

## 중노년기 여성의 우울에 성인 자녀와의 갈등과 통제 전략이 미치는 영향

김 귀 애<sup>†</sup>

김원묵기념 봉생병원

홍 창 희

부산대학교 심리학과

본 연구는 중노년기 여성의 우울에 성인 자녀와의 갈등과 사용하는 통제 전략이 어떤 영향을 미치는지 알아 보고자 하였다. 우울증으로 진단받은 여성(35명)과 정상 집단(40명)을 대상으로 자기보고식 질문지를 실시하였다. 두 집단의 주요 변인의 차이를 살펴본 결과, 우울 집단은 정상 집단에 비해 성인 자녀와 가치 및 정서 갈등이 유의하게 많았고, 일차 통제는 더 사용하는 반면 이차 통제는 덜 사용하는 것으로 나타났다. 또한 우울 점수를 종속 변인으로 중다 회귀 분석을 실시한 결과, 정서 및 가치갈등, 긍정적 재평가 통제 전략이 설명할 수 있는 정도가 73%로 나타났다. 다음으로, 집단별로 나누어 살펴본 결과 우울 집단에서는 자녀와의 가치 및 정서 갈등과 긍정적 재평가, 노력 및 기술 투자 전략이 유의한 변인으로 나타났다. 4개 변인의 설명력은 72%였다. 정상 집단에서는 소망낮추기 전략만 우울 증상을 설명하는 데 유의한 변인으로 나타났으며, 설명력은 10%였다. 마지막으로 주요 연구 결과의 의의 및 제한점과 앞으로의 연구 방향에 대해 논의하였다.

주요어 : 중노년기 여성, 우울증, 성인 자녀와의 갈등, 통제 전략

<sup>†</sup> 교신저자 : 김귀애, 김원묵기념 봉생병원 임상심리실, 부산시 동구 좌천동 68-11  
Fax : 051-664-4679, E-mail : kguiae@hanmail.net

우울증은 우울한 기분, 비판적이고 부정적인 생각, 의욕 및 동기의 저하, 그리고 신체적인 기능 저하를 동반하며, 심한 경우 자살사고 및 시도가 많아지는 심각한 질환으로 알려져 있다. 최근 건강보험심사평가원 자료에 따르면 2005-2009년 5년 동안 우울증으로 진료 받은 환자 수는 연평균 약 1만 8천 명씩 증가하고 있으며, 총 진료비도 연평균 10.4%씩 증가하는 것으로 보고되었다. 성별 분석결과 최근 5년 동안 여성이 남성보다 우울증이 약 2.2배 더 많았으며, 연평균 증가율도 남성은 2.6%인데 비해 여성이 4.7%로 높게 나타났다. 연령별로 분석한 결과에서도, 2009년을 기준으로 50-59세가 19.6%로 가장 높았으며, 60-69세가 18.1%, 40-49세가 17.6%로, 40세 이상의 중노년기 환자가 전체의 55.3%를 차지하였다(건강보험심사평가원, 2010).

이처럼 우울증 치료에 대한 수요가 점차 많아지고 특히 중년기 이후 여성 우울증 환자가 많은 데에는 여러 가지 원인이 있을 수 있다. 일반적으로 우울증은 모든 연령층에서 여성이 남성에 비해 많은 것으로 보고되고 있다(대한 신경정신의학회, 2005). 이에 더해 중년기는 생리적, 심리사회적으로 여러 변인들이 작용하면서 보다 우울증에 취약해지는 시기로 여러 연구들에서 논의되고 있다(김희경 2004; 변외진과 김춘경, 2006). 더욱이 점차 수명이 연장되고 노년 인구가 증가하고 있어, 자신의 건강에 관심을 갖고 치료하고자 하는 수요가 많아지고 있는 점도 치료를 원하는 중년기 이후 환자의 수가 증가하는 데 영향을 미치는 것으로 생각된다. 중년기 여성의 우울증은 중년기 이후의 삶을 방해하는 요인이 되며, 여성 자신은 물론 가족 구성원의 생활과 노년기 건강에 영향을 주게 되므로 중년기 여성의 우

울증에 대해서는 지속적인 연구와 관심이 필요할 것이다.

중년기 이후 여성의 우울증의 원인은 주로 생리/신체적인 요인과 심리/사회적 요인으로 구분하여 설명되고 있다. 먼저 신체적 요인으로 중년기는 폐경을 맞이하여 오는 갱년기 증상, 즉 얼굴과 목의 화끈거림, 잠자리에서 식은 땀을 흘리고 안절부절 못하거나 호르몬의 불균형으로 인해 체중의 변화가 일어나고 피부의 노화가 급격히 진행되는 등 다양한 증상이 나타나기 시작한다(홍지연, 2007). 여성들은 이러한 신체적 변화와 더불어 전반적인 활력의 저하, 여성적 매력의 상실, 또는 질병과 노화에 대한 두려움 등으로 인해 고독감을 느끼며, 우울에 취약해지게 된다(정미경과 김주후, 2008).

다음으로 사회심리적 요인으로 중년기는 자녀의 독립이나 출가로 인해 양육에 대한 역할이 감소하는 시기이며, 배우자의 은퇴 등으로 다양한 심리, 사회적 변화가 발생하는 시기이다. 특히 중년기 여성은 성인이 되어 독립하는 자녀와의 관계 문제로 상실감을 경험하게 되기 쉽다. 자신의 개인적 목표의 성취 보다는 자녀 양육이나 주위 사람과의 원만한 관계 형성을 중시 여기는 여성의 경우 자녀가 집을 떠나는 것에 대해 적응할 수 없을 때 빈둥지 증후군으로 심한 내적 갈등을 느끼며, 이를 해소하지 못하면 심한 우울증을 경험하기도 한다(강청순, 2003).

다른 연령층에 비해 40-50대 여성은 자녀와 관련된 스트레스 수준이 의미있게 높은 것으로 보고되고 있다(김은정, 오경자 및 하은혜, 1999a). 특히 서구사회와 달리 한국사회에서 자녀와의 관계는 성공적인 노화나 편안한 노후 생활에 중요한 영향을 미친다. 한국에서는

은연중에 자녀의 성공을 대리 만족 욕구로 삼는 경우가 많으며, 자녀에게 헌신하고 기대하는 경우가 많다. 또한 경제적, 심리적으로 노후의 생활을 자녀가 보장해주기를 원하는 마음이 많다. 따라서 기혼 여성의 정서에 자녀와의 관계는 영향을 미칠 것으로 예상해 볼 수 있으며, 특히 성인 자녀와의 관계가 중년기 이후 여성의 정서에 어떤 영향을 미치는지에 대해서 구체적으로 살펴볼 필요가 있을 것으로 여겨진다.

