

기혼 직장여성의 정신 건강과 역할 만족도 - 역할 갈등, 완벽주의 및 가족 지지 중심으로 -

하 오 령[†] 권 정 혜

고려대학교 심리학과

본 연구는 기혼 직장여성이 경험하는 역할 갈등의 양상을 파악하고, 이러한 역할 갈등과 개인적 특성인 완벽주의 성향, 그리고 환경적 요소인 배우자 및 가족 지지가 정신 건강과 역할 만족도에 미치는 영향에 대해 알아보았다. 미취학 자녀를 둔 사무직 기혼 직장여성 12명을 대상으로 조사를 실시하고 분석한 결과, 기혼 직장여성이 경험하는 역할 갈등은 우울, 불안 및 신체화 성향과 같은 심리적인 증상, 그리고 결혼, 양육, 직무 역할 불만족과 유의미한 상관관계를 보였다. 특히 가정 내 요구가 직무 수행에 영향을 주는 가정-직무 역할 갈등은 우울, 불안, 결혼 불만족도를, 직무-양육 역할 갈등은 우울, 신체화, 직무 불만족도에 대한 예측 요인으로 밝혀졌다. 그리고 완벽주의 성향은 다른 심리적 증상이나 역할 불만족과는 관련되지 않았고, 오히려 자기 지향적 완벽주의는 직무 역할 만족에 긍정적인 요소로 작용함을 볼 수 있었다. 가족 지지, 특히 배우자 지지는 정신 건강과 역할 만족도 전 영역에 걸쳐 가장 강력한 설명 요인으로 작용하고 있어서, 배우자 지지가 기혼 직장여성의 건강하고 만족스러운 삶에 있어 배개 역할을 하는 것이 아니라 직접적인 효과를 가지는 요소임을 확인할 수 있었다.

주요어 : 역할 갈등, 완벽주의, 가족/배우자 지지, 정신 건강, 역할 만족도

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 하오령 / 고려대학교 심리학과 / 서울시 성북구 안암동 5 136-701
TEL : 031-424-3203 / E-mail : oring75@hanmail.net

사회가 현대화되면서 가정의 본질과 가족 성원들이 참여하는 활동이 변화되고, 여성의 사회적 참여가 점차 증가하고 있다. 현재 한국사회에서도 여성 인력의 중요성이 대두되고 있으며, 그 활용 방안에 대한 다양한 논의들이 이루어지고 있다. 여성 취업에 대한 사회적 인식도 변화하고 있는데, 통계청(2004)에서 실시한 여성 취업에 대한 인식 조사결과를 살펴보면, '가정 일에 관계없이 계속 취업을 하겠다'는 여성은 91년도 13.7%, 95년도 20.9%, 98년도 26.8%, 2002년 40.2%로 점차 증가하고 있고, '가정 일에만 전념하겠다'는 여성은 각각 21.1%, 15.8%, 10.0%, 6.0%로 줄어드는 추세이다. 하지만 여성의 노동시장 참여를 뒷받침 해줄만한 사회적 제반 여건은 아직 부족한 상태이고, 남편이 가사와 육아에 참여하는 비율이 높아지고 있다고는 하나 가정 내 역할들은 아내의 책임으로 남아있는 경우가 대부분이며, 결혼을 함으로써 얻는 이득도 남성보다 적다고 할 수 있다(Greenberger & O'Neil, 1993). 기혼 직장여성들은 그들이 처해있는 삶의 영역들과 관련된 역할들, 즉 엄마, 아내, 그리고 직장인으로서의 역할의 요구가 서로 경쟁적이기 때문에 역할 간 갈등이 높은 것으로 보이며, 남성에 비해 역할 갈등과 과부하를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(Behrman, 1982). 몇몇 학자들은 다중 역할에 참여하는 것이 개인에 대한 가치감과 안정감을 및 심리적 안녕감을 증진시킨다는 결과를 제시하였다(Siber, 1974; Throit, 1983). 그러나 미취학 자녀를 둔 직장여성들은 우울이나 불안과 같은 증상들을 경험하는 경우가 많으며, 결혼 생활 만족도도 감소되는 것으로 나타났다(White, Booth, & Edwards, 1986). 이처럼 기혼 직장여성들은 다중 역할의 경험에서 부정적인 영향을 받는 경

우가 많을 것으로 생각된다. 그러나 개인이 어떤 심리 환경적 조건에 처했는가에 따라 그 영향이 달라질 수 있으므로, 기존 연구들에서 기혼 직장여성의 정신 건강과 역할 만족도에 영향을 주는 요소로 제안된 완벽주의 성향과, 가족 및 배우자 지지를 함께 고찰하고자 한다.

역할 갈등과 정신 건강 및 역할 만족도

역할 갈등이란 역할 양립 불가능(role incompatibility), 역할 간섭(role interference), 역할 과부하(role overload) 등으로 생각해 볼 수 있는데(변자영, 1996), 즉 한 역할 요구가 다른 역할의 요구와 양립 불가능하거나 간섭할 때, 그리고 이 갈등이 삶의 질에 중요한 영향력을 가질 때 발생한다. 역할 갈등은 두 영역으로 나눌 수 있는데, 시간 갈등(time-based conflict)은 다중 역할 수행 중 시간적 요구로 인한 갈등을 포함하며, 긴장 갈등(strain-based conflict)은 심리적·신체적 긴장이나 피로가 역할 간 전이(role spillover)되는 것을 의미한다(구혜령, 1991). 역할 간 전이란 한 역할 영역의 조건이나 경험이 다른 역할에 미치는 영향을 말하는 것으로, 이 영향은 개인의 특성과 상황에 따라 긍정적이거나 부정적일 수 있다(Lang, 1988). 전이 과정은 전이 스트레스와 전이 긴장으로 개념화된다(Wortman, Biernat, & Lang, 1991). 먼저 전이 스트레스(spillover stress)란 직무와 가정 간 객관적인 갈등을 일컫는 것으로, 제 1 유형은 '직무-가정 갈등'인데, 직무에 심리적으로 몰입된 개인은 가정에서도 정신적으로 직무에 사로잡혀 있으며, 직무에서 오는 신체적·심리적 부담이 직무 이외 활동에 쏟는 에너지의 가용성을 줄인다는 것이다(Crouter, Huston, & Robbins, 1983; Kanter, 1977; Piotrkowski, 1979).

제 2 유형은 '가정-직무 갈등'으로, 가족 내의 책임을 수행하느라 직무를 효율적으로 처리하지 못하는 경우를 의미한다. 가정생활이 직무에 미치는 효과는 그 동안 단순히 사기나 생산성과 같은 직무 조직을 위한 문제로 간과되어 왔다(Voydanoff, 1980). 두 번째로 전이 긴장(spillover strain)은 역할 간 전이로 인해 발생한 주관적인 고통을 의미한다. 여러 문헌들은 만성적 역할 긴장이 일상 사건들보다 정신적 신체적 건강에 더 해로운 영향을 준다고 제안했다(Kessler, Price, & Wortman, 1985).

성 차적 시각(gender perspective)에서는 직장 여성과 남성이 서로 다른 역할의 질 실제적 혹은 지각된 역할 기대와 요구들을 가지고 있고, 여성에게 있어 요구가 총체적으로 더 높다고 본다(Fenstermaker, West, & Zimmerman, 1991; Ferree, 1990; Pyke & Coltrane, 1996; South & Spitze, 1994). 여성에게 있어 직무 역할은 가정 역할의 조건 위에 덧붙여지는 부가적인 것으로 가정되는 경우가 많으며, 여성의 여러 역할들은 독립적이어서 요구가 경쟁적이고 끊임없는 것이기 때문에 더 갈등을 불러일으킨다고 보고되었다(Milkie & Peltola, 1999). 일반적으로 여성들은 가정-직무 갈등보다 직무-가정 갈등을 양적으로 더 많이 경험하고(Gutek, Searle, & Klepa, 1991), 직무-가정 갈등은 직무 긴장, 주당 근무시간과 높은 상관을 보였다(Frone, Russell, & Cooper, 1992; Maslach & Jackson, 1982; Gutek et al., 1991). 그에 비해 가정-직무 갈등은 자기-효능감 및 직무 역할 수행과 부적 상관을 보였고, 또한 가정-직무 갈등이 높을수록 결혼 관계 긴장이 높은 것으로 드러났다(Bromet, Dew, & Parkinson, 1990). 그리고 이 두 역할 전이 모두는 부정적인 신체적 증상 및 우울감과 관련된다는 결과가 제

시되었고, 두 가지 유형을 모두 경험하는 여성들은 높은 수준의 우울이나 불안을 보고했다(Bruke, 1988; Frone et al., 1992).

