한국심리학회지 : 일반
*Korean Journal of Psychology: General*
2009, Vol. 28, No. 3, 643-658

# 자아분화가 결혼적응에 미치는 효과
## - 갈등대처행동의 매개효과를 중심으로 -

이 소 미† 고 영 건

선신경정신과 고려대학교 심리학과

본 연구는 자아분화 수준과 갈등대처행동 그리고 결혼적응간의 관계를 알아보고, 자아분화와 결혼적응의 관계에서 갈등대처행동의 매개적 효과를 밝히고자 하였다. 이를 검증하기 위해 기혼남녀 289명(남: 120명, 여: 169명)을 연구대상으로 하였고, 측정도구로는 자아분화척도, 갈등대처행동척도, 결혼적응척도를 사용하였다. 그 결과, 자아분화 수준이 높을수록 부부간 갈등 상황에서 이성적 대처를 많이 하며, 자아분화 수준이 낮을수록 갈등 상황 시 부정적인 감정 및 행동을 표출하거나 갈등을 회피하는 대처방식을 주로 사용하는 것으로 나타났다. 또한 자아분화가 잘 이루어질수록 결혼적응 수준이 올라가며, 자아분화가 잘 이루어지지 않을 경우 결혼적응 수준이 떨어지는 결과가 나타났다. 이와 더불어, 자아분화와 결혼적응 간의 관계에서 갈등대처행동의 매개효과도 검증되었다. 즉, 자아분화 수준이 높은 경우 부부간 갈등이 생겼을 때 이성적으로 대처하여 결혼생활의 적응성이 올라가는 반면, 자아분화가 잘 이루어지지 않으면 부부 간 갈등 상황에서 부정적인 감정과 행동을 여과 없이 표출하거나 갈등 상황을 회피해버리는 식의 역기능적인 갈등대처방식으로 인해 결혼생활의 적응성이 저하되는 결과를 보인다. 본 연구 결과를 통해 앞으로 결혼위기에 처한 부부 또는 예비부부를 위한 예방적 개입의 시사점을 제안했다는데 그 의의가 있다.

주요어 : 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응

† 교신저자: 이소미, 선신경정신과, 서울시 노원구 중계동 509-1
Fax: 02-948-4489, E-mail: somtang76@naver.com



www.kci.go.kr

인간이 살아가면서 맺는 여러 관계 중 가장 친밀하면서도 중요한 관계 중의 하나가 결혼을 통한 부부관계이다. 사회가 복잡해지고 빠르게 변화하면서 가족에서 부부관계의 중요성이 커지게 되고(이지현, 2007), 부부의 애정적 기능이 결혼생활에서 매우 중요한 의미를 지니게 되었다(전춘애, 박성연, 1994). 따라서 서로 다른 배경을 가진 성인남녀가 결혼을 통해 새로운 가정을 구성한 뒤, 만족스런 결혼생활과 보다 건설적이고 발전적인 부부관계를 유지할 수 있도록 만드는 요인이 무엇인지를 탐색하는 것은 중요한 의미를 지닌다.

결혼만족과 부부 적응에 영향을 주는 변인 중 자아분화라는 개념은 Bowen(1976)이 자신의 가족체계이론에서 제시한 핵심 개념으로, 정신 내적 측면과 대인 관계적 측면으로 나누어서 설명될 수 있다. 우선 정신 내적 측면에서의 자아분화는 지적기능이 정서적 기능으로부터 얼마나 분화되어 있는가를 의미하는, 정서적 성숙이라고 할 수 있다. 이는 지적체계를 지나치게 강조하여 정서반응을 마비시키거나 또는 감정체계만을 강조해서 이성을 희생시키는 것이 아니라 감정과 이성의 균형을 이루는 것이다. 따라서 자아분화가 잘 이루어진 사람은 사고와 감정 사이에 균형을 이루어, 자제력이 있고 객관적이다. 또한 독립적으로 사고하고, 융통성 있으며, 상당한 정도의 스트레스 상황에 있을지라도 자율적으로 행동한다. 반면, 자아분화가 낮은 사람은 자율성이 부족하며, 융합되려는 경향이 있다. 정서와 지성 사이의 융합이 클수록 감정의 세계에 쉽게 빠져들고, 객관성이 결여되어 있어 본능적인 충동에 따른 감정반사(emotional reaction)행동을 하게 된다. 따라서 스트레스 상황에 직면하면 이에 민감하게 반응하여 역기능적으로 될 가능성이 높다(김중호, 2008; 이명옥, 하정희, 2007; 조은경, 정혜정, 2002; 한영숙, 2007; Bowen, 1976; Friedman, 1991).

대인 관계적 측면에서의 자아분화는 자신의 정체성을 상실하지 않고 자율성을 유지하면서 타인과 정서적으로 친밀한 관계를 맺을 수 있는 정도를 말한다(Bowen, 1976; Kerr & Bowen, 1988). 타인의 가치와 신념을 있는 그대로 존중하면서도 자신의 일관된 신념에 따른 행동을 유지해 나갈 수 있는 능력이다. 자아분화가 잘 이루어지지 못할수록 가짜 자아(pseudo-self: 타인의 정서적 압력에 쉽게 변화하는 자아)가 발달되어 타인으로부터 자신을 분리하는데 어려움을 느끼며, 자기 자신의 일관된 신념에 따른 독립적인 행동이나 자주적인 삶을 살기보다는 타인의 견해에 쉽게 의존하고, 타인으로부터 사랑과 인정을 받는 것에만 집중하거나 또는 타인의 공격이나 비난을 피하는데 급급한 삶을 살게 된다. 반대로 자아분화 수준이 높은 사람은 진짜 자아(solid-self: 주위의 정서적인 압력에 굴하지 않고 독립적이고 융통성 있으며 일관성 있는 자아)가 발달되어 정서적으로 안정되어서 명확하게 사고하며 신념에 따라 행동하면서 타인의 가치나 신념을 존중하면서 타인과 친밀한 관계를 유지할 수 있는 주체적이고 목표지향적인 삶을 살게 된다(김중호, 2008; 이창만, 1992; 최인재, 2004; 한영숙, 2007; Bowen, 1976).

