

# 독거노년부모에 대한 중년자녀의 정서적 돌봄 경험 : 불안정부모애착 중년을 중심으로

## A Study on the Experience of Adults Emotionally Caring for Their Elderly Parents Living Alone: Focusing on Middle-aged Adults with Insecure Attachment

김계연\*, 홍경화\*\*

루터대학교 상담심리학과\*, 햇볼트리니티신학대학원대학교 기독교상담학과\*\*

Kye-Yeon Kim(kyeon@ltu.ac.kr)\*, Kyung-Wha Hong(kw.hong@ttgu.ac.kr)\*\*

### 요약

본 연구는 불안정부모애착을 형성한 중년을 대상으로 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄의 경험과 그 본질의 탐색을 통해 이들에 대한 이해와 상담학적 자료제공에 기여하고자 하였다. 이를 위해 45세 이상 60세 미만의 중년 12명(남 3명, 여 9명)을 심층면접한 후 Colaizzi의 현상학적 연구방법으로 분석하였다. 연구결과, 불안정 부모애착을 경험한 중년이 독거노년부모의 정서적 필요를 돌보는 경험에 대하여 60개의 구성된 의미, 18개의 주제, 4개의 주제군이 도출되었다. 주제군으로는 '정서적 소진을 불러온 부정적 경험', '정서적 돌봄에서의 정서적 원동력', '부모돌봄에서의 조력자의 역할', '정서적 돌봄에서의 경제적·신체적 내용'이 있었다. 본 연구는 불안정부모애착을 맺은 중년이 독거부모를 정서적으로 돌보는 경험의 현상을 밝혀 불안정애착 중년에 대한 이해를 넓혔고 상담 적용에 기여할 자료를 마련하였다는 의의를 갖는다.

■ 중심어 : | 독거노년부모 | 중년 | 불안정부모애착 | 정서적 돌봄 | 현상학 |

### Abstract

This study aimed to explore the experience and nature of emotional care for elderly parent living alone for middle-aged adult who formed initial insecure attachment with his or her parent. To this end, 12 middle-aged people aged 45 to 60 (3 males and 9 females) were recruited as subjects of the study, interviewed in-depth, and analyzed using Colaizzi's phenomenological research method. As a result of the study, 60 constitutive meanings, 18 themes, and 4 thematic groups were derived for the experience of middle-aged adult who experienced insecure attachment to his or her parent and caring for the emotional needs of elderly parent living alone. Thematic groups included "negative experiences that caused emotional exhaustion," "emotional driving force in emotional care," "the role of helper in parental care," and "economic and physical content in emotional care". This study is meaningful in that it revealed the phenomenon of experiences of emotional care for parent living alone by middle-aged adult who had an initial unstable attachment with his or her parent to understand them and contributed to the provision of counseling data.

■ keyword : | Elderly Parent Living Alone | Middle-aged Adults | Insecure Parental Attachment | Emotional Care | Phenomenology |

## I. 서론

우리 사회에 노년층이 증가하면서 독거노인의 수도 증가하여 노년층의 19.5%가 혼자 살고 있는 것으로 나타났다[1]. 2040년에는 2017년 대비 독거노인의 수가 2배 이상이 늘어날 것으로 전망된다[2]. 이는 한국 사회에서 독거노년 인구가 적지 않으며 앞으로도 증가할 가능성을 시사한다.

노년층이 증가하면서 과거 어느 때보다 노인의 삶에 관한 관심이 높아지고 있다. 그러나 최근 심심찮게 보도되는 노인 자살과 같은 사회적 현상은 노인의 삶에 대해 우리 사회에 시사하는 바가 크다. 한국의 노인자살률은 심각한 수준으로, 2004년 이후 2018년까지 2017년 한 해에만 3위였던 기록을 제외하면 한국은 13년을 계속하여 OECD 국가 중 1위에 기록되었다[3]. 노인자살의 원인에는 사회적, 신체적, 심리적 요인 등 여러 가지가 있으나 이 중에서도 심리적 요인이 가장 핵심적인 영향을 준다고 보고된다[4]. 그러나 심리적, 정서적 요인은 노인자살과 노인의 삶의 질을 좌우하는 요인 중 하나임에도 불구하고, 사회적, 신체적 측면 등 다른 요인에 가려 자칫 간과하기 쉬운 영역이다.

