

# 중년기 장기결혼 유지 기여요인에 관한 질적 연구

## A Qualitative Study on Factors Contributing to Maintaining Long-Term Marriage in Middle Age

이지선\*

전북대학교 생활과학과 아동가족학전공 박사\*

Lee, Jiseon\*

Department of Human Ecology, Jeonbuk National University

### Abstract

This study explored the factors contributing to the long-term marriages of middle-aged married men and women who had been married for over 20 years through narrative inquiry. Participants included three men and three women, all married for over 20 years after their first marriage and with children. The analysis was based on Clandinin and Connelly's three-dimensional exploratory space. The analysis revealed that the factors contributing to the participants' long-term marriages were structured around the metaphor of "a lighthouse". Contributing factors were classified into individual system level, marital family system level, and social system level. 'Solid foundation' and 'the lighthouse keeper's dedication' in the individual system level, 'light of trust', 'light of hope', and 'light of communication' in the marital family system level, 'flash of god and relationship', and 'the energy that moves the lighthouse' in the social system level were discussed.

**Keywords:** Long-term marriage, Middle age, Contributing factors, Narrative inquiry

## I. 서론

인간은 사회적 존재로서 관계 속에서 자신을 이해하고, 타인과의 상호작용을 통해 정체성과 소속감을 형성하며 삶의 의미를 구성한다. 이러한 인간 본성은 결혼이라는 제도적 장치를 통해 구체화된다. 결혼은 개인과 사회를 연결하는 핵심 제도로, 단순한 법적 결합을 넘어 정서적·경제적·문화적 차원에서 상호 의존하는 공동체를 형성하는 과정이다(Olson et al., 2008; Williams et al., 2006). 결혼은 개인의 정체성과 자존감을 강화하고(Papalia et al., 2009), 삶의 질과 행복에 기여하며(Robles et al., 2014), 가족과 사

회의 지속가능성을 지탱하는 기초 단위이다.

그러나 현대사회에서 결혼의 의미와 기능은 급격히 변화하고 있다. 산업화 이전에는 생존과 가문 유지, 경제적 협력의 필수 과업으로 여겨졌으나, 후기 근대 사회에서는 개인이 선택하는 삶의 방식 중 하나로 변모하였다. 김예리(2009)는 결혼을 "공식적 일부일처 관계이자 정서적 융합과 경제적 공유, 자녀 출산과 법적 책임을 담보하는 제도"로 정의하면서, 오늘날 결혼이 규범적 과업이 아닌 선택적 과업으로 변화하고 있음을 지적한다. 통계청(2022)에 따르면 "결혼은 반드시 해야 한다"고 응답한 비율은 2012년 62.7%에서 2022년 50%로 감소하였고, 특히 20~30대에

본 논문은 저자의 박사학위 논문을 수정·보완한 것임.

\* Corresponding author: Lee, Jiseon

Tel: \* 개인정보 표시제한

E-mail: jiseon@jbnu.ac.kr

© 2026, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

서 결혼의 필요성을 낮게 인식하는 경향이 두드러진다. 조혼인율 또한 1970년대 초 9.2건에서 2022년 3.7건으로 줄었고, 2022년 혼인 건수는 2011년 대비 약 40% 감소하였다(통계청, 2023). 이는 경제적 불안, 주거 비용, 성평등의식 확대, 개인주의 가치관 등 복합적 요인이 결혼감소에 영향을 미치고 있음을 시사한다.

이혼 양상도 주목할 만하다. 2022년 전체 이혼 건수는 9만 3천 건으로 전년 대비 감소했지만, 혼인 지속기간별로 보면 '20년 이상 장기결혼 부부'의 이혼 비율이 35.6%로 가장 높고, 30년 이상 부부의 비율도 16%에 달한다(통계청, 2023). 이른바 '황혼이혼'의 증가는 장기결혼이 자동적으로 안정성을 보장하지 않음을 보여준다. 고령화와 평균수명 연장, 가치관 변화, 여성의 경제적 자립 등과 맞물려, 오랜 결혼생활 끝에 관계를 해체하는 사례가 증가하고 있다. 그럼에도 불구하고 결혼은 여전히 개인과 사회에 긍정적인 기능을 제공한다. 결혼은 행복감, 삶의 만족, 신체적 건강, 수명, 정체성·자존감 형성에 기여하며, 개인의 웰빙과 사회적 통합에 실질적으로 기여하는 제도로 확인된다(Appleton & Bohm, 2001; Be et al., 2013; Robles et al., 2014; Papalia et al., 2009; Whisman et al., 2018). 따라서 "어떤 요인이 결혼을 유지하게 하는가?"라는 질문은 학문적·사회적 차원에서 중요한 과제이다.

장기결혼(long-term marriage)의 기준은 연구자마다 다르지만, 다수의 연구는 혼인 20년 이상을 장기결혼으로 정의한다(Appleton & Bohm, 2001; Fields, 1983; Fincham et al., 2002; Kaslow & Robison, 1996; Levenson et al., 1993). 한국의 평균 초혼 연령(남 33.9세, 여 31.6세)을 고려하면, 20년 이상 결혼을 유지한 부부는 대체로 40~59세의 중년기에 해당한다. 이 시기는 자녀의 성장·독립, 부모 부양, 은퇴 준비 등 중요한 전환기를 맞이하며, 신체적·심리적 변화와 사회적 역할 변화가 중첩되는 시기이다(이은영, 왕은자, 2017). 이러한 변화는 부부관계의 긴장을 높이기도 하고, 새로운 동반자 관계를 형성하는 기회가 되기도 하므로, 중년기 장기결혼 부부의 경험을 탐구하는 것은 결혼 유지 요인을 밝히는 데 중요한 의미가 있다.

국내 연구들은 장기결혼 유지 요인으로 신앙, 가치관 공유, 상호 신뢰와 헌신, 애정, 긍정적 관심과 지지, 여가생활, 경제적 안정성, 평등한 의사소통, 자녀 양육과 가족 돌봄 등을 제시하였다(김경진, 2011; 김혜경, 2013; 노진숙 외, 2014; 윤운하, 2018; 정선이, 김현주, 2017). 국외 연구에서는 사랑과 우정, 유머, 상호 존중, 효과적인 의사소통과 지지, 신뢰, 종교적 신념, 공동의 목표, 함께함(togetherness)

등이 장기결혼의 핵심 요인으로 제시되었고(Appleton & Bohm, 2001; Bachand & Caron, 2001; Kaslow & Robison, 1996; Lauer et al., 1990; Nimitz, 2011), 유럽 연구에서는 경제적 안정성보다 상호 신뢰·존중, 자녀와의 관계, 정서적 유대, 의사소통 단절과 정서적 거리, 불평등한 관계 구조 등 관계의 질을 강조하였다(Knöpfli et al., 2016; Perrig-Chiello et al., 2015). 아시아에서는 전통적 가족 가치, 책임, 체면 유지 등이 장기결혼에 영향을 미치는 요인으로 나타나며, 한국의 유교적 가족문화와도 맥락을 공유한다. 그러나 국내 선행연구는 주로 설문조사와 통계 분석에 기반한 양적 연구가 많아, 장기간에 걸친 결혼 유지 과정과 그 의미를 맥락적으로 조명하는 데 한계가 있다(김경진, 2011; 김혜경, 2013; 노진숙 외, 2014; 윤운하, 2018; 정선이, 김현주, 2017). 따라서 질적 연구를 통해 장기결혼에 대한 다양하고 깊이 있는 의미들을 도출할 필요가 있다.

국내외 연구를 종합하면, 장기결혼 유지 요인은 정서적 요인(사랑, 존중, 신뢰, 헌신, 유머 등), 의사소통과 갈등 해결 방식, 자녀 및 부모 부양 등 가족 관련 과업, 경제적 안정과 공동의 삶의 목표, 종교적 신념과 공동체 가치 등으로 범주화할 수 있다. 그러나 이러한 요인들이 장기간의 결혼생활 속에서 어떻게 구체적으로 경험되고 재구성되는지는 양적 연구만으로 충분히 설명되기 어렵다. 더구나 한국 사회는 초고령 사회로 진입하여 평균수명이 1970년대 60세대에서 2022년 83세를 넘어섰으며, 부부가 함께 살아가는 기간이 50년 이상이 되는 경우도 늘고 있다. 그런데도 황혼이혼 증가가 보여주듯, 혼인 기간의 증가가 결혼 안정성을 보장하는 것은 아니다. 따라서 장기결혼을 지속하게 하는 요인을 탐구하는 일은 중년 이후 부부와 가족의 삶의 질을 위해 중요한 과제가 된다. 이러한 맥락에서 본 연구는 혼인 20년 이상을 유지한 중년기 기혼남녀를 대상으로 장기결혼 유지에 기여한 요인을 질적으로 탐구하고자 한다.

