



중년자녀의 양가감정과 심리적 안녕감의 관계에서 인지적 정서조절의 중재효과

The Moderation Effect of Cognitive Emotion Regulation on the Relationship between Ambivalence and Psychological Well-being of Middle Aged Children

문정희·안정신*

부산여성가족개발원 · 부산대학교 아동가족학과

Mun, Junghee · An, Jeongshin*

Busan Women and Family Development Institute

Department of Child & Family Studies, Pusan National University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the moderation effects of cognitive emotion regulation on the relationship between ambivalence for elderly parents and psychological well-being of middle aged children by gender. For this purpose, 659 middle aged children of 40-59 years old with either living mother or father were used. The results indicated a moderation effect of cognitive emotion regulation on the relationship between ambivalence for their parents and psychological well-being of middle aged children. Second, we found that this moderation effect was different in terms of gender. The moderation effect of cognitive emotion regulation on the relationship between ambivalence and psychological well-being was only evident in women and not men. The results of this study were discussed in an effort to develop intervention programs for psychological well-being of middle aged children by gender

Keywords: Cognitive emotion regulation, Ambivalence, Psychological well-being, Moderation effect, Parent-child relationship

I. 서론

고령화 추세로 노년기의 삶이 길어지고 있으며, 자녀들은 고용불안으로 인해 독립이 늦어지고 있어, 자녀와 노부모를 이중부양하는 중년자녀의(45~64세) 비율이 증가하고 있고(김유정 외, 2018) 이로 인한

부담이 갈수록 가중되고 있다. 생애과정에서 중년자녀가 노부모와 함께 살아갈 기간이 길어짐과 동시에 노부모와의 관계에서 발생하는 다양한 심리·정서적 경험은 중년자녀의 삶의 안녕감에 영향을 미치게 된다.

문정희, 안정신(2016)은 중년자녀가 노부모와의 관계에서 경험할 수 있는 심리·정서적 경험 중에서도 모순

본 논문은 2015년 문정희 박사학위논문의 일부를 수정, 보완한 것임.

* Corresponding author: An, Jeongshin

Tel.: +82-51-510-2863, Fax: +82-51-510-7979

E-mail: anjshin@pusan.ac.kr

© 2019, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

된 감정의 형태인 양가감정에 주목하여 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 밝힌 바가 있다. 선행연구에서 중년자녀는 노부모와의 관계를 통해 따뜻함, 다정함, 기쁨을 느낌과 동시에 좌절, 실망, 분노라는 모순된 감정을 동시에 경험할 수 있다고 하였고, 이러한 모순된 감정은 양가감정(ambivalence) 개념으로 설명되었다.

양가감정은 이미 서구에서 부모-자녀관계에 대한 이해를 높이는 유용한 개념으로 사용되고 있다(Lüscher & Pillemer, 1998; Pillemer & Lüscher, 2003). 선행연구들에 따르면 부모-자녀 관계에서 양가감정을 경험하는 것은 자연스러운 현상이지만 강한 양가감정은 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미친다고 보고하고 있다(문정희, 안정신, 2016, Fingerman et al., 2008; Kiecolt et al., 2011; Lowenstein, 2007; Suitor et al., 2011). 문정희, 안정신(2016)은 특히 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀가 노부모의 의존성과 과잉간섭을 지각하는 상황에서 더욱 증가할 수 있다고 보고, 노부모로부터 경험하는 의존성과 과잉간섭이 중년자녀의 양가감정을 높여 심리적 안녕감에 미치는 부정적인 영향을 증명하였다. 이와 같이 국내외 부모-자녀관계에 관한 연구에서 양가감정은 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 변인으로 밝혀진 만큼 개인의 안녕감과 부모자녀관계의 질 유지를 위해 양가감정을 조절하고 대처할 수 있는 변인을 찾는 것이 필요하다.

양가감정은 누구나 가지고 있음에도 불구하고 오랫동안 정신병리와 관련되어 연구가 되어 왔다. 그 이유로는 양가감정에 대처할 수 없는 인지적인 무능력함이 심리적 장애와 관련이 있다고 보았기 때문이다(Lüscher, 2004). 그러나 Lüscher(2005)는 대부분의 사람들이 양가감정에 생산적인 방법으로 대처할 수 있으며, 심지어 양가감정을 사회적 상호전략으로 사용할 수 있다고 하였다. 따라서 양가감정은 지속적으로 관리·협상하면서 조절해 나가는 것이 중요하다.

본 연구에서는 양가감정에 대한 조절변인으로 인지적 정서조절전략에 초점을 두고자 한다. 선행연구에 따르면 인지적 정서조절전략은 정서를 조절하는데 중요한 역할을 하며, 심리적 안녕감과도 관련이 있다고 보고하고 있다(유순화, 2014). 또한 Garnefski et al.(2001)에 의하면 인지적으로 정서를 조절하는 것은 스트레스 사건을 겪은 사람이 자신의 정서를 조절하도록 도와 이미 시작된 정서적 경험을 재평가하거나 정서경험의 강도를 축소, 강화시킴으로써 정서를 지속적으로 통제할 수 있도록 돕는

다고 하였다.

