주요용어 : 중년여성, 분리, 근거이론

# 한국 중년여성의 성인 자녀와의 분리경험에 대한 근거이론적 접근

신 수 진*·박 복 남*·강 효 영**

## Ⅰ. 서 론

### 1. 연구의 필요성

중년기에는 자신의 실체에 대한 의문과 함께 삶의 무의미함과 공허함, 절망, 침체감, 무기력과 같은 정서적 혼란을 경험하며, 인생의 목표와 성취정도, 가치, 그리고 타인과의 관계 등 삶의 전반에 대한 재평가와 재조명을 해보는 시기라는 의미에서 Levinson, Darrow, Klein, Levinson과 Mckee(1978)는 중년기 위기론을 내놓았다.

한국사회는 지난 한 세기 동안 매우 급속하고도 중요한 사회구조적 변동을 경험해왔으며 그러한 특성은 가치갈등과 가치체계의 혼란을 중요한 사회문제의 하나로 부각시켰다. 전통적 가치와 근대적 가치 및 외래적 가치간의 갈등과 혼란, 가치체계와 사회구조간의 부조화 및 세대간·지역간·계층간의 가치관의 차이 등이 동시에 발생하였다(Shin, 2002).

이러한 사회구조적 변동과 함께 현대사회는 청년과 부모자녀관계에 변동을 가져왔으며 Jun(2002)은 유교적 질서 하에서는 부모자녀관계가 가족 내의 중심축이었으나 현대의 특징적 현상은 부모의 주변화라고 설명하였다.

여성에게 있어서 중년기는 신체적인 노화현상과 더불어 폐경을 경험하게 되고 자녀들이 독립하여 이제까지 수행해오던 중요한 역할의 변화-가정에서의 역할변화, 인간관계의 사회적 변화-를 경험하는 신체적, 사회적, 심리적 과도기로서(Larocco & Polit, 1980), 한국의 많은 중년여성은 자기 자신의 신체적, 심리적 변화와 함께 자녀 양육 역할이 감소하고 자녀의 진학이나 군입대, 결혼 등의 사건을 경험하면서 그 이전까지 자녀와의 관계에 변화를 경험하게 된다. Lee(1998)는 여성으로서의 생리적 역할과 자녀 양육의 역할 뿐 아니라 나아가서는 사회적 역할 감소에 대해 소외감과 우울감을 경험하게 되며 특히 자녀가 집을 떠나는 것에 대해 적응할 수 없을 때에는 빈둥지 증후군으로 인한 심한 내적갈등을 느끼며 이러한 내적 갈등을 해소하지 못하는 무능력 때문에 신경증과 병적 증세를 나타내기도 한다고 보고하였다.

특히 한국의 중년 후기의 여성은 1940년대 후반에 출생하여 1960년대에 청소년기를 보내고 1970년대를 전후하여 결혼을 하였다. 이들은 평균수명의 연장으로 가족생활주기가 장기화되고, 자녀 출산수가 감소하여 여성의 인생에서 출산 및 양육이 차지하는 시기가 감소하며, 이로 인해 자녀들이 독립한 이후인 탈양육기 시기가 증가한다. 또한 이들 세대는 여성의 고등교육 기회가 주어지기는 하였으나 여성의 삶은 곧 어머니로서의 삶이라는 관념이 강하던 시기에 청소년기와 성인초기를 경험하였다(Noh & Han, 2000). 이들은 또한 급격한 사회 및

* 이화여자대학교 간호과학대학 박사과정(교신저자 신수진 E-mail: ssj1119@ewha.ac.kr)
** 이화여자대학교 사회복지학과 석사과정
투고일 2005년 4월 12일 심사의뢰일 2005년 4월 15일 심사완료일 2005년 11월 14일

문화변동을 경험한 세대로 전통적 가치관과 근대적 가치 및 외래적 가치 간의 갈등과 혼란, 가치 체계와 사회구조간의 부조화 및 세대간, 계층 간의 가치관의 차이 등을 경험하고 있으며, 이는 일종의 아노미 현상이라고 보고하였다(Shin, 2002).

50대 한국 여성의 모성경험에 대한 Noh와 Han (2000)의 연구에서 자녀에 대한 도구적인 관점이 나타났으며 이러한 '도구적 모성' 은 그들의 성장기 경험과 비교해 볼 때 이들 세대에서 시작되는 특징이라고 제언하였다. 자녀에 대한 도구적 관점이란 자녀를 최대한 '뒷바라지' 하고 성공시키려는 의식을 뜻하며, 현실적으로는 자녀에 대한 다양한 방식의 투자로 나타난다. 이는 부모 자녀간의 관계 자체에 의미를 두는 관계지향성보다는 어떠한 도구로서의 역할을 할 것인가에 대한 역할지향성이 두드러지는 특징임을 의미한다. 즉 이러한 세대적 특징을 가진 현대의 중년은 사회의 가치체계 혼란과 함께 자신의 가족 내에서의 역할 변화로 오는 갈등을 경험하는 것을 알 수 있으며, Noh와 Han(2000)은 이 시기의 모성경험이 핵심주제가 자녀와의 심리적 분리라고 보고하였다. 따라서 자녀와의 분리경험과정에 대한 이해와 자녀와의 분리경험이 중년후기 여성에게 어떠한 영향을 미치는지, 그리고 이로 인한 중년여성의 신체적·심리적 건강문제를 예방하고 중재하기 위해서는 이들의 상호작용과 적응과정을 이해할 필요가 있다.

그러나 지금까지의 연구들은 대개 중년기 여성의 폐경이나 노화, 우울 등의 증상 측면에 초점을 둔 연구가 대부분으로(Shin et al., 2002; Shin et al., 1999; Yoo, Kim, M. H., & Kim, T. K., 1999), 가족, 특히 성장한 자녀와의 관계에 대한 연구는 많지 않은 실정이다. 그런데 가족을 중심으로 이루어지는 일상생활의 구성요소들은 사회 내에 공통적으로 인식되는 세계관을 통해 상징적 행위를 발달시키게 되므로(Chang, 2000), 한국사회의 토착적 현상, 역사적, 문화적 특수성을 고려한 이해가 중요하다.

따라서 본 연구에서는 근거이론적 접근을 통해 생애주기상의 특징과 세대적 특징이라는 특수성을 고려하여 현 세대의 한국의 중년 여성이 겪는 자녀와의 분리 경험과정의 본질과 속성을 이해하고 나아가 실체이론을 개발하고자 한다.

### 2. 연구목적

이 연구의 목적은 근거이론 방법을 이용하여 자녀와 장기간 헤어지는 분리에 대한 한국 중년여성의 경험과정을 이해하고 그 유형을 파악하여 실체이론을 도출하는 것이다. 그러므로 연구질문은 “중년 여성이 결혼이나 입대, 유학 등으로 인한 자녀와의 분리 상황에 어떻게 적응해 나가는가?” 이다.

## Ⅱ. 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구에서는 상징적 상호작용주의의 전제를 기반으로 중년후기 여성의 자녀와의 분리경험과정을 이해하고 이에 대한 실체이론을 도출하고자, 귀납적 분석(identification)과 연역적 검증(testing)의 순환적 접근을 통해서 정적인 상황보다는 과정을 검증(examination)하는 데 적합한 근거이론적 접근 방법이 적용되었다.

