

▶ 가족·아동

어머니의 애착안정성과 자아존중감에 따른 우울, 불안

곽 소 현* (한국가족상담교육연구소 책임연구원)

김 순 옥 (성균관대학교 가족경영소비자학 전공 교수)

본 연구는 가정 안에서 어머니가 여러 가지 중요한 역할들을 수행하고 있는데, 특히 자녀들의 주 양육자라는 점을 고려해볼 때 어머니의 정신건강은 매우 중요하다. 또한 어머니의 정신건강은 가족관계와 가족역동에도 많은 영향을 줄 수 있다. 어머니의 정신 건강을 알아보기 위해, 먼저 어머니의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안간의 관계를 살펴보았으며, 그 다음에 어머니의 애착안정성과 자아존중감을 통제했을 때, 우울과 불안의 변화와 어머니의 애착 안정성, 자아존중감 수준에 따른 우울 및 불안의 차이를 살펴보아 어머니의 우울과 불안을 감소시키기 위한 효과적인 방법이 무엇인지 탐색하였다.

본 연구는 서울시, 인천광역시, 평택시의 아동상담클리닉, 종합사회복지관, 장애인종합복지관 등, 7개 기관과 서울시의 2개 초등학교 1학년에서 6학년 아동들의 어머니 240명을 대상으로 자료를 수집하였으며, 총 200명을 최종 연구대상으로 선정하였다. 질문지는 어머니의 애착안정성, 자아존중감, 우울, 불안의 척도를 사용하였으며, 자료 분석은 본 연구의 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 사용하여, 빈도분석, 기술통계분석, Cronbach's α , Pearson 적률상관관계분석, 부분상관분석, 이원변량분석(two-way ANOVA)를 실시하였다.

분석결과 첫째, 어머니의 애착안정성과 우울, 불안이 보통수준의 부적 상관을 보였으며, 자아존중감과 불안은 높은 수준의 부적 상관을 보였다. 어머니의 애착안정성과 자아존중감을 각각 한 변인씩 통제한 후 부분상관을 실시한 결과, 어머니의 부애착안정성, 모애착안정성을 통제해도, 자아존중감과 우울 및 불안 간에 높은 부적상관을 보였다. 자아존중감을 통제했을 때, 부애착안정성과 불안 간에, 모애착안정성과 우울 간에 약한 정도의 부적상관을 보이는 것으로 나타났다. 자아존중감이 높은 집단과 낮은 집단을 비교하여 본 결과, 자아존중감이 높은 집단에서는 부애착안정성이 불안정할 때 불안이 높고 우울은 부애착안정성, 모애착안정성 보다는 자아존중감과 관련이 높은 것으로 나타났다. 자아존중감이 낮은 집단에서는 우울과 불안이 모두 부애착안정성과 모애착안정성보다는 자아존중감과 관련이 높은 것으로 나타났다. 여기에서 주목할 것은 자아존중감이 높은 집단이나 낮은 집단 모두 부애착안정성, 모애착안정성보다는 자아존중감이 낮을 때 우울이 높게 나타났다.

둘째, 어머니의 우울, 불안이 애착안정성과 자아존중감 수준에 따라 유의한 차이가 있는지 살펴본 결과, 어머니의 우울과 불안에서 모두 부애착 안정성, 자아존중감 수준 및 모애착 안정성, 자아존중감 수준의 주효과가 나타났으며, 부애착 안정성과 자아존중감 수준 및 모애착 안정성, 자아존중감 수준의 상호작용효과는 나타나지 않았다. 본 연구에서는 어머니의 우울과 불안을 낮추기 위해 애착 안정성과 자아존중감을 좀더 심도 깊게 분석하기 위해, 자아존중감 수준을 구분하여 분석을 시도하였으며, 어머니를 대상으로 한 개인상담, 자아성장 집단프로그램의 개발과 교육의 기초 자료를 제공하는데 의의가 있다.