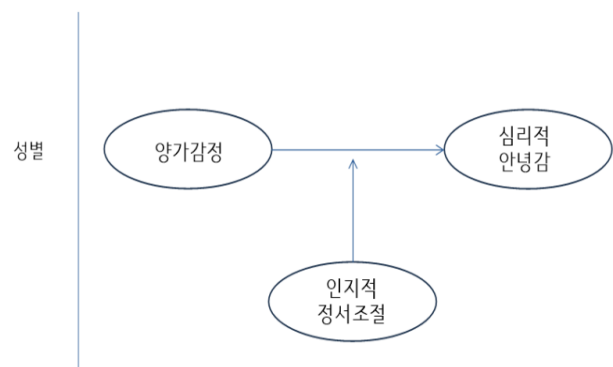
이로 미루어 보았을 때 인지적 정서조절전략이 양가감정의 통제에 영향을 미칠 것으로 유추할 수 있다. 김소희(2004) 연구에서도 적응적 정서조절은 스트레스와 심리적 안녕감을 중재하는 것으로 나타났으며, 김인경, 홍혜영(2013)의 연구에서는 외상관련 정서와 용서의 관계에서 적응적인 정서조절전략이 조절효과를 나타낸 바가 있다.

이러한 선행연구들을 근거로 본 연구는 중년자녀가 경험하는 양가감정과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에서 인지적 정서조절전략이 조절효과가 있다고 보고 이를 검증해보고자 한다. 또한 인지적 정서조절전략은 성별에 따라 각기 다른 조절전략을 사용하며 사용정도가 다르다는 연구(Garnefski & Kraaij, 2006; 유순화, 2014; 이윤희 외, 2014)가 있는 만큼 성별에 따른 차이도 함께 검증해 보고자 한다.

본 연구의 목적에 따른 연구문제는 다음과 같다.

1. 노부모에 대한 양가감정과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에서 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과를 어떠한가?
- 1-1. 중년자녀의 성별에 따라 노부모에 대한 양가감정과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에서 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과는 어떠한가?

연구모형은 다음과 같다.



[그림 1] 가설적 연구모형

II. 선행연구

1. 노부모에 대한 양가감정과 심리적 안녕감 간의 관계

세대 간 양가감정은 부모 또는 성인자녀를 향한 긍정적이고 부정적인 감정이 공존하는 상태를 말하며 (Pillemer & Lüscher, 2004; Suito et al., 2011), 높은 수준의 양가감정은 불쾌한 정서 상태와 연관되어 있다 (Lüscher, 2004). 개인에게 상반된 감정이 나타나게 되면 두 감정이 서로 팽팽하게 맞서기 때문에 양가감정은 심한 스트레스와 긴장상태를 유도하므로(이신숙, 2013), 양가감정은 단지 부정적인 감정인 갈등을 경험할 때보다 오히려 개인의 심리적 안녕감을 해칠 수 있다 (Fingerman et al., 2008; Kiecolt et al., 2011; Lowenstein, 2007; Suito et al., 2011).

Lowenstein(2007)은 75세 이상 노인을 대상으로 결속력, 갈등, 양가감정이 삶의 질에 미치는 영향을 연구하였는데, 자녀에 대한 노부모의 양가감정은 노부모의 삶의 질에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다시 말하면 노부모가 자녀에 대해 양가감정을 많이 느낄수록 자신의 삶의 질을 낮게 평가한다는 것이다. Fingerman et al.(2008)의 연구에서도 더 큰 양가감정을 보고하는 부모와 자녀일수록 더 낮은 심리적 안녕감을 나타냈다. Kiecolt et al.(2011)은 중년부모를 대상으로 자녀에 대한 양가감정과 심리적 안녕감에 대한 종단연구를 실시하였는데 양가감정이 높을수록 우울의 수준이 높아졌으며, 반면 양가감정이 높을수록 행복감은 낮아지는 것으로 나타났다. 노부모를 대상으로 자녀에 대한 양가감정이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 직접측정과 간접측정 방식을 비교한 Suito et al.(2011)의 연구에서는 양가감정에 대한 직접측정과 간접측정 모두 우울증상에는 정적인 영향을 미쳤으며, 긍정정서는 부적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 국내에서는 문정희, 안정신(2016) 연구에서 중년자녀가 노부모의 관계에서 경험한 양가감정이 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미친다는 연구 결과를 발표한 바 있다.

2. 양가감정 중재요인으로서의 인지적 정서조절

오랫동안 양가감정은 정신병리 차원에서 연구되었지만 양가감정을 잘 다루게 되면 오히려 사회적 창조성의

근원이 될 수도 있다(Lüscher, 2004; Rees et al., 2013). 사람들은 양가감정에 생산적인 방법으로 대처할 수 있으며 심지어 양가감정을 사회적 상호작용의 전략으로 사용할 수도 있다. 양가감정을 받아들이고 이해하는 능력은 인간의 성장과 성숙의 기준이 될 수 있다 (Lüscher, 2005). 그렇기에 양가감정을 생애과정에 걸쳐 지속적으로 협상하면서 조절해 가는 것이 중요하다 (Connidis & McMullin, 2002). 이와 같은 관점은 개인의 안녕감을 위해 양가감정을 다루는데 유리한 변인이 무엇인지에 대해 고려할 필요성을 제기한다.

선행연구에 따르면 인지적 정서조절전략은 정서를 조절하는데 중요한 역할을 하며 심리적 안녕감과도 관련이 있다(유순화, 2014). 또한 김소희(2004)의 연구에서는 인지적 정서조절전략 중 자기비난, 타인비난, 반추, 과묵화는 심리적 안녕감과 유의미한 부적 상관이, 조망확대, 계획 다시 세우기, 긍정적 초점변경, 수용, 긍정적 재평가하는 심리적 안녕감과 유의미한 정적상관이 있었다. 또한 전체 적응적 전략은 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 부정적 영향을 중재하는 것으로 나타났다. 대학생의 인지적 정서조절과 심리적 안녕감 간의 관계를 살펴본 유순화(2014)의 연구에서는 적응적인 정서조절전략이 높을수록 심리적 안녕감이 높아지는 것으로 나타났다. 이는 심리적 안녕감 증진을 위하여 부적응적 정서조절을 파악하고 감소시키려 노력하기보다는 적응적인 정서조절을 강조하고 촉진하는 것이 바람직 할 수 있다는 것이다.

