

자아분화가 심리적 안녕에 미치는 영향: 가족갈등대처행동, 기본 심리적 욕구 만족의 매개역할*

윤 성 민[†]

한양사이버대학교

본 연구에서는 자아분화가 심리적 안녕에 미치는 영향을 갈등대처행동과 기본 심리적 욕구 만족이 매개하는 구조모형을 검증하였다. 모형검증을 위해, 서울 및 경기 소재 남녀 오프라인 대학생들과 서울 소재 온라인 대학교 재학생들에게서 수집한 317명의 자료를 구조방정식 모델을 통해 분석하였다. 심리적 안녕은 삶의 만족도로 측정하였다. 5개 갈등대처행동 유형 중, 자아분화 및 기본심리적 욕구, 그리고 삶의 만족도와 모두 유의한 상관을 보인 이성적 대처와 회피를 매개변인으로 설정하여 각각을 독립모형으로 구분하여 분석하였다. 두 매개검증 모두, 갈등대처행동에서 종속변인으로 가는 경로를 설정한 가설모형을 두 변인 간의 경로를 뺀 비교모형과 비교하였다. 두 경우 모두, 모델 적합도는 자료에 부합하는 것으로 나타났으므로 간명한 모형을 최종모형으로 선택했다. 분석 결과, 자아분화 수준은 이성적 대처와 기본 심리적 욕구 만족에 순차적으로 영향을 미침으로써 삶의 만족도에 영향을 미쳤다. 하지만, 자아분화 수준은 회피와 기본 심리적 욕구 만족을 순차로 매개하여 삶의 만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 본 연구결과를 기반으로 상담 및 심리치료 실제에 주는 임상적 시사점, 의의, 본 연구의 제한점과 후속연구의 방향을 논하였다.

주요어 : 자아분화, 갈등대처행동, 기본 심리적 욕구 만족, 심리적 안녕, 매개

* 연구 데이터 자료는 2016년 상담학연구, 17권 1호에 게재된 논문에 사용되었음.

[†] 교신저자 : 윤성민, 한양사이버대학교 상담심리학과, (04763) 서울특별시 성동구 왕십리로 220

Tel : 02-2290-0381, E-mail : ysmpsy@hycu.ac.kr

2000년 전후로 심리학계에서는 개인의 정신적·심리적 병리의 원인을 넘어서서, 정신적 건강, 심리적 안녕과 행복 증진에 대한 관심이 확대되었다. 개인의 정신적 건강, 심리적 안녕과 행복에 영향을 미치는 요인들은 다양하지만, 집단주의 문화권에 속하는 한국인들에게는 가족관계 관련 변인이 개인의 행복에 영향을 미치는 매우 중요한 요인임에도 불구하고(김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석, 2003), 지금까지의 개인의 정신적 건강, 심리적 안녕과 행복 관련 연구들은 주로 자아탄력성, 자아존중감, 낙관성, 감사성향 등 서구 문화권에서 주로 연구되어지는 개인의 심리내적 변인들 위주로 연구되어져 왔다(김경민, 임정하, 2012; 박소정, 2009; 윤성민, 2012; 차주연, 2017). 본 연구에서는 개인의 심리적 안녕과 행복에 영향을 미치는 요인을 가족관계와 관련하여 살펴보고자 한다.

한 개인은 출생과 더불어 한 가족의 일원이 되며, 따라서 개인은 가족환경과 가족관계를 통해 성격, 인격, 사회적 태도, 신념, 가치관 형성의 과정에 가장 많은 영향을 받는다. 이렇게 형성된 개인의 생활양식은 사회적 관계나 사회적응 과정에 그대로 반영되어 지속적으로 영향을 미친다(Bitter, Christensen, Hawes, & Nicoll, 1988; Sherman & Dinkmeyer, 1987). 즉 가족은 모든 관계의 기본으로 가족관계의 경험이 행복해야 개인의 삶이 행복해진다. 하지만, 가족관계도 하나의 사회적 관계이므로 구성원들 사이의 갈등발생은 불가피하며 갈등 존재의 여부보다는 갈등을 어떻게 다루는가 하는 것이 더 중요하다고 볼 수 있다.

일반체계이론에서 발전한 가족체계이론에 의하면, 가족도 하나의 체계이므로 가족 구성원 간의 갈등 발생시, 직선적 인식론에 근거

하여 문제해결의 원인을 개인에게서 찾고 개인을 수정하려고 하기 보다는 각 구성원들을 가족이라는 전체 체계의 한 부분으로 보고 순환적 인식론에 근거하여 서로 간의 상호작용 패턴을 수정하는 게 더 바람직하다고 보고 있다(김유숙, 2016; Goldenberg & Goldenberg, 1985). 가령, 가족구성원들 간에 반복되는 갈등 발생 시, 좀 더 심각한 문제의 소유자라고 보이는 개인을 수정하려고 하는 대신, 반복되는 상호작용의 패턴, 악순환의 연속적 고리를 끊고 반응하는 방식을 바꾸는 데 역점을 둔다(Goldenberg & Goldenberg, 1985; Hartman, 1995). 즉 갈등에 대처하는 방식을 변화시킴으로써 당사자들의 상호작용 방식을 변화하는 데 초점을 둔다. 과거엔 한 개인의 심리적 문제나 어려움을 치료하기 위해 개인의 내적 역동을 다루는 전통적인 개인 심리치료적 접근을 선호했으나, 이러한 개인 치료적 접근의 효과에 한계를 경험하게 되면서, 1940년대 이후 이를 위한 해결책으로 대인관계적 모형인 가족치료적 접근이 추가되었다. 어려움이 있는 개인의 문제를 그들의 관계망 속에서 바라보면서, 가족 또는 그 이상을 개입의 대상으로 하는 심리적 원조인 가족체계이론에 기반한 관계 지향적 치료가 주목을 받아왔다.

가족체계이론의 대표적 모델 중 하나가 Bowen(1978)의 다세대 가족치료모델인데, Bowen 치료모델의 핵심 개념은 “자아분화”라는 개념이다. 자아분화는 개인의 심리내적 차원과 대인 관계적 차원을 모두 아우르는 개념이다(Bowen, 1976; Kerr & Bowen, 1988). Bowen에 의하면 자아분화는 개인의 인간적인 성숙도나 기능수준과 직결되는 개념이다(윤성민, 2014). 높은 자아분화 수준의 사람은 신중하고 융통성이 있고 독립적으로 사고하며, 사려가 깊다.

또한 분화가 잘 된 개인들은 스트레스 상황에 직면해서도 자율적으로 행동하며 기능적이고 가족변화를 야기할 힘을 갖고 있다(Bowen, 1976, 1978). 이에 반해, 낮은 자아분화 수준의 개인은 감정과 사고가 심하게 융합되어 감정의 세계에 쉽게 빠져 들거나, 정서에 의해 지배를 받고, 타인과 정서적으로 쉽게 융합되어 그들의 삶이 원가족에 머물러 그 위치에 정서적으로 고착되어 있고(Kerr & Bowen, 1988), 스트레스 상황에서 고착된 가족구성원들과 만성적 불안을 함께 경험하는 등 쉽게 역기능적이 된다. 자아분화 수준이 높은 사람은 사고와 정서를 쉽게 분리할 수 있고 균형을 이룰 수 있어서, 신념에 따라 행동하고, 타인의 가치나 신념을 존중하며, 타인과 친밀한 관계를 유지할 수 있고, 목표지향적인 것으로 알려져 있다(윤성민, 2014; 이신숙, 2000; 한영숙, 2007).

자아분화는 개인의 심리적 안녕과 관련된 대표적인 특성변인의 하나로 꼽힌다(조은경, 정혜정, 2008). 그렇다면 자아분화 수준이 높은 개인은 어떤 기제를 통해 심리적 안녕이 높아지는가, 반면에 자아분화 수준이 낮은 개인은 어떤 과정을 통해 심리적 안녕이 낮아지는가에 대해서 알아볼 필요가 있다. 이는 상담의 실무에서 자아분화 수준이 낮은 개인에게 개입의 초점을 어디에 둘 것인지에 대한 중요한 정보를 제공해 준다는 점에서 탐색해 볼 가치가 있다. 더구나 위 선행 연구들에서와 같이, 자아분화를 하나의 특성변인으로 본다면, 자아분화가 개인의 심리적 건강이나 행복에 영향을 미치는 것이 분명하더라도 변화를 도출해내기가 쉽지는 않다는 의미이다. 특성변인은 시간의 흐름에도 비교적 안정적이고 변화가 쉽기 않기 때문이다. 때문에 보웬의 가족치료에서도 가족관계에 문제가 있을 시,

가족구성원 모두를 상담에 오도록 하여 모든 구성원들에게 변화를 시도하기 보다는 가족구성원 중 분화 수준이 비교적 높은 개인만 치료에 오더라도 그 개인이 상호작용 방식을 변화하여 가족 전체에 변화를 유도하는 방식을 취한다. 자아분화 수준이 어떤 기제를 통해 개인의 심리적 안녕이나 심리적 건강에 영향을 미치는지 그 기제를 알게 되면, 자아분화 수준이 낮은 개인에게 치료적 개입을 시도할 때, 자아분화 수준을 높이기 위한 개입을 시도할 뿐 아니라, 그 과정 변인에도 동시에 개입의 초점을 맞추으로써 치료효과를 극대화할 수 있다.

자아분화와 함께 많이 연구되어 온 변인의 하나가 갈등대처행동이다. 갈등이란 가치, 목표, 욕구의 충돌상태 및 기대의 차이로 인해 발생하는 불일치(이미영, 박혜인, 1995) 또는 두 요소가 반대이거나 서로 타협이 불가능할 때 발생하는 것으로 정의할 수 있다. 갈등은 개인 내부에서도 발생 가능하고 두 사람 간의 대인관계에서도 양립할 수 없는 이해관계가 존재할 때 일어날 수 있다(이소미, 2009; 조유리, 2000). 갈등대처행동이란 문제나 갈등에 직면해서 그것을 해결하기 위해 효과적인 전략을 찾는 행동으로 정의된다(박정운, 2007; 이소미, 2009). 선행연구들은 개인의 자아분화 수준이 갈등대처행동에 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다(이소미, 2009; 이소미, 고영건, 2009; 이수희, 2004; 조은경, 정혜정, 2002; 2008; Feigal, 1985; Kear, 1978). 하지만, 이 두 변인 간의 관련성을 다룬 기존 선행연구들은 대부분 부부간 갈등 또는 이성파트너와의 갈등에 국한하여 연구되어졌다는 한계점이 있다. 가족관계 갈등은 부부관계에만 국한되는 게 아니라, 부모-자녀 간 갈등, 조부모-부모 간 갈

등, 형제-자매 간 갈등을 포함하므로 다양한 가족관계를 모두 포괄하는 개념으로 연구의 폭을 넓힐 필요가 있다.

