

현대 부부관계는 사회문화적 환경의 급속한 변화로 예전의 가부장적인 대가족 결혼제도와 달리 부부 중심의 핵가족 세대로 바뀌면서 관계 지향적이고 친밀한 관계를 중시하는 방향으로 변화되고 있다(권정혜, 채규만, 2000). 더욱이 100세 사회가 다가오면서 부부중심 가족 관계로 가족설계를 바꿔야 한다(여성가족부, 2013)는 목소리가 커지고 있는 만큼 건강하고 원만한 부부관계는 더욱 중요하다고 할 수 있다. 통계청(2016) 보고에 의하면, 우리나라 이혼율은 2008년 도입된 이혼 숙려제와 혼인을 감소로 인해 조이혼율(1000명당 1건)이 2002년 3.0건에서 2016년 2.1건으로 감소추세에 있지만, 주된 이혼사유가 가족 간 불화, 성격차이, 배우자 부정 등 47%가 부부갈등과 관련되어 있다. 이혼사유의 절반이 부부관계에서 발생한 문제에 기인한다는 통계청 보고는 부부갈등이 결혼유지에 얼마나 큰 영향을 미치는지를 보여주고 있다.

부부갈등은 상호작용에서 발생하는 필수불가결한 것으로(천혜정, 김양호, 2007) 결혼생활의 통과 의례와 같다. 서로 다른 성장배경과 성격을 가진 두 사람이 부부로 살다보면 즐겁고 행복한 순간뿐 아니라 육아문제, 경제적 고충, 뜻밖의 사고나 질병 등 현실적인 어려움도 공유할 수 밖에 없다(김준기, 2008). 부부갈등은 유쾌하지 않지만 파괴적인 것만도 아니어서 위협과 기회를 모두 갖고 있는데(김수환, 2017), 기회의 측면에서 Stinnett(1984)은 부부갈등이 부부간의 긴장제거, 분노감정의 해소, 실체의 문제인식, 상호이해의 증가를 가져와 부부가 서로의 관계를 평가함으로써 더 친밀한 관계를 이루어낼 수 있다고 하였다. 하지만, 갈등을 외면하거나 미해결 과제로 쌓아두고 바람직하지 못한 방법으로 대처할 경우

부부관계에 긴장감이 생기고, 시간이 흐르면서 적대감이 형성되어 부부의 기능이 저하될 위험이 있다(이화자, 김순옥, 2010). 또한 부부간의 갈등이 폭력으로 나타나 자녀에까지 공격을 가하기도 하며(김갑숙, 1991), 자녀의 정서와 행동, 또래관계에 부정적 영향을 미치는 위험요인이 될 수 있다(도현심, 김민정, 김상원, 최미경, 김재희, 2011; 박진희, 박지선, 2017; 임정하, 윤정진, 2010).

부부갈등으로 인하여 가장 많이 표출되고 문제되는 것은 부정적 감정인 분노다. 분노는 강하게 표현하면 할수록 분노의 강도가 더욱 높아지고 분노표현의 대상이 된 사람에게 심한 상처를 입히는 등의 부정적 결과를 가져온다(Tavris, 1989). 부부관계는 다른 대인관계보다 정서적 개입이 커서 부부관계에서의 상처 경험은 분노나 우울, 불안에 사로잡히게 만든다. 분노는 부당한 사건을 초래한 사람이나 사물을 향한 적대적이고 부정적인 정서경험으로(Navoco, 1994), 분노는 다시 상태분노와 특성분노로 구분한다. 상태분노는 자율신경계의 활성화나 흥분을 일으키는 일시적인 정서상태이며, 특성분노는 일정한 상황이나 시간과 관련 없이 비교적 지속적인 개인의 분노기질과 분노반응의 성향으로 상태분노를 일으킬 수 있는 개인의 분노경향성이다(Spielberger, Krasner, & Solomon, 1988). 부부갈등을 겪고 있는 대부분의 부부들은 이러한 분노감정을 호소하고 있고, 분노로 인해 부부관계가 악화되고 파괴된다(Willhite & Eckstein, 2003).

부부갈등과 분노의 관계를 검증한 선행연구들을 살펴보면, 부부갈등으로 인한 분노는 남편과 아내 모두에게 시간이 지남에 따라 결혼만족도를 감소시키고(Miller et al., 1995; Newton & Kiecolt-Glaser, 1995), 부부갈등 수준이 높을

수록 분노와 공격성 수준이 더 높아지고(양영숙, 김봉환, 2008), 결혼만족도가 낮은 부부들에게서 언어적 신체적 공격행동이 더 많이 나타나며(권정혜, 이종성, 2002), 가정폭력, 살인 등 많은 범죄행동이 분노에 즉각적이고 충동적으로 반응함으로써 발생하고(Vecchio & O'Leary, 2004), 억압된 분노는 화병까지 초래할 수 있다고 했다(김종우, 2005; 전경구, 김교현, 1997). 또한 Wallerstein 등(2004)은 이혼한 사람들의 면담 결과 배우자에 대한 분노감정이 이혼의 원인이고 이러한 분노는 이혼 후에도 지속되며, 이혼 남성의 1/3과 이혼 여성의 절반이 여전이 전 배우자에 대한 강한 분노감 때문에 정서적 고통을 겪고 있음을 발견했다. 이처럼 분노는 이성적 판단을 흐릴 수 있고, 잘못 대처하기 쉬운 감정으로 부정적 결과를 더 많이 생성하기 때문에 대인관계를 맺으며 살아가는 인간에게는 분노조절 노력이 필수적이다. 이관직(2007)은 많은 부부 간의 갈등 아래 분노의 역동이 깔려있으므로 행복한 결혼생활을 위해서는 분노의 이슈들을 반드시 다루어야 한다고 주장한다. 부부가 서로 달라서 갈등을 겪는 것은 당연한 것이므로 문제는 어떻게 하면 잘 싸우고 문제를 잘 해결해서 분노를 조절해 나가느냐에 있겠다(김병후, 2003).

최근까지 부부갈등이 분노에 미치는 영향을 감소시킬 수 있는 방안으로 감사와 지혜, 용서 등이 제시되었다. 서영옥(2011)은 감사를 더 많이 느끼는 사람일수록 분노를 덜 보고함을, 윤애란(2013)은 부부갈등과 결혼적응과의 관계에서 지혜가 조절효과가 있음을, 김귀녀(2002)는 부부용서프로그램이 분노 및 갈등대처방식에 효과가 있음을 검증하였다. 하지만, 부부갈등으로 인해 부정적 생각과 감정이 떠

오르는 순간, 즉 부부갈등이 유발되는 상황에서 분노수준을 낮출 수 있는 즉각적인 중재변인이 탐색되어야 할 필요가 있다. 분노는 주로 대인관계에서 발생하며(Averill, 1983), 분노가 유발되는 과정에는 결정적으로 인지적 과정이 관여하고 있다(Beck, 2000; Berkowitz, 1990; Ellis & Tafrate, 1997). 따라서 본 연구에서는 분노가 유발되었을 당시의 인지작용을 조절하기 위한 효과적인 방법으로 최근 수용 중심치료법에서 주목받는 '탈중심화'의 영향을 검증해보고자 한다.

탈중심화란 자신의 생각과 감정에 대해 자기를 반영하는 틀림없는 사실로 보기보다 마음 속에서 일어나는 일시적이고 주관적인 사건으로 관찰하는 것이다(Safran & Segal, 1990). 예컨대, 탈중심화의 관점을 취하는 사람은 우울한 경험에 대해 "우울해 (I am depressed)."라고 하는 대신 "내가 지금 우울하다고 생각하는구나(I am thinking that I feel depressed right now)."라고 한다(Safran & Segal, 1990). 즉, 탈중심화 관점은 쓸모없다는 생각과 우울한 기분을 "내 모습 그대로 반영하는 현실"로 경험하기보다 "내 모습을 반영하든 그렇지 않든 단지 스쳐지나가는 일시적인 생각과 감정"으로 경험함으로써(Teasdale, Moore, Hayhurst, Pope, Williams, & Segal., 2002), "이 순간의 사실은 완전하지도, 불변하지도, 바꿀 수 없는 것도 아니다"라고 생각하게 한다. 탈중심화는 일찍이 인지행동치료에서 중요하게 여겨진 개념이다(Fresco, Moor, Dulmen, Segal, Teasdale, & Williams, 2007). 그러나 탈중심화는 전통적인 인지행동치료와 달리 '경험한 내용'을 변화시키기보다 '경험을 다루는 방식'을 변화시키는 데 초점을 둔다. 즉, 경험한 내용을 다른 내용으로 변화시키려고 하기 보다 경험에서 한 발

짜 물러나 경험의 전개과정을 관찰할 수 있기 때문에 자신의 생각과 감정을 충분히 경험하고 관련된 다양한 현상을 자각할 수 있게 되는 것이다(김준범, 2010). 이처럼 탈중심화는 인지치료에서 중요한 잠재적 치료기제일 뿐만 아니라 노력이 요구되는 활동이며(Safran & Segal, 1990), 개인의 노력에 따라 변화 가능한 개인차 변인이라고 할 수 있다(Fresco et al., 2007).