### 2. 자료수집

본 연구의 대상자는 자녀의 진학이나 군입대, 결혼 등을 경험한 중년 여성 중 본 연구에 참여하기로 동의한 자를 대상으로 하였다. 연구자가 더 이상 새로운 개념이 도출되지 않고 범주의 속성을 발달시키는데 더 이상의 새로운 자료가 발견되지 않는 자료의 포화가 이루어질 때까지 이론적 표본추출을 하였으며 연구에 참여한 대상자는 총 11명이었다. 이론적 표본추출은 연구자가 다음에 어떤 자료를 수집하고 그들을 어디에서 찾을 것인가에 대한 분석적 근거를 결정하는 것으로 개념에 근거해서 누구로부터 정보를 도출할 것인지 의도적으로 선택하는 것을 의미한다(Corbin, 2004). 본 연구에서의 예를 들면 이론적으로 반대상황 등을 고려하여 자녀와의 애착정도와 자녀가 떠나가는 상황에 대한 만족도, 자신의 삶에 대한 만족도, 경제적 능력 등을 고려하는 순환적 과정을 거쳐 이론적 표본추출을 시행하였다.

연구참여자의 윤리적 고려를 위해 연구 이외의 자료로는 사용되지 않을 것과 익명성 보장에 대한 내용을 근거로 연구참여동의서를 작성하였다. 자료수집 기간은 2004년 9월부터 12월까지였으며 심층적 인터뷰와 가정에서 가족들과의 관계에 대한 참여관찰을 사용하였으며 인터뷰 내용은 녹음한 후에 연구자가 직접 필사하였다.

인터뷰 질문은 '자녀를 낳고 키우면서 어떤 느낌이었습니까?', '현재 남편이나 기타 동거 가족과의 관계는 어떻습니까?' '아들을 군에 보낼 때 느낌이 어떠셨습니까?', '자녀를 출가시킬 때 느낌이 어떠셨습니까?', '그 때 이후로 자식들과의 관계에 어떠한 변화가 있습니까?', '예전과 달라진 점이 있다면, 자녀가 독립해 나간 이후의 삶의 의미는 어떻습니까?' 등이었다. 1인당 평균면담 횟수는 1~2회였으며 면담시간은 평균 30분에서 1시간 정도가 소요되었다.

### 3. 자료분석방법

연구방법은 질적연구방법 중 근거이론방법론을 사용하였다. 근거이론방법론의 철학적 배경은 상징적 상호작용론으로 이는 개인의 행동은 타인의 행동과 별개의 것이 아니라 사회적이어서 개인의 독특한 노력의 결과라고만 설명할 수 없고 인간의 행위가 매우 규칙적이라는 것이다(Hewitt, 2001). 따라서 본 연구에서는 한국이라는 사회적 특성을 배경으로 중년후기 여성이 경험하는 자녀와의 분리경험 과정의 본질과 속성을 파악하고 이 과정을 이론적으로 설명하기 위해 근거이론방법론 중 자료분석을 위해 패러다임 모형을 이용하여 중심현상에 대한 과정을 자세하고 밀도있게 기술하도록 한 Strauss & Corbin(1998)의 방법론에 근거하여 분석하였다. 자료수집과 분석이 동시에 이루어지며, 개방코딩, 축코딩, 선택코딩의 과정에서 연구자는 이론적 민감성을 가지고 지속적 비교를 통해 개념을 발달시켰다.

### 4. 연구의 신뢰도와 타당도

질적 연구의 도구인 연구자 자신의 신뢰도와 타당도를 높이기 위해 본 연구자들은 질적연구방법론에 대한 수업과 워크샵 등에 참여함으로써 연구를 위한 준비를 하였으며 연구자의 이론적 민감성을 위해 다양한 변수와 관련된 개념을 다루는 문헌을 고찰하였다.

또한 연구의 타당도를 높이기 위해 참여자 선정 시 도출되는 개념에 근거한 이론적 표본추출을 하고자 노력하였으며 면담동안 같은 질문을 다른 형태로 제시함으로써 반복확인 하였다. 자료분석과정에서도 수집된 자료를 지속적으로 비교하고 이차자료인 문헌과 비교하면서 확인과정을 거쳤으며 연구결과를 참여자에게 제시하여 자신의 경험을 설명하고 있는지를 확인함으로써 신뢰성을 확인하고 질적연구의 경험이 풍부한 간호학 교수 1인의 비평적 견해도 수용하였다.

### 5. 연구참여자의 특성

연구참여자는 총 11명이었다. 참여자들의 연령분포는 50~58세였으며 교육 정도는 중졸이하 4명, 고졸 3명, 대졸 4명이었다. 직업은 가정주부가 대부분이었고, 그 외 일용직이나 임시직을 가지고 있었다. 월평균 가족의 수입은 500만원 이상에서 100만원 이하까지 다양하였다. 배우자를 사별한 참여자가 3명이었으며, 자녀수는 2~5명이었다. 참여자들은 자녀의 군입대나 유학, 결혼 등으로 자녀를 떠나보내는 경험을 해 본 사람들이었다.

## Ⅲ. 연구 결과

### 1. 근거자료 범주화

본 연구에서는 수차례에 걸친 수정과정을 거쳐 최종적으로 106개의 개념과 보다 추상화 정도를 높인 30개 하위범주, 그리고 이러한 하위범주에 추상성을 더 증가시킨 14개 범주로 정리하였다.

1) 인과적 상황

(1) 보내기 안타까움

참여자들은 자녀를 군입대, 유학, 결혼 등으로 떠나보내면서 심적 고통을 경험하였다. 이제 까지 돌보아오던 자녀들이 자신의 곁을 떠나게 되자 참여자들은 보내야 함에 대해 마음이 녹아나는 듯하고 한편으로는 더 잘해주지 못한 것에 대한 미안함을 경험하기도 하였다.

저거 저기가서 제대로 할까 싶고 걱정이지 잘 못해서 얻어맞으면 어쩌나.. 사고가 안날까 이런 걱정도 들어... 저 고생을 어찌하나 싶고 진짜 군대 보내놓고는 맨날 울었어.

관심을 많이 가지는 것도 나는 얘가 지금 해야 된 데에 관심을 안가지고 뭐 이런거지. 걔가 잘못 한 거는 하나도 없어. 내가 다 잘못한 거지. 내가. 내가 그 부분이 많이 아쉬워.

(2) 자식에 대한 책임감

참여자들은 자식을 떠나보내면서 집, 음식 등 사소한

것이라도 끝까지 최대한 챙겨주는 것을 볼 수 있었으며 이를 '자식에 대한 책임감' 이라고 범주화하였다.

자식 보낼때 그 부모로서 내가 돈 들여 갖고 혼자 사는 아파트까지, 가능하면 우리가 힘들더라도 애한테 해줄라고..자취방 준비해서 이불사고 살림챙겨 짐하고 꾸려 처음 내보낼때...

2) 현상

(1) 시원섭섭함

참여자들은 그동안 키운 자식의 모습이 없어지고, 더 이상 나의 돌봄을 필요로 하지 않는 자식의 모습을 보면서 크나 큰 상실감을 맛보게 되고, 또한 잘 되어 가는 자식의 모습에서 안심과 책임완수를 했다는 생각에 편안함과 속이 시원함도 느끼게 되었다.

혼자 있는 어미 생각 보담 지가 좋아 저럴 때.. 반찬해달라고 전화하고는 한 며칠 연락도 없고 그러면 그래..자식이 무슨 소용이야.. 이런 생각도 들지 왜 안들어..

나는 혼자 살아도 외롭고 그런 것 없다. 내가 보낼 때는 내가 할 임무 완수 했다 싶고, 내가 몸 건강한게 도와주는 거고, 저거 잘 사는게 좋은 거고 ..

3) 맥락적 조건

(1) 자녀와의 애착정도

자녀를 보낸 참여자들은 자녀와의 애착정도에 따라 느끼는 감정의 정도에 차이가 있었으며 면담을 통하여 잘 통했던 자녀였던 경우와 소원했던 자녀의 차이가 있음을 확인하였다.

첫째는 나하고 많이 닮았어. 그렇기 때문에 너무 서로 이해가 잘 되고 그랬고..