한국의 가족형태는 과거엔 확대가족이 주류를 이루다가 1960년대부터 빠른 속도로 진행되어온 산업화, 근대화 과정을 거치면서 부부 중심의 핵가족으로 변화하였다. 하지만, 1990년대 이후 정보화, 세계화 과정을 통해 현대의 가족형태는 “포스트모던 유연가족”라고 불리는 새로운 가족형태, 즉 맞벌이가족, 한부모가족, 재혼가족, 독신, 동성가족, 다세대 가족, 입양가족, 대리모가족, 고령부부가족, 무자녀가족 등 다양한 유형의 가족형태를 포함하는 양상으로 변화하고 있어(김유숙, 2016; 정옥분, 정순화, 2016; 조홍식, 김인숙, 김혜란, 김혜련, 신은주, 2001; 한계희 등, 2015) 부부관계 뿐 아니라, 다양한 가족관계를 포괄할 수 있는 연구가 필요하다.

보웬의 자아분화라는 개념, 그리고 갈등대처행동 유형은 부부관계에만 국한된 개념이 아니라, 가족들 간의 관계를 포괄적으로 아우르는 개념임에도 불구하고, 이 두 개념의 관련성을 다룬 지금까지의 연구들이 부부 및 커플관계에 한정되었다는 점에 착안하여 본 연구에서는 기존 연구들과는 차별적으로 이들 개념을 가족관계 전체에 적용하여 연구하고자 한다. 또한 결혼 만족도가 아닌, 개인의 심리적 건강을 측정하는 좀 더 폭넓은 개념인 심리적 안녕에 미치는 영향에 대해 연구의 폭을 넓히고자 한다. 본 연구에서 심리적 안녕은 정신건강의 긍정적 측면을 대표하는 삶의 만족도를 통해 측정하고자 한다. 주관적 안녕감의 인지적 요소로 여겨지는 삶의 만족도는(Myers & Diener, 1995) 상황적 영향을 적게 받고 비교적 안정적이라고 여겨지므로 행복을

측정하는 지표로 널리 쓰인다(윤성민, 2016; Diener, Scollon, & Lucas, 2004).

자아분화에 대해 지금까지 이뤄진 많은 선행연구들은 자아분화 수준이 높은 사람들은 정신건강수준이 높음을 보여준다(손승희, 2000; 이은희, 2011; 이혜순, 2010; 제석봉, 1989; Hill, Hasty, & Moor, 2011; Krycak, Murduck, & Marszalek, 2012; Skowron, Stanley, & Shapiro, 2009). 자아분화는 심리적 복지를 예측하는 중요한 변인이었고(Bohlander, 1999; Charles, 2001), 낮은 자아분화 수준의 사람들은 우울 및 불안 수준이 높은 것으로 나타났으며(권미애, 김필숙, 박지현, 김태현, 2005; 김갑숙, 전영숙, 이철수, 2009; 배미예, 2008; Sabatelli & Anderson, 1991), 자아분화는 우울과 불안으로 측정된 심리적 디스트레스에 영향을 미치는 변인이었다(윤성민, 2014). 또한 부부의 자아분화 수준은 생활만족도에 영향을 미침을 보여주었다(김남진, 2005; 이신숙, 2000; 제석봉, 2002; Ng, 1991). 자아분화 수준은 개인의 주관적 안녕감의 인지적 요소인 삶의 만족도에 영향을 미치는 변인이었다(윤성민, 2016). 이상을 토대로 자아분화는 심리적 안녕에 영향을 미치는 변인인 것을 알 수 있다. 자아분화가 심리적 안녕에 영향을 미치게 되는 기제를 설명하는 때 개변인으로 본 연구에서는 갈등대처방법과 기본 심리적 욕구만족을 설정하고자 한다. 근거는 다음과 같다.

“기본 심리적 욕구만족”이란 개념은 Deci와 Ryan(2000)의 ‘자기결정성이론’의 미니이론 중 하나인 ‘기본 심리 욕구 이론(basic psychological needs theory)’에 바탕을 둔 개념으로 이 이론에서는 인간이 자율성, 유능감, 관계성의 세 가지 기본 심리적 욕구를 갖는다고 주장한다(윤성민, 2016). 자율성은 자신의 의지, 자발성,

주체성에 따라 행동하는 정도를 뜻한다. 스스로 목표를 세우고 자신의 진정한 가치관과 관심에 따라 행하는 것, 행동의 주체가 자신에게 있다고 느끼는 것을 뜻한다(한소영, 2010). 유능감은 습득된 기술이나 능력 자체라기보다 행동에서의 자신감과 효능감을 느끼는 것을 의미하며, 사회적 환경과의 지속적인 상호작용에서 효율적이라고 느끼고 자신이 유능하다는 것에 대한 주관적인 경험을 의미한다(Ryan, 1995). 관계성은 타인과 연결되어 있고, 타인과의 상호작용을 통해 신뢰롭고, 돌보고 돌봄 받는 느낌을 말한다(Deci & Ryan, 2000; Ryan, 1995). 인간 유기체는 이 세 욕구를 선천적으로 갖고 태어나는데 이 욕구들이 지속적으로 만족될 때 개인의 자기결정성이 높아지고 내재적 동기가 유발되어 삶의 만족감과 심리적 만족감을 경험하게 된다고 가정한다(윤성민, 2014; 2016; 한소영, 신희천, 2010; Deci & Ryan, 2000). 앞에서도 언급했듯이, 자아분화의 개념적 정의를 볼 때, 자아분화는 자율성, 관계성, 유능감과 관련이 있을 것으로 보이며(조은경, 정혜정, 2002), 윤성민(2014; 2016)의 연구에서 개인의 자아분화 수준은 기본 심리적 욕구만족을 매개로 심리적 디스트레스 및 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타남으로써, 자아분화가 자율성, 유능감, 관계성의 “세 기본 심리적 욕구만족”에 영향을 미침을 경험적으로 보여주었다. 이상을 근거로 자아분화와 기본 심리적 욕구만족 간의 관계를 설정하였다.

앞에서도 언급했듯이, 많은 연구들은 개인의 자아분화 수준이 부부간의 갈등대처행동에 영향을 미침을 보여주고 있다(유희남, 김영희, 2011; 이소미, 2009; 이소미, 고영진, 2009; 조은경, 정혜정, 2002; 2008; 한미향, 2000). 가족

갈등의 개념적 정의에 대해서는 갈등 이론적 입장에서 바라보는 Sprey(1971)의 관점과 갈등을 긍정적인 관점에서 바라보는 기능주의적 입장(김재경, 1992; Corser, 1956) 등 거시적 관점도 있지만 본 연구에서는 Galvin과 Brommel(1986)이나 Coleman(1984) 같은 학자들이 가족원들 간의 심리적인 측면에 강조점을 둔 가족갈등의 정의에 초점을 두고자 한다. Galvin과 Brommel(1986)은 “가족 내 두 사람 이상의 구성원들이 자신의 욕구가 상대방과 상충된다고 생각하는 과정”을 가족갈등이라고 보았다. Coleman(1984)은 부부갈등을 “부부간에 상충되는 욕구, 목표, 기대의 불일치”라고 정의했다(조유리, 2000에서 재인용). 갈등대처행동의 유형은 학자에 따라 다양하게 분류되고 측정되어 왔다. 여러 학자들의 다양한 분류를 종합해보면, 갈등대처행동 유형은 자신의 기대와 욕구를 충족시키려고 노력하는 정도인 ‘자기에 대한 관심’과 상대방의 기대와 욕구를 충족시키려고 노력하는 정도인 ‘타인에 대한 관심’의 두 차원으로 나눌 수 있다(서해인, 2015; Rahim & Bonoma, 1979). 대개는 대인간 갈등상황에서 이 두 차원의 욕구를 적절히 충족시키며 균형을 찾아가는데, ‘자기에 대한 관심’을 충족하는 과정에서는 자율성, 유능감의 욕구가 채워지고, ‘타인에 대한 관심’을 충족시키는 과정에서는 관계성의 욕구가 충족될 것으로 추론된다. 종합하면, 가족갈등이란 가족원 각자의 개인적인 욕구나 차이에서 출발할 수 있다는 점과 갈등해결과정은 결국 이것이 투쟁이든 조절이든 간에 가족원 서로의 욕구에 맞도록 조율해가는 과정이라 볼 수 있다(조유리, 2000). 그렇다면 갈등 발생 시, 어떤 해결 및 대처방식을 선택하는가에 따라 기본 심리적 욕구인 자율성, 유능감, 관계성 욕구의 충

족 정도는 달라질 것이라 추론해 볼 수 있다. 이에 대한 실증적 결과도 있다.

분노대처행동과 기본 심리적 욕구 충족, 주관적 안녕감의 관계를 살펴본 서수균과 김윤희(2013)의 연구에서 분노대처행동의 5개 하위 유형 중, 이성적 대처와 회피는 각각 기본 심리적 욕구만족을 완전매개 하여 주관적 안녕감에 영향을 미침을 보여주었다. 즉, 이성적 대처와 회피는 각각 삶의 만족도와 정적, 부정적 정서로 측정된 주관적 안녕감에는 직접적으로 유의한 영향을 미치지 않았으며, 기본 심리적 욕구만족을 거쳐서 주관적 안녕감에는 간접적으로만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 서수균과 김윤희(2010; 2013)는 분노대처행동을 적응적 분노대처행동인 이성적 대처, 기분 전환, 정서적 해소(털어놓기)와 부적응적 대처행동인 공격적 표현과 회피로 분류했다. 이중 이성적 대처와 회피는 최규련(1994)이 갈등대처행동을 외부도움요청, 신앙에 의지, 이성적 대처, 감정 표출 및 행동 표출, 회피로 분류한 유형에서의 이성적 대처 및 회피와 동일한 개념이다. 이와 같은 가족갈등, 갈등대처행동, 기본 심리적 욕구만족에 대한 학자들의 정의 및 이론적 설명과 연구결과를 근거로, 갈등대처행동의 일부 유형인 이성적 대처와 회피는 기본 심리적 욕구의 만족에 영향을 미칠 것으로 보고 본 연구에서는 이들 변인 간의 관계성을 설정하여 검증하고자 한다. 나머지 다른 갈등대처유형에 관해서는 변인들 간의 상관분석을 통해 관련성을 탐색해보고자 한다.

