

## 부모의 부부갈등이 중년기 부부의 결혼만족도에 미치는 영향: 자기자비와 부부갈등대처방식의 매개효과\*

홍 지 희

가톨릭대학교 상담심리대학원 / 석사

김 보 영†

가톨릭대학교 심리학과 / 조교수

본 연구는 중년기 부부가 성장 과정에서 경험한 부모의 부부갈등이 결혼만족도에 미치는 영향에서 자기자비와 부부갈등대처방식의 매개역할을 검증하여 결혼만족도를 높이기 위한 요인의 영향력을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 35세~54세의 중년기 기혼자 448명에게 부모의 부부갈등 척도, 결혼만족도 척도, 자기자비 척도, 부부갈등대처방식 척도로 구성된 자기보고식 설문을 실시하였다. 분석을 위해 Hayes(2015)의 다중매개모형 검증을 실시하였고, 부트스트래핑(Bootstrapping)으로 간접효과의 유의성을 검증하였다. 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비의 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 부부갈등대처방식의 하위요인인 이성적 대처, 감정 및 행동표출, 회피가 각각 부분매개효과가 나타났다. 셋째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 갈등대처방식의 하위요인 중 이성적 대처가 순차적인 완전매개효과가 나타났고, 회피는 순차적인 부분매개효과가 유의했다. 이 결과는 결혼만족도의 증진을 위해서는 부모의 부부갈등에 노출된 경험뿐만 아니라 자기자비 훈련 및 부부갈등대처방식에 대한 개입이 효과적임을 시사한다. 이 결과를 바탕으로 제한점이 논의되었다.

주요어 : 부모의 부부갈등, 자기자비, 갈등대처방식, 결혼만족도

\* 본 연구는 홍지희(2021)의 가톨릭대학교 석사학위논문 ‘부모의 부부갈등이 중년기 부부의 결혼만족도에 미치는 영향: 자기자비와 부부갈등대처방식의 순차매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김보영, 가톨릭대학교 심리학과 조교수, 경기도 부천시 지봉로 43 가톨릭대학교 성심교정

Tel : 02-2164-4278, E-mail : herena.kim@catholic.ac.kr

결혼으로 맺어지는 부부관계는 인간이 살아 가며 맺는 다양한 인간관계 중에서 가장 중요하며 친밀감을 느낄 수 있는 관계이다. 원가족에서 성장하여 생활하다가 결혼으로 맺어진 부부는 누구나 행복한 결혼생활을 원하지만 각자 다른 성장배경과 삶의 방식을 가지고 살아왔기에 다양한 차이를 경험하게 된다. 이러한 차이를 이해하고 조율하지 못하면 갈등과 불만족이 발생하게 되는데, 결혼생활의 갈등은 부부뿐만 아니라 가족 구성원의 삶의 질에도 많은 영향을 미친다(Amato, 2010; Brown et al., 2021). 부부갈등은 때때로 가족해체를 야기하여 사회의 안정까지 위협할 수도 있다(강혜숙, 김영희, 2008). 특히, 중년기는 부부관계에서 어려움이 가장 많이 나타나는 시기로 중년기 이혼율은 다른 시기보다 상대적으로 높다고 보고된다(서미아, 2014). 2020년 통계청 보고에 따르면 최근 10년간 가장 높은 이혼율을 나타내는 연령은 만 35세에서 54세 사이의 중년기로 나타났으며, 2019년 이혼건수에서 중년기 부부의 비율은 61%에 달하여(통계청, 2020), 중년기 부부관계의 위험요인에 대한 탐색이 중요하다. 신혼에서 시작된 부부관계는 중년기에 자녀의 양육과 노부모의 부양 등 새로운 가족의 변화를 겪으며, 노화의 시작 등 신체적 변화와 함께 생애 주기상 직장, 사회에서 역할 변화에 노출되는 시기이기도 하다(김희경, 2006). 이러한 변화는 중년기 부부관계에 직·간접적인 영향을 주어 결혼만족도를 떨어뜨리는 결과를 가져온다(전혜성, 서미아, 2012). 이렇게 각자 또는 부부가 함께 경험하는 변화에 대한 위기를 경험하는 시기이기에 부부갈등에 유연하게 대처하고 적응하기 위해 중년기는 인생의 동반자인 배우자의 지지와 유대의 중요성이 강조되는 중요한 시기라 할 수

있다(한경혜 외, 2011).

부부관계에 영향을 미치는 여러 위험요인 중 낮은 결혼만족도는 이혼을 예측하는 주요한 요인 중 하나로 일관성 있게 확인된 바 있다(Gottman & Levenson, 2000). 또한 이경성과 한덕웅(2001)은 결혼만족도가 결혼의 안정성과 지속성에 가장 큰 관련이 있으며 결혼생활의 유지와 건강한 부부관계를 위해서 결혼만족도를 높이는 방법을 찾는 것이 중요하다고 하였다. 결혼만족도는 부부관계에 대한 주관적인 평가나 태도로 정의되며, 불만족스러운 부부관계는 고통과 불행을 가중시키는 역할을 한다(권정혜, 채규만, 1999). 낮은 결혼만족도는 자존감을 낮추고 우울을 증가시키며(조성희, 박소영, 2010), 결혼생활이 만족스럽지 않고 불안정할 경우 부부와 자녀의 신체·정서적 건강에 부정적인 영향을 미친다(이훈구, 2004). 이렇게 결혼생활에서 부부관계는 부부뿐만 아니라 가족 구성원 모두의 삶의 질에 영향을 미치는 중요한 요소이기 때문에(김남진, 김영희, 2010), 부부관계와 결혼만족에 대한 연구는 다양한 관점에서 지속적으로 이루어져 왔다.

그동안 결혼만족에 대한 연구는 인구사회학적 변인, 대인관계 변인, 심리내적 변인들이 연구되어 왔다(오종현, 2016). 이영희와 이윤주(2011)는 선행연구를 기반으로 결혼안정성의 예측요인을 개인 특성 요인과 사회·환경적 요인, 상호관계적 요인으로 제시하였다. 결혼만족도와 관련된 환경적 요인으로는 결혼 전의 배경이나 원가족 부모의 결혼생활이 주요한 요인으로 나타났다(강혜숙, 김영희, 2008). 결혼만족에 대한 사회환경적 요인을 살펴본 Gottman과 Notarius(2002)의 연구에서는 결혼생활에 교육 수준이나 연령 등의 요인이 미치는

영향력은 매우 낮은 수준임에 비해 부모의 원가족 특성이나 동거, 임신 등 결혼 전의 문제점의 영향력은 높은 것으로 나타났다. 특히 부모의 결혼생활의 질이 높을수록 자녀의 결혼생활의 질 또한 높아진다는 Lewis와 Spanier (1980)의 주장을 여러 선행연구들이 지지하고 있다(김병수, 정혜정, 2007; 김영희, 1999). 이렇게 원가족과 관련된 요인은 결혼만족에 영향을 미치는 중요한 요인으로 지속적으로 연구되어 왔다. Bowen(1978)은 ‘세대 간 전이’라는 개념을 사용하면서 원가족 내 부부관계의 경험이 자녀에게 모델링을 통해 세대를 이어 전수된다고 하였다. 이성과의 관계로 만들어지는 결혼을 통한 부부관계는 자녀가 경험하는 최초의 이성관계인 부모의 부부관계에서 많은 부분이 습득된다고 할 수 있다. 대학생들은 부모의 부부관계를 좋게 인식했을 경우 결혼하고자 하는 경향을 강하게 나타낸 반면 좋지 않게 인식했을 때는 결혼을 회피하는 경향을 보였다(김현주, 이동원, 김모란, 1995). 특히 서정숙(2010)은 원가족 부모의 부부갈등이 기혼자녀의 부부갈등에 영향을 미친다고 하였고, 전춘애와 박성연(1994)은 부모의 결혼생활이 불행하다고 지각한 자녀들은 행복하다고 지각한 이들보다 더 결혼만족도가 낮았다고 하여, 자녀의 결혼만족도에 있어 부모의 부부갈등의 중요성을 언급하였다. 이러한 연구결과는 기혼자녀의 결혼만족도에 영향을 미치는 주요 변인으로 부모의 부부갈등의 영향력을 확인해 준다. 그러나 이영희와 이윤주(2011), 이진(2016)의 연구에서는 부모의 부부갈등이 자녀의 결혼안정성에 직접적으로 영향을 미치지 않는 것으로 밝혀져 국내에서 부모의 부부갈등과 자녀의 결혼만족도와 관련된 연구의 결과는 일관적이지 않다. 부모의 부부갈등의

경험에 대한 영향력에 있어서 이러한 차이는 원가족 경험이 다른 중재 변인에 의해 감소될 수 있는 것(정문자, 전연진, 2004)으로 볼 수 있다. 또한 결혼만족도 향상을 위해 부모의 부부갈등에 대한 지각을 변화시키기는 어려운 일이다. 이에 결혼만족도 향상을 위한 개입이 가능한 다양한 변인들을 대상으로 하는 연구가 필요하고, 이를 매개변인으로 살펴보고자 한다.

결혼만족에 관한 연구에서 개인의 심리 내적인 변인으로 자기분화(나남숙, 이인수, 2017), 성인애착(사수연, 2016), 성격특성(강혜숙, 김영희, 2012), 자아존중감(박상화, 하창순, 2016) 등이 연구되어 왔다. 연구자들은 자신에 대한 지각이 대인관계에서 어떻게 영향을 미치는지에 관심을 가져왔고(Harvey, Crowley, & Woszidlo, 2019; Jacobson, Wilson, Kurz, & Kellum, 2018; Neff & Beretvas, 2013), 최근 자기자비라는 개인의 내적 특성이 다양한 관계에 긍정적 영향을 미치는 변인으로 주목받고 있다. 자기자비는 심리적 안녕감과 관련이 있고, 이를 바탕으로 자신뿐만 아니라 타인에게까지 자비적인 성향을 드러내게 하는 요인으로 밝혀졌다(Neff, 2003b). Neff와 Beretvas(2013)는 자기자비가 이성관계의 만족에 정적인 영향을 미침을 확인하였고, 최닷움과 최한나(2019)는 자기자비를 결혼만족의 심리내적 변인으로 제시하며 결혼만족도와 정적 관계가 있음을 밝혔다. 자기자비는 고통스러운 경험에서도 자신을 비판하지 않고 있는 그대로 수용하고 친절하게 돌보며 자신의 경험을 보편적인 것으로 받아들이는 것을 말한다(Neff & Beretvas, 2013). 이는 실수에 있어 자신을 비난하거나 비판하기보다 관대하고 친절하게 대하는 자기친절, 개인이 겪는 고통을 나만 겪는 것이 아닌 누구나 겪을

수 있는 인간 삶의 보편적인 경험으로 인식하는 보편적 인간성, 고통스러운 생각이나 감정을 피하거나 거부하지 않고 균형적으로 알아차리는 마음챙김의 세가지 요인으로 구성된다(Neff, 2003b). 고통이나 실패에 대한 대처방식은 부모를 모델링한 결과이기에(Wei, Liao, Ku & Shaffer, 2011), 고통스러운 경험을 있는 그대로 수용하는 자기자비는 부모의 부부갈등 경험에 영향을 받을 것으로 유추할 수 있다. 가족이 잘 기능하는 정도는 자기자비의 수준을 예측하며(Neff & McGehee, 2010), 박미화와 홍지영(2019)은 원가족 건강성이 높을수록 자기자비의 수준이 높아지고 이것이 부부관계의 적응을 높인다고 하였다. 강선모(2014a, 2014b)는 부모의 부부갈등이 자녀의 부모화에 정적 영향을 미치며, 부모화는 자기자비 수준을 낮추는 결과를 각 연구에서 확인하였다. 따라서 자기자비가 원가족 경험, 특히 부모의 부부갈등과 관련이 있다는 것을 알 수 있다. 그러나 부모의 부부갈등은 자녀에게 스트레스로 작용하게 되지만, 자기자비적인 사람은 스트레스원에 적극적 대처전략을 사용하여 스트레스의 영향을 덜 받음으로 인해 취약성 가설을 감소시키며(Anchin, 2010), 자기자비는 자기에 대한 부정적인 정서를 완화시키는 자기조절 전략이기에(윤자영, 정남운, 2020; Petersen, 2014), 부모의 부부갈등이 결혼만족에 미치는 부정적 영향을 자기자비가 감소시킬 것이라 예측할 수 있다.

