

편모의 스트레스와 심리적 복지

-Single Mothers' Stress and Psychological Well-being-

김 오 남 · 김 경 신 (전남대 가정관리학과)

I. 서 론

서구화에 의한 영향으로 가족주의가 약화되어감에 따라 과거에는 부부와 자녀로 구성된 가족형태만이 완전가족이라는 인식이 일반적이었으나 최근에는 독신 또는 편부모가족 등도 다양한 가족형태 중의 하나라는 의식의 변화가 나타나고 있다. 특히 편모가족의 점유비율이 점차 높아지고 있는데 우리 나라의 경우 배우자와 사별한 사람은 기혼여성인구의 17.3%와 기혼남성인구의 2.9%를 각각 차지하고 있는 것으로 나타났다(통계청, 1995). 또한 1960년대와 1990년 사이 이혼가구주수는 35천에서 174천으로 5배정도 증가하였고, 사별가구주수는 455천에서 1196천으로 2.6배 정도 증가하였다(통계청, 1996).

일반적으로 편모들은 가사와 자녀양육역할 이외에 생계부양자역할까지 하도록 기대되고 있어 역할 과중에 시달리고 있으며 건강상의 문제, 남녀차별적인 사회구조 등으로 경제적, 사회적, 정서적 어려움을 경험하고 있다. 이러한 스트레스 상황에서 편모가 어떻게 가족자원을 사용하고 대처하는지가 가족의 적응을 위해 매우 중요하며 대처행동 역시 스트레스에 대한 가족의 취약성을 감소시키고 가족체계자원들을 강화, 유지시키는 역할을 한다(Deacon & Firebaugh, 1988; Lazarus & Folkman, 1984). 결국 이들은 심리적 복지에 영향을 주므로(Small, 1988) 이들 변인간 관련성을 파악하여 편모 가족의 적응과 발달에 응용할 수 있어야 한다.

따라서 편모를 대상으로 한 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스인지와 심리적 복지 등의 다각적인 인과분석이 이루어짐으로써 이에 관한 통합적 관계분석이 요구되며, 결과 분석에 있어서도 홀로된 원인을 구분하여 사별과 이혼간 특성을 설명하는 노력이 필요하리라 본다.

본 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 편모의 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스인지와 심리적 복지의 일반적 경향은 어떠하며, 홀로된 원인별로 그 차이는 어떠한가?

연구문제 2. 편모의 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처와 스트레스인지가 심리적 복지에 영향을 미치는 인과관계는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 조사대상

조사대상자는 광주광역시에 거주하면서 배우자와 사별하거나 이혼한 편모 283명으로서 편모연령은 40대가 전체의 61.5%를 차지하였으며 교육수준에서는 중졸과 고졸이 36.6%, 35.9%로 각각 나타

났고, 종교는 기독교가 31.0%로 가장 많았으며 직업에서 자영업·판매직이 29.2%으로 가장 많았고 월 평균소득은 31-60만원이하가 38.0%, 61-100만원이 35.4%로 편모가족의 어려운 경제상태의 단면을 보여주었다. 편모가 된 기간은 2-5년이 49.2%로 가장 높게 나타났고 편모가 된 원인은 사별이 69.3%, 이혼이 30.7%로 나타났다. 자녀수는 2명이 35.6%로 가장 많으며 가족형태는 85.9%로 대부분 핵가족 형태였다.

2. 조사도구

1) 자존감(10문항)

자존감척도는 Rosenberg(1965)의 자존감 척도를 이용하여 측정하였다.

2) 가족자원(30문항)

가족자원척도는 McCubbin & Comeau(1987)의 FIRM(Family Inventory of Resources for Management)을 토대로 작성되었으며 하위영역은 재정적 복지(6문항), 가족의 건강도 I (Family Strength I: 자존감과 의사소통-6문항), 가족의 건강도 II (Family Strength II: 숙달감과 성취-7문항), 사회적 지지 중 도구적 지지(5문항), 정서적 지지(6문항)로 구성하였다.

3) 대처(23문항)

대처방식의 척도는 Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis & Gruen(1986), Billings & Moos(1984) 등의 연구를 토대로 작성하였으며 크게 두 영역인 정서적 대처(12문항)와 문제해결적 대처(11문항)로 나누어 측정하였다.

4) 스트레스도구(27문항)

스트레스의 도구는 McCubbin(1981)의 FILE(Family Inventory of Life Events and Changes)과 Baruch & Barnett(1986)의 연구를 중심으로 구성되었다. 스트레스원과 스트레스인지는 각각 27문항이며 가족관계(6문항), 재정적 문제(5문항), 편모의 직업-가정갈등(6문항), 대인관계(6문항), 건강 및 상실(4문항)을 하위영역으로 구성하였다. 스트레스원은 스트레스사건당 1점이다.