기존 연구들은 갈등대처방식이 심리적 건강과 안녕에 영향을 미침을 시사한다. 갈등대처방식은 이성적으로 문제를 파악하고 해결하려고 노력하는 문제중심대처와 화를 내는 등 감정적으로 대처하는 정서중심대처, 그리고 문

제를 회피하는 방식으로 대처하는 회피적 대처로 분류되기도 하는데(Lazarus & Folkman, 1984), 문제해결중심대처 및 이성적 대처를 사용하는 사람들이 더 적응적이라는 결과가 일관적으로 보고되었다(서수균, 김윤희, 2013; Carver et al., 1993; Ebata & Moos, 1991; Osowiecki & Compas, 1998). 회피적 대처는 심리적 건강과 안녕에 부정적 관련이 있음을 보여주는 연구들이 있다(서수균, 김윤희, 2013; 이은경, 송미경, 양난미, 이동훈, 2016). 이은경 등(2016)의 연구에서는 회피에착과 삶의 만족도의 관계를 문제해결중심 전략과 회피 전략이 부분 매개하는 것으로 나타나, 문제해결전략의 사용이 높을수록 삶의 만족도가 높아지고 회피전략의 사용이 높을수록 삶의 만족도가 낮아짐을 보여주었다. 김혜정과 백용매(2006)의 연구에서는 문제해결중심 대처가 생활 만족도와 정적 상관을 보였고, 함경애, 변복희, 천성문(2011)의 연구에서도 문제해결중심대처는 심리적 안녕감과 정적 상관을 보였다. 갈등을 무시하거나 회피하는 대처방식은 우울과 관련이 높았고(김은정, 김진숙, 2010; Ben-Zur, 2009; Mould, Kandris, Starr, & Wong, 2007), 긍정적 정서를 덜 경험하는 것으로 보고됨(Ben-Zur, 2009)으로써 갈등대처행동은 심리적 안녕과 관련이 있음을 보여주었다.

그러나 이런 연구들은 대부분 두 변인 간의 상관 또는 직접적 관계에 초점을 맞췄을 뿐, 그들 간의 관계를 설명하는 기제에 대해 고려한 연구는 제한적이다. 서수균과 김윤희(2013)의 연구가 이들 두 변인 간의 관계를 설명하는 기제를 설정하여 매개효과를 검증했는데, 이성적 대처와 회피는 각각 주관적 안녕감에 직접적인 영향은 미치지 않고, 기본 심리적 욕구만족을 완전매개 하여 주관적 안녕감에

영향을 미쳤다. 따라서 이러한 연구결과들을 기반으로 갈등대처행동 중 이성적 대처와 회피가 기본 심리적 욕구만족을 매개로 하여 심리적 안녕에 영향을 미칠 것으로 보았다.

기본 심리적 욕구만족과 삶의 만족도 및 심리적 부적응을 포함하는 심리적 안녕의 관계에 관해서는 지금까지 많은 연구들이 이루어졌다(Baard, Deci, & Ryan, 2004; Hahn & Oishi, 2006; Reis, Sheldon, Gable, Roscoe, & Ryan, 2000; Sheldon, Ryan, & Reis, 1996; Sultan, 2010). 자기결정성이론에서는 자율성, 유능감, 관계성, 세 욕구의 충족이 개인의 삶의 만족도에 중요한 영향을 미치는 주요 심리적 변인이라고 말한다(Deci & Ryan, 2000; 2002). 연구결과들은 자율성, 유능감, 관계성 욕구의 만족이 삶의 만족도에 중요한 영향을 미침을 실증적으로 보여 주고 있다(김민선, 2014; 김성수, 2015; 윤성민, 2014; 2016; 한소영, 신희천, 2009; Deci et al., 2001; La Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000; Patrick, Knee, Canevello, & Lonsbary, 2007; Sheldon & Elliot, 1999; Wei, Shaffer, Young, & Zakalik, 2005). Ng와 동료들(2012)의 메타분석 연구에 의하면, 개인이 자율성, 유능성 욕구를 많이 지각할수록 높은 수준의 삶의 만족, 삶의 질, 활력, 건강행동을, 그리고 낮은 수준의 우울과 불안을 예측하는 것으로 나타났다. Chen과 동료들(2015)이 중국, 벨기에, 미국, 페루의 후기 청소년들을 대상으로 한 연구에서 기본 심리적 욕구만족 및 좌절은 문화적 배경이나 욕구 강도의 개인차에 상관없이 일관적이고 동등한 정도로 심리적 안녕감 및 정신병리를 예측하는 것으로 나타났다. 국내에서도 김성수(2015)가 청소년들을 대상으로 한 연구에서 기본 심리적 욕구는 생애목표를 매개로 하여 심리적 안녕감과 우울에 영향을

미치는 것을 발견했다. 윤성민(2014; 2016)은 기본 심리적 욕구만족이 심리적 디스트레스 및 삶의 만족도에 영향을 미침을 밝혔다.

지금까지의 선행연구들 그리고 자아분화와 기본 심리적 욕구만족에 대한 학자들의 이론적 주장과 가설, 가족갈등 및 갈등대처행동에 관한 학자들의 설명과 개념적 정의를 토대로, 본 연구에서는 4개변인들 간의 관계를 설명하는 기제를 그림 1의 가설모형과 같이 설정하였다. 구체적 연구가설은 다음과 같다. 가설 1: 성인기의 자아분화 수준은 갈등대처행동 유형 중 이성적 대처와 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 심리적 안녕(삶의 만족도)에 영향을 미칠 것이다. 가설 2: 성인기의 자아분화 수준은 갈등대처행동 유형 중 회피와 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 심리적 안녕(삶의 만족도)에 영향을 미칠 것이다.

이 때 심리적 안녕은 삶의 만족도로 측정했다. 기존 선행연구들을 근거로 할 때, 1차 매개변인인 이성적 대처 및 회피는 결과변인인 심리적 안녕에 직접적 영향을 미칠 것으로 추론되므로, 이들 간의 경로를 설정한 모형을 가설모형으로 하였고, 앞서 언급한 서수균과 김윤희(2013)의 연구에서 완전매개효과가 확인된 것을 근거로 이들 간의 경로를 뺀 모형을 비교모형으로 설정하여 두 모델간의 적합도를 비교하고자 한다. 두 모델 중 어느 것이 적합한지를 아는 것은 개입의 초점을 어디에 둘지 확인하기 위해 중요하다. 본 연구의 목적은 성인들의 전반적인 심리적 안녕에 영향을 미치는 대표적 특성변인으로 알려져 있는 자아분화 수준이 심리적 안녕에 영향을 미치는 기제를 밝히는 것이다. 구체적으로는 자아분화 수준이 갈등대처행동과 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 심리적 안녕에 영향을 미

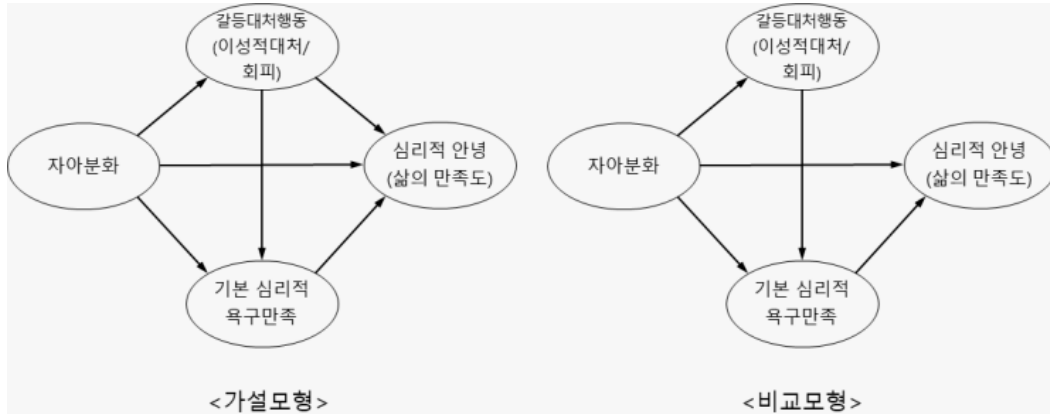


그림 1. 가설모형, 비교모형

치는지 검증하는 것이다. 그 기제를 안다면, 자아분화 수준이 낮아 심리적 안녕이 낮은 개인을 위한 개입을 시도할 때 개입의 초점을 자아분화에만 둘 것이 아니라, 매개변인에도 동시에 초점을 맞추으로써 개입효과를 더욱 높일 수 있으므로 매개변인의 확인은 매우 중요하다. 그럼에도 불구하고 자아분화가 심리적 안녕에 영향을 미치는 기제를 밝힌 사전연구가 제한적이라는 점, 갈등대처행동과 기본 심리적 욕구만족 간의 관련성을 밝힌 연구가 제한적임을 고려할 때, 이 변인들 간의 관계를 알아내는 연구는 의미가 크다. 더구나 지금까지 자아분화와 갈등대처행동 간의 관련성을 밝힌 연구들이 주로 부부 및 커플 간의 관계 갈등만을 다루었던 것에 비해 본 연구에서는 가족 내의 다른 관계까지 연구범위에 포함한 점, 그리고 기존연구들이 갈등대처행동이 결혼만족도 및 결혼적응에 미치는 영향을 주로 연구한 데 비해 본 연구에서는 개인의 심리적 건강을 다루는 좀 더 일반적인 지표인 심리적 안녕에 미치는 영향을 다룬다는 점에 큰 의미가 있다. 본 연구결과가 검증된다면, 그 결과는 자아분화 수준이 낮은 성인들의 심

리적 안녕을 높이는데 도움을 주기 위해 상담적 개입이나 교육 프로그램을 계획할 때, 무엇에 중점을 둘 것인지 고려할 때 반영할 수 있을 것이다.

방 법

연구대상

서울 및 경기 소재 남녀 오프라인 대학생들(심리학개론, 의대 및 간호학과, 80명)과 서울 소재 A온라인 대학교(교양과목-가족상담, 다양한 전공, 237명) 재학생들에게서 얻은 317명의 자료를 분석에 사용했다. 심리학 관련 수업 수강생들에게 설문 참여에 대해 공지하고, 수업 홈페이지 내 공지사항게시판에 설문조사 사이트를 공지한 후, 자발적 참여의사를 밝힌 학생들만 참여하였다. 설문에 응한 참여자들은 전국 각지의 거주자들이다. 설문수거는 Survey Monkey 온라인 설문조사 서비스를 통해 실시되었고 소요 시간은 20분 정도였다. 317명 중 여자가 257명(81.1%), 남자가 60명(18.9%)이

다. 연령은 만 20세 ~ 만 58세로 비교적 연령 분포의 폭이 넓다. 평균 연령은 36.79세($SD=9.62$)였고, 연령대별로는 20대 86명(27.1%), 30대 102명(32.2%), 40대 96명(30.3%), 50대 33명(10.4%)이었다.

측정도구

자아분화 척도(Differentiation of Self Scale: DSS)

자아분화 수준 측정을 위해 제석봉(1989)이 Bowen의 자아분화 척도를 우리나라 현실에 맞게 수정하여 제작한 척도를 사용했다. 총 36 문항, 5개 하위척도로 구성되며, 5점 리커트 척도 상에 평정한다. 역채점 문항이 포함되고, 5개 하위요인은 인지적 기능 대 정서적 기능, 자아의 통합, 가족투사과정, 정서적 단절, 가족 퇴행이다. 인지적 기능 대 정서적 기능 요인은, 점수가 높을수록 두 기능이 잘 분리되어 있고 지적 체계가 잘 작동함을 의미하고, 자아통합 요인은, 점수가 높을수록 자아통합이 잘 이루어졌음을 의미한다(제석봉, 1989). 가족투사과정의 경우, 점수가 높을수록 투사가 적게 이루어지는 가정에서 자랐음을 의미하고, 정서적 단절의 경우, 점수가 높을수록 정서적 단절이 적게 이루어졌음을 뜻한다. 가족퇴행 요인의 경우, 점수가 높을수록 가족퇴행정도가 낮은 가정에서 자란 것이다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 순서대로 .76, .73, .83, .82, .93이었다.