한편 인지적 정서조절은 성별에 따라 다르게 나타날 수 있다. 인지적 정서조절의 성별차이를 살펴본 연구들은 여성이 남성에 비해 인지적 정서조절의 점수가 높은 것으로 나타나거나(Garnefski & Kraaij, 2006), 남자가 각기 다른 조절전략을 사용한다고 보고하였다(유순화, 2014; 이유현 외, 2014). 따라서 성별에 따라 인지적 정서조절의 중재효과에 차이가 있는지 확인해 볼 필요가 있다.

정리하면, 적응적인 인지적 정서조절은 심리적 안녕감과 관련이 있으며(유순화, 2014), 스트레스를 유발하는 상황에서도 심리적 안녕감을 유지하는데 도움을 준다(김소희, 2004). 또한 다른 정서와 관련한 변인들 간의 관계를 조절하는 것을 알 수 있다(김인경, 홍혜영, 2013; 안지현, 이승연, 2013; 최우경, 김진숙, 2012). 이러한 선행연구들을 근거해 볼 때 중년자녀의 노부모에 대한 양가감정과 관련해 적응적인 인지적 정서조절의 중재효과를 직접적으로 밝힌 연구는 없지만 노부모에 대한 양가감정

과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계를 적응적인 인지적 정서조절이 중재할 것으로 보고 이를 중년자녀의 성별로 구분하여 검증해 보고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 부산, 울산, 대구, 경남지역에 거주하는 40~59세에 해당하는 중년자녀 659명이다. 이들은 친부모님 중 한 분이라도 생존해 계신 경우에 한해서 편의표집 방식을 사용하여 추출되었다. 자료 수집은 2015년 2월과 2015년 3월에 이루어졌으며, 총 1,000부를 배포해 900부의 설문지를 회수 하였으나 연구대상의 조건을 충족하지 않거나 불성실하게 응답하였거나 부모와 동거하는 경우를 제외하고 최종 659부를 분석에 사용하였다.

성별 비율은 남성 29.7% 여성 70.3%이다. 평균 연령은 47.3세이며, 40대 69.5%, 50대 30.5%이다. 주관적 건강상태는 보통 60.1%, 좋음 27.6%, 나쁨 7.3%로 대부분의 양호한 건강상태를 나타냈다. 교육수준은 대졸 59.0%, 고졸이하 27.8%, 대졸이상 10.8% 순이었다. 출생순위는 중간39.2%, 장남(또는 장녀) 34.3%, 막내 25.0% 순이었다. 결혼상태는 배우자와 동거하는 경우가 91.5%로 대부분을 차지하였다. 주관적인 경제상태는 보통이 59.2%로 가장 높게 나타났고, 별로 좋지 않은 경우와 대체로 좋다는 응답은 21.5%와 15.8%로 나타났다.

연구대상자의 부모 특성은 어머니가 살아계신 경우가 607명(92.1%), 아버지가 살아계신 경우는 334명(50.7%)으로 나타났다. 어머니 평균 연령은 74.3세, 아버지 평균 연령은 76.1세이다. 부모님의 건강상태는 '보통' 38.4%, '건강하지 않은 편' 32.8% '건강한 편' 19.6%로 나타났다. 부모님의 경제 상태는 '보통'이 44.3%로 가장 많았으며 '별로 좋지 않음'과 '대체로 좋은 편'이 26.9%와 20.8%로 비슷하게 나타났다.

2. 측정도구

1) 노부모에 대한 양가감정

양가감정은 직접측정과 간접측정의 두 가지 방식으로 측정된 값을 합산하여 사용하였다. 직접측정은 양가감정에 대한 주관적인 인식을 직접적으로 평가하기 위해 Pillemer와 Suitor(2002)의 척도를 바탕으로 문정희, 안정신(2014)이 개발한 척도(9문항)와 Zygowicz(2006)의 척도(13문항)를 사용하였다. 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 내용타당도, 구성타당도(탐색적 요인분석, 확인적 요인분석), 신뢰도 검증을 통해 원 척도 중 11문항을 최종 분석에 사용하였다. 11문항의 합산점수가 높을수록 양가감정이 높은 것을 의미한다. 양가감정 직접측정 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha=.91$ 이다.

간접측정은 Guo et al.(2013)과 Birditt et al.(2010)의 척도를 사용하여 5점 Likert 긍정 4문항, 부정 4문항으로 구성하였다. 긍정적 차원을 나타내는 4문항의 합산 점수가 높을수록 친밀감이 높은 것을 의미하고, 부정적 차원 4문항의 합산점수가 높을수록 갈등적인 관계를 나타낸다. Thompson 공식(양가감정=(긍정+부정)/2 - |긍정-부정| +1.5)을 사용하여 계산된 점수의 합산이 클수록 부모님에 대해 더 큰 양가감정을 가지고 있음을 의미한다(Fingerman et al., 2008; Lendon et al., 2014).

2) 중년자녀의 인지적 정서조절

인지적 정서조절 척도는 Garnefski et al.(2001)이 개발한 인지적 정서조절전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire : CERQ)를 김소희(2004)가 번안한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 적응적인 인지적 정서조절전략에 해당되는 5개 하위요인(조망확대, 계획 다시 세우기, 긍정적 재평가, 긍정적 초점변경, 수용) 총 20문항에 대해 내용타당도와 구성타당도, 신뢰도 검증을 거쳐 모든 문항을 연구에 사용하였다. 5점 Likert 척도이며 합산 점수가 높을수록 적응적인 인지적 정서조절 전략을 많이 사용하는 것을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha=.96$ 이다.