5) 심리적 복지(23문항)

생활만족은 Bradburn(1969)의 The Structure of Psychological Well-Being과 Olson과 Barnes(1982)의 생활의 질(Quality of Life)척도를 수정하여 측정하였다. 즉 가정생활, 자녀와의 관계만족, 시댁과의 관계, 직장생활, 여가생활 등에서 느끼는 만족의 정도로 구성하였다.

우울은 Radloff(1977)의 CES-D(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 일부 수정 보완하여 사용하였는데 본 연구에서는 최근 생활에 대한 느낌이나 우울정도 등으로 구성하였다.

본 연구에서 사용한 측정도구의 신뢰도(Chronbach' α)는 스트레스원은 .778, 자존감은 .890, 가족자원은 .852, 정서적 대처는 .802, 문제해결적 대처는 .834, 스트레스는 .856, 생활만족도는 .840, 우울은 .890로 각각 나타났다. 또한 스트레스원을 제외한 모든 도구는 5점척도로 구성하였다.

III. 연구 결과

1. 편모의 스트레스원, 가족자원, 대처, 스트레스와 심리적 복지의 일반적 경향 및 차이

편모의 스트레스원, 가족자원, 대처, 스트레스와 심리적 복지의 일반적 경향은 <표 1>과 같다. 편

모의 스트레스원은 중간점수인 13.5를 넘은 21.68로 나타나 비교적 높은 사건을 경험하는 것으로 나타났다으며 사별한 편모와 이혼한 편모간에는 차이가 나타나지 않았다.

편모의 자존감은 중간점인 3점을 상회하는 수준이며 사별과 이혼집단간에 차이가 나타났는데 사별한 편모가 이혼한 편모보다 약간 높게 나타났다.

<표 1> 편모의 스트레스원, 가족자원, 대처, 스트레스와 심리적 복지의 일반적 경향

모 변 인	사별(N=196)	이혼(N=87)	t	전체(N=283)
	M(SD)	M(SD)		M(SD)
# 가족관계(1-6)	5.10(1.35)	5.14(1.25)	- .21	5.12(1.32)
경제문제(1-5)	4.38(.97)	4.52(1.04)	-1.09	4.42(.99)
직업-가정갈등(1-6)	4.94(1.45)	5.03(1.37)	- .49	4.97(1.42)
대인관계(1-6)	4.96(1.97)	4.15(1.95)	.03	4.15(1.96)
건강 및 상실(1-4)	3.05(1.29)	2.93(1.17)	.74	3.01(1.25)
전체스트레스원	21.63(5.42)	21.77(5.08)	- .20	21.68(5.30)
자 존 감	3.33(.67)	3.17(.55)	2.05*	3.28(.64)
재정적 복지	2.73(.77)	2.49(.78)	2.41*	2.65(.78)
가족의 건강도 I	3.16(.52)	2.95(.54)	3.07**	3.09(.53)
가족의 건강도 II	2.41(.74)	2.19(.74)	2.29*	2.35(.75)
물질적 지지	3.57(.68)	3.35(.66)	2.59**	3.50(.68)
정서적 지지	2.68(.70)	2.40(.79)	2.99**	2.50(.74)
전체 가족자원	2.94(.41)	2.71(.47)	4.18***	2.87(.44)
정서적 대처	2.97(.48)	2.99(.61)	- .23	2.98(.52)
문제해결적 대처	3.49(.58)	3.26(.69)	2.79**	3.42(.62)
전체 대처	3.22(.42)	3.12(.44)	1.84	3.19(.43)
가족관계	3.00(.73)	3.04(.67)	- .37	3.01(.71)
경제문제	3.29(.84)	3.42(.81)	- .12	3.33(.83)
직업-가족갈등	2.86(.71)	2.93(.72)	- .74	2.88(.71)
대인관계	2.36(.79)	2.36(.80)	.07	2.36(.79)
건강 및 상실	2.81(.98)	2.66(.88)	1.21	2.76(.95)
전체 스트레스	2.85(.57)	2.88(.56)	- .32	2.86(.57)
생활만족	3.08(.56)	2.80(.62)	3.64***	2.99(.59)
우울	3.05(.70)	3.07(.70)	-.28	3.06(.70)

()안은 점수범위를 나타냄

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

편모의 가족자원은 평균 2.87로 중간(3.00)보다는 약간 낮은 수준으로 인지하고 있었으며 각 하위 영역을 볼 때 물질적 지지 영역이 가장 높게 나타났고 사별과 이혼집단간 하위영역간의 차이는 모든 영역에서 나타났으며 이혼집단보다도 사별집단의 가족자원이 더 높은 것으로 나타났다.