갈등대처행동 척도(Conflict-Coping Behavior Scale: C-CBS)

가족 간 갈등대처행동을 측정하기 위한 도구로, 최규련(1994)이 McCubbin, Larson과 Olsen

(1982)이 개발한 가족대처전략척도(F-Copes)와 Folkman과 Lazarus(1980)의 척도, 송말희(1990)의 척도 등을 참고로 하여 작성한 척도를 사용했다. 이 척도는 '외부도움요청'(예: "친척과 상의하거나 조언을 듣는다."), '신앙에 의지'(예: "교회나 성당, 절을 찾는다."), '이성적 대처'(예: "문제의 원인이 무엇인지 이해하려고 노력한다."), '감정 및 행동표출'(예: "화가 나면 참지 않고 화를 낸다."), '회피'(예: "일부러 늦게 귀가한다.")의 5개 하위영역으로 구성되고, 5점 척도 상에 평정한다. 점수가 높을수록 해당 대처행동의 사용 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 각 요인별 Cronbach's α 는 .66, .95, .84, .77, .77이었다.

기본 심리적 욕구만족 척도(The Basic Psychological Needs Satisfaction Scale-general version: BPNS-general version)

기본 심리적 욕구만족 정도를 측정하기 위한 도구로는 Ilardi, Leone, Kasser과 Ryan(1993)이 개발한 기본 심리적 욕구만족 척도(The Basic Psychological Needs Satisfaction Scale-general version: BPNS-general version)를 이명희와 김아영(2008)이 번안하고 타당화한 척도를 사용했다. 자율성, 유능성, 관계성의 세 차원으로 구성되고, 각 차원은 6문항으로 이뤄져 총 18문항으로 구성된다. 각 문항은 7점 척도로 평정하여 점수가 높을수록 자율성, 유능성, 관계성 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 순서대로 .86, .86, .87이었다.

삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)

삶의 만족도 측정을 위해서는 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 삶에

대한 만족감 척도를 이은경(2005)이 변안한 척도를 사용했다. 개인이 자신의 전반적인 삶에 대해 얼마나 만족하고 있는가 하는 인지적 안녕감을 측정하는 5문항으로 구성되며, 7점 리커트식 척도로 평정한다. 총점범위는 5-35점이고, 총점이 높을수록 삶에 대한 만족감이 높음을 의미한다. Diener 등의 연구에서 보고된 Cronbach's α 는 .87이었고, 이은경이 변안한 SWLS의 Cronbach's α 는 .85이었다. 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .90이었다.

요인분석

자료 분석에 앞서 4개 척도들을 개별적으로 요인분석을 하여, 요인부하량이 .30이하인 문항들을 제외하고 재정비하였다. 그 결과, 자아분화의 5개 요인 중, 자아통합 요인의 경우엔, 모든 문항들의 부하량이 매우 낮아(.19~.27) 요인구조가 깔끔하게 묶이지 않았다. 하여 자아통합에 속하는 모든 문항들을 제외시키고, 나머지 4개 요인들만 분석에 사용하였다.

자료분석

본 연구의 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 이용해 전반적 기술 통계치들과 변인들 간의 상관을 구하였다. 가설모형의 적합도 검증을 위해서는 AMOS 18.0 프로그램을 이용해 구조방정식 모형을 확인했다. 구조모형 검증은 확인적 요인분석을 통한 측정모형 검증 후, 구조모형의 적합도 검증 및 각 경로의 유의도를 확인하는 2단계 절차로 진행했다(Anderson & Gerbing, 1988). 자료의 다변량 정상성 가정을 확인하기 위해 각 변인의 왜도 및 첨도를 확인했고(West, Finch, & Curran, 1995), 모형의 적

합도 판단을 위해서는 χ^2 와 TLI, CFI, RMSEA를 살펴보았다. TLI와 CFI가 .90 이상이거나(Bentler, 1990), RMSEA가 .05 이하이면 적합도가 좋은 모델로 간주하였고, RMSEA가 .08 이하이면 적절한 모델로 해석했다(MacCallum, Browne, & Sugawara, 1996).

결 과

주요변인들의 기술 통계치 및 상관관계

주요변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도, 그리고 각 변인들 간의 상관분석 결과를 표 1에 제시했다. 표 1에 의하면 측정변인들의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않아 대체로 정규분포를 충족한다고 가정할 수 있다. 표 1에서 보듯이, 자아분화는 갈등대처행동의 하위요인들 중, 외부도움요청과는 정적 상관을($r=.12\sim.21, p<.05$), 신앙에 의지하는 유의한 상관이 나타나지 않거나 정적 상관을($r=.12\sim.14, p<.05$), 이성적 대처와는 정적 상관을($r=.25\sim.49, p<.01$), 감정 및 행동 표출과는 유의한 상관이 나타나지 않거나 부적 상관을($r=-.20\sim-.49, p<.01$), 회피와는 부적 상관을($r=-.17\sim-.43, p<.01$) 보였다. 총 자아분화는 갈등대처행동의 모든 하위요인들과 유의한 정적($r=.13\sim.49, p<.01$) 또는 부적 상관($r=-.30\sim-.43, p<.01$)을 보였다. 이러한 결과는 자아분화 수준이 높은 사람일수록, 가족과의 갈등상황에 처할 때, 외부에 도움 요청, 신앙에 의지, 이성적 대처를 많이 하는 반면, 감정 및 행동 표출이나 회피는 적게 함을 의미한다. 자아분화의 모든 하위요인들 및 총 자아분화는 기본 심리적 욕구 만족의 세 하위요인

표 1. 주요변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 변인들 간의 상관계수

변인	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
1. 인지 대 정서 기능	-	.26**	.23**	.32**	.56**	.17**	.14**	.47**	-.49**	-.32**	.34**	.31**	.42**	.42**	.36**
2. 가족투사과정		-	.25**	.23**	.52**	.12*	.05	.30**	-.11	-.17**	.38**	.34**	.35**	.42**	.26**
3. 정서적 단절			-	.64**	.76**	.18**	.10	.25**	-.20**	-.43**	.30**	.25**	.33**	.34**	.35**
4. 가족 퇴행				-	.86**	.21**	.12*	.36**	-.22**	-.33**	.37**	.31**	.45**	.44**	.47**
5. 총 자아분화					-	.21**	.13**	.49**	-.30**	-.43**	.54**	.44**	.55**	.61**	.52**
6. 외부도움요청						-	.21**	.34**	-.11*	-.08	.02	.17**	.27**	.17**	.24**
7. 신앙에 의지							-	.16**	-.11	-.10	.05	.08	.15**	.11	.17**
8. 이성적 대처								-	-.27**	-.38**	.49**	.55**	.55**	.63**	.50**
9. 감정 및 행동 표출									-	.35**	-.07	-.08	-.23**	-.15**	-.23**
10. 회피										-	-.27**	-.24**	-.30**	-.32**	-.30**
11. 자율성											-	.58**	.55**	.85**	.46**
12. 유능성												-	.58**	.85**	.54**
13. 관계성													-	.82**	.53**
14. 총 기본심리적욕구														-	.61**
15. 삶의 만족도															-
M	25.02	23.56	17.95	36.36	102.89	11.67	9.78	25.83	9.04	13.97	32.17	30.93	32.61	95.72	21.23
SD	4.16	4.07	4.84	8.57	15.78	2.82	5.12	4.05	2.75	4.31	5.81	5.21	4.81	13.34	6.64
왜도	-0.46	-0.9	-0.29	-0.27	-0.19	-0.5	0.32	-0.5	0.34	0.36	-0.62	-0.48	-0.59	-0.32	-0.33
첨도	0.02	1.42	-0.62	-0.08	-0.08	-0.04	-1.24	0.16	-0.34	0.3	0.65	0.11	0.15	-0.57	-0.52

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

주. 인지적 기능 대 정서적 기능, 가족투사과정, 정서적 단절, 가족 퇴행: 자아분화의 4개 하위요인; 외부도움 요청, 신앙에 의지, 이성적 대처, 감정 및 행동 표출, 회피: 갈등대처행동의 5개 하위요인; 자율성, 유능성, 관계성: 기본 심리적 욕구 만족 척도의 3개 하위요인; 삶의 만족도: SWLS의 총점.

들과는 모두 유의한 정적 상관을($r=.23\sim.55$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 유의한 정적 상관을($r=.26\sim.52$, $p<.01$) 보였다. 이는 자아분화의 수준이 높을수록 자율성, 유능성, 관계성의 욕구들을 잘 충족시킨다는 것과 삶의 만족도가 높다는 것을 의미한다.

갈등대처행동의 하위유형 중, 외부도움요청은 기본 심리적 욕구의 하위요인 중 자율성과 유의한 상관을 보이지 않았고, 유능성 및 관계성과는 정적 상관을($r=.17\sim.27$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 정적 상관을($r=.24$, $p<.01$) 보였다. 이는 가족관계에서 갈등 발생 시, 외부도움요청을 많이 할수록 유능성 및 관계성 욕구가 많이 충족됨을 의미하고, 삶의 만족도도 더 높아짐을 의미한다. 신앙에 의지 유형도 자율성, 유능감과 유의한 상관을 보이지 않았고, 관계성과는 정적 상관을($r=.15$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 정적 상관을($r=.17$, $p<.01$) 보였다. 이는 가족 간 관계에서 갈등이 있을 때 신앙에 의지를 많이 할수록 관계성 욕구는 더 많이 충족되고 삶의 만족도도 높일 수 있지만 자율성 및 유능감과는 별 관련이 없음을 의미한다. 이성적 대처 유형은 자율성, 유능감, 관계성, 모두와 정적 상관을($r=.49\sim.55$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 정적 상관을($r=.50$, $p<.01$) 보였다. 이는 가족 간 관계에서 갈등 발생 시, 이성적으로 대처할수록 세 기본 심리적 욕구가 모두 더 많이 충족됨을, 그리고 삶의 만족도도 더 높아짐을 의미한다. 감정 및 행동 표출도 자율성, 유능감과 유의한 상관을 보이지 않았고, 관계성과는 부적 상관을($r=-.23$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 부적 상관을($r=-.23$, $p<.01$) 보였다. 가족 간 갈등이 있을 때 감정이나 행동 표출을 많이 할수록 관계성 욕구는 덜 충족되고 삶의 만족도도 더 낮아짐을 의미한다.

회피 유형은 자율성, 유능감, 관계성 모두와 부적 상관을($r=-.24\sim-.30$, $p<.01$), 삶의 만족도와도 부적 상관을($r=-.30$, $p<.01$) 보였다. 이는 가족 간 갈등 시, 회피를 많이 할수록 자율성, 유능감, 관계성 욕구 모두를 덜 충족시키게 됨을 의미하고 삶의 만족도도 더 낮아짐을 의미한다.