자기자비는 ‘개인’의 특성 변인인 동시에 ‘관계’에 영향을 줄 수 있는 대인간 변인이다(방초아, 신희천, 2016). 자기자비가 어떤 과정을 통해 관계에 긍정적으로 영향을 미치는지 살펴보면, 하위요인 중 마음챙김은 반응적인 주의력을 특징으로 하기에 자신과 상대의 감

정과 생각에 관심을 두게 하여 상대의 행동을 잘 인지할 수 있게 하고(Brown, Ryan, & Creswell, 2007), 다른 하위요인인 자기친절은 자기중심성에서 벗어나 타인의 관점을 이해하는 조망수용을 높여준다(Neff & Pommier, 2013). 이러한 상대에 대한 이해는 파트너와의 갈등 상황에서 도움이 될 것으로 기대할 수 있다. Deci와 Ryan(2000)은 자기결정성 이론에서 자율성, 연결감, 유능성의 욕구가 충족될수록 심리적 건강이 향상된다고 하였으며, Yarnell과 Neff(2013)는 자기자비적인 사람들은 자율성과 연결감 사이의 균형을 잘 이룰 수 있다고 하였다. 자율성과 연결감은 관계 내에서 서로가 갈등을 어떻게 해결하는지를 통해 관찰될 수 있는데(Yarnell & Neff, 2013), 모든 존재가 상호 연결되어 있다는 관계성을 강조하는 자기자비는 자신의 욕구뿐만 아니라 타인의 욕구도 가치 있고 타당함을 이해하게 하여 자신과 타인의 욕구를 균형적으로 볼 수 있게 하고(Neff & Vonk, 2009), 자신이 불완전한 존재라는 사실을 받아들여 자신의 실수에 책임을 지고 더 쉽게 사과해서 갈등을 원만하게 해결하게 한다(Neff & Beretvas, 2013). 또한 부정적 피드백에 대한 충동적인 공격성을 억제하고 다스리도록 하여 몰아세우거나 맹렬히 비난하는 행동을 줄이고 보다 나은 갈등대처 기술을 사용하게 한다(Gottheim, 2009). 이처럼 개인에게 심리적 안녕감을 주고 대인관계에 긍정적인 영향을 미치는 자기자비는 가장 친밀감이 필요한 부부관계에서 자기 조절 능력을 향상시켜 갈등을 건설적으로 해결하게 하여 결혼만족도에 영향을 줄 수 있음을 예측할 수 있다. 박찬미와 설경옥(2017)은 자기자비가 더 높은 긍정적 갈등대처행동과 더 낮은 부정적 갈등대처행동을 매개로 관계만족을 높인다

는 결과를 보고하였다.

결혼만족도에 영향을 미치는 상호관계적 요인으로 공감능력(정경아, 김봉환, 2010), 의사소통(박상화, 하창순, 2016) 등이 연구되었다. 이러한 요인들 중에서 부부갈등대처방식이 결혼만족도에 영향을 미치는 중요한 변인으로 보고되고 있다(정은희, 2004). 최규련(1995)은 부부갈등대처방식을 부부가 갈등이나 문제에 직면했을 때 그것을 관리하여 대응하는 방식이라고 정의하였다. 동일한 갈등 상황이라도 부부가 이를 인지하는 정도와 받아들이는 태도, 갈등에 대처하는 방식 등에 차이가 있는데, 이는 각자의 욕구, 가치, 태도, 신념에 따라 상황과 사실을 다르게 인지하기 때문이다(김남진, 2005). Gottman(1992)은 결혼생활에서 부부갈등이 심해지는 원인이 갈등의 존재 그 자체가 아닌 그러한 갈등을 조정하고 해결해 나가는 방식에 있다고 보았다. 각자 다른 환경에서 성장한 두 사람이 만나 결혼생활을 유지해 나가면서 갈등은 필연적이라고 할 수 있다. 이러한 갈등은 해결하지 않은 채 누적되거나 바람직한 갈등대처행동을 찾아내지 못하면 결국 별거나 이혼 등의 가족 해체를 야기하게 된다(조유리, 김경신, 2000). 박영화와 고재홍(2005)은 갈등에 대한 대처방식, 즉 부부가 갈등을 어떻게 해결하느냐가 결혼의 질이나 결혼안정성을 결정하는 주요 지표가 된다고 언급하였다. 좀더 구체적으로 보면 갈등 상황에서 부정적 감정·행동 표출보다는 이성적 대처를 많이 사용할수록 결혼만족도가 높았다(조유리, 김경신, 2000). 따라서 부부갈등에 대해 긍정적인 방식으로 대처하면 상대에 대한 이해를 바탕으로 부부관계를 발전시킬 수 있기에, 갈등에 대한 회피보다는 현명한 대처를 할 수 있도록 갈등대처능력을 높이는

것이 중요하다(안경애, 2003). 조안나(2009)는 가족은 사회적·대인관계를 최초로 경험하는 곳으로서 자녀는 부모의 부부관계의 관찰과 모방을 통해 대인관계 능력을 키우며 타인과 상호작용하는 방법을 배우고 자신만의 방법을 만들어가기 때문에 부모관계로부터 긍정적·부정적인 영향을 받는다고 하여, 갈등대처능력은 원가족에게서 많은 영향을 받음을 강조하였다. 또한 원가족에게서 학습한 상호작용 방식이 결혼한 자녀의 가족에서도 그대로 반복된다(이영실, 2010). 즉 부모가 건설적으로 갈등을 마무리한다면 그것을 자녀가 관찰하고 배우게 되어 자녀의 갈등대처능력 발달에 도움을 주게 된다(Grych & Fincham, 1990). 그러나 부부갈등이 높은 가정에서 자란 자녀는 부부갈등이 발생했을 때 부정적인 감정을 더 많이 느껴 부정적, 공격적으로 대처하게 된다(Cummings, Vogel, Cummings & El-Sheikh, 1989; Cummings, Zahn-Waxler, & Radke-Yarrow, 1981). 이처럼 자녀가 부모의 부부관계를 원만하게 지각할수록 긍정적인 영향을 받고 부정적으로 지각할수록 부정적인 영향을 받는다는 것을 알 수 있다(이선미, 전귀연, 2005). 부모의 부부갈등은 기혼자녀의 부부갈등대처방식에 영향을 미친다는 황지인, 함경애, 천성문(2014)의 연구에서 부모의 부부갈등은 자녀의 이성적 대처에는 부적인 영향을, 회피적 대처에는 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

앞서 선행연구를 통해 중년기 부부의 결혼만족도에 관한 연구의 중요성과 결혼만족에 영향을 미치는 변인들을 살펴보았다. 그간 자녀가 지각한 부모의 부부갈등과 미혼자녀의 이성관계에서 갈등해결전략(김진, 2019; 백지선, 2019; 조하늬, 최연실, 2018)에 관한 연구는 많았지만, 국내에서 기혼자녀의 부부갈등

대처방식과의 관계를 살펴본 연구는 황지인 외(2014)의 연구 외에는 찾아보기 어려웠다. 그리고 갈등대처방식과 결혼만족도(조유리, 김경신, 2000; 최규련, 1995)와의 관련성이 선행 연구들에서 확인되고 있으나 부모의 부부갈등과 부부갈등대처방식 그리고 결혼만족도를 함께 본 연구는 부족한 실정이다. 게다가 기존 연구에서 결혼만족에 영향을 미치는 변인으로 사회·환경적 요인인 부모의 부부갈등과 개인 심리내적 변인인 자기자비, 그리고 상호관계적 변인인 부부갈등대처방식을 각각 살펴본 연구는 있으나 선행연구에서는 이러한 요인들이 각각 혹은 한두 가지 영역에서 결혼만족도에 미치는 영향을 살펴보고 있어, 이 세 영역의 요인들을 다각적, 종합적으로 살펴보는 데 한계가 있다. 원가족 건강성과 부부적응의 관계에서 자기자비와 갈등대처방식의 매개효과를 살펴본 박미화와 홍지영(2019)의 연구에서 원가족 건강성과 자기자비의 정적 관계가 밝혀졌으나, 원가족 건강성은 원가족 내의 ‘자율성’과 ‘친밀감’을 포함하는 개념으로 부모 및 형제, 자매와의 역동적인 상호관계가 포함된다(최현미, 1997). 또한 원가족 건강성에는 가족탄력성, 상호존중과 수용, 질적 유대감, 경제적 안정과 협력, 가족문화와 사회참여가 포함된 개념으로(유영주, 이인수, 김순기, 최희진, 2013) 원가족의 전반적인 경험을 의미하기에 원가족에서의 다양한 관계 경험 중에서 부부의 관계, 특히 부부의 갈등이 기혼자녀의 자기자비 및 부부갈등대처, 결혼만족도에 미치는 영향을 알아보는 것이 어려웠다. 따라서 본 연구에서는 원가족의 전반적인 경험보다는 부모의 부부갈등이 자녀의 부부관계에서 모델링되는 과정에 초점을 두고자 한다. 이에 본 연구에서 중년기 부부의 결혼만족도에 영향을