지금까지 분노와 탈중심화 효과를 직접 확인한 연구는 없지만, 탈중심화와 유사한 수용-전념치료(ACT; Acceptance & Commitment Therapy)의 탈융합기법에 관한 선행연구를 살펴보면, 탈융합기법이 불안민감성을 감소시키는 과정에서 정서적 불편감과 부정적 사고에 대한 믿음을 감소시키고(권효석, 이장한, 2010), 분노상황에서 공격적인 행동을 줄이고 반응을 선택할 수 있는 능력을 증가시키며(Eifert & Forsyth, 2011), 수용태도 증가와 분노 억제 감소에 효과가 있음이(염승훈, 2008; 이상은, 2010) 검증되었다. 또한, 탈중심화는 대인관계에서의 역기능적 인지도식(schema)을 극복하도록 돕는 기회를 제공하고(Safran & Segal, 1990), 자기낙담과 심리적 안녕감 간의 관계를 부분매개하며(박지선, 2017), 정서억제, 우울증상, 경험회피, 반추와 부적상관을 맺고 있음이(Fresco et al., 2007; Teasdale et al., 2002) 확인되었다.

지금까지 탈중심화가 심리적 어려움을 겪는 개인에게 유용한 치료기제로 작용하여 궁극적으로 심리적 안녕감을 향상시킨다는 연구결과들이 보고되었는데(김연수, 조성호, 2013; 윤학미, 오수성, 2012; 조용래, 2011; 문주연, 이민규, 2017), 연구가 개인차원에 머물러 있고 부부관계와 같은 2인 이상의 커플관계를 대상으

로 하는 연구는 매우 미흡하다. 더욱이 부부 체계를 대상으로 한 탈중심화 연구는 매우 제한적이다. 선행연구로 광민하(2016)는 탈중심화가 부부갈등 및 부부적응의 예측요인으로서, 탈중심화 수준이 향상될수록 부부관계 개선에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 발견하였다.

이에 따라 본 연구에서는 개인적 측면에 한정되어 온 탈중심화의 영향력을 대인관계측면, 특히 가장 밀접하고 지속적인 관계를 맺는 부부를 대상으로 검증해보고자 한다. 지금까지의 부부관계 연구를 보면 남편과 아내를 구분하여 고찰하는 것이 대부분이었다. 그러나 부부관계 연구는 부부 중 한 쪽만의 특성을 연구하기보다 남편과 아내의 상호작용이 탐색될 때 관계의 역동을 구체적으로 살펴볼 수 있다(Kenny, 1996). 따라서, 자기-상대방 상호의존 모형(APIM : Actor-Partner Interdependence Model, 이하 APIM)으로 분석하는 경우 상호 관계에서의 영향력까지 살펴볼 수 있어 부부관계를 통합적으로 이해하는데 훨씬 도움이 된다. 특히 이를 통해 부부 중 한 사람의 행동특성이 자신과 상대방에게 미치는 효과의 정도를 살펴볼 수 있게 된다. 이에 본 연구에서는 부부갈등이 분노에 미치는 영향에 자신뿐 아니라 배우자의 영향도 있다고 가정하고, 이를 탈중심화가 어떻게 조절하는지 그 과정을 검증해보고자 한다. 본 연구를 통해 부부상담이나 부부교육 현장에서 부부갈등 회복 더 나아가 부부친밀감 향상을 통한 관계회복에 도움을 줄 수 있을 것이다.

연구방법

연구가설과 연구모형

본 연구는 부부갈등과 분노의 관계에서 탈중심화의 조절효과를 APIM으로 분석하고자 한다. 이를 위해 연구모형을 그림 1과 같이 설정하였으며, 연구가설은 다음과 같다.

첫째, 부부갈등, 분노, 탈중심화는 집단 간에 차이가 있을 것이다.

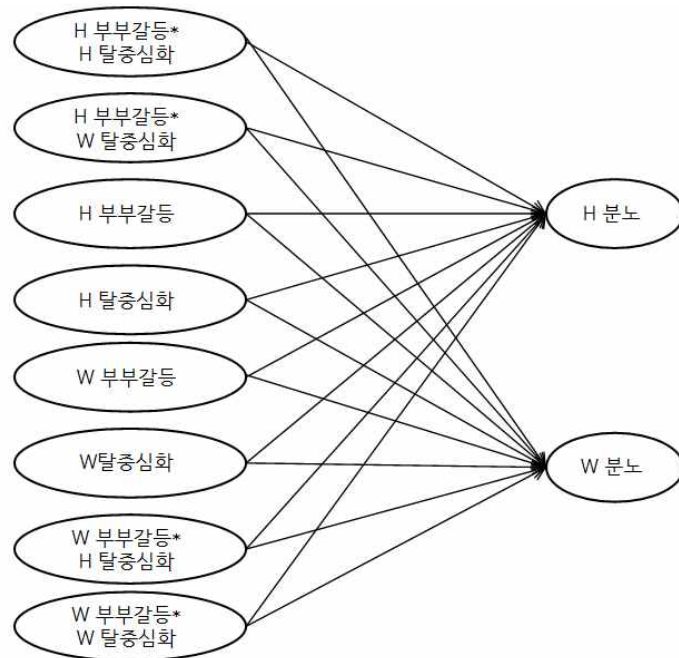
둘째, 부부갈등이 분노에 미치는 자기효과와 상대방효과가 유의할 것이다.

셋째, 탈중심화가 분노에 미치는 자기효과와 상대방효과가 유의할 것이다.

넷째, 탈중심화는 분노에 대한 부부갈등의 영향을 조절할 것이며, 자기효과와 상대방효과가 유의할 것이다.

연구대상 및 자료수집

본 연구는 20대~60대의 기혼남녀 부부를 대상으로 실시하였고, 2017년 8월부터 9월까지 한 달간 눈덩이 표집(snowball sampling)을 사용하여 온라인 설문지를 수집하였다. 남편 340명, 아내 366명의 참여자 중 부부 한쪽만 응답하거나 설문 응답이 불성실한 자료 124명을 제외하고 최종적으로 291쌍의 부부자료를 분석하였다. 연구에 참여한 대상자들의 인구 통계학적 특성은 표 1과 같다. 남편과 아내의 연령은 40대가 42.6%, 48.8%, 결혼기간은 10~20년 미만이 34%로 비율이 가장 높았다. 남편과 아내의 학력은 대졸이 각각 53.6%, 45.7%의 비율을 보였고, 남편의 종교는 무교 45.7%, 기독교 26.8%, 아내의 종교는 무교 39.9%, 기



* H는 남편, W는 아내를 의미함.

그림 1. 연구모형

독교 31.7% 순으로 나타났다. 가족형태는 총 291쌍 중 93.5%가 배우자와 자녀가 거주하는 핵가족 형태였다.

측정도구

부부갈등 척도

본 연구에서는 부부갈등을 측정하기 위해 최규련(1995)이 작성한 척도를 이경희(1998)가 재구성한 척도를 사용하였다. 척도의 구성은 총 26문항으로 4개의 하위영역 즉 개인적 갈

표 1. 연구참여자의 인구 통계학적 특성 (N=291)

변수	구분	남편	아내
		빈도 (%)	빈도 (%)
연령	20대	6 (2.1)	20(6.9)
	30대	77(26.5)	83(28.5)
	40대	24(42.6)	142(48.8)
	50대	75(25.8)	43(14.8)
	60대 이상	9 (3.1)	3 (1.0)
학력	중졸이하	2 (0.7)	3 (1.0)
	고졸	33(11.3)	38(13.1)
	전문대졸, 대학중퇴	41(14.1)	65(22.3)
	대졸	56(53.6)	133(45.7)
	대학원 이상	59(20.3)	52(17.9)
가족형태	핵가족	272(93.5)	
	확대가족	17(5.8)	
	기타	2 (0.7)	
결혼기간	1년 미만	14(4.8)	
	1~3년 미만	30(10.3)	
	3~10년 미만	63(21.6)	
	10~20년 미만	99(34.0)	
	20~30년 미만	73(25.1)	
	30년 이상	12(4.1)	
종교	무교	33(45.7)	116(39.9)
	불교	42(14.4)	50(17.2)
	기독교	78(26.8)	92(31.7)
	천주교	35(12.0)	32(11.0)

등영역 9문항, 부부관계적 갈등영역 9문항, 공동생활 갈등영역 4문항, 제3자 갈등영역 4문항으로 구성되었다. 각 문항의 응답은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지 Likert 방식의 5점 평정척도로 이루어졌으며, 높은 점수일수록 부부갈등 수준이 높다는 것을 의미한다. 문항 1~7까지는 역채점 문항이다. 본 연구에서 부부갈등 척도의 전체 신뢰도(Cronbach' α)는 .93으로 나타났다. 하위요인별 신뢰도(Cronbach' α)는 개인적 갈등영역에서 남편 .82, 아내 .82, 부부관계적 갈등영역에서 남편 .85, 아내 .88, 공동생활 갈등영역에서 남편 .75, 아내 .80, 제3자 갈등영역에서 남편 .75, 아내 .73으로 나타났다.