내러티브 탐구방법은 개인과 부부의 경험을 시간적 흐름과 맥락 속에서 이해할 수 있도록 하며, 참여자가 자신의 삶을 이야기하는 과정에서 의미를 발견하고 재구성하는 방식을 중시한다(Clandinin & Connelly, 2000). 이는 장기결혼이라는 긴 시간의 과정을 단순한 변수의 조합이 아니라 살아있는 경험과 이야기의 차원에서 탐색하게 한다는 점에서 의의가 있다.

본 연구의 목적은 첫째, 중년기 장기결혼 부부가 경험한 삶의 맥락을 시간적 흐름 속에서 탐색하는 것이고, 둘째, 장기결혼 유지에 기여한 요인을 도출하여 부부 상담, 가족 교육, 정책적 지원에 활용할 수 있는 기초자료를 제공하는 것

이다. 이를 통해 황혼이혼 증가라는 사회적 현실 속에서 장기결혼의 가치를 재조명하고, 한국 사회의 가족정책과 중년기 부부 지원 전략 수립에 기여하고자 한다.

내러티브 탐구에서는 구성주의적이고 다중적인 측면을 전달하기 위해 전통적인 연구문제 대신 ‘연구퍼즐’이라는 용어를 사용한다. 이는 내러티브 탐구가 주제와 관련된 단일한 해답을 제시하기보다 연구자의 궁금증과 ‘wonder’를 출발점으로 삼기 때문이다(Hong, 2009). 연구참여자들의 삶은 고유하고 독특한 경험이며 정답이 존재하지 않으므로, 본 연구에서 설정한 연구퍼즐은 ‘중년기 장기결혼 유지에 기여한 요인은 무엇인가?’ 이다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구절차 및 참여자 선정

#### 1) 내러티브 탐구 절차

Clandinin과 Connelly(2000)는 내러티브 탐구의 수행 과정을 5단계로 제시하였으나 본 연구에서는 네 가지 주요 단계를 적용하였다. 현장으로 들어가기, 현장에서 현장 텍스트로, 현장 텍스트 구성하기, 현장 텍스트에서 연구 텍스트로의 단계로 각 단계는 고정된 순서로 구분되기보다 유기적으로 반복되고 중첩되며 진행된다(염지숙, 2003; Clandinin, 2013).

##### ① 현장으로 들어가기

이 단계는 연구자가 연구참여자를 선정하고, 연구를 위한 현장을 물색하며, 참여자와의 라포를 형성하는 초기 탐색이 이루어진다. 내러티브 탐구는 연구자의 개인적 관심과 경험으로부터 시작되므로, 연구자는 자기 경험에 대한 성찰을 통해 탐구 주제를 설정하고 참여자와 관계 맺기를 시작한다(김이준, 2019; Clandinin & Connelly, 2000).

##### ② 현장에서 현장 텍스트로

이 단계는 참여자의 삶의 경험에 대한 이야기를 수집하고 기록하는 실제적 탐구과정으로, 연구자는 참여자의 내러티브를 경청하면서 면담, 대화, 관찰 등을 통해 텍스트를 만들어간다. 본질적으로 관계적인 방법인 내러티브 탐구이므로, 연구자는 참여자와의 상호작용 속에서 ‘가깝지만 약간의 거리두기’라는 긴장 상태를 조율하면서, 삶의 맥락을 함께 바라본다(Clandinin, 2013; Clandinin & Connelly, 2000).

##### ③ 현장 텍스트 구성하기

현장 텍스트는 참여자의 삶의 기록으로, 면담 녹취록, 대화 내용, 연구일지, 편지, 사진 등 다양한 형식으로 구성될 수 있다. 이 텍스트는 연구자와 참여자가 공동으로 구성하며, 단순 정보 수집이 아닌, 참여자의 삶의 경험과 그 의미가 드러나는 이야기로 구성된다(김지선, 서미아, 2020; 류소영, 2014; Clandinin & Connelly, 1994).

##### ④ 현장 텍스트에서 연구 텍스트로

이전 단계에서 수집된 텍스트를 기초로 자료를 분석하고, 이야기의 의미를 해석하여 연구 결과물로 구성하는 과정이다. 단순히 이야기 내용을 요약하거나 해석하는 것을 넘어, 참여자의 삶에 대한 경험이 다시 살아나도록 구성하는 데 초점을 둔다. 연구자는 이 과정에서 연구의 정당성, 연구대상의 본질, 그리고 연구방법에 대한 성찰을 지속해야 한다(홍영숙, 2018; Clandinin, 2013; Clandinin & Connelly, 2000).

#### 2) 연구참여자 선정

본 연구는 장기결혼 유지 경험에 나타난 기여요인을 탐색하기 위해 20년 이상 결혼생활을 유지하고 있는 중년기 시기의 기혼남녀를 대상으로 선정하였다. 연구참여자 선정은 연구목적에 부합하는 양질의 자료를 제공할 대상자를 신중하게 선정하는 것이 중요하다(Patton, 1990). 특히 내러티브 탐구는 연구의 특성상 참여자와 연구자가 서로 협업의 과정으로 동행하기 때문에 참여자 선정은 매우 중요한 부분이라고 할 수 있다.

본 연구에서 참여자의 구체적 선정 기준은 초혼 후 결혼생활을 20년 이상 지속, 유자녀, 핵가족 구성형태, 결혼생활 지속의사가 있는 중년기 여성과 남성 각 3명을 최종 선정하였다. 초혼으로 한정된 이유는 재혼은 새롭게 형성된 가족관계에 적응하면서 독특한 어려움이 직면하는(김효순, 2015) 등의 결혼생활의 특수한 역동이 발생할 수 있는 여지가 있기 때문이다. 또한, 자녀는 결혼을 지속시키는 보호 요인으로 관계 유지에 긍정적 영향을 미치므로 장기결혼 유지와 상당한 연관이 있어(Anderson, 2005) 자녀가 있는 참여자로 제한하였다.

본 연구의 연구참여자 정보는 <표 1>과 같다.

### 2. 자료수집 및 분석 방법

자료수집을 위한 심층 면담은 2023년 9월부터 2024년 2

〈표 1〉 연구참여자 정보

성명(가명)	성별	연령	결혼유지 기간	직업	가족구성	자녀동거유무
미영	여	56	29년	회사원	남편, 자녀3	동거
중훈	남	53	26년	교사	아내, 자녀2	동거
은영	여	45	21년	상담사	남편, 자녀2	비동거
상현	남	47	21년	공무원	아내, 자녀2	동거
은주	여	53	29년	공무원	남편, 자녀2	비동거
동호	남	47	23년	공무원	아내, 자녀3	동거

월까지 진행되었으며, 이후 연구 텍스트를 구성하고 지속적으로 검토하면서 추가할 부분에 대해서는 문자나 전화를 이용하여 진행되었다. 면담 횟수는 최소 2회에서 최대 3회까지 연구참여자가 경험을 충분히 이야기할 때까지 진행하고 면담시간은 한 주의 간격을 두고 1시간 30분에서 최대 2시간 30분까지 진행되었다. 면담 장소는 참여자가 편안하고 안정감 있는 독립된 공간에서 이루어질 수 있도록 참여자가 선택하도록 하였다.

면담 내용은 외부유출을 방지하기 위해 녹음기를 사용했으며 이후 전사하여 텍스트를 작성하고 반복하여 정독하고, 연구자 일지와 현장노트 등을 활용해 해석과 재해석을 통한 분석과정을 거쳤다.

### 3. 연구의 엄격성과 윤리적 고려

엄격성이란 질적 연구를 수행하여 얻은 결과에 대해 얼마나 신뢰할 수 있는냐(Padgett, 2017)로, 본 연구에서는 Padgett(2017)이 제안한 삼각측정(triangulation), 동료검토(peer debriefing), 참여자 확인(member checking)의 검증 적용하였다. 이는 연구 텍스트가 신뢰할 수 있는지를 검토하고 의견을 반영하기 위함이며 텍스트를 분석함에 있어 내용을 공유하여 그들의 경험의 의미가 오염되는 것을 방지하기 위함이다. 이러한 검증의 과정은 질적 연구의 경험이 있는 박사 2인, 특별히 내러티브 탐구를 선행한 박사 1인과의 동료 검증과 삼각검증법(triangulation)을 고려해 심층 면담 자료 이외에 참여자 소감과 연구일지 등 다양한 현장 텍스트를 참고하였으며, 의미해석의 오류를 최소화하기 위해 연구참여자의 확인을 거쳐 수정·보완의 과정을 거쳤다.