안정신(2005)은 중노년기 심리적 복지감을 부모 경험과 관련하여 살펴보았다. 여성의 경우, 남성에 비해 자녀와의 관계는 더 가깝고, 책임감도 더 많이 느끼는 것으로 나타났으나 부모로서의 만족감은 낮았다. 또한 성인 자녀와 관계가 좋을수록 생산감이 발달하고 전반적인 복지감도 높은 것으로 나타났다. Ryff와 Seltzer(1996)도 부모로서의 목적 의식과 자녀에 대한 평가, 자녀의 삶의 질, 부모로서의 자기 평가가 심리적 안녕감과 의미있는 상관성이 있음을 밝혔다. 부모로서 자기 평가가 복지감에 중요한 기여를 하며(Ryff, Lee, Essex & Schmutte, 1994), 자녀에 대한 평가는 곧 부모 자신의 양육의 성공 여부와 관련이 있었고(Antonucci & Akiyama, 1997), 자녀를 긍정적으로 평가할수록 부모의 복지감이 증가하였다(Ryff, Schmutte, & Lee, 1996). 또한, 성인 자녀가 문제가 많을수록 부모의 우울증이 증가(Pillemer & Sutor, 1991)하는 것으로 보고되었고, 자녀가 기대에 못 미치는 경우 스트레스가 많고(Smith, 1987), 부모로서의 불만족감이 우울증과 관련(Umberson, 1996)이 있었다. 특히 성인 자녀와의 갈등을 살펴본 연구(신효식, 이신숙 및 이윤정 1994; 최정혜 1992)에서 노부모 중에서 특히 여자노인들은 자녀와의 갈등을 더 많이

지각하는 경향이 있었으며, 우울감에 가장 많은 영향을 미치는 변인도 자녀와의 갈등이었다. 자녀와의 관계와 우울에 관한 이제까지의 연구는 주로 정상 집단을 대상으로 이루어졌다. 임상적으로 심한 우울증을 경험하는 환자 집단의 경우에도 정상인과 유사한 양상을 보이는 지 검증해볼 필요가 있어 보인다.

최정혜(1992)는 Fisher, Reid & Melender(1989)의 결과와 마찬가지로 부모의 기대나 가치관을 성인 자녀가 따르지 않았을 때 생기는 가치나 신념의 갈등이 부모-자녀의 관계에 영향을 미친다고 보았다. 성인 자녀는 부모세대와는 다른 시대적 문화적 배경에서 자라왔기 때문에 자신의 방식대로 생활해 나가려 하면서 부모와 성인 자녀 세대 간에 갈등이 발생할 수 있다. 신호식 등(1994)도 성인 자녀와의 관계에서 가치 갈등이나 정서적 갈등이 경제적 갈등보다는 부모의 우울에 더 영향을 미침을 밝혔다. 특히 정서적 갈등이 가장 주요한 변인으로 나타나 부모의 정서적 안녕에 자녀와 부모의 유대감이 중요함을 강조하였다.

우울증의 개인내적 변인으로 완벽주의적 성향은 중요한 취약성 요인으로 여겨지고 있다(Beck, 1976). 자신에 대한 완벽주의 뿐 만 아니라 타인에 대한 완벽주의적 성향이 심할 경우 우울이 심하였다(유성은과 권정혜, 1997; 한기연, 1993; 홍혜영, 1995; Hewitt & Fleet, 1991). 특히 중년 여성을 대상으로 한 연구(유성은과 권정혜, 1997)에서 3개월 후 주부의 우울증을 예측하는 데 타인에 대한 완벽주의 경향이 의미있는 영향을 미쳤다. 즉, 자신에게 의미있는 중요한 타인에 대해 비현실적인 기준을 부과하고, 그 기준을 완벽하게 해내도록 기대하며, 타인의 수행에 대해 엄격하게 평가하는 것을 포함하는 타인 지향적 완벽주의를

지니고 있는 사람일수록 우울에 취약하다는 것을 입증하는 것이다. 타인에 대한 완벽주의 경향은 가족 및 자녀와의 관계에도 영향을 미칠 것으로 생각되지만, 아직 이에 대한 구체적인 모형 검증 연구는 이루어지지 않고 있다. 가족에 대한 소속을 중요하게 여기는 한국의 여성들의 경우 남편이나 자녀에게 부여하는 높은 기준과 이러한 기준을 가족들이 충족시키지 못했을 때 실망감과 좌절감 등의 부정적 정서를 더욱 경험할 수 있다. 특히 자녀가 성인이 된 이후에는 더 이상 자녀가 부모의 지시나 가치관을 따르지 않으려 하는 데서 갈등이 생겨날 수 있으며, 우울과 타인에 대한 완벽주의 경향 간에 관련성이 높은 것으로 미루어볼 때, 우울한 여성들은 정상 여성에 비해 자녀에게 서운함과 실망감과 같은 정서적 갈등을 더 많이 경험할 것으로 생각된다. 우울증이 심한 여성들이 자녀에 대한 기대와 완벽주의 경향으로 인해 갈등을 더 많이 경험하며 우울증이 심화되는 악순환이 반복되지 않는 지 실증적으로 비교 검증해 보는 연구가 필요할 것으로 생각된다.

자녀와의 갈등과 같은 대인관계 스트레스 요인은 우울증에 많은 영향을 미칠 것으로 생각되지만, 김은정과 오경자 및 하은혜(1999b)는 기혼 여성의 3개월 후의 우울을 예측하는데 스트레스 자체는 크게 영향을 미치지 못함을 밝혔다. 이보다는 스트레스에 대해 어떤 대처방식을 사용하여 스스로를 통제하고 있는지가 우울증을 설명하는 데 중요하였다. 이경미과 최윤경, 강이현 및 이민수(2004)의 연구에서도 여성의 우울에 부부관계와 대처 양식이 유의한 영향을 미쳤으며, 부부간의 결혼불만족 항목을 제외하였을 때 설명력이 유의하게 감소하여 갈등 대처 방식이 우울감과 결혼

불만족감을 매개하는 것으로 해석하였다. 자녀와의 관계에서도 갈등 정도 뿐 만 아니라 자녀와의 관계 갈등시에 부모가 어떤 대처 전략을 사용하는가에 따라 우울감을 느끼는 수준이 달라질 것으로 예상해 볼 수 있으며, 이에 대한 구체적인 연구가 필요해 보인다.

고전적인 Folkman과 Lazarus(1980)의 모델 이후에 많은 연구들에서 스트레스의 내용 뿐 만 아니라 스트레스 대처 과정이 심리적 적응에 중요함이 일관되게 밝혀지고 있다. 대부분의 연구에서 효율적인 스트레스 대처 방식을 사용할수록 긍정적인 정서를 느끼는데 반해, 비효율적인 스트레스 대처 방식을 사용하면 불안, 우울, 적대감과 같은 부정적인 정서를 더욱 경험한다고 하였다(허정훈, 2000). Heckhausen과 Schulz(1995)는 인간은 전 생애에 걸쳐 자신의 발달 상태를 조절하고자 하는 동기를 지니고 있으며, 이 동기를 충족시킬 수 있는 개인의 능력 여부가 성공적 발달의 중요한 요인이 된다고 주장하였다. 또한 환경을 통제하고자 시도하는 직접적인 대처를 일차적 통제(Primary control)로 정의하고, 일차적 통제가 불가능할 때 자신의 상태를 변화시켜 부정적인 감정을 완화시키는 통제를 이차적 통제(Secundary control)라고 구분하였다.