이와 같이 Bowen의 가족체계이론에서 핵심적인 개념으로 설명되는 자아분화는 인간이 환경에 적응해 나가는데 있어서 매우 중요한 역할을 담당한다. 자아분화 수준이 낮을수록 감정적으로 반응하며, 의미있는 지속적인 관계 능력이 결핍되어 있기 때문에, 부부관계 및 가족, 사회적 관계에서 올바르게 기능하지



www.kci.go.kr

못한다(조은경, 정혜정, 2002). 또한 우울증과 불안 같은 정신건강 수준, 부적응적 행동, 생활만족도, 대인관계 문제 등과 같은 역기능적 증상과도 관련이 높은 것으로 밝혀졌다(남상철, 유영달, 2007; 이신숙, 2000; 이혜숙, 1992; 정경연, 심혜숙, 2007; Elieson & Rubin, 2001). 이 뿐만 아니라 자아분화와 결혼적응과의 관련성을 다룬 여러 선행연구들(김수연, 2001; 전춘애, 박성연, 1994; Haber, 1984; Kerr & Bowen, 1988; Skowron, 2000)에서도, 자아분화가 결혼만족도, 결혼안정성, 가족기능, 부부간의 적응, 친밀감 등에 영향을 준다는 일반적인 결론을 보이고 있다. 즉, 자아분화 수준이 높을수록 결혼생활의 질과 만족도가 높으며, 자아분화가 잘 이루어지지 않은 경우에는 결혼만족도나 적응성이 떨어지는 결과를 일관되게 보이고 있다.

그렇다면 자아분화 수준이 높은 사람이 어떤 과정을 거쳐서 결혼생활의 질과 만족도 수준이 높아지는지, 반면에 자아분화 수준이 낮은 사람은 어떤 과정을 거쳐서 결혼생활의 적응성이 떨어지는지에 대해서 탐색해보는 것은 상담 현장에서 치료적 중재를 위한 정보를 제공할 수 있다는 점에서 연구해 볼 가치가 있다.

모든 인간관계는 많든 적든 상호 교류가 늘 일어나며, 특히 애정적 유대관계를 기초로 형성된 부부의 경우 타인보다 깊은 상호 교류가 많이 있게 마련이다. 부부간에 이루어지는 다양한 상호교류 영역 중 본 연구자가 관심을 갖는 부분은 일상 속에 늘 존재하고 긴장감을 불러일으키는 갈등상황에서 부부가 어떻게 반응하고 대처하는지에 초점을 맞추고자 한다. 인간의 삶 속에서 크고 작은 갈등은 늘 존재하며, 어떻게 보면 일상적인 것으로 생각할 수도 있다. 더구나 서로 다른 환경에서 성장하며 각각의 고유한 가치관과 사고방식, 태도를 가지고 있는 두 사람이 부부가 되어 살아갈 때 불화나 갈등이 수반되는 것은 필연적인 것이다. 그러나 여기서 중요한 것은 부부가 갈등을 어떤 방식으로 해결하는가 하는 것이다(이선미, 전귀연, 2005). 부부간의 갈등이 건설적으로 해결될 때 부부 사이에 이해도가 증진되고 원만한 부부관계를 지속할 수 있지만, 해결방법에 문제가 있을 때는 갈등과 불화가 심화되어 가족체계의 균형이 깨지고 가족이 해체될 수도 있다(최규련, 1994). 즉, 갈등 존재 자체 보다는 갈등에 대하여 어떻게 반응하고, 어떤 대응 행동을 취하느냐가 부부관계의 견고성을 설명하는데 더 중요한 변인이다(Gottman, 1994). 실제로 결혼만족도가 높은 부부와 낮은 부부를 비교하였을 때 부부간 갈등의 크기에서는 유의한 차이가 없었지만, 갈등을 대처하는 방법에서 유의한 차이가 있다는 연구결과도 있다(Yelsma, 1984). 따라서 원만한 결혼생활과 부부 적응을 위해서 부부가 갈등상황에 건설적으로 대처하는 것이 매우 중요하다.

결혼적응과 부부가 갈등 시 대처하는 방식에 대한 근원적 설명을 위해서, 개인의 원가족 내에서의 경험 및 성장 배경을 간과할 수 없다. 성장 초기 원가족 경험 중에서도 특히 부모와의 관계에서 형성되는 자아분화는 문제해결능력, 적응력 등과 관련되는 개념으로(조은경, 정혜정, 2002), 자아분화가 잘 이루어질수록 스트레스나 갈등 상황에서 합리적 판단에 따라 효율적인 대처와 건설적인 문제 해결을 하므로 환경에 보다 적응적인 것으로 설명한다(한정아, 2005; Bowen, 1976). 자아분화 수준이 높을수록 스트레스를 덜 받는 것으로 지



www.kci.go.kr

각하며, 스트레스나 갈등상황에서도 효율적으로 대처하는 문제 중심적 대처나 자기위로를 통한 적극적 대처방식을 사용하는 경향이 크다. 반면에 자아분화 수준이 낮으면 스트레스 지각 수준도 높고, 스트레스나 갈등에 효율적으로 적응하지 못하며, 충동적 감정에 따라 반응하거나 회피하는 방식인 소극적 대처를 사용한다(배옥현, 홍상욱, 2008; 조상희, 2004). 이민수(2000)의 연구를 살펴보면, 자아분화가 잘 된 사람일수록 감정적이기보다는 인지적이므로, 타인에게 화를 내거나 당황하는 등의 정서 중심적 대처를 하지 않고, 문제 그 자체에 대한 해결 중심적인 대처를 사용하는 것으로 나타났다. 여러 선행연구에서도 자아분화 수준이 갈등이나 스트레스 상황에 대처하는 방식과 관련성이 높은 것으로 나타났다(이현주, 1997; 한정아, 2005; Bowen, 1976). 즉, 자아분화가 잘 이루어진 사람은 감정의 지배를 받지 않고 상황을 합리적으로 판단하며, 자신과 타인의 입장을 객관적으로 바라볼 수 있기 때문에 균형 잡힌 목표 지향적 행동을 할 수 있다. 따라서 스트레스 상황이나 불안과 긴장감을 불러일으키는 갈등 상황에서 신중한 의사결정과 건설적인 대처 행동을 취할 수 있다. 이처럼 자아분화 수준과 관련성이 높은 갈등대처 전략은, 크고 작은 불화와 갈등이 일상적으로 존재하는 결혼생활의 만족도와 적응적 측면에서 중요한 역할을 담당한다(이영숙, 박경란, 2006; 정은희, 2004; Gottman, 1994; Yelsma, 1984).