연구에 대한 윤리적 책임을 다하기 위해 기관생명윤리위원회(Institutional Review Board)의 승인 후 연구를 시행하였고, 연구 시작 전 동의서에 대한 설명과 동의 절차, 참여자 편의를 위한 장소/시간, 연구 참여 과정에서 발생할

수 있는 심리/정서적 고충에 대한 대처방법, 녹음파일 및 정보 처리절차 등을 충분히 고지하고 연구참여자 보호를 최우선으로 하는 지속적 검열을 실시하였다.

## III. 연구 결과

연구결과, 참여자들은 결혼유지 요인을 개인, 배우자, 가족, 외부요인으로 범주화하여 서술하였으며, 연구자는 텍스트를 반복적으로 숙독하며 경험의 내용과 의미를 도출하였다. 이를 토대로 참여자 내러티브에 기반한 기여요인은 은유적 표현을 들어 구성하고 분석하였다.

연구 텍스트를 통해 참여자의 삶을 이해하고자 할 때 은유를 활용하는 것은 내러티브의 해석을 더욱 풍부하게 하며, 인간 경험의 의미에 깊이 접근하는 방법이다(Clandinin & Connelly, 2000). 따라서 본 연구는 심층면접을 통해 도출된 개념들을 범주화하는 과정에서, 중년기 장기결혼 유지의 복합적인 기여요인들을 형상화하기 위해 ‘등대’라는 은유적 분석 틀을 적용하였다. 등대는 외딴 해안이나 섬 등에 구축되어 항해 선박에게 진로를 안내하고 위험을 경고하는 항로표지로, 거센 풍랑과 악천후 속에서도 제자리를 지키며 지속적으로 빛과 신호를 제공한다(한국항로표지기술훈, 2024). 이처럼 연구참여자들의 20년 이상 장기결혼 유지에 기여한 은유로서의 등대는 결혼이라는 기나긴 항해의 과정에서 삶의 중요한 지표가 되어줄을 나타낸다.

연구참여자들의 장기결혼 유지 경험은 지금도 여전히 진행되고 변화되는 이야기로 지금까지 참여자들의 결혼을 유지하는 데 기여한 등대의 의미는 ‘견고한 기반’, ‘빛지기의 헌신’, ‘신뢰의 빛’, ‘희망의 빛’, ‘소통의 광선’, ‘신(神)과 연(緣)의 섬광’, ‘등대를 움직이는 힘, 에너지’의 은유로 구성되었다. 이는 구체적으로 코딩 단계에서 발견된 삶의 지탱, 무조건적인 헌신, 갈등 속의 지표, 부부간 신뢰와 정서적 지지, 자녀에 대한 희망, 종교적 신념, 부부를 결합하

는 근원적인 에너지 등을 명명하여 질적 자료의 의미를 상징적으로 구체화하였다. 이러한 은유적 범주화는 현상의 본질을 보다 직관적이고 체계적으로 설명하기 위한 기초 단계로 수행되었다.

### 1. 견고한 기반

결혼생활은 원가족에서 형성된 경험과 정체성이 토대가 되어, 부부 관계에서의 상호작용 방식과 위기 대처에 중요한 영향을 미친다. 바닷가에 세워진 등대가 단단한 지반 위에서 거센 풍랑을 견디듯, 결혼을 지탱하는 힘 역시 삶의 초기 환경에서 형성된 견고한 가치와 신념에서 비롯된다.

연구참여자들은 20년 이상 결혼을 이어나며 관계 갈등, 돌발 사건, 양육 부담 등 다양한 난관을 겪었지만, 흔들리지 않는 내적 신념이 방향을 잃지 않게 해주는 등대 역할을 했다. 특히 미영씨는 시집살이와 남편과의 위기, 혼자서의 양육 과정에서 좌절을 경험했지만, 교육과 인간다움을 중시했던 친정 부모님의 믿음과 삶의 태도가 심리적 지반이 되어주었다. 부모에게서 전수된 강직 하면서도 유연한 가치관은 그녀가 고난을 성장의 경험으로 전환하도록 돕는 중요한 자원이 되었다.

*친정 부모님은 가정교육을 중요하게 생각하셨어요. 사람은 어떻게 살아가야 하는지 늘 얘기하셨죠. 아무리 힘들어도 자기일은 꼭 참고 해야 한다고 부모님이 늘 실천하고 사시니까 저나 다른 동생들도 배울 수밖에 없었죠. 제가 지금까지 살아오는데 아버지나 어머니의 그런 가르침이 큰 힘이 됐죠. 힘들고 어려워도 크게 벗어나지 않는 삶을 살 수 있었고 그거는 흔들리지 않는 저의 강한 신념, 세상을 바라보는 가치 신념이라고 할 수 있겠네요.*  
(미영씨의 내러티브)

### 2. 빛지기의 현신

등대는 혼자서 있는 것처럼 보이지만, 늘 함께하는 등대지기의 보살핌과 희생이 있어야 제 역할을 한다. 변화무쌍한 자연과 맞서며 안전한 항해를 돕는 등대지기의 현신은 분명한 의미와 가치를 지닌다. 이는 결혼생활에서도 발견되며, 연구참여자들은 결혼을 유지하기 위해 자신과 배우자의 지속적인 현신이 필수적이라고 강조했다. 결혼은 두 사람의 결합에서 시작되지만, 시대와 처가 등 확장가족의 관계 속에서 다양한 기대가 제기된다. 참여자들은 현실적

으로 수용 가능한 기대라면 기쁘게 감당하려 했고, 이러한 상호 현신은 배우자에 대한 사랑과 존경을 더욱 깊게 만든다고 말했다.

예를 들어, 종훈씨는 가족과 함께하는 시간을 무엇보다 소중히 여겨 주말 캠핑, 요리, 영화 관람, 산책까지 적극적으로 챙겼다. 이에 아내와 자녀들은 고마움을 표현하며, 아내 또한 시누이들을 성심껏 대접해 남편의 현신에 응답했다. 그는 아내의 이런 모습을 보며 서운했던 감정이 사라지고 더욱 사랑스러워졌다고 말한다. 이처럼 서로를 위한 현신은 결혼을 지속시키는 중요한 자원으로 기능하고 있었다.

*예전에 아이들 어릴 때 거의 매주 캠핑을 갔어요. 가족들이 캠핑 가서 맛있는 것도 해 먹고 속 깊은 이야기도 하고 그런 게 저는 좋아서 하는데 가족들이 쉬는 날에도 뭔가를 왜 그렇게 열심히 하느냐고 좀 쉬기도 하라고 그래요. 그러면서 애들이 우리는 아빠 없으면 안 된다고 해요. 그리고 감사하다고. 아내는 저한테 당신 애쓰다 참 고마워라고 말해주고요. 저는 누님만 다섯이 계시잖아요. 누님들하고 나이 차이도 많이 나고 불편할 만도 한데 우리 집사람은 그냥 막냇동생처럼 그렇게 살갑게 잘해요.*

(종훈씨의 내러티브)

### 3. 신뢰의 빛

결혼을 결정하는 데 가장 핵심적인 요인은 상대에 대한 믿음과 신뢰이다. 혼자가 아닌 둘의 삶을 살아가기 위해서는 서로를 향한 확신이 필수적이다. 등대의 빛이 일정하고 규칙적이어야 항해자가 길을 잃지 않듯, 부부관계 역시 서로에 대한 신뢰를 바탕으로 해야 안전한 여정을 이어갈 수 있다. 각자의 역할을 성실히 수행하며 보내는 안정된 ‘빛’은 관계의 방향을 비추는 신호가 되고, 잠시 흔들릴 때라도 시 연결될 수 있는 지지대가 된다.

연구참여자들은 배우자에 대한 신뢰가 예기치 않은 위기를 이겨내는 중요한 자원이 되었다고 말했다. 책임감 있는 행동, 성실한 태도, 가족을 우선하는 삶을 보며 형성된 믿음은 결혼생활의 안정감과 지속 의지를 강화했다. 작은 신뢰의 축적이 결국 결혼을 지탱하는 단단한 확신으로 이어진 것이다.