3) 중년자녀의 심리적 안녕감

심리적 안녕감 척도는 Keyes와 Ryff(1998)의 심리적 안녕감(Psychological well-being) 척도를 안정신(2005) 번안한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 탐색적 요인분석

(EFA)과 신뢰도 검증을 거쳐 최종 5개 요인(자아수용, 개인성장, 삶의 목적, 환경통제감, 타인과의 관계) 총 13문항을 분석에 사용하였다. 5점 Likert 척도이며 총 13문항의 합산 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach's $\alpha=.79$ 이다.

3. 분석 방법

본 연구의 자료들은 SPSS ver. 21.0(IBM CO., Armonk, NY, USA)과 AMOS ver 18.0(IBM CO.)을 사용하여 분석하였다. 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 기술통계와 각 변수들의 정규성 검정, 상관관계, 신뢰도 분석을 실시하였다. 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 인지적 정서조절 수준에 따라 달라지는지 알아보기 위하여 AMOS 18.0을 이용한 회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 주요변인들의 기술통계치 및 주요변인들 간의 관계

주요변인들의 평균, 표준편차, 첨도, 왜도를 살펴 본 결과 <표 1>과 같다. 본 연구에 사용된 각 주요변인들의 왜도와 첨도를 살펴본 결과 정상성의 범위를 벗어나는 경우가 없는 것으로 나타나 정규분포의 조건을 만족하는 것으로 나타났다.

<표 1> 주요변인들의 기술통계치

	노부모에 대한 양가감정	중년자녀의 인지적 정서조절	중년자녀의 심리적 안녕감
평균	34.17	3.11	3.50
표준편차	11.63	14.95	5.89
왜도	-.03	-.07	.08
첨도	-.56	.13	.22
N	659	659	659

주요변인들 간의 상관관계 결과를 살펴보면<표 2>, 중년자녀의 인지적 정서조절은 중년자녀의 심리적 안녕감($r=.21, p<.001$)과 유의한 정적상관을 나타냈으나 다른 변인들과의 상관은 유의하지 않았다.

<표 2> 주요변인들 간의 상관관계수

	노부모에 대한 양가감정	중년자녀의 인지적 정서조절	중년자녀의 심리적 안녕감
노부모에 대한 양가감정	1		
중년자녀의 인지적 정서조절	-.01	1	
중년자녀의 심리적 안녕감	-.18***	.21***	1

p<.001

2. 측정모델의 적합도

본 연구의 측정모델의 적합도 추정결과는 아래 <표 3>과 같다. <표 3>과 같이 측정모델은 모든 적합도 지수가 적합도 기준에 양호하게 부합되는 것으로 나타났다.

<표 3> 측정모델의 적합도 지수

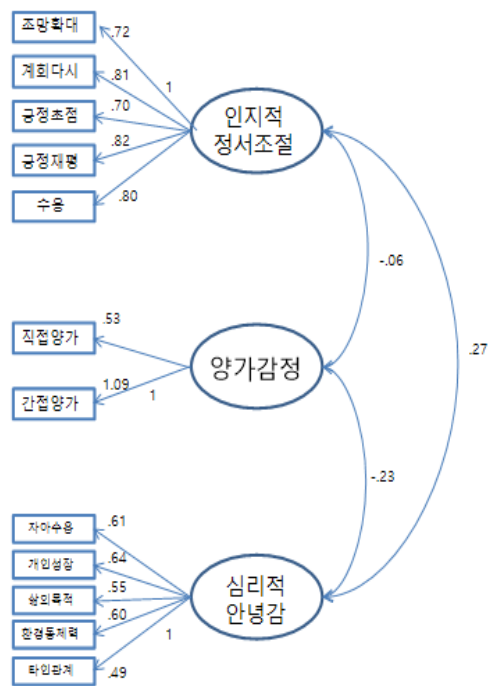
χ^2	df	NFI	TLI	CFI	RMSEA(90% 신뢰구간)
210.43***	51	.92	.92	.94	.06(.05-.07)

p<.001

다음으로 측정변수들의 요인부하량은 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타나 수렴타당성이 확인되었다. 잠재변인 간 상관관계수도 .06~.27 사이로 나타나 충분한 변별성을 가지는 것으로 확인되었다.

〈표 4〉 측정변수의 요인부하량

Construct	측정변수	요인부하량	표준화 요인부하량	C.R	p
인지적 정서조절	조망확대	1.00	.72		
	계획다시세우기	1.13	.81	19.81	***
	긍정적조점변경	.97	.70	17.27	***
	긍정적재평가	1.19	.82	20.03	***
	수용	1.11	.80	19.58	***
양가감정	직접양가	.84	.52	3.32	***
	간접양가	1.00	1.11		
심리적 안녕감	자아수용	1.41	.61	9.49	***
	개인성장	.96	.65	9.68	***
	삶의목적	.80	.55	8.99	***
	환경통제감	1.02	.60	9.41	***
	타인관계	1.00	.49		