이론적 배경과 앞선 선행연구들을 토대로, 원가족에서 형성된 자아분화는 갈등대처행동과 결혼적응에 선행하는 요인이며, 자아분화 수준에 따라 갈등 대처 양상이 달라지고, 결혼적응에 있어서 갈등대처행동이 중요한 역할을 담당하고 있다는 것을 확인하였다.

따라서 본 연구에서는 Bowen 이론의 핵심적 개념인 자아분화가 부부의 갈등대처행동 및 결혼적응과 어떤 관계를 맺고 있는지 탐색해 볼 것이다. 그리고 지금까지 자아분화가 잘 이루어질수록 결혼적응 수준이 향상되며, 자아분화 수준이 낮을수록 결혼적응이나 만족도가 떨어진다는 국내외 선행연구가 많이 이루어지고 있지만, 두 요인 사이의 중간 과정을 탐색하는 연구는 드물다. 즉, 자아분화가 잘 이루어진 사람은 어떤 과정을 거쳐 적응적인 결혼 생활을 유지하며, 자아분화가 잘 이루어지지 않은 경우에는 어떤 과정을 통해서 결혼생활의 질이나 만족도가 떨어지는지에 대한 경로를 밝혀내는 것은 의미있을 것으로 판단된다. 따라서 본 연구에서는 자아분화와 결혼적응 간의 관계에서 부부의 갈등 대처 행동이 매개적 역할을 할 것으로 가정하여 그 효과를 검증할 것이다. 이를 통해 부부상담 장면에서 결혼생활 적응과 만족도를 높이는 치료적 중재에 대한 자세한 정보를 제공하고 예방적 개입의 시사점을 얻을 것으로 기대한다.

본 연구에서의 주요 연구문제는 다음과 같다.

1. 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응 간에는 어떠한 관계가 있는가?
2. 갈등대처행동이 자아분화와 결혼적응 간의 관계를 매개하는가?

## 방 법

### 연구대상 및 절차

본 연구는 서울 및 수도권지역에 거주하는



www.kci.go.kr

기혼남녀를 대상으로 실시되었다. 총 350부의 질문지를 배포하여 회수하지 못한 질문지와 부실 기재 또는 불성실하게 응답한 질문지를 제외한 289부의 자료만 분석에 사용하였다. 자료 수집은 연구 목적과 설문요령을 설명 받은 조사요원과 본 연구자에 의해 시행되었다.

## 측정도구

### 자아분화척도(Self-Differentiation Scale)

Bowen의 자아분화 척도를 우리나라 현실에 맞게 수정하여 제작한 제석봉(1989)의 자아분화척도를 사용하였다. 이 척도는 총 36개의 문항과 5개의 하위척도(인지적 기능 대 정서적 기능, 자아의 통합, 가족투사과정, 정서적 단절, 가족 퇴행)로 구성되어 있으며, 5점 척도 상에 평정하도록 하였다. 본 연구에서 각 요인별 신뢰도 계수는 인지적 기능 대 정서적 기능이 .76, 자아통합이 .63, 가족투사과정이 .80, 정서적 단절이 .75, 가족퇴행이 .88로 나타났다. 5가지 하위척도의 구성요소 및 내용은 다음과 같다.

첫째, 인지적기능 대 정서적기능은 지적 체계가 정서적 체계에서 얼마나 분화되어 있는가의 정도를 나타내는 것이다. 이 요인의 점수가 높을수록 정서적인 통제와 더불어 지적 체계가 잘 작용한다는 것을 의미한다.

둘째, 자아통합은 개인이 타인과의 관계에서 정서적인 압력을 받을 때, 얼마나 자신의 신념과 생활원리를 잘 견지하고 있는지를 측정하는 문항으로 구성되었다. 점수가 높을수록 자아통합이 잘 이루어진 것이다.

셋째, 가족투사과정은 자아가 분화되지 못한 핵가족 정서체계에서 부부간의 문제나 자신들의 미분화 특성을 자녀에게 투사하는 과정을 말하는 것으로, 어릴 때부터 투사의 가능성이 높은 부모-자녀 간의 의사소통유형을 묻는 문항과 과거에서부터 부모가 표명했던 근심과 현재 상태의 일치여부를 묻는 문항들로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 투사가 적게 이루어진 가정에서 자란 것이다.

넷째, 정서적 단절은 자아분화가 낮은 사람이 가정 내에서 정서적으로 단절하려는 경향을 보인다는 개념이다. 가정의 중요성을 무시하거나 가출, 고립, 부정 등의 정신내적 기제를 통해 부모나 자기 자신의 과거로부터 단절하려는 경향을 말한다. 점수가 높을수록 정서적 단절은 적게 이루어졌다는 것을 의미한다.

다섯째, 가족퇴행은 가정의 위기가 발생했을 때 가족성원들 간의 갈등처리방법을 말하는 것으로, 자아분화 수준이 낮은 가정에서는 중요한 의사결정이나 스트레스 상황에서 건설적 방법보다 퇴행적 행동을 나타낸다는 개념이다. 이 요인의 점수가 높을수록 가족퇴행정도가 낮은 가정에서 자란 것을 의미한다.

### 갈등대처행동척도(Conflict-Coping Behavior)

McCubbin, Larson과 Olson(1982)이 개발한 가족대처전략척도(F-Copes)와 Folkman과 Lazarus(1985)의 척도, 송말희(1990)의 척도 등을 참고로 최규련(1994)이 작성한 척도를 사용하였다. 이 척도는 '외부도움요청', '신앙에 의지', '이성적 대처', '감정 및 행동표출', '회피'의 5개 하위영역으로 구분되며, 모두 5점 척도로서 점수가 높을수록 해당 대처행동을 많이 사용하는 것을 의미한다. 본 연구에서 각 요인별 신뢰도 계수는 외부도움요청이 .67, 신앙에 의지가 .95, 이성적 대처가 .78, 감정 및 행동표출이 .73, 회피가 .75로 나타났다.



www.kci.go.kr

**결혼적응척도(Dyadic Adjustment Scale)**

결혼 생활 적응 정도를 측정하기 위해서 Spanier(1976)가 개발한 Dyadic Adjustment Scale (DAS)을 우리말로 번역한 한국판 '부부관계 적응 척도'(DAS)를 사용했다(이민식, 김중술, 1995). 이 검사는 총 32문항이며, 4가지 하위 척도로 구성되어 있는데, (1) 의견 일치(Dyadic Consensus: 부부관계에서 주요 문제에 대한 의견 일치의 정도), (2)응집력(Dyadic Cohesion: 부부가 어떤 활동에 같이 참여하는 정도), (3) 관계에 대한 만족(Dyadic Satisfaction: 현재의 관계에 대한 만족도와 관계가 지속되기를 바라는 정도), (4) 애정표현(Affectional Expression: 애정표현과 성생활에 대한 만족도)이다. 각 요인별 신뢰도 계수는 각각 .90, .87, .85, .71로 나타났다.