분노 척도

본 연구에서는 분노를 측정하기 위해 Spielberger, Reheiser, & Sydeman(1988)의 상태-특성 분노경험 척도를 전경구 등(1997)이 한국판으로 개발한 척도를 사용하였다. 척도의 구성은 총 20문항으로 2개의 하위요인, 즉 특성분노 10문항과 상태분노 10문항으로 구성되었다. 각 문항의 응답은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)까지 Likert 방식의 4점 평정척도로 이루어졌으며, 높은 점수일수록 분노 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 분노척도의 전체 신뢰도(Cronbach' α)는 .91로 나타났다. 하위요인별 신뢰도(Cronbach' α)는 특성분노에서 남편 .86, 아내 .87, 상태분노에서 남편 .92, 아내 .94로 나타났다.

탈중심화 척도

본 연구에서는 탈중심화를 측정하기 위해 Teasdale(2007)이 Seagal, Williams 와의 논의를 통해 개발한 탈중심화척도(Experiences

Questionnaire, EQ)를 김빛나 등(2010)이 번안, 타당화한 척도를 사용하였다. 척도의 구성은 총 11문항으로 단일요인으로 구성되어 있다. 각 문항의 응답은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '거의 항상 그렇다'(5점)까지 Likert 방식의 5점 평정척도로 이루어졌으며, 높은 점수일수록 탈중심화 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 탈중심화 척도의 전체 신뢰도(Cronbach' α)는 .91, 남편은 .92, 아내는 .90으로 나타났다.

자료분석방법

본 연구의 가설검증을 위해 SPSS 20.0과 AMOS 18.0, SPSS용 PROCESS v2.16을 이용하였다. 우선, 변인간 집단차이를 비교하기 위해 대응표본 paired t-test를 실시하고, 측정모형의 적합도 검증을 위해 확인적 요인분석을 실시하였으며, APIM(Actor-Partner Interdependence Model)을 적용하여 부부갈등이 분노에 미치는 직접경로에서의 자기효과와 상대방효과를 확인하고, 기본모형과 등가제약 모형의 차이를 검증하였다.

연구결과

주요 변인 간의 상관관계

본 연구에서 수집된 각 측정변인의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도, 그리고 상관계수는 표 2와 같다. 전반적으로 측정 변인 간의 상관관계가 통계적으로 유의하게 나타나 모형검증이 가능한 것으로 확인되었다.

먼저 남편의 경우 높은 수준의 부부갈등은 높은 수준의 분노($r=.35$ $p < .01$), 낮은 탈중심

화 수준과 유의한 관련이 있었다($r=-.37, p <.01$). 아내 또한 높은 수준의 부부갈등은 높은 수준의 분노($r=.43, p <.01$), 낮은 탈중심화 수준과 유의한 관련이 있는 것으로 나타났다($r=-.37, p <.01$). 남편과 아내의 변수 간 상관 계수를 비교한 결과, 남편이 지각하는 부부갈

등은 아내가 지각하는 부부갈등($r=.71, p <.01$), 아내의 분노($r=.30, p <.01$)와 정적상관을 보였고, 아내의 탈중심화($r=-.28, p <.01$)와는 부적상관을 보였다. 한편 아내가 지각하는 부부갈등은 남편이 지각하는 부부갈등($r=.71, p <.01$), 남편의 분노($r=.34, p <.01$)와 정적상

표 2. 변수들 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1																	
2	.89**	1																
3	.86**	.82**	1															
4	.85**	.63**	.58**	1														
5	.84**	.62**	.57**	.67**	1													
6	.35**	.27**	.28**	.29**	.34**	1												
7	.28**	.20**	.22**	.23**	.30**	.91**	1											
8	.32**	.28**	.26**	.27**	.29**	.77**	.43**	1										
9	-.37**	-.37**	-.38**	-.25**	-.29**	-.36**	-.36**	-.22**	1									
10	.71**	.63**	.63**	.59**	.59**	.34**	.27**	.32**	-.31**	1								
11	.64**	.62**	.63**	.47**	.49**	.36**	.30**	.33**	-.26**	.90**	1							
12	.65**	.61**	.65**	.48**	.49**	.28**	.22**	.27**	-.32**	.89**	.85**	1						
13	.60**	.49**	.48**	.59**	.49**	.31**	.24**	.29**	-.27**	.88**	.70**	.67**	1					
14	.61**	.50**	.48**	.52**	.60**	.27**	.21**	.26**	-.23**	.85**	.66**	.61**	.72**	1				
15	.31**	.28**	.28**	.22**	.30**	.30**	.23**	.30**	-.09	.43**	.40**	.41**	.36**	.36**	1			
16	.24**	.25**	.24**	.12*	.21**	.18**	.19**	.10	-.05	.36**	.32**	.36**	.28**	.29**	.89**	1		
17	.31**	.24**	.23**	.27**	.32**	.36**	.22**	.46**	-.11*	.39**	.38**	.33*	.33**	.34**	.81**	.46**	1	
18	-.26**	-.23**	-.26**	-.19**	-.21**	-.10	-.16**	.02	.28**	-.37**	-.37**	-.35**	-.27**	-.32**	-.33**	-.32**	-.24**	1
M	2.23	2.33	2.37	2.12	2.08	1.53	1.91	1.16	3.37	2.28	2.36	2.48	2.17	2.12	1.58	1.98	1.20	3.32
SD	.56	.66	.65	.70	.72	.35	.50	.33	.80	.64	.67	.75	.79	.72	.41	.54	.41	.70
왜도	.31	.11	.09	.38	.52	1.57	.71	3.44	-.33	.34	.27	.16	.55	.60	1.65	.79	3.27	-.04
첨도	-.02	-.46	-.36	-.10	-.03	4.07	.51	14.28	-.16	-.21	-.33	-.48	-.22	.40	3.90	.73	12.17	-.04

1.(남편)부부갈등 2.(남편)개인적갈등 3.(남편)부부관계적갈등 4.(남편)공동생활갈등 5.(남편)제3자갈등 6.(남편)분노 7.(남편)특성분노 8.(남편)상태분노 9.(남편)탈중심화 10.(아내)부부갈등 11.(아내)개인적갈등 12.(아내)부부관계적갈등 13.(아내)공동생활갈등 14.(아내)제3자갈등 15.(아내)분노 16.(아내)특성분노 17.(아내)상태분노 18.(아내)탈중심화

관을 보였고, 남편의 탈중심화($r=-.31, p <.01$)와는 부적상관을 보였다.

남편과 아내의 변인간 차이 분석

표 3은 각 척도에 따라 남편과 아내의 평균과 표준편차를 제시한 것이다. 이를 보면, 아내가 지각하는 부부갈등 점수(2.28)가 남편이 지각하는 부부갈등 점수(2.23)보다 다소 높고, 아내의 분노 점수(1.58)도 남편의 분노 점수(1.53)보다 다소 높았다. 반면 남편과 아내의 탈중심화는 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

측정모형분석

부부갈등, 분노, 탈중심화의 연구모형을 검

증하기 전에 측정변수들이 잠재변수를 잘 측정하는지 측정모형을 검증하였다. 탈중심화 변수에 대한 탐색적 요인분석을 통해 문항꾸러미(item parcels)를 만들었으며, 임의로 요인명을 정하여 사용하였다. 그 다음에 남편과 아내의 측정변수가 잠재변수를 적절히 구인하고 있는지 알아보기 위해 즉, 부부갈등을 측정하는 4개의 측정변수, 분노를 측정하는 2개의 측정변수, 탈중심화를 측정하는 2개의 측정변수 총 6개의 측정변수들이 부부갈등, 분노, 탈중심화의 총 6개의 잠재변수를 적절하게 구인하고 있는지 알아보기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과는 표 4와 같다. 보통 TLI, CFI, GFI는 .90이상이면 양호하고, RMSEA는 .08이하이면 양호하다(배병렬, 2014). 본 연구에서는 TLI와 CFI, GFI는 0.9보다 높은 값을