미치는 세 가지 영역, 즉 부모의 부부갈등이라는 사회·환경적 요인과 자기자비라는 개인 심리내적 변인, 갈등대처방식이라는 상호관계적 변인을 단일 모형에서 확인해 보고자 한다. 앞서 언급했듯이 이 과정에서 부모의 부부갈등에 대한 지각은 이미 성장과정에서 형성되었기에 이를 바꾸는 것은 한계가 있다. 그러나 갈등대처방식은 훈련을 통해 변화 가능한 변인으로 부부가 갈등에 대한 대처방식을 학습함으로써 결혼만족도 향상에 도움이 될 것으로 기대할 수 있다. 그러나 현실에서 다수의 부부들이 갈등상황에서 특정한 대처방식에 반복적으로 의존하는 경향이 있기에 부부갈등 대처방식에 영향을 미치는 요인을 살펴본다면 이를 통해 갈등대처방식을 개선할 수 있는 개입 방안을 찾을 수 있다(서연우, 변상해, 2019). 다수의 선행연구에서 부부갈등대처방식에 영향을 주는 요인으로 자기자비를 주목하고 있고, 특히 결혼만족에 영향을 미치는 개인내적 변인인 자기자비는 자존감이나 나르시시즘 등 관계 내에서 긍정적·부정적 역할을 할 수 있는 다른 개인내적 변인에 비해 상당의 개입을 통해 변화가 가능한 변인이기에 더욱 중요하다(Neff, 2003a). 과거 부모의 부정적인 상호작용을 관찰하였다더라도 부모의 부부갈등과 자녀의 갈등해결전략 사이에 개인의 내적변인이 작용할 가능성이 있고(백지선, 2019), 자기자비를 통해 회피적 대처보다 적극적인 문제해결 행동을 더 많이 취하며(Neff, 2003a, 2003b), 이성관계의 갈등 국면에서 자기자비가 타협을 통해 갈등을 해결하게 한다는 연구(Yarnell & Neff, 2013)와 자기자비라는 개인내적 변인이 갈등대처방식을 매개로 관계만족을 예측한다는 선행연구(박찬미, 설경옥, 2017; 방초아, 신희천, 2016)를 바탕으로 개인에게 자기조절 기

능을 갖는 자기자비가 갈등 상황에서 대처방식 선택에 영향을 줄 것으로 기대하여 본 연구에서는 개인적 변인인 자기자비가 부부의 상호관계적 변인인 갈등대처방식에 선행하여 영향을 미치는 요인으로 선정하였다. 또한 다수의 선행연구에서 갈등대처의 유형에 따라 관계만족에 미치는 영향이 달랐기 때문에 본 연구에서도 갈등대처방식의 하위요인에 따라 조건부효과가 달라지는지 파악하기 위해 하위요인별로 각각 분석하고자 한다. 이에 본 연구에서는 중년의 기혼자녀들이 지각한 부모의 부부갈등이 자기자비에 영향을 미쳐 자신의 부부갈등대처방식을 매개하여 결혼만족도에 영향을 주는 과정을 밝혀, 중년기 기혼자 대상의 상담 장면에서 결혼만족도를 높이기 위한 상담 개입에 참고가 될 수 있을 것으로 기대한다.

이에 따른 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 부모의 부부갈등은 기혼자녀의 결혼만족도에 영향을 미치는가? 둘째, 부모의 부부갈등이 기혼자녀의 결혼만족도에 미치는 영향에서 자기자비가 매개역할을 하는가? 셋째, 부모의 부부갈등이 기혼자녀의 결혼만족도에 미치는 영향에서 부부갈등대처방식이 매개역할을 하는가? 넷째, 부모의 부부갈등이 기혼자녀의 결혼만족도에 미치는 영향에서 자기자비와 부부갈등대처방식이 매개역할을 하는가? 연구모형은 그림 1과 같다.

## 방 법

### 연구대상 및 연구절차

본 연구는 2020년 9월 소속기관의 생명윤리심의위원회(IRB)에서 공식적인 절차와 승인을 거친 후 시행되었다(승인번호: 1040395-202009-03). 중년기에 해당하는 만 35세~54세의 기혼 남녀를 대상으로 구글설문지를 통해 온라인 설문 111명, 리서치업체를 통해 337명에게 자기보고식 설문조사를 실시하여 총 448부의 설문이 수집되었다. 응답 대상자의 성별은 여자 271명(60.5%), 남자 177명(39.5%)이었고, 연령은 40세~44세 137명(30.6%), 35세~39세 118명(26.3%), 45세~49세 104명(23.2%), 50세~54세 89명(19.9%)의 순으로 나타났다. 최종학력은 대졸이 334명(74.6%)로 가장 많았고, 대학원졸업 이상이 67명(15.0%), 고졸이 47명(10.5%)이었다. 혼인유지기간은 5년~10년미만 118명(26.3%), 10년~15년미만 111명(24.8%), 20년~25년미만 82명(18.3%), 15년~20년미만 63명(14.1%), 25년~30년미만 38명(8.5%), 5년미만 36명(8.0%)의 순으로 나타났다.

### 측정 도구

#### 부모의 부부갈등 척도

자녀가 지각한 부모의 부부갈등 척도(The

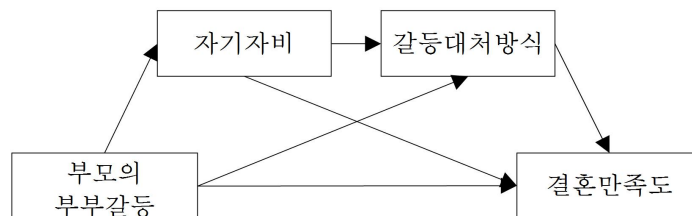


그림 1. 연구 모형

Children's Perception of Interparental Conflict Scale: CPIC)는 Grych, Seid와 Fincham(1992)이 개발한 척도를 권영옥과 이정덕(1997)이 한국판 CPIC로 번역·타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 갈등의 성질 요인(19문항, 예: 부모님은 다투신 후에도 서로에게 화를 풀지 못하셨다), 위협 요인(16문항, 예: 부모님이 다투실 때 아버지나 어머니가 다치실까봐 걱정이 되었다), 자기 비난 요인(9문항, 예: 부모님이 다투실 때 내 탓이라고 하셨다) 등 3개의 구성요인으로 분류되어 있다. 기혼자를 대상으로 과거 부모의 부부갈등을 살펴보기 위한 목적이 있기에 설문문항을 과거형으로 수정하였고, 점수가 높게 나타날수록 자녀가 지각하는 부모의 부부갈등 수준이 높은 것을 의미한다. 1점(전혀 그렇지 않다) ~ 4점(매우 그렇다)의 4단계 Likert식 척도이며, 전체 44문항으로 구성되어 있다. 원 척도의 전체신뢰도는 .89로 나타났고, 본 연구에서는 .95로 나타났었다.

#### 결혼만족도 척도

결혼만족도의 측정을 위해 Snyder(1979)의 결혼만족도 검사(Marital Satisfaction Inventory: MSI)를 권정혜와 채규만(1999)이 번안, 수정한 한국판 결혼만족도 검사(K-MSI)를 사용하였다. K-MSI의 160문항의 하위 척도 중 본 연구에서는 전반적인 불만족 척도(General Dissatisfaction Scale: GDS)를 사용하였다. 이 척도는 총 22문항(예: 내 생각에 우리 결혼은 성공적이다)으로 구성되어 있고, 전반적인 결혼생활에 대한 불만족과 다른 부부와 비교하여 느끼는 상대적인 부부관계에 대한 비판적 태도 및 향후 결혼생활에 대한 부정적인 태도를 반영한다. 1점(전혀 그렇지 않다) ~ 5점(매우 그렇다)의 5점 Likert식 척도로 전체점수가 높을수록 결혼

만족도가 높다고 보았다. 원척도의 신뢰도는 .92로 나타났고, 본 연구에서는 .96으로 나타났다.

#### 자기자비 척도

자기자비 수준을 측정하기 위해 Neff(2003b)가 개발한 SCS(Self-Compassion Scale)를 토대로 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경(2008)이 번안 및 타당화한 한국판 자기자비척도(K-SCS)를 사용하였다. 이 척도는 3개의 하위 유형과 각각 이와 상반된 개념으로 구성된 요인이 쌍을 이루어 6개의 요인으로 구성되어 있다. 자기친절과 자기판단이 각각 5문항(예: '나는 정말로 힘든 시기를 겪을 때, 내게 필요한 돌봄과 부드러움으로 나를 대한다.' / '나는 정말로 힘들 때는 나 자신을 더욱 모질게 대하는 경향이 있다.'), 보편적 인간성 및 고립의 8문항(예: '나는 내가 겪은 실패들에 대해서 사람이라면 누구나 겪을 수 있는 일로 보려고 노력한다.' / '나는 내 부족한 점을 생각하면, 세상과 단절되고 동떨어진 기분이 든다.'), 마음챙김 및 과잉동일시 8문항(예: '나는 뭔가 고통스러운 일이 생기면, 그 상황에 대해 균형 잡힌 시각을 가지려고 노력한다.' / '나는 나에게 중요한 어떤 일에서 실패를 하면, 내 능력이 부족하다는 느낌에 사로잡힌다.')으로 총 26문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 1점(전혀 아니다) ~ 5점(거의 항상 그렇다)의 5점 Likert식 척도로 자기판단, 고립, 과잉동일시는 역채점하여 개별 하위척도 점수를 모두 합하여 점수가 높을수록 자기자비 수준이 높은 것으로 본다. Neff(2003b)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92였고, 김경의 외(2008)의 연구에서는 .87로 나타났으며, 본 연구에서의 전체 신뢰도는 .88로 나타났다.



### 부부갈등대처방식 척도

부부의 갈등대처방식을 측정하기 위해 McCubbin, Larsen & Olson(1982)의 가족대처전략 척도(F-Copes)를 기초로 수정·보완한 최규련(1994)의 척도를 사용하였다. 이 척도는 외부 도움요청 4문항(예: 친한 친구나 이웃과 상의한다), 신앙에 의지 4문항(예: 교회나 성당, 절을 찾는다), 이성적 대처 7문항(예: 내가 할 수 있는 일을 계획해서 실천해 본다), 감정 및 행동표출 4문항(예: 짜증을 내거나 욕을 한다), 회피 6문항(예: 잠시 집을 나간다)의 5개 하위 영역으로, 총 25문항으로 구성되었다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다) ~ 5점(매우 그렇다)의 5점 Likert식 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 하위영역의 갈등대처행동을 많이 하는 것을 나타낸다. 최규련(1994)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .70~.89로 나타났고, 본 연구에서는 .74~.93으로 나타났다.

### 자료 분석

본 연구는 SPSS 25.0 프로그램과 SPSS Process Macro를 이용하여 수집된 자료를 분석하였고 자료 분석의 방법은 다음과 같이 하였다. 첫째, 연구대상자들에 대한 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 자료의 경향성 및 정상분포 가정의 충족을 확인하기 위해 기술통계 분석을 실시하여 평균, 표준편차와 왜도 및 첨도를 산출해 정상성을 확인하였다. 셋째, Pearson 적률상관분석을 실시하여 부모의 부부갈등, 자기자비, 부부갈등대처방식, 결혼만족도의 관계를 확인하였다. 넷째, 부모의 부부갈등과 기혼자녀의 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 부부갈등대처방식의 순차 매개효과를 검증하기 위해서 Hayes(2015)

가 제안한 Process Macro Model 6인 직렬다중매개모형을 사용하였다. 다섯째, 간접효과의 유의성 검증을 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 신뢰구간 95%에서 5,000번으로 설정하여 실시하여 검증하였다.