자료분석

본 연구 응답자의 일반적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응에 대한 각 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 값으로 산출했다. 다음으로 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응과의 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였으며, 갈등대처행동의 매개효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## 결 과

사회 인구학적 특성과 배경

조사대상자의 사회 인구학적 특성이 표 1에

표 1. 조사대상자의 사회 인구학적 특성 (*N*=289)

| 변 인 | 구 분 | *N*(%) | 변 인 | 구 분 | *N*(%) |
|---|---|---|---|---|---|
| 성 별 | 남 | 120(41.5) | 가족형태 (무응답 =2) | 핵가족 | 249(86.8) |
| | 여 | 169(58.5) | | 확대가족 | 33(11.5) |
| | | | | 기타 | 5(1.7) |
| 연 령 | 34세 이하 | 113(39.1) | 최종학력 | 중졸 | 2(.7) |
| | 35-39세 | 82(29.4) | | 고졸 | 43(14.9) |
| | 40-44세 | 57(19.7) | | 전문대졸 | 34(11.8) |
| | 45세 이상 | 37(12.8) | | 대졸 | 160(55.4) |
| | | | | 대학원졸 이상 | 50(17.3) |
| 월소득 (무응답 =3) | 100만원 미만 | 4(1.4) | 결혼기간 | 5년 이하 | 93(32.2) |
| | 100-200만원 | 16(5.6) | | 6-10년 | 80(27.7) |
| | 200-300만원 | 58(20.3) | | 11-15년 | 61(21.1) |
| | 300-400만원 | 67(23.4) | | 16-20년 | 32(11.1) |
| | 400-500만원 | 61(21.3) | | 21년 이상 | 23(8.0) |
| | 500만원 이상 | 80(28.0) | | | |



www.kci.go.kr

제시되었다. 성별은 여성의 비율이 남성보다 높게 조사되었다. 연령은 '34세 이하'가 39.1%로 가장 많았으며, 최종학력은 '대졸'이 55.4%로 전체 응답자의 절반이상이었으며, 전체 응답자 중 전문대졸 이상이 약 84% 정도로 전체적으로 학력이 높은 편에 속한다. 월 소득은 '500만원 이상'이 28.0%로 가장 많아, 응답자의 사회경제적 수준이 대체적으로 높은 것으로 조사되었다.

### 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응 간의 관계

본 연구에 포함된 각 변인들, 즉 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응의 하위요인들 간의 상관관계를 표 2에 제시하였다. 먼저 자아분화와 갈등대처행동과의 관계에서, 자아분화는 갈등대처행동 중 외부도움요청과 신앙에 의지와는 통계적으로 유의한 상관이 나타나지 않았다. 그러나 이성적 대처($r$=.12～.35, $p$<.05)와는 유의한 정적 상관, 감정 및 행동 표출

표 2. 자아분화, 갈등대처행동, 결혼적응 간의 상관관계

| | 자아분화 | | | | | 총 | 갈등 대처 행동 | | | | 결혼적응 | | | | | 총 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 인지 정서 | 자아 통합 | 가족 투사 | 정서 단절 | 가족 퇴행 | 자아 분화 | 외부 도움 | 신앙 의지 | 이성 대처 | 감정 표출 | 회피 | 일치 | 응집 력 | 관계 만족 | 애정 표현 | 결혼 적응 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 1 | - | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | -.09 | - | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | .38** | .02 | - | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | .25** | -.06 | .21** | - | | | | | | | | | | | | |
| 5 | .23** | .11 | .09 | .57** | - | | | | | | | | | | | |
| 6 | .57** | .23** | .51** | .72** | .80** | - | | | | | | | | | | |
| 7 | .06 | -.01 | -.00 | -.06 | -.04 | -.02 | - | | | | | | | | | |
| 8 | .10 | -.04 | .08 | .05 | -.01 | .05 | .15* | - | | | | | | | | |
| 9 | .16** | .25** | .19** | .12* | .31** | .35** | .11* | .05 | - | | | | | | | |
| 10 | -.48** | .08 | -.23** | -.22** | -.22** | -.36** | .05 | -.02 | -.14* | - | | | | | | |
| 11 | -.28** | .01 | -.15* | -.28** | -.28** | -.35** | .15** | .01 | -.32** | .36** | - | | | | | |
| 12 | .19** | .03 | .12* | .24** | .18** | .27** | -.09 | .03 | .25** | -.24** | -.38** | - | | | | |
| 13 | .05 | .05 | .09 | .13* | .13* | .16** | -.01 | -.03 | .24** | -.16** | -.29** | .55** | - | | | |
| 14 | .26** | .01 | .16** | .23** | .22** | .31** | -.16** | -.00 | .20** | -.37** | -.40** | .64** | .48** | - | | |
| 15 | .02 | .04 | .04 | .08 | .18** | .14* | -.08 | .03 | .14* | -.24** | -.37** | .58** | .49** | .58** | - | |
| 16 | .20** | .04 | .14* | .24** | .22** | .29** | -.11 | .01 | .27** | -.31** | -.44** | .91** | .73** | .84** | .72** | - |

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



www.kci.go.kr

($r$=-.22～-.48, $p$<.01), 회피($r$=-.15～-.35, $p$<.05)와는 유의한 부적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 자아분화 수준이 높을수록 갈등 상황에서 이성적 대처를 많이 사용하고, 감정 및 행동 표출과 회피는 적게 한다는 것을 의미한다.