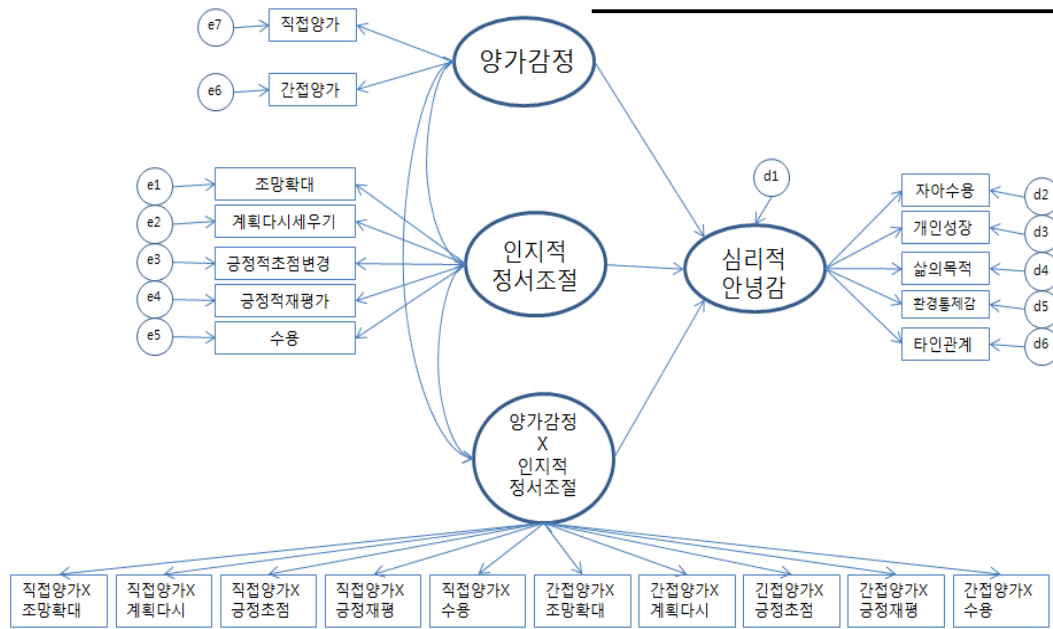
p<.001

[그림 2] 측정모델의 모수치 추정결과

2. 노부모에 대한 양가감정과 심리적 안녕감 간의 관계에서 인지적 정서조절의 중재효과

본 연구에서는 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 중년자녀의 인지적 정서조절이 중재할 것으로 보고 이를 검증하기 위해 [그림 3]과 같이 상호작용변수인 양가감정×인지적 정서조절 변수를 새로 생성하여 중년자녀의 심리적 안녕감과 관계의 실태를 살펴보았다.

회귀분석에서 독립변수와 조절변수 그리고 독립변수×조절변수를 동시에 투입하게 되면 다공선성 문제가 발생할 수 있는데 이를 해결하기 위하여 평균중심화(mean centering)를 이용하였다. 본 연구에서는 연구모델의 각 잠재변수에 연결된 관측변수들을 평균중심화 하였으며, 양가감정의 관측변수(직접양가감정(x1), 간접양가감정(x2))과 인지적 정서조절의 관측변수(조망확대(z1), 계획다시세우기(z2), 긍정적 초점변경(z3), 긍정적재평가(z4), 수용(z5))를 평균중심화한 상호작용변수를 생성(x1z1, x1z2, x1z3, x1z4, x1z5, x2z1, x2z2, x2z3, x2z4, x2z5)하여 분석을 실시하였다.



[그림 3] 인지적 정서조절의 중재역할에 관한 연구모형

연구결과는 <표 5>와 같다. 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 유의하게 나타났다($\beta = -.24, p < .001$), 인지적 정서조절도 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 유의하였다($\beta = .28, p < .001$). 노부모에 대한 양가감정과 중년자녀의 인지적 정서조절의 상호작용변수인 양가감정 $\times$ 인지적정서조절 변인 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타나($\beta = .09, p < .05$) 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과가 있는 것을 알 수 있다.

종합하면 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향은 중년자녀의 인지적 정서조절 수준에 따라 달라지는 것으로 나타났으며, 이는 중년자녀

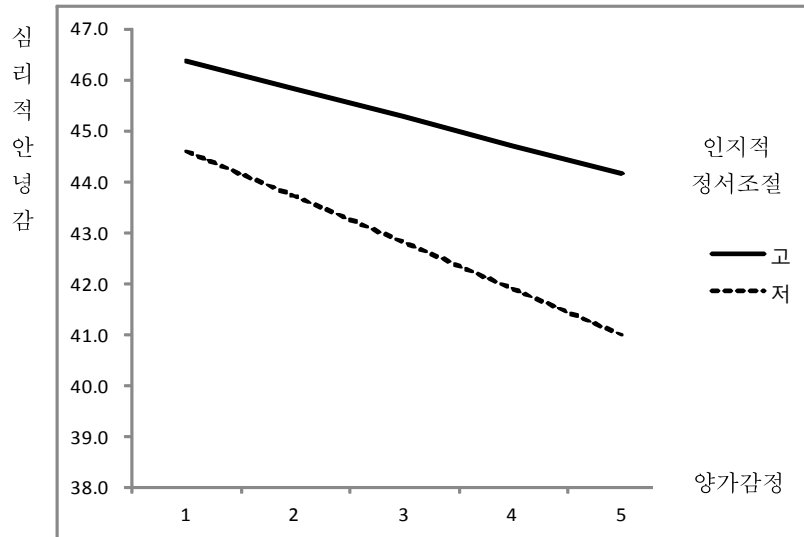
의 인지적 정서조절 수준이 중년자녀의 심리적 안녕감에 노부모에 대한 양가감정이 미치는 부적인 영향을 감소시키는 역할을 한다고 볼 수 있다. [그림 4]에서와 같이 중년자녀의 인지적 정서조절이 낮은 집단에 비해 높은 집단에서 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 부정적 영향이 감소하는 것을 확인할 수 있다.

중년자녀의 인지적 정서조절을 상하집단으로 나누어 모수치를 추정한 결과는 <표 6>과 같다. 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 정서조절이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 상대적으로 값이 낮은 것을 알 수 있다.

