

여성의 배우자 사별 스트레스 적응 과정에서 개인 내적 요인들의 중재적 역할

Buffering Effect of Intrapersonal factors In Stress Adjustment Process of Widows

여주전문대학교 가정과

강 사 강 인

이화여자대학교 가정관리학과

부교수 최혜경

Dept. of Home Economics, Yyeju University

Lecture : In Kang

Dept. of Home Management, Ewha Womens University

Associate Prof. : Hye - Kyoung Choi

◀ 목 차 ▶

I. 서론

II. 이론적 고찰

III. 연구방법

IV. 연구결과 및 해석

V. 논의 및 결론

참고문헌

<Abstract>

The purpose of this study was 1) to examine the effect of various stress on adjustment in terms of depression and well-being, 2) to examine whether the widow's self complexity and coping behavior mediate the effect of various stress on adjustment. The subject was composed of 117 women in the first 7 years of their widowhood.

The major results of findings were as following :

1. Widows experienced children-related stress(54.7%), financial stress(47%), emotional loneliness(42.7%), relational stress(34.2%), and instrumental stress(27.4%) in their order.
2. Widows who experienced emotion loneliness had high depression and low well-being. And Widows who experienced financial stress reported low well-being.
3. When widows experienced instrumental stress, Widows who had high active coping behavior reported high well-being than widows who had low active coping behavior.

I. 서론

인간은 살아가면서 누구나 사랑하는 사람들과의 사별을 회피할 수는 없다. 그 가운데 배우자의 사망은 심각한 스트레스를 가져다주며 동시에 모든 생활 전반에 걸친 재조정을 요구하는 가장 극단적인 생활사건이라고 할 수 있다. 특히 노년기 이전에 경험하는 배우자 사별은 개인과 가족의 발달 단계에서 비규범적인 상황으로 인식되며, 시기적으로도 자녀 부양의 의무와 새로운 직업을 구하는 일 등 많은 발달 과업들과 맞물려 있기 때문에 노년기에 경험하는 배우자 사별보다도 더욱 심각한 부적응을 초래할 수 있다. 또한 우리 나라 30세부터 64세까지의 사망률 성비를 볼 때, 남성 사망률이 여성 사망률의 약 2.5배 수준 이상을 계속해서 나타내고 있었다(통계청, 1997). 따라서 심각한 스트레스를 가져오는 노년기 이전의 배우자 사별은 여성이 남성보다 훨씬 더 많이 경험하고 있음을 알 수 있다.

그러나 배우자 사별이 상당히 심각한 어려움을 초래한다고 하더라도, 그들 모두가 똑같은 정도의 부적응을 경험하는 것은 아니다. 이에 배우자 사별 이후 그에 수반되는 이차적 스트레스에 관심을 두고 그러한 스트레스들이 어떠한 요인들에 의해 보다 더 잘 극복되어지는가에 초점을 둘 필요가 있다.

따라서 최근 사별 여성들의 행동적 요인과 인지적 요인과 같은 개인 내적 요인이 배우자 사별 이후 적응 과정에서 사별로 인한 스트레스의 해로운 영향을 완화시킬 수 있는 것으로 주목받고 있다(Lepore et al. 1996). 먼저 행동적 요인을 볼 때, 적극적인 대처 행동은 사별로 인한 디스트레스를 완화시키는 것으로 나타났다(Edlar & Parker, 1990). 또한 인지적 요인을 보면, 최근 성인 인지 구조의 다차원적인 구성이 강조되면서 복잡한 차원의 인지적 도식이 자주 연구되고 있는데(Donahue et al. 1993), 이러한 맥락에서 복잡한 자아 모습들의 연합된 세트로서 자신을 표현하는 자아복합성(Self Complexity)은 사별로 인한 스트레스와 관련된 병리적 결과를 완화시킬 수 있는 인지적 요인으로 인식되고 있다(Woolfolk et al. 1995). 즉 높은 자아복합성

은 정신적인 부적응을 일으키는 스트레스의 해로운 영향을 완화시키는 것으로 나타났다(Linville, 1987).

이와 같이 배우자 사별로 인한 적응 과정에서 행동적, 인지적 요인의 개인 내적 요인들의 역할이 강조되고 있으나, 우리 나라에서는 배우자 사별에 관한 실증적 연구 그 자체도 드물 뿐만 아니라 몇몇 사별 여성에 관한 실증적 연구들도 모두 사회적 지지에 초점을 두고 있다(Koo, 1982 ; 김선영, 1990 ; 정은, 1994). 또한 이러한 연구들은 모두 사별 기간을 한정시키고 있지 않아 10년 이상된 사별 여성들도 상당 수 포함시키고 있어서 사별 이후 적응 정도가 과연 최초 배우자 사별이라는 사건에 기인한 것인지 여부가 불투명하다는 제한점을 지니고 있다.

따라서 본 연구에서는 구체적으로 남편과 사별한 지 7년 이내의 사별 여성들을 대상으로, 먼저 여성이 배우자 사별로 인하여 어떠한 스트레스들을 경험하고 있는지를 살펴보고자 한다. 그리고 더 나아가 사별로 인한 스트레스들이 사별 여성들의 우울과 생활만족도에 어떠한 영향을 주고 있으며, 이러한 과정에서 사별 여성의 개인 내적 요인들 가운데 행동적 요인인 대처행동과 인지적 요인인 자아복합성이 중재적 역할을 하는지를 밝히는데 주목적을 두고 있다.

II. 이론적 고찰

1. 배우자 사별 스트레스와 적응을 설명하는 관점들과 그 적용

1) 배우자 사별 스트레스와 적응을 설명하는 관점들

애착 이론적 관점 : 애착 이론적 관점에서는 배우자 사별을 울고 매달리는 등 여러 형태의 애착 행동을 유발시키는 본의 아닌 분리로서 개념화한다(Bowlby, 1980). Bowlby(1980)는 애착 기능에 초점을 두고 애도 과정에서 보이는 행동들을 상실 대상과의 분리 불안에서 야기되는 재결합으로 보고 있다. 한편 Weiss(1993)는 인간 관계를 애착 관계와 사회적 관계로 분류하고, 사별을 경험한 사람이 느끼는

강한 비애는 어릴 때의 부모 자녀간 애착 관계와 동일한 “주요한” 애착 관계에서만 일어난다고 하였다. 즉 Weiss(1993)는 애착 대상의 질과 사별 이후 회복 과정간의 관계를 밝힘으로써, Bowlby(1980)의 관점을 한층 더 개인간 문제로 제기하고 있다.