이러한 역할 갈등과 부적응간의 관계는 자녀의 연령이 낮을수록 두드러지는데, 어린 자녀 양육은 남성보다 여성에게 더 많은 대가를 치르게 하고, 취업이 정서에 미치는 긍정적인 효과를 감소시킨다고 보고되었다(Clearly & Mechanic, 1983, Gore & Mangione, 1983; Kessler & McRae, 1982). 미취학 자녀를 둔 직장여성이 직무-가정 긴장과 부정적 전이를 더 많이 경험하고(Keith & Schafer, 1980; Crouter, 1984), 결혼 만족도가 낮은 것으로 밝혀졌다(Staines, Pleck, Shepard, & O'Connor, 1978; White et al., 1986). 보상 가설을 주장하는 학자들조차 엄마 역할이 여성의 삶의 질을 증진시켜 준다는 근거는 없다고 밝히고 있다(Barrett & Baruch, 1985; Campell et al., 1976; Depner, 1979; Sears & Barbee, 1977). 남성보다 여성의 안녕감이 적은 것은 양육의 일차적인 책임을 가지게 되는 어려움과, 결과를 통제할 수 없음에도 불구하고, 어떠한 자녀로 성장하는가에 대한 책임을 느끼고 있기 때문이라는 논의되기도 했다(Veroff, Douvan, & Kulka, 1981). 직장 여성에게 있어서 엄마 역할이 역할 과부하의 주된 원인이 되는 경우가 많으며, 직무 스트레스가 우울에 미치는 효과를 악화시킨다고 보고되었다.

완벽주의 성향과 정신 건강 및 역할 만족도

Barnett와 Baruch(1985)의 연구에서 고풍력 여성들이 더 많은 역할 갈등을 경험한다는 결과가 제시되었고, 이에 대해 아내나 엄마로써 더 엄격하고 완벽한 기준을 세우거나 혹은 직무에서의 요구가 더 크기 때문이라고 설명하

였다. 완벽주의 성향은 신경증 양식으로 여겨져 오기도 하였고(Flett, Hewitt, & Dyck, 1989; Pacht, 1984, Weisinger & Lobsenz, 1981), 적응이나 성취에 있어서 긍정적인 요소로 기술한 연구들도 있었다(Hamachek, 1978). 완벽주의 성향을 가진 사람의 부정적 인지적 특성들, 즉 비현실적인 기준을 충족시키기 위한 소모적 노력, 실패에 대한 선택적 주의와 과잉 일반화적 성향, 엄격한 자기-평가, 실무용적 사고 등은 개인의 적응에 문제를 불러일으키는 요소로 평가된다(Hamachek, 1978; Solomon & Rothblum, 1984; Burns & Beck, 1978). 그리고 실패감, 죄의식, 우유부단함, 후회, 수치심, 분노와 같은 정서를 자주 경험함으로써 여러 정신 병리와 높은 관련성을 보인다는 연구들도 있었다(Frost & Marten, 1990; Hewitt & Flett, 1991). 기혼 직장여성에 대한 연구들에서 여성들은 남편보다 더 완벽한 기준을 세우는 경향이 있고, 이러한 경향은 자기-비판적인 지각을 불러일으켜서 정신건강을 저해하는 것으로 나타났다(Wortman et al., 1991). 그리고 완벽주의는 직장에서의 냉소적 태도와 만성 피로 상태, 그리고 가정에서의 양육 스트레스와 상관을 가지는 것으로 나타났고, 타인 지향적 완벽주의도 양육 스트레스와 정적인 상관을 보였다. 사회적으로 부과된 완벽주의는 자신과 삶에 대한 전반적인 불만족감과 관련을 가진 것으로 나타났다(Mitchelson & Burns, 1998).

그러나 최근 완벽주의가 적응적/부적응적 특징 모두를 포함하고 있을 수 있고(Bieling, Israeli, Smith, & Antony, 2003), 또한 두 형태의 완벽주의가 존재한다는 심리통계 및 이론적 관점들이 제기되었다(Cox, Enns, & Clara, 2002; Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993; Hill, McIntire, & Bacharach, 1997; Slade &

Owens, 1998). Frost 등(1993)은 완벽주의를 부적응적 평가 염려(Maladaptive Evaluation Concerns)와 '긍정적 추구(Positive Striving)'의 두 요소로 나누고, 긍정적 추구가 '동기의 적응적 측면들'을 나타낸다고 결론지었다. 건강한 완벽주의는 긍정적 보상으로, 높은 수준의 성취가 보상으로 작용하여 심리적 고통을 유발하지 않을 수 있다는 것이다(Slade & Owens, 1998). 다차원적 완벽주의 성향에 대해서도 세부적 특성에 관한 연구들이 이루어졌는데, Mills와 Blankstein(2000)의 연구에서, 자기 지향적 완벽주의는 적응적 성취동기와 학습 전략, 내재적 동기를 가진 과제 수행, 비판적 사고와 긍정적 연관성을 나타낸 반면, 사회적으로 부과된 완벽주의는 부적응적인 전략, 수행 불안, 그리고 낮은 빈도의 도움 요청 행동과 관련된 결과를 보였다. 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의와 달리, 개인이 긍정적 정서 상태에 있을 경우 자기 지향적 완벽주의는 신체적 건강에 긍정적 영향을 준다는 결과가 보고되었다(Molnar, Reker, Culp, Sadava, & DeCourville, 2006). 또한 Dunkley, Zuroff와 Blankstein의 연구(2005)에서는 자기 비판적 성향이 스트레스, 회피적 대처, 낮게 지각된 사회적 지지, 부정적 정서를 예측해주는 가장 강력한 요소였을 뿐 완벽주의 성향들은 부적응 양상과 관련성을 보이지 않았다. 이런 결과들을 미뤄볼 때, 완벽주의 성향은 세부 특성과 개인의 정서 및 환경 상태에 따라서 적응적 혹은 부적응적으로 작용할 수 있을 것으로 예측된다.

가족 지지와 정신 건강 및 역할 만족도

환경적 요소인 지지(support)는 긍정적인 정서, 여러 상황들에 대한 예측성과 안정성, 그

리고 자기-가치감의 인식을 제공해주기 때문에 전반적인 안녕(well-being)과 관련되어 있다. 사회적 관계망(social network)의 통합은 심리적 혹은 신체적 장애들의 가능성을 높여주는 부정적 경험들을 피하도록 도와준다고 보고되었다(Cohen & Wills, 1985). 지지의 사회적 특성과 대인관계의 특성은 개인이 관여하는 모든 관계에서 관찰될 수 있을 것이다. 그러나 무엇보다도 결혼생활은 정서적 지지를 바탕으로 하는 친밀성과 신뢰에 의해 특징지어진다. 그렇기 때문에 기혼자들에게 배우자나 가족의 지지는 개인에게 중요한 영향을 끼칠 것이라고 생각된다. 이러한 배우자 지지에는 성 차이가 존재하는 것으로 보인다. 여러 문헌에서 여성의 정체감은 ‘관계의 맥락’에서, 남성은 ‘분리의 맥락’에서 형성되는 것으로 고찰되었다(Gilligan, 1982; Rubin, 1983). 여성은 남성보다 정서적 배려와 지지를 강조하는 표현적인 역할로 사회화되는 경향이 있다(Belle, 1982; Bernard, 1981; Gilligan, 1977; Gove, 1984; Parsons & Bales, 1955; Vanfossen, 1981). Neff와 Karney(2005)의 연구에서는 지지를 제공하는 기술이나 평균치에 있어서 성 차는 발견되지 않았지만, 남성이 여성에 비해 배우자의 욕구와 상황 변화에 따라 적절한 시기에 적합한 방식으로 지지하고 반응하지 못하는 것으로 나타났다. 즉, 아내들은 남편들이 심한 스트레스 상황에 있을수록 양질의 지지를 제공하는 반면, 남편의 경우는 아내의 스트레스 강도가 높아질수록 지지와 부정적 정서를 같이 표현하는 것으로 보인다. 그리고 여성의 경우, 지지를 제공받는 것도 중요하지만, 남편의 행복과 만족감 자체가 여성의 정신 건강과 삶의 만족을 유지하는 중요 원천으로 작용하였다(Demerouti, Bakker, & Schaufeli, 2005). 한 예로