<표 5> 상호작용모델의 모수치 추정 및 통계적 유의성 검증 결과

변인 간 경로			B	β	S.E	C.R
양가감정	→	심리적 안녕감	-.64	-.24***	.16	-4.03
인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	.49	.28***	.08	5.62
양가감정 $\times$ 인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	.17	.09*	.02	2.01

* $p < .05$ *** $p < .001$



[그림 4] 인지적 정서조절의 중재효과 그래프

〈표 6〉 인지적 정서조절 상하 집단별 모수치 추정 및 통계적 유의성 검증 결과

변인 간 경로	정서상 집단	정서하 집단
	β	β
양가감정 → 심리적 안녕감	-.19*	-.25**

* $p < .05$ *** $p < .001$

2. 성별에 따른 인지적 정서조절의 중재효과

중년자녀의 성별에 따라 노부모의 의존성 및 과잉간섭과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계를 인지적 정서조절이 중재하는지 살펴본 결과, 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과가 중년남성에게는 나타나지 않았으며〈표

7〉, 중년여성은 노부모에 대한 양가감정이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 인지적 정서조절이 중재하는 것으로 나타났다〈표 8〉. 〈표 8〉에 나타난 바와 같이 노부모에 대한 양가감정이 중년여성의 심리적 안녕감에 미치는 영향은 유의하게 나타났으며($\beta = -.22, p < .001$), 인지적 정서조절도 중년여성의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 유의하였다($\beta = .35, p < .001$). 노부모에 대한 양가감정과 인지적 정서조절의 상호작용변수인 양가감정×인지적 정서조절 변인 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타나($\beta = .11, p < .05$) 인지적 정서조절이 중재효과가 있는 것을 알 수 있다.

종합하면 중년여성의 경우만 노부모에 대한 양가감정이 중년여성의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 인지적 정서조절이 조절하는 것으로 나타났다. 이는 중년여성의 경우 노부모에 대한 양가감정이 중년여성의 심리적 안녕감

〈표 7〉 중년남성의 인지적 정서조절의 중재효과

변인 간 경로			B	β	S.E	C.R
양가감정	→	심리적 안녕감	-.82	-.30*	.33	-2.45
인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	.14	.08	.17	.83
양가감정× 인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	-.01	-.04	.03	-.49

* $p < .05$

에 미치는 부정적인 영향을 인지적 정서조절이 감소시키는 역할을 한다고 볼 수 있다. [그림 5]에서와 같이 중년 여성 중 인지적 정서조절이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 노부모에 대한 양가감이 중년여성의 심리적 안녕감에 미치는 부정적인 영향이 적은 것을 확인할 수 있다.

중년여성의 인지적 정서조절을 상하집단으로 나누어 모수치를 추정한 결과는 <표 9>와 같다. 정서조절이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 노부모에 대한 양가감이 중년

여성의 심리적 안녕감에 미치는 영향이 상대적으로 낮아진 것을 알 수 있다.

중년남성은 인지적 정서조절의 중재효과가 나타나지 않았으므로 노부모에 대한 양가감이 자신의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 중재하는데 효과가 있는 다른 변인을 찾아볼 필요가 있을 것으로 생각된다.

<표 8> 중년여성의 인지적 정서조절의 중재효과

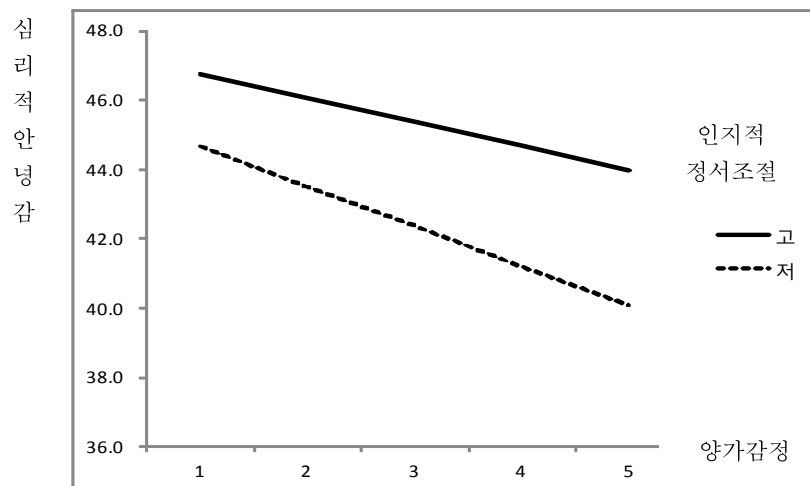
변인 간 경로			B	β	S.E	C.R
양가감정	→	심리적 안녕감	-.59	-.22***	.18	-3.32
인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	.60	.35***	.10	5.84
양가감정× 인지적 정서조절	→	심리적 안녕감	.05	.11*	.02	2.12

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

<표 9> 중년여성의 인지적 정서조절 상하 집단별 모수치 추정 및 통계적 유의성 검증 결과

변인 간 경로		정서상 집단	정서하 집단
		β	β
양가감정	→	심리적 안녕감	
		-.18*	-.26**

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



[그림 5] 중년여성의 인지적 정서조절의 중재효과 그래프

V. 결론 및 제언

본 연구는 노부모에 대한 양가감정과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에서 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과와 이에 대한 성별 차이를 살펴보았다. 주요 연구결과를 요약하고 선행연구들에 비추어 논의하면 다음과 같다.

첫째, 중년자녀의 인지적 정서조절은 노부모에 대한 양가감정이 심리적 안녕감에 미치는 부정적인 영향을 중재하였다. 즉 중년자녀의 인지적 정서조절 수준이 높을수록 노부모에 대한 양가감정이 중년자녀의 심리적 안녕감에 미치는 부정적인 영향이 줄어드는 효과가 있었다. 이는 선행연구에서 인지적 정서조절이 스트레스 등 정서적인 변인들과 심리적 안녕감 간의 관계를 조절하는 것으로 나타난 결과들(김소희, 2004; 김인정, 홍혜영, 2013; 최우경, 김진숙, 2012)과 유사한 결과이다. 본 연구에서도 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과가 검증됨으로써 노부모에 대한 양가감정을 조절하는 능력을 키우는 것이 중년자녀의 심리적 안녕감에 도움이 될 수 있다는 사실을 확인할 수 있었다.

