effect on children's depression. Maternal overprotection had a negative effect on mothers' psychological adaptation. The need to reexamine the ambivalent role of maternal overprotection in Korean was discussed.

Key words : *overprotection, maternal separation anxiety, separation-individuation, psychological adaptation, adolescent child*