여성의 직무 스트레스가 남편의 정서 상태에 미치는 영향은 발견되지 않았으나 남편의 직무 스트레스는 아내의 불안과 우울에 유의미한 영향력을 가졌다(John & Fletcher, 1993). 여성의 관계 민감성이 자신의 욕구를 무시하면 서까지 배우자의 스트레스와 문제를 자기 것으로 받아들이게 한다는 주장도 제기되었다(Nolen-Hoeksema, 2000). 이처럼 여성에게는 배우자와의 친밀한 관계를 발전시키는 것이 아주 중요한 요소일 것이며, 배우자가 제공하는 정서적·실제적 지지에 따라서 개인의 건강이나 삶의 만족에 차이를 보일 수 있다. 배우자나 가족 간의 불화는 우울증 발병률을 높이며(Wade & Kendler, 2000), 지지의 지각된 정도는 교류 빈도와 같은 다른 형태의 지지보다 우울 증상들과 관련되는 것으로 나타났다(Kessler, Kendler, Heath, Neale, & Eaves, 1992). 직장여성에게 있어서는 배우자의 직무에 대한 지지가 결혼 및 직무 갈등의 경험에 큰 영향을 주는 것으로 보인다. 배우자 지지는 신체적인 건강과도 관련되는데, 이는 정서적으로 유발된 효과들이 면역 체제 기능이나 건강 관련 행동 패턴에 영향을 주게 되기 때문이다(Jemmott & Locke, 1984; Krantz, Grunberg, & Baum, 1985). 그리고 우리나라 사회에서는 기혼여성이 취업을 하는 경우 주변 가족들의 이해가 선행되어야 하며, 가정 내 역할, 특히 양육 역할에 대한 도움이 절대적으로 필요한 실정으로, 배우자 지지뿐 아니라, 다른 가족들의 지지도 기혼 직장여성의 적응에 영향을 줄 수 있을 것이라 생각된다.

이를 토대로, 본 연구에서는 여성의 삶의 질 향상에 적합한 심리학적 개입을 제공하기 위하여, 미취학 자녀를 둔 직장여성에게 경험하는 역할 갈등의 양상과 정신 건강(우울, 불안,

신체화 성향) 및 역할 만족도(결혼 불만족, 양육 불만족, 직무 불만족)간의 관계를 살펴보고자 하였다. 또한 개인의 성격적 특성인 완벽주의 성향과 환경적 요소인 배우자 및 가족 지지의 영향에 대해서도 알아보하고자 하였다.

연구방법

연구 대상

수도권에 거주하는 첫째 자녀가 취학 전인 사무직 기혼 직장여성 123명을 대상으로 연구를 실시하였다. 본 연구에 포함된 피험자들의 직종은 회사원 53명(43.1%), 은행원 28명(22.8%), 공무원 42명(34.1%)이었고, 평균 연령은 31.46세(표준편차 3.09), 평균 직장근무기간은 9.46년(표준편차 3.67), 일 평균 근무시간은 8.92시간(표준편차 1.25), 월 평균 본인수입은 137.19만원(표준편차 64.75)이었으며 학력은 고졸 61명(49.6%), 대졸 59명(48.0%), 대학원졸 3명(2.4%)이었다. 자녀들의 평균 연령은 첫째 3.66세(표준편차 1.79), 둘째 2.60세(표준편차 1.32)이었다.

연구 도구

직무-가정 갈등 척도/가정-직무 갈등 척도

기혼 직장여성이 경험하고 있는 직무 역할과 가정 역할간 갈등을 측정하기 위해서 Netemeyer, Boles, & McMurrian(1996)이 개발한 직무-가정 갈등 척도(Work-Family Conflict Scale; WFC) 및 가정-직무 갈등 척도(Family-Work Conflict Scale; FWC)를 본 연구자가 번역하여 사용하였다. 내용 타당성 검증을 위해 8명의 임상심리 전공

대학원생 및 전문가들이 각기 번역한 후, 문항 내용과 표현의 적절성을 2차에 걸쳐 함께 논의하였다. 각각 5문항으로 구성된 이 척도들은 직무와 가정 영역의 역할 책임이 양립 불가능한 정도를 반영하는 것인데, 직무-가정 갈등 척도(WFC)는 직무 요구가 가정 역할의 수행을 어렵게 만드는 정도를, 가정-직무 갈등 척도(FWC)는 가정 역할의 요구가 직장 역할의 수행을 어렵게 만드는 정도를 7점 척도로 평정하는 것이다. Netemeyer 등(1996)의 연구에 따르면, 직무-가정 갈등 척도(WFC)와 가정-직무 갈등 척도(WFC)의 내적 일치도는 각각 .89, .90 이었다. 본 연구에 사용된 직무-가정 갈등 척도(WFC)의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .89, 가정-직무 갈등 척도(FWC)의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .89였다.

직무 양육 갈등: 부모-자녀 관계 척도

직무 역할이 양육 역할을 간섭하는 정도를 측정하기 위해서 Small과 Riley(1990)가 개발한 직무 전이 척도(Worker Version of Work Spillover Scale)의 4가지 하위 척도(부부 관계로의 전이, 부모-자녀 관계로의 전이, 여가로의 전이, 가정 관리로의 전이) 중에서 5문항으로 구성된 부모-자녀 관계 척도(Parent-child relationship)를 위 역할 갈등 척도와 같은 과정을 거쳐 번역하여 사용하였다. 이 척도의 문항들은 평서문으로 제시되고, 각각의 문항에 동의하는 정도를 “매우 그렇다”에서 “전혀 그렇지 않다”까지의 5점 척도에 응답하도록 구성되었다. 그러므로 점수가 낮을수록 직무와 자녀양육 역할간의 전이가 많다는 것을 의미한다. 각 5문항은 일반적, 시간적, 심리적, 에너지 차원으로 구성된다. Small과 Riley(1990)의 연구에서 이 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .82였고

본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .78이었다.

다차원적 완벽주의 척도

완벽주의 성향을 측정하기 위해 Hewitt & Flett(1991)가 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 7점 척도로 구성되어 있고, 총 45문항으로 45점부터 315점까지의 점수를 가질 수 있으며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 이 척도는 자기 지향적 완벽주의(self-oriented perfectionism), 타인 지향적 완벽주의(other-oriented perfectionism), 사회적으로 부과된 완벽주의(socially-prescribed perfectionism)의 세 하위 차원으로 구성된다. 여러 연구들에서 요인 분석한 결과가 불일치하는 경우가 많았기 때문에, 본 연구에서도 Statistica를 이용한 요인분석(주성분분석, VARIMAX 직교회전을 실시하여 사용하였다. 한기연(1993)의 연구에서 내적 일치도는 각각 .82, .86, .87이었고, 본 연구에서의 내적 일치도는 각각 .75, .72, .79였다.

가족의 지지도 척도

가족의 지지 정도를 측정하기 위해 박선희(1991)가 제작한 가족의 지지도 척도를 사용하였다. 총 20문항으로 구성되어 있고 5점 척도 형식이다. 본 연구에서는 배우자 지지와 다른 가족의 지지 정도를 비교하고자 하는 목적에서 배우자 지지와 관련된 11문항(1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 19, 20)과 가족 지지와 관련된 10문항(6, 8, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20)으로 나누어 분석하였다. 박선희(1991)의 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .90이었고, 본 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 전체 가족지

지가 .89, 배우자 지지가 .86, 가족지지가 .77이었다.

우울증 척도

현 상태에서 경험하고 있는 우울 증상 정도를 측정하기 위해 미국 정신보건 연구원에서 개발한 우울증 척도(CES-D; Center for Epidemiological Studies-Depression Scale)를 전검구와 이민규(1992)가 우리말로 번역한 것을 사용하였다. 총 20문항이고, 4점 척도로 구성되어 있다. 전검구와 이민규(1992)의 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .89였으며, 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .90이었다.

상태 불안 척도

상황적으로 경험하는 불안 상태를 측정하기 위해 Spielberg(1970)가 개발한 상태-특성 불안 척도(State-Trait Anxiety Inventory)를 김정택(1978)이 우리말 번안한 것 중 상태 불안을 측정하는 20문항을 사용하였다. 이영자(1996)의 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .87이었고, 본 연구에서는 .91이었다.

신체화 척도

신체화 성향을 측정하기 위해 간이신경정신 검사(SCL-90-R; Derogatis, 1977) 중 신체화 척도(Somatization Scale)를 사용하였다. 김재환과 김광일(1984)의 연구에서 신체화 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .72였고, 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .87이었다.

결혼 불만족 척도

결혼 만족도를 측정하기 위해 Snyder(1979)의 결혼 만족도 검사(MSI-R)의 우리말 번역판인 한국판 결혼생활 만족도 검사(K-MSI)(권정혜,

채규만, 1998) 중 전반적 불만족 척도(GDS)를 사용하였다. 이 척도는 부부 관계의 미래에 대한 부정적인 기대와 전반적인 관계에 대한 불만족을 기술한 22문항으로 구성되어 있다. 권정혜와 채규만(1998)의 연구와 본 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 모두 .92였다.