기존의 연구에서는 적극적인 대처를 가장 효율적인 방법으로 여기고, 상황을 변화시킬 수 없을 때 보이는 대처를 회피적이며 수동적인 것으로 여기고 적응에 방해가 된다고 보았다. 그러나 최근의 연구에서는 스트레스의 유형이나 원인 그리고 상황적 측면을 평가하여 이에 맞는 적절한 대처 행동을 선택하는 것이 가장 효율적임이 밝혀지고 있다(김은정 등, 1999a). 상황 자체를 바꾸기 보다는 포기나 수용, 하향 비교와 같은 이차적 통제가 오히려

개인의 내적인 상태를 조절한다는 의미에서 적극적이며, 적응적 가치가 있음을 강조하는 연구 결과도 발표되었다(Mendola, Tennen, Affleck, MacCann, & Fitzgerald, 1990). 주로 상황을 통제하기 쉬운 경우에는 환경을 조절하려고 노력하는 일차 통제를 사용할수록 주관적 안녕감과 성취감이 높았다(박수남, 1990; Crandall, Katkovsky & Crandall, 1965; Diener, 1984; Fisher, Reid, & Melender, 1989). 반면 상황을 통제하기 어렵다고 생각되는 경우에는 상황을 있는 그대로 받아들이고 그 상황에서의 나름대로 의미를 찾거나 하향비교를 통해 수용할 때 주관적 안녕감이 높았다(Coyne, Aldwin, & Lazarus, 1981; McQuillen, Licht & Licht, 2003; Thompson, Nanni, & Levine, 1994). 조설애와 정영숙(2006)의 연구에서도 통제 가능한 상황에서는 일차, 이차 통제를 모두 사용하는 것이 주관적 안녕감과 상관이 있었지만, 통제 불가능한 상황에서는 이차 통제를 사용하는 것이 적응적임이 밝혀졌다.

중년기 이후 성인들의 이차 통제 전략과 우울감과의 관계를 보다 구체적으로 살펴보면, Wrosch와 Heckhausen(1999)은 별거, 이혼, 사별 등으로 혼자 지내고 있는 중년 성인들과 청년을 대상으로 연구한 결과, 중년 성인들이 청년들보다 이차 통제 전략을 더욱 많이 사용하였고, 이차 통제가 중년 성인들의 정서적 안녕감과 정적인 상관이 있었지만, 청년들은 그렇지 않았다. 안지연(1998)의 연구에서도 전 연령에서 보상 관련 통제 전략을 많이 사용할수록 전반적인 삶의 만족도가 높았으나, 노년 집단에서 특히 적정화 책략이 중요한 적응적 가치가 있음을 강조하였다. Wrosch, Heckhausen와 Lachman(2000)의 연구에서도, 청년들의 경우, 이차 통제보다 일차 통제의 사용이 주관

적 안녕감과 더욱 높은 정적 상관을 보인데 반해, 중노년기 성인들은 일차 통제보다 이차 통제가 주관적 안녕감과 정적인 상관을 보였다. Peng과 Lachman(1993)은 노년기 성인들의 경우 이차 통제의 사용은 자기 수용, 편안함, 주관적인 자율성과 정적인 관계가 있음을 밝혔다. 특히, 노년기 적응과 관련하여 이차 통제의 하나인 사회적 비교를 통해 긍정적인 면을 받아들이는 경우 노인의 신체 건강이 더 좋았으며(Bailis, Chipperfield, & Perry, 2005), 상황을 잘 수용하고 사건에 의미를 부여하는 이차통제를 사용할수록 덜 우울하였다(Coyne, Aldwin, & Lazarus, 1981). 이차 통제의 적응적 이점을 강조한 연구들은 주로 노화와 같이 환경 자체를 바꾸기 어려운 경우에 적응적이라고 보고하고 있다(Daniel & Guppy, 1997). 중년 이후 여성이 경험하는 스트레스 중에서 자녀 문제나 은퇴, 신체적 노화 등의 경우 상황 자체를 바꾸기 힘든 경우가 많으므로 이차 통제를 얼마나 사용하는 지가 긍정적 정서 유지에 영향을 미칠 것으로 생각되며, 특히 우울한 여성의 경우 주로 사용하는 통제 전략이 정상인과 차이를 보이는 지 살펴보는 연구가 필요하다. 본 연구에서는 중년기 이후 성인의 우울증에 자녀와의 갈등과 주로 사용하는 통제 전략이 어떠한 영향을 미치는 지 살펴보고자 하였다. 특히 임상적으로 진단을 받은 우울증 환자의 경우 정상 집단과 비교하여 갈등 정도나 주로 사용하는 통제 전략에서 차이를 보이는 지 알아보았다. 우울증이 심한 경우 주관적으로 경험하는 갈등자체가 정상 비교 집단에 비해 더 많을 것으로 예상하였으며, 통제 전략 중에서는 이차 통제를 정상 비교 집단에 비해 덜 사용함으로써 적응적인 대처에 어려움을 겪을 것으로 예상하였다.

## 방 법

Chronbach  $\alpha$ 계수 .84이었다.

### 연구대상

본 연구는 성인 자녀를 두고 있는 50세 이상의 기혼 여성을 대상으로 하였다. 우울 집단의 경우 부산시 소재 한 종합병원 정신과 외래를 방문한 환자 중 정신과 전문의에 의해 우울증 진단을 받은 환자 35명을 대상으로 하였다. 정상 비교 집단의 경우, 부산시 소재 한 대학교의 심리학 관련 과목을 수강하는 학생의 어머니 50명을 대상으로 하였다. 질문지 작성을 완수하지 못하였거나 중복 표기된 경우 등은 제외하였으며, 정상 비교 집단의 경우 우울증 척도에서 21점 이상을 받은 경우는 제외하고 최종 40명의 자료가 분석되었다. 우울 집단(N=35)의 경우 평균 연령은 57.74 ( $\pm 5.66$ )세였으며, 정상 비교 집단(N=40)의 평균 연령은 58.00( $\pm 4.57$ )세로 집단 간 유의한 차이는 없었다.

### 측정도구

#### 우울 정도

우울증의 정도를 측정하고, 우울증 집단과 정상 비교 집단을 구분하기 위해 Beck depression inventory(이하 BDI)를 사용하였다. 이 척도는 우울의 정도 및 정서적, 인지적, 신체적 증상을 측정하는 21개 문항으로 구성되어 있다. 0-3점으로 평가하도록 되어 있는 자기 보고형 척도로서, 점수가 높을수록 우울증이 심함을 의미하며, 임상적으로 21점을 절단점으로 사용하고 있다. 본 연구에서는 이영호와 송종용(1991)이 번안하여 표준화한 한국판 BDI를 사용하였다. 이 척도의 내적 신뢰도는

### 부모-성인 자녀간의 갈등

부모와 성인 자녀간의 갈등을 평가하기 위해 최정혜(1992)가 개발한 척도를 수정하여 이윤정(1994)이 사용한 부모-성인 자녀 갈등 척도를 사용하였다. 이 척도는 정서적 갈등, 가치적 갈등, 그리고 경제적 갈등의 3개 영역으로 구성되어 있다. 정서 갈등 영역은 자녀로부터 무시당함, 자녀의 무관심, 쓸쓸함 등에 대한 5개 문항으로 이루어져 있다. 가치 갈등 영역은 자녀와 사고 방식의 차이, 자녀의 생활태도 문제, 자녀와의 성격 차이 등에 관한 5개 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 용돈, 노후 대책 등에 관한 문항이 포함되어 있는 경제적 갈등에 관한 문항을 제외하고 최종 10문항을 사용하였다. 자기보고형 5점 척도로 총점이 높을수록 갈등 수준이 심함을 의미한다. 이 척도의 내적 신뢰도는 Chronbach  $\alpha$  계수 .91이었다.