다음으로 자아분화와 결혼적응 사이에도 대체로 유의한 정적 상관관계가 나타났다. 총 자아분화 수준은 결혼적응의 모든 하위요인과 유의한 정적 상관($r$=.14～.29, $p$<.05)을 나타내고 있으므로, 자아분화 수준이 높을수록 부부가 일상생활의 문제를 결정할 때 의견이 일치하는 경우가 많고, 부부관계에 대한 만족도가 높으며, 부부가 함께 활동에 참여하는 정도도 높고, 성생활 만족이나 애정표현도 많이 하는 것으로 설명할 수 있다.

결혼적응과 갈등대처행동과의 관계에서는, 갈등대처행동의 하위요인 중 외부도움요청과 신앙에 의지와는 대체로 유의한 상관이 나타나지 않았다. 그러나 이성적 대처는 결혼적응의 모든 하위요인과 유의한 정적 상관관계를 보였으며($r$=.14～.27, $p$<.05), 감정 및 행동 표출($r$=-.16～-.37, $p$<.01)과 회피($r$=-.29～-.44, $p$<.01)도 결혼적응의 모든 하위요인과 유의한 부적 상관이 나타났다. 이는 부부가 갈등상황에서 이성적으로 대처할수록 결혼 생활의 적응 정도가 높고, 부정적인 감정 및 행동을 표출하거나 갈등을 회피해버리는 역기능적인 대처행동을 많이 할수록, 결혼 생활 적응성이 낮다고 설명할 수 있다.

### 자아분화와 결혼적응 간 갈등대처행동의 매개효과

본 연구에서는 매개가설을 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증방법을 사용하였다. Baron과 Kenny(1986)에 따르면 매개효과는 세 단계의 위계적 회귀분석을 통해 검증할 수 있다. 매개효과를 검증하는 첫 번째 단계에서는 예측변인이 매개변인에 유의미한 영향을 미치는지 검증하고, 두 번째 단계에서는 예측변인이 준거변인에 유의미한 영향을 미치는지 검증하며, 마지막 단계에서는 예측변인과 매개변인을 동시에 투입했을 때 매개변인이 준거변인에 유의한 영향을 미치는지 검증한다. 세 번째 단계에서 준거변인에 대한 예측변인의 영향력이 두 번째 단계보다 감소하며 더 이상 유의하지 않을 경우에는 매개변인이 완전 매개효과를 나타낸다고 하고, 예측변인의 영향력이 감소하기는 하지만 여전히 유의할 경우에는 부분 매개효과를 나타낸다고 한다.

자아분화와 결혼적응 간의 관계에서 갈등대처행동의 매개효과를 검증하기 위해, 갈등대처행동의 하위요인 중 상관관계가 통계적으로 유의하게 나타난 이성적 대처, 감정 및 행동 표출, 회피 요인 각각에 대한 매개효과를 검증할 것이다.

변수간 다중공선성을 진단하기 위하여 분산팽창계수(VIF: variable inflation factor)와 허용치(tolerance)를 살펴보았으며, 일반적으로 분산팽창계수가 10이상이거나 허용치가 0.1보다 작으면 다중공선성의 문제가 있다고 판단하게 된다. 본 분석에서 변수들의 VIF값은 모두 10 이하였고, 허용치는 0.1보다 크게 나타나 다중공선성의 문제는 발생하지 않는 것으로 볼 수 있다.

자아분화와 결혼적응과의 관계에서 이성적 대처, 감정 및 행동 표출, 회피 요인 각각의 매개효과를 검증하기 위한 절차를 표 3, 표 4,



www.kci.go.kr

표 3. 이성적 대처의 매개효과 검증을 위한 회귀분석

| | 단 계 | $\beta$ | $\triangle R^2$ | $\triangle F$ |
|---|---|---|---|---|
| 1단계 | **예측변인 → 매개변인** | | | |
| | 자아분화 → 이성적 대처 | .349*** | .122 | 39.841*** |
| 2단계 | **예측변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .295*** | .087 | 27.329*** |
| 3단계 | **예측변인, 매개변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .228*** | .032 | 10.379** |
| | 이성적 대처 → 결혼적응 | .191** | | |

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

표 4. 감정 및 행동 표출의 매개효과 검증을 위한 회귀분석

| | 단 계 | $\beta$ | $\triangle R^2$ | $\triangle F$ |
|---|---|---|---|---|
| 1단계 | **예측변인 → 매개변인** | | | |
| | 자아분화 → 감정 및 행동표출 | -.362*** | .131 | 43.350*** |
| 2단계 | **예측변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .295*** | .087 | 27.329*** |
| 3단계 | **예측변인, 매개변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .211*** | .046 | 15.259*** |
| | 감정 및 행동표출 → 결혼적응 | -.231*** | | |

*** $p$<0.001

표 5. 회피의 매개효과 검증을 위한 회귀분석

| | 단 계 | $\beta$ | $\triangle R^2$ | $\triangle F$ |
|---|---|---|---|---|
| 1단계 | **예측변인 → 매개변인** | | | |
| | 자아분화 → 회피 | -.347*** | .120 | 39.252*** |
| 2단계 | **예측변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .295*** | .087 | 27.329*** |
| 3단계 | **예측변인, 매개변인 → 준거변인** | | | |
| | 자아분화 → 결혼적응 | .163** | .128 | 46.588*** |
| | 회피 → 결혼적응 | -.381*** | | |

** $p$<0.01, *** $p$<0.001



www.kci.go.kr

표 5에 제시하였다. 표 3에서 알 수 있듯이, 자아분화가 이성적 대처를 통계적으로 유의하게 설명하였고($\beta$=.349, $p$<.001), 결혼적응에 미치는 영향도 유의하였으며($\beta$=.295, $p$<.001), 매개변인으로 상정한 이성적 대처도 결혼적응을 유의하게 설명하였다($\beta$=.191, $p$<.01). 그리고 결혼적응에 대해 자아분화만 예측변인으로 했을 때보다 이성적 대처와 자아분화가 함께 준거변인에 대한 예측변인으로 포함했을 때, 자아분화의 결혼적응에 대한 $\beta$값이 줄어들었으므로, 이성적 대처의 매개효과가 검증되었다.

감정 및 행동 표출의 매개효과, 회피의 매개효과를 검증한 표 4와 표 5에서도 같은 결과를 보였다. 결혼적응에 대해 자아분화만 포함시켰을 때보다, 자아분화와 매개변인이 같이 투입되었을 때, 자아분화의 결혼적응에 대한 $\beta$값이 줄어들었으므로, 감정 및 행동 표출, 회피 각각의 매개효과도 검증되었다.