*남편을 믿었던 것 같아요. 남편에 대한 믿음은 처음부터 지금까지 그대로. 그러니까 예를 들어서 이렇게 갈등*

상황이 되어도 돌아올 것이다. 이런 믿음도 있었던 것 같고 항상 진실하고 연애 때도 늘 그 자리에서 든든하게 믿음직스럽게. 그리고 아이들한테도 믿음직한 아빠로 늘 옆에서 잘해요. (미영씨의 내러티브)

아내 말 들어서 안 좋을 게 없다. 지금까지 아내 말 들어서 다 잘된 것 같다 이렇게 이야기하고 싶네요(웃음). 저는 그냥 아내를 많이 신뢰해요. 부모님 세세한 것까지 다 신경 쓰고 아이들은 말할 것도 없고요. 자기가 한 약속도 항상 잘 지키고 그런 아내를 보면 결혼을 잘했다는 생각이 들고 고맙고 그러죠. (동호씨의 내러티브)

#### 4. 희망의 빛

바다는 언제나 폭풍으로 변할 수 있지만, 멀리 보이는 등대의 불빛은 항해자에게 방향과 희망을 제공한다. 연구참여자들은 자녀가 바로 그런 존재라고 말했다. 결혼은 두 사람의 관계에 외부 환경과 위기가 끊임없이 영향을 미치지만, 자녀는 부모에게 삶의 의미와 목표, 감정적 안정감을 주며 관계를 붙잡아주는 보이지 않는 이음줄이 된다. 자녀의 존재 자체가 위기를 견디고 결혼을 계속 이어가게 하는 힘이 되어 가족 유대와 활력을 강화한다. 여섯 명 모두 자녀가 결혼지속의 핵심 요인이라고 답했으며, 특히 은주씨는 수많은 위기 속에서도 결혼을 지켜낸 가장 큰 이유가 자녀였다고 말한다. 즉, 자녀는 장기결혼을 유지하게 만드는 가장 강력한 희망의 빛으로 기능하고 있었다.

지금까지 살아온 건 전부 아이들이 있었기 때문에 견딜 수 있었어요. 신혼 때부터 아무리 힘들어도 아이들을 생각하면 참을 수 있었고 참아야만 했어요. 아이들한테 상처 주는 일은 절대로 안 되니까. (은주씨의 내러티브)

상현씨는 어린 시절 아버지를 일찍 잃어 아버지 역할 모델이 없었고, 그로 인해 양육과 관계 형성이 서툴렀다. 그러나 자녀에 대한 사랑을 무엇보다 우선시하며 자료를 찾아 배우고, 갈등이 생기면 자신의 태도를 돌아보며 화해를 시도하는 노력을 기울였다.

한 번씩 생각해요. 혼자 있으면 어떨까. 근데 힘들겠다는 생각을 많이 하거든요. 무엇보다 애들이 있잖아요. 결혼하고 귀한 소중한 애들이 있으니까 제가 잘 지켜야 하는 거니까요. 어릴 때 아버지랑 기억이 별로 없어서 저는

아이들한테 좋은 아빠가 되고 싶고 잘하고 싶고 제가 사는 이유죠. (상현씨의 내러티브)

#### 5. 소통의 광선

인간의 삶은 본질적으로 관계적이며, 그 관계를 유지·발전시키는 핵심은 소통이다. 가족관계 중에서도 부부간 소통은 이해, 존중, 갈등 해결, 관계 만족을 좌우하는 결정적 요인으로 나타났다. 소통이 부족하면 오해와 갈등이 심화될 수 있지만, 명확하고 진솔한 소통은 관계를 안전하게 이끄는 등대의 광선과 같은 역할을 한다.

연구참여자들의 내러티브에 따르면, 효과적인 소통은 상대의 감정과 관점을 공감적으로 듣고 인정하는 과정에서 시작된다. 이를 통해 신뢰가 형성되고 갈등을 건설적으로 해결할 수 있으며, 서로의 욕구·계획·목표를 공유하면서 관계가 성장한다. 언어적 표현이 어려울 때 비언어적 신호가 더 자주 사용되지만, 이를 건강하게 작동시키기 위해서는 평소 대화시간이 충분히 확보되어야 한다는 점도 확인되었다.

아이들하고 관계를 아내가 일차적인 소통의 창구라고 볼 수 있는데 현명하게 잘 해주고 있어서 저랑도 소통이 잘되니 고맙죠...(중략)... 부부간에 대화가 참 중요하다는 생각을 많이 해요. 걸어가면서 손잡아주고 팔짱 끼는 거. 대화하고알려고 노력하고 그렇게 지내야죠 부부니까. (중훈씨의 내러티브)

남편은 무뚝뚝한 성격이라서 말로 표현을 잘 안해요. 너무 답답한 거예요. 근데 나쁜 마음을 먹고 그러는 게 아니라는 걸 아니까 방법을 가르쳐주고 어떻게든 표현하게끔 하려는데...(중략)...그래도 좀 시도는 하는 것 같아요. 잘해봐야죠. 그래도 결국에는 남편이랑 살아야 되니까요. (은영씨의 내러티브)

#### 6. 신(神)과 연(緣)의 섬광

연구참여자들의 경험에서 종교는 결혼생활이 힘들고 지칠 때 방향을 제시하는 등대의 강한 빛과 같은 역할을 했다. 종교가 생활 전반을 지배하지 않는 경우부터 삶의 핵심 가치가 된 경우까지 수준은 다양했지만, 공통적으로 심리적 위안, 안정감, 삶의 의미 제공이라는 긍정적 기능이 확인되었다. 부부가 공유한 종교적 가치와 신념은 상호이해·공감·

존중을 강화하고 갈등을 건설적으로 해결하도록 돕는 요인으로 작용했으며, 위기 상황에서는 신앙적 유대감이 결혼 지속의 힘이 되었다.

종교활동을 통해 참여자들은 공동체 지지를 경험하고, 관계 확장·소속감·정체감 형성·감정적 안정 등 추가적 자원을 얻게 되었다. 이는 개인의 행복뿐 아니라 가정의 활력과 회복탄력성을 높이는 중요한 사회적 지지체제로 작용했다.

*처음부터 신앙이 없었다면 어쩌면 남편과의 위기가 찾아왔을 때 버티지 못했을 수도 있겠다는 생각을 해요. 왜냐하면 저희 교회에서 하는 부부사랑 모임을 통해서 제가 미해결된 부분들이 그 안에서 많이 해결이 되었고 남편도 저랑 같이 교회를 다니게 되면서 마음의 평안을 찾아가게 되고 저에 대한 생각도 달라졌거든요. 그걸 느끼죠 제가. 거기 사람들하고 같이 이야기를 하면 많은 것을 깨닫게 되고 배우게 되는 것도 많아서 그 모임은 우리 부부가 안 빠지고 나가고 있어요. (미영씨의 내러티브)*

*지금 이 자리에 있는 것도 다 신앙의 힘이라고 볼 수 있어요. 아내는 다른 종교였지만 저랑 같은 종교를 함께 믿게 된 케이스인데. 지금은 저보다 더 열심히 활동하고 있어요. 그게 가장 좋은 거 같아요. 가족이 함께 같은 신앙을 가지고 같은 길을 걷어가는 것 자체가 큰 행복이고 기쁨이죠. (중훈씨의 내러티브)*

### 7. 등대를 움직이는 힘, 에너지

연구참여자들은 결혼생활을 안정적으로 유지하기 위해 경제적 기반이 필수적이라고 보았으며, 그 핵심 요소가 직업이었다. 직업은 가정의 재정적 안정과 미래 계획 실행을 가능하게 할 뿐 아니라, 일에서 얻는 성취감과 자아존중감을 통해 결혼생활에 활력을 불어넣었다. 또한 직장에서 형성되는 사회적 관계는 정서적 지지와 위안을 제공하며, 규칙적인 생활 리듬을 유지하게 해 결혼과 가족생활의 균형을 돕는 긍정적 역할을 하고 있었다.