## 결 과

### 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 수집한 자료의 경향성 및 정상성 확인을 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도, 상관분석을 확인하여 표 1에 제시하였다. 왜도와 첨도는 정상분포의 기준(절대값 왜도<2, 첨도<7)을 모든 변인들이 충족하는 것으로 확인되었다. 주요 변인들의 상관은 다음과 같다. 첫째, 부모의 부부갈등은 결혼만족도( $r=-.21, p<.01$ ), 자기자비( $r=-.36, p<.01$ )와 유의한 부적 관계를 보였다. 갈등대처방식의 하위요인 중 이성적 대처( $r=-.17, p<.01$ )와는 부적 상관이 유의했고, 감정 및 행동표출( $r=.17, p<.01$ ), 회피( $r=.22, p<.01$ )와 유의한 정적 상관을 보였다. 둘째, 자기자비는 결혼만족도( $r=.36, p<.01$ ), 신앙에 의지( $r=.14, p<.01$ ), 이성적 대처( $r=.45, p<.01$ )와는 정적 상관이 유의했으며, 감정 및 행동표출( $r=-.16, p<.01$ ), 회피( $r=-.22, p<.01$ )와 유의한 부적 상관을 보였다. 셋째, 결혼만족도는 이성적인 갈등 대처( $r=.40, p<.01$ )와는 유의한 정적 상관이 있었고, 감정 및 행동표출( $r=-.25, p<.01$ ), 회피( $r=-.33, p<.01$ )와 유의한 부적 상관을 보였다. 갈등대처방식의 하위요인 중 외부도움 요청과 신앙에 의지는 결혼만족도와의 상관이 유의하지 않아 본 연구에서는 제외하여 분석하였다. 이 결과는 부모

표 1. 주요 변인들 간 상관분석 및 기술통계 결과(N=448)

	1	1a	1b	1c	2	2a	2b	2c	2d	2e	2f	3a	3b	3c	3d	3e	4
1. 부모의 부부갈등																	
1																	
a. 갈등의 성질	.93**	1															
b. 위협	.93**	.80**	1														
c. 자기비난	.44**	.19**	.30**	1													
2. 자기자비																	
1																	
a. 자기친절	-.36**	-.30**	-.32**	-.29**	1												
b. 자기판단(역)	-.19**	-.18**	-.13**	-.19**	.72**	1											
c. 인간보편성	-.34**	-.29**	-.31**	-.24**	.65**	.11*	1										
d. 고립(역)	-.05	-.08	.00	-.21**	.52**	.64**	-.13**	1									
e. 마음챙김	-.30**	-.23**	-.32**	-.19**	.68**	.13**	.75**	-.01	1								
f. 과잉동일시(역)	-.17**	-.13**	-.11*	-.22**	.66**	.79**	-.00	.71**	.06	1							
3a. 외부도움요청	-.33**	-.31**	-.34**	-.07	.63**	.09	.75**	-.16**	.73**	.00	1						
3b. 신앙에 의지	.05	.02	.03	.11*	.07	.12**	-.06	.15**	.04	.12*	-.09*	1					
3c. 이상적 대처	-.01	-.05	-.01	.09	.14**	.25**	-.07	.18**	-.02	.25**	-.05	.32**	1				
3d. 감정 행동표출	-.17**	-.14**	-.11*	-.22**	.45**	.42**	.16**	.37**	.21**	.48**	.09	.26**	.18**	1			
3e. 회피	.17**	.20**	.11*	.08	-.16**	.01	-.18**	.00	-.14**	-.07	-.25**	.23**	.16**	-.04	1		
4. 결혼만족도	.22**	.20**	.24**	.04	-.22**	.01	-.29**	.06	-.28**	-.01	-.36**	.18**	.14**	-.10*	.43**	1	
평균	2.24	2.38	2.38	1.68	3.28	2.85	3.69	3.01	3.65	3.08	3.40	2.61	1.99	3.64	2.26	2.36	3.50
표준편차	0.50	0.63	0.58	0.49	0.53	0.77	0.80	0.85	0.81	0.85	0.86	0.85	1.12	0.72	0.82	0.78	0.85
왜도	-0.08	0.13	-0.02	0.27	0.01	0.16	-0.44	0.09	-0.38	0.04	-0.23	-0.01	0.81	-0.63	0.50	0.14	-0.45
첨도	-0.42	-0.41	-0.46	-0.69	0.93	-0.13	-0.13	-0.14	-0.13	-0.19	-0.42	-0.42	-0.59	0.86	-0.11	-0.39	-0.31

주. \*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$

의 부부갈등이 높을수록 결혼만족도가 낮아지며 자기자비 또한 낮아지고, 이성적 대처를 덜 하게 되며 감정 및 행동표출과 회피적 대처를 많이 하게 된다는 것을 의미한다. 그리고 자기자비가 높을수록 이성적 대처가 높아지고 감정 및 행동표출과 회피적 대처가 낮아지며 결혼만족도가 높아진다는 것을 의미한다. 또한 이성적 대처가 높을수록 결혼만족도가 높아지고 감정 및 행동표출과 회피적 대처가 높을수록 결혼만족도가 낮아진다는 결과를 보였다.

#### 매개효과 분석

부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 갈등대처방식의 매개효과를 확인하기 위하여 각 경로들의 유의성을 검증하였다. Hayes(2015)의 SPSS Process macro Model 6을 사용하였고 매개변인인 갈등대처방식의 하위요인인 이성적 대처, 감정 및 행동표출, 회피는 각각 구분하여 검증하였다.

#### 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서

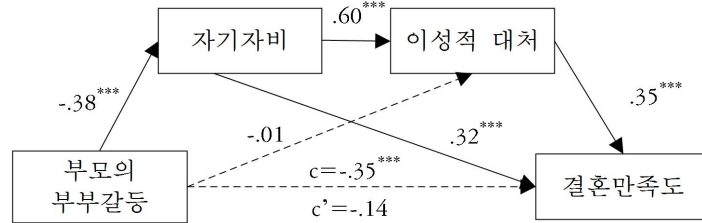
#### 자기자비와 이성적 대처의 매개효과

부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 이성적 대처가 매개하는 모형에 대해 각 경로의 유의성을 검증하여 표 2에 제시하였다. 먼저 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=-.35, p<.001$ ). 부모의 부부갈등은 자기자비에 유의한 부적 영향( $B=-.38, p<.001$ )을 주었고 자기자비에 대한 부모 부부갈등의 설명력은 13%( $R^2=.13$ )로 나타났다. 자기자비가 이성적 대처에 유의미한 영향( $B=.60, p<.001$ )을 미쳤으나, 부모 부부갈등은 유의한 영향을 미치지 않는( $B=.01, p>.05$ ) 것으로 나타났다. 이성적 대처에 대한 부모 부부갈등과 자기자비의 설명력은 20%( $R^2=.20$ )로 나타났다. 또한 부모 부부갈등, 자기자비, 이성적 대처를 순차적으로 투입했을 때, 자기자비와 이성적 대처는 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지 않지만( $B=.32, p<.001; B=.35, p<.001$ ), 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지 않는( $B=-.14, p>.05$ ) 것으로 나타났다. 세 변인의 결혼만족도에 대한 설명력은 21%( $R^2=.21$ )로 나타났다. 분석결과는 그림 2를 통해 시각적

표 2. 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 이성적 대처의 매개분석

종속변인	독립변인	B	SE	t	LLCI	ULCI	F	R <sup>2</sup>
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.35	.08	-4.45***	-.51	-.20	19.80***	.04
자기자비	부모의 부부갈등	-.38	.05	-8.12***	-.48	-.29	65.97***	.13
이성적 대처	부모의 부부갈등	-.01	.07	-0.15	-.14	.12	55.32***	.20
	자기자비	.60	.06	9.76***	.48	.72		
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.14	.08	-1.89	-.30	.01	38.76***	.21
	자기자비	.32	.08	4.02***	.16	.48		
	이성적 대처	.35	.06	6.24***	.24	.46		

주. \*\*\* $p<.001$



주. 유의하지 않은 경로는 점선 표기했음. \*\*\* $p < .001$ .

그림 2. 자기자비와 이성적 대처의 매개모형

으로 확인할 수 있다.

다음으로 회귀모형에서 나타난 세 개의 간접효과(부모의 부부갈등→자기자비→결혼만족도, 부모의 부부갈등→이성적 대처→결혼만족도, 부모의 부부갈등→자기자비→이성적 대처→결혼만족도)의 유의성을 검증하기 위하여 Shrout와 Bolger(2002)의 부트스트래핑을 사용하였다. 이 방법은 매개 모형에서 나타난 각각의 간접효과의 표준오차를 표본수가 동일한 표본의 반복추출을 통해 재추정한다. 95% 신뢰구간(Biased-corrected CI)에서 0을 포함하지 않을 경우 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 해석한다(Shrout & Bolger, 2002). 표 3에서 볼 수 있듯, 부모의 부부갈등이 자기자비를 매개하여 결혼만족도로 가는 간접효과의 경우에 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였다( $B = -.12$ , 95% CI =  $[-.21, -.05]$ ). 즉,

부모의 부부갈등이 높을수록 자기자비가 낮아져 결혼만족도가 낮아지는 과정을 확인할 수 있다. 다음으로 부모의 부부갈등이 자기자비와 이성적 대처를 매개로 결혼만족도로 가는 간접효과가 통계적으로 유의하였다( $B = -.08$ , 95% CI =  $[-.12, -.05]$ ). 즉, 부모의 부부갈등이 높을수록 자기자비 수준이 낮아지고, 자기자비 수준이 낮아질수록 이성적 대처도 낮아져 결과적으로 결혼만족도가 더 낮아지게 되는 과정을 확인할 수 있다. 한편, 부모의 부부갈등이 이성적 대처를 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과의 경우에는 신뢰구간이 0을 포함해 통계적으로 유의하지 않았다( $B = -.00$ , 95% CI =  $[-.05, .04]$ ).

**부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 감정 및 행동표출적 대처의**

표 3. 자기자비와 이성적 대처의 간접효과 유의성 검증

경로	Bootstrap 추정치		95%신뢰구간 (95% Bias-corrected CI)	
	B	SE	LL	UL
부모 부부갈등 → 자기 자비 → 결혼 만족도	-.12	.04	-.21	-.05
부모 부부갈등 → 이성적 대처 → 결혼 만족도	-.00	.02	-.05	.04
부모 부부갈등 → 자기 자비 → 이성적 대처 → 결혼 만족도	-.08	.02	-.12	-.05

주. 부트스트래핑 표본수는 5,000번.