자신하고 많이 닮은 자녀는 굉장히 힘들어요.... 내 힘으로 내 욕심으로 내 계획대로 붙였을 때는 완전히 반대로 그런 반응을 보이더라고..그래서 걔가 공격적이고, 그런 면에서 걔하고 공감이 안 돼

(2) 마음가짐

참여자들은 자녀를 떠나보낼 마음의 준비를 미리 하거나 또는 떠나보냈던 경험이 있는 경우에는 마음가짐이 긍정적이며, 대부분 군입대나 결혼을 당연한 이치로 받아들였다.

나는 처음부터 마음을 놓았어. 어차피 우리 아들만 가는 것이 아니구 또 다가야하는데 특별히 슬퍼할게 뭐야..나는 애초에 마음을 다 비웠어..

사실 큰딸을 나아 키우면서 한 번도 품을 떠나지 않고 늘 수발해주며 키웠는데 대학 졸업하고 취직을 해서 서울 갔을때 그때가 정말 서운하고 섭섭해서 눈물이 났어..

(3) 상황에 대한 만족도

여러 가지 이유로 자녀를 보내야하는 경우 참여자들은 보내는 상황이 마음에 들고 만족스러운 경우에는 잘 보낼 수 있었으나, 고생이 예상되는 열악한 환경에는 서운함과 우울함이 더 크게 나타났다. 자신이 암 투병 중으로 딸이 시부모가 없는 곳으로 시집을 가게 된 것에 안심을 하였고, 남편과 사별하여 어려운 환경인데 좋은 사돈과 사위를 맞은 것에 대해 만족하기도 하였다.

우리 아들은 착한편이라. 저게 물러서 어디 잘 할까 싶은 생각도 들고.. 첨에 휴가 나왔는데 시커멓게 그을려 왔는데 ...애들은 커도 엄마한테는 애니까..저게 저 어린게 고생이 많았구나 생각하니까 눈물이 줄줄 흘러....

시부모님들이 다행히 좋은 사람들이구.. 사위가 그러는데 시부모님도 사위한테 딸래미 친정식구들에게 네가 신경써라..아버지가 안계시니 이렇게 말씀하시더래.. 그런게 젤 고맙지..

4) 중재적 조건

(1) 가족지지 체계

자녀의 떠나보냄에 있어 가족의 지지에 따라 마음을 추스르는 것에 차이가 있었으며, 특히 배우자와의 관계가 본인의 홀로서기에도 많은 영향을 주었다. 또한 다른 자녀의 지지 등 가족전체의 지지가 담담하게 마음을 추스르게 했으며 배우자와 사별한 참여자의 경우는 더 많은 심적 고통이 있었음을 알 수 있었다.

애들이 다 크면 떠난다는 생각이 애들 대학교 들어가고, 4학년이 되면서 나중에 남편이랑 둘이 남는다는 그런 생각을 많이 해..그러니까 남편이랑 남은 세월을 더 잘 보내고, 좋은 시간을 많이 보내고..

저기 굉장히 어떤데서, 가정에서 힘든가 하며는 너무 삭막한데.. 나를 품어주고 위해주고 이해해주는 사람은 그나마 oo 밖에 없어..속상해도 아이들이 모두 착하니까 아들힘으로 살고...

(2) 자기 성취감

참여자들은 사별 등으로 여러 가지 심적 고통을 견디며 가정을 지켰다던가, 경제적 고통에서 자녀들의 학업에 열의를 다한 것에 대해 만족한 삶과 후회없는 삶을 살았다고 생각했으며, 스스로 일을 통해 당당함을 갖기도 하였다.

내가 있음으로 또 다른 사람이 위로가 되니깐, 내가 존재로 아무것도 몰라도 그래. 어느 시점에서...내 역할에 충실할 수 있으면...

그렇지만 지금은 보람도 있고 긍지도 있고, 자식들에게 인정받고 내가 수고해서 용돈벌고 좋아요..

음 글쎄 씁쓸하지 뭐. 그동안 살았는데 뭐. 자존심과 자만심이 그게 다 채워졌는 게 아니고 어느 정도 허물어졌다는 아쉬움..

5) 작용/상호작용 전략

(1) 받아들이기

참여자들은 시간이 흐르면서 스스로 홀로서기에 마음을 다잡게 되고, 때가 되면 가는 것이 당연한 이치로 생각하기도 하였으나, 더 극단의 상황을 상상하며 마음을 달래는가 하면 팔자대로 사는 것이 인생이라고 순명하기도 하였다. 이들 면담을 통하여 '마음을 추스름', '순리로 받아들임'으로 하위범주를 명명하였으며 이를 '받아들이기'로 범주화 하였다.

자기가 홀로서기를 하고 자기 세계가 넓어지는 만큼 내가 이제는 내 세계가 축소되고 그만큼 내 스스로가 내가 살기위해 이제는 자녀와의 관계를 떠나서 내 감정의 기복에 내가 나를 안빠뜨리고 내가 나를 유지하기 위해서는 내가 스스로 정리할 수 밖에 없는거라...

(2) 역할 바꾸기

참여자들은 마음을 추슬러 받아들인 후 자식 걱정에서 스스로 물러난다거나, 자식의 행복을 위해 마음으로 기도를 한다던지, 또는 자신들의 삶에 더 적극적으로 일이나 여가 활동에 전념하는 것으로 나타났다. 또는 배우자와의 시간에 더 소중함을 느끼게 되고 둘만의 관계에 더 집중함을 보였다. 즉, 자식 뒷바라지(수발)의 주 역할에서 자식이 잘되기를 기도하며 바라보며 남은 삶을 함께 할 배우자를 위한 아내로서의 역할을 더 중요시하는 것으로 나타났다.

지금은 그런 후회도 욕심도 없고 자식들에게 큰 짐안되고, 탈없이 잘되기를..

우리 둘이 어떻게 재미있게 보낼까. 이런 거를 그때 딱되면 안 되기 때문에 지금부터 전시회라든가 공연장도 같이 가고, 이런 시간을 조금씩 갖고 있거든. 그러고 또 우리는 즐겁게 기쁘게 교회에서의 활동도 같이 많이 하고...

(3) 다른 것에 마음 쏟기

자녀들이 떠나고 난 후 빈자리를 자신들의 일을 찾던지 또는 여가활동에 몰두함으로 답답함을 달래거나 아직 독립하지 않은 자녀의 뒷바라지로 떠난 자녀를 아쉬워할 여유가 없기도 하였다.

요즘 원예치료 같은 게 전망이 있다. 음악치료, 미술치료 같은 거처럼. 내가 방통대 농학과거던. 이렇게 요새 전망이 있다고 장애자들이나 이런 사람들한테 도움이 많이 돼..내가 그걸 마칠라고 지금도 힘들어도 공부하고 있지

나이가 많아서도 할 일이 없어서 맨날 텔레비만 보고 있을 수도 없는 거고, 산에 다니고 채소 심고 소일거리를 만드는 거야.

6) 결과

(1) 감정의 양립

참여자들은 자녀의 빈자리에서 주위를 돌려 자신의 인생을 홀가분한 마음으로 즐겨보고, 또한 이제 사회나 종교 등을 통해 자신들의 인생을 즐기고 싶어함과 동시에 사별 후 힘들게 살아오고 자녀들을 뒷바라지 해 온 경우 뿌듯함을 느끼게 되며, 그 힘든 과정을 자식이나 주변 사람들에게 인정받음으로서 보람을 느끼기도 하였다. 그러나 정신없이 살아온 인생을 돌아보면 열심히 살아왔지만 자신들의 인생에 대해 허전해하고, 씁쓸함을 느끼며, 자녀들의 인생이라도 잘 풀려 허무한 내 인생을 보상 받고 싶어했다.

더 이상 내 한테 매이는게 싫어. 나도 어떤 사람에게 매이는게 싫잖아. 어떤 상황에 메이는게 부담되고...