*직업이 없었다면 아마 못 견뎠을 거 같은데...(잠시 멈춤) 그나마 직장에 나가고 제 역할을 하고 있으니까 살아온 게 아닌가 싶어요. 여러 가지로 힘든 게 많았으니까. 직업도 사실 제가 원하는 일은 아닌데 저랑 맞지도 않고 근데 어쩔 수 없으니까 하긴 하는데 그래도 없는 것보다*

*일을 하는 게 저한테는 더 좋은 일 아니까요.*

*(은주씨의 내러티브)*

## IV. 결론 및 제언

본 연구는 장기결혼 유지의 기여요인에 대한 이해를 돕기 위해 ‘등대’의 이미지를 적용하여 의미를 재구성하였다. 결혼생활에서 경험하게 되는 삶의 다양한 희로애락을 겪으면서 방향을 잃지 않고 결혼을 유지할 수 있도록 기여한 요인들이 참여자들의 등대 역할을 하고 있다고 볼 수 있다. 20년이 넘는 오랜 결혼생활 동안 마주했던 삶에서 경험한 어려운 이혼의 위기를 넘나드는 힘든 여정이었고, 가족 안에서 다양한 관계 속에서 경험했던 심리적 어려움과 신체적 고됨은 결혼생활의 위기를 맞기도 했다.

연구참여자들은 그런 위기와 역경을 혼자서 또는 부부가 함께 애쓰며 극복해오고 있었다. 위기를 극복할 수 있었던 힘은 혼자서 할 수 있는 일이 아니었다. 결혼생활이라는 것은 확장된 관계 속에서 자기를 형성해가는 과정이며, 특히 유교적 집단주의 문화에 속하는 우리나라는 상호의존적이거나 관계적 자기관이 형성되므로(Markus & Kitayama, 1991), 참여자의 개인적 영향과 더불어 외부의 영향이 위기극복의 힘이 되어주었을 것이다.

연구참여자의 대부분이 현재의 결혼에 대해 매우 만족스럽다고 하였지만, 한 명의 참여자는 결혼유지 이유가 결혼만족도보다 결혼 안정성에 가까웠다. 한편 결혼에 만족한 부부들은 환경의 어려움이나 외부의 어떠한 위협에도 굴하지 않고 가정과 자녀를 지키고 있음이 보고되고 있다 (Epstein et al., 1993). 따라서 참여자와 관계된 그 무엇이 위기를 극복할 수 있도록 기여했는지 탐색해 보고자 하였다.

먼저 <건고한 기반>은 등대가 건설한 지반 위에 세워지듯, 참여자들의 원가족 경험을 통해 형성된 가치와 신념이 자기 정체성 속에 깊이 자리 잡고 있음을 의미한다. 이러한 내적 기반은 결혼생활에서 직면한 위기와 어려움을 견디게 하는 지지체로 작용했으며, 삶의 방향과 목표를 설정하는 중요한 준거가 되었다. 즉, 부모의 삶의 태도와 가족 내에서 체득한 신념은 결혼 이후에도 지속되어 장기결혼을 유지하는 핵심 요인으로 드러났다.

<신뢰의 빛>은 결혼을 결정하게 되는 첫 번째 우선순위가 되는 상대방에 대한 믿음을 의미한다. 등대가 밝혀주는 빛은 항상 그 자리에서 정확한 타이밍의 간격으로 일정하게 신호를 주는 것으로 향해하는 이는 그 믿음과 신뢰를 갖

게 된다. 마찬가지로 결혼생활에서 각자의 역할에 책임을 다하고 성실하게 임하는 자세는 함께하는 삶의 여정이 안전할 수 있도록 신뢰의 빛을 보내는 것과 같다. 그 빛은 어떠한 고난과 위기상황에도 흔들리지 않고 결혼을 지속할 수 있는 요인이 되었다.

<희망의 빛>은 결혼생활 속에서 자녀의 존재가 부부에 게 중요한 의미를 지닌다는 것을 상징한다. 예측할 수 없는 변화와 위기가 발생할 때, 자녀는 불안과 혼들림 속에서도 부부를 다시 연결하고 관계를 지속하도록 이끄는 희망의 매개로 기능하였다. 참여자들의 내러티브에서 자녀는 결혼유지의 동력이자 두 사람을 단단히 이어주는 끊어지지 않는 이음줄로 나타났다.

<소통의 광선>은 결혼생활에서 의사소통이 지니는 핵심적 역할을 상징한다. 등대의 강한 직진성 광선이 향해 방향을 명확히 비추듯, 부부간 솔직하고 진실한 의사소통은 관계의 방향성을 제시하고 안정성을 확보하는 기능을 한다. 부부관계는 가장 긴밀하고 지속적으로 상호작용이 이루어지는 관계이기에(강정실, 2015; 한영애, 양혜정, 2020), 언어적·비언어적 표현을 통해 서로의 감정과 생각을 이해하는 과정이 필수적이다(강정실, 2015). 특히 의사소통의 질은 관계의 지속여부를 결정하거나 관계악화를 초래할 수 있는 중요한 요인으로 작용한다(박민지, 2006). 연구참여자들은 배우자와 충분한 대화시간을 확보함으로써 이해의 폭을 넓히고 갈등을 보다 현명하게 해결할 수 있었으며, 이러한 효과적인 소통이 장기결혼을 유지하는 데 중요한 요인으로 나타났다.

<빛지기의 헌신>은 등대가 지속적으로 기능하기 위해 보이지 않는 관리와 돌봄이 필요하듯, 결혼생활 또한 누군가의 헌신과 희생을 통해 안정적으로 유지된다는 점을 상징한다. 부부는 가정을 이루는 과정에서 개인의 삶이 제한되거나 축소될 수 있음을 인지하면서도 상대에 대한 존중과 배려를 바탕으로 결혼을 지켜내기 위한 희생을 기꺼이 감수하고 있었다. 참여자들의 내러티브에는 각자의 역할에 성실히 임하고 가족을 위해 헌신하는 배우자의 모습이 결혼을 지속하고자 하는 동력을 강화하는 요인으로 나타났다.

<신(神)과 연(緣)의 섬광>은 종교가 결혼생활을 유지하는 데 중요한 요소로 신앙은 결혼생활에 긍정적 영향을 주는 것으로 공통된 종교적 가치와 신념은 서로에 대한 이해와 공감을 증진시키고 비슷한 삶의 목표를 가질 가능성을 높인다. 또한 예견할 수 없고 통제할 수 없는 일들을 맞닥뜨렸을 때 문제를 극복할 수 있는 동기를 유발하고, 박탈당하

거나 좌절했을 때 위로와 감정적 도움을 주는 역할을 한다(이원규, 2009). 또한 종교활동을 통한 인간관계를 통해 개인의 행복은 물론 가정의 행복을 위한 배움의 장이 되었다. 신앙을 통한 영적 연결은 지지체계가 되어 행복한 결혼생활을 영위하도록 도와주는 가교역할을 하고 있음이 드러났다.

<등대를 움직이는 힘, 에너지>가 의미하는 것은 직업으로, 참여자들의 실질적인 결혼생활 유지에 중요한 요인이었다. 직업은 가정의 재정적 안정을 보장하여 가족원에게 필요한 자원을 제공하고 더 나은 삶의 질을 높이는 데 중요한 요인이 되어주고 있었다. 또한 직업은 개인적 성장과 자신감 향상에 도움이 되며 그 안에서 얻어지는 성취감은 개인을 넘어 가족원 모두에게 긍정적인 영향을 미쳐 결혼생활을 보다 안정적으로 유지하는 데 도움이 되는 요인으로 나타났다.

장기결혼 유지 기여요인은 여러 가지 요인들이 작용하는 것으로 나타났으며 참여자들의 내러티브에 나타난 은유의 결과를 토대로 가족체계론적 관점에서 세 가지 차원으로 논의하고자 한다.

참여자들의 경험 속에 드러난 장기결혼 유지 기여요인은 가치와 신념, 신뢰, 자녀의 존재, 합리적이고 기능적인 의사소통, 헌신, 신앙, 사회적 관계, 직업 등으로 나타났다. 이에 대한 의미의 재구성은 ‘등대’의 은유를 들어 표현되었는데 이에 대한 주제로는 ‘견고한 기반’, ‘빛지기의 헌신’, ‘신뢰의 빛’, ‘희망의 빛’, ‘소통의 광선’, ‘신(神)과 연(緣)의 섬광’, ‘등대가 움직이는 힘, 에너지’로 구성되었다. 이는 가족체계론적 관점에서 설명할 수 있는데 가족체계이론은 우리나라 가족관계를 설명하는데 적합한 이론으로 가족간 유대 관계가 무엇보다 중시되는 우리의 가치관을 이해하기 위한 틀로서 적용할 수 있다(하상희, 2007). 가족을 하나의 체계로 보면 각 체계는 더 큰 상위체계의 부분으로 존재하며 또한 자체적으로 하위체계들을 가진다. 결혼을 통해 형성된 각각의 체계들은 서로 독립적으로 기능하고 존재하는 것이 아니라 서로 상호영향을 주고받으면서 유지되는 것(정문자 외, 2018)으로 장기결혼에 대한 기여요인들 또한 독립적이지 아니라 부부체계가 하나의 체계로서 하위체계인 개인체계, 상위체계인 부모자녀체계, 원가족 체계 및 사회체계 수준과 상호영향을 주고받는 것으로 드러났다. 다시 말하면 장기결혼을 유지했던 중년기의 부부체계는 남편과 아내로 구성된 부부로서의 체계가 배우자 각 개인의 체계적 특성으로 구성된 개인체계, 자녀에 대한 돌봄과 양육을 위한 부모체계, 부모와 자녀로 이루어진 부모자녀체

계, 부부 각자의 원가족 체계, 그리고 직장이나 종교기관으로 구성된 사회체계와 상호작용하면서 결혼이라는 긴 항해를 유지했음을 볼 수 있다. 이를 바탕으로 장기결혼 유지 기여요인에 대해 개인체계, 부부가족체계, 사회체계 수준에서 논의하고자 한다.