부모의 역할 만족도 척도

자녀 양육 역할에 대한 만족도를 측정하기 위해 현은강과 조복희(1994)가 개발한 부모의 역할만족도 척도 중 일반적 만족도 척도를 사용하였다. 이 척도는 부모 역할에서 얻는 전반적인 만족에 대해 기술한 11문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도로 평정하도록 되어 있다. 척도 개발 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .83 이었고 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .86이었다.

직무 긴장 척도

직무 역할 만족도를 측정하기 위해 이동수 등(1999)에 의해 개발된 직무 스트레스 검사 척도 중 직무 긴장(VS) 척도를 사용하였다. 이 척도는 직장인이 직무의 특성과 관련되어 느끼는 고충 및 직무 태도 등을 측정하는 10문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도 상에서 평정하도록 되어 있다. 척도 개발 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .78이었고, 본 연구에서의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .72였다.

연구 절차

본 연구는 미취학 자녀를 가진 사무직 직장 여성을 대상으로 설문지를 실시하였다. 설문지의 배포와 수거는 세 가지 방식으로 이루어졌는데, 첫 번째는 직접 소개를 받은 사람들

에게 설문지와 반송용 봉투를 우송한 후 돌려받는 경우였다. 두 번째는 서울시 강남구, 서초구, 중랑구와 경기도 과천, 산본, 안산 지역에 위치한 놀이방, 어린이집, 유치원 등에 설문지를 배포하고, 평균 10일 후까지 그 기관에서 설문지를 수거하는 방식이었다. 세 번째는 위 지역의 시청, 은행, 회사 등에서 직접 대상자를 선정하여 설문지를 배부한 후 수거해 오는 경우였다. 전체 300부 가량을 배포하여 수거된 설문지는 194개로 수거율은 64.6%였다. 이 중 첫째 자녀가 초등학교에 입학했거나, 직업 조건에서 벗어나는 경우의 71명을 제외한 123명을 대상으로 상관분석, 단계적 중다회귀분석, 여과 상관분석을 실시하였다.

결 과

역할 갈등이 적응의 지표인 정신 건강 및 각 역할 영역별 만족도와 어떠한 관계를 가지는지를 알아보기 위해서 상관분석을 실시하였는데, 결과는 표 1과 같다.

직무-가정 갈등과 가정-직무 갈등 간 상관은 $r = .38, p < .01$, 가정-직무 갈등과 직무-양육 갈등 간 상관은 $r = .41, p < .01$, 직무-가정 갈등과 직무-양육 갈등 간 상관은 $r = .64, p < .01$ 로 모든 역할 갈등 간에는 유의미한 상관을 보였다. 역할 갈등과 완벽주의의 관계를 보면, 직무-양육 갈등과 타인 지향적 완벽주의가 유의미한 상관을 보였다, $r = -.25, p < .01$. 역할 갈등과 지지 영역에서는 가정-직무 갈등이 배우자 및 가족 지지 모두와 유의미한 부적 상관을 보였는데, 가정의 요구로 인해 직무 수행의 어려움을 겪는 갈등 경험과 배우자와 가족 지지가 연관성을 가짐을 알 수 있

표 1. 변인들 간의 상관분석

	WFC	FWC	WCC	P-F1	P-F2	P-F3	SS	FS	Dep	Anx	Soma	MDS	PDS
FWC	.38**												
WCC	.64**	.41**											
P-F1	-.05	-.06	-.25**										
P-F2	.14	.04	.13	.28**									
P-F3	.04	.11	-.07	.37**	.37**								
SS	.05	-.33**	-.11	-.03	-.00	.07							
FS	-.07	-.46**	-.20*	.05	.04	-.02	.66**						
Dep	.37**	.46**	.37**	.04	.07	.07	-.32**	-.28**					
Anx	.22*	.35**	.31**	-.05	-.01	-.04	-.37**	-.27**	.74**				
Soma	.25*	.28**	.25**	-.13	.01	.07	-.24**	-.15	.50**	.44**			
MDS	-.00	.28**	.13	-.02	-.02	.05	-.60**	-.35**	.35**	.39**	.27**		
PDS	.04	.11	.09	.01	-.09	.04	-.28**	-.14	.15	.18	.27**	.20**	
JDS	.24**	.22*	.23*	-.16	-.32**	-.23**	-.32**	-.23*	.48**	.55**	.33**	.39**	-.13

주. WFC = 직무-가정 갈등; FWC = 가정-직무 갈등; WCC = 직무-양육 갈등;
 P-F1 = 타인 지향적 완벽주의; P-F2 = 자기 지향적 완벽주의; P-F3 = 사회적으로 부과된 완벽주의
 SS = 배우자 지지; FS = 가족 지지; Dep = 우울; Anx = 불안; Soma = 신체화; MDS = 결혼 불만족;
 PDS = 양육 불만족; JDS = 직무 불만족
 * $p < .05$. ** $p < .01$.

다. 직무-양육 갈등은 가족 지지와 유의미한
 연관성을 보였다, $r = -.20, p < .05$.

역할 갈등과 정신 건강의 관계를 살펴보면,
 직무-가정 갈등은 우울, 불안, 신체화 성향 모
 두와 관련되어 있었고($r = .37, p < .01$; $r =$
 $.22, p < .05$; $r = .25, p < .01$), 가정-직무 갈
 등의 경우도 역시 우울, 불안, 신체화 성향과
 연관성을 나타냈으며($r = .46, p < .01$; $r =$
 $.35, p < .01$; $r = .28, p < .01$), 직무-양육 갈
 등 또한 우울($r = .37, p < .01$), 불안($r = .31,$
 $p < .01$), 신체화 성향($r = .25, p < .01$)과 유
 의미한 관계를 지니고 있었다. 역할 갈등과
 역할 만족도의 관계를 보면, 직무-가정 갈등과

직무-양육 갈등 모두 직무 불만족과 유의미한
 상관관을 보였다(각각 $r = .24, p < .01$; $r =$
 $.23, p < .05$). 가정-직무 갈등은 결혼 불만족
 과 유의미한 상관관을 보였고, $r = .28, p < .01$,
 직무 불만족과도 유의미한 관계를 나타냈다, r
 $= .22, p < .05$.

완벽주의 성향은 상호간 관련성을 보이나,
 정신 건강과는 어떤 유의미한 상관도 보이지
 않았다. 다만 자기 지향적 완벽주의 및 사회
 적으로 부과된 완벽주의는 직무 불만족과 부
 적 상관관을 보여 이 두 완벽주의 성향과 직무
 만족 간에 긍정적 관계가 나타났다(각각 $r =$
 $-.32, p < .01$; $r = -.23, p < .01$).

지지와 다른 변인들과의 관계를 살펴보면, 먼저 배우자 지지는 우울, 불안, 신체화 성향과 모두 유의미한 부적 상관을 보였고(각각 $r = -.32, p < .01; r = -.37, p < .01; r = -.24, p < .01$), 결혼 불만족, 양육 불만족, 직무 불만족과도 부적 상관이 나타났다(각각 $r = -.60, p < .01; r = -.28, p < .01; r = -.32, p < .01$), 가족 지지는 우울 및 불안과 관련되어 있어서(각각 $r = -.28, p < .01; r = -.27, p < .01$), 신체화 성향은 배우자 지지와만 관련되는 결과를 보였다. 그리고 가족 지지는 결혼 불만족 및 직무 불만족과 부적 상관을 보였지만(각각 $r = -.35, p < .01; r = -.48, p < .01$), 배우자 지지와 달리 양육 불만족과는 관련성을 나타내지 않았다.

다음으로 종속 변인들인 정신 건강과 역할 만족도 간의 상관관계에 대해 살펴보면, 우울은 결혼 불만족 및 직무 불만족과 유의한 정적 상관을 나타냈다(각각 $r = .35, p < .01; r = .48, p < .01$). 불안 역시 결혼 불만족 및 직무 불만족과 유의한 상관을 보였다(각각 $r = .39, p < .01; r = .55, p < .01$). 신체화 경향은 역할 불만족을 나타내는 모든 영역들과 정적 상관을 보고하였다(각각 $r = .27, p < .01; r = .27, p < .01; r = .33, p < .01$), 양육 불만족은 신체화 경향하고만 관련됨을 알 수 있다.

이러한 역할 갈등, 완벽주의 성향 배우자 및 가족 지지가 기혼 직장여성의 정신 건강과 역할 만족도를 얼마나 잘 설명해 줄 수 있는가를 확인하기 위하여 역할 갈등의 세 요소인 직무-가정 갈등/가정-직무 갈등/직무-양육 갈등을 구획 1로, 완벽주의 성향의 세 요소인 타인 지향적/자기 지향적/사회적으로 부과된 완벽주의를 구획 2로, 그리고 배우자/가족 지지를 구획 3으로 정하여 정신 건강과 관련된 요소인 우울, 상태불안 및 신체화 성향과, 역할 만족도와 관련된 결혼 불만족, 양육 불만족, 직무 불만족에 대한 단계적(Stepwise) 중다회귀 분석을 실시하였다.