노인 돌봄에는 경제적 지원뿐 아니라 신체적인 돌봄과 정서적 돌봄까지 다양한 영역이 포함된다[5-7]. 경제적 돌봄은 생활에 필요한 물질과 금전을 제공하는 것이며, 신체적 돌봄은 노화의 과정에서 기능이 저하되거나 병으로 인해 기능할 수 없게 된 신체적 어려움을 돌보는 것을 의미한다. 정서적 돌봄은 노인이 가지는 죽음의 불안, 홀로 남겨지는 고독감 등으로 인한 정서적 욕구를 채워주는 것을 의미한다[8]. 현대사회는 도시화와 산업화로 인해 전통적인 가족체계가 해체되고 핵가족이 증가하고 있다. 통계청에서 실시한 2010년 인구주택총조사 전수집계 결과에 따르면 성인자녀가 부모와 동거하는 경우는 감소했고, 독거노인 가구가 크게 증가하는 추세이다[9]. 노인이 혼자 생활할 경우, 죽음의 불안과 외로움 등 정서적 취약성이 더 높게 나타나기 때문에[10] 독거노인에 대한 정서적 돌봄은 노인 돌봄 중에 중요한 영역이라고 할 수 있다.

국가 경제가 성장하면서 정부 차원의 노인을 위한 사회보장제도가 발전해 왔다. 그러나 제도적 장치는 경제

적, 신체적 돌봄에 주로 치우친 반면 정서적 돌봄에는 미흡한 실정이다. 한국은 전통적으로 효도가 중요한 가치로 여겨져 왔고, 노후의 삶을 자녀에게 의존하는 것이 자연스럽게 받아 들여져 왔다[11]. 이런 가치관에 따라 현재에도 노년부모에 대한 돌봄은 대부분 자녀에게 맡겨져 있고, 장성한 자녀 역시 부모의 노후에 대해 책임감을 가지고 있는 것이 보편적이다. 일반적 가정에서 보면 지금의 노년부모는 과거 전쟁과 가난의 생존 위기 속에서도 자녀를 많이 낳아 키워서 성공시키는 것을 삶의 목표로 삼았다. 이러한 상황에서 장성한 자녀가 노년부모를 돌보는 것은 부모의 헌신에 대한 보답이며 힘들게 살아온 그들의 삶에 대한 위로가 되는 것이 사실이다. 특히 독거노인은 배우자나 자녀들과 함께 사는 노인보다 외로움의 정도가 클 것이기 때문에 정서적 건강을 위해 긴밀한 돌봄이 필요할 것이며, 이러한 정서적 돌봄 역시 대부분 중년자녀가 담당하는 경우가 일반적이다. 또한 중년은 노년의 부모를 돌보는 것에 대해 하나의 규범적 과정으로서 성인자녀의 절대적인 역할이라고 인식하고 있다[12].

노년부모돌봄의 부담도 사람에 따라 차이가 있다. 특히 부모와의 관계가 어떠한가에 따라 노년부모돌봄의 동기는 크게 달라질 수 있다. Bowlby는 부모와 자녀의 관계맺음의 양상을 애착경험의 결과로 설명한다[13]. Bowlby는 애착을 특정한 타인과 강한 애정적 유대를 맺으려는 인간의 성향이라고 정의하고 애착이 유아의 성격 발달에 핵심 요인이 되어 자기개념과 세계관 형성에 기여한다고 했다[13]. 불안정부모애착을 형성한 자녀는 부모와 원만한 정서적 관계를 맺지 못하고 이후 정신건강에 부정적 영향을 받게 된다. 또한 부모뿐 아니라 대인관계 전반에서 갈등을 겪을 가능성이 높고 정서적 결핍이나 정신병리를 갖게 될 가능성 또한 높다[14]. 이러한 애착의 양상은 자녀가 중년이 되고 부모가 노인이 되어 돌봄을 하는 대상과 받는 대상이 바뀐 상황에서도 의미 있는 영향력을 보일 수 있다. 중년의 애착에 대한 연구는 꾸준히 이루어지고 있으나 그 대상이 노년부모가 아닌 대학생 이하 자녀와의 애착문제가 주를 이루고 있다[15-22].