### 1. 개인체계 수준에서의 논의

연구참여자들의 내러티브에 나타난 장기결혼 유지에 기여한 요인 중 ‘건고한 기반’, ‘빛지기의 헌신’은 개인체계 수준으로 살펴볼 수 있다.

‘건고한 기반’에 대한 의미는 참여자들이 결혼생활 과정에서 경험했던 어려움이나 위기, 역경의 순간을 마주했을 때 문제에 압도당하지 않고 문제해결을 위한 힘이 되어준 요인들이다. 여기에는 자신 안에 단단히 자리 잡은 굳은 신념과 삶의 가치가 포함되어 있다. 이는 삶을 대하는 자신의 정체성 기반이 되며, 이러한 정체성은 어린 시절 부모로부터 물려받은 삶에 대한 태도나 철학이 전해져 온 것이다. 우리가 가족 안에서 맺게 되는 상호작용은 어린 시절 원가족에서의 경험을 반복하면서 반응하게 되므로(Nichols & Schwartz, 1984), 그때부터 경험했던 원가족에서의 건강한 신념과 가치는 세대를 거쳐 참여자들의 결혼생활에 긍정적인 영향을 미쳐 위기를 극복하는 힘과 자신을 바로 세울 수 있는 자원으로 작용했다.

‘빛지기의 헌신’에 나타난 기여요인은 참여자가 관계 속에서 나보다는 타인을 먼저 생각하며 자신을 희생하고 그들에게 헌신하는 것을 의미한다. 친밀한 관계에서의 헌신이란 기본적으로 상대방과의 관계를 지속하고자 하는 의지나 의도를 의미한다고 정의할 수 있는데(Johnson, 1991; Rusbult, 1980), 여기에서 헌신의 요인은 개인적이면서 관계적 의미를 포함하고 있다. 부부관계에서 서로가 지각하는 헌신은 부부의사소통, 애정행동, 지지행동에 영향을 미치며 낮은 부부갈등 수준과 높은 결혼만족도에 영향을 미치게 된다(황성실, 김영희, 2013). 참여자들의 내러티브에서 자신의 헌신과 더불어 배우자의 헌신 요인 또한 강하게 작용하고 있음이 드러났다. 이러한 관계적 의미에서 헌신은 동양인이 서양인과 비교하면 인간에 대한 관점이 관계적이며 내집단에 대한 신뢰가 높아(Nisbett, 2004), 부부가 관계 속에서 서로의 헌신에 대해 높이 평가하고 가족을 위해 희생하는 모습은 가족의 유대를 더 강화시키는 요인이 되었고 이는 결혼지속에 직접적인 영향을 미치게 되었다.

### 2. 부부가족체계 수준에서의 논의

연구참여자들의 경험을 통해 장기결혼 유지 요인은 부부체계와 가족체계 차원에서 의미 있게 구성되었다. 부부수준에서는 ‘신뢰의 빛’과 ‘소통의 광선’이 핵심이었다. 먼저 신뢰는 배우자 관계의 기초이자 친밀한 관계에서 요구되는 바람직한 속성으로, 대인관계를 건강하게 발전시키는 핵심 요소이다(Çetinkaya et al., 2008; Hendrick & Hendrick, 2006). 신뢰는 상호의존적 관계에서 상대가 공동의 이익을 위해 행동하리라는 믿음을 포함하며(김수환, 이영호, 2021), 부부 간 신뢰가 강할수록 갈등관리 역량이 유연해 결혼이 안정적으로 유지될 수 있다(Gottman, 2011). 참여자들 역시 배우자에 대한 믿음이 결혼생활 유지의 기반이라고 하였고, 서로의 노력·헌신·양육 성과에 대한 신뢰가 관계 만족을 높이는 자원이 되고 있었다. 이는 양육과 가족 기능의 성공이 건강한 부부관계의 요인이 된다는 논의(Jekielek, 2004)와도 맥을 같이한다.

가족체계 차원에서 ‘희망의 빛’은 자녀를 의미했다. 자녀 출생은 부모체계와 부모-자녀체계 형성을 통해 가족의 기능과 역할을 변화시키며(정문자 외, 2018), 부모자녀관계는 신체적·심리적 건강, 행복, 적응 등과 밀접하게 관련된다(안지선, 전해정, 2012; 유영주 외, 2008). 자녀는 부모에게 기쁨·성장·책임·부담을 동시에 가져오는 양가적 존재이며(Lowenstein, 2007; Umberson & Thomeer, 2020), 한국에서는 이러한 양면성이 ‘자녀의 의미’로 설명된다(조설애, 정영숙, 2018). 참여자들은 자녀 독립기 이후에도 정서적으로 긴밀히 연결되어 있었고, 심리적 고통이나 갈등 상황에서도 자녀가 결혼을 유지하게 하는 버팀목이었다. 특히 한국 문화에서 강조되는 부모의 희생과 헌신(김연숙, 이종희, 2014)은 여성에게 더 크게 나타났으며, 어머니가 더 상호작용적이고 긴밀한 관계를 형성한다는 기존 연구와도 일치했다(고성희, 임성택, 2010; Van Lissa et al., 2019).

‘소통의 광선’은 부부관계의 긍정적 의사소통이 장기결혼 유지의 핵심임을 보여준다. 부부는 가장 지속적이고 긴밀한 상호작용을 수행하는 관계로(강정실, 2015; 한영애, 양혜정, 2020), 언어·비언어적 소통은 감정·생각·태도를 표현하고 이해하도록 돕는다(강정실, 2015). 효과적인 의사소통은 친밀감을 높이고 관계 지속을 결정짓는 요소이며(박민지, 2006), 개방적·솔직한 대화는 성생활 만족과 부부관계 향상에도 기여한다(송경옥, 2021). 참여자들은 결혼 초기에 소통 부족으로 갈등을 겪었으나, 중년 이후 시간을

의도적으로 확보해 대화하고 감정을 표현하면서 관계가 회복·강화되었다. 이는 부모-자녀관계에서도 개방적 의사소통이 중요하다는 연구결과를 지지하며(안윤미, 2012), 가족체계의 상호연결성을 보여준다. 또한 솔직하고 진실한 소통은 상호 신뢰를 형성해 건강한 부부관계를 강화한다는 연구와도 일치한다(김경진, 2011).

즉, 장기결혼 유지에는 배우자에 대한 신뢰, 자녀가 제공하는 심리적·관계적 자원, 그리고 개방적이고 진정성 있는 의사소통이 상호작용하며 중요한 기여요인으로 작용하고 있음이 확인되었다.

### 3. 사회체계 수준에서의 논의

연구참여자들의 장기결혼 유지 요인 중 사회체계 차원은 ‘신(神)과 연(緣)의 섬광’과 ‘등대를 움직이는 힘, 에너지’라는 은유로 설명될 수 있었다. 이는 종교활동과 직업이라는 사회적 환경이 부부가족체계의 상위체계로 작용하며 상호 영향을 주고받는다라는 점에서 의미가 있다(정문자 외, 2018).