**매개효과**

부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 감정 및 행동표출적 대처가 매개하는 모형에 대해 각 경로의 유의성을 검증하여 표 4에 제시하였다. 부모의 부부갈등은 감정 및 행동표출에 유의한 정적 영향을( $B=.21, p<.01$ ), 자기자비는 부적 영향을( $B=-.18, p<.05$ )을 미치는 것으로 나타났다. 감정 및 행동표출에 대한 부모의 부부갈등과 자기자비의 설명력은 5%( $R^2=.05$ )로 나타났다. 또한 부모 부부갈등, 자기자비, 감정 및 행동표출을 순차적으로 투입했을 때, 자기자비와 감정 및 행동표출적 대처는 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지만( $B=.50, p<.001$ ;  $B=-.20, p<.001$ ), 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지

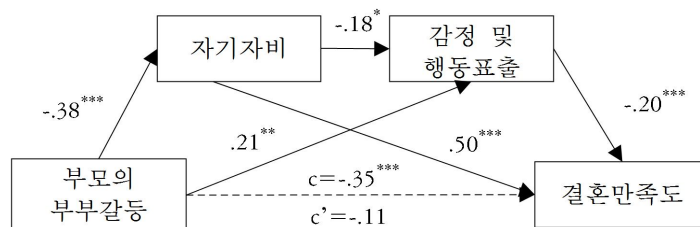
않는( $B=-.11, p>.05$ ) 것으로 나타났다. 세 변인의 결혼만족도에 대한 설명력은 17%( $R^2=.17$ )로 나타났다. 분석결과는 그림 3을 통해 시각적으로 확인할 수 있다.

다음으로 회귀모형에서 나타난 세 개의 간접효과(부모의 부부갈등→자기자비→결혼만족도, 부모의 부부갈등→감정 및 행동표출→결혼만족도, 부모의 부부갈등→자기자비→감정 및 행동표출→결혼만족도)의 유의성을 검증하였다. 표 5에서 볼 수 있듯, 부모의 부부갈등이 자기자비를 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과(경우 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였고( $B=-.19, 95\% CI=[-.29, -.10]$ ), 부모의 부부갈등이 감정 및 행동표출을 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과 또한 통계

표 4. 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 감정 및 행동표출의 매개분석

종속변인	독립변인	B	SE	t	LLCI	ULCI	F	R <sup>2</sup>
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.35	.08	-4.45***	-.51	-.20	19.80***	.04
자기자비	부모의 부부갈등	-.38	.05	-8.12***	-.48	-.29	65.97***	.13
감정 및 행동표출	부모의 부부갈등	.21	.08	2.57**	.05	.37	9.39***	.05
	자기자비	-.18	.08	-2.33*	-.33	-.03		
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.11	.08	-1.35	-.27	.05	30.92***	.17
	자기자비	.50	.08	6.64***	.35	.64		
	감정 및 행동표출	-.20	.05	-4.32***	-.29	-.11		

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



주. 유의하지 않은 경로는 점선 표기. \* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$ .

그림 3. 자기자비와 감정 및 행동표출의 매개모형

표 5. 자기자비와 감정 및 행동표출의 간접효과 유의성 검증

경로	Bootstrap 추정치		95%신뢰구간 (95% Bias-corrected CI)	
	B	SE	LL	UL
부모 부부갈등 → 자기자비 → 결혼 만족도	-.19	0.0471	-0.29	-.10
부모 부부갈등 → 감정 및 행동표출 → 결혼 만족도	-.04	0.0213	-0.09	-.01
부모 부부갈등 → 자기자비 → 감정 및 행동표출 → 결혼 만족도	-.01	0.0079	-0.03	.001

주. 부트스트래핑 표본수는 5,000번.

적으로 유의하였다( $B=-.04$ , 95% CI= [-.09, -.01]). 그러나 부모의 부부갈등이 자기자비와 감정표출적 대처를 순차적으로 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과는 신뢰구간이 0을 포함해 통계적으로 유의하지 않았다( $B=-.01$ , 95% CI= [-.03, .001]).

**부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 회피적 대처의 매개효과**

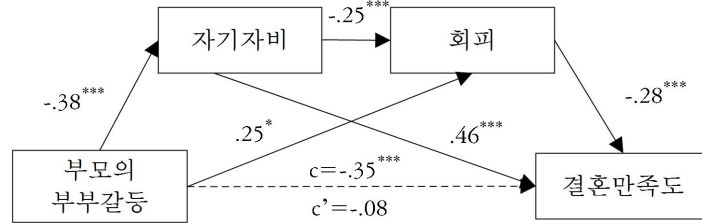
부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 회피적 대처가 매개하는 모형에 대해 각 경로의 유의성을 검증하여 표 6에 제시하였다. 부모 부부갈등은 회피적 대처에 유

의한 정적 영향( $B=.25$ ,  $p<.05$ )을, 자기자비는 유의미한 부적 영향( $B=-.25$ ,  $p<.001$ )을 주는 것으로 나타났다. 회피적 대처에 대한 자기자비와 부모 부부갈등의 설명력은 7%( $R^2=.07$ )로 나타났다. 또한 부모 부부갈등, 자기자비, 회피적 대처를 순차적으로 투입했을 때, 자기자비와 회피적 대처는 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지만( $B=.46$ ,  $p<.001$ ;  $B=-.28$ ,  $p<.001$ ), 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 유의한 영향을 미치지 않는( $B=-.08$ ,  $p>.05$ ) 것으로 나타났다. 세 변인의 결혼만족도에 대한 설명력은 20%( $R^2=.20$ )로 나타났다. 이는 그림 4에 제시하였다.

표 6. 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 회피의 매개분석

종속변인	독립변인	B	SE	t	LLCI	ULCI	F	R <sup>2</sup>
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.35	.08	-4.45***	-.51	-.20	19.80***	.04
자기자비	부모의 부부갈등	-.38	.05	-8.12***	-.48	-.29	65.97***	.13
회피	부모의 부부갈등	.25	.08	3.23*	.10	.40	17.17***	.07
	자기자비	-.25	.07	-3.40***	-.39	-.10		
결혼만족도	부모의 부부갈등	-.08	.08	-1.01	-.23	.08	36.96***	.20
	자기자비	.46	.07	6.25***	.32	.61		
	회피	-.28	.05	-5.86***	-.38	-.19		

주. \* $p<.05$ , \*\*\* $p<.001$



주. 유의하지 않은 경로는 점선 표기했음. \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ .

그림 4. 자기자비와 회피의 매개모형

표 7. 자기자비와 회피의 간접효과 유의성 검증

경로	Bootstrap 추정치		95%신뢰구간 (95% Bias-corrected CI)	
	B	SE	LL	UL
부모 부부갈등 → 자기자비 → 결혼 만족도	-.18	.05	-.28	-.09
부모 부부갈등 → 회피 → 결혼 만족도	-.07	.03	-.13	-.02
부모 부부갈등 → 자기자비 → 회피 → 결혼 만족도	-.02	.01	-.05	-.01

주. 부트스트래핑 표본수는 5,000번.

다음으로 회귀모형에서 나타난 세 개의 간접효과(부모의 부부갈등→자기자비→결혼만족도, 부모의 부부갈등→회피→결혼만족도, 부모의 부부갈등→자기자비→회피→결혼만족도)의 유의성을 검증하였다. 표 7에서 볼 수 있듯, 부모의 부부갈등이 자기자비를 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과의 경우 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였고( $B = -.18$ , 95% CI=[-.28, -.09]), 부모의 부부갈등이 회피를 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과의 경우에도 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였다( $B = -.07$ , 95% CI=[-.13, -.02]). 즉, 부모의 부부갈등이 높을수록 회피가 높아지게 되고 결혼만족도가 낮아진다. 끝으로 부모의 부부갈등이 자기자비와 회피를 순차적으로 거쳐 결혼만족도로 가는 간접효과가 통

계적으로 유의하였다( $B = -.02$ , 95% CI=[-.05, -.01]). 즉, 부모의 부부갈등이 높을수록 자기자비 수준이 낮아지고, 낮은 자기자비는 회피적 대처를 높여 결과적으로 결혼만족도가 낮아지게 되는 과정을 확인할 수 있다.

## 논 의

본 연구에서는 중년기 기혼자를 대상으로 그들이 성장과정에서 경험하고 지각한 부모의 부부갈등이 자신의 결혼만족도에 영향을 미칠 것으로 가정하고, 결혼만족도에 영향을 미치는 사회·환경적 요인과 개인적 요인, 그리고 상호관계적 요인을 살펴보았다. 사회·환경적 요인으로는 원가족의 특성인 부모의 부부갈등,

개인적 요인으로는 자기자비, 상호관계적 요인으로는 부부갈등대처방식을 선정하여, 부모의 부부갈등과 기혼자녀의 결혼만족도의 관계에서 자기자비와 부부갈등대처방식(이성적 대처, 감정 및 행동표출, 회피)의 매개효과를 검증하여 상담 개입이 가능한 변인을 찾고자 했다. 최규련(1994)의 연구에서 가족의 응집성과 적응성 수준에 따라 부부갈등대처방식 중 이성적 대처와 감정 및 행동표출, 회피방안의 차이가 나타났지만 외부도움요청과 신앙에 의지는 유의한 차이를 보이지 않았을 뿐만 아니라, 두 변인은 본 연구에서도 결혼만족도와 상관관계가 유의하지 않아 분석에서 제외하였다. 본 연구에서 밝혀진 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 간접적으로 부정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 원가족에서 일어나는 다양한 상호작용 중에서 어린 시절 부모의 부부갈등 경험이 성인기의 부부관계에까지 부정적인 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이 결과는 부모의 갈등시 상호작용 패턴이 모델링을 통해 세대간에 전수되어 원가족에서 경험된 부모의 부부 역동이 현재 자신의 이성 관계에도 영향을 미친다는 Kerr & Bowen(2005)의 이론을 지지한다. 또한 원가족 부모의 부부갈등은 자녀의 결혼이미지와 기혼자녀의 부부관계 및 결혼안정성과 질에까지 영향을 미친다고 밝힌 연구(김경주, 김영혜, 2015; 김승희, 2014)와도 맥을 같이 한다. 따라서 원가족에서 경험한 부모의 부부갈등이 중년이 된 기혼자녀의 결혼만족도에도 영향을 미치는 중요한 변인임을 확인해 주어, 부부상담에서 부모의 부부갈등에 대한 인식변화의 개입이 필요함을 보여준다.