### 통계전략

통계전략척도는 곽지현(2003)이 Heckhausen과 Schulz(1995)의 일차적, 이차적 통제 최적화 모델 척도와 Heckhausen, Schulz & Worsch(1998)의 모델을 통합하여 사용한 통제 전략 척도를 사용하였다. 이 척도에서는 통제 전략을 크게 일차와 이차 통제로 구분하고 있다. 일차 통제는 상황 자체를 바꾸기 위한 직접적인 목표 추구행동이 주로 포함되며, ‘목표 추구의 지속성’와 ‘노력과 기술투자’에 관한 문항으로 구성되어 있다. 이차 통제는 일차 통제가 불가능할 때 실패로 인한 부정적인 감정을 완화시키기 위한 통제 전략을 의미한다. 상황 자체를 변화시키기 보다는 자신의 내적 동기나 상

태를 변화시키고자 하는 통제 전략이 포함되며, ‘긍정적 재평가’와 ‘소망 낮추기’, ‘하향비교와 자기 보호 귀인’에 관한 문항으로 구성되어 있다. 총 22문항으로 자기보고형 5점 척도 형식으로 구성되어 있다. 광지현(2003)은 이 척도가 우리나라에도 동일하게 적용되는지 검증하였으며, 확증적 요인분석 결과 모델 적합도 지수 GFI가 .90이상, CFI, NFI가 .90이상, RMSEA가 .09이하로 나타나 수용 가능한 모델임을 입증하였다. 그의 연구에서 이 척도의 내적신뢰도는 Chronbach  $\alpha$  .76이었다. 각 하위요인별 내적 신뢰도는 ‘목표 추구의 지속성’이 .68, ‘긍정적 재평가’는 .75, ‘소망낮추기’는 .65, ‘노력과 기술 투자’는 .84, ‘하향비교와 자기보호귀인’은 .57이었다.

#### 자료 분석

연구에서 수집된 자료의 처리는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하였으며, 구체적인 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구 대상군의 기본적인 정보를 살펴보기 위해 기술 통계치를 산출하였다. 둘째, 두 집단의 차이를 검증해 보기 위해 평균비교 t 검증을 실시하였다. 셋째, 전체 집단의 변인 간 상관과 우울점수를 종속변인으로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 각 집단별로 변인 간 상관 및 단계적 회귀분석을 실시하였다.

## 결 과

#### 연구참가자의 특성

먼저 우울 집단과 정상 비교 집단 간에 학

력 및 가족관계, 주관적 신체건강, 경제적 상태, 사회적 활동 정도에서 차이가 있는지 살펴보았다(표 1). 연령 및 배우자의 유무에서는 두 집단간에 대체로 비슷한 분포를 보였으나 학력에서 우울 집단의 경우 국졸(54.3%)과 국중퇴(28.6%)가 가장 높은 비율을 차지한 반면 정상 비교 집단의 경우 국졸(32.5%), 중졸(30.0%), 대졸(27.5%)순으로 나타나 정상 집단의 학력이 약간 높은 양상이 관찰되었다. 또한 성인 자녀의 수에서 우울 집단의 경우 2명(51.4%), 3명 이상(34.3%)이 많은 비율을 차지하는 데 비해 정상 집단은 2명(57.5%), 1명(35.0%) 순으로 나타났다. 주관적으로 느끼는 신체건강에 대한 질문에서도 정상 집단의 경우 ‘보통이다’이상을 보고한 비율이 전체의 85%인데 비해, 우울 집단의 경우 65.7%로 나타났다. 사회활동 정도에서도 정상 집단의 경우 ‘보통이다’이상을 보고한 비율이 전체의 62.5%인데 비해, 우울 집단의 경우 28.6%로 낮은 양상이 관찰되었다.

#### 집단간 BDI 점수 및 자녀와의 갈등 정도

우울 집단의 BDI 평균 점수는 30.11(표준편차 13.57)점으로 절단점 점수(21점)보다 훨씬 높게 나타났는데 비해 정상 집단의 BDI 평균 점수는 7.63점(표준편차 3.06)으로 유의하게 낮았다( $t=-10.20, p<.01$ ). 자녀와의 갈등에서도 우울 집단은 정상집단에 비해 가치 갈등( $t=-6.65, p<.01$ )과 정서적 갈등( $t=-8.79, p<.01$ )을 유의하게 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(표 2).

#### 집단간 통제전략의 사용 정도

두 집단이 사용하는 통제 전략을 비교해 본

결과(표 3), 우울 집단이 정상 집단보다 일차 통제를 더 많이 사용하는 것으로 나타났다 ( $t=-2.37, p<.05$ ). 일차 통제 중 ‘목표 추구의 지속성’에서는 두 집단간에 유의한 차이가 없

표 1. 연구 참가자의 특성

		정상집단 명(%)	우울집단 명(%)	전체 명(%)
학력	무학	0(0)	2(5.7)	2(2.7)
	국중퇴	3(7.5)	10(28.6)	13(17.3)
	국졸	13(32.5)	19(54.3)	32(42.7)
	중졸	12(30.0)	3(8.6)	15(20.0)
	고졸	11(27.5)	1(2.9)	12(16.0)
	대졸이상	1(2.5)	0(0)	1(1.3)
배우자유무	배우자 유	38(95.0)	31(88.6)	69(92.0)
	배우자 무	2(5.0)	4(11.4)	6(8.0)
성인자녀수	1명	14(35.0)	5(14.3)	19(25.3)
	2명	23(57.5)	18(51.4)	41(54.7)
	3명이상	3(7.5)	12(34.3)	15(20.0)
신체건강	매우 나쁘다	1(2.5)	4(11.4)	5(6.7)
	나쁘다	5(12.5)	8(22.9)	13(17.3)
	보통이다	13(32.5)	11(31.4)	24(32.0)
	괜찮은 편이다	14(35.0)	12(34.3)	26(34.7)
	매우 좋은 편이다	7(17.5)	0(0)	7(9.3)
경제적 상태	매우 나쁘다	1(2.5)	1(2.9)	2(2.7)
	나쁘다	3(7.5)	5(14.3)	8(10.7)
	보통이다	16(40.0)	15(42.9)	31(41.3)
	괜찮은 편이다	19(47.5)	14(40.0)	33(44.0)
	매우 좋은 편이다	1(2.5)	0(0)	1(1.3)
사회적 활동	전혀 없다	0(0)	10(28.6)	10(13.3)
	없는 편이다	15(37.5)	15(42.9)	30(40.0)
	보통이다	14(35.0)	9(25.7)	23(30.7)
	있는 편이다	5(12.5)	0(0)	5(6.7)
	매우 좋은 편이다	6(15.0)	1(2.9)	7(9.3)
전체		40(100)	35(100)	75(100)



표 2. 집단별 BDI점수 및 성인 자녀와의 갈등

	정상집단(N=40) 평균(표준편차)	우울집단(N=35) 평균(표준편차)	t값
BDI	7.63(3.06)	30.11(13.57)	-10.20**
가치갈등	10.73(3.27)	17.0(4.85)	-6.65**
정서갈등	10.08(3.56)	17.74(4.00)	-8.79**

\*\*  $p < .01$

표 3. 집단별 통제전략사용

	정상집단(N=40) 평균(표준편차)	우울집단(N=35) 평균(표준편차)	t값	
일차통제	노력 및 기술투자	12.03(2.82)	13.91(2.48)	-3.06**
	목표 추구의 지속성	13.48(2.51)	13.60(2.26)	-0.23
	일차통제합	25.50(3.84)	27.51(3.48)	-2.37*
이차통제	소망낮추기	16.10(2.23)	12.71(2.76)	5.87**
	긍정적 재평가	16.83(2.11)	12.74(3.11)	6.72**
	하향비교	17.38(2.97)	14.63(3.26)	3.82*
	이차통제합	50.30(5.46)	40.09(7.84)	6.61**

\*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$

었으나, ‘노력과 기술 투자’는 우울 집단이 정상 집단에 비해 더 사용하는 것으로 나타났다( $t = -3.06, p < .01$ ). 반대로 이차 통제는 정상 집단이 우울 집단보다 더 많이 사용하는 것으로 나타났다( $t = 6.61, p < .01$ ). 이차 통제의 하위 전략인 ‘소망 낮추기( $t = 5.87, p < .01$ )’와 ‘하향비교와 자기보호귀인( $t = 6.72, p < .01$ )’, ‘긍정적 재평가( $t = 3.82, p < .05$ )’ 모두 정상 집단이 우울 집단보다 더 사용하는 것으로 나타났다.