기본 심리적 욕구만족의 세 하위요인들은 모두 삶의 만족도와는 정적 상관을($r=.46\sim.54$, $p<.01$) 보였다. 이는 세 기본 심리적 욕구가 더 많이 충족될수록 삶의 만족도가 더 높아짐을 의미한다. 다중공선성의 문제를 확인하기 위해 예측변인들 간의 상관을 살펴본 바, 각 예측변인들 간의 상관의 절대값이 .02~.55로 나타나 다중공선성 가능성은 적다고 판단했다.

자아분화와 삶의 만족도의 관계에서 갈등대처행동과 기본 심리적 욕구충족의 이중매개효과를 검증하기 위해, 갈등대처행동의 5개 유형 중 세 기본 심리적 욕구 모두 및 삶의 만족도와 유의한 상관을 보인 이성적 대처와 회피 유형, 각각에 대해서만 매개효과를 검증할 것이다. 매개효과를 가정하기 위해서는 갈등대처행동이 기본 심리적 욕구 및 삶의 만족도 모두와 유의한 상관이 있어야 한다(Baron & Kenny, 1986). 이는 본 연구의 가설 설정을 위한 근거자료로 참고한 서수균과 김윤희(2013)의 연구결과와도 일치한다. 갈등대처행동 유형은 각각 별개의 유형이므로 분석은 각각 따로 실시하였다.

측정모형 검증

구조모형 검증에 앞서 측정변수들이 잠재변수를 적절히 구인하고 있는지 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시했다. 이성적 대처

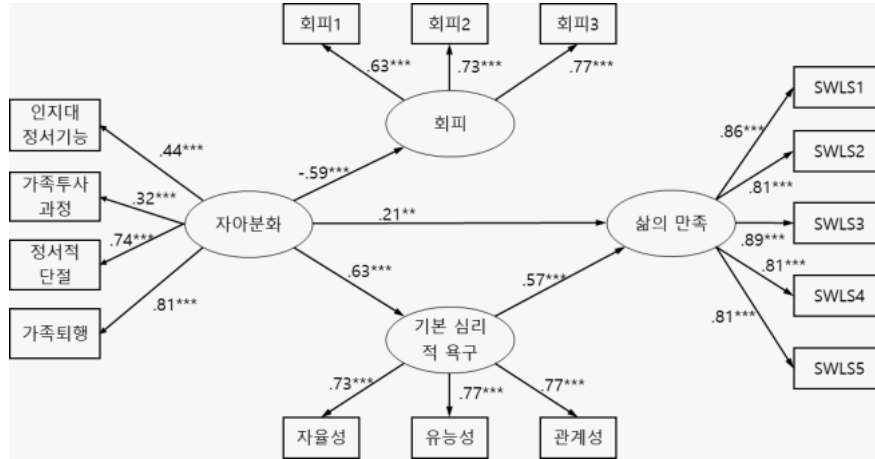


그림 3. 회피의 매개효과 검증을 위한 구조모형(최종모형)

주. 통계적으로 유의하지 않은 경로들은 생략하였음.

표 2. 이성적 대처의 매개효과 검증을 위한 가설모형과 비교모형 간의 적합도 비교

	Chi-square	df	TLI	CFI	RMSEA
가설모형 (이성적대처 → 삶의 만족도로 가는 경로 포함)	194.28	83	.945	.956	.065
비교모형 (이성적대처 → 삶의 만족도로 가는 경로 생략): 최종모형	194.58	84	.946	.957	.065

구조모형은 그림 2와 그림 3에 각각 제시되었다. 가설모형은 매개변인이 이성적 대처인 경우와 회피인 경우, 모두 자료에 적합한 것으로 나타났다. 이성적 대처의 매개효과 검증결과, 가설모형의 경우엔 $\chi^2(83, N=317)=194.28$, TLI=.945, CFI=.956, RMSEA=.065(90% 신뢰구간=.053-.077), 비교모형의 경우엔 $\chi^2(84, N=317)=194.58$, TLI=.946, CFI=.957, RMSEA=.065(90% 신뢰구간=.053-.076)로 나타나, 두 모형의 적합도가 매우 유사했다. 따라서 상대적으로 더 간결할 뿐 아니라, 이성적 대처 → 삶의 만족 경로가 유효하지 않은 점을 고려하여 비교모형을 최종모형으로 택하였다. 결과는 모두 표 2에 제시되었다.

회피의 매개효과 검증에서는, 가설모형의 경우, $\chi^2(83, N=317)=212.56$, TLI=.930, CFI=.944, RMSEA=.070(90% 신뢰구간=.059-.082), 비교모형의 경우엔 $\chi^2(84, N=317)=212.57$, TLI=.931, CFI=.945, RMSEA=.070(90% 신뢰구간=.058-.081)로 나타나, 역시 두 모형의 적합도가 매우 유사했다. 하지만, 그림 3에서 보는 바와 같이 회피 → 기본 심리적 욕구 경로가 유효하지 않아, 이 경로를 삭제한 모형의 적합도를 평가한 결과, 위의 두 모형의 적합도와 유사하였다. 따라서 이 경우에도 역시 상대적으로 가장 간결한 모형을 최종모형으로 택하였다. 결과는 모두 표 3에 제시되었다.

표 3. 회피의 매개효과 검증을 위한 가설모형과 비교모형 간의 적합도 비교

	Chi-square	df	TLI	CFI	RMSEA
가설모형 (회피 → 삶의 만족도로 가는 경로 포함)	212.56	83	.930	.944	.070
비교모형 (회피 → 삶의 만족도로 가는 경로 생략)	212.57	84	.931	.945	.070
최종모형 (회피 → 기본심리적 욕구 & 삶의 만족도로 가는 경로 생략)	214.08	85	.931	.944	.069

간접효과 검증

본 연구에서 검증하려는 모델은 이중매개 모형으로 이중매개모형을 Mackinnon, Krull과 Lockwood(2000)가 추천한 Sobel의 Z검증 절차로 간접효과를 검증하는 데는 어려움이 있다. 따라서 본 연구에서는 간접효과의 유의성 검증을 위해 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부스트래핑(Bootstrapping) 절차를 사용했다. 이를 위해, 10,000개의 표본을 원자료(N=317)로부터 생성하여 95% 신뢰구간을 설정하여 유의도 검증을 했다. 부스트래핑 절차를 이용한 간접

효과 및 직접효과 검증 결과는 모두 표 4에 제시되었다.

최종모형에서 간접경로는 이성적 대처 매개 효과 검증의 경우에 3개, 회피 매개효과 검증의 경우에 1개, 이렇게 모두 4개가 존재한다. 우선, 이성적 대처 매개효과 검증의 경우에, 자아분화는 기본 심리적 욕구에 직접적(.30)으로도 영향을 미치고 이성적 대처를 매개로 하여 간접적(.30)으로도 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 즉 이성적 대처행동은 자아분화에서 기본 심리적 욕구만족에 미치는 영향을 부분 매개하는 것으로 확인되었다. 한편, 이성

표 4. 최종모형의 변인 간 직 간접효과 유의성 검증 결과

변인 간 경로	직접 효과	간접효과	전체 효과
		(Bootstrapping : 95% 신뢰구간) β (Lower, Upper)	
자아분화 → 기본 심리적 욕구	.30***		.30***
자아분화 → (이성적 대처) → 기본 심리적 욕구	.30***	.30 (.21, .39)***	.60***
이성적 대처 → (기본 심리적 욕구) → 삶의 만족도	.06	.36 (.21, .56)***	.42***
자아분화 → 삶의 만족도	.19*		.19*
자아분화 → (이성적 대처 → 기본 심리적 욕구) → 삶의 만족도	.19*	.36 (.26, .49)***	.55***
자아분화 → 기본 심리적 욕구	.63**		.63**
자아분화 → 삶의 만족도	.21*		.21*
자아분화 → (기본 심리적 욕구) → 삶의 만족도	.21*	.36 (.26, .50)**	.57**

주. N=317. *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$. 표 안의 모든 추정치들은 표준화된 계수임.

적 대처 행동이 삶의 만족도로 가는 직접경로(.06)는 유효하지 않았고, 기본 심리적 욕구만족을 거쳐 삶의 만족도로 가는 간접효과(.36)만 유의한 것으로 나타남으로써, 이성적 대처 행동은 그 자체로 삶의 만족도에 직접적 영향을 미치지 않으며, 기본 심리적 욕구만족을 매개해서만 삶의 만족도에 영향을 미치는 완전매개가 유의함을 확인할 수 있었다. 다음, 자아분화 → 삶의 만족도로 가는 직접경로를 살펴보았는데, 직접효과(.19)가 유의했다. 다음으로 자아분화에서 이성적 대처와 기본 심리적 욕구만족을 거쳐 삶의 만족도로 가는 간접경로에 해당하는 계수들의 신뢰구간(.26, .49)을 확인한 결과, 간접효과(.36)가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 자아분화는 이성적 대처 행동과 기본 심리적 욕구만족을 순차적으로 부분매개하여 삶의 만족도에 영향을 미침이 확인되었다. 이로써 “성인기의 자아분화 수준은 갈등대처행동 중 이성적 대처 행동 및 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 삶의 만족도로 측정된 심리적 안녕에 영향을 미칠 것이다.”라는 가설 1은 지지되었다.

다음, 회피의 매개효과 검증의 경우에, 유효하지 않은 경로들을 모두 생략한 최종모형에서 자아분화 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도로 가는 간접경로 하나만 유효하므로 여기에 대해서만 간접효과의 유의성 검증 결과를 살펴보았다. 자아분화 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도로 가는 간접경로에 해당하는 계수의 신뢰구간(.26, .50)을 확인한 결과, 간접효과(.36)가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 자아분화는 기본 심리적 욕구만족을 부분매개로 하여 삶의 만족도에 영향을 미침이 확인되었다. 하지만, 앞서 회피 → 기본 심리적 욕구만족으로 가는 직접경로는 유의하지

않았으므로, 자아분화가 회피 → 기본 심리적 욕구를 순차로 매개하여 삶의 만족도에 영향을 미치지 않는음을 알 수 있었다. 여기서의 간접효과는 모두 자아분화가 기본 심리적 욕구만족을 매개하여 삶의 만족도에 미치는 간접효과의 영향임을 알 수 있다. 이로써 “성인기의 자아분화 수준은 갈등대처행동 중 회피 행동 및 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 삶의 만족도로 측정된 심리적 안녕에 영향을 미칠 것이다.”라는 가설 2는 유효하지 않다고 볼 수 있다.