심리 사회적인 전환(PSTs)적 사건의 관점 : 심리 사회적인 전환으로 불릴 수 있는 사건이란 첫째, 세상에 대한 가정을 수정하도록 요구하며, 둘째, 사건의 영향이 지속적이며, 셋째, 준비할 기회가 거의 없이 짧은 기간동안에 일어나며 생활에서 위협한 변화를 야기하는 사건을 의미한다. 이러한 맥락 하에 사별이라는 사건을 많은 심리 사회적인 전환 중 하나로 인식하고, 특히 배우자를 사별한 사람들이 세상에 대한 가정을 수정할 필요가 있음을 강조한다. 이때 성격, 사회적 지지 등이 이제까지 가정된 세상을 수정하도록 도와 줄 수 있는 중재 변인이 될 수 있다(Parkes, 1988). 따라서 심리 사회적인 전환적 사건의 관점은 애착이론적 관점보다 사별의 문제를 보다 더 인지적인 관점에서 접근하고 있으며, 사별을 둘러싼 사회적 상황의 중요성을 보다 강조하고 있음을 알 수 있다.

개인의 구조적(Personal Construct) 관점 : 개인의 구조적 관점에서 구조란 세상을 해석하고 추론하는 방법으로, 사람들은 자신이 형성한 원형 패턴 즉 구조를 가지고 있으며 이를 통하여 세상을 본다고 가정하고 있다. 이 관점에서 배우자의 사망은 사람들의 정체감을 유지시켜 주는 핵심 구조가 가치를 상실하게 되는 사건이기 때문에 배우자를 사별한 사람들은 개인적 구조 체계의 수정이 불가피하게 되며, 이때 개인의 인지 구조 체계에 의해서 그들의 심리 상태가 영향을 받게 되는 것이다(Woodfield & Viney, 1984). 즉 배우자 사별 이후 심리적 상태들은 개인 구조 체계의 일부분들이 변화하여 나타난 것이며, 이 변화들은 개인 구조의 혼란과 적응의 동시 발생적 과정을 통해 이루어지게 된다. 따라서 개인의 구조적 관점은 사별한 사람들의 인지적 구조 체계가 그들의 적응과정을 결정한다는 입장이다.

따라서 애착 이론적 관점은 일차적 애착 대상의 상실이 배우자 사별 스트레스와 적응에 미치는 영

향을 설명해 줄 수 있으며, 심리 사회적인 전환적 관점은 사별로 인해 수반되는 심리 사회적 스트레스를 설명해 줄 수 있다. 또한 개인의 구조적 관점은 사별 스트레스와 적응에 있어서 사별한 사람들의 인지적 기제의 역할을 설명해 줄 수 있을 것이다. 이에 이러한 이론적 관점들은 배우자 사별 스트레스와 적응을 이해하는데 있어서 각기 다른 측면들을 동시에 조명해 주고 있다고 할 수 있다.

2) 배우자 사별 스트레스와 적응에 관한 선행 연구

사별 여성들이 경험하는 스트레스는 자녀문제에 의한 어려움이 자주 언급되어지는데, 특히 자녀가 어릴수록 사별 이후 적응이 더욱 힘든 것으로 나타났다(Lepore et al, 1996). 또한 재정적인 스트레스는 사별 여성들의 가장 일반적인 스트레스이면서 동시에 배우자 사별 이후 그들의 복지감을 중재할 수 있는 주요한 변수로 확인되었으며(Pearlin et al, 1981), 도구적인 역할 수행으로 인한 스트레스는 특히 전통적인 여성적 성역할을 담당했던 사별 여성들이 더 큰 어려움을 경험하는 것으로 나타났다(Umberson et al, 1992). 또한 정서적 외로움은 배우자 사별 직후에 사별 여성들의 부적응을 일으키는 가장 결정적인 스트레스였으며(Lehman et al, 1987), 배우자 상실 이후 사회적 관계의 고립, 긴장 등 사회적 관계에서 오는 외로움 역시 사별 후 부적응과 관계가 있었다(Lopata, 1996).

한편 이러한 사별로 인한 여러 스트레스들은 사별 여성의 복지감에 서로 다른 경로를 통해 영향을 미치고 있다. 예를 들어 Stroebe 등(1996)은 배우자를 사별한 사람들을 대상으로 사별한 배우자를 향한 정서적 외로움과 대인 관계에서 오는 사회적 외로움을 비교한 결과, 사회적 외로움은 사회적 지지에 의해 완화되는 반면, 정서적 외로움은 애착 관계의 질이 다른 친구나 기타 가족원의 사회적 지지에 의해 완화되지 않는 것으로 나타나 이 두 유형은 서로 다른 경로를 통해 그들의 복지감에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다.

2. 배우자 사별 스트레스와 적응의 중재변인

1) 자아복합성(self complexity)

최근에 성인 인지 발달에 관한 연구는 인지 구조의 다차원성과 이러한 다차원적인 발달의 개인 내, 개인 간의 다양성을 강조하고 있다(Donahue et al. 1993). 이러한 맥락에서 복잡한 자아 모습들의 연합된 세트로서 자아 표현을 나타내는 자아복합성은 성인 인지 발달에 관한 폭 넓은 이해와 동시에 사별 여성의 스트레스와 적응 과정을 보다 잘 이해하도록 해 줄 것이다.

자아복합성이란 여러 가지 자아 모습들(self-aspects)의 수(number)와 그러한 자아 모습들 간의 차별성(distinctions)의 조합으로 자기 지식(self-knowledge)을 조직한 개념이다. 자아복합성이 높다는 것은 자아를 표현하는 모습들의 수가 많으며 그러한 자아 모습들이 비교적 독립적인 상태를 의미하며, 자아복합성이 낮다는 것은 자아 모습들의 수가 작고 서로 의존적인 상태를 의미한다. 자아복합성은 4가지 기본 가정을 전제로 한다(Linville, 1987). 첫째, 자아는 인지적으로 다양한 양상들로 표현되어지며 둘째, 자아 모습들은 제각기 여러 정서와 관련되고 셋째, 사람들은 그들의 자아 표현의 복합성의 정도가 다양하며 넷째, 전체적인 감정과 자아 평가는 자아의 여러 모습들과 관련된 감정과 자아 평가의 함수가 된다.