편모의 전체대처는 평균 3.19로 중간(3.00)을 약간 상회하는 대처를 보이고 있으며 문제해결적 대처가 정서적 대처보다 더 높게 나타났다. 또한 이혼집단보다는 사별집단에서 더 높은 문제해결적 대

처를 나타내었다.

편모의 전체스트레스의 일반적 경향은 평균 2.86으로 중간(3.00)보다는 약간 낮은 수준으로 나타났고 사별과 이혼집단간의 차이는 모두 유의하게 나타나지 않았다. 하위영역 중 경제문제 영역에 대한 스트레스가 가장 높으며 다음으로 가족관계, 직업-가정갈등 순으로 나타났다.

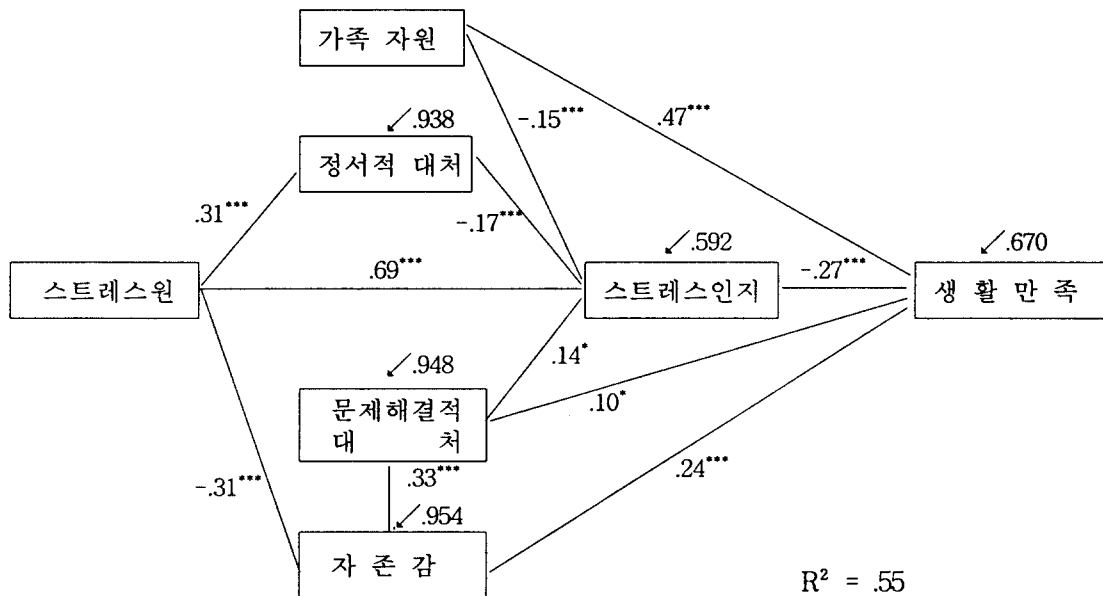
편모의 생활만족은 평균 2.99로 거의 중간(3.00)수준으로 나타났으며 이혼집단과 사별집단간에 유의한 차이가 나타났다. 이혼집단보다 사별집단이 더 높은 생활만족도를 보였다. 우울에서는 평균 3.06으로 나타났으며 이혼집단과 사별집단간 차이는 나타나지 않았다.

2. 편모의 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스가 심리적 복지에 미치는 영향력

본 연구에서 설정한 경로모형의 인과관계를 밝히기 위하여 단계적 중다회귀 분석을 실시하였다<표 2><표 3>. DW계수는 2에 근접하고 있으며 변인간 상관이 .70이하로 나타나 잔차간자기상관과 다중공선성의 문제가 없는 것으로 밝혀졌고 이 회귀 분석의 결과를 기초로 .05수준에서 유의미한 변수를 중심으로 경로모형을 도식하였다.

1) 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스가 생활만족에 미치는 인과 효과

<그림 1> 편모의 생활만족에 미치는 인과모형



생활만족에 대한 총인과 효과는 가족자원이 가장 높게 나타났다. 가족자원, 스트레스인지, 자존감, 문제해결적 대처는 생활만족에 직접적인 영향을 미치고 있다.