둘째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관

계에서 자기자비의 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 부모의 부부갈등과 기혼자녀의 결혼만족도 간에 부적 상관 및 부적 영향이 있었으나 자기자비를 매개변인으로 투입했을 때 부모의 부부갈등은 자기자비를 통해서만 결혼만족도에 영향을 미친다는 것인데, 부모의 부부갈등을 높게 지각한 사람은 자신뿐만 아니라 타인에게도 친절하고 수용적인 태도인 자기자비 수준이 낮기 때문에 이를 바탕으로 결혼만족이 낮아진다는 것이다. 이는 부모의 부부갈등은 자녀에게 중요한 스트레스원으로 작용하기에(장진아, 신희천, 2006), 이러한 스트레스가 일으킨 부정적 정서는 고통스러운 경험에 있어 자신을 비난하게 하고 이러한 고통이 인간 삶의 보편적인 부분이 아니라 자신만이 겪는 아픔이라고 생각하여 고통스러운 생각이나 감정을 거부하게 하기 때문에 스트레스 상황에서 평정심을 유지하기 어려워(Leary, Tate, Adams, Allen, & Hancock, 2007) 결혼생활에서도 만족감을 느끼기 어렵다는 것을 의미한다. 이는 남녀 청소년 모두 부모의 부부갈등이 자기자비와 부적 상관을 보였다는 연구(박문정, 강지현, 2017) 및 원가족으로부터 건강한 체험을 한 사람은 자기자비 수준이 높아진다고 한 연구(박미화, 홍지영, 2019)와 연결지어 이해할 수 있다. 또한 자기자비 수준이 높을수록 결혼만족도가 높았던 선행연구(최닷움, 최한나, 2019)와 일치하는 결과이다. 이와 더불어 본 연구에서 나타난 자기자비의 완전매개효과는 자신의 원가족 부모의 부부갈등을 높게 지각하더라도 자기자비를 통해서 결혼만족도를 높일 수 있음을 의미한다. 이는 기혼자녀의 결혼만족도에 영향을 미치는 부모의 부부갈등의 중요성에도 불구하고 부모의 부부갈등은 기혼자녀의 결혼만족도에 간접적



인 영향을 준다는 이영희, 이윤주(2011)와 이진(2016)의 연구와 개인의 부정적인 경험이 세대를 거쳐 영향을 미치는 정도가 다른 변인에 의해 감소될 수 있다는 전연진(2002)의 연구와 같은 맥락이다. 자기자비는 자기평가적인 개념이라기보다는 자신의 부정적 정서를 수용하도록 돕는 방법이기(김다민, 이해란, 2020) 상담 장면에서 부부관계의 갈등이 있는 내담자들에게 자기조절능력을 향상시키는 방법으로 인정받고 있으며(Terry & Leary, 2011), 또한 최근 심리치료 및 상담에서 자비를 기반으로 한 개입이 활발하게 이루어지고 있다(Tirch, Schoendorff & Silberstein, 2014). 자기자비는 관계에서 긍정적으로 작용하는 변인인 동시에 개입에 의해 보다 수월하게 변화 가능한 변인이며(Neff, 2003a), 명상 등의 노력을 통해 향상시킬 수 있는 태도(정영숙, 김수빈, 2014)이기 때문에 이를 부부 상담에 적용해볼 수 있다. 이미 형성된 부모의 부부갈등에 대한 지각은 변화를 통한 변화가 가능한 개입이기 때문에 부부 상담 장면에서 결혼만족도를 높이는 데 도움을 줄 것으로 기대할 수 있다. 특히 중년여성을 대상으로 8회기의 MBSR(마음챙김을 바탕으로 한 스트레스 감소 프로그램)을 바탕으로 구성된 가족관계향상 불교명상 프로그램을 실시했을 때 자기자비 수준이 증가하고 결혼만족도가 높아진 것으로 나타난 강미자(2016)의 연구가 부부 상담 개입의 좋은 예가 되는 것으로 여겨진다.

셋째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 갈등대처방식의 매개효과를 살펴본 결과, 이성적 대처, 감정 및 행동표출, 회피에서 각각 부분매개효과가 나타났다. 부부갈등대처방식의 하위요인별로 살펴보면, 부모의 부부

갈등이 높을수록 이성적 대처를 낮추어 결혼만족도를 낮추는 결과를 보였고, 감정 및 행동표출 또는 회피적인 대처를 많이 하게 하여 결혼만족도를 낮게 지각하도록 하였다. 즉, 자녀는 부모를 모델링하여 갈등대처방법을 배워 타인과의 갈등상황에도 대처하기 때문에(양지연, 2005), 부부갈등에 자주 노출된 자녀는 부모의 갈등이 부정적인 방식으로 처리되는 것을 경험하여(장희숙, 2002) 부부관계 시 갈등국면에서 서로에 대한 존중을 바탕으로 양측의 욕구를 동시에 충족시키기 위한 갈등해결 전략을 사용할 수 없게 되어 결혼만족도가 저하된다는 의미이다. 이는 부부간 상호작용이 성인 자녀의 갈등 해결에까지 영향을 미친다는 연구(백지선, 2019; 조하늬, 최연실, 2018) 및 부모의 부부관계는 이성관계의 긍정적 갈등대처방식과 정적 상관, 부정적 갈등대처방식과는 부적 상관을 보인다는 연구(김진, 2019)를 확인하는 결과이다. 또한 부정적 감정·행동표출과 회피보다는 이성적 대처를 많이 사용할수록 결혼만족도가 높았음을 시사한 선행연구들(서진숙, 2019; 이찬민, 2019; 조미정, 2020)과 일치하는 결과이다. 더불어 부모의 부부갈등과 결혼안정성과의 관계에서 이성적 대처와 회피적 대처가 부분 매개한다는 황지인 외(2014)의 연구와 맥을 같이 한다. 따라서 부모의 부부갈등을 높게 지각하는 기혼자녀의 결혼만족도를 높이기 위해서는 원가족 부모의 부부갈등에 대한 탐색을 통해 현재 부부간 갈등대처방식의 원인을 이해하는 과정이 필요하다. 또한 갈등의 원인을 이해하고 타협하는 부부대화 프로그램 등 부정적인 대처를 합리적인 대처방식으로 바꾸는 교육 및 상담 개입이 필요함을 시사한다.

넷째, 부모의 부부갈등과 중년기 부부의 결

혼만족도의 관계에서 자기자비와 이성적 대처의 순차적 매개효과를 살펴본 결과 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 직접적인 영향을 주지 않았고, 자기자비는 완전매개효과를 나타내었으며, 자기자비는 이성적 대처를 통해 결혼만족도에 순차적으로 영향을 주었다. 자기자비와 회피적 대처의 순차매개효과에서는 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 직접적인 영향을 주지 않았고, 자기자비는 회피적 대처를 통해 순차적으로 부분매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 어린 시절 부모의 부부갈등을 경험한 사람들은 자기를 있는 그대로 수용하여 친절하게 대하지 못하고, 이로 인해 자신의 부부관계에서도 갈등 상황에서 합리적인 대처방식을 선택하지 못함으로써 결과적으로 결혼생활에 만족하지 못하게 되지만, 자기자비 수준이 높을 경우 이성적 대처를 높이고 회피적 대처를 낮추어 결혼만족도를 높일 수 있다는 것을 의미한다. 이를 통해 부모의 부부갈등이 결혼만족도에 미치는 영향을 자기자비와 갈등대처방식을 통해 완화할 수 있음을 확인할 수 있다. 다수의 연구에서 부부갈등시 문제의 원인을 이해하고 배우자와 타협으로 해결하려고 노력하는 이성적인 대처방식을 사용하도록 돕는 개입이 결혼만족도를 높이는 데 도움이 됨을 밝혔으나, 이성적 갈등대처방식을 보다 지속적으로 활용하기 위해서는 갈등해결방식에 영향을 미치는 개인의 특성을 우선적으로 고려하여 이에 대한 작업이 먼저 이루어져야 함을 보고하였다(조하늬, 최연실, 2018). 본 연구에서 자기자비라는 개인적 특성이 갈등대처방식에 선행하여 결혼만족도에 영향을 준다는 결과를 나타냈는데, 특히 이성적 대처에 있어서는 자기자비와 이성적 대처를 순차적으로 투입했을 때 부모의 부부갈등이

이성적 대처에 미치는 직접효과가 사라지고 자기자비와 갈등대처방식이 부모의 부부갈등과 결혼만족도 사이를 완전매개하는 것으로 나타나 긍정적인 갈등대처방식에 있어 자기자비의 중요성을 시사해준다. 즉 자기자비는 개인의 부정적 경험에 대한 반응을 조절하는 전략으로, 부모의 부부갈등을 경험했음에도 불구하고 자신의 부부갈등 상황에서 이성적인 대처를 선택하여 지속적인 변화를 돕게 하는 효과적인 방법임을 알 수 있다. 이러한 결과는 자기자비 수준이 높은 사람은 갈등 상황에서 보다 긍정적이고 효과적인 대처방식을 사용하며(방초아, 신희천, 2016), 원가족 건강성이 높을수록 자기자비 수준이 높아져 이에 따라 적응적인 갈등대처방식을 선택하여 부부적응을 높게 지각한다는 연구(박미화, 홍지영, 2019)와 맥을 같이한다. 한편, 자기자비와 감정 및 행동표출의 순차매개효과는 확인되지 않았다. 이는 자기자비 수준이 높은 사람은 자신의 감정을 인식하고 표현하기 때문에, 감정 및 행동표출이 부정적으로 표현되었을 때에는 결혼만족도를 낮추는 결과를 가져오지만 감정표현 자체가 오히려 부부관계에서 자신의 마음을 상대에게 알리고 이해를 돕는 기회를 제공할 수 있어 부부관계에서 긍정적으로 작용했을 가능성을 생각해볼 수 있다.

본 연구는 다음의 의의가 있다. 첫째, 부모의 결혼만족도에 영향을 미치는 사회·환경적 요인인 부모의 부부갈등과 개인 심리내적 변인인 자기자비, 그리고 상호관계적 변인인 부부갈등대처방식을 동시에 살펴봤다는 데 의의가 있다. 기존의 연구에서는 부모의 부부갈등과 자녀의 갈등대처방식, 갈등대처방식과 결혼만족도, 자기자비와 결혼만족도, 자기자비와 갈등대처방식의 관계를 각각 검증한 연구가

대다수인 반면, 본 연구에서는 부모의 부부갈등과 자기자비, 부부갈등대처방식, 결혼만족도의 관계를 매개모형에 적용하여 단일 모델로 검증하였을 때 각 갈등대처방식에 대한 이중매개효과를 확인하여 결혼만족도를 높일 수 있는 심리적 기제를 확인하였다.

둘째, 원가족 부모의 부부갈등과 자녀의 결혼만족도와 관계에서 자기자비의 매개경로를 확인하였다. 그간의 연구에서는 원가족 건강성이라는 포괄적인 개념을 사용하여 어린 시절 부모, 형제자매와의 역동적인 상호관계 및 원가족의 전반적인 경험이 자기자비에 영향을 미치는 과정을 설명한 반면, 본 연구에서는 원가족의 다양한 관계 경험 중에서 부모의 부부갈등이 자녀의 부부관계에서 모델링되는 과정에 초점을 두어 기혼자녀의 자기자비와의 관계가 유의함을 확인하였다는 점에서 의미를 찾을 수 있다.