표 3. 부부갈등, 분노, 탈중심화에 대한 비교분석

	요인	남편 M(SD)	아내 M(SD)	대응표본 <i>t</i> -test
부부갈등	개인적갈등	2.33(.66)	2.36(.67)	-1.11
	부부관계적갈등	2.37(.65)	2.48(.75)	-3.04**
	공동생활갈등	2.12(.70)	2.17(.79)	-1.36
	제3자갈등	2.08(.72)	2.12(.72)	-0.86
	전체	2.23(.59)	2.28(.64)	-2.06*
분노	특성분노	1.91(.501)	1.98(.540)	-1.80
	상태분노	1.16(.330)	1.20(.413)	-1.56
	전체	1.53(.35)	1.58(.40)	-2.00*
탈중심화		3.37(.80)	3.32(.70)	0.91

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

표 4. 전체 변수에 대한 확인적 요인분석 모형 적합도

적합도 지수	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>	TLI	CFI	GFI	RMSEA
가설적 모형	136.28	76	.000	.96	.98	.95	.05

표 5. 전체 변수에 대한 확인적 요인분석 결과

경로		b	β	S.E
남편 부부갈등	→ 개인적갈등	1.28	.92 ^{***}	.10
	→ 부부관계적갈등	1.22	.89 ^{***}	.09
	→ 공동생활갈등	.99	.69 ^{***}	.07
	→ 제3자갈등	1.00	.66	
남편 탈중심화	→ 탈중심화 1	.88	.49 ^{***}	.14
	→ 탈중심화 2	1.00	.86	
남편 분노	→ 특성분노	.84	.80 ^{***}	.09
	→ 상태분노	1.00	.89	
아내 부부갈등	→ 개인적갈등	1.24	.93 ^{***}	.08
	→ 부부관계적갈등	1.34	.91 ^{***}	.09
	→ 공동생활갈등	1.16	.75 ^{***}	.08
	→ 제3자갈등	1.00	.72	
아내 탈중심화	→ 탈중심화 1	1.15	.63 ^{***}	1.67
	→ 탈중심화 2	1.00	.71	
아내 분노	→ 특성분노	1.19	.85 ^{***}	.14
	→ 상태분노	1.00	.73	

***p<.001

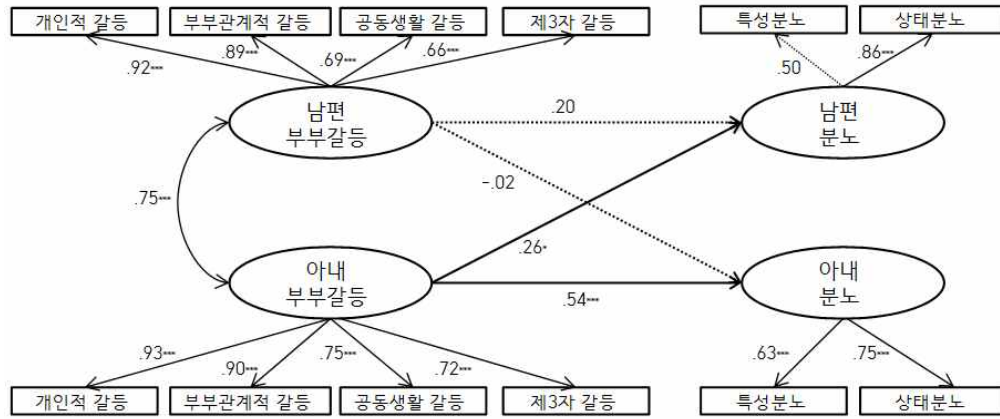
보였으며, RMSEA는 0.08보다 낮은 값으로 나타나 전반적으로 양호한 적합도를 가져 모형의 적합도는 수용 가능한 것으로 나타났다.

표 5에서 보는 것처럼 측정변수들은 잠재변수에 .49~.93까지 적재된 것으로 확인되었고, 모두 p<.001수준에서 유의하였다. 잠재변수에서 측정변수로 가는 경로의 표준화된 요인부하량이 모두 .4 이상의 값으로 유의하게 나타나서 측정모델의 적합도는 수용 가능한 것으로 확인되었다.

부부갈등이 분노에 미치는 자기효과와 상대방

효과

부부갈등이 분노에 미치는 자기효과와 상대방효과를 알아보기 위해 그림 2와 같은 연구모형을 설정하고 이를 검증하였다. 모형의 적합도는 표 6에 제시되어 있으며, 이에 따르면 본 모형의 적합도는 TLI, CFI, GFI가 0.9보다 높고, RMSEA는 0.08보다 낮은 양호한 값으로 확인되어 모델적합도가 수용 가능한 것으로 나타났다. 그림 2에 따르면 아내가 지각하는 부부갈등은 자신의 분노와 배우자의 분노에 정적으로 유의한 영향을 미치지만, 남편이 지



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

그림 2. 부부갈등과 분노 간의 자기효과와 상대방효과 기본모형그림

표 6. 부부갈등과 분노 간의 자기효과와 상대방효과의 적합도 평가

적합도 지수	χ^2	df	p	TLI	CFI	GFI	RMSEA
가설적 모형	65.80	36	.002	.97	.99	.97	.05

표 7. 부부갈등과 분노 간의 자기효과와 상대방효과 모수치 추정 결과

경로	b	β	S.E	C.R	p
남편 부부갈등 → 남편 분노	.08	.20	.04	1.80	.07
아내 부부갈등 → 아내 분노	.33	.54	.07	4.53	***
남편 부부갈등 → 아내 분노	-.01	-.02	.06	-.19	.85
아내 부부갈등 → 남편 분노	.13	.26	.06	2.28	*

*p<.05, ***p<.001

각하는 부부갈등은 자신과 배우자의 분노에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

부부갈등이 분노에 미치는 효과에서 자기효과와 배우자효과로 추정된 경로계수의 상대적 비교검증을 위해 등가제약 모형을 설정하여 이를 기본모형과 비교분석하였다. 등가제약 분석결과는 표 8과 같다. 자기효과 등가모형에서 부부갈등이 분노에 미치는 남편의 자기효과(β

=.20)와 아내의 자기효과(β =.54)는 통계적으로 유의하게 나타났다($\Delta\chi^2(1)=7.11, p<.05$). 이는 남편의 자기효과보다 아내의 자기효과가 좀 더 큰 영향을 미치는 것을 의미한다. 또한, 아내 분노에 대한 등가모형에서 아내가 지각하는 부부갈등이 아내 분노에 미치는 자기효과(β =.54)와 남편이 지각하는 부부갈등이 아내 분노에 미치는 상대방효과(β =-.02)를 비교한

표 8. 부부갈등과 분노 간의 기본모형과 등가제약 모형간 χ^2 차이검증

Model	χ^2	df	p	TLI	CFI	GFI	RMSEA	χ^2 차이검증
기본모형	65.80	36	.00	.97	.99	.97	.05	
자기효과 등가모형	72.91	37	.00	.97	.98	.96	.06	$\Delta\chi^2(1)=7.11, p < .05$
상대방효과 등가모형	68.36	37	.00	.97	.99	.96	.05	$\Delta\chi^2(1)=2.56, p > .05$
남편 분노에 대한 등가모형	66.09	37	.00	.98	.99	.97	.05	$\Delta\chi^2(1)=0.29, p > .05$
아내 분노에 대한 등가모형	72.08	37	.00	.97	.98	.96	.06	$\Delta\chi^2(1)=6.28, p < .05$

결과 유의한 차이가 나타났다($\Delta\chi^2(1)=6.28, p < .05$). 이는 아내 분노에 미치는 영향에서 남편이 지각하는 부부갈등이 아내 분노에 미치는 상대방효과보다 아내가 지각하는 부부갈등이 자신의 분노에 미치는 자기효과가 좀 더 크다는 것을 의미한다. 상대방효과 등가모형과 남편 분노에 대한 등가모형은 유의한 차이가 없었다.

부부갈등과 분노의 관계에서 탈중심화의 조절 효과

분노에 미치는 선행요인들 간의 주효과 및 조절효과

부부갈등과 탈중심화가 분노에 미치는 경로로 최종모형을 검증한 결과는 표 9와 같다. 먼저 주효과를 살펴보고, 다음으로 탈중심화의 상호작용효과 즉 조절효과를 확인하였다.