먼저 표 2의 우울에 대한 결과를 보면, 가정-직무 갈등, 직무-양육 갈등, 배우자 지지가 우울감을 설명해주는 것으로 나타났다(각 단계별 $F(1, 98) = 22.20, p < .01; F(2, 97) = 14.31, p < .05; F(3, 96) = 11.33, p < .05$). 그러나 우울과 유의미한 상관관계를 보이던 직무-가정 갈등과 가족 지지는 위 변인들을 통제된 상태에서는 유의미한 설명력을 갖지 못했다.

다음으로 불안에 대한 결과를 보면, 표 3에서와 같이 가정-직무 갈등과 배우자 지지가 불안감을 설명하는 요소로 나타났다(각 단계별 $F(1, 103) = 10.73, p < .01; F(2, 102) = 12.67, p < .05$). 유의미한 상관을 보였던 직무

표 2. 우울에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
가정-직무 갈등	.43	.19	.19	22.20**	.29	2.94**
가정-직무 갈등, 직무-양육 갈등	.48	.23	.04	14.31*	.23	2.47*
가정-직무 갈등, 직무-양육 갈등, 배우자 지지	.51	.26	.03	11.33*	-.19	-2.09*

주. * $p < .05$. ** $p < .01$.

표 3. 상태 불안에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
가정-직무 갈등	.31	.11	.11	12.67*	.25	2.59*
가정-직무 갈등 배우자 지지	.48	.17	.06	10.73**	-.27	-2.82**

주. * $p < .05$. ** $p < .01$.

표 4. 신체화에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
직무-양육 갈등	.25	.06	.06	7.08*	.24	2.56*
직무-양육 갈등 배우자 지지	.32	.10	.04	6.00*	-.20	-2.16*

주. * $p < .05$.

-역할 갈등 및 직무-양육 갈등은 위 변인들을 통제된 상태에서는 유의미한 설명을 하지 못하였다. 가족 지지 또한 상관관계는 가지고 있었으나 불안에 대해 유의미한 영향력은 갖지 못하였다.

표 4의 신체화 성향에 대한 회귀분석 결과를 보면, 직무-양육 갈등과 배우자 지지가 신체화 성향을 설명해주는 요소임이 제시되었다(각 단계별 $F(1, 104) = 7.08, p < .05$; $F(2, 102) = 6.00, p < .05$). 이 설명 요소들이 통제된 상태에서는 유의미한 상관관계를 보인 직무-가정 갈등은 영향력을 갖지 못했다.

이제 역할 만족도 변인들에 관해 살펴보기로 한다. 우선 결혼 불만족에 대한 위계적 중

다회귀분석의 결과를 보면 표 5와 같다. 배우자 지지가 결혼 생활 만족을 가장 유의미하게 설명해 주는 요소였고($F(2, 93) = 24.75, p < .001$), 가정-직무 갈등은 결혼 불만족을 설명해 주었다, $F(3, 92) = 8.14, p < .05$. 가족 지지는 오히려 결혼 불만족을 설명하는 결과를 보였다, $F(1, 94) = 18.49, p < .05$.

다음으로 표 6의 양육 역할 불만족에 대한 회귀분석 결과를 보면 배우자 지지만이 부모 역할 만족을 설명해주는 것으로 나타났다, $F(1, 104) = 8.04, p < .01$.

직무 불만족과 관련된 결과를 보면 표 7과 같다. 직무-양육 갈등이 직무 불만족에 영향을 주었고, $F(1, 100) = 11.37, p < .001$, 자기 지

표 5. 결혼 불만족에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
가정-직무 갈등	.28	.08	.08	8.14*	.19	2.00*
가정-직무 갈등, 배우자 지지,	.59	.35	.27	24.75***	-.68	-6.27***
가정-직무 갈등, 배우자 지지, 가족 지지	.61	.38	.03	18.49*	.24	2.06*

주. * $p < .05$. *** $p < .001$.

표 6. 양육 역할 불만족에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
배우자 지지	.27	.07	.07	8.04**	-.27	-2.84**

주. ** $p < .01$.

표 7. 직무 불만족에 대한 단계적 중다회귀분석

예언변수	R	R ²	ΔR ²	F	β	t
직무-양육 갈등	.22	.05	.05	4.83**	.24	2.72**
직무-양육 갈등, 자기 지향적 완벽주의	.41	.15	.10	9.80***	-.34	-3.87***
직무-양육 갈등, 자기 지향적 완벽주의, 배우자 지지	.51	.24	.09	11.37***	-.31	-3.50**

주. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

향적 완벽주의와 배우자 지지는 직무 만족을 유의미하게 설명해 주는 요소임을 알 수 있었다(각 단계별 $F(2, 99) = 9.80, p < .001$; $F(3, 98) = 4.83, p < .01$). 상관분석에서 유의미한 관계를 보였던 가정-직무 갈등과 직무-가정 갈등, 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의 및 가족 지지는 위의 세 설명 요소들을 통제했을 때에는 직무 만족을 설명하지 못하였다.

마지막으로 역할 갈등, 완벽주의, 가족 지지 중 어떤 변인이 개인의 정신 건강과 역할 만족도에 직접적인 효과를 나타내는지 살펴보기 위하여 역할 갈등(직무-가정/가정-직무/직무-양육 갈등점수 합산), 완벽주의(타인 지향적/자기 지향적, 사회적으로 부과된 완벽주의), 가족 지지(가족 지지/배우자 지지 합산) 변인들을 서로 통제한 후 여과 상관분석(partial correlation)시킨 결과를 보면, 역할 갈등은 우울, 불안 및 직무 불만족에 대해 직접적인 효과를 가지는 요소였고($r_p = .47, p < .001$; $r_p = .35, p < .01$; $r_p = .23, p < .05$), 가족 및 배우자 지지는 우울, 불안, 신체화, 결혼 불만족, 양육 불만족, 직무 불만족 모두에 직접적

인 효과를 가지는 것으로 나타났다($r_p = -.31, p < .01$; $r_p = -.34, p < .01$; $r_p = -.22, p < .05$; $r_p = -.49, p < .001$; $r_p = -.37, p < .001$; $r_p = -.32, p < .01$).

논 의

역할 갈등에 대한 기존 연구들은 갈등이 개인의 심리적 안녕과 적응에 미치는 영향에 대한 상반된 결과들을 제시해왔다(Kessler, & McRae, 1982; Siber, 1974; Behrman, 1982). 그러나 단순히 역할의 수가 늘어나고 줄어드는 것이 문제가 아니라, 어떤 요소들에 의해 긍정적 혹은 부정적인 결과가 산출되는지에 초점을 두어야 할 것으로 사료된다. 그러므로 이 연구에서는 역할 갈등과 완벽주의 성향, 그리고 배우자 및 가족의 지지가 개인의 정신 건강과 각 역할 영역에서의 만족에 어떠한 영향을 주는지를 확인하여 기혼 직장여성이 다중 역할에 참여하는 것과 개인의 적응간의 관계를 살펴보고자 하였다.

역할 갈등의 세 유형은 모두 상호 유의한 관련성을 나타냈는데 이는 역할 갈등이 한 역할 영역에서 다른 영역으로 전이되는 과정으로 정의되는 이론들에 부합하는 결과로 보인다(Lambert, 1990; Leiter & Durup, 1996). 우선 역할 갈등과 정신 건강간의 관계를 보면, 직무-가정 갈등, 가정-직무 갈등, 직무-양육 갈등은 모두 정신 건강으로 대표되는 우울, 불안 및 신체화 성향과 관련을 가지고 있었다. 이는 역할 갈등을 겪는 사람들이 심리적 및 신체적으로 건강하지 못한 상태와 연합됨을 보여주는 결과이다(Bruke, 1988). 그러나 특징적인 것은 직무-가정 갈등은 어떠한 심리적 증상에도 직접적 영향력을 갖지 못한 반면, 가정-직무 갈등은 우울과 불안감을 설명해주는 주된 예측 요인이라는 점이다. 이는 기존 연구들에서 가정-직무 갈등이 업무의 생산성 문제 등을 위해 간과되어지거나(Voydanoff, 1980), 직무-가정 갈등과 동등한 영향력을 가진 것으로 결론지어졌던 것과는 차이를 보이고 있다(Bruke, 1988; Frone et al., 1992). 이 결과를 볼 때, 기혼 직장여성이 가정 내 책임과 의무가 과도하다고 지각하는 경우 효율성과 자기 효능감이 저하되어 정신적으로 고통스런 상태를 경험할 수 있는 것으로 보인다(Bromet et al., 1990). 그러나 이는 오히려 가정생활이 여성에게 아주 중요한 영역임을 보여주는 결과일 수도 있다. 직무와 관련된 긴장 수준보다는 가정생활과 관련된 긴장 수준이 더 큰 영향력을 가지는 것으로 가정할 수 있기 때문이다. 또한 직무-양육 갈등은 우울과 신체화 성향을 예측해주는 요인으로 밝혀졌는데, 직장 여성에게 있어서 엄마 역할이 역할 과부하의 주된 원천이 되고, 직무 스트레스가 우울에 미치는 효과를 악화시킨다는 보고와 일치되는 결과로

보인다. 기존 연구에서는 기혼 직장 여성이 부모 역할 수행에 대한 자기 평가가 낮고 갈등이 있을수록 불안을 경험한다는 주장이 있었는데(Barrett & Baruch, 1985), 본 연구 결과에서는 갈등 상황에서 직무와 양육 역할에서 오는 긴장과 스트레스를 우울감과 신체적 증상으로 호소하는 양상을 살펴볼 수 있었다.