논 의

본 연구의 목적은 성인들의 전반적인 심리적 안녕에 영향을 미치는 대표적 특성변인으로 알려져 있는 자아분화의 수준이 가족관계의 맥락에서 심리적 안녕에 영향을 미치는 기제를 밝히는 것이다. 지금까지의 선행연구들 그리고 자아분화, 기본 심리적 욕구만족에 관한 학자들의 이론적 주장, 개념적 정의 및 가설, 가족갈등 및 갈등대처행동에 관한 학자들의 설명과 개념적 정의, 선행연구결과를 바탕으로, 본 연구에서는 성인기의 자아분화 수준은 가족관계에서의 갈등대처행동 중 이성적 대처와 회피에 영향을 미치고 이는 다시 기본 심리적 욕구만족을 매개하여 심리적 안녕에 영향을 미칠 것이라는 가설(가설 1/가설 2)을 설정했다. 심리적 안녕은 삶의 만족도로 측정했고, 이성적 대처와 회피의 매개효과를 각각 따로 분석했다. 이를 위해 구조방정식 모형을 통해 매개모형을 검증했고, 부트스트래핑 절차를 통해 간접효과의 유의성을 검증했다.

갈등대처방식과 심리적 안녕의 관련성을 보

여주는 사전연구들을 근거로 1차 매개변인인 이성적 대처 및 회피 → 심리적 안녕 간의 직접경로를 가정한 모형을 가설모형으로 하고, 사전연구에서 밝힌 완전매개 효과 결과를 근거로 1차 매개변인인 이성적 대처 및 회피 → 심리적 안녕 간의 직접경로를 뺀 모형을 비교 모형으로 채택하여 두 모델의 적합도를 비교했다. 그 결과, 두 경우 모두 모델 적합도는 유사하였으므로, 간접성과 경로의 통계적 유효성을 고려해 이성적 대처 매개검증의 경우엔 비교모형을, 회피 매개검증의 경우엔 회피 → 기본 심리적 욕구만족 경로를 뺀 모형을 최종모형으로 각각 택했다. 주요 결과들에 대해 논의하면 다음과 같다.

구조방정식 모형을 통한 매개모형 검증 결과, 두 경우 모두 모델 적합도는 양호했다. 하지만, 부스트래핑 절차를 통해 간접효과 유의성 검증을 실시한 결과, 이성적 대처의 간접효과는 유효한 것으로 나타나, 가설 1은 지지되었지만, 회피 → 기본 심리적 욕구만족의 직접경로는 유효하지 않아, 가설 2는 지지되지 않았다. 다시 말해, 연구자가 예상한 바와 같이 자아분화는 갈등대처행동 중 이성적 대처와 기본 심리적 욕구만족을 순차로 매개하여 삶의 만족도를 예측했다. 하지만 연구자의 예상과는 달리, 자아분화는 갈등대처행동 중 회피와 기본 심리적 욕구만족을 차례로 매개하여 삶의 만족도를 예측하지는 않는 것으로 나타났다. 간접효과 검증결과를 참고하면, 자아분화는 기본 심리적 욕구만족 만을 매개하여 삶의 만족도를 예측하는 것으로 나타났다.

분노대처행동과 기본 심리적 욕구만족과의 관련성을 다룬 서수균과 김윤희(2013)의 연구에서 분노대처행동의 5개 유형 중, 이성적 대처와 회피는 각각 기본 심리적 욕구만족을 완

전매개 하여 주관적 안녕감에 영향을 미쳤다. 여기서 이성적 대처와 회피는 갈등대처행동 유형의 이성적 대처 및 회피와 동일한 개념이다. 이 같은 실증적 결과와 가족갈등 및 갈등대처행동에 대한 학자들의 정의와 이론적 설명을 기반으로 할 때, 가족 내에서의 갈등을 해결하는 과정 중 이성적 대처와 회피는 결국 ‘자기결정이론’에서 상정하고 있는 자율성, 유능감, 관계성이라는 세 기본 심리적 욕구를 충족시킬 수도, 반대로 불충족시킬 수도 있는 대처과정이라고 추론되므로 두 변인 사이의 관계를 설정하였다. 분석결과, 이성적 대처의 사용은 기본 심리적 욕구만족을 높이는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 가족갈등을 가족원 각자의 개인적인 욕구나 차이에서 출발할 수 있다고 보고, 따라서 가족 내에서의 갈등을 해결하는 과정은 결국 이것이 투쟁이든 조절이든 간에 가족원 서로의 욕구에 맞도록 해결하여 가는 과정이라고 보았던 학자들의 정의 및 사전연구(조유리, 2000; Coleman, 1984; Galvin & Brommel, 1986)의 제안과 일맥상통한다. 가족 내의 갈등을 해결하기 위해 이성적 대처를 할 때 기본 심리적 욕구를 충족하기도 하고 반대로 이성적 대처를 하지 못하고 감정에 지배되거나 행동으로 분출하거나 하게 되면 이런 욕구를 저해한다고 볼 수 있다. 욕구를 충족하는 경우, 심리적 안녕이 높아지지만, 욕구를 불충족 하게 되면 심리적 안녕은 낮아지는 것으로 해석될 수 있다.

분석결과, 이성적 대처 → 삶의 만족도로 가는 직접경로는 유의하지 않았는데, 이는 서수균과 김윤희(2013)의 연구결과와도 일치한다. 가족갈등상황에서 이성적 대처의 사용정도가 직접적으로 삶의 만족도에 영향을 미치는 것은 아님을 알 수 있다. 그보다는 이성적 대처

를 사용하게 되면, 기본 심리적 욕구를 충족할 기회가 높아지고, 이를 통해 삶의 만족이 간접적으로 높아지게 됨을 알 수 있다.

자아분화 → 이성적 대처 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도로 가는 간접경로는 유의한 것으로 나타났는데, 이는 자율성, 유능성, 관계성 욕구의 만족이 삶의 질, 활력, 건강행동을 높이고 삶의 만족도에 영향을 미치며(김민선, 2014; 윤성민, 2016; 한소영, 신희천, 2009; Deci et al., 2001; La Guardia et al., 2000; Patrick et al., 2007; Sheldon & Elliot, 1999; Wei et al., 2005) 이들의 불충족은 우울, 불안을 예측한다고 했던 사전 연구들과 일치하는 결과이다(김성수, 2015; 김아영, 이명희, 2009; Chen et al., 2015; Ng et al., 2012). 자아분화 수준이 이성적 대처 및 회피에 미치는 영향이 유의하다는 결과도 사전연구들과 일치한다. 조은경과 정혜정(2002)의 연구에서 자아분화 수준은 부부 간의 갈등대처행동에 영향을 미치는 변인이었고, 이소미와 고영건(2009)의 연구에서 자아분화 수준이 높은 경우 부부간 갈등이 생겼을 때 이성적으로 대처하여 결혼생활의 적응이 올라가는 반면, 자아분화의 정도가 낮으면 부부 간 갈등상황에서 부정적인 감정과 행동을 여과 없이 표출하거나 갈등상황을 회피해버리는 식의 역기능적 갈등대처방식을 택함으로써 결혼생활 적응성이 떨어지는 것으로 나타났던 것과 일치한다. 이는 자아분화의 개념적 정의와도 일치하는 결과이다(Bowen, 1976; Kerr & Bowen, 1988). 자아분화는 대인관계적 측면과 개인의 심리내적 측면을 모두 아우르는 개념으로써, 자아분화의 정도가 높은 사람은 가족 내에서 가족구성원들 간에 갈등이 발생할 때, 이로 인해 발생한 부정적 감정에 융합되어 감정에 지배되기 보다는 정서

와 사고가 분리되어 이성적으로 대처하며, 독립적으로 사고하고 상황을 객관적으로 바라볼 수 있으며, 감정을 표출하기 보다는 사려 깊게 이성적으로 대처함으로써 자신이 필요로 하는 자율성, 유능감, 관계성의 욕구를 잘 충족시킬 수 있는 것으로 보인다. 그리고 이는 다시 그들의 삶에 대한 전반적인 만족도를 높이는 등 심리적 안녕을 높이는 것으로 보인다.

한편, 자아분화 → 회피 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도로 가는 이중매개 간접경로는 유의하지 않았다. 자아분화 → 회피경로는 유의했고, 자아분화 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도 경로도 유의했으나, 회피 → 기본 심리적 욕구만족 경로가 유의하지 않은 것으로 보아, 자아분화 수준은 회피의 정도에는 영향을 미치지 않지만, 회피 대처의 사용정도가 기본 심리적 욕구 충족 여부에는 영향을 미치지 않으며, 자아분화 수준은 기본 심리적 욕구만족을 바로 거쳐 삶의 만족도에 영향을 미침을 알 수 있다. 이는 회피 → 기본 심리적 욕구만족을 완전매개 하여 삶의 만족도로 가는 경로가 유효했던 서수균과 김윤희(2013)의 연구결과와는 다르다.

이 같은 차이가 생긴 원인은 다음과 같은 몇 가지 해석이 가능하다. 첫째, 두 연구들의 연구대상자의 차이 및 질문상황의 차이가 원인일 수 있다. 서수균과 김윤희(2013)의 연구대상자들은 대학교 학부생들로, 평균연령이 남자는 21.85세, 여자는 20.17세였다. 또한 질문은 가족 간의 관계뿐 아니라, 그 외의 관계를 포함하는 분노유발상황에 대한 질문이었다. 이에 비해 본 연구대상자들의 평균 연령은 36.79세로 만 20세에서 만 58세 사이였다. 즉, 대부분은 기혼자들로 질문은 모두 가족 간의 갈등상황을 묻는 질문으로 구성되었다. 분노

나 갈등 관계의 대상자가 친구, 교수, 선후배, 가족, 애인 등을 모두 포함하는 경우였는지, 아니면 가족들만을 대상으로 하였는지가 다른 결과를 가져왔을 수도 있다. 미혼인 학부생들의 경우, 친구, 교수, 선후배, 가족, 애인 등을 모두 포함하는 다양한 대인관계의 분노유발 상황에서 회피 대처를 사용하는 것이 기본 심리적 욕구 충족에 영향을 미치고 이는 다시 삶의 만족도에 영향을 미치지만, 기혼자들의 경우, 가족 간 갈등 상황에서 회피 대처의 사용 정도가 그들의 기본 심리적 욕구 충족 여부에는 영향을 미치지 않을 수 있다. 가족 간 갈등에서는 회피를 사용하더라도 그 외의 다른 관계에서는 회피 대처를 사용하지 않는다면 전반적인 세 기본 심리적 욕구충족에는 영향을 미치지 않았을 수 있기 때문이다. 하지만, 이는 추가적으로 확인이 필요한 부분으로써 추후연구에서는 연구대상자의 결혼여부 또는 연령이 회피 → 기본 심리적 욕구만족 → 삶의 만족도 매개경로를 조절하는지 확인해보는 것도 필요해 보인다. 두 번째 해석은 분노 상황과 갈등상황의 차이에서 기인한 것일 수 있으므로 추가적 연구가 필요하다. 분노 상황은 갈등상황의 좀 더 격렬한 형태로 개인이 경험하는 정서적 강도가 훨씬 강할 수 있다. 문제의 종류나 상황, 나이, 인종, 문화에 따라 어떤 대처전략이 심리적 안녕 및 디스트레스에 영향을 미치는지가 달라진다는 점을 보여 주었던 선행연구 결과들(Santiago & Wadsworth, 2009; Su, Lee, & Vang, 2005; Yeung, Lu, Wong, & Huynh, 2016; Zhao, Xu, Wang, Jiang, & Zhang, 2015)과도 맥을 같이한다. 따라서 문제의 종류, 상황, 나이, 인종, 문화 등을 구체화하여 각 상황에 맞는 갈등대처전략을 찾는 후속연구들이 필요하다. 모두 후속 연구에서 추

가적 검증을 해볼 만한 흥미로운 연구주제일 수 있다.