한편 이러한 자아복합성은 배우자를 사별한 사람들의 스트레스가 적응에 미치는 영향을 중재할 수 있다. 즉 다양한 자아 모습들을 유지하고 자아 모습들 간의 뚜렷한 구분을 하는 개인들은 부정적인 스트레스의 영향을 그와 관련된 자아 모습들에만 한정시킴으로써, 많은 나머지 자아 모습들은 긍정적인 사고와 감정을 유지하며 스트레스의 해로운 영향을 완화시키는 중재 변인으로 작용할 수 있다(Linville, 1987). 이에 더 높은 자아복합성은 신체적, 정신적인 부적응을 일으키는 스트레스의 해로운 영향을 완화시키게 되는 것이다.

2) 대처행동

Lazarus와 Folkman(1984)은 대처를 스트레스 상

황에서 내적 외적 요구를 다루어 나가는 행동적 인지적 노력으로 정의하고는 문제 중심적 대처와 정서 중심 대처로 분류하였다. 이러한 대처유형들은 적응과 관련하여 어느 것이 보다 더 효율적인가에 관한 일관된 결과는 없다. 문제에 직접 직면하여 해결하는 적극적인 대처가 효율적일 수 있으며(Rohde et al. 1990), 반면에 회피와 같은 대처 행동들이 사별과 같은 충격적 상황에서 효과적일 수도 있다(Thoits, 1995). 또한 스트레스와 적응에 있어서 대처 방식의 중재 효과도 일관되게 밝혀지고 있지 않다. Pearlin 등 (1981)의 연구에서는 문제 중심적 대처가 우울에 유일한 상호작용 효과가 있었으며, Aldwin 등(1987)의 종단적 연구에서는 정서 중심적 대처의 주 효과와 문제 중심적 대처의 상호작용 효과 모두가 나타나기도 하였다.

이러한 결과들은 스트레스 사건 유형의 속성(예 : 대인관계 어려움, 죽음, 질병)과 경험되는 스트레스의 다른 정도에 따라 나타나는 차이일 것이다. 즉 심리적 증상을 경감시켜 주는 대처 전략의 효율성과 중재 효과는 측정 도구의 문제, 샘플 특성 등 특별한 상황에 의존하는 것이 타당할 것이다.

이러한 이론적 고찰 하에 설정된 구체적인 연구 문제 및 연구 모형은 다음과 같다.

연구문제 1. 사별 여성의 배우자 사별 스트레스에 따라 적응에는 어떠한 차이가 있는가?

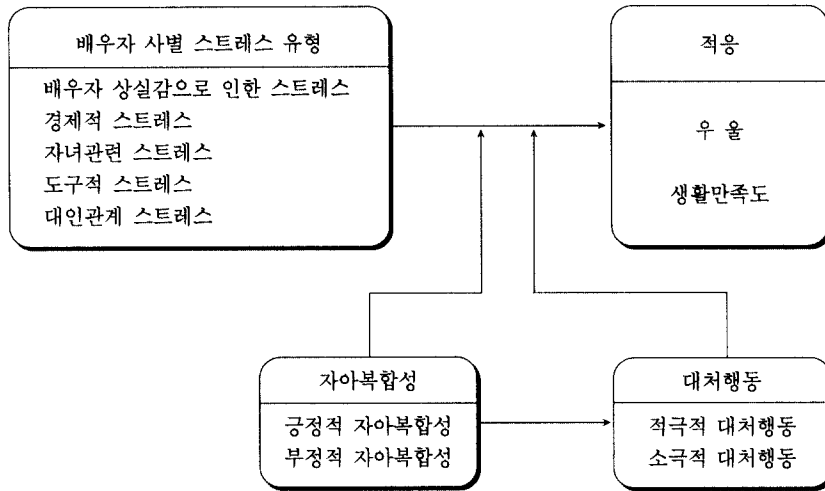
가설 1-1. 배우자 사별 스트레스를 더 많이 경험하는 사별 여성은 우울이 높고 생활만족도는 더 낮을 것이다.

연구문제 2. 사별 여성의 사별 스트레스와 적응과의 관계에서 자아복합성 및 대처행동은 어떠한 역할을 하는가?

가설 2-1. 사별 여성의 자아복합성은 배우자 사별 스트레스가 우울과 생활만족도에 미치는 영향을 중재할 것이다.

가설 2-2. 사별 여성의 대처행동은 배우자 사별 스트레스가 우울과 생활만족도에 미치는 영향을 중재할 것이다.

가설 2-3. 사별 여성의 자아복합성에 따라 대처



<그림 1> 연구 모형

행동은 달라질 것이다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울, 부산, 광주에 거주하고 남편과 사별한 지 7년 이내의 60세 이하 사별 여성 117명이다. 본 연구 대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 연령분포는 29세-60세 사이(평균 연령:43세)이며, 평균 교육 수준은 고등학교 중퇴이고, 월평균 소득은 101-120만원이며, 첫 자녀 평균 연령은 18세였다. 또한 사별의 원인은 사고사(42.3%), 악성 신생물(25.7%), 뇌혈관, 고혈압(20.6%) 순으로 나타났으며, 평균 사별 기간은 1-3년 이하(35.1%), 3-5년 이하(30.7%), 5-7년(21.1%)으로 비교적 고른 분포를 나타냈다.

2. 측정 도구

1) 배우자 사별 스트레스

본 연구에서는 배우자 사별 스트레스를 측정하기 위해서 사별 여성이 남편과 사별하고 혼자 되었기

때문에 경험하는 최근 한달 동안의 가장 어려웠던 일 “3가지”를 직접 기입하도록 하였다. 사별 여성의 스트레스들과 관련된 선행 연구들(Lopata, 1996 : Umberson, et al, 1992)과 본 연구에서 기입된 내용을 분석한 것을 근거로 하여 배우자 상실감, 대인관계, 자녀관련, 경제적, 도구적 스트레스로 배우자 사별 스트레스 유형을 분류하였다.

스트레스 유형 각 각을 경험한 경우는 1점, 경험하지 않은 경우는 0점으로 처리하였으며, 사별 스트레스에 관한 연구자와 대학원생 2명의 평정자간 신뢰도는 $r=.85(P<.001)$ 이상이었다. 또한 가족학을 전공하는 교수를 통해 내용타당도로서 척도의 타당도를 확인했다.