생활만족에 대한 인과적 효과를 보면 스트레스원은 직접적인 영향을 주지는 않으나 부적인 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 스트레스원이 적을수록 자존감이 높고, 스트레스가 적다고 인지하여 생활만족이 높아짐을 알 수 있다. 자존감은 유의한 정적인 직접적인 영향을 주며 약한 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데 자존감이 높을수록, 문제해결적 대처를 하여 생활만족이 높아진다. 정서적 대처는 직접적인 영향을 주지는 않으나 부적인 간접적인 영향을 미치는데 정서적 대

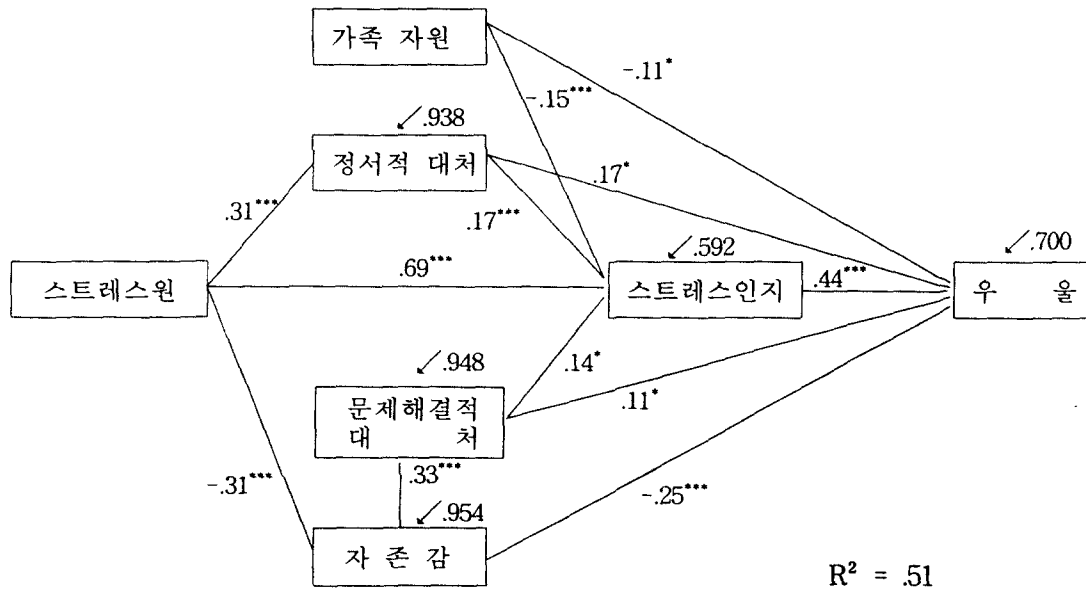
처를 하지 않을수록 스트레스는 낮아져 생활만족은 높아진다. 문제해결적 대처는 유의한 정적인 직접적인 영향과 간접적인 영향을 주고 있다. 즉 문제해결적 대처를 하지 않을수록, 스트레스가 낮아져 생활만족은 높아진다. 스트레스인지는 생활만족에 유의한 부정 영향을 주고 있는데 스트레스인지가 낮을수록 생활만족은 높아진다.

<표 2> 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스가 생활만족에 미치는 인과효과

변 수	총효과	인 과 적 효 과				비인과적 효 과
		직접효과	간 접 효 과			
			자 존 감	문제해결적대처	스트레스인지	
스트레스원	-.26	-	-.07	-	-.19	-.00
자존감	.55	.24	-	.03	-	.28
가족자원	.61	.47	-	-	.04	.10
정서적 대처	-.17	-	-	-	-.05	-.12
문제해결적대처	.24	.10	-	-	-.04	.18
스트레스인지	-.40	-.27	-	-	-	-.13

2) 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스가 우울에 미치는 인과 효과

<그림 2> 편모의 우울에 미치는 인과모형



우울에 대한 총인과 효과를 보면 스트레스인지가 가장 높게 나타났다. 자존감, 가족자원, 정서적 대처, 문제해결적 대처, 스트레스인지는 우울에 직접적인 영향을 미치고 있다. 자존감이 높을수록, 가족자원을 많다고 인지할수록, 정서적 대처와 문제해결적 대처를 많이 할수록 스트레스를 낮게 인지

할수록 우울은 낮게 나타났다.