부모와의 애착유형에 따라 중년자녀가 부모를 돌보는 경험은 달라진다. 가족의 친밀감이 높을수록 노년부

모에 대한 부양동기가 높아진다는 연구결과로 보건대 [23], 부모와 애착이 불안정하여 친밀감이 낮은 중년자녀가 독거노년부모를 정서적인 면에서 돌보는 데에는 적잖은 심리적 불편감이 있을 것으로 예상된다. 이들 부모의 기대를 만족시켜야 하는 부담감, 그 기대를 채우지 못했을 때의 죄책감, 해결해 줄 수 없는 문제에 대한 좌절감 그리고 지나친 의존에 대한 분노나 적개심, 혹은 외면하여 숨고 싶은 감정 등이 그러하다[24]. 이들 중에는 초기 애착이 불안정했어도 이후 신(神) 애착이나 부부애착 등 다른 애착의 형성으로 현재의 삶에서는 초기 불안정부모애착으로 인한 문제가 심각하지 않을 수도 있다. 실제로 김미선은 회피애착의 경우 생애 초기 부모와의 관계에서 불안정했다 할지라도 하나님애착으로 인해 회피성향이 줄어들어 안정애착유형으로 변화될 수 있다는 연구 결과를 내놓았다[25]. 그러나 그런 변화로 인해 이들이 안정적인 애착을 형성했던 자녀들처럼 부모의 정서적인 필요를 채우며 돌볼 수 있는지는 알기 어렵다.

독거노년부모에 대한 정서적 돌봄에는 여러 어려움이 있을 수 있다. 그러나 유교를 바탕으로 하는 규범적 효의 가치관 안에서 성장한 한국의 중년이 이런 어려움을 공공연히 드러내기는 쉽지 않다. 유교 전통적 가치 기준에서 보면 부모를 기꺼운 마음으로 돌보면서 부모 마음을 편안하게 해드려야 하는 것이 마땅하며, 그렇게 하지 못하는 것은 불효자라는 죄책감을 느끼게 한다. 더구나 한 집에서 모시지 않고 독거하는 노년부모에게는 더욱 잘 모셔야 한다는 생각을 가지는 경우가 많다. 따라서 독거노년부모를 정서적으로 돌보면서 불편감을 경험한다 하더라도 이를 호소하는 것은 소위 자식이 된 도리를 다하지 못했다는 부담을 갖게 할 수 있다.

독거노년부모를 돌보는 중년이 겪는 어려움에 관한 연구의 필요는 증가하고 있지만, 중년을 대상으로 한 연구는 중년기의 위기에 초점을 맞춘 경우가 많다 [26][27]. 노년부모와 관련되어, Sliverstein과 Bengtson은 생애조건과 세대 간 지원 양상에 대해 연구했고[28], 장영은, 엄기욱, 김정숙, 나카지마 가즈오와 조병은은 노년부모의 병수발을 주제로 연구하였다[29][30]. 김두섭, 박경숙, 이세용이 노년부모돌봄의 전반적 내용과 노후부양관에 관해 연구하였고[31], 김미혜, 신경림, 강미

선, 강인은 부모자녀관계를 중년자녀의 입장이 아닌 노년부모의 입장에서 이해하는 연구에서 노년부모에 대한 정서적 돌봄을 언급하였으나[32], 독거노년부모와의 관계를 다루는 연구에서 부모와 불안정애착을 맺은 중년자녀를 대상으로 노년부모에 대한 정서적 돌봄을 말하는 연구는 찾기 어려웠다. 더욱이 기존 연구들이 양적 연구에 치우친 경향이 있어서 불안정부모애착 중년이 부모를 정서적으로 돌볼 때의 경험이 어떤 현상인지를 생생히 말해주는 현상학적 연구의 필요성이 부각된다.