다음으로 역할 갈등의 역할 만족에 대한 영향을 살펴보면, 직무-가정 갈등은 가정 영역 역할들과는 관련성을 보이지 않았고, 직무 만족과 상관을 보였으나 유의미한 영향력은 검증되지 않으며, 오히려 직무-양육 갈등이 존재할 경우 직무 불만족이 높아졌다. 평균적으로 직무-가정 갈등을 더 많이 경험하고, 직무 긴장과 더 높은 상관을 보인다는 Gutek 등(1991)의 연구 결과를 참조할 때, 어린 자녀를 둔 직장 여성들은 직무 긴장과 스트레스의 양이 직무 만족에 영향을 주기보다는, 직무 수행으로 인한 에너지와 시간 가용성 부족이 양육 역할 수행을 침해할 때 우울감과 신체적 증상, 더 나아가 직무에 대한 불만족을 경험하는 것으로 생각된다. 앞선 상관분석에서 직무-양육 갈등은 가족 지지와 유의미한 부적 상관을 나타내서 자녀의 양육 역할 책임을 나눌 수 있는 가족의 지지가 직무와 양육 역할 간 균형에 영향을 미칠 수 있을 것으로 보인다. 직장에서 탁아 시설이나 탄력적 근무 스케줄을 제공하는 것이 직무 수행과 만족을 향상시킬 수 있다는 주장들이 오래 전부터 제기되어 왔음에도 불구하고(Steers & Rhodes, 1978), 아직 사회적 지지망이 미흡하고 가족 범주 안에서의 역할 분담에 보다 의존하는 현실을 반영하는 것으로도 여겨진다. 그리고 가정-직무 갈등이 결혼 불만족을 유의미하게 설명하는 결과를 볼 수 있었는데, 이는 가정 영역의 요구가 실

제적으로 과다하거나, 혹은 지나치게 요구적이라고 지각한 경우에 결혼 생활에 대한 만족도가 저하된다고 볼 수 있을 것이다. 가정-직무 갈등과 결혼 관계 긴장과의 관련성에 대한 선행 연구들을 지지해 주는 결과로 생각된다 (Bromet et al., 1990).

두 번째로 완벽주의 성향과 정신 건강 및 역할 만족도에 대해 살펴보면, 본 연구 분석 결과, 완벽주의 성향들은 정신 건강을 측정하는 변인들과는 유의미한 상관을 보이지 않았고, 직접적인 효과도 발견되지 않았다. 기존 연구들에서 밝혀진 완벽주의 성향의 부정적 인지적 특성이 실패감, 죄의식, 분노와 같은 정서 상태를 경험하게 하여 정신 병리적 증상을 보일 수 있고 (Frost & Marten, 1990; Hewitt & Flett, 1991), 기혼 직장 여성의 경우 자신의 역할 평가에 더 완벽한 기준을 세워 자기 비판과 연관된 심리적 증상들을 경험한다는 주장들과는 불일치하는 결과가 제시되었다 (Wortman et al., 1991). 오히려 자기 지향적 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의 성향은 직무 역할 만족과 유의미한 정적 상관을 나타냈다. 특히 자기 지향적 완벽주의는 직무 만족을 설명하는 예측 요인으로서, 직무 수행의 성취동기 및 효율적 전략 등의 긍정적 요소로 작용하는 결과를 보였다 (Mill & Blankstein, 2000). 즉 완벽주의 성향을 보이는 사람들의 긍정적인 측면인 꼼꼼함이나 성실함, 내재적 동기에 기반을 둔 목표 추구 등이 직무 역할에서의 기능 수준을 상승시켜 주는 것이라고 설명해 볼 수 있다. 박진희(1997)의 연구에서도 직장 남성들의 자기 지향적 완벽주의 성향이 우울과 부적인 상관을 가지는 결과가 제시되었다. 그런데 기존 연구들에서 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 부적응적인 전략, 수

행 불안과 연관되고(Molnar et al., 2006), 삶에 대한 전반적인 불만족감과 관련된 결과를 보인 것과 달리(Mitchelson & Burns, 1998), 본 연구에서는 사회적으로 부과된 완벽주의도 직무 만족과 긍정적인 관계를 보였다. 이 완벽주의의 정의가 '다른 사람들이 자신에게 완벽함을 기대한다고 지각하고, 타인을 엄격하고 처벌적인 존재로 지각하는 것'임을 볼 때 (Hewitt & Flett, 1991), 타인의 기대에 맞추려 완벽을 기하는 성향도 상황에 따라서는 직무 성취와 긍정적인 상호작용을 일으킬 수 있을 것으로 보인다. 그러나 다차원적 완벽주의와 기질적 특성의 관련성에 관한 연구(Kobori, Yamagata, & Kijima, 2005)에서 자기 지향적 완벽주의 성향은 낮은 새로운 자극 추구 성향, 높은 보상 의존도, 높은 일관성의 특성을 보였고, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향은 낮은 새로운 자극 추구 성향, 높은 위험 회피 성향과 상관을 보였으나, 위계적 회귀분석 결과 자기 지향적 완벽주의가 통제되었을 경우 사회적으로 부과된 완벽주의는 아무런 직접적인 영향력을 나타내지 않은 것과 마찬가지로, 본 연구에서도 자기 지향적 완벽주의만이 직무 만족에 유의미한 예측 요소로 제시되고 있어서 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 직무 만족에 미치는 영향력에 대한 일반화는 제한적일 것으로 생각된다.

마지막으로 배우자 지지는 기혼 직장 여성의 정신 건강과 역할 만족도 각 영역 모두에 직접적 설명력을 가지는 예측 요인임이 밝혀져서, 배우자의 심리적 상태나 배우자와의 관계가 아내의 우울감, 불안감, 신체적 건강에 영향을 미친 기존 연구 결과들과 일치하는 결론이 제시되었다(예, Demerouti et al., 2005; John & Fletcher, 1993). 배우자가 심리적·정서

적 지지를 제공한다고 지각하는 정도가 낮으면 기혼 직장 여성들은 높은 수준의 우울감과 불안을 느끼게 되고, 이러한 심리적 스트레스를 억압하고 신체화로 표현하는 성향이 높게 발현되는 것으로 생각된다. 그러나 배우자 지지와 달리 가족 지지는 신체화 성향과는 유의미한 상관을 보이지 않았는데, 이는 여성들이 다른 가족들과의 관계에서 오는 어려움을 우울이나 불안으로 경험하기는 하지만, 이를 신체적 기제로 전환시키는 양상은 잘 드러내지 않을 수 있어 보인다. 한 편으로 신체화를 통해 배우자의 관심과 지지를 얻어내는 이차적 이득과의 관련성도 추측할 수 있을 것 같다. 그리고 또한 배우자 지지는 삶의 역할 만족도 전 영역에도 영향을 주는 결과가 도출되었다. 지각된 배우자 지지는 결혼 생활 전반에 대한 만족도를 높이고, 직무 역할을 효율적으로 수행하고 있다는 만족감을 높여 주는 것으로 보인다. 특히 배우자 지지가 양육 역할 만족의 단독 설명 요인으로 제시되었는데, 심리적 부담감이 가장 큰 양육 역할에 있어서(Cleary & Mechanic, 1983, Gore & Mangione, 1983), 배우자와의 의견 공유, 일치감과 도움이 가장 필요한 지지 원천임이 확인되었다. 그런데, 가족 지지는 기혼 직장여성의 직무-양육 갈등과 부적 상관을 가짐에도 불구하고, 결혼 불만족을 예측하는 요인으로 나타났다, $F(1, 94) = 18.49, p < .05.$, 지각된 사회적 지지는 모든 스트레스 상황에 영향을 주는 것이 아니라, 상황에 적합한 지지 자원을 제공했을 경우 스트레스의 수준에 상관없이 성취 과제 수행이 증가하고 불안이 낮아졌다는 연구 결과를 비취볼 때(송중용, 원호택, 1988), 가족 지지가 직무-양육 역할 갈등 해결에는 도움이 될 수 있으나, 결혼 생활에는 긍정적 영향을 미치지

못하는 양상으로 생각해 볼 수 있겠다. 양육 역할의 분담으로 확대 가족과의 상호작용이 증대되는 것이 오히려 부부간 친밀한 관계형성을 방해할 가능성을 추측해 볼 수도 있을 것 같다. 추후 연구들에서 이 부분에 대한 검증과 고찰이 필요할 것으로 생각된다.