2) 자아복합성

본 연구에서 자아복합성은 Linville(1987)의 자아복합성 측정을 위한 실험법을 설문지로 재구성하였으며, 긍정적 자아복합성과 부정적 자아복합성의 두 가지 독립된 차원으로 구분하고 있다(Woolfolk et al, 1995).

자아복합성을 구하는 공식을 다음과 같다(Linville, 1987).

$$H(SC) = \log_2 n - (\sum n_i \log_2 n_i) / n$$

n은 분류에 이용 가능한 특성들의 전체 수(33개)이며, n_i 는 특정한 자기 모습의 집단 조합에 나타난 특성들의 수이다. 예를 들어 한 개인이 두개의 특정 집단 조합을 구성시, 하나의 특정한 성격 특성 형용사는 4가지 자기 모습의 집단 조합들 중 하나에 포함된다(1, 2, 1과 2, no). 따라서 자기 모습들 수가 더 많을수록, 어디에도 속하지 않는 특성 형용사가 더 적을수록 자아복합성 점수는 높다.

이때 긍정적(부정적) 자아복합성은 긍정적인(부정적인) 성격 특성들로만 구성된 자아복합성들을 계산하며, 긍정적(부정적) 자아복합성의 점수 분포는 최고 4점에서 최저 0점이다. 한편 본 연구에서 긍정적 자아복합성은 1.20점, 2.49점을 기준으로, 부정적 자아복합성은 0.50점, 1.20점을 기준으로 상, 중, 하집단으로 재분류되었다. 자아복합성 측정 도구의 신뢰도는 2주간의 간격을 두고 실시된 1차의 Linville 실험과 2차의 1차 실험법과 동형인 설문지 간의 상관관을 구하였는데, 그 결과 동형 검사 신뢰도는 $r = .64(P < .01)$ 였다.

3) 대처행동

대처행동에 관한 척도는 상실이나 위협과 같은 상황에서의 대처 항목들의 검토를 통해 추출된 118 문항(Aldwin et al, 1987 ; Rohde et al, 1990)을 기초로 구성하였다. 이를 요인분석한 결과 2개 요인, 18개 문항으로 최종 선택되었다. 1요인은 긍정적, 능동적인 행동을 의미하는 적극적 대처행동으로, 2요인은 회피, 수동적인 행동을 의미하는 소극적 대처행동으로 명명하였다. 본 연구에서 적극적 대처행동은 30.9점을, 소극적 대처행동은 23.5점을 기준으로 높은 대처행동 집단과 낮은 대처행동 집단으로 재분류하였다. 대처행동의 Cronbach의 alpha 신뢰도는 적극적 대처행동이 .81, 소극적 대처행동은 .74였다.

4) 적응

본 연구에서 사별 여성의 적응에 관한 척도는 CES-D(Radloff, 1977)의 우울 측정 도구와, Campbell

등(1976)의 생활만족도를 수정하여 사용하였다. 응답 범주는 전혀 그렇지 않다(0점)에서 매우 그렇다(4점)까지 이루어져 있다. 우울과 생활만족도의 Cronbach의 alpha 신뢰도는 각각 .90과 .87이었다.

3. 자료수집 및 분석방법

본 연구에서는 자조(self-help)집단을 구성하고 있는 사별 여성 7명과 시설에 거주하는 사별 여성 23명, 그리고 일반 가정에 거주하며 어떠한 자조 집단에도 참여하지 않는 사별 여성 19명을 대상으로 예비조사를 실시하여, 척도들의 내용을 수정 보완하였다.

본 조사는 1996년 8월 1일부터 9월 30일까지 두달간 실시되었으며, 총 250부의 설문지를 배부한 결과, 140부가 회수되어 설문지의 회수율은 56%였다. 이 중 연구 대상에 적합하지 않은 설문지를 제외하고 총 117명이 최종 분석에서 사용되었다.

대상의 표집 방법은 자조집단, 교회, 성당, 유치원, 보험 회사, 중 고등학교, 동사무소, 구청, 사회 복지관, 병원 등 기타 여러 단체들을 직접 방문하여 설문지를 전달하고 며칠 후 방문, 혹은 우편으로 전달 받았다.

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS for Windows 6.01 Program을 이용하여, 빈도, 백분율, 평균, 요인 분석과 Pearson의 적률상관관계, χ^2 분석과 t검증, 일원분산분석, 그리고 공분산분석을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 배우자 사별 스트레스의 일반적인 특성

60세 이하 사별 여성들이 배우자를 사별한 후 어떠한 스트레스들을 경험하는지 검토한 결과, 배우자 상실감으로 인한 스트레스, 경제적 스트레스, 자녀 관련 스트레스, 도구적 스트레스, 대인관계 스트레스를 경험하고 있었다. 이 가운데 사별 여성들은 자녀 관련 스트레스(54.7%)를 가장 많이 경험하고 있었으며, 그 다음으로는 경제적인 스트레스(47%), 배

〈표 1〉 배우자 사별 스트레스에 따른 사별 이후 적응에서의 차이

(N=117)

적응		우울				생활만족도			
		빈도	평균	표준편차	F ¹⁾	빈도	평균	표준편차	F ¹⁾
사별스트레스	유	48	12.09	3.13	11.68***	47	10.55	4.48	12.73***
	무	60	9.98	2.61		66	13.89	4.14	
경제적 스트레스	유	39	12.36	3.04	.36	54	11.28	4.09	4.80**
	무	74	12.58	3.05		59	13.63	4.75	
도구적 스트레스	유	30	9.81	3.17	7.48**	32	13.50	4.58	2.16
	무	78	11.35	2.88		81	12.11	4.54	
대인관계 스트레스	유	38	11.14	2.78	.23	39	12.36	4.91	.58
	무	70	10.80	3.17		74	12.58	4.43	
자녀관련 스트레스	유	60	10.46	2.63	2.66	64	13.02	4.32	2.34
	무	48	11.49	3.41		49	11.84	4.86	

** P < .01 *** P < .001

우자 상실감으로 인한 스트레스(42.7%), 대인관계 스트레스(34.2%), 도구적 스트레스(27.4%) 순으로 배우자 사별 스트레스를 경험하고 있었다.