## 논 의

본 연구 결과를 요약하고 이에 대한 논의를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 자아분화와 갈등대처행동 간의 관계에서, 자아분화 수준이 높을수록 효율적인 갈등대처행동을 많이 하는 것으로 나타났다. 자아분화는 갈등대처행동 하위척도 중 이성적 대처, 감정 및 행동 표출, 회피와 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 자아분화 수준이 높을수록 갈등 상황에서 이성적인 대처를 많이 하며, 자아분화 수준이 낮을수록 부정적인 감정 및 행동을 표출하거나 갈등을 회피해버리는 역기능적인 대처행동을 많이 한다는 것이다.

Bowen에 의하면 분화수준이 낮을 경우 불안감이 유발되는 상황에서 합리적인 판단이나 목표 지향적 활동을 하지 못하며, 즉흥적이고 즉각적으로 반응하는 감정반사행동이 주를 이루게 된다. 자신을 객관적으로 보기 어렵고, 타인과의 관계에서 균형을 이루지 못하고 강하게 융해되어 감정적으로 얽히기 쉽기 때문에, 자신의 신념과 지적체계에 의해 움직이기보다는 다른 사람들의 생각이나 행동에 더 많이 영향을 받는다(김용태, 2000). 의사결정과정에서 감정의 지배를 받고, 대인관계에서 충동적으로 행동하므로, 결혼생활에서 불안과 긴장을 유발시키는 갈등상황에 직면하면, 배우자에게 신경질과 짜증을 내거나 상대를 비난하는 등 자신의 감정을 이성적으로 통제하지 못하는 대응 방식을 보일 수 있다. 또한 불편한 감정에 접근하는 것을 꺼려하여 갈등 상황을 회피해버리는 방식은 갈등이나 문제 상황을 다루지 않고 그냥 넘겨 버리므로, 부부가 건설적인 방향으로 발전할 수 있는 기회를 놓치게 되며, 결국 문제 상황은 해결되지 않은 채 계속 누적되어, 서로의 성장을 촉진하는 관계가 아닌 역기능적인 상호 교류를 증가시키는 결과를 초래한다.

둘째, 자아분화와 결혼적응 간의 관계에서도, 자아분화가 잘 이루어진 사람일수록 결혼 적응 정도가 높은 것으로 나타났다. 이는 Bowen의 이론 및 선행연구들(전춘애, 박성연, 1994; Kerr & Bowen, 1988; Skowron & Friedlander, 1998)과 일치하는 결과로, 만족스런 결혼생활과 부부간의 적응도를 향상시키기 위해서는 부부 각자의 자아를 잘 분화시키는 것이 중요함을 시사한다. 본 연구 결과를 하위척도 별로 구체적으로 살펴보면, 자아분화 수준이 높을수록 일상 생활의 문제를 결정할 때



www.kci.go.kr

부부간 의견이 일치하는 경우가 많고, 부부관계에 대한 만족도가 높으며, 부부가 함께 활동에 참여하는 응집력도 높고, 성생활의 만족이나 애정표현도 많이 하기 때문에, 전반적인 결혼적응 수준이 높은 것으로 생각할 수 있다. 자신이 성장한 원가족에서 형성된 자아분화 수준이 부모로부터 독립하여 새로운 가정을 구성한 뒤에도 지속적인 영향을 미친다는 결과는 현재 결혼생활을 하고 있는 부부 뿐만 아니라 결혼을 앞두고 있는 예비 부부 및 이성교제를 하고 있는 커플들에게 서로의 성장을 촉진하고 만족스런 관계 형성을 위해 각자의 자아분화 수준을 점검해 보는 일이 중요함을 다시 한 번 확인시키는 결과이다.

셋째, 자아분화가 갈등대처행동을 매개하여 결혼적응에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 갈등대처행동의 하위요인 중 이성적 대처, 감정 및 행동 표출, 회피의 매개효과가 입증되었다. 즉, 자아분화가 잘 이루어진 사람은 부부간 갈등이 생겼을 때 이성적으로 대처하므로 결혼생활의 적응성이 올라간다고 볼 수 있다. 반면에 자아분화 수준이 낮으면 부부 간 갈등 상황에 직면했을 때 부정적인 감정과 행동을 여과 없이 표출하거나 갈등 상황을 회피해버리는 식의 역기능적인 갈등대처방식으로 인해 결혼의 적응성이 저하되는 결과를 보일 수도 있다. 결혼생활에서 모든 부부가 크고 작은 갈등을 갖고 생활하며, 보다 만족스런 결혼적응에 있어서 갈등 존재 자체 보다는 갈등에 대처하는 부부의 태도와 행동에 따라 부부관계의 질과 결혼 만족도의 차이를 보인다고 연구자들은 설명한다(Gottman, 1994; Yelsma, 1984). 원가족의 가족 구성원 특히 자신의 부모와의 관계에서 형성된 자아분화 수준이 새로운 가정을 형성한 뒤에도 부부관계와 결혼생활에 지속적인 영향을 준다는 Bowen의 이론에서, 두 요인 사이의 다리역할을 할 수 있는 갈등대처행동의 매개효과가 입증된 본 연구 결과는 의미가 있다. 이는 자아분화가 높거나 낮은 사람들이 결혼생활의 적응 또는 부적응으로 가는 길목에서 갈등대처행동의 역할이 중요함을 시사하는 결과이다.