양가감정은 모순된 감정이 서로 팽팽하게 맞서기 때문에 어느 한 감정을 포기해야만 갈등상황을 벗어날 수 있는데 그럴 수 없는 상태가 오래 유지되면 그만큼 스트레스와 긴장 상태가 지속되고 높아질 수밖에 없다. 인지적 정서조절은 정서적 경험을 재평가하거나 정서경험의 강도를 축소·강화시킴으로써 정서를 통제하는 방법이므로(유순화, 2014), 중년자녀가 양가감정이 높아졌을 때 긍정적인 인지정서조절 전략을 사용하여 자신의 부정적인 인식과 정서를 최소화해 나가는 것이 도움이 된다. 예를 들어, 부모와의 갈등 상황이 발생했을 때 자신만 유독 불행하다고 생각하기보다 인간사에 발생할 수 있는 다양한 일들을 떠올리며 더 넓은 관점으로 세상을 바라보거나, 현재 자신이 처한 상황을 있는 그대로 인정하고 수용함으로써 새로운 마음가짐으로 해결방법을 찾아 갈수도 있다. 또한 갈등 상황에서도 자신이 얻을 수 있는 좋은 점, 긍정적인 의미를 찾아보거나, 부모님과 좋았던 기억을 떠올리면서 부모님에 대해 미운 감정 보다는 측은지심을 가질 수도 있다. 자신이 좋아하는 일, 즐거운 일을 생각하거나 또는 실천하는 방법 등으로 양가감정을 관리할 수 있을 것이다.

서구의 연구에서도 일상적으로 사람들은 정서적으로 가까운 관계에서 양가적인 상황을 재정의하여 수용함으로써

써 양가감정을 완화시키는 방법을 사용할 수 있다고 제시한 바 있다(Connidis, 2015). 예를 들어, 부모 부양에서 형제들이 불공평하게 참여할 경우 다른 형제들의 불공평한 노력을 다른 이유로 정당화하거나, 과거 부모로부터 받았던 사랑을 떠올리면서 오히려 지금의 상황이 자신에게 도움 되는 측면을 떠올리거나, 더 나은 방법을 찾아보는 등의 방법으로 양가감정을 관리할 수 있는 것이다.

두 번째로, 성별을 구분하여 조절효과를 검증해 봤을 때, 중년남성은 인지적 정서조절의 조절효과가 나타나지 않았다. 이는 중년남성이 노부모에게 양가감정을 경험했을 때 양가감정을 조절하고 해결하는 다른 방식이 있을 수 있음을 시사한다. 반면 중년여성에게는 인지적 정서조절 전략이 효과가 있는 것으로 나타난 만큼 대부분 주부양자 역할을 수행하고 있는 여성을 위해서 인지적 정서조절 전략 능력을 키울 수 있는 훈련 프로그램이 도움이 될 수 있을 것이다.

본 연구에서 양가감정을 다루는 방안으로써 인지적 정서조절의 효과를 검증한 것은 선행연구를 통해 여러 학자들이 양가감정 관리의 중요성을 강조해 왔다는 점에서 의미가 있다(Connidis & McMullin, 2002; Lüscher, 2005; Lüscher, 2011). 앞으로 노부모에 대한 양가감정을 관리하고 학습하기 위한 대안으로 인지적 정서조절을 활용한다면 양가감정 수준을 낮추고 자신의 안녕감을 높이는데 기여하게 될 것이다. 이를 위해서는 부모자녀 관계 교육에 활용할 수 있는 인지적 정서조절 프로그램 개발이 필요하며, 교육과정 개선을 통해 중년자녀들이 노부모로부터 양가감정을 경험했을 때 수용, 계획 다시 세우기, 긍정적인 초점 변경, 긍정적인 재평가, 조망확대 등 긍정적인 마인드로 재빠르게 전환할 수 있도록 도와주는 프로그램이 제공되면 도움이 될 것이다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 의의는 다음과 같다. 먼저 조사의 용이성으로 인해 편의표집방식으로 표본을 추출함으로써 연구결과의 일반화에 한계가 있을 수 있다. 또한 심리적 안녕감 척도 사용에서 타당도 검사 결과 6개 하위요인 중 5개의 하위요인만을 분석에 사용한 점도 심리적 안녕감의 포괄적인 특성을 반영하지 못했을 수 있다는 점에서 제한으로 남는다. 중년남성의 양가감정 조절변인을 제대로 찾아내지 못한 점에 대해서는 추후 남성의 문제해결 방식에 관심 있는 연구자의 몫으로 남겨두고자 한다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구가 가지는 의의는 다음과 같다. 첫째, 기존의 노부모-성인자녀 관계 연구가

갈등 또는 결속 차원으로 이원화되어 접근했던 방식을 벗어나 새로운 관계지표로서 양가감정 개념을 활용하여 보다 심층적으로 부모자녀관계를 이해하고자 시도했다는 점이다. 둘째, 중년자녀의 인지적 정서조절의 중재효과가 검증됨으로써 일상적으로 노부모에 대한 양가감정을 관리할 수 있는 실천적인 함의가 도출되었다는 점이다. 이상의 연구를 통해 중년자녀가 직면한 다양한 발달과업을 극복하고 부모자녀관계 향상과 나아가 개인과 가족의 행복을 증진시키기 위한 실질적인 대안 마련의 기초자료로 활용될 수 있기를 기대한다.