한편 배우자 사별 스트레스들 사이의 상관관계를 살펴본 결과, 유의한 상관관계가 나타나지 않았으며, 배우자 상실감으로 인한 스트레스와 자녀관련 스트레스($r = -.338, P < .001$), 경제적 스트레스와 도구적 스트레스($r = -.232, P < .01$)간에만 미온적 상관관계가 나타났다. 따라서 배우자 사별 스트레스들은 비교적 서로 독립적인 상황이라고 할 수 있다.

2. 사별 여성의 배우자 사별 스트레스와 적응간의 관계

〈연구가설 1〉를 검증하기 위하여 공분산 분석을 실시하였으며, 이때 공변량은 사별 예상 여부, 사별 기간, 소득이었다. 즉 〈연구가설 1〉을 검증하기에 앞서 사별 여성의 사회인구학적 특성이 배우자 사별 스트레스와 적응간의 관계에 영향을 미치고 있는지를 살펴본 결과, 사별 예상 여부, 사별 기간, 소득이 배우자 사별 스트레스와 적응에 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타나²⁾, 이를 통제하기 위해 공변량으로 선정되어졌다. 그 결과 〈연구 가설 1-1〉이

일부 지지되었다(표 1).

즉 배우자 상실감을 경험하고 있는 사별 여성들은 배우자 상실감을 경험하지 않은 사별 여성들보다 더 우울했으며($F = 11.68, p < .001$), 동시에 생활만족도는 더 낮았다($F = 12.73, p < .001$). 또한 경제적 스트레스를 경험하고 있는 사별 여성들은 경제적 스트레스를 경험하지 않고 있는 사별 여성들보다 생활만족도가 더 낮았으며($F = 4.80, p < .01$), 도구적 스트레스를 경험하고 있는 미망인들은 도구적 스트레스를 경험하지 않고 있는 사별 여성들보다 우울이 더 낮았다($F = 7.48, p < .01$). 한편 자녀관련 스트레스나 대인관계 스트레스에 따라서 사별 후 적응에는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

- 1) 공변량 때문에 F검증이 실시됨. 공변량은 사별예상여부, 사별기간, 소득임. 공변량의 통계적 유의도가 변화하는 정도보다는, 다만 통제에 주목적을 두고 있기 때문에 계속해서 공변량은 표에 제시되지 않고 있다.
- 2) 사별 여성의 소득수준에 따라 우울($F = 4.43, P < .05$)에서 차이가 나타났으며, 사별 예상 여부에 따라서는 생활만족도에서 유의한 차이가 나타났다($t = -1.97, P < .05$). 또한 사별 기간에 따라 대인관계 스트레스에서 유의한 차이가 나타났다($\chi^2 = 5.06, P < .05$).

〈표 2〉 사별 여성의 자아복합성에 따른 사별이후 적응에서의 차이

(N=117)

적응		생활만족도			우울		
		평균(표준편차)	F ³⁾	Duncan's	평균(표준편차)	F ³⁾	Duncan's
긍정적 자아 복합성	상	14.53(4.78)	4.97**	A	10.61(2.93)	1.64	
	중	11.48(4.18)			10.55(2.98)		
	하	12.11(4.46)			12.00(3.20)		
부정적 자아 복합성	상	12.26(4.45)	1.14		11.75(3.31)	2.15	
	중	12.05(4.82)			10.92(3.06)		
	하	13.23(4.48)			10.39(2.83)		

** P < .01

3. 사별 여성의 배우자 사별 스트레스와 적응간의 관계에서 자아복합성의 역할

〈연구가설 2-1〉을 검증하기에 앞서 사별 여성의 자아복합성과 사별 후 적응간의 관계를 살펴본 결과, 자아복합성에 따라 사별 후 적응 정도에서 일부 유의한 차이가 나타났다(표 2). 즉 긍정적인 자아복합성이 상인 집단은 중간이거나 낮은 집단보다 사별 후 생활만족도가 더 높았다(F=4.97, p<.01). 한편 부정적인 자아복합성에 따라 사별 후 우울 및 생활만족도에서는 유의한 직접적인 관계가 나타나지 않았다.

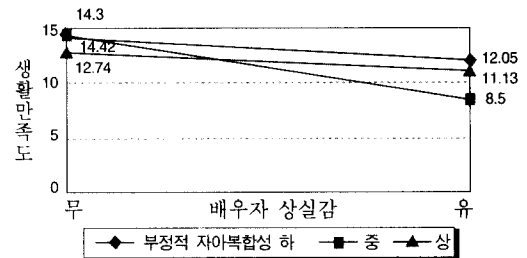
다음 〈연구가설 2-1〉을 검증한 결과 〈연구 가설 2-1〉이 일부 지지되었다. 배우자 상실감으로 인한 스트레스와 부정적 자아복합성간의 상호작용에 의해 사별 이후 사별 여성의 생활만족도에 영향을 미치고 있었다(F=4.49, P<.01). 즉 배우자 상실감으로 인한 스트레스를 경험하지 않는 경우에는 부정적 자아복합성이 높은 사별 여성들이 부정적 자아복합성이 낮거나 중간인 사별 여성들보다 생활만족도가 낮았다. 그러나 배우자 상실감으로 인한 스트레스를 경험하는 경우에는 부정적 자아복합성이 낮거나 높은 사별 여성들보다 오히려 부정적 자아복합성이 중간인 사별 여성들이 생활만족도가 더 낮았다(표 3과 그림 2). 이와같이 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황에서 특히 부정적인 자아복합성이 중간인 사별 여성들이 부정적 자아복합성이 높거나 낮

〈표 3〉 배우자상실감으로 인한 스트레스와 부정적인 자아복합성이 생활만족도에 미치는 영향

(N=117)

변량원	적응	생활만족도			
		자승합	자유도	평균자승	F ⁴⁾
배우자 상실감(A)		203.95	1	203.95	12.78***
부정적 자아복합성(B)		75.12	2	37.56	2.36
A * B		143.05	2	71.52	4.49**

** P < .01 *** P < .001



〈그림 2〉 배우자 상실감으로 인한 스트레스와 부정적 자아복합성이 생활만족도에 미치는 상호작용 효과

은 사별 여성들보다도 생활만족도가 왜 더 낮아지는지에 관한 추정은 논의에서 다루어질 것이다. 한편 도구적, 대인관계, 경제적 및 자녀관련 스트레스와 긍정적, 부정적 자아복합성간에 상호작용에 의해

3) 공변량이 통제된 F값임. 공변량은 사별기간, 사별에상여부, 소득수준임.