한편, 본 연구결과는 상담 및 심리치료의 실제에 다음과 같은 시사점들을 준다. 성인들의 전반적인 심리적 안녕에 영향을 미치는 대표적 특성변인으로 알려져 있는 자아분화 수준이 심리적 안녕에 영향을 미치는 데 있어서 가족 간 갈등대처행동 중 이성적 대처와 기본 심리적 욕구만족을 매개하여 영향을 미친다는 점이 확인되었으므로, 자아분화의 수준이 낮은 사람들은 그들의 가족관계에서 갈등과 스트레스가 존재할 때 효율적이지 않은 비이성적 갈등대처행동을 택함으로써 자신의 기본적인 심리적 욕구인 자율성, 유능감, 관계성을 충족하지 못하게 되어 결국 삶의 만족도가 낮아지는 등 심리적 안녕이 낮아질 가능성이 있다. 서론 부분에서 언급했듯이 자아분화를 선천적으로 타고나는 기질적 변인으로 보기는 어렵더라도 비교적 어린 시절, 원가족과의 관계에서 형성되어 오래도록 영향을 미치는 하나의 특성변인으로 본다면, 자아분화가 개인의 심리적 디스트레스나 삶의 만족도에 영향을 미치는 것이 분명하다 하더라도 변화를 도출해내기가 쉽지는 않다. 따라서 자아분화 수준이 낮은 개인에게 치료적 개입을 시도할 때, 자아분화 수준을 높이기 위한 개입도 시도해야겠지만, 이뿐 아니라, 자아분화의 수준이 영향을 미칠 수 있는 비효율적 갈등대처행동의 사용이나 기본 심리적 욕구만족과 같은 그 과정 변인에도 동시에 개입의 초점을 맞추으로써 치료 효과를 극대화할 수 있다.

본 연구의 결과는 다음과 같은 점에서 의미가 있다. 성인들의 전반적 심리적 안녕에 영향을 미치는 대표적 특성변인으로 알려져 있는 자아분화의 수준이 심리적 안녕에 영향을

미치는 기제를 아는 것이 위와 같은 중요한 치료적 시사점을 갖는 데도 불구하고, 이들 간의 기제를 밝힌 사전연구가 부족한 실정이라는 점, 갈등대처행동과 기본 심리적 욕구만족의 관련성을 밝힌 연구가 제한적이라는 점을 고려할 때, 이들 간의 관련성을 밝혔다는 점에서 의미가 크다. 더구나 보웬의 자아분화라는 개념, 그리고 갈등대처행동 유형은 부부 관계에만 국한된 개념이 아닌 가족들 간의 관계를 포괄적으로 아우르는 개념임에도 불구하고, 지금까지 자아분화와 갈등대처행동 간의 관련성을 밝힌 연구들이 결혼관계 갈등만을 다루었던 것에 비해 본 연구에서는 가족 내의 다른 관계까지 연구범위에 포함했다는 점, 그리고 기존연구들은 갈등대처행동이 결혼만족도 및 결혼적응에 미치는 영향을 주로 연구한 데 비해 본 연구에서는 개인의 심리적 건강을 다루는 좀 더 일반적 지표인 심리적 안녕에 미치는 영향을 다룸으로써 연구의 폭을 넓혔다는 점도 큰 의미가 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 우선, 본 연구는 자기보고식 질문지를 이용해 변인들을 측정하였기 때문에 갈등대처행동과 같은 실제 행동은 잘 반영되지 않았을 수 있다는 한계가 있다. 이를 보충하기 위해 추후연구에서는 관찰 자료나 심층면접 등 다각적인 평가 방법을 사용하여 가족갈등 발생 시 실제로 어떻게 다루는지 갈등대처행동을 다각도로 살펴보는 것이 필요하겠다.

둘째, 본 연구에서 얻어진 매개검증 결과는 변인 및 모형 설정과 관련하여 독립변인, 매개변인, 준거변인을 동일 시점에 설문조사를 통해 측정한 횡단 자료에 근거하므로 본 결과에 의거하여 인과관계를 주장하는 데는 제한점이 있다. 더구나 본 연구에서 사용한 변인

들은 모두 심리적 과정들을 측정하는 변인들이라서 한 변인이 다른 변인에 선행하는지를 밝히기 어려운 측면이 있다. 그럼에도 불구하고 이들 변인들을 인과적 순서로 배치하고 연구모형을 설정하였다는 점은 모순일 수 있다. 따라서 추후에는 변인들의 시간적 순서를 고려하여 단기 종단연구 설계를 통해 실제로 자아분화 수준이 개인의 갈등대처행동에 영향을 미치는지, 갈등대처행동이 기본 심리적 욕구만족에 영향을 미치는지, 그리고, 그러한 경로를 거쳐 삶의 만족감을 증진하는 효과가 있는지 변인 간의 인과관계를 보다 분명하게 확인할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서 회피의 매개효과 검증의 경우, 이중매개경로 가설은 지지되지 않았고, 통계적으로 유효하지 않은 회피 → 기본 심리적 욕구만족 경로를 삭제한 모형을 최종모형으로 선택하였다. 이런 경우, 이 모델이 다른 표본에서도 잘 부합되는지 추가적인 교차 타당성 평가를 거쳐 최종모델의 적합성을 확인할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서는 사전에 요인분석을 실시하여 요인구조가 깔끔하게 묶이지 않는 자아통합 요인의 문항들을 제외하고, 나머지 4개 요인들만으로 자아분화 측정변인을 구성하여 분석을 실시했다. 따라서 보웬 이론에서 개념화하고 있는 자아분화를 타당하게 측정했다고 보는 데는 한계가 있다. 이런 한계점 극복을 위해 후속 연구에서는 자아통합 요인까지 적절하게 측정할 수 있는 자아분화 척도의 보완작업이 우선적으로 필요하다. 또한 타당도 검증을 거친 보완된 척도를 이용해 본 연구결과의 재현 여부를 재검증할 필요가 있다. 하지만, 본 연구에서 실시한 측정모형 검증 결과, 모델 적합도가 적절하였으므로, 자아분

화 척도의 4개 측정변인은 자아분화라는 잠재 변인을 잘 구인하는 것으로 볼 수 있다.

참고문헌

- 권미애, 김필숙, 박지현, 김태현 (2005). 미혼 성인자녀가 지각하는 자아분화와 부모-자녀간 정서체계 역동성이 특성불안에 미치는 영향. *대학가정학회지*, 43(11), 31-48.
- 김갑숙, 전영숙, 이철수 (2009). 청소년의 부모 애착, 자아분화, 자아존중감이 우울에 미치는 영향. *한국가족치료학회지*, 17(1), 209-224.
- 김경민, 임정하 (2012). 대학생의 낙관성과 행복추구경향성이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *대한 가정학회지*, 50(1), 89-101.
- 김남진 (2005). 부부의 자아분화에 따른 부부갈등과 결혼만족도 및 안정성. *충북대학교 석사학위논문*.
- 김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석 (2003). 한국 성인의 행복한 삶의 구성요인 탐색 및 척도개발. *한국심리학회: 건강*, 8(2), 415-442.
- 김민선 (2014). 다중역할에 대한 회사의 지지, 남편의 지지와 삶의 만족도의 관계에서 기본 심리적 욕구 충족의 매개효과: 30대 대졸 기혼 직장 여성을 중심으로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 28(3), 1-20.
- 김성수 (2015). 기본심리욕구, 생애목표, 심리적 안녕감 및 우울 간의 구조적 관계. *교육심리연구*, 29(1), 1-25.
- 김아영, 이명희 (2008). 청소년의 심리적 욕구 만족, 우울경향, 학교생활적응 간의 관계 구조와 학교급간 차이. *한국교육심리학회지*, 22(2), 423-441.
- 김유숙 (2016). *가족상담*(3판). 서울: 학지사.
- 김은정, 김진숙 (2010). 아동기 외상과 초기 성인기 우울수준과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 605-630.
- 김재경 (1992). 부부의 갈등과 생활만족도에 관한 연구. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 김혜정, 백용매 (2006). 낙관성과 스트레스 대처양식이 대학생의 우울과 생활만족도에 미치는 영향. *상담학연구*, 7(3), 683-699.
- 박소정 (2009). 청소년의 낙관성 및 감사성향과 주관적 안녕감의 관계. *고려대학교 석사학위논문*.
- 박정운 (2007). 미혼 남녀의 원가족 건강성 인지와의 갈등대처행동과의 관련성에 관한 연구. *대한가정학회지*, 45(5), 51-61.
- 배미예 (2008). 청소년의 자아분화가 자기통제력, 대인관계 문제 및 우울/불안에 미치는 영향. *경남대학교 석사학위논문*.
- 서수균, 김윤희 (2010). 대학생용 분노대처행동 척도 개발과 그 유용성. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 973-992.
- 서수균, 김윤희 (2013). 분노대처행동과 주관적 안녕감의 관계에서 기본 심리적 욕구 충족의 매개효과. *한국심리학회: 임상*, 32(2), 367-381.
- 서해인 (2015). 부모-자녀 간 의사소통과 청소년의 낙관성이 갈등대처방식에 미치는 영향. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 손승희 (2000). 가족환경변인 및 자아분화와 대학생의 진로탐색 자기효능감과 관계. *홍익대학교 석사학위논문*.
- 송말희 (1990). 기혼 남녀의 부부간 갈등 정도와 대응행동에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 8(2), 31-48.