종합적으로 위의 결과들을 통해서 알 수 있는 것은, 우선 미취학 자녀를 가진 직장 여성이 경험하는 가정-직무 갈등은 우울과 불안감, 결혼 불만족에 영향을 줄 수 있고, 직무-양육 갈등은 우울과 신체화 성향, 직무 불만족을 유발할 수 있는 것으로 밝혀졌다. 그리고 자기-지향적 완벽주의는 직무 만족을 예측하는 긍정적 성향으로 나타났다. 배우자 지지는 본 연구에서 살펴보았던 정신 건강 및 역할 불만족을 나타내는 모든 영역들에 대한 유의미한 예측 요인이며 영향력을 가지고 있었다. 여과 상관 분석 결과를 볼 때, 역할 갈등은 우울과 불안, 그리고 직무 불만족에 영향을 미쳤지만, 가족, 특히 배우자 지지는 역할 갈등의 직접적 효과가 나타나지 않는 가정 영역과 관련된 부분들, 즉 결혼 만족도와 양육 만족도에까지 영향을 주고 있어서 그 어떤 변인들보다 개인의 건강과 만족스런 삶에 강력한 영향력을 가진 요소로 생각된다. 그만큼 여성에게 있어서 배우자와의 관계는 심리적인 안녕 및 적응과 직접적인 관련을 가지는 중요한 요소임이 입증되었다.

본 연구는 횡단적 시점에서 이루어졌고, 대상을 자녀가 모두 미취학 상태인 사무직 직장 여성으로 한정되었기 때문에 이 특수한 집단에 대한 설명을 전체 직장 여성에게 일반화하는 데에는 어려움이 있을 수 있다. 또한 긍정적인 역할 간 전이가 부정적인 역할 간 전이의 영향력을 넘어서지 못하는 연구들의 결과

에 따라서 다중 역할이 주는 부정적 갈등 양상만을 고려하였는데, 추후 연구에서는 긍정적 전이를 포함해 보는 것이 더 풍부한 설명을 해 줄 수 있으리라 사료된다. 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의가 직무 만족과 긍정적 관련성을 보이는 결과와, 가족 지지가 결혼 불만족을 설명하는 결과들은 기존 연구 방향들과 차이를 보이고 있으므로 추후 세밀한 검증이 필요할 것으로 생각된다. 그리고 이 경험적 연구에서 나타난 결과들을 이론적으로 통합하는 종합적 모형 검증도 추후 이루어져야 할 과제로 생각된다.

이러한 한계가 있지만, 본 연구를 통해 가정, 양육과 직무 역할 간에 갈등을 경험하는 것은 정신 건강과 삶의 만족도에 악영향을 주어 개인의 안녕을 저해하며, 가족 특히 배우자의 지지가 모든 영역에 걸쳐 여성의 적응적 생활을 유지하는데 가장 강력한 요인임을 확인할 수 있었다. 이를 볼 때, 어린 자녀를 가진 기혼 직장여성이 건강하고 만족스런 삶을 영위하는데 중요한 것은, 아내와 엄마 역할의 요구들을 스트레스 인내력 수준을 넘지 않고 직무 효율성을 유지할 정도로 조절하는 것과, 사랑과 지지를 받고 있다는 지각과 경험들을 갖는 것으로 보인다. 경제력과 양육 역할 부담으로 출산을 기피하는 현 한국 사회 분위기에서 배우자의 적절한 지지가 여성의 양육 스트레스를 줄이고 직무 역할 수행의 질을 높이는 역할을 할 수 있다는 점을 환기시킬 필요가 있다고 생각된다. 또한 완벽주의 성향은 획일적인 부정적 특성이 아닌 세부 특성과 맥락에 따라 긍정적인 요인으로 작용할 수 있다는 점도 살펴볼 수 있었다.

참고문헌

- 구혜령 (1991). 전문직 취업주부의 역할 갈등과 갈등대처전략. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 권정혜, 채규만 (1998). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구 I. 한국심리학 회지: 임상, 18, 123-139.
- 김재환, 김광일 (1984). 간이정신진단검사(SCL-90-R)의 한국판 표준화 연구 III 정신건강 연구, 2, 278-311.
- 김정택 (1978). 특성 불안과 사회성과의 관계. 고려대학교 석사학위 논문.
- 박선희 (1991). 취업주부의 성격 및 가족의 지지도가 스트레스에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박진희 (1997). 완벽주의 성향, 자기 효능감, 스트레스에 대한 대처방식이 직장 남성의 우울에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위 논문.
- 변자영 (1996). 취업주부의 자녀양육과 관련된 역할 갈등과 영향변인에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송종용, 원호택 (1988). 스트레스 상황에서 사회적 지지가 성취과제의 수행과 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 7, 21-30.
- 이동수, 김지혜, 한우상, 우종민, 강동우, 고영건, 연병길, 김이영 (1999). 직무 스트레스 평가를 위한 측정도 구 개발 및 표준화 연구 (I): 신뢰도와 타당도. 신경정신의학, 38(5), 1026-1037.
- 이영자 (1996). 스트레스, 사회적지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 박사학위 논문.

- 전검구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발 연구 I. 한국심리학회지: 임상, 11, 65-76.
- 통계청 (2004). 여성 취업에 관한 견해. 사회지표, 노동 부분. <http://kosis.nso.go.kr/Magazine/NEW/KP/KS0427.xls>에서 2005년 6월 인출.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 대학원 박사학위 논문.
- 현은강, 조복희 (1994). 부모의 역할만족도 척도의 개발. 대한가정학 회지, 96(1), 103-117.
- Barnett, R. C., & Baruch, G. K.(1985). Women's involvement in multiple roles and psychological distress. *Journal of Marriage and Family*, 49(1), 135-145.
- Beach, S. R., Fincham, F. D., & Katz, J. (1998). Marital therapy in the treatment of depression: toward a third generation of therapy and research. *Clinical Psychology Review*, 18, 635-661.
- Behrman, D. L. (1982). *Family and/or career plans of first-time mothers*. Ann Arbor, MI: University of Michigan Research Press.
- Belle, D. (Ed.). (1982). *Lives in stress: Women and depression*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Bernard, J. (1981). *The female world*. New York: Free Press.
- Bieling, P. J., Israeli, A., Smith, J., & Antony, M. M. (2003). Making the grade; the behavioral consequences of perfectionism in the classroom. *Personality and Individual Differences*, 35, 163-178.
- Bromet E. J., Dew, M. A., & Parkinson, D. K. (1990). Spillover between work and family. In J. Eckenrode, & S. Gore, (Eds.), *Stress between work and family* (pp. 133-151). New York: Plenum.
- Bruke, R. J. (1988). Some antecedents and consequences of work-family conflict. *Journal of Social Behavior and Personality*, 3, 287-302.
- Burns, D. D., & Beck, A. T. (1978). Cognitive behavior modification of mood disorders. In J. P. Foreyt & D. P. Rathjen (Eds.), *Cognitive behavior therapy* (pp. 109-134). New York: Plenum Press.
- Campell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). The situation of women. In A. Campell, P. E Converse, & W. L. Rodgers (Eds.), *The quality of American life* (pp. 395-442). New York: Russell Sage Foundation.
- Cleary, P., & Mechanic, D.(1983). Sex differences in psychological distress among married people. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 111-121.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98, 310-357.
- Cox, B. J., Enns, M. W., & Clara, I. P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. *Psychological Assessment*, 14, 365-373.
- Crouter, A. C. (1984). Spillover from family to work: The neglected side of the work-family interface. *Human Relations*, 37, 425-442.
- Crouter, A., Huston, T., & Robbins, E. (1983). Bringing work home: Psychological spillover