셋째, 부모의 부부갈등이 중년기 기혼자녀의 갈등대처방식에 미치는 영향에 대해 검증하였다는 데 의의가 있다. 선행연구에서 성인은 부모의 영향력에서 벗어나 독립적으로 기능하는 존재로 간주되어 아동 및 청소년에 비해 부모의 영향력과 관련된 연구가 부족했다(백지선, 2019). 특히 부모의 부부갈등과 관련하여 초기 성인기 미혼 자녀들에 대한 연구가 최근 이루어지고 있으나, 기혼자녀에 대한 연구는 부족한 실정이다. 그러나 본 연구에서 기혼자녀가 지각한 부모의 부부갈등은 결혼만족도에 부정적 영향을 미치며 적응적인 갈등대처방식의 사용을 저해하고 부적응적인 갈등대처방식을 사용하게 하는 요인임을 확인하여, 부모의 부부갈등은 미혼자녀뿐만 아니라 기혼 부부에게까지 영향을 미치는 변인이라는 점을 밝혔다. 특히 생애주기상 많은 변화에 노출되

어 결혼만족에 위기를 겪는 시기인 중년기 부부에게까지 부모의 부부갈등이 영향을 줌을 밝혀, 중년기 부부관계에 대한 상담 시 부모의 부부갈등에 대한 지각을 살펴보고, 이를 통해 부부갈등상황에서 자신이 사용하는 갈등대처방식에 대한 인식을 높일 수 있을 것이다.

넷째, 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 개인내적 변인인 자기자비가 부부갈등대처행동을 순차매개하는 기제를 밝혔다. 학술적 의의와 함께 자기자비가 개인적 차원을 넘어 부부의 갈등대처방식에 미치는 역할을 경험적으로 검증하여 결혼생활의 만족도가 낮은 내담자에 대한 유용한 상담전략을 제공했다는 데 의의가 있다. 개인의 성장과정에서 형성된 부모의 부부갈등에 대한 지각을 바꾸는 것은 한계가 있지만, 훈련을 통해 변화 가능한 자기자비와 부부갈등대처방식이 결혼만족도를 높일 수 있음을 규명하였고, 또한 자기자비라는 개인내적 변인이 부부갈등대처방식이라는 대인관계적 변인에 영향을 준다는 것을 밝혀 긍정적 갈등대처방식의 지속적 활용을 위해서는 자기자비에 대한 개입이 선행될 때 더욱 효과가 있음을 밝혔다. 이에 상담자는 부부갈등을 겪는 내담자에게 자신이 스스로를 대하는 태도가 배우자에게 취하는 태도에 영향을 줄 수 있음을 인식하도록 하고, 무비판적 자아성찰, 인간의 보편적인 고통에 대한 통찰을 향상시키는 훈련 및 부정적 사건을 맞닥뜨렸을 때 겸허한 마음을 가지도록 돕는 자기자비 개입을 적용할 수 있다(박찬미, 설경옥, 2017). 이러한 자기조절 전략을 통해 스스로를 보살피게 되고 자신의 나약하고 취약한 모습까지도 인정, 수용하게 되어(박세란, 2015), 배우자와의 갈등 상황에서도 상대를 돌보는 마음으로 이해를 넓혀 회피적으로 표현

하기보다는 자신의 의사를 이성적으로 분명하게 표현하는 대처전략을 선택하도록 개입하여 결과적으로 결혼만족도를 높일 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 남녀를 구분하지 않고 전체로 분석하였고 연구 참여자의 여성 비율이 높았다. 그러나 부부관계에 영향을 미치는 요인들은 성별에 따라 다른 역동을 드러내는 경우가 많기 때문에 추후 연구에서는 성비를 맞추어 성별에 따른 차이를 확인할 필요가 있다. 둘째, 본 연구의 대상인 중년기 부부는 대부분 자녀가 청소년 및 성인기에 접어들며 부모로서의 역할이 변화함에 따라 부모-자녀관계가 부부갈등 및 결혼만족에 영향을 줄 수 있다. 그러나 본 연구에서는 자녀의 유무나 자녀의 연령 요인을 배제하고 전체적인 중년기 부부의 결혼만족에 대한 연구를 실시하였다. 최근 한국 사회에서는 전형적인 가족상에서 벗어난 무자녀 부부 및 비동거 부부 등 다양한 부부의 형태가 증가하고 있다. 또한 초혼 연령의 증가에 따라 중년기에도 자녀 양육과 교육의 부담이 지속되는 경우도 있어, 추후 다양한 모습의 중년기 부부로 구성된 가족 형태에 따른 결혼만족도를 살펴보기 위해 자녀의 유무, 연령이나 동거 여부 등 다양한 요인을 추가하여 연구하는 것이 필요하다. 셋째, 본 연구는 중년기 부부의 결혼만족도에 대한 연구로 부부를 대상으로 한 대응표본 표집을 하지 않아 짝데이터 분석을 실시하지 않았다. 결혼만족도에는 남편과 아내 각자의 요인뿐 아니라 배우자의 요인 또한 크게 영향을 미치기에, 결혼만족도의 영향 요인을 상호역동적인 면에서 조금 더 면밀하게 살펴보기 위해서는 본 연구를 기초로 추후에는 부

부 대상 짝데이터를 표집하여 상호관계를 파악할 수 있는 분석이 수행될 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 자기자비와 그 하위요인의 효과를 모형 안에서 나누어 검증하지 않았다. 자기자비의 각 요인들이 심리증상에 미치는 영향이 다를 수 있기에 후속 연구에서는 자기자비의 하위요인들이 구체적으로 어떠한 효과를 가지고 있는지 각각 검증할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구에서 사용한 척도들은 자기보고식 설문으로 이루어져 연구 참여자들의 주관적 인식으로 실제보다 과장 혹은 축소하여 보고할 가능성 또는 무성의한 태도로 응답했을 가능성이 있다. 또한 설문의 구성 내용에 부모의 부부갈등이나 자신의 결혼생활에서의 어려움 등 다소 민감한 부분이 포함되어 있어 솔직한 응답에 어려움이 있을 수 있다. 따라서 이러한 한계점의 보완을 위해 관찰법, 질적 연구, 개인 면접 등의 다양한 연구방법을 통해 결과의 타당성을 높일 수 있는 연구를 제안한다.

## 참고문헌

- 강미자 (2016). 가족관계향상을 위한 불교명상프로그램이 중년여성의 알아차림, 자기-자비, 역할스트레스 및 결혼만족도에 미치는 효과. 동국대학교 박사학위논문.
- 강선모 (2014a). 부모의 부부갈등이 자녀의 수치심에 미치는 영향에 있어서 부모화의 매개효과. 청소년학연구, 21(4), 257-283.
- 강선모 (2014b). 부모화가 안녕감에 미치는 영향에 있어 자기자비의 매개효과. 인문학논총, 36, 431-458.
- 강혜숙, 김영희 (2008). 결혼초기 부부의 결혼

- 만족도와 안정성에 관련된 요인. *한국가족치료학회지*, 16(1), 135-156.
- 강혜숙, 김영희 (2012). 부부의 성격특성이 결혼만족도에 미치는 자기효과와 상대방 효과. *상담학연구*, 13(6), 2861-2880.
- 권영옥, 이정덕 (1997). 자녀가 지각한 부부갈등척도(CPIC)의 타당화 연구. *아동학회지*, 18(1), 65-80.
- 권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구 1. *한국심리학회지: 임상*, 18(1), 123-139.
- 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경 (2008). 한국판 자기-자비 척도의 타당화 연구: 대학생을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 13(4), 1023-1044.
- 김경주, 김영혜 (2015). 기혼남녀가 지각한 원가족 부모의 부부갈등과 결혼만족도의 관계에서 자기분화의 매개효과 검증. *한국가족관계학회지*, 20(3), 93-112.
- 김남진 (2005). 부부의 자아분화에 따른 부부갈등과 결혼만족도 및 안정성. *충북대학교 석사학위논문*.
- 김남진, 김영희 (2010). 기혼남녀의 자아분화에 따른 부부갈등과 결혼만족도 및 안정성. *한국가족관계학회지*, 15(1), 197-225.
- 김다민, 이혜란 (2020). 대학생의 내현적 자기애와 평가염려 완벽주의의 관계: 자기자비의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 1669-1694.
- 김병수, 정혜정 (2007). 원가족 경험 및 결혼만족도와 혼외관계 경험. *한국가족관계학회지*, 12(3), 177-205.
- 김승희 (2014). 신학생 부부의 원가족 건강성 지각과 갈등대처행동이 결혼적응에 미치는 영향. *승실대학교 석사학위논문*.
- 김영희 (1999). 결혼생활의 질과 안정성: 이론적 모델의 검증. *대한가정학회지*, 37(6), 77-95.
- 김진 (2019). 자녀가 지각한 부모의 부부관계가 자녀의 이성관계 갈등대처방식에 미치는 영향: 정서조절 매개효과. *단국대학교 석사학위논문*.
- 김현주, 이동원, 김모란 (1995). 남녀 대학생의 성역할 모델과 취업 및 결혼관. *한국문화연구*, 66(1), 191-212.
- 김희경 (2006). 노인의 자아통합감과 영향요인. *노인간호학회지*, 8(1), 24-35.
- 나남숙, 이인수 (2017). 자기분화, 결혼만족도, 헌신간의 관계: 자기효과와 상대방효과 적용. *가족과 가족치료*, 25, 115-136.
- 박문정, 강지현 (2017). 청소년이 지각한 부모의 부부갈등이 우울과 공격성에 미치는 영향: 자기자비의 조절효과. *상담학연구*, 18(4), 167-190.
- 박미화, 홍지영 (2019). 기혼남녀가 지각한 원가족 건강성과 부부적응의 관계에서 자기자비와 갈등대처방식의 순차적 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 19(14), 659-689.
- 박상화, 하창순 (2016). 기혼자의 자아존중감, 부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계: 정서인식의 조절효과. *한국상담학회지*, 17(6), 499-522.
- 박세란 (2015). 자기자비가 자기조절과정에 미치는 영향: 자기자비 증진 프로그램의 개발 및 효과 검증. *서울대학교 박사학위논문*.
- 박영화, 고재홍 (2005). 부부의 자존감, 의사소통방식 및 갈등대처행동과 결혼만족도의 관계. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 19(1), 65-83.
- 박찬미, 설경옥 (2017). 자기자비와 관계만족에