4) 공변량이 통제된 뒤 F값임. 공변량은 사별기간, 사별에상여부, 소득수준임.

〈표 4〉 대처행동에 따른 사별 이후 적응에서의 차이

(N=117)

대처 행동	적응	생활만족도				우울			
		빈도	평균	표준편차	F ⁵⁾	빈도	평균	표준편차	F ⁵⁾
적극적 대처 행동	높음	65	13.52	4.57	7.29**	62	10.77	3.04	0.46
	낮음	48	11.13	4.25		46	11.11	3.03	
소극적 대처 행동	높음	74	12.72	4.60	2.49	72	11.43	2.34	4.02*
	낮음	39	12.10	4.57		36	9.89	3.21	

* P < .05 ** P < .01

서 사별 이후 적응에 유의한 영향을 미치는 결과는 나타나지 않았다.

4. 사별 여성의 배우자 사별 스트레스와 적응간의 관계에서 대처행동의 역할

〈연구가설 2-2〉을 검증하기에 앞서 사별 여성의 대처행동과 사별 후 적응 사이의 관계를 살펴본 결과 사별 여성의 대처행동에 따라 사별 여성의 적응에서 일부 유의한 차이가 나타났다. 먼저 적극적 대처행동이 높은 집단은 적극적 대처행동이 낮은 집단보다도 생활만족도가 더 높은 것으로 나타났으며 (F=7.29, P<.01), 소극적인 대처행동이 높은 사별 여성 집단은 소극적인 대처행동이 낮은 사별 여성 집단보다도 사별 이후에 우울이 더 높았다(F=4.02, P<.05). 따라서 소극적인 대처행동은 사별 후 부정적인 적응 결과인 우울과, 적극적인 대처행동은 사별 후 긍정적인 적응 결과인 생활만족도와 각각 직접적인 관계가 있음을 알 수 있다(표 4).

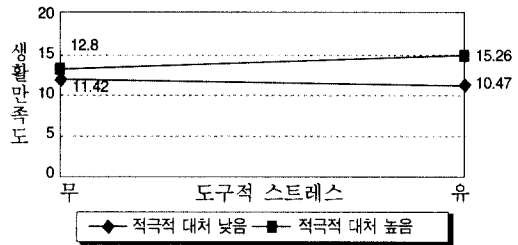
다음으로 〈연구가설 2-2〉를 검증하기 위하여 공분산 분석을 실시한 결과, 도구적인 스트레스와 적극적인 대처 행동사이의 상호작용에 의해 그들의 생활만족도에 영향을 미치고 있는 것으로 나타나 (F=5.12, P<.05), 〈연구 가설 2-2〉가 일부 지지되었다. 도구적 스트레스를 경험하지 않는 경우, 적극적인 대처행동이 높고 낮음에 따라서 그들의 생활만족도는 크게 달라지지 않았다. 그러나 도구적인 스트레스를 경험하는 경우에는 적극적인 대처행동이

〈표 5〉 도구적 스트레스와 적극적인 대처행동이 생활만족도에 미치는 영향

(N=117)

변량원	적응	생활만족도			
		자승합	자유도	평균자승	F ⁶⁾
도구적 스트레스(A)		44.66	1	4.66	2.58
적극적 대처행동(B)		130.38	1	130.38	7.53**
A * B		88.52	1	88.52	5.12*

* P<.05 ** P<.01



〈그림 3〉 도구적 스트레스와 적극적인 대처행동이 생활만족도에 미치는 영향

높고 낮음에 따라서 그들의 생활만족도가 크게 차이가 나타났는데, 적극적인 대처행동이 높은 사별 여성들이 적극적인 대처행동이 낮은 사별 여성들보다 훨씬 더 생활만족도가 높았다(표 5와 그림 3).

5) 공변량 통제 때문에 F검증이 실시됨. 공변량은 사별기간, 사별예상여부, 소득수준임.

6) 공변량 통제 때문에 F검증이 실시됨. 공변량은 사별기간, 사별예상여부, 소득수준임.

5. 사별 후 적응에 대한 자아복합성과 대처행동 간의 관계

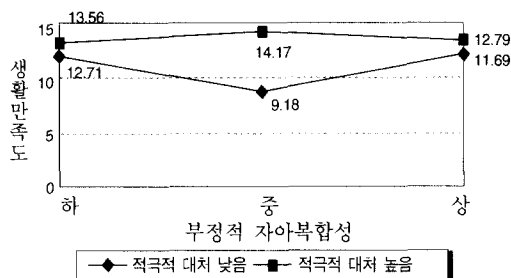
<연구가설 2-3>을 검증하기 위하여, 먼저 사별 여성의 자아복합성과 대처행동 사이에 어떠한 관계가 있는가를 살펴보았다. 그러나 긍정적 자아복합성 및 부정적 자아복합성과 적극적 대처행동 및 소극적 대처행동 사이에 아무런 유의한 관계도 확인되지 않았다. 다음은 사별 여성의 자아복합성과 대처행동 사이에 상호작용에 의해서 그들의 적응에 영향을 미치는지를 알아보기 위하여 공분산 분석을 실시한 결과, 부정적 자아복합성과 적극적인 대처행동 사이에 상호작용 효과가 나타났다($F=3.10, P<.05$). 즉 부정적인 자아복합성이 낮거나 높은 사별 여성들은 적극적인 대처행동이 높고 낮음에 따라 그들의 생활만족도에서 거의 차이가 나타나지 않았으나, 부정적인 자아복합성이 중간인 사별 여성들은 적극적인 대처행동을 많이 하는 경우보다 적극적인 대처행동을 작게 하는 경우에 생활만족도가 크게 낮았다(표

<표 6> 부정적인 자아복합성과 적극적인 대처행동이 생활만족도에 미치는 영향

(N=117)

변량원	적응	생활만족도			F ⁷⁾
		자승합	자유도	평균자승	
부정적 자아복합성(A)		45.15	2	15.92	.89
적극적 대처행동(B)		117.26	1	130.58	7.36**
A * B		109.99	2	54.99	3.10*

** $P < .05$ *** $P < .01$



<그림 4> 부정적 자아복합성과 적극적 대처행동이 생활만족도에 미치는 상호작용 효과

6과 그림 4).