먼저 ‘신(神)과 연(緣)의 섬광’은 종교 및 종교활동과 관련된 요인이다. 종교는 결혼만족과 결혼 결정에 영향을 미치는 요소이며(정현숙, 2001), 결혼생활에서 경험하는 갈등과 위기 상황을 극복하는 힘이 될 수 있다(김경진, 2011). 참여자들은 자녀, 시댁·친정, 사회적 관계에서 어려움이 생길 때 기도과 신앙을 통해 정서적 지지와 해결의 방향을 찾았고, 종교적 가치와 신념을 부부가 공유할 때 결속력이 강화되었다. 이는 종교성이 높을수록 삶의 의미, 긍정적 미래 인식, 안녕감이 증가한다는 연구와도 유사하다(손은정 외, 2009). 또한 단순히 종교를 가진 사실보다, 종교 내 관계적 활동과 공동체 참여가 소속감·연대감을 강화하고 시각을 확장시키며 삶의 의미를 더 공고히 하는 역할을 했다. 종교가 자아정체감을 강화하고 삶의 질을 높이는 효과(김경진, 김정란, 2001), 외부적 사회적 지지가 건강한 결혼의 요소라는 논의(Jekielek, 2004), 그리고 부부의 공동 종교활동이 결혼만족을 증진시킨다는 Brandt(2004)의 연구는 이러한 결과를 뒷받침한다.

다음으로 ‘등대를 움직이는 힘, 에너지’는 직업과 경제활동을 의미한다. 결혼과 가족생활을 유지하기 위해 경제적 자원은 필수적이며, 경제활동으로 얻는 소득은 부부관계 만족과 삶의 질에 직접적 영향을 미친다(김경민, 2021). 월평균 소득이 결혼지속에 영향을 미친다는 연구결과도 존재한다(홍백의 외, 2009). 중년기는 부모 부양과 자녀 독립

지연으로 이중부담이 증가하는 시기로 경제활동의 중요성이 더욱 커지고 있으며(김유경, 2019), 저출생·고령화 사회에서 이들의 경제·사회적 역할은 더 강조되고 있다(강미경 외, 2023). 참여자들은 모두 맞벌이로 중산층 경제수준을 유지하고 있었으며, 자녀 교육·생활비 충당에 어려움이 없었고 경제적 위기를 경험하지 않았다.

직업은 경제적 안정뿐 아니라 개인의 자아실현과 삶의 의미를 제공하는 기반이 된다(김수현, 2009; 오현주, 안윤정, 2013). 또한 직장 내 동료와의 관계는 심리적 안녕감을 높이는 중요한 요인이라는 연구(Aspinwall & Taylor, 1997)처럼, 참여자들에게 직장 관계는 정서적 지지체계로 기능했다. 직업적 성취감·책임감·만족감은 결혼생활에 활력을 제공하는 심리적 자원이 되었으며, 이는 장기결혼 유지의 중요한 기여요인으로 나타났다.

즉, 본 연구는 종교와 직업이라는 사회체계적 요인이 정서적 지지, 소속감, 경제적 안정, 자아실현을 통해 결혼을 지속 가능하게 하는 중요한 기반임을 확인하였다.

본 연구의 의의는 중년기 장기결혼 유지 기여요인에 대한 탐색을 통해 부부체계는 하위체계 및 상위체계와 상호작용함으로써 유지될 수 있었음을 밝혀냈다는 것이다. 즉, 결혼으로 형성된 부부체계는 배우자의 개인체계, 자녀출생을 통해 형성되는 부모체계와 부모-자녀체계, 각자의 원가족체계, 종교 및 직장생활과 같은 사회체계와의 상호작용 속에서 지속되고 있음이 드러났다. 이러한 통찰은 양적 연구만으로는 도출하기 어려우며, 질적연구를 통한 심층적인 분석을 통해 확인되었다는 점에서 의미를 지닌다. 더불어 장기결혼 유지에 관한 국내 연구가 활발하지 않은 상황에서 본 연구가 경험적 기초자료를 제공함으로써 후속연구의 토대를 마련하였다는 데 의의가 있다. 또한 중년기 대상의 부부상당 및 교육에 적용하여 부부가 함께 건강한 결혼생활을 유지하도록 함으로써 길어진 노년기에 황혼이혼이라는 사회적 문제를 예방할 수 있는 실천적 자료로 활용될 수 있을 것이다.

이제 본 연구의 결과를 바탕으로 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 20년 이상 결혼을 유지한 중년기 기혼남녀를 개인 단위로 탐색한 점에서 한계가 있다. 결혼은 본질적으로 부부 상호작용을 통해 의미가 형성되므로, 향후 연구에서는 부부 단위를 대상으로 관계적 경험과 상호형성적 요인을 심층적으로 분석할 필요가 있다.

둘째, 연구대상이 중년기에 국한되어 있어, 노년기 부부를 대상으로 한 연속적 탐색이 요구된다. 이를 통해 중년기

에 확인된 요인이 노년기에도 유지되는지, 혹은 새로운 요인이 등장하는지를 밝힐 수 있을 것이다. 더불어 다문화·국제부부 증가 현실을 반영하여, 문화적 차이에 따른 장기결혼 유지 경험을 탐색하는 연구도 필요하다.

셋째, 참여자들의 직업군과 모두 맞벌이라는 점을 감안하면 비교적 높은 사회경제적 지위를 가졌음을 짐작할 수 있고, 설문조사에서 도출된 결혼만족도가 참여자 모두 높게 나타난 집단이었다는데 연구의 제한점이 있다고 볼 수 있다. 또한 연구 결과에서 ‘자녀요인’이 부부관계 유지의 핵심 기여요인으로 도출되었음에도 불구하고, 자녀의 동거 여부나 독립 상태에 따른 차이를 세밀하게 구분하여 분석하지 못하였다. 따라서 향후 연구에서는 다양한 직업군, 소득 수준, 결혼만족도, 자녀 동거 여부에 따른 변수, 부모 부양 경험 등의 가족 특성을 고려하여 부부관계의 질적 변화를 비교 분석함으로써 장기결혼 유지 요인을 보다 폭넓게 규명할 필요가 있다.

주제어: 장기결혼 유지, 기여요인, 중년기, 질적연구

REFERENCES

강미경, 김모란, 안윤정(2023). 주된 일자리에서 퇴직한 신 중년 남성의 직업안녕감에 대한 개념도 연구. *취업진로연구*, 13(3), 151-180.

강정실(2015). 부부의사소통능력 척도 개발 및 타당화. *상담학연구*, 16(5), 385-397.

고성희, 임성택(2010). 한국형 부모-자녀관계와 청소년의 학교생활 적응의 관계. *교육과학연구*, 41(1), 45-64.

김경민(2021). 중년기 사회경제적 박탈이 우울에 미치는 영향에서 가족관계만족도의 종단적 매개효과 검증. 숙명여자대학교 석사학위논문.

김경신, 김정란(2001). 기혼남성의 성장기 가정폭력 노출 경험과 부부기능 및 갈등해결방식과의 관계: 광주지역 기혼남성을 대상으로. *한국가정과학회지*, 4(2), 15-28.

김경진(2011). 중년기 부부의 건강한 부부관계 요인에 관한 연구. 연세대학교 박사학위논문.

김수현(2009). 직장인들의 노후준비에 관한 연구: 공주시를 중심으로. 공주대학교 석사학위논문.

김수환, 이영호(2021). 부부갈등과 결혼만족도의 관계: 의

사소통 행동과 부부간 신뢰의 조절효과. *학습자중심교과교육연구*, 21(2), 1439-1459.

김연숙, 이종희(2014). 어머니용 양육의미척도 개발연구: 영아 어머니를 중심으로. *아동학회지*, 35(5), 113-134.

김예리(2009). 가족생태이론에 기초한 미혼 남녀의 결혼관과 관련변인 연구. 중앙대학교 박사학위논문.

김유경(2019). 중·장년층의 이중부양 부담과 정책 과제. *보건복지포럼*, 271, 74-92.

김이준(2019). 프로티언 커리어 태도를 지닌 1인 기업가의 일 경험에 관한 내러티브 탐구. 숙명여자대학교 박사학위논문.

김지선, 서미아(2020). 자살 행동 남성 알코올중독자의 삶에 대한 예술기반 내러티브 탐구. *상담학연구*, 21(3), 115-136.

김혜경(2013). 중고령 남녀의 부부관계에 영향을 미치는 요인: 결혼 유지·파탄 및 부부 만족도의 관련요인을 중심으로. *한국지역사회복지학회지*, 47, 63-83.

김효순(2015). 재혼가족 관계향상을 위한 프로그램 개발 방향 -새부모·새자녀관계를 중심으로-. *한국콘텐츠학회논문지*, 15(2), 262-280.