어느덧 20년이 넘어서 시간에 굉장히 속도가 붙어 갖고 정신없이 흘러와서 어느덧 나도 정신없이 흘러온 중에 지금 50대로 접어들었는데 참 억울하더라구..

(2) 분리의 승화

참여자들은 군대와 결혼, 유학 등을 남들도 다 보내는 것으로서 남의 처지도 이해하게 되고 또 새삼 떨어져 있으며 서로의 관계를 더 깊이 깨닫게 되는 등 이해의 폭이 넓어지고, 신앙의 힘으로 자녀의 걱정에서 사회로의 봉사와 공헌에 관심을 갖기도 하였다.

달라졌다면 달라졌지. 사랑한다는 표현을 서로가 안했는데 하게 되고, 그 자식이 또 엄마를 그만큼 생각하는 줄 지 자신도 몰랐는데 깨닫게 되고. 그라고 또 한번도 안아주지 않은 어릴 때부터 안아주지 않던 년석이 지가 엄마를 스스로 안아주려고 하고...

내가 알던 모든 사람들을 위해 기도하고 잘되기를 빌고 싶고... 또 어려운 사람들 돌봐주고..그렇게 살고 싶어.

(3) 노후 준비

중년의 참여자들은 대부분 자식과의 관계지향성보다는 역할지향성을 가지고 있어서 자식들을 떠나보내면서 자신의 역할을 다했다고 생각하였다. 이로 인해 질병이나 경제적 고통으로 자식들에게 짐이 되지 않기를 바라는 이유에서 노후를 준비함에 있어 무엇보다 건강을 가장 중요시하여 자신들의 건강관리에 주력함을 볼 수 있다. 이는 그동안 결혼 생활의 힘겹고 허전함에서 벗어나 배우자와의 관계가 회복되기를 바란다던가, 사별한 참여자의 경우 이성 친구를 통한 건전한 노년기를 맞고 싶어하기도 했다. 특히 경제적으로 자녀에게 의존하고 있는 참여자는 경제적 독립에 많은 신경을 쓰고 있었다.

요즘은 운동도하고 막 열심히 하고 그러거든.. 아침에 산에 가고..낮에는 저기 시장까지 걸어가고.. 저녁먹고 또 걷고.. 내가 당뇨가 있어서 운동을 많이 하라고 하더라고..그저 건강이 최고여..

하고 싶은거 최대한으로 우리가 문화적인거 하더라도 돈 적게 드는 것, 구청, 동사무소 문화센터 그런데...뭐든지 배우고....

노후에 함께 할 사람이 없다는 것이 외롭고 허전하지.. 자식들은 이제 다 자기가 자리를 찾아 떠나잖아... 그래서 아! 나도 남자친구가 있어야겠다는 생각이 들어. 나는 자식들 시집장가 다보내고 혼자있게 되면 남자 친구한 명 사귀고 싶어. 서로 만나 얘기도하고..차도 마시고 그렇게 재미있게 살고 싶어.

2. “서글프면서도 기쁜 홀로서기”의 이론

본 연구에서 중년여성의 자녀와의 분리를 경험하는 과정의 핵심범주는 “서글프면서도 기쁜 홀로서기” 로 나타났다. 그 과정을 살펴보면 참여자들은 자녀의 군입대나 유학, 결혼 등을 앞두고 아직은 품고 싶고 좀 더 같이 살고 싶은 마음이 녹아남과 미안함을 경험하면서 안타까움을 느끼게 된다. 그래서 보내며 끝까지 따라가서 마지막까지 최대한 챙겨준다.

그러나 내가 그동안 키운 그 자식의 모습은 이제 없어지게 되는 것이고, 이제는 커버려서 더 이상 나의 돌봄을 필요로 하지 않는 자식의 모습 속에서 기가 막히는 상실감을 느끼고 혼자 남게 되는 나의 마음을 몰라주는 서운함과 동시에  때가 되어 떠나가는 자녀이기에 그 모습이 좋고 안심이 되며, 이제는 책임을 완수했다는 생각에 속이 시원함도 함께 느껴진다. 이처럼 자녀와의 분리는 참여자들을 시원섭섭하게 하는 양가적인 것이었다.

이러한 현상은 보내는 자녀와의 애착정도에 따라 느끼는 시원섭섭함의 정도가 달랐는데, 잘 통했던 자녀에게는 그 서운함과 아쉬움의 정도가 더 극심했고 원체 돌볼 자녀가 많은 가운데 조용했고 소원했던 자녀를 보낸 참여자는 그 빈자리를 크게 느끼지 않을 수 있었다. 또한, 한번 보내봐서 보내본 경험이 있는 경우 그 다음에는 마음의 준비가 되어 담담할 수 있었고 참여자 성격이 긍정적이거나 당연하게 생각해 온 경우, 그리고 보내는 상황이 만족스러운 경우에도 담담하게 잘 보낼 수 있었다. 그러나 고생할 것이 예상되는 열악한 환경으로 보내야만 하는 경우 그 안타까움은 커지기만 했다.

또한 시원섭섭함의 양가감정 속에서도 남편이나 다른 자녀 등 가족의 지지가 있어서 마음을 잡고 일어서게 되며 나는 열심히 살아왔고 후회없는 삶을 살아왔다는 자각, 자식에게 인정받고 가정을 지켜냈다는 자기성취감의 유무에 따라서 영향을 받으며 받아들이기, 역할바꾸기, 다른 것에 마음쏟기 등의 전략을 통해 참여자들은 “서글프면서도 기쁜 홀로서기”를 하고 있었던 것이다.

결과적으로는 혼자 사는 즐거움을 느끼거나 보람을 느끼기도 하지만 어느새 내 인생이 이렇게 다 끝나는구나 싶고 열심히 살았지만 제 뜻대로 되지 않은 인생을 보며 씁쓸하고 허무함을 경험하기도 하는 감정의 양립상태에 이르고 따로 있으면서 관계가 더 돈독해지고 좋아지기도 하고 같은 처지의 남을 이해하고 신앙으로부터 힘을 많이 얻으며 자녀와의 분리를 승화시키게 된다.

그리고 노후를 준비하기 위해 무엇보다 건강을 위한 운동을 하며 건강관리에 신경을 가장 쓰게 되고 배우자와의 관계가 좋은 경우에는 더 이상 자녀에게 신경 쓰지 않고 남편과 둘만의 좋은 시간을 보내고 싶은 마음을 가진다. 배우자와 관계가 어긋나서 힘들게 지내온 참여자는 미련이 남아 앞으로 둘이서 보내야 할 남은 긴 시간 동안은 관계를 회복하고 잘 지내보고 싶은 마음이 있기도 하다. 또한 자녀에게 짐이 되는 노년이고 싶지 않은 것이다.

따라서 이런 과정의 본질을 설명하는 핵심범주를 '서글프면서 기쁜 홀로서기'로 선택하였다. 그리고 이 '서글프면서 기쁜 홀로서기'는 참여자마다 속도가 다르나 '가족지지체계'와 '자기성취감'은 '서글프면서 기쁜 홀로서기'에 가속도를 가하게 된다.

### 3. 중년 여성의 자녀와의 분리 경험과정 적응유형

본 연구에서는 중년후기 자녀와의 분리로 인한 '서글프면서 기쁜 홀로서기'는 4가지 유형으로 파악되었다. 참여자들이 '시원섭섭함'을 경험하면서 안타까움의 정도와 자식에 대한 책임감의 정도, 자녀와의 애착정도, 마음가짐, 자녀가 처하게 될 상황에 대한 만족도, 가족지지체계, 자기성취감 정도에 따라 '서글프면서 기쁜 홀로서기'의 유형을 자기독립형, 수용형, 가족중심형, 유약형으로 분류하였다<Table 1>.