우울에 대한 인과적 효과를 보면 스트레스원은 직접적인 영향은 주지 않으나 유의한 간접적인 정적 영향을 주고 있는데 스트레스원이 적을수록 자존감이 높아지고 스트레스인지가 낮아져 정서적 대처도 덜하게 되어 우울이 낮아진다. 자존감은 유의한 직접적인 부적 영향을 주며 동시에 간접적인 영향을 주고 있다. 즉 자존감이 높을수록 우울이 낮아지며 자존감이 높아질수록 문제해결적 대처를 하게 되어 우울이 낮아진다. 가족자원은 유의한 직접적인 부적 영향과 간접적인 영향 또한 주고 있으나 가족자원이 많다고 인지할수록 스트레스는 낮아져 우울이 낮게 나타난다. 정서적 대처는 우울에 유의한 직접적인 정적 영향과 간접적 영향을 갖는다. 즉 정서적 대처를 하지 않을수록 스트레스 인지가 낮아져 우울은 낮아진다. 문제해결적 대처는 우울에 직접적인 유의한 정적 영향과 간접적 영향을 갖는다. 즉 문제해결적 대처를 하지 않을수록 스트레스인지가 낮아져 우울은 낮아진다. 스트레스인지는 유의한 직접적인 정적 영향을 주고 있는데 스트레스인지가 낮을수록 우울이 낮게 나타났다.

<표 3> 스트레스원, 자존감, 가족자원, 대처, 스트레스가 우울에 미치는 인과효과

변 수	총효과	인 과 적 효 과					비인과적 효 과
		직접효과	간 접 효 과				
			자 존 감	정 서 적 대 처	문 제 해 결 적 대 처	스 트 레 스 인 지	
스트레스원	.49	-	.08	.05	-	.30	.06
자존감	-.44	-.25	-	-	.03	-	-.22
가족자원	-.23	-.11	-	-	-	-.07	-.05
정서적 대처	.42	.17	-	-	-	.08	.17
문제해결적대처	.07	.11	-	-	-	.06	-.10
스트레스인지	.64	.44	-	-	-	-	.20

IV. 결 론

이상과 같은 연구결과를 토대로 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 편모의 심리적 복지를 향상시키는 변인 중 문제해결적 대처가 생활만족에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났고 문제해결적 대처는 편모의 자존감으로부터 영향을 받아 생활만족에 인과적 효과를 나타내고 있으므로 궁극적으로 생활만족 향상에 높은 자존감이 선행되어야 하며, 이를 위해 자존감 향상 방법 및 적절한 대처방법이 필요하다고 본다.

둘째, 편모의 스트레스인지정도에 중요한 매개적 작용을 하는 변인이 정서적 대처로 나타났으므로 스트레스인지를 감소시키기 위한 방안으로 정서적 대처를 적극적으로 활용하는 것이 필요하다.

셋째, 편모의 가족자원은 생활만족과 우울에 각각 직접적인 중요한 영향을 주는 변인으로 작용하고 있으므로 편모의 전반적인 심리적 복지 향상을 위해 가족자원의 활용 및 개발이 요구된다고 본다.

참 고 문 헌

- 통계청(1995). 한국의 사회지표. 서울 : 통계청.
- 통계청(1996). 인구동태통계연보 : 통계청.
- Bradburn, N.M.(1969). The structure of psychological well-being. Chicago : Aldine.
- Billings, A.G. & Moos, R.H.(1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. JPSP, 46(4), 877-891.
- Deacon, R., & Firebaugh, F.(1988). Family resource management : Principles and application.(2nd ed.). Boston : Allyn & Bacon.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. & Gruen, R.J.(1986). Dynamics of a stressful encounter : Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. JPSP, 50(5), 992-1003.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S.(1984). Stress, appraisal and coping. New York : Springes Publing Co.
- McCubbin, H.I.(1981). Family Inventory of Life Events and Changes(FILE). St. Paul Minnesota : Family Social Science, the University of Minnesota.
- McCubbin, H.I., & Comeau, J.K.(1987). FIRM : Family Inventory of Resources for management. In H.I. McCubbin & A. I. Thompson(eds.), Family assessment inventories for research and practice.(pp. 145-160). Madison : University of Wisconsin.
- Olson, D.H. & Barnes, H.L.(1982). Parent-adolescent communication. St. Paul : Univ. of Minnesota, Family Social Science.
- Radloff, L.(1977). The CED-S scale : A self-report depression scale for research in general population. Applied Psychological Measurement, 1, 385-401.
- Rosenberg, M.(1965). Society an the adolescent self-image. Princeton, NY : Princeton University Press.
- Small, S.A.(1988). Parental self-esteem and its relationship to childrearing practices, parent-adolescent interaction and adolescent behavior. JMF, 50(4), 1063-1072.