노진숙, 함경애, 김미옥, 김환구, 천성문(2014). 기혼자들의 결혼유지와 이혼결정 과정 분석. *재활심리연구*, 21(1), 97-115.

류소영(2014). 빈곤한 어머니의 양육경험에 관한 내러티브 탐구. 이화여자대학교 박사학위논문.

박민지(2006). 부부친밀감에 영향을 미치는 원가족 분화수준과 가족규칙 및 부부의사소통. 연세대학교 석사학위논문.

손은정, 홍혜영, 이은경(2009). 종교성과 안녕감 간의 관계에서 삶의 의미와 낙관성의 매개 역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(2), 465-480.

송경옥(2021). 중년 부부의 친밀감에 관한 질적 연구: 근거이론을 중심으로. 울산대학교 박사학위논문.

안윤미(2012). 아동이 지각한 부모-자녀간 의사소통 유형과 낙관성 및 행복감의 관계. 경인교육대학교 석사학위논문.

안지선, 전해정(2012). 중년기 은퇴로의 전이가 정신건강에 미치는 영향에 있어서의 성차: 가족관계 만족도의 매개효과. *한국가족관계학회지*, 17(1), 65-85.

염지숙(2003). 교육 연구에서 내러티브 탐구(Narrative Inquiry)의 개념, 절차, 그리고 딜레마. *교육인류학연구*, 6(1), 119-140.

- 오현주, 안윤정(2013). 재직자의 과제접근기술이 직업적 안녕감에 미치는 영향. *진로교육연구*, 26(1), 175-202.
- 유영주, 김순옥, 김경신(2008). *가족관계학*. 서울: 교문사.
- 윤운하(2018). 중년기 부부의 장기결혼(long-term marriage) 유지 경험에 대한 해석학적 현상학 연구: 결혼만족도가 높은 부부를 중심으로. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 이원규(2009). 종교와 도덕성의 관계에 대한 연구: 한국 기독교의 도덕성 수준의 문제를 중심으로. *신학과 세계*, 64, 125-174.
- 이은영, 왕은자(2017). 중년기 위기감 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(2), 481-503.
- 정문자, 정혜정, 이선훈, 전영주(2018). *가족치료의 이해*. 서울: 학지사.
- 정선이, 김현주(2017). 섹스리스 부부의 결혼유지 과정: 중년남성의 경험을 중심으로. *가족과 가족치료*, 25(1), 89-113.
- 정현숙(2001). 한국형 결혼만족도척도 개발연구. *대한가정학회지*, 39(12), 205-224.
- 조설애, 정영숙(2018). 중년 부모가 지각한 자녀 의미의 양면성이 행복에 미치는 영향: 부모 자녀 관계의 질의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 31(4), 167-197.
- 통계청(2022). 2022년 사회조사, <https://mods.go.kr/ansk>에서 인출
- 통계청(2023). 2023년 혼인·이혼 통계, <https://mods.go.kr/ansk>에서 인출
- 하상희(2007). 원가족 건강성과 자기분화의 세대간 전이. 전북대학교 박사학위논문.
- 한국향로표지기술원(2024). <https://katon.or.kr/>에서 인출
- 한영애, 양혜정(2020). 중년 부부의 마음챙김과 결혼만족도의 관계에서 의사소통 능력의 매개효과: 자기-상대방 상호의존성 모형(APIM)의 적용. *가족과 가족치료*, 28(3), 405-425.
- 홍백의, 박은주, 박현정, 박진(2009). 결혼지속에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *한국사회복지학*, 61(3), 307-328.
- 홍영숙(2018). *내러티브 논문 작성하기*. 서울: 숭실대학교 부부가족상담연구소.
- 황성실, 김영희(2013). 부부의 헌신이 결혼만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과. *한국가족관계학회지*, 18(3), 45-61.
- Anderson, S. A. (2005). Creating couple and marital relationships: The developmental contexts of marriage. In P. L. Benson & C. A. Blyth (Eds.), *Developmental contexts in middle childhood* (pp. 145-161). University of Minnesota Press.
- Appleton, C., & Bohm, E. (2001). Partners in passage: The experience of marriage in mid-life. *Journal of Phenomenological Psychology*, 32(1), 41-70.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychology Bulletin*, 121(3), 417-436.
- Bachand, L. L., & Caron, S. L. (2001). Ties that bind: A qualitative study of happy long-term marriages. *Contemporary Family Therapy*, 23, 105-121.
- Be, D., Whisman, M. A., & Uebelacker, L. A. (2013). Prospective associations between marital adjustment and life satisfaction. *Personal Relationships*, 20(4), 728-739.
- Brandt, S. (2004). Religious homogamy and marital satisfaction: Couples that pray together, stay together. *Sociological Viewpoints*, 20, 11.
- Çetinkaya, E., Kemer, G., Bulgan, G., & Tezer, E. (2008). The validity and reliability studies of dyadic trust scale. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(29), 65-77.
- Clandinin, D. J. (2013). *Engaging in narrative inquiry*. Routledge.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (1994). Personal experience methods. In N. K. Denzin and Y. S. Lincoln (eds.), *Handbook of Qualitative Research* (pp. 413-427). California: Sage.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- Epstein, N., Baucom, D. H., & Rankin, L. A. (1993). Treatment of marital conflict: A cognitive-behavioral approach. *Clinical Psychology Review*, 13(1), 45-57.
- Fields, N. S. (1983). Satisfaction in long-term marriages. *Social Work*, 28(1), 37-41.
- Fincham, F. D., Paleari, F. G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship

- quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships*, 9(1), 27-37.
- Gottman, J. M. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. New York: W.W. Norton & Company.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (2006). Styles of romantic love. In R. J. Sternberg & K. Weis (Eds.), *New psychology of love* (pp. 149-171). New Heaven: Yale University.
- Hong, Y. S. (2009). A narrative inquiry into three Korean teachers' experiences of teaching returnee children. Unpublished doctoral dissertation, University of Alberta, Alberta.
- Jekielek, S. M. (2004). Synopsis of Measures used in Studies of Relationship Quality for Couples Co-Parenting after relationship Dissolution. *Conceptualizing and Measuring "Healthy Marriage" For Empirical Research and Evaluation Studies: A Review of the Literature and Annotated Bibliography*.
- Kaslow, F., & Robison, J. A. (1996). Long-term satisfying marriages: Perceptions of contributing factors. *American Journal of Family Therapy*, 24(2), 153-170.
- Knöpfli, B., Morselli, D., & Perrig-Chiello, P. (2016). Trajectories of psychological adaptation to marital breakup after a long-term marriage. *Gerontology*, 62(5), 541-552.
- Lauer, R. H., Lauer, J. C., & Kerr, S. T. (1990). The long-term marriage: Perceptions of stability and satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8(2), 301-313.
- 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*, 62(2), S100-S107.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (1984). *Family therapy: Concepts and methods*. New York: Gardner Press.
- Nimtz, M. A. (2011). Satisfaction and contributing factors in satisfying long-term marriage: A phenomenological study. Unpublished doctoral dissertation, University of Liberty, Virginia.
- Nisbett, R. (2004). *The geography of thought: How Asians and Westerners think differently... and why*. New York: Simon and Schuster.
- Olson, D. H., DeFrain, J. (2008). *Marriage and the family: Diversity and strengths (3rd ed.)*. Boston, MA: McGraw-Hill.
- Padgett, D. K. (2017). *Qualitative Methods in Social Work Research (3rd ed.)*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development (11th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods (2nd ed.)*. California: Sage.
- Perrig-Chiello, P., Hutchison, S., & Morselli, D. (2015). Patterns of psychological adaptation to divorce after a long-term marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(3), 386-405.
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(1), 140-187.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172-186.
- Umberson, D., & Thomeer, M. B. (2020). Family matters: Research on family ties and health, 2010 to 2020. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 404-419.
- Van Lissa, C. J., Keizer, R., Van Lier, P. A., Meeus, W. H., & Branje, S. (2019). The role of fathers' versus mothers' parenting in emotion-regulation development from mid-late adolescence: Disentangling

- between-family differences from within-family effects. *Developmental Psychology*, 55(2), 377-389.
- Whisman, M. A., Gilmour, A. L., & Salinger, J. M. (2018). Marital satisfaction and mortality in the United States adult population. *Health Psychology*, 37(11), 1041-1044.
- Williams, B., Sawyer, S., & Wahlstrom, C. (2006). *Marriages, families, and intimate relationships: A practical introduction*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Received 25 November 2025;  
1st Revised 24 January 2026;  
Accepted 03 February 2026