1) 자기독립형

이 유형의 참여자들은 대체적으로 보낸 자녀와의 애착정도가 약하고 마음가짐이 긍정적이며 상황에 대한 만족도가 높은 편으로 속시원함의 정도가 강하고 시원섭섭함을 일시적으로 짧게 겪는다. 이는 가족지지체계가 강하

<Table 1> The types of 'independence that is sorrowful yet delightful'

| type / paradigm | independent-type (자기 독립형) | submissive-type (수용형) | family-reliant-type (가족중심형) | fragile-type (유약형) |
|---|---|---|---|---|
| causal condition | 보내기 안타까움 (약함)<br>자식에 대한 책임감 (강함) | 보내기 안타까움 (강함)<br>자식에 대한 책임감 (강함) | 보내기 안타까움 (약함)<br>자식에 대한 책임감 (약함) | 보내기 안타까움 (강함)<br>자식에 대한 책임감 (약함) |
| phenomena | 시원섭섭함 (시원함-강함-일시적) | 시원섭섭함 (섭섭함-강함-일시적) | 시원섭섭함 (시원함-약함-일시적) | 시원섭섭함 (섭섭함-강함-지속적) |
| contextual condition | 자녀와의 애착정도 (약함)<br>마음가짐 (긍정적)<br>상황에 대한 만족도 (만족) | 자녀와의 애착정도 (강함)<br>마음가짐 (중도)<br>상황에 대한 만족도 (만족) | 자녀와의 애착정도 (약함)<br>마음가짐 (긍정적)<br>상황에 대한 만족도 (만족) | 자녀와의 애착정도 (강함)<br>마음가짐 (부정적)<br>상황에 대한 만족도 (불만족) |
| intervening condition | 가족지지체계 (강함)<br>자기성취감 (높음) | 가족지지체계 (약함)<br>자기성취감 (높음) | 가족지지체계 (강함)<br>자기성취감 (높음) | 가족지지체계 (약함)<br>자기성취감 (낮음) |
| actions/ interactions | 받아들이기 (적극적)<br>역할 바꾸기 (긍정적, 독립적)<br>다른 것에 마음쏟기 (적극적) | 받아들이기 (적극적)<br>역할 바꾸기 (긍정적, 독립적)<br>다른 것에 마음쏟기 (적극적) | 받아들이기 (적극적)<br>역할 바꾸기 (긍정적, 의존적)<br>다른 것에 마음쏟기 (적극적) | 받아들이기 (소극적)<br>역할 바꾸기 (부정적, 의존적)<br>다른 것에 마음쏟기 (소극적) |
| consequence | 감정의 양립(보람, 즐김)<br>분리의 승화<br>노후준비 | 감정의 양립(보람, 허무)<br>분리의 승화 | 감정의 양립(보람, 허무)<br>분리의 승화<br>노후준비 | 감정의 양립(허무)<br>분리의 승화 |

고 자기성취감이 높아서 적극적으로 분리 상황을 받아들이고 다른 것에 마음을 쏟으며, 역할 바꾸기를 긍정적으로 생각해 독립적인 방향으로 작용/상호작용 전략을 사용하기 때문에 더욱 그러하다. 이 유형의 특징은 자녀를 보내는 것이 섭섭함으로 작용하기보다 오히려 참여자를 홀가분하게 만들어주어 본인의 새로운 삶을 전개할 수 있는 계기가 되게 해주며 본인의 남은 인생을 즐기고 독립적으로 노후를 준비하게 해주는 형이다.

이 유형은 참여자 4와 9로부터 제시되었다. 이 유형을 살펴보면 참여자 9는 자녀와의 애착정도가 약한 경우로 본인이 어린시절 자라오면서 어머니와도 떨어져 자라왔기 때문에 분리에 익숙해져서 아들을 군대에 보낼 때도 아무렇지 않았다고 한다. 아들이 결혼할 때도 아무렇지 않았고 '혼자 살아도 외롭고 그런 것도 없다고, 내가 보낼 때는 내가 할 의무 완수했다 싶고, 내가 몸 건강한 게 도와주는 거고, 저거가 잘 사는 게 좋은 거고'라고 하였다. 이 참여자는 이미 독립적인 노후를 적극적으로 준비하고 있었는데, '절대로 며느리하고 시어머니하고 같이 살면 절대로 좋을 수가 없기' 때문에 아들 내외와 같이 안 살 것이고, 본인의 건강관리도 철저히 하고 노후에 대한 경제적 계획도 철저했다. 현재 젊은 시절 대학 진학을 못한 것이 아쉬워서 자녀들을 보낸 후 방통대에 다시 다니며 본인이 하고 싶은 생활을 만족적으로 하고 있다. 또한 사람인지라 나이들어 남편도 없고 자녀도 다 분가하고 나면 외로움을 안 느낄 수는 없지만 산에 다니고 채소 심고 소일거리를 만들어 일을 해서 괜찮다고 하였다.

2) 수용형

이 유형의 참여자들은 보내는 자녀의 상황에 대한 만족도는 높지만 자녀와의 애착정도가 강하고 마음가짐은 중간정도여서 섭섭함의 정도가 강하다. 그러나 일시적으로 짧게 겪는다. 이들은 가족지지체계가 약한 가운데 자녀와의 애착정도는 강했으나 자기성취감이 높았기에 마음을 추슬러서 분리를 적극적으로 받아들이고 다른 것에 마음을 쏟으며 역할 바꾸기도 긍정적이며 독립적인 방향으로 한다. 이들은 남은 인생을 즐기고 보람도 느끼지만 약간의 허전함도 느낀다. 그러나 분리를 승화시키고 노후를 준비하려고 한다. 이 유형의 가장 두드러진 특성은 시원섭섭함의 수용태도로 당면문제들을 자신의 팔자 나름이며 때가 되면 마땅히 겪는 것으로 저항이나 거부감 없이 수용하는 태도로 나타났다.

이 유형은 참여자 1, 6, 7에서 나타났으며 특히 1과 6이 두드러지게 나타난 사례이다. 참여자 1은 자녀에 대한 애착 정도가 너무 강해서 자녀를 유학으로 외국에 보내며 '마음이 녹아나고 심령이 깊이 상한다고, 가슴이 아팠다, 매어졌다, 기가 막히는 상실감, 단절감을 느꼈다, 그 자리에서 자지러졌다'고 하여 상실감과 서운함의 감정을 격렬하게 느꼈음을 표현하였다. 이는 남편과의 관계가 좋지 않아서 남편의 지지가 없는 상황에서 자녀를 보내야 했기에 더욱 그리하였다. 그러나 시집살이도 쉽지 않았고 남편과도 늘 갈등관계에 있었음에도 그 외의 가족과 사회, 특히 교회에서 인정받고 제 역할을 하며 자기성취감 수준이 높았기에 금방 받아들이기, 역할 바꾸기, 다른 것에 마음 쏟기 등의 작용/상호작용 전략을 취하여 추슬러 일어섰다. 특히 이 모든 과정이 '다 하나님의 범주 안에, 하나님의 영향권 안에 들어있으니깐, 그걸 내가 쥐고, 내가 어떻게 해보겠다는 그런 계획은 이제 없고 그 인생을, 그 가는 진로를 하나님께 자꾸 맡기는 과정이거든'이라고 하며 인생은 내 뜻대로 되는 것이 아니라 다 하나님의 섭리 가운데 있는 것이라고 하여 순명하고 받아들이는 것이 특징적이다. 어머니를 4년 전 암으로 여의며 호스피스를 접하게 되어 현재 호스피스 일을 하고 있는데 이것도 '엄마 일도 하나님이 애초에 나를 여기에 오게 하도록 하기 위한 하나님의 어떤 섭리에 있었겠구나 하는 거'라고 하며 고난도 다 뜻이 있는 것이라고 생각하고 받아들인다. 그래서 현재에 늘 만족하고 감사히 여긴다.