V. 논의 및 결론

첫째, 60세 이하 사별 여성들은 자녀관련 스트레스를 가장 많이 경험하고 있었으며, 그 다음으로 경제적 스트레스, 배우자 상실감으로 인한 스트레스, 대인관계 스트레스, 도구적 스트레스 순으로 경험하고 있었다. 자녀관련 스트레스가 가장 크게 지각되는 것은 60세 이하 대부분 사별 여성들이 자녀를 부양해야만 하는 가족주기에 속해 있으며, 특히 우리나라 경우 자녀에 대한 헌신적인 희생을 미덕으로 여기는 사회적 기저에 있는 의식 구조하에서 그러한 의무를 사별 여성 혼자 담당해야만 하기 때문에 나타난 결과라고 생각한다.

한편 이러한 사별 스트레스간의 관계를 볼 때, 서로 유의한 상관관계가 나타나지 않았으며, 유의한 관계가 있다 하더라도 미온적인 상관관계를 보여주고 있어서 사별 스트레스들은 서로 독립적인 상황이라는 사실을 확인하였다. 이러한 결과를 볼 때, 사별 여성들은 사별 스트레스를 한꺼번에 동시에 경험한다고 볼 수 없으며 사별 여성들은 모두 동일한 상황이 아닌 서로 다른 상황에 놓여 있다는 사실을 알 수 있다. 이에 사별 스트레스들은 총체적 접근이 아닌 각각 독립적인 접근이 요구된다 하겠다.

둘째, 사별 여성들의 배우자 사별 스트레스들과 사별 이후 적응과의 관계에서 배우자 사별 스트레스들은 서로 다른 적응 변수들과 관련되어 있었다. 배우자 상실감으로 인한 스트레스를 경험하는 사별 여성들은 우울이 높았으며 생활만족도는 낮았다. 이처럼 배우자 상실감이 사별 여성의 부적응과 관련이 있는 것은 성인이 가장 친밀한 일차적 애착 대상의 상실이 애착관계의 질이 다른 친구나 기타 가족원 등 타인에 의해서 쉽게 대신될 수 없다는 애착 이론의 입장에서 생각해 볼 수 있다. 또한 경제적 스트레스가 높은 사별 여성들은 생활만족도가

7) 공변량이 통제된 뒤 F값임. 공변량은 사별기간, 사별에 상정도, 소득수준임.

낮았다.

반면 도구적 스트레스가 높은 사별 여성들은 도구적 스트레스가 낮은 사별 여성들보다 오히려 우울 수준이 낮았다. 즉 직장과 가정 내에서의 많은 도구적 역할 참여와 그로 인한 갈등 등이 그들에게 스트레스로 지각되면서도 동시에 사별로 인한 슬픔과 사별한 남편을 향한 생각에 몰입하는 시간을 줄여 주어 그들의 우울 수준을 낮게 해 준 것으로 보여진다. 이는 사별 여성들의 현재 역할 수가 더 많을수록 그들의 보다 긍정적인 적응과 관련이 있었다는 Hershberger와 Walsh(1990)의 연구 결과와 같은 맥락에서 해석될 수 있을 것이다. 따라서 사별 여성들의 직업 참여 등 보다 많은 역할 참여가 그들의 우울을 낮게 하는데 도움을 줄 수 있다는 것을 시사해 주고 있다고 할 수 있다.

셋째, 사별 여성들의 스트레스 상황과 사별 후 적응간에 다양한 관계는 일부 사별 여성의 인지적, 행동적 요인인 자아복합성 및 대처행동과 관련이 있었다. 먼저 높은 긍정적인 자아복합성을 지닌 사별 여성들은 생활만족도가 높았다. 이에 사별 여성들이 자신의 여러 모습들에서 보다 더 많은 긍정적인 특성들로 자신을 지각하는 것은 그들의 보다 나은 적응과 직접 관련이 있다고 할 수 있다. 또한 사별 여성들의 부정적인 자아복합성은 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황과 상호작용 효과가 나타났다. 즉 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황에서 부정적 자아복합성이 높거나 낮은 사별 여성들보다 부정적 자아복합성이 중간인 사별 여성들이 생활만족도가 가장 낮았다. 이러한 결과는 배우자 상실감 상황과 부정적 자아복합성과 대처행동간의 관계를 통해서 추정해 볼 수 있다. 즉 사별 여성들은 배우자 상실감으로 인한 스트레스를 경험할 때, 적극적인 대처행동을 작게 하는 것으로 나타났다. 또한 부정적인 자아복합성이 중간인 사별 여성들은 적극적인 대처행동을 작게 하는 경우 생활만족도가 크게 낮았다. 따라서 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황에서 부정적인 자아복합성이 중간인 사별 여성들의 생활만족도가 특히 낮은 것은 사별 여성들의 적극적인 대처행동이 낮았기 때문으로 생각할 수

있다. 이러한 관계를 보다 정확히 이해하기 위해서는 스트레스와 자아복합성 및 대처행동간의 상호작용을 살펴보아야 하지만 본 연구의 샘플 크기가 적어서 삼원분산분석을 실시할 수 없었다. 이러한 관계는 추후 연구를 통해 검증될 필요가 있음을 밝히는 바이다.

다음은 사별 여성의 대처행동과 사별 후 적응간의 관계에 관한 결과를 볼 때, 소극적 대처행동이 높은 사별 여성들은 우울이 높았다. 또한 사별 여성의 적극적 대처행동은 사별로 인한 도구적 스트레스와 적응 사이에서 중재적 역할을 하는 것으로 나타났다.

이러한 결과들을 볼 때, 특히 사별 여성들의 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황 및 도구적 스트레스 상황은 각각 자아복합성 및 대처행동의 상호작용에 의해 생활만족도에 다른 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이러한 자아복합성과 대처행동의 서로 다른 경로를 통한 중재적 역할을 볼 때, 사별 스트레스 상황의 잠재력을 인식할 필요가 있다. 즉 배우자 상실감으로 인한 스트레스 상황은 쉽게 사별 여성들의 노력에 의해 극복될 수 없는 상당히 통제 어려운 상황이다(Stroebe et al. 1996). 따라서 사별 여성의 배우자 상실감으로 인한 스트레스와 부정적 자아복합성간에 서로 상호작용이 나타난 것은 극단적인 통제 불가능한 상황에서는 자주 부정적인 자기 도식이 작용한다는 사실과 맥락을 같이 한다 하겠다(Pittman & Pittman, 1979). 반면에 도구적 스트레스 상황은 비교적 통제가 가능한 상황이다. 직장과 집안에서의 도구적 역할 수행은 비교적 사별 여성들의 노력에 의해 변화가 가능하다. 따라서 도구적 스트레스 상황은 적극적인 대처행동과 상호작용이 나타났으며, 이때 적극적인 대처행동이 높은 사별 여성들이 생활만족도가 높았던 것으로 생각된다.