표 9. 부부갈등, 탈중심화, 분노 간의 구조모형의 모수치

	경로	계수	표준오차	t	ΔR^2	F
Main effects (주효과)						
자기 효과	남편 부부갈등 → 남편 분노	.16	.04	4.60 ***		
	남편 탈중심화 → 남편 분노	-.11	.03	-4.23 ***		
상대방 효과	남편 부부갈등 → 아내 분노	.18	.04	4.45 ***		
	남편 탈중심화 → 아내 분노	.05	.03	1.50		
자기 효과	아내 부부갈등 → 아내 분노	.24	.04	6.51 ***		
	아내 탈중심화 → 아내 분노	-.13	.03	-4.05 ***		
상대방 효과	아내 부부갈등 → 남편 분노	.15	.03	4.58 ***		
	아내 탈중심화 → 남편 분노	.04	.03	1.49		

표 9. 부부갈등, 탈중심화, 분노 간의 구조모형의 모수치 (계속)

경로		계수	표준오차	t	ΔR ²	F
Interaction effects (상호작용효과)						
자기 효과	남편 부부갈등*남편 탈중심화 → 남편의 분노	-.10	.04	-2.29 *	.01	5.26 *
	남편 부부갈등*아내 탈중심화 → 남편의 분노	.03	.04	.61	.00	.37
상대방 효과	남편 부부갈등*남편 탈중심화 → 아내의 분노	.05	.05	.97	.00	.95
	남편 부부갈등*아내 탈중심화 → 아내의 분노	-.11	.05	-2.19 *	.01	4.79 *
자기 효과	아내 부부갈등*아내 탈중심화 → 아내의 분노	-.11	.05	-2.50 *	.02	6.24 *
	아내 부부갈등*남편 탈중심화 → 아내의 분노	.05	.04	1.20	.00	1.44
상대방 효과	아내 부부갈등* 아내 탈중심화 → 남편의 분노	.00	.04	.23	.00	.05
	아내 부부갈등*남편 탈중심화 → 남편의 분노	-.06	.04	-1.61	.01	2.61

*p<.05, ***p<.001

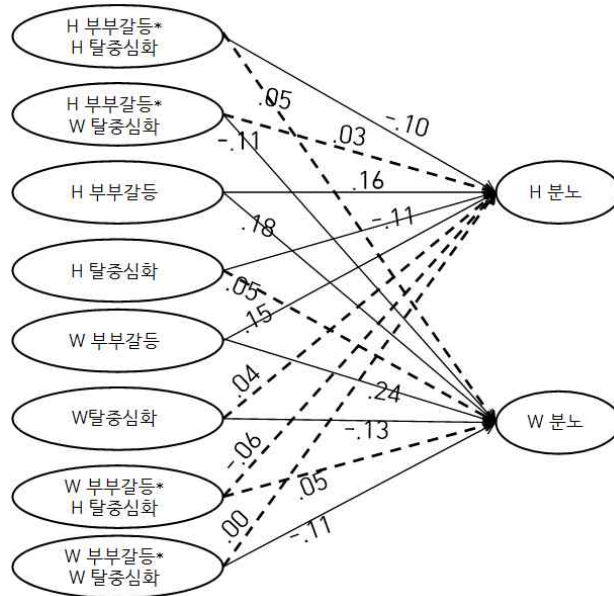


그림 3. 부부갈등과 분노의 관계에서 탈중심화의 조절효과 경로모형

분석결과 첫째, 분노에 미치는 선행요인 간의 주효과에서 자기효과는 유의했으나 상대방 효과는 유의하지 않았다. 즉, 남편의 경우 남편이 지각하는 부부갈등이 자신의 분노에 미치는 영향과 남편의 탈중심화 수준이 자신의 분노에 미치는 영향이 유의했고, 아내의 경우에도 아내가 지각하는 부부갈등이 자신의 분노에 미치는 영향과 아내의 탈중심화 수준이 자신의 분노에 미치는 영향이 유의했으나 상대방효과는 유의하지 않았다. 다음으로, 분노에 미치는 선행요인 간의 상호작용효과에서 자기효과와 상대방효과가 통계적으로 유의하게 나타났다. 즉, 남편이 지각하는 부부갈등은 남편 탈중심화 수준에 따라 남편 분노에 영향을 미치고, 아내가 지각하는 부부갈등은 아내 탈중심화 수준에 따라 아내 분노 수준에 영향을 미치는 자기효과와, 남편이 지각하는 부부갈등이 아내 탈중심화 수준에 따라 아내 분노에 영향을 미치는 상대방효과가 유의하게 나타났다. 그 외 나머지는 통계적으로 유의하지 않았다. 조절효과 검증에 따른 경로모형은 그림 3과 같다.

APIM의 탈중심화 조절효과

조절효과가 이루어지는 구체적인 방향과 크기를 확인하기 위해 Aiken(1996)이 제시한 바와 같이, 조절변인의 평균값과 ± 1 표준편차값에서 부부갈등과 탈중심화가 분노에 미치는 영향을 그래프를 통해 확인해보았다. 탈중심화의 조절효과를 자세히 살펴보기 위해 통계적으로 유의하게 나타난 3가지 상호작용효과, 즉 남편 분노에 대한 자신의 부부갈등과 탈중심화의 상호작용효과와 아내의 분노에 대한 자신의 부부갈등과 탈중심화의 상호작용효과, 그리고 아내의 분노에 대한 남편의 부부갈등과 아내의 탈중심화를 그래프로 확인해보았다. 이를 위해 부부갈등의 평균과 표준편차를 토대로 평균을 중심으로 하여 저집단($M-1SD$), 평균집단($M \pm 1SD$), 고집단($M+1SD$)으로 나누고, 탈중심화의 중앙값을 중심으로 탈중심화가 높은 집단과 낮은 집단으로 나누어 부부 각자의 분노 정도를 살펴보았다.

그림 4를 살펴보면, 남편의 탈중심화가 가장 낮을 때 남편 부부갈등이 남편 분노에 미치는 기울기가 가장 급격한 것으로 나타났다. 반면 탈중심화 수준이 높아지면 분노의 기울

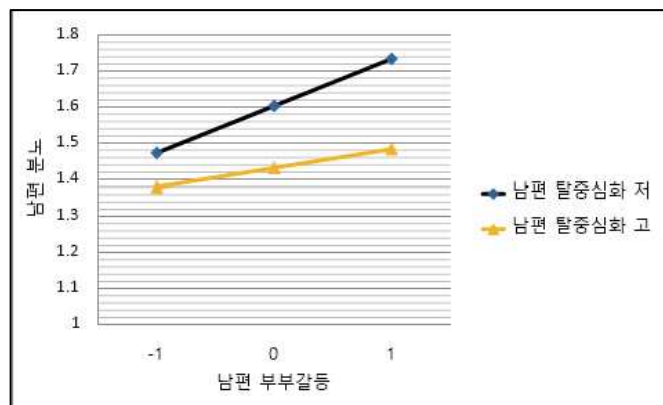


그림 4. 남편 분노에 대한 남편 부부갈등시 남편 탈중심화의 조절효과

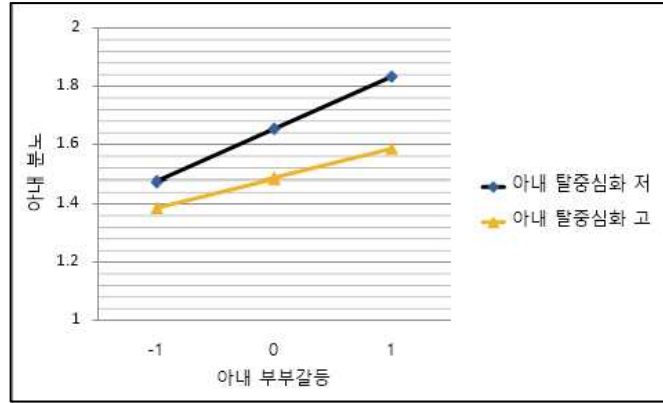


그림 5. 아내 분노에 대한 아내 부부갈등시 아내 탈중심화의 조절효과

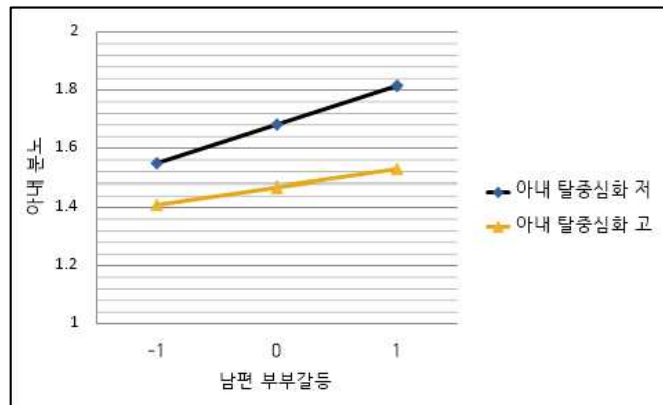


그림 6. 아내 분노에 대한 남편 부부갈등시 아내 탈중심화의 조절효과

기가 완만해지는 것을 확인할 수 있다. 이는 남편의 탈중심화 수준이 높아지면 자신의 부부갈등이 자신의 분노에 미치는 영향을 완화시킬 수 있다는 것을 의미한다.