우울감에 영향을 미치는 요인에 대한 중다회귀분석(전체집단)

중년기 이후 여성의 우울감과 자녀와의 갈

등 및 통제 전략이 어느 정도의 관련이 있는지 살펴보기 위해 상관 분석을 실시하였다(표 4). 우선 우울감과 자녀와의 갈등의 상관을 살펴보면, 가치갈등( $r = .765, p < .01$ )과 정서 갈등( $r = .791, p < .01$ )이 많을수록 우울 점수가 높았다. 일차 통제 중에서는 ‘노력 및 기술 투자’( $r = .468, p < .01$ )를 많이 사용할수록 우울 점수가 높았다. 반면 이차 통제는 적게 사용할수록 우울감이 많았다(이차통제 각각, 소망 낮추기  $r = -.569, p < .01$ , 긍정적 재평가  $r = -.646, p < .01$ , 하향비교  $r = -.502, p < .01$ ). 또한 갈등 정도와 통제 전략간의 상관을 살펴보면 일차 통제 중 ‘노력 및 기술 투자’는 많이 할수록 가치 및 정서적 갈등이 많았으며(가치갈등

표 4. 주요 측정변인들간의 상관계수(전체집단, N=75)

	1	2	3	4	5	6	7
1. 가치갈등							
2. 정서갈등	.807**						
3. 노력 및 기술투자	.484**	.440**					
4. 목표 추구의 지속성	-.028	.001	.054				
5. 소망낮추기	-.383**	-.451**	-.298**	-.122			
6. 긍정적 재평가	-.459**	-.497**	-.431**	-.083	.642**		
7. 하향비교	-.423**	-.453**	-.450**	-.134	.574**	.645**	
8. BDI	.765**	.791**	.468**	.042	-.569**	-.646**	-.502**

\*\*  $p < .01$

$r = .484, p < .01$ , 정서갈등,  $r = .440, p < .01$ , 이차 통제는 세 가지 모두 가치 및 정서 갈등과는 유의한 수준의 부적 상관을 보여서 이차 통제를 많이 사용할수록 성인 자녀와의 갈등이 적었다.

다음으로, 성인 자녀와의 갈등과 통제 전략이 우울감을 얼마나 설명해 줄 수 있는 지 살펴보기 위해 BDI 점수를 종속변인으로 단계적

회귀분석을 실시하였다(표 5). 그 결과 우울감을 가장 잘 설명해 주는 요인은 자녀와의 정서 갈등으로 나타났다( $F(1,73) = 122.232, p < .01$ ). 피험자 수가 제한적이어서 조정된 결정계수로 살펴본 결과 자녀와의 정서 갈등이 기혼 여성의 우울의 62%를 설명하는 것으로 나타났다. 자녀와의 정서 갈등( $\beta = .386$ ) 다음으로 설명력이 높은 변인은 자녀와의 가치 갈등( $\beta = .310$ )

표 5. 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 회귀분석(전체집단, N=75)

변인	B	SE	$\beta$	t
정서갈등	2.171	.196	.791	11.056**
$R^2 = .626$ 조정된 $R^2 = .621$ $F = 122.232$				
정서갈등	1.714	.200	.625	8.550**
긍정적 재평가	-1.490	.325	-.335	-4.588**
$R^2 = .711$ 조정된 $R^2 = .703$ $\Delta R^2 = .085$ $\Delta F = 21.052$				
정서갈등	1.060	.287	.386	3.686**
긍정적 재평가	-1.383	.310	-.311	-4.468**
가치갈등	.890	.294	.310	3.029**
$R^2 = .744$ 조정된 $R^2 = .733$ $\Delta R^2 = .033$ $\Delta F = 9.177$				

\*\*  $p < .01$

과 이차 통제 중 긍정적 재평가 전략( $\beta=-.311$ )이었다. 자녀와의 갈등이 많고 긍정적인 재평가 전략을 적게 사용할수록 우울감이 높았으며, 이 세 가지 변인으로 현재 우울 증상을 설명하는 정도는 73%였다.

우울감에 영향을 미치는 요인에 대한 중다회귀분석(우울 집단)

임상적으로 진단을 받은 심한 수준의 우울증을 경험하고 있는 환자들은 정상인과 매우 이질적인 집단으로 여겨져 두 집단을 분리하여 각각 상관 및 회귀 분석을 실시하였다. 우울 집단내에서 요인간 상관을 살펴본 결과는 전체 집단과 크게 다르지 않았다(표 6). 자녀와의 갈등이 많고(가치갈등  $r=.677, p<.01$ , 정서갈등  $r=.699, p<.01$ ), 일차 통제 전략 중 ‘노력 및 기술 투자( $r=.578, p<.01$ )’를 많이 할수록 우울 점수가 높았다. 이차 통제 전략 중에서는 ‘긍정적 재평가( $r=-.430, p<.01$ )’, ‘하향비교( $r=-.446, p<.01$ )’를 적게 사용할수록 우울감이 심하였다.

회귀 분석 결과에서도 정서 갈등( $\beta=.699, p<.01$ )이 가장 높은 변량을 차지하였으며, 우울감에 대한 단일 변인의 설명력이 47%였다. 정서 갈등( $\beta=.687, p<.01$ )에 이차통제 중 긍정적 재평가 전략( $\beta=-.410, p<.01$ )을 추가하였을 때는 우울감의 64%를 설명할 수 있었다. 일차 통제 중 노력 및 기술투자 전략을 추가할 경우, 설명력이 69%로 증가하였다. 마지막으로 가치갈등이 추가되었을 때 설명력이 72%로 상승하였다. 성인 자녀와 정서갈등( $\beta=.397, p<.01$ )과 가치갈등( $\beta=.283, p<.05$ )이 많고, 일차 통제 전략 중 노력 및 기술투자 전략( $\beta=.239, p<.05$ )을 많이 사용할수록, 이차 통제 중 긍정적 재평가( $\beta=-.339, p<.01$ )를 적게 사용할수록 우울감이 심하였다(표 7).