3) 가족중심형

이 유형의 참여자들은 자녀를 보내는 상황이 만족스럽고 보내는 마음가짐도 긍정적이며 자녀와의 애착정도도 약해서 떼어 보내며 겪는 시원섭섭함의 정도가 약하며 그것도 짧게 겪는다. 가족, 특히 배우자의 지지체계가 강하고 자기성취감도 높아서 자녀와의 분리를 적극적으로 받아들이며 다른 것에 마음을 쏟고, 역할 바꾸기도 긍정적으로 바꾼다. 이 유형의 특징은 자녀를 보내고 나서도 여전히 배우자나 다른 가족으로부터의 지지가 강하고 관계가 만족적이어서 홀로서기의 의미가 크지 않으며 역할 바꾸기도 긍정적으로 하지만 여전히 의존적인 방향으로 한다는 것이다. 그러나 그러한 삶을 나름대로 즐기고 보람을 느낀다.

이 유형은 참여자 2, 11이 해당하며 참여자 2의 사례에서 가장 잘 나타나는데, 남편과 관계가 매우 좋아서

앞으로 자녀들을 다 보내고 나면 '남편이 직장생활하고 하니깐 같이 많이 못 보냈잖아, 그러니깐 좋은 시간을 많이 보내고, 남편하고는 어떤 때는 막 싸우기도 하고 그렇지만, 종교가 같은 게 굉장히 도움이 되는 거 같애. 그런 점에서 서로가 깨우치고, 지금 굉장히 좋은 방향으로 되는 게 종교. 하나님의 영향이야.' 라고 하며 남편과 둘이 어떻게 재미있게 보낼까라고 궁리하여 자녀를 보내며 서운함도 있었지만 그것을 짧고 격렬하지 않게 보내고 넘길 수 있었다. 또한 마음가짐이 긍정적이었고 마음에 드는 사위와 결혼하는 자녀의 상황에 대한 만족도가 높았기 때문이었다. 참여자는 자기성취감도 높았기에 작용/상호작용 전략을 수월하게 취하며 가족과의 관계 중심적인 측면에서 서글프면서 기쁜 홀로서기를 해낼 수 있었다. 참여자 2가 앞으로 바라는 것은 참여자와 '남편이 건강하고 행복하게 사는' 것이며, 이제 '윗사람이 되면 사위, 손자와 인간관계를 잘 만들어나가고 싶은 생각'이다. '서로 하나씩 하나씩 이렇게 잘 해서 이렇게 우리 집안이 잘 생기는 것 아니겠어'라고 하며 가족 관계 중심적인 노후를 꿈꾸고 있었다. 관계적 차원에서 만족도가 높았기에 홀로서기의 의미가 크지 않았던 것이다.

4) 유약형

이 유형은 자녀와의 애착정도가 강한데 보내는 상황에 대한 만족도가 별로 없고 마음가짐도 긍정적으로 갖지 못해 자녀를 떼어보내는 내적 기간도 길게 지속적이며, 섭섭함의 강도도 길게 지속적으로 경험한다. 이 유형은 배우자나 가족으로부터의 정서적 지지를 원하나 가족지지체계가 약하고 자기성취감 또한 낮은 경우로 분리 받아들이기, 다른 것에 마음 쏟기 등의 작용/상호작용 전략을 소극적으로 활용하고 역할 바꾸기도 부정적이고 의존적인 방향으로 해서 노후의 홀로서기 준비도 약한 편으로 자신이 처한 상황에 대한 보람을 느끼기보다는 허무함이 짙어 남은 인생을 즐기기보다는 그냥 죽지 못해 산다고 표현할 정도로 심약한 형이다.

이 유형에 해당하는 사례는 참여자 3, 5, 8, 10이다. 참여자 3은 본인의 인생 최대의 가치였던 남편과의 사랑이 남편의 외도로 무너져서 자기성취감이 매우 낮았으며 남편으로부터의 지지도 못 느껴서 인생에 있어 많은 것을 잃어버리고 꿈이 허물어진 것 같은 아쉬움, 씁쓸함을 많이 느끼고 있었다. 참여자 3은 첫 딸을 서울로 유학 보내면서 첫 정이고, 착하게 잘 커준 딸이기 때문에 내가 잘못했던 점들이 더 많이 드러나는 것 같아 보내고 나서 1년을 우울증을 심하게 겪었다. 둘째 아들도 군대에 보내며 참 많이 안타까웠는데 그래도 많이 아꼈음에도 성격 차이로 갈등을 많이 겪던 아들이었기에 보내고 나서 오히려 그 분리가 사랑을 서로 표현하는 계기가 되어 좋게 작용한 점도 있었다. 참여자 3은 남편은 남이 될 수 있고 남남이 만난 것이지만 '자녀는 말하자면 반은 나의 분신이잖아'라고 하며 자녀에 대한 깊은 애착을 표현하였다. 그러나 그렇게 사랑했음에도 나에게 매정한 남편의 사랑도 잃고 자녀도 다 떠나서 솔직히 모든 생활에 있어 희망을 별로 걸지를 않고 있다. 별 생각 없이 그냥 물 흘러가듯 살 것이며 노후에 대한 계획도 전혀 없다고 하였다.

## Ⅳ. 논 의

본 연구는 중년후기 여성의 자녀와의 분리 경험과정을 파악하여 그 본질의 의미를 이해하고자 하였으며 그 결과 중년후기 여성의 자녀와의 분리 경험과정은 '서글프면서도 기쁜 홀로서기' 과정이었으며, 중심현상은 "시원섭섭함"이었다. 이러한 시원섭섭함의 개념을 더 구체적으로 설명하는 하위범주에는 "상실감" "서운함" "속시원함" 으로 나타났으며 이는 자녀와의 애착정도와 참여자의 마음가짐, 자녀가 처하게 되는 상황에 대한 만족도라는 맥락적 조건에 따라 차이를 보이는 것으로 나타났다. 또한 참여자들은 시원섭섭함이라는 현상에 반응, 대처, 조절하기 위해 받아들이기, 역할 바꾸기, 다른 것에 마음쏟기의 작용/상호작용 전략을 보여주었으며 그 결과는 감정의 양립, 분리의 승화, 노후를 준비케 함으로 나타났다.

여성은 중년기가 되면 개인적인 성취와 사회적 안정의 기반을 갖추면서 성취감과 만족감을 느낄 수 있으나, 자녀의 독립이 시작되고 자녀양육의 역할이 감소되며 가족의 구조가 재조직화되어 가는 과정에서 심리적으로 분리감을 겪으며 이 과정에서 현실과 기대감의 차이로 인한 허탈감, 자녀의 성장과 독립에 따른 공허감에서 비롯되는 정서적 혼란이 수반되기도 하며(Shin, 1999), 생리적으로 폐경이라는 발달 위기과정을 겪게 되는 한편, 사회 심리적으로는 가족과 사회 내에서의 관계 맥락 속에서 가정에서만 안주한 것에 대한 압박감, 자식의 독립으로 인한 공허감 등의 심리적 갈등을 경험하는 시기임(Yeun, 2000)을 반영하는 결과라 할 수 있다.

본 연구의 참여자들은 이제는 커버려서 더 이상 나의 돌봄을 필요로 하지 않는 자식의 모습 속에서 상실감을

느끼게 되나 이제는 책임을 완수했다는 생각에 속이 시원함도 함께 느껴진다. 이처럼 자녀와의 분리과정에서 참여자들을 시원섭섭함이라는 양가감정을 경험하며 이때 정서적 혼란을 경험하기도 하였다.