- from work to family. Paper presented at the Theory and Method Workshop preceding the annual meeting of National Council on Family Relations, St. Paul, Minnesota.
- Small, S. A., & Riley, D. (1990). Toward a multidimensional assessment of work spillover into family life. *Journal of Marriage and Family*, 52, 51-61.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2005). Spillover and crossover of exhaustion and life satisfaction among dual-earner parents. *Journal of Vocational Behavior*, 67, 266-289.
- Depner, C. (1979). *The parental role and psychological well-being*. Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, New York.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blanksteind, K. R. (2006). Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment. *Personality and Individual Differences*, 40 (4), 665-676.
- Fenstermaker, S., West, C., & Zimmerman, D. H. (1991). Gender inequality: New conceptual terrain. In R. L. Blumberg (Ed.), *Gender, family, and economy: The triple overlap* (pp.289-307). Newbury Park, CA: Sage.
- Ferree, M. M. (1990). Beyond separate spheres: Feminism and family research. *Journal of Marriage and Family*, 52, 866-884.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism, and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10, 731-735.
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 77, 65-78.
- Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 559-572.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
- Ganster, D. C. & Victor, B. (1988). The impact of social support on mental and physical health. *British journal of Medical Psychology*, 61, 17-36.
- Gilligan, C. (1977). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gilligan, C. (1982). *In a difference voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Gore, S., & Mangione, T. W.(1983). Social roles, sex roles and psychological distress: Additive and interactive models of sex differences. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 300-312
- Gove, W. (1984). Gender differences in mental and psychological illness: The effects of fixed roles and nurturant roles. *Social Science & Medicine*, 19, 77-91.
- Gove, W. R. & Tudor, J. E. (1973). Adult sex-roles and mental illness. *American Journal of Sociology*, 78, 812-835.
- Greenberger, E. & O'Neil, R. (1993). Spouse,

- parent, worker: Role commitment and role-related experiences in the construction of adult's well-being. *Developmental Psychology*, 29, 181-197.
- Gutek, B. A., Searle, S., & Klepa, L. (1991). Rational versus gender role explanations for work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76, 560-568.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hill, R. W., McIntire, K., & Bacharach, V. R. (1997). Perfectionism and the big five factors. *Journal of Social Behavior & Personality*, 12, 257-270.
- Jemmott, J. B., & Locke, S. E. (1984). Psychological factors, immunological medication, and human susceptibility to infectious diseases: How much do we know? *Psychological Bulletin*, 95, 78-108.
- Jones, F., & Fletcher, B. (1993). An empirical study of occupational stress transmission in working couples. *Human Relations*, 46, 881-902.
- Kanter, R. M. (1977). *Work and family in the United States: A Critical review and agenda for research and policy*. New York: Russell Sage Foundation.
- Keith, P., & Schafer, R. (1980). Role strain and depression in two-job families. *Family Relations*, 29, 483-488.
- Kessler, R. C., Kendler, K. S., Heath, A. C., Neale, M. C., & Eaves, L. J. (1992). Social Support, Depressed Mood, and Adjustment to Stress: A Genetic Epidemiologic Investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62,, 257-272.
- Kessler, R. C., Price, R. H., & Wortman, C. B. (1985). Social factors in psychopathology: Stress, social support, and coping process. *Annual Review of Psychology*, 36, 531-572.
- Kobori, O., Yamagata, S., & Kijima, N. (2005). The relationship of temperament to multidimensional perfectionism trait. *Personality and Individual Differences*, 38 (1), 203-211.
- Krantz, D. S., Grunberg, N. E., & Baum, A. (1985). Health psychology. *Annual Review of Psychology*, 36, 349-383.
- Lambert, S. (1990). Processes linking work and family; A critical review and research agenda. *Human Relations*, 43, 239-257,
- Lang, E. L. (1988). *Role conflict and work/family spillover: Comparing academic and nonacademic multiple-role women..* Doctoral Dissertation, University of Michigan. USA.
- Leiter, M. P., & Durup, M. J. (1996). Work, home, and in-between: a longitudinal study of spillover. *Journal of Applied Behavioral Science*, 32, 29-47.
- Marks, S. R. (1977). Multiple roles and role strain: Some notes on human energy, time, and commitment. *American Sociological Review*, 47, 216-227.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1982). After-effects of job-related stress: Families as victims.

- Journal of Occupational Behavior*, 3, 63-77.
- Milkie, M. A., & Peltola P. (1999). Playing all the roles: Gender and the work-family balancing act. *Journal of Marriage and Family*, 61, 476-490.
- Mills, J. S., & Blankstein, K. R., (2000). Perfectionism, intrinsic vs extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: a multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29 (6), 1191-1204.
- Mitchelson, J. K., & Burns, L. R. (1998). Career mothers and perfectionism: Stress at work and at home. *Personality & Individual Differences*, 25, 477-485.
- Molnar, D. S., Reker, D. L., Culp N. A., Sadava, S. W., & DeCourville, N. H. (in press). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. *Journal of Research in Personality*.
- Neff, L. A. & Karney, B. R. (2005). Gender Differences in Social Support: A Question of Skill or Responsiveness? *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 79- 90.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian R. (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of Applied Psychology*, 81, 400-410.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The Role of Rumination in Depressive Disorders and Mixed Anxiety/Depressive Symptoms. *Journal of Abnormal psychology*, 109(3), 504-511.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Pearlin, L. J. (1989). The sociological study of stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 241-256.
- Piotrkowski, C. S. (1979). *Work and the family system: A naturalistic study of working-class and lower middle-class families*. New York: Free Press.
- Pyke, K., & Coltrane, S. (1996). Entitlement, obligation, and gratitude in family work. *Journal of Family Issues*, 17, 60-82.
- Sears, P. S., & Barbee, A. H. (1977). Careers and life satisfaction among Terman's gifted women. In J. Stanley, W. George, & C. Solano (Eds.), *The gifted and creative*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Sieber, S. D. (1974). Toward a theory of role accumulation. *American Sociological Review*, 39, 567-578.
- Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavioral Modification*, 22, 372-390.
- Small, S. A., & Riley, D. (1990). Toward a multidimensional assessment of work spillover into family life. *Journal of Marriage and Family*, 52, 51-61.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Consulting Psychology*, 31, 503-509.
- South, S. J., & Spitze, G. (1994). Housework in marital and nonmarital households. *American Sociological Review*, 59, 327-347.
- Staines, G. L., Pleck, J. H., Shepard, L. J., &

- O'Connor, P. (1978). Wive's employment status and marital adjustment: Yet another look. *Psychology of Women Quarterly*, 3, 43-52.
- Steers, R. M., & Rhodes, S. R. (1978). Major influences on employee attendance: A process model. *Journal of Applied Psychology*, 63, 391-407.
- Veroff, J., Douvan, E., & Kulka, R. (1981). *The inner America: A self-portrait from 1957 to 1976*. New York: Basic Books.
- Voydanoff, P. (1980). *The implications of work-family relationships for productivity*. Scarsdale, New York: Work in American Institute.
- Wade, T. D., & Kendler, K. S. (2000). The relationship between social support and major depression: cross-sectional, longitudinal, and genetic perspectives. *Journal of Nervous and mental Disease*, 188, 251-258.
- Weisinger, H., & Lobsenz, N. (1981). *Nobody's perfect*. New York: Warner Books.
- White, L. K., Booth, A., & Edwards, J. N (1986). Children and marital happiness-Why the negative correlations? *Journal of Family Issues*, 7, 131-147.
- Wortman, C., Biernat, M., & Lang, E. (1991). Coping with overload. In M. Frankenhaeuser, U. Lundberg, & M. Chesney (Eds.), *Women, work, and health: Stress and opportunities* (pp. 85-110). New York: Plenum.

원고접수일 : 2005. 8. 1

게재결정일 : 2006. 7. 5

Mental Health and Role Satisfaction of Working Mothers: Role conflict, Perfectionism, and Family/Spouse Support

Ohryeong Ha

Junghye Kwon

Department of Psychology, Korea University

This study examined how role conflict, multidimensional perfectionism, and family/spouse support are associated with mental health and role satisfaction among working mothers. In a sample of 123 office working female who were mothers of one or more preschoolers and kindergarteners, variables examined using correlation, stepwise regression and partial regression. In results, three domains of role conflict were associated with psychological symptoms such as depression, anxiety and somatization and with marital, parental, and job dissatisfaction. Particularly high family-work spillover predicted depression, anxiety and marital dissatisfaction, and high work-parenting spillover predicted depression, somatization, and job dissatisfaction. Multidimensional perfectionism was neither related to negative psychological symptoms nor role dissatisfaction except for influence of self-oriented perfectionism on job satisfaction. Self-oriented perfectionism act on as positive striving. Support of husband and family members was not a mediator, but a predictor variable directly influencing on working mothers' mental health and satisfaction. High support of husband was associated with low depression, anxiety, and somatization, and high satisfaction of all role domains.

Keywords : *working mother, role conflict, perfectionism, family and spouse support, mental health & satisfaction.*