우울감에 영향을 미치는 요인에 대한 중다회귀분석(정상 집단)

정상 비교 집단의 요인별 상관을 살펴보면(표 8), 우울 집단에 비하면 상관 정도가 전반적으로 약하였으며, 가치 갈등( $r=.338, p<.05$ )

표 6. 우울 집단의 주요 측정변인들간의 상관계수(N=35)

	1	2	3	4	5	6	7
1. 가치갈등							
2. 정서갈등	.739**						
3. 노력 및 기술투자	.368*	.348*					
4. 목표추구의 지속성	.046	-.034	.072				
5. 소망낮추기	.081	-.041	-.227	-.122			
6. 긍정적 재평가	-.039	-.029	-.285	.027	.536**		
7. 하향비교	-.155	-.080	-.445**	.063	.675**	.606**	
8. BDI	.677**	.699**	.578**	.036	-.273	-.430**	-.446**

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

과 소망낮추기 전략( $r=-.355, p<.05$ )만이 유의한 상관을 보였다. 우울 점수를 종속 변인으로 한 회귀분석에서는 정상집단의 경우 오직 소망낮추기 변인만이 유의한 변량( $\beta=-.355$ )

표 7. 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 회귀분석(우울집단, N=35)

변인	B	SE	$\beta$	t
정서갈등	2.368	.422	.699	5.609**
$R^2=.488$ 조정된 $R^2=.473$ $F=31.466$				
정서갈등	2.328	.352	.687	6.622**
긍정적 재평가	-1.790	.453	-.410	-3.955**
$R^2=.656$ 조정된 $R^2=.635$ $\Delta R^2=.168$ $\Delta F=15.643$				
정서갈등	2.010	.346	.593	5.805**
긍정적 재평가	-1.458	.436	-.334	-3.343**
노력 및 기술투자	1.513	.583	.276	2.593*
$R^2=.717$ 조정된 $R^2=.690$ $\Delta R^2=.061$ $\Delta F=6.724$				
정서갈등	1.345	.460	.397	2.922**
긍정적 재평가	-1.481	.415	-.339	-3.569**
노력 및 기술투자	1.308	.564	.239	2.322*
가치갈등	.792	.383	.283	2.066*
$R^2=.753$ 조정된 $R^2=.720$ $\Delta R^2=.035$ $\Delta F=4.268$				

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

표 8. 정상 집단의 주요 측정변인들간의 상관계수(N=40)

	1	2	3	4	5	6	7
1 가치갈등							
2 정서갈등	.576**						
3 노력 및 기술투자	.407**	.268					
4 목표추구 지속성	-.177	-.018	.031				
5 소망낮추기	-.271	-.124	-.057	-.142			
6 긍정적 재평가	-.297	-.200	-.339*	-.221	.320*		
7 하향비교	-.365*	-.438**	-.298	-.307	.196	.477**	
8 BDI	.338*	.295	-.052	.064	-.355*	-.014	-.072

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

표 9. 우울에 영향을 미치는 요인에 대한 회귀분석(정상집단, N=40)

변인	B	SE	$\beta$	t
소망낮추기	-.488	.208	-.355	-2.343*

R<sup>2</sup>=.126 조정된 R<sup>2</sup>=.103 F=5.491

\*  $p < .05$

이었으며, 우울감에 대한 설명력은 10%였다 (표 9).

### 논 의

평균 수명의 연장과 함께 노년기 삶의 질에 대한 관심이 높아지고 있다. 본 연구에서는 중년기 이후 여성들이 경험하는 우울감을 자녀와의 갈등과 대처 전략으로 얼마나 설명할 수 있는지 알아보고자 하였다. 특히 성인이 된 자녀와의 관계 갈등과 이차 통제의 사용 정도가 주관적으로 경험하는 우울감을 얼마나 설명할 수 있는지 증점적으로 알아보았다. 주요 연구 결과 및 함의를 살펴보면 다음과 같다.

우선, 우울 집단은 정상 집단에 비해 성인 자녀와의 갈등이 많았다. 또한 우울한 여성들은 정상 비교 집단에 비해 사회적 활동이 적다고 보고하는 경향이 많았다. 대인관계 맥락에서 우울증을 살펴본 많은 연구에서 우울한 여성들이 가족을 포함한 대인관계 상호작용에서 어려움을 경험한다고 보고 있다(Coyne et al., 1981). 우울한 여성들이 자녀와 갈등은 많으나, 사회적 활동이 적었다는 본 연구의 결과는 우울과 대인관계 맥락을 살펴본 우리나라의 이전 연구 결과(박정자, 1999; 박정희 1999; 이경미 등, 2004)와도 대체로 일치하는

결과이다. 대인관계 맥락에서 우울한 여성들이 스트레스를 많이 경험하는 데에는 여러 가지 이유가 있을 수 있으며 그중에서 자신과 타인에 대한 완벽주의 경향이 영향을 미칠 수 있다(이경미 등 2004). 또한 대인관계에서 갈등 자체가 부정적인 감정을 유발하며, 동기와 의욕이 저하되고 극단적인 생각이 많아지는 등의 악순환이 반복되는 측면도 있을 것으로 생각된다.

특히 본 연구에서는 대인관계 스트레스 중에서 성인 자녀와의 갈등에 중점을 두어 중년기 이후 여성의 우울감에 대해 살펴보았다. 주부들은 자녀가 한창 성장하고 있을 때에는 자녀를 직접적으로 보살펴야 하는 육아에 대한 부담감이 많지만, 자녀가 성인이 되어 독립을 하거나 출가를 하게 될 때는 다른 양상의 스트레스를 경험할 수 있다. 본 연구에서 사용한 부모 자녀간의 갈등 척도 문항에서도 다루고 있듯, 자녀가 성인이 되면서 더 이상 부모의 지시를 따르지 않거나 손자녀를 키우는데 있어서 양육방식에서 차이를 경험하는 등 부모는 성인 자녀와의 관계에서 가치관의 갈등을 경험할 수 있다. 또한, 마냥 어리기만 했던 자녀가 성장하여 부모 곁을 떠나 독립된 가정을 이루게 되면서 ‘자신의 처지를 몰라주거나’, ‘무관심한 것’ 같이 느끼면서 부모는 외로움이나 쓸쓸함을 경험할 수 있다. 성인 자녀와의 갈등과 우울과의 관계를 살펴본 이

전 연구(신효식 등 1994; 최정혜 1992)결과와 유사하게 본 연구 결과에서도 성인 자녀와의 갈등은 나이가 든 부모의 정서에 상당한 영향을 미치는 것으로 보인다. 가치 및 정서 갈등과 우울 점수 간에 유의한 상관이 있었으며, 전체 집단을 대상으로 한 회귀분석에서 정서 갈등 한 개 변인만으로 우울에 대한 설명력이 62%였다. 특히 정상 집단에서는 자녀와의 갈등이 우울감을 설명하는 데 의미있는 변인이 되지 않았으나, 우울 임상 집단에서는 정서 갈등 변인만으로 설명할 수 있는 변량이 42%였다. 이는 우울한 여성이 자녀와 관계 갈등을 더 많이 경험하며, 자녀와의 관계의 영향을 많이 받음을 시사한다.