이와 같은 본 연구 결과를 토대로 결혼적응이나 부부상담 및 프로그램에 중요한 시사점을 제공할 수 있다. 본 연구에서 부부의 갈등대처행동의 중요성이 검증되었으므로, 결혼생활의 질을 향상시키기 위한 부부상담 및 프로그램 구성에 구체적인 적용 방안을 제안할 수 있다. 이미 앞서 언급했듯이, Bowen의 가족치료 이론의 핵심 목표는 자아분화 수준을 향상시키는 것이다. 그러나 이러한 목표를 달성하기 위해서는 여러 회기의 치료과정을 거쳐야 한다. 즉, 분화 수준을 높이기 위해 치료 과정 속에 Bowen의 이론적 개념에 대한 교육, 가계도 분석, 탈삼각화 및 상담자와 치료적 삼각관계 형성 등이 포함된다. 그리고 자신의 원가족 체계 뿐만 아니라 배우자의 원가족 체계를 이해하고, 가족들과의 전체 맥락을 객관적으로 이해하여 지적으로 행동을 조절할 수 있도록 하는 것이 분화 수준을 높이는 최종 목표이다. 이와 같이 분화수준을 올리는 일은 단시일에 쉽게 이루어지기 어려운 과제이다. 그러나 가족치료나 부부 상담을 요청하는 사람들 대부분은 첨예한 대립과 갈등이 매우 심화되어 있는 경우가 많다. 따라서 치료 목표를 오랜 작업이 소요되는 '자아분화 향상'으로 설정하기 보다는, 구체적이며 명확한 목표 설정과 세밀한 행동 목록을 포함하는 것이 치료적 개입을 수월하게 하는데 도움이 될 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서 자아분화와 결혼



www.kci.go.kr

적응 사이를 매개하는 것으로 확인된 갈등대처행동은 구체적인 용어로 명명할 수 있는 영역이다. 그러므로 세부 목표 및 행동 목록을 계약하는데 구체적인 정보와 분명한 지침서를 제공할 수 있을 것으로 생각된다. 이와 같은 구체적이며 현실적인 치료적 개입 방안은, 내담자가 상담실에서 자아분화의 어려운 이론적 개념을 이해하는 것보다, 실천이나 적용 측면에서 보다 빠르고 수월한 개입 절차이며, 즉각적인 만족감을 경험하는 중요한 기회도 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

부부가 갈등을 어떻게 다루느냐에 따라서 발전할 수 있는 기회가 될 수도 있으며, 가정해체나 파멸로 가는 위험요인이 될 수도 있다. 따라서 본 연구에서 검증된 갈등 대처 행동의 매개적 효과는 자아분화와 결혼적응 사이의 연결고리를 확인하여 이론적 이해를 넓혔다는데 의의가 있다. 또한 부부상담 장면이나 예비부부를 위한 관계 향상 프로그램에 효과적인 갈등대처방안에 대한 교육 및 훈련을 포함시키는 것이 매우 중요하며, 치료와 예방적 차원의 개입 가능성을 열었다는데도 그 의의를 찾을 수 있다.

다음으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언을 제시해 보겠다.

첫째, 본 연구는 자기보고식 질문지법으로 실시되었기 때문에, 타인에게 좋게 보이려는 성향이 반영될 수 있다. 따라서 조사대상자의 자아분화 수준, 갈등대처행동, 결혼적응의 실제 수준과 응답한 반응이 얼마나 정확하게 일치하는지 규명할 수 없다. 대상자의 실제 자아분화 수준, 갈등 시 대처하는 양상, 결혼생활의 만족도와 적응성 등의 명확한 조사를 위해 다양한 면접법이나 관찰 등을 실시한다면, 결과의 추론이나 일반화의 제한점을 보완할 수 있을 것으로 생각된다.

둘째, 본 연구결과의 일반적 적용과 관련된 외적 타당도의 문제를 검토해봐야 한다. 본 연구를 위한 자료 표집이 서울과 수도권 지역에서 이루어졌으며, 조사대상자의 약 84%가 전문대졸 이상이었고, 가계 수입 또한 고소득 계층이 많이 포함되어 있어서, 응답자의 교육 수준 및 사회경제적 위치가 비교적 높은 편이므로 우리나라의 기혼남녀를 대표한다고 보기 어렵다. 따라서 본 연구 결과를 일반화하기 위해서는 사회경제적 계층과 교육 수준, 결혼 지속 기간, 성별 등의 분포를 고르게 표집하는 과정이 보완되어야 할 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서는 남녀 구별 없이 전체 기혼자를 대상으로 연구하였다. 그러나 장기간 동안 상호작용이 많은 부부들은 동일한 상황, 비슷한 영향에 같이 노출되기 때문에 두 사람의 반응도 관련되어 있을 가능성이 크고, 같은 목표를 향해서 하나의 공동체로 기능하는 부부의 경우 이들의 결혼만족도 자료는 상관되어 있을 가능성이 크다고 지적하는 연구가 있다(박영화, 고재홍, 2005; 서정선, 2007). 따라서 남편과 부인을 하나의 단위로, 즉 부부쌍 단위로 자료를 수집할 필요가 있다. 부부의 호감이나 결혼만족도와 같은 대부분의 두 사람 변인은 상호 상관된 자료이므로, 부부쌍 단위로 연구하는 것을 고려해볼 필요가 있다.

넷째, 상대 배우자의 반응과 행동에 대해 자신이 어떻게 느끼는지와 같은 주관적인 평가로 연구하는 것도 의미가 있을 것이다. 이선미와 전귀연(2005)은 갈등대처방식과 결혼만족도와의 관계는 부부의 상호작용에 따라 다를 수 있다고 설명하면서, 남편과 아내가 배우자의 말이나 행동을 어떻게 해석하느냐에



www.kci.go.kr

따라 배우자에 대한 자신의 태도나 행동이 달라질 것이며, 이러한 상호작용 패턴은 부부관계의 질을 결정할 수 있다고 하였다. 따라서 자신의 갈등대처방식 뿐만 아니라 자신이 인지한 배우자의 갈등대처방식 역시 결혼만족도에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용할 수 있다. 그러므로 후속 연구에서는 상대 배우자에 대한 주관적인 지각을 포함하여 연구를 진행하는 것이 필요할 것으로 생각된다.

## 참고문헌


김수연 (2001). 기혼여성의 자아분화와 결혼만족도와의 관계. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.

김용태 (2000). 가족치료 이론. 학지사.

김중호 (2008). Bowen의 가족치료와 AMOS 통계를 통한 자아분화 측정. 한국학술정보.

남상철, 유영달 (2007). 부모와 자녀의 양육태도 지각 및 대학생의 자아분화가 대인관계 문제에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 12(2), 51-75.

박영화, 고재홍 (2005). 부부의 자존감, 의사소통방식 및 갈등대처행동과 결혼만족도 간의 관계: 자기효과와 상대방효과. 한국사회 및 성격심리학회, 19(1), 65-83.

배옥현, 홍상욱 (2008). 대학생의 자아분화 정도가 스트레스 수준 및 대처방식에 미치는 영향에 관한 연구. 한국생활과학회지, 17(1), 27-34.