탈중심화의 조절효과 결과를 종합해보면, 남편이 지각하는 부부갈등의 저-중-고 수준 모두에서 자신의 탈중심화가 높은 집단이 낮은 집단보다 본인의 분노 정도가 낮았고, 아내도 역시 자신이 지각하는 부부갈등의 모든 수준에서 자신의 탈중심화 수준이 높은 집단이 낮은 집단보다 본인의 분노가 낮게 나타났다.

마지막으로, 남편이 지각하는 부부갈등의 모든 수준에서 아내 탈중심화가 높은 집단이 낮은 집단보다 아내의 분노가 낮게 나타났다.

논의 및 제언

본 연구는 부부갈등 시 경험되는 분노를 조절하는 보호요인을 찾아 일상생활이나 상담 장면에서 활용하기 위한 기초연구로서, 탈중심화가 부부갈등으로 인한 분노의 영향을 완

화시킬 수 있는지 검증해보고자 하였다. 본 연구의 주요 연구결과 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 각 변인에 대한 남편과 아내의 성별 차이를 비교해 보니, 남편에 비해 아내가 지각하는 부부갈등과 분노 수준이 유의하게 높게 나타났다. 이는 남편보다 아내의 갈등점수 또는 스트레스가 높게 나타나고(김민녀, 채규만, 2006; 박영옥, 한상순, 1987; 정화숙 2013), 아내가 남편보다 결혼만족도가 낮고 우울정도가 높게 보고되며(최규련, 1993), 남편보다 아내의 분노 수준이 유의하게 높게 나타났다는 연구결과(권호인, 이소영, 권정혜, 2012)와 일치했다. 또한, 분노억압으로 나타나는 화병이 주로 여성에게 나타나고, 화병의 원인이 부부갈등에서 비롯된다는 연구와도(김중우, 2005) 맥을 같이 한다.

둘째, 주효과 중 부부갈등이 분노에 미치는 영향을 확인한 결과, 남편과 아내 모두 자기효과 및 상대방효과가 통계적으로 유의하게 나타났다. 이는 부부갈등이 분노에 직접적인 영향을 미침을 의미하며, 남편과 아내 각자가 지각하는 부부갈등이 자신의 분노에 미치는 자기효과 뿐 아니라 배우자 분노에 미치는 상대방효과도 있음을 규명한 것이다. 이 결과는 배우자가 경험하는 긴장과 스트레스가 부부 상호 간에 부정적 영향을 미친다는 연구결과(Bolger et al., 1989)와 일치하고, 스트레스가 결혼만족에 미치는 영향에서 남편과 아내 모두 자기효과와 상대방효과가 유의했다는 연구결과(김시연, 서영석, 2010; 차근영 등, 2017)와 맥을 같이 한다.

셋째, 주효과 중 탈중심화 수준이 분노에 직접적 영향을 주는지를 살펴본 결과 남편과 아내 모두 자기효과가 유의하였으나, 상대방효과는 유의하지 않았다. 즉, 남편과 아내 모

두 탈중심화 수준이 자신의 분노에 영향을 주었으나, 남편의 탈중심화 수준이 아내의 분노에, 아내의 탈중심화 수준이 남편의 분노에 영향을 주는 상대방효과는 유의하지 않았다. 이러한 연구결과는 부부 각자의 결혼만족도는 상대방의 갈등대처행동보다 자신의 갈등대처 행동에 더 많은 영향을 받는다는 연구결과(박영화, 고재홍, 2005)와 일치한다. 또한, 탈중심화의 유사개념인 탈융합 기법이 분노조절에 직접적인 효과가 있다는 연구결과(유진아, 현명호, 이시정, 2013)와, 분노를 느끼는 상황에서 탈융합기법으로 인해 공격적 행동이 줄고 다른 반응을 선택할 수 있는 능력이 증가함을 검증한 연구결과(Eifert & Forsyth, 2011)와 일치하였다.

넷째, 분노에 대한 부부갈등과 탈중심화의 상호작용효과를 알아본 결과, 자기효과 중에서는 남편 분노에 대해 남편이 지각하는 부부갈등 시 남편 탈중심화의 조절효과와 아내 분노에 대해 아내가 지각하는 부부갈등 시 아내의 탈중심화 조절효과가 유의했다. 상대방효과 중에서는 아내 분노에 대해 남편이 지각하는 부부갈등 시 아내 탈중심화 조절효과가 검증되었다. 즉, 남편은 자기효과만 유의하게 나온 반면 아내의 경우에는 상대방효과도 유의하여 자신이 지각하는 부부갈등 뿐만 아니라 남편이 지각하는 부부갈등에도 자신의 탈중심화가 본인의 분노를 조절해주는 것으로 나타났다. 이러한 남녀차이는 남편의 결혼만족은 남편 자신이 경험하는 스트레스에 영향을 받지만 아내의 결혼만족은 자신이 경험하는 스트레스뿐만 아니라 남편이 경험하는 스트레스에도 많은 영향을 받는다는 선행연구(김시연, 서영석, 2008)와 일치한다. 그리고, 아내는 남편보다 배우자의 행동을 더 민감하게 지각하

고 배우자의 행동이나 정서에 더 큰 영향을 받으며(Floyd & Markman, 1983), 정서적지지와 결혼만족도의 관계가 남편보다 아내에게 더 강하게 나타난다는 선행연구(이윤로, 유시순, 2004; 임지영, 2011; Acitelli & Antonucci, 1994; Julien & Markman, 1991)는 이러한 관계지향적이고 정서에 민감한 여성의 특성을 잘 반영한다. 한편, 부부갈등과 분노의 관계에서 탈중심화 조절효과가 통계적으로 유의하게 나타났는데, 선행연구에서도 탈중심화는 부부갈등을 완화시켜주는 역할을 하는 것으로 예측되었다(곽민하, 2016; 이은진, 2017).

이러한 결과로 탈중심화가 완충효과를 하는 것에 대해 논의해 볼 때, 탈중심화가 자신의 경험으로부터 한 발짝 거리를 두고 바라보게 함으로써 부부갈등 시 자동적으로 떠오르는 인지적, 감정적 오류에 빠지지 않고, '현실'과 '자신이 해석한 현실'에 차이가 있음을 인식하게 되어 궁극적으로 부부갈등을 완화시키고 부부적응을 높이는데 기여할 것으로 보인다. 따라서, 평상시 탈중심화를 높게 유지한다면 분노를 일으키는 상황에서도 이를 지각하고 대처하는 정도가 달라질 것이라고 해석할 수 있다. 특히 탈중심화는 아내나 남편 각자의 분노표현에 영향을 미치는 부분도 있지만, 아내의 경우에는 더욱 더 효과적이다. 왜냐하면, 아내는 남편의 감정에 따라 자기의 감정상태가 변화되어 나타남으로 남편의 정서를 통해 아내의 부부만족을 예측할 수 있다는 연구결과처럼(Larson, 1994) 아내는 남편보다 배우자의 정서에 더 큰 영향을 받기 때문이다. 또한, 부부갈등에 대한 남편과 아내의 대처방식이 다른데, 남편은 갈등을 회피함으로써 갈등해결의 기회를 더 적게 갖는 경향이 있는 반면(Rubin, 1992), 아내는 갈등에 대해 배우자를

언어적으로 비난함으로써 갈등의 불씨를 키우는 경향이 있다(Gottman & Krokoff, 1989). 따라서, 남편과 달리 아내는 배우자가 지각하는 부부갈등에 영향을 받을 수 있으므로 탈중심화를 잘 적용한다면 분노완화에 도움이 될 수 있을 것이다. 즉, 탈중심화를 통해 감정적 오류에 빠지지 않고 객관적이고 이성적으로 해석함으로써 남편의 감정에 휩쓸리거나, 언어적 비난을 하는 것을 완화시켜 부부적응 향상에 기여할 것으로 보인다.

이러한 연구결과에 대한 논의를 고려해 볼 때 본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다.

첫째, 부부갈등 시 분노에 미치는 영향을 완화시킬 수 있는 중재방안으로 탈중심화라는 새로운 변인이 검증되었다는 데 연구의의가 있다. 이는 탈중심화가 부부갈등과 부적관계를 나타냈으므로 부부갈등을 완화시키는데 예방적 효과를 가질 것이라는 곽민하(2016)의 연구를 지지했으며, 여기서 더 나아가 탈중심화가 분노조절에 직접적인 효과가 있음을 규명하였다. 부부갈등으로 인해 부정적이고 왜곡된 생각이 떠오르는 순간 분노수준을 낮출 수 있는 즉각적인 중재변인이 탐색되었으며, 분노 조절이 필요한 다양한 치료 장면에서 탈중심화 기법을 사용할 수 있는 근거를 마련했다는 데 의의가 있다.