이에 본 연구는 불안정부모애착을 맺은 중년과의 심층인터뷰를 통해 이들이 독거부모를 정서적으로 돌보는 경험의 현상이 어떠한지를 밝히는 데에 그 의의를 둔다. 연구를 통해 기여할 점으로는 첫째, 불안정부모애착 중년 내담자를 돕는 상담자들로 하여금 이들에 대한 이해를 넓히게 하고 둘째, 이와 같은 이해가 바탕이 되어 상담을 필요로 하는 중년 내담자들이 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄에서 겪는 고통을 충분히 드러내어 공감받도록 돕는 과정에 기초자료를 제공하는 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 중년자녀와 독거노년부모

#### 1.1 중년자녀

중년기의 연령을 언제로 볼 것인가에 대해서는 학자마다 다소의 차이를 보인다. Levinson은 인간 발달단계를 성인 이전 시기, 성인기, 중년기, 노년기로 구분하였고, 단계마다 이전 단계에서 다음 단계로 넘어가는 전환기를 두었다. 그는 중년기를 40세에서 65세 사이로 보았다. 40세에서 45세까지로 중년으로의 전환기이며, 2단계는 45세에서 50세 사이로 중년으로의 진입기이며, 3단계는 50세에서 55세까지로 50대로의 전환기이며, 4단계는 55세에서 60세까지로 중년의 절정기이다[33]. 이에 본 연구에서는 Levinson의 분류에 따라 중년기를 이해하고 중년으로의 전환기를 지난 45세 이상 60세 이하를 중년자녀로 설정하였다.

중년기는 삶의 가운데에 이르는 시기이다. 가족관계에서 부모의 노쇠와 혹은 죽음, 자녀의 독립 등의 위기를 경험한다. 기본적으로 누군가의 아들/딸, 배우자, 아

버지/어머니이며, 윗세대와 아랫세대를 동시에 돌보는 소위 낀 세대로서 가장 많은 책임을 감당한다[33-36].

한경혜와 이정화의 연구에 따르면 한국 중년의 관심사는 크게 두 가지다[36]. 첫 번째는 노년부모의 질병과 부양 문제이다. 노인을 위한 사회보장제도의 수혜 범위가 확장되면서 오로지 중년자녀만이 감당하던 부양의 부담이 이전 시대보다는 줄어든 것은 사실이다. 그러나 여전히 노년부모의 병시중부터 마음의 외로움을 달래주는 역할까지, 노년부모에 대한 전반적 돌봄은 중년자녀의 규범 중 하나라는 인식이 보편적이다[37]. 두 번째는 은퇴 이후의 일과 경제적 문제이다. 서구와는 달리 한국은 자녀가 만 18세가 되어도 부모에게서 독립하기가 어렵고 대학학자금과 결혼비용의 부담을 부모가 함께 지는 경우가 많아서 성인이 된 자녀라 할지라도 부모에 대한 경제적 의존이 높은 편이다[36]. 또한 취업과 결혼이 늦어지며 독립의 시기도 지연되는 사회적 현상으로 인해 중년이 감당하는 자녀 교육과 부양의 부담은 더욱 늘어나고 있다. 그러나 자신의 노후를 위한 경제적 준비는 미비한 채로 은퇴를 맞는 중년이 많다. 이들은 현재와 미래에 대한 긴장감과 더불어 위기감을 느끼게 된다[38].