서정선 (2007). 부부의 결혼만족에 미치는 용서의 자기효과와 상대방효과. 아주대학교 석사학위논문.

이명옥, 하정희 (2007). 자아분화와 결혼적응의 관계: 우울의 매개효과 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 12(4), 519-535.

이민수 (2000). 가족응집력과 자아분화가 공감과 스트레스 대처에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.

이민식, 김중술 (1995). 부부관계 적응 척도(Dyadic Adjustment Scale)의 표준화 예비연구. 한국심리학회 '95 연차대회 학술발표논문집, 291-299.

이선미, 전귀연 (2001). 결혼초기 남편과 아내의 부부갈등과 갈등대처방식이 결혼만족도에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 19(5), 203-220.

이선미, 전귀연 (2005). 결혼초기 남편과 아내가 인지한 갈등대처방식의 상호작용패턴이 결혼만족도에 미치는 영향. 대한가정학회지, 43(7), 93-107.

이신숙 (2000). 기혼남녀의 자아분화 수준과 생활만족도간의 관계 연구. 한국가족관계학회지, 5(1), 23-43.

이영숙, 박경란 (2006). 부부의 갈등대처방법이 부인의 결혼생활적응에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 15(3), 363-372.

이지현 (2007). 부부의 자아분화에 따른 부부갈등과 갈등대처행동 연구. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.

이창만 (1992). 자아분화수준에 따른 부부갈등과 부부적응. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.

이현주 (1996). 부부의 자기분화정도와 갈등대처행동에 관한 연구. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.

이혜숙 (1992). 청소년의 자아분화와 정신건강과의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

전춘애, 박성연 (1994). 부부의 자아분화수준과




www.kci.go.kr

출생가족에 대한 정서적 건강 지각이 결혼안정성에 미치는 영향. 대한가정학회지, 32(4), 117-133.

정경연, 심혜숙 (2007). 부모 자아분화와 아동 자아분화 및 세대간 가족관계가 아동의 문제행동에 미치는 영향. 아동학회지, 28(6), 1-15.

정은희 (2004). 원가족분화, 자아존중감과 부부갈등대처방식에 따른 결혼안정성 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.

제석봉 (1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계-Bowen의 가족체계이론을 중심으로. 부산대학교 대학원 박사학위논문.

조상희 (2004). 대학생의 자아분화 정도와 스트레스 수준 및 대처방식과의 관계. 전주대학교 상담대학원 석사학위논문.

조은경, 정혜정 (2002). 기혼남녀의 자아분화 수준에 따른 갈등대처행동 및 결혼 적응에 관한 연구. 가정관리학회지, 20(1), 1-16.

천혜정, 최혜경, 강인 (2006). 결혼지속년수에 따른 부부갈등 및 갈등대처방법의 차이와 결혼불안정성에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 11(1), 170-202.

최규련 (1994). 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.

최인재 (2004). 부자유친성정이 자녀의 심리·사회적 적응관련 정서에 미치는 영향: 자아분화의 매개효과를 중심으로. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.

한영숙 (2007). 부부의 자아분화 수준에 따른 부부갈등과 결혼만족도에 관한 연구. 한국생활과학회지, 16(2), 259-272.

한정아 (2005). 대학생의 자아분화와 스트레스 대처방식: 부정적 기분 조절 기대치를 매개변인으로. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.

Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research conceptual, strategic, and statical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology, 51,* 1173-1182.

Bowen, M. (1976). *Theory in the Practice of Psychotherapy*. In P. J. Guerin (Ed.), Family Therapy. New York: Gardner Press.

Bowen, M. (1982). *Family therapy in Clinical Practice.* New York: Jason Aronson.

Elieson, M. V. & Rubin, L. J. (2001). Differentiation of self and major depressive disorders: A test of Bowen theory. *Family therapy, 28,* 125-142.

Friedman, E. H. (1991). Bowen theory and therapy. In A. S. Gurman and D. P. Kniskern(Eds.), *Handbook of family therapy.* New York; Brunner/ mazel.

Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61,* 6-15.

Gottman, J. M. (1994). *What predict divorce? The relationship between marital precesses and marital outcome.* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

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 the Family, 62,* 737-745.

Haber, J. E. (1984). *An investigation of the relationship between differentiation of self, complementary psychological need patterns and*



www.kci.go.kr

*marital conflict.* Unpublished doctoral dissertation, New York University.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation.* New York: Norton.

Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 47,* 229-237.

Skowron, E. A. & Friedlander, M. I. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology, 45,* 235-246.

Yelsma, P. (1984). Functional conflict management in effective marital adjustment. *Communication Quarterly, 32,* 56-61.

1차원고접수 : 2009. 10. 09.
수정원고접수 : 2009. 12. 01.
최종게재결정 : 2009. 12. 12.



www.kci.go.kr

한국심리학회지 : 일반
*Korean Journal of Psychology: General*
2009, Vol. 28, No. 3, 643-658

# The Effects of Differentiation of Self and Marital Adjustment: The Mediator of Conflict-Coping Behavior

**So-mi Lee**
Sun Neuro Psychiatric Clinic

**Young-gun Ko**
Department of Psychology, Korea University

This study examined the relationship of self-differentiation, conflict-coping behavior and marital adjustment, and investigated the mediating effects of conflict-coping behavior. The participants of the present study were 289 married men and women. The measuring instrument used were a self-differentiation scale, conflict coping behavior scale and dyadic adjustment scale. The results indicated that the higher the level of self-differentiation is, the more rational coping appears in the circumstances of couples conflict and that the lower the level of self-differentiation is, the more negative emotional expression or physical acting-out and evasion from the conflict mainly comes out as coping strategies. It also shows the result that the better one is self-differentiated, the higher the level of one's marital adjustment is and that the less one is self-differentiated, the lower the level of marital adjustment is. This study verified that conflict-coping behavior has mediating effect in the relation between self-differentiation and marital adjustment. In other words, a self-differentiated person increases marital adjustment through rational coping in the situation of couples conflict, on the other hand, a poorly self-differentiated person lowers marital adjustment through dysfunctional conflict coping strategies like the unfiltered negative emotional expression and physical acting-out or the evasion from conflict situation. The result of this study has significance in that it can offer couples in divorce crisis and future couples suggestions of preventional intervention.

*Key words : self-differentiation, conflict-coping behavior, marital adjustment*



www.kci.go.kr