또한 보내는 자녀와의 애착정도에 따라 느끼는 시원섭섭함의 정도가 달랐다. 한국사회에서는 부모와 자녀관계에 있어 서로의 존재가 필수적이고 그렇기 때문에 한국의 부모와 자녀는 서로에게 의존적일 수밖에 없다. 이러한 부모-자녀 관계의 상호의존성과 영속성은 한국의 부모와 자녀로 하여금 자녀가 성인이 된 뒤에도 서로에게 강한 애착을 갖게 하는 원인으로 작용했다고 설명할 수 있다(Suh, 1998). 이러한 사회적인 맥락과 함께 특히 평생을 자식과 가족의 뒷바라지에 헌신한 참여자들이나 자녀와의 관계가 친밀할수록 독립적인 성인이 되어 자신의 품을 떠나는 자식과의 관계에서 상실의 슬픔이 배가 된다 Kang(2004)의 연구결과와 일맥상통한다 할 수 있다.

이러한 상황에서 참여자들은 가족의 지지와 자신이 열심히 후회없는 삶을 살아왔고 자식에게 인정받고 가정을 지켜냈다는 성취감이 있느냐 없느냐에 따라 작용/상호작용 전략의 유형이 다르게 나타났다. 즉 Noh(2000)의 연구에서 50대 중년여성이 자녀와의 심리적 분리를 경험하면서 심리적 분리에 의한 정서적 어려움이 두드러지기보다는 어머니 역할에서 부인역할로 옮겨지는 역할 재조정의 의미가 더 컸다고 보고한 결과와 같이 받아들이고 역할을 바꾸는 한편, Shin(1999)과 Kang(1996)가 전업주부인 경우에는 경제활동에서 제외되어 있고 주부라는 역할 수행에서도 별다른 성취감을 느끼지 못하며, 가족관계에서도 자녀의 독립에 따른 허탈감과 직업에서 왕성한 활동을 하는 남편으로부터 소외감을 느끼게 되는데 이때 주위의 이해와 관심을 받지 못하고 스스로도 극복이 되지 못할 경우에는 정서적 위기의식이 우울증과 같은 신경증 적인 증후로 나타나기도 한다고 보고한바와 같이 가족의 지지체계가 약하고 자기 성취감이 낮은 경우 소극적으로 받아들이거나 의존적인 역할 바꾸기가 나타났다.

이런 전략들을 통해 참여자들은 혼자 사는 즐거움이나 보람을 느꼈다. 이는 자녀가 집을 떠난 첫 일년동안 여성의 긍정적인 무드와 웰빙 점수가 증가하고 부정적인 무드와 일상적인 싸움이 감소하였다는 Dennerstein, Dudley과 Guthrie(2002)의 연구결과와 일치하는 것이다. 하지만 어느새 늙어버린 나의 모습을 보며 허전함과 늙으면서 생기는 허전함이 있었다. 어느새 내 인생이 이렇게 다 끝나는구나 싶고 열심히 살았지만 제 뜻대로 되지 않은 인생을 보며 씁쓸하고 허무함을 느꼈다. 이는 평생을 자식과 가족의 뒷바라지에 헌신한 제보자들은 독립적인 성인이 되어 자신의 품을 떠나는 자식과의 관계에서 상실감이 배가된다는 Kang(2004)의 연구결과와 일치한다.

그러나 본 연구에서는 따로 떨어져 있으면서 이것이 서로 몰랐던 사랑을 알게 하고 묻혀있던 사랑을 표현하게 함으로써 관계가 더 돈독해지고 좋아짐을 경험하였다. 즉 감정의 양립을 경험하게 된 것이다. 또한 다른 것에 마음을 쏟음으로써 자녀와의 분리를 승화시키기도 하였다. 그리고 자녀에게 짐이 되지 않기 위해 노후를 준비하는 것으로 나타났다.

따라서 이런 과정의 본질을 설명하는 핵심범주인 '서글프면서 기쁜 홀로서기' 는 자녀를 떼어보냄이 발생한 시기부터 보낸 이후 살아가는 동안 일어나는 시원섭섭함이라는 중심현상에 대한 회복과정이었다. 즉 자녀를 떼어보내는 중년후기 여성의 '서글프면서도 기쁜 홀로서기' 과정은 격동의 시절을 지내오면서 혼란스러운 샌드위치 세대로서 인식되고 있는 중년후기 여성이라는 점과 유교적 질서에 의하던 부모자녀관계에서 부모의 주변화로 변화하고 있다는 시기적 맥락이 맞물려 자녀와의 분리경험 또한 자녀와의 의존적 관계에서 다소 벗어나 독립적인 노후를 준비하고 홀로서기 과정으로 변화하고 있음을 알 수 있었다.

이와 같이 자녀를 떠나보낸다는 것과 관련된 사고방식, 정서적 반응, 및 행위가 결론적으로는 홀로서기에 근거한 것으로 나타난 것은 현재 한국사회의 중년후기 세대가 이러한 전환기 경험이 자연스럽게 미래의 노년기를 계획하는 의식세계를 형성하도록 하고 있고(Kang, 2004), 자신들의 노후를 자녀들로부터 기대하지 않고, 노년기를 대비해 독립적인 삶을 개척해야 함에 대한 강한 인식을 가지고 상호작용 한다는 것을 의미한다.

## Ⅴ. 결론 및 제언

본 연구는 중년후기 여성의 자녀와의 분리경험 과정의 본질과 의미를 이해하고 이론적으로 설명하기 위한 목적으로 수행되었으며 본 연구의 대상자는 자녀의 진학이나 군입대, 결혼 등을 경험한 50대 여성 총 11명이었다. 자료분석 방법은 한국이라는 사회적 특성을 배경으로 중년후기 여성이 경험하는 자녀와의 분리경험 과정의 본질과

속성을 상징적 상호작용주의의 관점에서 파악하고 이 과정을 이론적으로 설명하기 위해 근거이론방법론을 적용하였으며 Strauss와 Corbin(1998)의 방법론에 근거해서 자료를 분석하였다.

본 연구결과 중년후기 여성이 자녀를 떼어 보내면서 오는 시원섭섭함을 처리해 나가는 '서글프면서 기쁜 홀로서기' 과정에 대한 이론을 제시하였고 '서글프면서 기쁜 홀로서기'는 4가지 유형으로 파악되었다. 각 유형은 시간의 변화와 함께 참여자들이 '시원섭섭함'을 경험하면서 떼어보냄의 유형 및 정도와 자녀와의 애착정도, 마음가짐, 상황에 대한 만족도, 가족지지체계, 자기성취감 정도에 따라 '서글프면서 기쁜 홀로서기'의 유형을 자기독립형, 수용형, 가족중심형, 유약형으로 분류하였다.

'서글프면서 기쁜 홀로서기'는 참여자마다 속도가 다르나 '가족지지체계'와 '자기성취감'은 '서글프면서 기쁜 홀로서기'에 가속도를 가하게 된다. 이 '서글프면서 기쁜 홀로서기'의 발생시기는 자녀를 떼어보냄이 발생한 시기부터 시작하여 보낸 이후 살아가는 동안 일어나는 중심현상이었으며 이 현상은 어느 시점에서 완결된 후 멈춰버리는 것이 아니라 참여자가 자녀를 보냄으로써 시원섭섭함을 느끼는 데 대한 회복과정일 뿐 아니라 자녀를 보내고 중년후기가 된 참여자들의 과업이기도 하였다.

본 연구에서 파악할 수 있는 상호작용의 수준은 개인수준, 상호작용수준, 사회의 수준으로 볼 수 있는데 각각의 수준에 따른 상황적 조건, 전략 및 과정, 결과간의 관계는 다음과 같다.