다음으로 본 연구에서는 적응적인 의미로 이차 통제 전략이 우울증에 어떤 영향을 미치는지 살펴보았다. 연구 결과, 이차 통제를 많이 사용할수록 우울감이 적었으며, 이러한 경향은 우울한 여성과 정상 집단 모두에서 동일하게 나타났다. 전체 집단의 회귀분석 결과에서도 우울감을 설명하는 주요한 변인으로 자녀와의 갈등 이외에는 이차 통제 중 하나인 긍정적 재평가 전략이 유의한 설명 변인으로 나타났다. 피험자수가 적고, 설명력이 다소 제한적이기는 하나 정상 집단의 회귀 분석에서 우울감에 대한 설명 변인으로 이차 통제 중 하나인 소망 낮추기 변인만이 포함된 결과도 상당히 의의가 있다고 생각된다. 즉, 소망 낮추기나 긍정적인 재평가와 같이 환경에 부합되게 자신의 심리적 상태를 일치시킴으로써 부정적인 정서를 최소화하고 적응하고자 하는 노력이 우울감의 감소와 관련이 있음을 시사한다. 반면, 우울 집단의 회귀분석결과에서는 자녀와의 갈등과 긍정적 재평가 전략 이외에 노력 및 기술투자와 같은 일차통제가 주요한

변인으로 나타나고 있다. 즉, 자녀와 갈등이 많고, 긍정적인 재평가 전략을 적게 사용하는 대신 노력 및 기술투자와 같은 일차 통제를 더 많이 사용하는 경우 우울감이 더 심해짐을 의미한다. 이러한 결과는 심한 우울증을 경험하는 여성들이 스트레스 상황에서 상황에 대한 수용적인 자세보다는 상황 자체를 변화시키기 위한 노력을 많이 기울이는 경향이 있으며, 이는 우울감과 관련이 있음을 시사한다.

환경 자체를 바꾸기 힘든 경우에는 기대나 소망 자체를 낮추어 실망을 덜 하는 전략을 쓰거나, 현재의 상황을 긍정적으로 재평가하여 부정적인 감정을 덜 느끼려고 노력하는 전략이 우울감을 줄여줄 수 있다. 또한 나보다 못한 상황에 대한 하향 비교를 통해서 긍정적인 감정을 유지하고자 하는 노력이 정신 건강 유지에 도움이 된다(김상희와 최정훈, 1990). 이전에는 환경을 개선하고자 노력하고 감정을 적극적으로 표현하는 식의 대처가 효율적인 대처로 여겨졌으나 현재 연구에서는 노력 및 기술투자나 목표 추구활동의 지속성과 같은 일차 통제는 우울과 오히려 부적 상관을 보였다. 성공적인 노화에는 선택과 적정화, 보상 전략이 매우 중요하다고 강조한 Baltes와 Baltes(1990)의 이론에 비추어 보면, 소망 낮추기나 하향 비교와 같은 이차 대처가 결코 소극적이라고 볼 수 없으며, 오히려 부정적인 감정을 되도록 덜 경험하고, 긍정적인 감정을 유지하게 만드는 적극적인 내적 과정의 하나로 보는 편이 맞을 것이다. 이차 통제는 상황을 바꾸려는 동기의 상실이나 포기가 아닌 스스로 통제감을 유지하고 긍정적인 상태를 지속하고자 하는 적응적인 의미로 받아들여야 할 것이다.

이차 통제의 중요성은 치료적으로도 함의를

지낸다. 우울한 여성을 대상으로 자신의 상황이나 감정에 대한 수용을 위주로 수용 전념 치료를 한 집단에서 우울감이 유의하게 감소되었다(Zettle & Hayes, 1986). 또한, 만성 통증 환자나 발달 장애 아동의 어머니를 대상으로 한 치료적 연구에서도 상황 자체에 대해서 부당함이나 불공평함, 무력감과 같은 부정적인 정서를 표출하기 보다는 상황 자체를 수용하고, 스트레스 상황을 기꺼이 경험하도록 하는 책략이 유용하였다(김미하와 손정락 2011; Geiser, 1992; Tayler, Helgeson, Reed & Skokan, 1991). 삶의 큰 목표와 가치를 상기시키면서 현재의 스트레스 상황에서 경험하는 부정적인 정서를 최소한으로 느끼도록 하는 치료적 개입은 상황에 대한 재평가와 기대 낮추기와 같은 이차 통제의 의미와 맥락이 상통한다고 볼 수 있겠다. 특히 노화 및 은퇴, 자녀의 독립과 같은 통제 할 수 없는 요인이 많은 중노년기 여성의 경우 무력감이나 회의감을 덜 경험하도록 하는데 이차 통제전략을 사용한 수용적인 태도가 도움이 될 수 있을 것으로 기대된다.

연구의 제한점 및 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 우선, 본 연구에서는 표집 대상을 자녀가 있는 기혼 여성으로 한정하였으며, 표집 방법 동안 한 개 지역의 병원에서만 이루어졌다. 따라서 자녀와의 관계 갈등이나 통제 전략과 우울과의 관련성에 대한 결과를 모든 중년기 여성에게로 일반화하는 데에는 다소 제한이 있을 것으로 여겨진다. 추후 연구에서는 지역을 다양화하고 더불어 연령도 중년기, 초기 노년기, 후기 노년기 등으로 세분화하여 살펴본다면 중년기 이후 여성의 삶에 대해 더욱 풍부한 정보를 얻을 수 있을 것으로 기대된다.

두 번째로, 추후 연구에서는 우울감에 영향을 미치는 변인으로 자녀와의 갈등과 대처 행동이 조절 및 매개 변인으로 작용하는 경로에 대해 검증해 보는 과정이 필요할 것 같다. 본 연구는 임상적으로 우울증 진단을 받은 여성과 정상 성인을 비교하는 데 목적을 두고 진행되어 표집 인원수가 다소 제한적이었다. 추후 연구에서는 보다 많은 수의 피험자를 대상으로 다양한 변인에 대한 경로 분석 및 모형 검증이 이루어진다면 중년 여성의 우울에 대해 보다 더 많은 이해를 할 수 있을 것으로 여겨진다.

### 참고문헌

강청순 (2003). 중년여성의 우울에 영향을 미치는 요인 연구. 침례신학대학교 대학원 석사학위논문.

건강보험심사평가원 (2010). 여성우울증, 남성보다 2배 많아.

곽지현 (2003). 통제전략과 주관적 안녕감과 관계: 초년·중년·노년성인의 비교. 아주대학교 일반대학원 석사학위논문.

김미하, 손정락 (2011). 수용전념 집단 치료가 발달장애아동 어머니의 심리적 안녕감과 우울에 미치는 효과. 한국심리학회지 임상, 3(1), 207-223.

김상희, 최정훈 (1990). 이차적 통제의 적응적 의미. 한국심리학회지: 임상, 3(1), 108-119.

김은정, 오경자, 하은혜 (1999a). 기혼 여성의 우울증상에 대한 취약성: 스트레스 경험 및 대처 과정을 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 4(1), 1-14.