주제어: 양가감정, 인지적정서조절, 부모자녀관계, 심리적안녕감

REFERENCES

- 김인경, 홍혜영(2013). 복합외상 경험자들의 외상관련 정서와 용서의 관계-인지적 정서조절전략의 조절효과. *한국심리학회지: 일반*, 32(2), 453-491.
- 김소희(2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김유경, 이진숙, 손서희, 조성호, 박신아(2018). *중장년층 가족의 이중부양 부담구조 변화와 대응방안 연구*. 세종: 한국보건사회연구원
- 문정희, 안정신(2014). 노부모에 대한 성인자녀의 양가감정 탐색. *한국노년학*, 34(2), 409-429.
- 문정희, 안정신(2016). 노부모의 의존성 및 과잉간섭과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에 있어 노부모에 대한 양가감정의 매개효과: 자녀의 성별차이를 중심으로. *대한가정학회지*, 54(3), 227-238.
- 안정신(2005). 중노년기 미국성인들의 심리적 복지감: 전 생애 발달과정의 부모자녀관계와 생산감 발달의 영향. *한국노년학*, 25(2), 245-266.
- 안지현, 이승연(2013). 중학생의 내현적 자기애, 수치심, 분노, 반응적 공격성의 관계와 적응적인 인지적 정서조절의 역할. *한국심리학회지: 발달*, 26(1), 61-84.
- 유순화(2014). 대학생의 인지적 정서조절과 심리적 안녕감 간의 관계. *청소년복지연구*, 16(2), 183-202.
- 이신숙(2013). 노부모가 인지하는 성인자녀에 대한 양가감정에 관한 연구. *한국생활과학회지*, 22(6), 633-647.
- 이유현, 정소희, 최웅용(2014). 성별에 따른 인지적 정서조절전략이 중학생의 또래관계에 미치는 영향. *상담학연구*, 15(6), 2491-2508.
- 최우경, 김진숙(2012). 대학생의 생활스트레스와 자살생각과의 관계: 인지적 정서조절의 조절효과와 매개효과. *상담학연구*, 13(1), 255-272.
- Birditt, K. S., Fingerman, K. L., & Zarit, S. H. (2010). Adult Children's problems and successes: Implications for intergenerational ambivalence. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65B(2), 145-153.
- Connidis, I. A., & McMullin, J. A. (2002). Sociological ambivalence and family ties: A critical perspective. *Journal of Marriage and Family*, 64(3), 558-567.
- Connidis, I. A. (2015). Exploring ambivalence in family ties: progress and prospects. *Journal of Marriage and Family*, 77(1), 77-95.
- Fingerman, K. L., Pitzer, L., Lefkowitz, E. S., Birditt, K. S., & Mroczek, D. (2008). Ambivalent relationship qualities between adults and their parents: Implications for the well-being of both parties. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 63(6), 362-371.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1659-1669.
- Guo, M., Chi, I., & Silverstein, M. (2013). Sources of older parents' ambivalent feelings toward their adult children: The case of rural china. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 68(3), 420-430.
- Kiecolt, K. J., Blieszner, R., & Savla, J. (2011). Long-term influences of intergenerational ambivalence on

- midlife parents' psychological well-being. *Journal of Marriage and Family*, 73(2), 369-382.
- Keyes, C. L. M., & Ryff, C. D. (1998). *Generativity in adult lives: social structural contours and quality of life consequences*. In D. P. McAdams & E. de St. Aubin(Eds.), *Generativity and Adult Development: How and why we care for the next generation*(p.227-263). Washington: American Psychology Association.
- Lendon, J. P., Silversten. M., & Giarrusso. R. (2014). Ambivalence in older parent-adult child relationships : mixed feelings, mixed measures. *Journal of Marriage and Family*, 76(2), 272-284.
- Lowenstein, A. (2007). Solidarity - Conflict and ambivalence: Testing two conceptual frameworks and their impact on quality of life for older family members. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 62(2), S100-S107.
- Lüscher, K. (2004). Conceptualizing and uncovering intergenerational ambivalence. In K. Pillemer & K. Lüscher(Eds), *Intergenerational ambivalences: New perspectives on parent-child relations in later life*, *Contemporary Perspectives in Family Research*(4), Emerald Group Publishing Limited, 23-62.
- Lüscher, K. (2005). Looking at ambivalence: the contribution of a "new - old" view of intergenerational relations to the study of the life course. *Advances in Life Course Research*, 10, 93-128.
- Lüscher, K. (2011). Ambivalence: A "sensitizing construct" for the study and practice of intergenerational relationships. *Journal of Intergenerational Relationships*, 9(2), 191-206.
- Lüscher, K., & Pillemer, K. (1998). Intergenerational Ambivalence: A new approach to the study of parent-child relations in later life. *Journal of marriage and the family*, 60(2), 413-425.
- Pillemer K., & Lüscher, K. (2003). *Intergenerational ambivalences: New perspectives on parent-child relations in later life*. West Yorkshire: Emerald Group Publishing Limited
- Pillemer, K., & Suitor, J. J. (2002). Explaining mothers' ambivalence toward their adult children. *Journal of Marriage and Family*, 64(3), 602-613.
- Rees, L., Rothman, N. B., Lehavey, R., & Burks, J. S. (2013). The ambivalent mind can be a wise mind: Emotional ambivalence increases judgement accuracy. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49(3), 360-367.
- Suitor, J. J., Gilligan, M., & Pillemer, K. (2011). Conceptualizing and measuring intergenerational ambivalence in later life. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 66B(6), 769-781.
- Zygowicz, S. D. (2006). Interpersonal complementarity and intergenerational ambivalence: parent-adult child relationship. Unpublished doctor's thesis. University of Arizona state, United States of America

Received 29 April 2019;

1st Revised 07 June 2019;

Accepted 21 June 2019