한국 중년의 가족관계의 특성을 보면, 중년남성은 가족과의 관계보다는 직업인으로서 더 넓은 관계를 맺는다. 반면 중년여성은 직업이나 개인보다 가족 중심적인 삶에 치우쳐 우선순위를 두는 경향이 있으며 가정 내에서 정서적 역할을 주로 담당한다[39]. 남성은 현실적으로 자녀나 부모에게 관여하는 것이 많지 않지만, 자신의 자녀보다 부모에게 더 많은 신경을 쓰는 것으로 나타나서 아들로써 갖는 부모돌봄의 부담을 엿볼 수 있다[36]. 효를 강조하는 유교 전통적인 역할 인식에서 보면, 중년자녀는 노년부모를 경제적 부양뿐 아니라 신체적, 정서적인 면에서도 책임감을 가지고 돌보는 사람이다. 또한 노년부모는 마음 불편하지 않게 해드려야 하는 웃어른이라는 생각을 가지고 있어서 노년부모를 섬기고 돌보는 대상으로 인식하기도 한다[40].

중년이 노년부모를 돌보는 것은 부담스러운 일방적 봉사가 아니라 부모와 자녀가 상호호혜적인 관계 속에서 가장 친밀한 대상을 향한 애정표현이 될 수도 있다. 그러나 이것은 부모와 자녀의 관계성에 따라 달라질 수

있다. 특히 부모가 혼자 사는 상황이라면 부모돌봄 역시 전혀 다른 경험일 수 있다.

## 1.2 노년부모

노년층의 증가에 따라 노년기의 발달과업에 대한 중요성과 노년을 돌보는 중년의 역할 또한 그 중요성을 더해가고 있다[41][42]. 노년은 노화 과정에서 외로움과 우울감, 쓸모없는 사람이 되었다는 생각에서 오는 무가치감, 죽음을 받아들이지 못한 두려움 등의 정서적 취약성을 가질 수 있으며, 기능이 저하되어 자유로운 활동에 제한이 생기는 데서 오는 불편감 등으로 어려움을 가질 수 있다[43]. 노년기에 삶의 만족도를 높이는 가장 우선순위는 부부가 함께 지내며 좋은 관계를 유지함에 있다[44]. 그러므로 배우자가 없는 노인과 특히 독거하는 노인은 외로움에 대한 호소가 크며 삶의 만족도가 낮을 것임을 예상할 수 있다.

노인에게 자녀는 자신이 중요한 존재로 받아들여지고 외로움이나 위축감을 줄일 수 있게 해주는 친밀한 대상이다. 독거노인일수록 정서적 어려움을 도와줄 수 있는 가장 가까운 대상으로 자녀들을 찾는다. 한국에서 노년부모에 대한 부양의 책임은 일차적으로 성인자녀에게 맡겨져 있다. 부모가 노화하여 힘이 줄어들고 자녀가 성인으로 성장하면 노년부모와 성인자녀는 역할교환이 일어난다[45]. 성인자녀는 신체적, 정신적, 정서적, 경제적 모든 면에서 노년부모를 돌보는 입장이 된다. 노년부모를 전적으로 돌보는 일은 쉽지 않기 때문에 국가나 사회로부터 도움을 받을 수 있도록 사회보장제도가 구축되어 있다. 그러나 국가나 사회의 서비스로 대체하기 어려운 일에는 가족의 역할이 필요할 수밖에 없다[44][46]. 돌봄의 수준이 어떠한지 중년자녀는 노년부모를 돌보는 책임자로 여겨지며 부모의 연령이 높아질수록 중년자녀의 돌봄역할은 커지고 노년부모의 자녀에 대한 의존도 역시 증가한다.

특히 독거노인의 경우 소외감, 무가치감, 외로움 등의 정서적 어려움이 더욱 크다[47]. 독거여성노인은 남성에게 비해 배우자 없는 독거의 기간이 길어서 외로움이 더 크며, 가정에서의 주도적인 역할을 상실함으로 자신에 대한 무가치감과 소외감을 느껴서 우울 등의 정서적인 문제를 보이기 쉽다[47][48]. 반면 독거남성노인은

가정뿐 아니라 사회에서의 역할이 모호해지며 의식주 문제를 해결하기에 어려움을 겪음으로써 자신에 대한 무가치감과 소외감을 느끼기 쉽다[47][49].