- 서 갈등대처행동의 매개: 자기효과와 상대방효과 분석. 한국가족관계학회지, 22(3), 29-46.
- 방초아, 신희천 (2016). 미혼커플의 자기자비가 관계만족에 미치는 영향: 자기-상대방 상호의존성 모델을 적용한 적응적 갈등해결 전략의 매개효과 분석. 심리유형과 인간발달, 17(1), 59-80.
- 백지선 (2019). 미혼 성인남녀가 지각한 부모의 부부갈등과 이성교제만족도 관계에서 갈등해결전략의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 사수연 (2016). 기혼 남녀의 성인애착과 결혼만족의 관계: 정서자각과 정서표현억제의 매개효과. 한국계슈탈트상담연구, 6(1), 59-79.
- 서미아(2014). 중년이 부부갈등이 부부적응에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 14(2), 343-354.
- 서연우, 변상해(2019). 원가족 건강성이 회복탄력성을 매개로 부부갈등 대처행동에 미치는 영향. 학습자중심교과교육연구, 19(20), 647-667.
- 서정숙 (2010). 부모 부부갈등과 기혼자녀 부부갈등의 관계에서 부모 양육태도와 기혼자녀의 자아탄력성, 성의 매개효과. 대구가톨릭대학교 박사학위논문.
- 서진숙 (2019). 중년부부 갈등과 갈등대처방식 및 결혼만족도 간의 관계. 군산대학교 석사학위논문.
- 안경애 (2003). 여대생의 이성교제 중 갈등표출행동 유형과 영향요인. 간호과학, 15(1), 50-60.
- 양지연 (2005). 아동이 지각한 부모간 갈등과 또래관계에서의 갈등해결전략. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 오종현 (2016). 원가족 경험과 결혼만족 관계에 미치는 자기분화와 자아존중감의 매개효과. 인문사회, 7(2), 509-532.
- 유영주, 이인수, 김순기, 최희진 (2013). 한국형 가족건강성척도Ⅱ(KFSS-Ⅱ) 개발 연구. 한국가정관리학회지, 31(4), 113-129.
- 윤자영, 정남운 (2020). 부적응적 완벽주의가 분노표현양식에 미치는 영향: 정서인식명확성과 자기자비의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 32(4), 1769-1789.
- 이경성, 한덕웅 (2001). 부부관계에서 배우자행동의 귀인이 결혼만족과 이혼 의도에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 41-64.
- 이선미, 전귀연 (2005). 결혼초기 남편과 아내가 인지한 갈등대처방식의 상호작용패턴이 결혼만족도에 미치는 영향. 대한가정학회지, 43(7), 93-107.
- 이영실 (2010). 가족복지론. 서울: 양서원.
- 이영희, 이윤주 (2011). 부모의 부부갈등과 원가족분화, 부부친밀감이 결혼만족도에 미치는 영향. 상담학연구, 12(1), 43-58.
- 이진 (2016). 기혼남녀가 지각한 부모의 부부갈등이 결혼안정성에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 이찬민 (2019). 중년 여성이 지각하는 남편의 효의식과 결혼만족도 간의 관계에서 갈등대처행동의 매개효과. 상명대학교 석사학위논문.
- 이훈구 (2004). 이혼이 자녀에게 미치는 효과에 관한 개관 연구. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 10, 47-53.
- 장진아, 신희천 (2006). 부부갈등이 청소년 자녀의 부적응에 미치는 영향: 자아탄력성, 부모 양육태도, 사회적 지지의 매개과정.

- 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(3), 569-592.
- 장희숙 (2002). 부모의 폭력 및 지지행동이 이성교제폭력에 미치는 영향. *한국사회복지학회*, 50, 131-156.
- 전연진 (2002). 삼세대 가족관계 경험과 아동의 스트레스 대처행동이 아동의 행동문제에 미치는 영향. *연세대학교 박사학위논문*.
- 전춘애, 박성연 (1994). 부부의 자아분화수준과 출생가족에 대한 정서적 건강 지각이 결혼안정성에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 32(4), 117-133.
- 전혜성, 서미아 (2012). 중년기 부부의 부부권력 및 성역할태도가 결혼만족도에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*, 12(4), 356.
- 정경아, 김봉환 (2010). 성인애착, 공감능력 및 결혼만족도 간의 관계. *인간이해*, 31(1), 89-104.
- 정문자, 전연진 (2004). 부모의 원가족 경험과 부부갈등 및 아동 행동문제의 일반적 성향과 이들 간의 인과관계. *대한가정학회지*, 42(9), 161-175.
- 정영숙, 김수빈 (2014). 대학신입생의 자기존중감, 자기자비와 대처전략 및 대학생활 적응의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 27(4), 117-138.
- 정은희 (2004). 원가족분화, 자아존중감과 부부갈등대처방식에 따른 결혼안정성 연구. *성신여자대학교 석사학위논문*.
- 조미정 (2020). 신혼기 남녀의 자기분화가 결혼만족도에 미치는 영향: 성별에 따른 갈등대처방식의 조절된 매개효과. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 조성희, 박소영 (2010). 여성의 결혼만족도에 영향을 주는 요인에 관한 연구. *한국가족복지학*, 29, 149-174.
- 조안나 (2009). 부부갈등과 자아탄력성이 대학생 자녀의 대인관계문제에 미치는 영향. *명지대학교 석사학위논문*.
- 조유리, 김경신 (2000). 부부의 갈등대처행동과 결혼만족도. *한국가족학회지*, 5(2), 1-21.
- 조하늬, 최연실 (2018). 대학생이 지각한 부모의 부부관계가 이성관계 갈등해결 전략에 미치는 영향: 정서지능의 매개효과. *상담학연구*, 19(3), 233-255.
- 최규련 (1994). 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 12(2), 140-152.
- 최규련 (1995). 가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안과 부부의 심리적 적응과의 관계. *대한가정학회지* 33(6), 99-113.
- 최달음, 최한나 (2019). 부부의 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향: 자기효과 및 상대방효과. *심리유형과 인간발달*, 20(2), 19-35.
- 최현미 (1997). 원가족 척도 연구 : 결혼 초기 부부를 중심으로. *이화여자대학교 박사학위논문*.
- 통계청 (2020). 2019년 혼인·이혼 통계.
- 한경혜, 최현자, 은기주, 이정화, 주소현, 김주현 (2011). 한국 베이비부머들의 삶의 지평. *서울대학교 고화노령 사회연구소*.
- 황지인, 함경애, 천성문 (2014). 부모의 부부갈등과 결혼안정성과의 관계에서 부부갈등대처방식의 매개효과. *인문학논총*, 36, 381-405.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650-666.
- Anchin, D. (2010). *Does self-compassion affect stress?*

- Testing a decreased vulnerability hypothesis*. State university of New York at New Paltz.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Brown, C. L., Chen, K.-H., Wells, J. L., Otero, M. C., Connelly, D. E., Levenson, R. W., & Fredrickson, B. L. (2021). Shared emotions in shared lives: Moments of co-experienced affect, more than individually experienced affect, linked to relationship quality. *Emotion*. Advance online publication.
- Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211-237.
- Cummings, E. M., Vogel, D., Cummings, J. S., & El-Sheikh, M. (1989). Children's response to different forms of expression of anger between adults. *Child Development*, 60(6), 1392-1404.
- Cummings, E. M., Zahn-Waxler, C., & Radke-Yarrow, M. (1981). Young children's responses to expressions of anger and affection by others in the family. *Child Development*, 52, 1274-1281.
- 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, 227-268.
- Gottheim, C. P. (2009). *Self-esteem, self-compassion, defensive self-esteem, and related features of narcissism as predictors of aggression*. State University of New York at Albany.
- Gottman, J. M. (1992). *Why marriage succeed or fail*. Schuster and Simon.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14 year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737-745.
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process*, 41(2), 159-197.
- Grych, J. H., & Fincham, K. D. (1990). Marital conflict and child adjustment : A cognitive contextual framework. *Psychological Bulletin*, 108, 267-290.
- Grych, J. H., Seid, M., & Fincham, K. D. (1992). Assessing marital conflict from the child's perspective: The children's perception of interparental conflict scale. *Child Development*, 63(3), 558-572.
- Harvey, J., Crowley, J., & Woszidlo, A. (2019). Mindfulness, conflict strategy use, and relational satisfaction: A dyadic investigation. *Mindfulness*, 10(4), 749-758.
- Hayes, A. F. (2015). An index and test of linear moderated mediation. *Multivariate behavioral research*, 50(1), 1-22.
- Jacobson, E. H. K., Wilson, K. G., Kurz, A. S., & Kellum, K. K. (2018). Examining self-compassion in romantic relationships. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 8, 69-73.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (2005). 가족치료이론 (남순현, 전영주, 황영훈 역). 서울: 학지사. (원전은 2007에 출판).
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social*



- Psychology*, 92(5), 887-904.
- Lewis, R. A., & Spanier, G. B. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 42(4), 825-839.
- McCubbin, H. I., Larsen, A. S., & Olson, D. H. (1982). F-COPES: Family coping strategies. In D. H. Olson, H. I. McCubbin, H. L. Barnes, A. S. Larsen, M. J. Muxen, & M. A. Wilson(eds.). *Family Inventories*. St. Paul: Univ. of Minnesota.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D., & Beretvas, S. N.(2013). The role of self-compassion in romantic relationships. *Self and Identity*, 12(1), 78-98.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and other-focused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and identity*, 12(2), 160-176.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self compassion versus global self esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23-50.
- Petersen, L. (2014). Self-compassion and self-protection strategies: The impact of self-compassion on the use of self-handcapping and sandbagging. *Pers Individ Dif*, 56, 13-138.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 41(4), 813-823.
- Terry, M., & Leary, M. (2011). Self-compassion, self-regulation, and health. *Self and Identity*, 10(3), 352-362.
- Tirch, D., Schoendorff, B., & Silberstein, L. R. (2014). *The ACT practitioner's guide to the science of compassion: Tools for fostering psychological flexibility*. London: New Harbinger Publications.
- Wei, Liao, Ku, & Shaffer (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191-221.
- Yarnell L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and Identity*, 12, 146-159.

원 고 접 수 일 : 2021. 03. 10

수정원고접수일 : 2021. 04. 19

계 재 결 정 일 : 2021. 05. 26

## **The Effects of Perceived Marital Conflict of Parents on Marital Satisfaction: The Meditating Effects of Self-Compassion and Conflict Coping Method**

**Jihee Hong**

**Boyoung Kim**

The Catholic University of Korea

Master

Assistant Professor

The purpose of this study was to determine whether self-compassion and conflict coping method play a role in the relationship between perceived parental marital conflict and marital satisfaction. Participants were 448 married people between 35 and 54 years old. Measures included the Children's Perception of Interparental Conflict Scale, Self-Compassion Scale, Marital Conflict Coping Method Scale, and Marital Satisfaction Inventory. The multiple mediation model verification, described by Hayes (2015), was performed. The results indicated that self-compassion and the rational coping method showed a sequential full-mediating effect between parents' marital conflict and marriage satisfaction, while the evasive method showed a partial-mediating effect. The results suggest that in order to promote marital satisfaction, interventions should address self-compassion and rational conflict coping methods, as well as the experience of parental marital conflict.

*Key words* : *perceived marital conflict of parents, self-compassion, conflict coping method, marital satisfaction*