둘째, 부부의 쌍 자료를 가지고 APIM 연구모형을 통해 남편과 아내 간의 역동과 상호작용 차이를 확인할 수 있었다. 남편과 아내 간에 변인들의 영향력 정도가 같지 않으므로 부부와 같은 커플연구에서는 반드시 커플(dyad)을 분석단위로 하여 차이를 규명하는 것이 필요하다. 따라서, 부부관계를 연구함에 있어 부부간의 상호작용을 볼 수 있는 이 연구모형을 사용하여 좀 더 체계적으로 접근했다는 데 의

의가 있다.

셋째, 탈중심화 조절효과에서 남편의 탈중심화 수준은 남편이 지각하는 부부갈등 시 남편의 분노에, 아내의 탈중심화 수준은 아내가 지각하는 부부갈등 시 아내의 분노에 영향을 주는 자기효과가 검증되었다. 이러한 연구결과는 부부갈등 시 문제해결의 열쇠가 배우자의 변화에 있는 것이 아니라 자신에게 있으므로 상대방을 통제하고 그의 성격을 바꾸라고 요구하기보다 자신을 통제하고 자신을 바꾸는 것이 수월하다는 것을 시사한다. 즉, 상대방을 바라보는 관점을 바꾸고 스트레스 상황을 바라보는 관점을 바꾸는 것이 더 쉽다(한숙자, 2007)는 것이다. 부부갈등으로 인해 자동적으로 떠오르는 생각과 감정에서 한발 물러나 '사실'과 '자신이 구성한 사실'의 차이를 인식하고 바라봄으로써 분노를 완화할 수 있다는 이러한 연구결과는 부부 관계 개선에 도움을 주는 프로그램에 활용될 수 있을 것이다.

넷째, 탈중심화 조절효과에서 남편이 부부갈등을 지각할 때 아내 탈중심화 수준이 아내 분노에 영향을 미치는 상대방효과가 나타난 결과는 자기효과만 유의하게 나타난 남편과 차이가 있다. 이러한 남녀차이의 원인은 아내가 남편보다 배우자의 행동을 더 민감하게 지각하여 남편의 행동이나 정서에 더 큰 영향을 받기 때문이다(Floyd & Markman, 1983). 또한, 사회화되는 과정에서 남성은 자율성, 독립성의 개념을 중요시하는 반면 여성은 타인과의 조화로운 관계성을 중시하기 때문에(남궁임, 2009) 관계중심적 속성이 강한 아내는 배우자의 부부갈등에도 영향을 받는 것으로 해석된다. 따라서, 앞으로의 부부상담이나 부부교육에 있어 이러한 아내들의 특성을 충분히 반영하고 부부간 차이를 치료에 적극 반영할 필요

가 있겠다. 즉, 상대의 정서와 행동을 인식하는 정도와 부부갈등을 지각하는 정도에서 남녀 차이가 있으므로, 그러한 남녀차이를 수용할 수 있도록 돕는 것이 필요하다. 더 나아가, 탈중심화를 통해 자신의 정서와 생각, 기대를 인식하고 이를 수용하여 효과적으로 표현할 수 있도록 돕는 것이 부부갈등 해결에 도움이 될 수 있을 것이다.

마지막으로, 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 조사한 대상은 특정 지역에서 표집 되었으며, 남편 및 아내의 연령대는 30대-50대가 주를 이루고, 학력은 대졸 이상의 고학력이 많았다. 따라서 연구결과를 우리나라 부부들에게 일반화하는 데는 한계가 있으므로, 추후 연구에서는 좀 더 다양한 대상자가 포함될 수 있도록 표집하는 것이 좋겠다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 질문지에 응답하는 방식으로 조사하였기 때문에 연구결과는 참여자들의 자기보고에 기초한 것이다. 향후 실험적 연구가 동반된다면 좀 더 객관성을 보완할 수 있을 것이다.

셋째, 탈중심화 척도의 문제이다. 설문 참가자들에게서 문항의 의미가 어렵다는 반응을 들 수 있었다. 이러한 반응의 원인은 탈중심화가 익숙하지 않은 주의양식이라 참가자들이 다소 응답하기 어려운 점이 있었으리라 본다. 탈중심화 개념에 대한 이해가 어렵다는 반응이 있었으므로 이에 대한 좀 더 구체적인 사전설명이 있으면 도움이 될 것 같다.

넷째, 총 706명의 설문이 회수되었으나 124명의 자료가 제외되고 결국 291쌍의 자료만 분석되었다. 이는 부부쌍 연구이다 보니 한쪽만 응답하거나 결측치가 많아 많은 자료가 제

외되었기 때문이다. 이러한 점을 보완하기 위해 자료수집에 있어서 온라인 외 오프라인으로 수집하는 방안도 병행하면 좋을 것 같다.

끝으로 몇 가지 제한점을 고려해볼 때, 추후에는 좀 더 다양한 계층(학력이나 사회경제적 지위의 다양성 등)을 포함하고, 탈중심화의 역할에서 성차를 보였으므로 이에 기여한 변수 및 경로 등을 탐색해보면 부부갈등과 그들의 정서표현에 대한 이해를 도울 수 있겠다.

본 연구에서는 부부가 지각하는 갈등이 분노에 미치는 영향을 규명하였고, 탈중심화가 이 영향을 조절할 수 있다는 것을 밝혔으며, 부부 간의 상호작용을 분석했다는데 의의가 있다. 탈중심화 기법이 부부갈등을 극복하고 부부친밀감을 향상시키는데 효과적인 대처방안이 될 수 있을 것으로 기대하며 추후 탈중심화의 역할에 대한 구체적인 연구에 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

참고문헌

곽민하, 전해성 (2016). 부부갈등과 부부적응의 관계에서 탈중심화 및 용서의 조절효과. *한국가족치료학회지*, 24(3), 339-359.

권정혜, 이종선 (2002). 부부의 대인관계, 의사소통 방식, 결혼만족도가 부부폭력에 미치는 영향. *한국심리학회지 임상*, 21(2), 313-330.

권효석, 이장한 (2010). 인지적 탈융합 처치를 통한 불안민감성 감소. *한국심리학회지 임상*, 29(3), 745-760.

권정혜, 채규만 (2000). 부부 적응 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. *한국심리학회지 임상*, 19(2), 207-218.

권호인, 이소영, 권정혜 (2012). 부부 속박감과 복종 및 분노조절 방식이 화병 증상에 미치는 영향. *한국심리학회지 여성*, 17(4), 579-595.

김갑숙 (1991). 부부갈등이 부부폭력과 자녀학대에 미치는 영향 (국내박사학위논문).

김귀녀 (2002). 부부용서 프로그램이 분노 및 갈등 해결 방식과 배우자에 대한 태도에 미치는 영향 (국내석사학위논문).

김민녀, 채규만 (2006). 가족생활주기에 따른 기혼자의 결혼만족도. *한국심리학회지 건강*, 11(4), 655-671.

김병후. (2003). *우리 부부, 정말 괜찮은 걸까?*. 서울: 중앙 M&B.

김빛나, 임영진, 권석만 (2010). 탈중심화가 내부초점적 반응양식과 우울증상에 미치는 영향. *한국심리학회지 임상*, 29(2), 573-596.

김수환 (2017). 부부갈등과 결혼만족도의 관계 (국내석사학위논문).

김시연, 서영석 (2008). 부적응 도식과 일상적 스트레스가 결혼만족에 미치는 영향. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 20(4), 1243-1267.

김연수, 조성호 (2014). 자기자비가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 공상의 자각과 탈중심화의 매개효과 검증. *발달지원연구*, 3(2), 93-108.

김종우 (2005). 화병의 이해와 관리. *스트레스 연구*, 13(2), 43-47.

김준기 (2007). *남편과 아내 사이*. 서울: 메가트렌드.

김준범 (2010). *탈중심화 척도 개발* (국내석사학위논문).

도현심, 김민정, 김상원, 최미경, 김재희 (2011).