- 유희남, 김영희 (2011). 원가족 분화경험이 기혼여성의 자아분화와 부부갈등 대처행동 및 부부친밀감에 미치는 영향. *한국가족치료학회지*, 19(3), 141-158.
- 윤성민 (2012). 한국 수도권 중년여성들의 성격적 강점과 행복과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(1), 24-49.
- 윤성민 (2014). 성인기 자녀가 지각한 부모양육태도와 심리적 디스트레스의 관계: 자아분화와 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. *한국가족복지학*, 19(4), 757-779.
- 윤성민 (2016). 자아분화수준과 삶의 만족도의 관계: 기본 심리적 욕구 만족의 매개역할. *상담학연구*, 17(1), 107-123.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기 결정성 이론에 근거한 한국형 기본 심리적 욕구 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 157-174.
- 이미영, 박혜인 (1995). 전화상담사례에 나타난 부부 갈등 문제와 대응행동. *대한가정학회지*, 33(1), 141-154.
- 이소미 (2009). 자아분화가 결혼적응에 미치는 효과: 갈등대처행동의 매개효과를 중심으로. *고려대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 이소미, 고영건 (2009). 자아분화가 결혼적응에 미치는 효과: 갈등대처행동의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 28(3), 643-658.
- 이수희 (2004). 대학생의 원가족 분화수준과 자아존중감이 이성 파트너와의 갈등 대처행동에 미치는 영향. *연세대학교 석사학위논문*.
- 이신숙 (2000). 기혼남녀의 자아분화수준과 생활만족도간의 관계 연구. *한국가족관계학회지*, 5(1), 23-43.
- 이은경 (2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 우울과 긍정적 정서의 중요성. *연세대학교 석사학위논문*.
- 이은경, 송미경, 양난미, 이동훈(2016). 대학생의 회피애착과 삶의 만족의 관계에서 스트레스 대처전략의 매개효과. *재활심리연구*, 23(1), 37-50.
- 이은희 (2011). 대학생의 자아분화 수준과 심리적 부적응: 자기 통제력과 문제해결방식의 역할. *청소년학연구*, 18(12), 157-180.
- 이혜순 (2010). 청소년의 자아분화 수준 및 가족기능이 정신건강에 미치는 영향. *아동간호학회지*, 16(4), 297-303.
- 정옥분, 정순화 (2016). 결혼과 가족의 이해. 서울: 학지사.
- 제석봉 (1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계. *부산대학교 박사학위논문*.
- 제석봉 (2002). 자아분화와 부부적응과의 관계. *상담학 연구*, 3(1), 171-184.
- 조유리 (2000). 부부갈등 및 갈등대처행동과 결혼만족도. *전남대학교 석사학위논문*.
- 조은경, 정혜정 (2002). 원가족 건강성이 심리적 안녕감에 미치는 영향에 있어서 자기분화와 결혼만족도의 매개효과. *한국가족관계학회지*, 13(4), 105-132.
- 조은경, 정혜정 (2008). 기혼남녀의 자기분화와 결혼만족도가 정신건강에 미치는 영향. *상담학연구*, 9(3), 1313-1331.
- 조홍식, 김인숙, 김혜란, 김혜련, 신은주 (2001). *가족복지학*. 서울: 학지사.
- 차주연 (2017). 청소년의 자살사건 노출에 따른 자살사고와 주관적 안녕감 및 우울의 관계: 자아탄력성과 삶의 의미의 조절효과. *박사학위논문*, *한양대학교*.
- 최규련 (1994). 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. *한국가정관리학*

- 회지, 12(2), 140-152.
- 한미향 (2000). 부부의 자아분화와 부부갈등 및 갈등대처방안과의 관계. 석사학위논문, 서강대학교 교육대학원.
- 한소영 (2010). 내담자의 기본 심리적 욕구 만족과 상담성과. 박사학위논문, 아주대학교.
- 한소영, 신희천 (2009). 대학생이 지각한 부모-자녀 관계에서의 기본 심리적 욕구 만족감이 주관적 안녕감에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(2), 439-464.
- 한소영, 신희천 (2010). 상담 장면에서 내담자의 기본 심리적 욕구 만족 척도의 개발과 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 993-1021.
- 한영숙 (2007). 부부의 자아분화 수준에 따른 부부갈등과 결혼만족도에 관한 연구. *한국생활과학지*, 16(2), 259-271.
- 한재희, 김영희, 김용태, 서진숙, 송정아, 신혜중, 양유성, 임윤희, 장진경, 최규련, 최은영 (2015). *부부 및 가족상담*. 서울: 학지사.
- 함경애, 변복희, 천성문 (2011). 청소년의 감사성향과 심리적 안녕감과 관계. *상담학연구*, 12(6), 2163-2176.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of Applied Social Psychology*, 34(1), 2045-2068.
- 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(5), 1173-1182.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Ben-Zur, H. (2009). Coping styles and affect. *International Journal of Stress Management*, 16(2), 87-101.
- Bitter, J. R., Christensen, O. C., Hawes, C., & Nicoll, W. G. (1988). Adlerian brief therapy with individuals, couples, and families. *Directions in Clinical and Counseling Psychology*, 8(8), 95-111.
- Bohlander, R. W. (1999). Differentiation of self, need fulfillment, and psychological well-being in married men. *Psychological Reports*, 84(3), 1274-1280.
- Bowen, M. (1976) Theory in the Practice of Psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed), *Family therapy*. New York: Gardner Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jackson Aronson.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L., & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: a study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 375-390.
- Charles, R. (2001). Is there any empirical support for Bowen's concepts of differentiation of self, triangulation, and fusion?. *The American Journal of Family Therapy*, 29(4), 279-292.

- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van, d. K., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion, 39*(2), 216-236.
- Coleman, J. (1984). *Intimate relationships, marriage, and family*. The Bobbs-Merrill.
- Corser, L. A. (1956). *The function of social conflict*. Glencoe: Free Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227-268.
- Deci, E., & Ryan, R. (Eds.). (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester. NY: University of Rochester Press.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagne, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*(8), 930-942.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2004). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. In P. T. Costa & I. C. Siegler (Eds.), *Advances in cell aging and gerontology, Vol. 15* (pp. 187-219). Amsterdam: Elsevier.
- Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology, 12*(1), 33-54.
- Feigal, T. J. (1985). *An examination of the relationship between differentiation of self and marital adjustment*. Unpublished Master's thesis, Univ. of Iowa.
- Folkman, S. K., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*(3), 219-231.
- Galvin, K. M., & Brommel, B. J. (1986). *Family communication: Cohesion and change*. Glenview, Il: Scott, Foresman.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (1985/1991/2000). *Family therapy: An overview (2nd/4th/5th ed.)*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Hahn, J., & Oishi, S. (2006). Psychological needs and emotional well-being in older and younger Koreans and Americans. *Personality and Individual Differences, 40*(4), 689-698.
- Hartman, A. (1995). Diagrammatic assessment of family relationships. *Families in Society, 76*(2), 111-122.
- Hill, W., Hasty, C., & Moore, C. (2011). Differentiation of self and the process of forgiveness: A clinical perspective for couple and family therapy. *The Australian and the New Zealand Journal of Family Therapy, 32*(1), 43-57.
- Ilardi, B. C., Leone, D., Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). Employee and supervisor ratings of motivation: Main effects and discrepancies associated with job satisfaction and adjustment in a factory setting. *Journal of Applied Social*

- Psychology*, 23(21), 1789-1805.
- Kear, J. (1978). *Marital Satisfaction and attraction as a function of differentiation of self*. Unpublished doctoral dissertation, California School of Professional of Psychology, Fresno Campus.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family education*. New York: W. W. Norton.
- Krycak, R. C., Murdock, N. L., & Marszalek, J. M. (2012). Differentiation of self, stress, and emotional support as predictors of psychological distress. *Contemporary Family Therapy*, 34(4), 495-515.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: McGraw-Hill.
- Mackinnon, D. P., Krull, J. L., & Lockwood, C. M. (2000). Equivalence of the mediation, confounding and suppression effect. *Prevention Science*, 1(4), 173-181.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods*, 1(2), 130-149.
- McCubbin, H. I., Larsen, A. S., & Olson, H. H. (1982). F-COPES: Family coping strategies. In D. H. Olson, H. J. McCubbin, H. L. Barnes, A. S. Larsen, M. J. Muxen & M. A. Wilson (Eds.). *Family inventories*. St. Paul: University of Minnesota.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Ng, M. G. (1991). *Family of origin differentiation and marital satisfaction in healthy like, healthy unlike and unhealthy unlike couples*. Doctoral dissertation, Texas Woman's University.
- Ng, J. Y., Ntoumains, N., Thogersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Duda, J. L., & Williams, G. C. (2012). Self-determination theory applied to health contexts: A meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science*, 7(4), 325-340.
- Osowiecki, D., & Compas, B. E. (1998). Psychological adjustment to cancer: Control beliefs and coping in adult cancer patients. *Cognitive Therapy and Research*, 22(5), 483-499.
- Rahim, M. A., & Bonoma, T. V. (1979). Managing organizational conflict: A model for diagnosis and intervention. *Psychological Reports*, 44(3), 1323-1344.
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A., & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 434-457.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63(3), 397-427.
- Sabatelli, R. M., & Anderson, S. A. (1991). Family

- system dynamics, peer relationships, and adolescents' psychological adjustment. *Family Relations*, 40(4), 363-369.
- Santiago, C. D., & Wadsworth, M. E. (2009). Coping with family conflict: What's helpful and what's not for low-income adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 18(2), 192-202.
- Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need-satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(12), 1270-1279.
- Sherman, R., & Dinkmeyer, D. (1987). *Systems of family therapy. An Adlerian integration*. New York: Brunner/Mazel.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and non-experimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Skowron, E. A., Stanley, K., & Shapiro, M. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal, and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31(1), 3-18.
- Sprey, J. (1971). On the management of conflict families. *Journal of Marriage and the Family*, 33(4), 722-731.
- Su, J., Lee, R. M., & Vang, S. (2005). Intergenerational family conflict and coping among Hmong American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 482-489.
- Sultan, S. (2010). Contribution of basic psychological needs in predicting psychological wellbeing. *Pakistan Journal of Psychology*, 41(2), 105-119.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601.
- West, S. G., Finch, J. K., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In Rick H. Hoyle (ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp.56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Yeung, N. C. Y., Lu, Q., Wong, C. C. Y., & Huynh, H. C. (2016). The roles of needs satisfaction, cognitive appraisals, and coping strategies in promoting posttraumatic growth: A stress and coping perspective. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(3), 284-292.
- Zhao, H., Xu, Y., Wang, F., Jiang, J., & Zhang, X. (2015). Influence of parent-adolescent conflict frequency on adolescent family satisfaction and self-satisfaction in China: Conflict coping tactics as moderators. *Psychological Reports: Relationships and Communications*, 117(3), 897-915.

원고접수일 : 2017. 07. 14
수정원고접수일 : 2017. 08. 24
게재결정일 : 2017. 09. 22

Differentiation of Self and Psychological Well-Being: The Roles of the Conflict Coping Behavior and Need Satisfaction

Sung-Min Yoon

Hanyang Cyber University

The present study examined the mediating effects of conflict coping behavior and satisfaction of basic psychological needs on the link between differentiation of self and psychological well-being. Data was collected from 317 participants. Structural equation modeling was used to compare hypotheses and comparative mediation models. On the basis of correlation results, two separate mediation models (Differentiation of self → Rational coping/Avoidance → satisfaction of basic psychological needs → psychological well-being) were proposed; two models satisfactorily fit to the data. Bootstrapping results supported the Rational Coping Mediation Model, exclusively. That is, rational coping behavior and satisfaction of basic psychological needs partially mediated the link between differentiation of self and psychological well-being. Overall, differentiation of self, fostered satisfaction with life by boosting rational coping and therefore satisfying basic psychological needs. Implications, limitations, and suggestions for future study are discussed.

Key words : *differentiation of self, psychological well-being, conflict coping behavior, satisfaction of basic psychological needs, mediation-effect*