한편 경제적 스트레스와 자녀관련 스트레스 및 대인관계 스트레스 상황과 사별 후 적응간의 관계에서 사별 여성들의 자아복합성과 대처행동의 중재적 역할은 나타나지 않았다. 이러한 상황들은 비교적 타인의 도움과 관련되는 상황으로 생각되며 이

에 사회적 지지와 같은 다른 중재적 역할 가능성을 제기해 본다.

따라서 이러한 결과는 모든 스트레스 상황에서 대처행동과 자아복합성의 중재적 역할에 대한 일관된 결론을 유도할 수는 없으며, 다른 사별 스트레스 상황하에 각기 서로 다른 중재적 역할을 하는 변인들을 탐색할 필요가 있음을 시사하고 있다고 하겠다.

이상의 연구결과를 바탕으로 제언하는 바는 다음과 같다.

첫째, 배우자 사별 스트레스 유형들은 각기 적응에 달리 영향을 주고 있었다. 따라서 사별 여성들의 적응 과정을 중재하기 위해서는 배우자 사별 스트레스를 총체적으로 접근할 것이 아니라 배우자 사별 스트레스 각각에 관한 개별적 접근이 시도되어야만 할 것이다.

둘째, 다차원적인 사별 후 적응 과정을 이해하기 위해서는 사회적 지지와 같이 본 연구에 포함되지 않은 다른 중재 변인들을 고려할 필요가 있다.

셋째, 본 연구 결과에서 사별 여성들의 적응 정도는 그들의 자아복합성과 대처행동 모두에 의해서 영향을 받고 있었다. 이에 사별 여성들을 위한 중재 프로그램들은 인지와 행동 수정을 동시에 병행하는 프로그램이 실시되어야 할 것이다. 특히 인지적인 프로그램은 사별 여성들의 다차원적이고 복합적인 사별의 현상을 이해하기 위해서 축소된 조망이 아닌 보다 확대된 조망에서 구성될 필요성이 있다. 이에 자아복합성의 척도는 다면적 자아 검증을 위한 학문적 가치뿐만 아니라 사별 여성 당사자와 교육 담당자 모두에게 실천적 가치를 지니고 있다고 할 수 있다.

■ 참고문헌

- 1) 김선영, 미망인의 가족 스트레스와 적응과정에 관한 연구, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 1990.
- 2) 정 은, 상배여성의 사회적응을 위한 심리사회적 접근, 숭실대학교 대학원 박사학위논문, 1994.
- 3) 통계청, 사망원인 통계연보(인구동태신고에 의한 집계), 1997.
- 4) Aldwin, C. M., et al., Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health, *J. of Personality and Social Psychology*, 53(2), 1987, 337-348.
- 5) Bowlby, J., *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*, New York: Basic Books, 1980.
- 6) Campbell, A., et al., *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*, New York: Russell Sage Foundation, 1976.
- 7) Donahue, E. M., et al., The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation, *J. of Personality and Social Psychology*, 64(5), 1993, 834-846.
- 8) Edler, N. S., & Parker, J. P. A., Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation, *J. of Personality and Social Psychology*, 58, 1990, 844-954.
- 9) Hershberger, P. J., & Walsh, W. B., Multiple role involvements and the adjustment to conjugal bereavement: an exploratory study, *Omega*, 21(2), 1990 91-102.
- 10) Koo, J. S., *Korean women in widowhood*, A Dissertation presented to the faculty of the Graduate School University of Missouri, 1982.
- 11) Lazarus, R. S., & Folkman, S., *Stress, appraisal and coping*, New York: Springer, 1984.
- 12) Lehman, D. R., et al., Long-term effects of losing a spouse or child in a motor vehicle crash, *J. of Personality and Social Psychology*, 52(1), 1987, 218-231.
- 13) Lepore, S. J., et al., Social constraints, intrusive thoughts and depression symptoms among bereaved mothers, *J. of Personality and Social Psychology*, 70(2), 1996, 271-282.
- 14) Linville, P. W., self complexity as a cognitive

- buffer against stress-related illness and depression, *J. of Personality and social Psychology*, 52(4), 1987, 663-676.
- 15) Lopata, H. Z., *Current widowhood: myths & realities*, London, SAGE Publications, 1996.
- 16) Parkes, C. M., Bereavement as a psychosocial transition: processes of adaptation to change, *Journal of Social Issues*, 44(3), 1988, 53-65.
- 17) Pearlin, et al., The stress process, *J. of Health and Social Behavior*, 22: 1981, 337-356.
- 18) Pittman, N. L., & Pittman, T. S., Effects of amount of helplessness training and internal-external locus of control on mood and performance, *J. of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1979, 39-47.
- 19) Radloff, L. S., The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population, *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 1977, 385-401.
- 20) Rohde, P., Lewinsohn, P. M., Tilson, M., & Seeley, J. R., Dimensionality of coping and its relation to depression, *Journal of Personality and social Psychology*, 58(3), 1990, 499-511.
- 21) Stroebe, W., Stroebe, M., & Abakoumkin, G., The role of loneliness and social support in adjustment to loss : a test of attachment versus stress theory, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1996, 1241-1249.
- 22) Thoits, P., Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, 1995, 53-79.
- 23) Weiss, R. S., Loss and recovery, ed. by M.S. Strobe, W. Strobe, & R. O. Hansson, In *Handbook of bereavement: theory, research and intervention*(pp.271-284), New York: Cambridge University Press, 1993.
- 24) Woodfield, R. L., & Viney, L. L., A personal construct approach to the conjugally bereaved woman, *Omega*, 15(1), 1984, 1-13.
- 25) Woolfolk, R. L. & Novalany, J., Self complexity, self evaluation and depression: an examination of form and content within the self schema, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(6), 1995, 1108-1120.