### 1. 개인 수준

참여자들은 자녀를 떼어 보내면서 나타나는 시원섭섭한 현상에 대응, 조절하기위해 평상시 자식만을 바라보고 의지했던 마음가짐을 변화시킬 필요성을 직시하고 자녀를 떠나보내고 자신의 홀로 서기의 필요성을 깨닫고 스스로 애써 마음을 잡으려고 애쓰며, 때가되면 자녀의 갈 길을 가는 것을 당연한 이치로 받아들이며, 팔자대로 사는 운명 순종적인 자세를 나타냈다. 이와 같이 본인 스스로를 달래며, 시간이 지나면서 담담해하며 스스로 일어서기 위해 노력하는 모습을 보였다. 이와 같이 스스로 최선을 다해야 한다는 끊임없는 자기반성적 자세로 스스로 자식을 떠나보내는 것을 당연하게 받아들이고 홀로서기하려는 노력을 발견할 수 있었다.

### 2. 상호작용수준

참여자들은 떠나보내는 자녀와의 관계는 일련의 지속적인 상호 작용을 통해 전개 되고 성숙되었다. 참여자는 늘 자녀의 곁에서 돌보고 지켜주며 함께했던 기존의 생활 방식을 출가나 군입대, 유학 등으로 떠나보내는 자녀에게서 한걸음 물러서서 뒤에서 바라보고 후원하는 입장을 나타냈으며, 노후를 함께할 배우자와의 친밀한 관계형성을 위해 노력하고 친구나 친지 또는 주변 사람과의 유대관계 강화를 통한 삶의 의미를 다시 찾는 경향을 나타냈다.

### 3. 사회수준

참여자들은 자녀를 독립시키기 전에는 가정에 매여 자식을 키우며 뒷바라지하는 것에 몸과 마음을 다해 살아온 인생이었다. 자녀를 떠나보내면서 스스로의 새로운 삶을 계획해야하는 중년여성들은 못다한 사회활동에 많은 미련을 보이며 자신만의 일에 전념하기를 원하며 사회활동과 더불어 사회 봉사활동을 참여할 태도를 보였다. 또한 아직도 출가하지 않은 자녀를 돌보아야 하는 책임감을 나타내기도 했다.

고령화 사회로 접어들어 노인 인구 증가와 생산 인구 감소라는 사회적 측면을 살펴볼 때 중년 여성들의 자녀 독립 후 사회 복귀는 우리 사회에서 중요한 자원이 아닐 수 없다. 이와 같은 경험은 참여자들이 속한 사회 차원에서 이루어지는 과정이므로 사회의 수준으로 간주한다.

이러한 중년 여성들이 사회에 복귀할 수 있도록 사회화 재교육을 위한 다양한 프로그램 개발과 적용을 위해 국가는 대책마련과 지원을 확대해야 할 것이며, 이후 재사회화를 추구하는 중년여성의 설 자리를 사회는 준비해야 할 것으로 보여진다.

본 연구의 간호학적 의의로는 중년여성의 신체·심리적 건강관련 요인 중 성인 자녀와의 분리에 대한 경험과정을 이해를 바탕으로 이러한 사건을 경험한 중년여성의 간호문제에 대한 접근 방향을 제시한 것이며 이상의 연구결과를 바탕으로 중년여성의 자녀와의 분리경험과정에 영향요인으로 나타난 변수에 대한 검증 연구를 제언한다.

## References

Chang, C. S. (2000). *A systematic approach of Korean ethnology*. Minsokwon, Seoul.

Corbin, J. (2004). *Corbin's grounded theory*: Qualitative research workshop: Korean Qualitative Health Research Center, Seoul.

Dennerstein L., Dudley E., Guthrie J. (2002). Empty nest or revolving door? A prospective study of women's quality of life in midlife during the phase of children leaving and re-entering the home. *Psychol Med, 32*(3), 543-50.

Hewitt, J. P. (2001). *Self and society: A symbolic interactionist social psychology*. Hakjisa, Seoul.

Jun, M. K. (2002). A study of 'youth' and parent-children relationship in enlightenment discourses: An analysis of Daehan Maeil Sinbo. *Journal of Family Relation, 7*(2), 161-185.

Kang, J. H. (1996). A Development of the Middle-Life Crisis Adjustment Program Model for Middle-Aged Women. Unpublished Master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.

Kang, Y. J. (2004). Late middle-aged women's life experiences in transition to old age: How do they adapt to "aging" in Korean society?, *J Korean Acad Fam Med, 42*(7), 145-164.

Larocco, S. A., & Polit, D. F. (1980). Women's knowledge about the menopause. *Nurs Res 9*(1), 12.

Lee, K. H. (1998). *Relationships between role adaptations and identity formation of marriaged mid-life women*. Unpublished Doctoral Dissertation, Keimyung University, Daegu.

Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. H., & Mckee, B. (1978). *The seasons of a man's Life*. NY: Knopf.

Noh, Y. J., & Han, G. H. (2000), *Motherhood at midlife: An ethnographic case study of mothers in their 50's*, *Journal of Family Relation, 5*(1), 1-22

Shin, J. S., Choi, S. S., Lee, S. O., Park, E. Z., Kim, Y. H., Yoon, Y. S., Kim, Y. H., Park, E. Z., Kim, Y. M., Ju, Y. H., & Seo, Y. S. (1999). The Experience of the middle aged women's aging: a phenomenological approach. *J Korean Acad Adult Nurs, 11*(4), 673-683.

Shin, K. R. (1999). A Study on depression among mid-aged women, *J Korean Acad Adult Nurs, 11*(4), 858-870.

Shin, K. R., Kong, E. S., Kim, G. B., Kim, N. C., Kim, C. K., Kim, H. K. et al. (2002). Lived experience with aging in middle-aged woman. *J Korean Acad Nurs, 32*(6), 878-887.

Shin, S. J. (2002). A sociocultural approach to understanding Korean family. *Journal of Family Relation, 7*(2), 21-41.

Strauss, A. L., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory (2nd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Suh, S. H. (1998). The characteristics of Korean concepts of filial piety. *J Korean Geronto Soci, 18*(3), 142-154.

Yeun, E. J. (2000). A study on the health promoting life style practices of middle-aged women in Korea. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion, 17*(1), 41-59.

Yoo, E. K., Kim M. H., & Kim, T. K. (1999). A Study of relationship among health promoting behaviors, climacteric symptoms, and depression of middle aged women. *J Korean Acad Nurs, 29*(2), 225-237.

- Abstract -

# A Grounded Theory Approach on the Parting Experience of Korean Middle-aged Women with their Children

*Shin, Su Jin*·Park, Boc Nam***
*Kang, Hyo Young****

**Purpose:** This research was conducted to explore the experience of middle-aged women parting with their children and to develop a grounded theory. **Method:** The participants were 11 women in their 50's who had experienced parting with their children due to schooling, military service and marriage. The grounded theory methodology based on symbolic interactionism was used. **Results:** 106 concepts, 30 subcategories and 14 categories were derived from the analysis through processes of open coding, axial coding and selective coding. The central phenomenon was 'happy but sad' and the core category was a process of 'independence that is sorrowful yet delightful'. Four types were identified; the independent-type; submissive -type; family-reliant-type ; and fragile-type; based on the attachment to the child, state of mind, satisfaction of the situation, family support system and self-achievement. **Conclusion:** This research identified that the modern Korean middle-aged women who are considered to be the 'sandwich generation' since they have experienced a turbulent history and the change from a confucian parent-child lifestyle to a couple-oriented one, moved away from an attitude dependent on children in parting with them and started preparing for an independent late life. Based on the results, the verification research is advised on the variables that affect the experience of parting with children.

Key words : Middle-aged women, Grounded theory, Parting

* Doctoral Candidate, College of Nursing Science, Ewha Womans University
** Doctoral Candidate, Graduate School of Nursing Science, Ewha Womans University
*** Master's student, Graduate School of Social Welfare, Ewha Womans university