- 부부갈등과 어머니의 분노가 아동학대에 미치는 영향. 아동학회지, 32(5), 85-101.
- 문주연, 이민규 (2017). 탈중심화와 경험 회피가 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지 임상, 36(2), 177-191.
- 박영옥, 한상순 (1987). 가족생활주기에 따른 부부갈등에 관한 조사. 한국가정관리학회지, 5(1), 33-49.
- 박영화, 고재홍 (2005). 부부의 자존감, 의사소통 방식, 및 갈등대처행동과 결혼만족도 간의 관계. 한국심리학회지 사회 및 성격, 19(1), 65-83.
- 박진희, 박지선 (2017). 부부갈등과 청소년의 문제행동과의 관계. 한국심리학회지 발달, 30(2), 1-18.
- 배병렬 (2014). (Amos 19) 구조방정식 모델링: 원리와 실제. 서울: 청람.
- 서영옥 (2011). 부부갈등과 심리적 부적응과의 관계에서 감사의 조절 효과 (국내석사학위논문).
- 양영숙, 김봉환 (2009). 부부갈등과 심리적 부적응과의 관계에서 공감과 용서의 매개효과. 상담학연구, 10(2), 683-699.
- 여성가족부 (2013). 100세 사회의 가족정책 추진방향 연구결과 발표.
- 염승훈 (2008). 분노수용프로그램 개발 및 효과 검증: ACT모델을 중심으로. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2008(1), 336-337
- 유진아, 현명호, 이시정 (2013). 인지적 탈융합 기법이 분노감소에 미치는 영향. 한국심리학회지 임상, 32(3), 683-698.
- 윤애란, 이인수 (2013). 부부갈등과 결혼적응과의 관계에서 지혜의 조절효과. 상담학연구, 14(3), 1739-1754.
- 윤학미, 오수성 (2016). 탈중심화와 신체화 증상의 관계에서 자기초점적주의 성향의 매개효과. 한국심리치료학회지, 8(1), 59-80.
- 이경희 (1998). 부인이 지각한 갈등과 친밀감에 따른 부부관계 유형 (국내박사학위논문).
- 이관직 (2007). (성경과) 분노심리. 서울: 대서.
- 이상은 (2010). 분노수용프로그램 개발 및 초등학생의 분노표현과 심리적 경직성에 미치는 효과: 수용-전념치료 모델을 중심으로 (국내석사학위논문)
- 이윤로, 유시순 (2004). 노인 부부의 결혼만족도에 영향을 주는 요인에 관한 연구. 임상사회사업연구, 1(1), 1-21.
- 이은진 (2017). 배우자 부모와의 갈등과 결혼만족도의 관계에서 마음챙김의 조절효과: APIM 모델 적용 (국내석사학위논문).
- 이화자, 김순옥 (2010). 가족상담 : 경험적 부부집단치료 프로그램의 개발과 효과성 검증 -Satir성장모델과 비폭력대화(NVC)모델의 통합. 상담학연구, 11(2), 831-854.
- 임정하, 윤정진 (2010). 부부갈등이 아동에게 미치는 영향에 관한 국내 연구 동향. 인간개발연구, 17(1), 263-284.
- 임지영 (2011). 기혼 여성의 부부간 공정성 인지 및 남편의 정서적 지지와 결혼 만족도 (국내석사학위논문).
- 전검구, 김교헌 (1997). 분노, 적대감 및 스트레스가 신체 건강에 미치는 영향. 한국심리학회지 건강, 2(1), 79-95.
- 정화숙 (2013). 중년기 기혼남녀의 마음챙김, 부부 스트레스 및 부부 친밀감이 결혼만족도에 미치는 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2013(1), 395-396.
- 조용래 (2011). 자기 자비, 생활 스트레스 및 탈중심화가 심리적 건강에 미치는 효과. 한국심리학회지 임상, 30(3), 767-787.

- 차근영 (2017). 중년기 부부의 스트레스와 결혼 만족도가 우울에 미치는 자기효과와 상대방 효과 (국내석사학위논문).
- 천혜정, 김양호 (2007). 기혼자와 이혼자의 결혼 및 이혼과정 차이. *한국가족복지학*, 12(3), 5-23.
- 최규련 (1993). 맞벌이부부의 결혼만족도와 우울증에 관한 연구 - 학동기자녀를 둔 맞벌이부부를 중심으로. *대한가정학회*, 31(1), 61-84.
- 최윤진, 채규만 (2012). 자살생각과 관련된 인지적 요인 : 내부초점적 반응양식의 매개효과와 탈중심화의 조절효과 중심으로. *인지행동치료*, 12(3), 315-329.
- 통계청 (2017). 2016년 혼인 이혼 통계.
- 한숙자 (2007). 부부갈등과 스트레스를 관리하기 위한 인지행동적 접근. *韓榮論叢*, 11(-), 261-282.
- Aiken, L. S. (1996). In West S. G., Reno R. R. (Eds.), *Multiple regression : Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, Calif.: Sage.
- Acitelli, L. K., &Antonucci, T. C. (1994). Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(4), 688.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38(11), 1145-1160.
- Beck, A. T. (2000). *Prisoner of hate: The cognitive basis of anger, hostility, and violence*. New York: Perennial.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York, NY, England: Mcgraw-Hill Book Company.
- Bolger, N., DeLongis, A., Kessler, R. C., &Wethington, E. (1989). The contagion of stress across multiple roles. *Journal of Marriage and the Family*, 51(1), 175-183.
- Del Vecchio, T., &O'Leary, K. D. (2004). Effectiveness of anger treatments for specific anger problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 24(1), 15-34
- Eifert, G. H., &Forsyth, J. P. (2011). The application of acceptance and commitment therapy to problem anger. *COGNITIVE AND BEHAVIORAL PRACTICE*, 18(2), 241-250.
- Ellis, A. E., &Tafrate, R. C. (1997). *How to control your anger before it controls you*. New York: Citadel Press.
- Floyd, F. J., &Markman, H. J. (1983). Observational biases in spouse observation: Toward a Cognitive/Behavioral model of marriage. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 450-457.
- Fresco, D. M., Moore, M. T., van Dulmen, M. H., Segal, Z. V., Ma, S. H., Teasdale, J. D., &Williams, J. M. (2007). Initial psychometric properties of the experiences questionnaire: Validation of a self-report measure of decentering. *Behavior Therapy*, 38(3), 234-246.
- Gottman, J. M., &Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47-52.
- Julien, D., &Markman, H. J. (1911). Social support and social networks as determinants of individual and marital outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(4), 549-568.

- Larson, R., & Richards, M. (1994). *Divergent realities: The emotional lives of mothers, fathers and adolescents*. New York: Basic Books.
- Miller, T. Q., Markides, K. S., Chiriboga, D. A., & Ray, L. A., (1995). A test of the psychological vulnerability and health behavior modes of hostility : Results from an 11-year follow-up study of Mexican Americans. *Psychosomatic Medicine*, 57, 572-581.
- Navoco, R. W. (1994). Anger as a risk factor for violence among the mentally disordered. In J. Monahan & H. J. Steadman (Eds), *Violence and mental disorder*. Chicago: University of Chicago Press.
- Newton, T. L., & Kiecolt-Glaser, J. K., (1995). Hostility and erosion of marital quality during early marriage. *Journal of Behavioral Medicine*, 18, 601-619.
- Rubin, L. B. (1992). The approach-avoidance dance: Men, women, and intimacy. in M. S. Kimmel and M. A. Messner (Eds.). *Men's lives*. New York: Macmillan Publishing Co, Incorporated.
- Safran, J. D., & Segal, Z. V. (1990). *Interpersonal process in cognitive therapy*. New York: Basic Books.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & Sydeman, S. J. (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P., Janisse (Eds.). *Health psychology: Individual differences and stress*. New York: Springer Verge.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P., (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P., Janisse (Eds.). *Health psychology: Individual differences and stress*. New York: Springer Verge.
- Stinnett, N., Walters, J., & Kaye, E. (1984). *Relationships in marriage and the family* (2nd ed.). New York: Macmillan.
- Tavris, Carol. (1989). Anger: The Misunderstood Emotion, Rev, ed. (Book Review). *Library Journal*, 114(14). 210
- Teasdale, J. D., Moore, R. G., Hayhurst, H., Pope, M., Williams, S., & Segal, Z. V. (2002). Metacognitive awareness and prevention of relapse in depression: Empirical evidence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(2), 275-287.
- Wallerstein, J. S., & Lewis, J. M. (2004). The unexpected legacy of divorce: Report of a 25-year study. *Psychoanalytic Psychology*, 21(3), 353-370.
- Willhite, R., & Eckstein, D. (2003). The angry, the angrier, and the angriest: Relationship implications. *FAMILY JOURNAL -ALEXANDRIA VA-*, 11(1), 76-83.

1차원고접수 : 2018. 04. 14.

심사통과접수 : 2018. 06. 28.

최종원고접수 : 2018. 06. 30.

The Moderating Effect of Decentering in
the Relationship between Marital Conflict and Anger :
An Application of Actor—Partner Interdependence Model

Dong-Sook Jang

Kum-lan Yu

The Catholic University of Korea

The purpose of the study was to examine the role of decentering as a moderator in the relationship between marital conflict and anger by applying Actor—Partner Interdependence Model (APIM). A total of 291 married couples ranged from age 20s and 60s participated in the study and completed a questionnaire packet including variables related to marital conflict, anger, and decentering. The results indicated that there was a direct effect of the decentering on anger for both wife and husband but no partner effect. In addition, the decentering played as a moderator between marital conflict and anger for both husband and wife. For the partner effect, only wife's decentering moderated on the relationship between husband's marital conflict and wife's anger. The implications and limitations for the study were discussed.

key words : marital conflict, anger, decentering, Actor—Partner Interdependence Model(APIM)