김은정, 오경자, 하은혜 (1999b). 기혼여성의

- 우울증상과 심리 사회적 특성.: 3개월간 추적 연구. 한국심리학회지: 임상, 18(2), 15-26.
- 김희경 (2004). 기혼여성의 우울증상과 도움추구 태도에 관한 통합모형 검증. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 대한신경정신의학회 (2005). 신경정신의학 2판. 서울. 중앙문화사.
- 박수남 (1990). 아동의 통제 소재에 따른 지각된 유능감. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박정자 (1999). 자활보호대상자의 중년기 위기감에 대한 연구. 부산대학교 일반대학교 석사학위논문.
- 박정희 (1999). 주부 우울에 영향을 미치는 개인 및 가족관계 변인: 청소년 자녀가 있는 도시 중산층 전업 주부를 중심으로. 경희대학교 대학원 가정학과. 박사학위논문.
- 변외진, 김춘경 (2006) 중년 여성의 우울 관련 변인에 관한 연구. 대한가정학회지, 44(12), 155-165.
- 신효식, 이신숙, 이윤정 (1994). 노부모의 성인 자녀와의 갈등 및 우울에 관한 연구. 가정과학연구. 4 41-56.
- 안정신 (2005). 중노년기 미국성인들의 심리적 복지감:전생애 발달 과정의 부모자녀관계와 생산감 발달의 영향. 한국노인사회, 23(2), 245-266.
- 안지연 (1998), 성공적 노화를 위한 선택, 적정화, 보상 채택과 대처행동양식 및 삶의 만족도의 관계 - 청년집단과 중, 노년 집단의 비교를 중심으로. 연세대학교 대학원 심리학과 석사학위논문.
- 유성은, 권정혜 (1997). 완벽주의적 성향, 사회적지지, 스트레스에 대한 대처방식이 중년 여성의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상 16(2), 67-84.
- 이경미, 최윤경, 강이현, 이민수 (2004). 지역사회 기혼 여성의 우울 증상에 영향을 미치는 변인 -가족내 관계 만족 변인 및 갈등대처 방식을 중심으로- 신경정신의학 43(2), 229-236.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 관한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98-113.
- 이윤정 (1994). 노부모의 성인자녀와의 갈등과 우울에 관한 연구. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정미경, 김주후 (2008) 노년기 부부관계를 향상을 위한 집단상담프로그램 적용 사례연구. 한국노년학, 28(3). 603-618.
- 조설애, 정영숙 (2006). 상황의 통제가능성에 따른 노인의 일차 통제와 이차통제 사용과 정서 및 삶의 만족도 간의 관계. 한국심리학회지: 발달, 21(4), 89-107.
- 최정혜 (1992). 노부모가 지각하는 성인자녀와의 결속도 및 갈등에 관한 연구. 성신여자대학교. 일반대학교, 가정학과 박사학위 청구논문.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성-개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위논문
- 허정훈 (2000). 자의식과 스트레스 대처 방식이 긍정적 부정적 정서에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍혜영 (1995). 완벽주의 성향, 자기 효능감, 우울과의 관계연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- Antonucci, T. C., & Akiyama, H. (1997). Concern with others at midlife; Care, comfort or



- compromise? In M. E. Lachman & J. B. James (Eds.), *Multiple paths of midlife development*(pp.145-170). Chicago: The University of Chicago Press.
- Baltes, P. & Baltes, M. (1990). *Successful aging: perspective from the behavioral sciences*. England: Cambridge University Press.
- Bailis, D. S., Chipperfield, J. G., & Perry, R. P. (2005). Optimistic social comparisons of older adults low in primary control: A prospective analysis of hospitalization and mortality, *Health Psychology, 24*, 393-401.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy & the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Brandstatter, J., & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging, 5*, 58-67.
- Coyne, J. C., Aldwin, C., & Lazarus, R. S. (1981). Depression and coping in stressful episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 90*, 439-447.
- Crandall, V. C., Katkovskym, W., & Crandall, V. J. (1965). Children's beliefs in their own control of reinforcements in intellectual-academic situation. *Child Development, 36*, 91-109.
- Daniel, K. & Guppy, A. (1997). Stressors, locus of control and social support as consequences of affective psychological well-being. *Journal of Occupational Health Psychology, 2*, 159-174.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.
- Fisher, C. B., Reid, J. D., & Melender, M. (1989). Conflict in families and friendships of later life, *Family Relation, 38*, 83-89.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S., (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*, 219-239.
- Geiser, D. S. (1992). A comparison of acceptance-focused and control-focused psychological treatment in a chronic pain treatment center. Unpublished dissertation, University of Nevada, Reno.
- Hewitt, P. L. & Fleet, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality & Social Psychology, 60*, 456-470.
- Heckhausen, J. & Schulz, R. (1995). Life-span theory of control. *Psychological Review, vol. 102, No 2*. 283-304.
- Heckhausen, J., Schulz, R. & Wrosch, C. (1998). Developmental regulation in adulthood: Optimization in primary and secondary control. Unpublished manuscript. Berlin:Max Planck Institute for Human Development and Education.
- McQuillen, A. D., Licht, M. H., & Licht, B. G. (2003). Contributions of disease severity and perceptions of primary and secondary control to the prediction of psychosocial adjustment to parkinson's disease. *Health Psychology, 22*, 504-512.
- Peng, Y. & Lachman, M. E. (1993). Primary and secondary control: Age ad cultural differences. Poster presented at the 101st Annual Convention of the American Psychological

- Association. Tronto. Canada.
- Pillemer, K., & Sutor, J. J. (1991). Will I ever escape my child's problems?: Effects of adult children's problems on elderly parents. *Journal of Marriage and the Family*, 53, 585-594.
- Ryff, C. D. & Lee, Y. H., Essex, M. J., & Schmutte, P. S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9(2), 195-205.
- Ryff, C. D. & Seltzer, M. M. (1996). The parental experience in midlife. Chicago: The University of Chicago.
- Ryff, C. D., Schmutte, P. S. & Lee, Y. H. (1996). How children turn out: Implications for parental self-education.
- Smith, L. (1987). Meeting filial responsibility demands in middle age. Unpublished M. A. Theses, The Pennsylvania State University.
- Taylor, S. E., Helgeson, V. S., Reed, G. M., & Skokan, L. A. (1991). Self-generated feelings of control and adjustment to physical illness. *Journal of Social Issues*, 47, 91-109.
- Thompson, S. C., Nanni, C., & Levine, A. (1994). Primary versus secondary and central versus consequence-related control in HIV-positive men. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 540-547.
- Umberson, D. (1996). Demographic position and stressful midlife events: Effects on the quality of parent-child relationships. In C. D. Ryff & M. M. Seltzer(Eds.), *The parental experience on midlife*(pp.493-531). Chicago: The University of Chicago Press.
- Wrosch, C. & Heckhausen, J. (1999). Control processes before and after passing a developmental deadline: Activation and deactivation of intimate relationship goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 415-427.
- Wrosch, C, Heckhausen, J., & Lachman M. E. (2000). Primary and Secondary control strategies for managing health and financial stress across adulthood. *Psychology and Aging*, 15(3), 387-399.
- Zettle, R. D. & Hayes, S. C. (1986). Dysfunctional control by client verbal behavior: The context of reason giving. *The Analysis of verbal Behavior*, 4, 30-38.
- 1 차원고접수 : 2012. 6. 28.  
심사통과접수 : 2012. 8. 31.  
최종원고접수 : 2012. 9. 28.

## **The effects of conflict of adult children and coping strategy on mid to late adulthood women's depression**

**Gui-ae Kim**

Bong seng memorial hospital

**Chang-Hee Hong**

Pusan National University

The purposes of this study were to examine the effects conflict of adult children and coping styles on mid to late adulthood women' depression. The participants were 35 depressive patients and 40 normal persons. Data were analyzed with t-test and multiple regression analysis. The results were as follows: first, depressive patients experienced more emotional and value conflict of adult children. Also these used more primary coping strategy and less secondary coping strategy. Second, stepwise multiple regression analysis showed emotional and value conflict of adult children and positive reappraisal coping strategy explained 73% variance of depression in women. Third, in depression group, two conflict of adult children, positive reappraisal coping strategy, effort and skill investment strategy explained 72% variance of depression. In normal group. only lowering aspiration secondary copying strategy was significant factor, explained 10% variance of depression. Finally, implication and limitation of this study and suggestion for future studies were discussed.

*Key words : mid to late adult women, depression, conflict of adult children, copying strategy*