역사적 상황을 고려할 때 노년부모세대는 경제적인 압박과 더불어 심리적, 정서적 고통이 심각했을 것으로 예상되나 가족과 '먹고살아야' 한다는 책임에 밀려 정서적 측면에 대해서는 대체로 문제의식이 없었다. 대부분의 노년은 자신의 몫으로 노후대책을 세울 필요성을 절박하게 느끼지 못하였거나 노후대책에 투자할 여력이 없이 노후를 맞은 경우가 많다. 그들이 기대한 보상은 자녀들이 자신의 헌신을 인정해주며 노후를 돌봐주는 것이다. 이것은 노년부모가 기대하는 돌봄은 단지 경제적인 측면만은 아니라는 것을 시사한다. 유교적 효는 자녀가 노년부모를 돌볼 때 경제적 돌보는 역할과 더불어 신체노화로 인한 기능적 어려움과 외롭지 않고 즐거워할 수 있도록 정서적으로 돌보는 역할도 기대한다.

## 2. 애착

Bowlby에 의하면 애착이란 유아 생존하기 위해 애착대상과 물리적으로 정서적으로 가까워지려는 경향성을 나타내며, 애착 행동은 특정한 변별이 일어나 좋아하는 인물에게 접근하거나 접근을 유지하려고 하는 일련의 행동 양식을 말한다[50]. 인간관계는 태내에서부터 이루어지는 어머니와의 애착에서 시작된다. 임신과 유아기를 포함하는 초기 시절의 경험으로 애착이 형성되고 나면 이것은 쉽게 바뀌지 않는다[51]. 그때 맺은 애착의 패턴대로 이후의 인간관계가 형성된다. 인생 초기의 애착 경험은 이후의 복잡한 인간관계와 세계를 이해하고 예측하는 틀을 제공한다. 심지어 사물과 환경과 종교 같은 패턴의 관계 방식으로도 사용된다[52]. 애착 대상과 어떤 정서적 관계를 맺는가에 따라 애착체계가 형성되며, 애착체계들은 그 특성에 의해 유형별로 분류될 수 있다. Ainsworth와 동료들은 어머니와 유아를 대상으로 한 실험을 통해, 안정형과 불안정형으로 나누었고, 불안정형을 다시 불안-양가형, 회피형으로 나누었다[51]. 이후 Main과 Solomon은 불안정형에 혼란형을 추가하여 애착의 유형을 안정형, 불안-양가형, 회피형, 혼란형의 총 4가지 유형으로 분류하였다[53]. 불안-양가형은 부모와의 관계에서 자녀가 경험하는 과도

한 애정 욕구와 거절에 대한 두려움을 나타내며, 회피형은 부모와의 관계에서 자녀가 경험하는 친밀함에 대한 두려움과 정서적 거리감을 나타낸다. 혼란형은 불안-양가와 회피 두 가지 특성을 모두 보인다. 즉 부모를 안전한 피난처이자 위협의 근원으로 경험한 경우로써 불안-양가와 회피와는 다르게 비조직적인 행동 패턴을 보인다[54].

유아기에 형성된 애착유형이 평생에 걸쳐 인간의 심리 발달에 영향을 주는데[51], 안정형의 사람들은 불안정형의 사람들에 비해 자존감이 높고 감정적으로 건강하다[51][55-59].

Hazan과 Shaver에 따르면, 불안정형은 자아존중감이 낮고 타인에 대해 긍정적 사고를 가지기 어려워하며 타인과 신뢰를 바탕으로 친밀한 대인관계를 형성하지 못한다[60]. 불안-양가형은 타인에게 정서적으로 의존하거나 강박적으로 몰두하며 회피형은 타인과 친밀감을 형성하지 못하고 피하거나 대인관계에 공포감을 가진다[61]. 따라서 불안정애착의 경험이 대인관계에 미치는 부정적 영향은 지대하다[62][63]. 이와 같은 대인관계의 어려움은 부모와의 관계에도 적용되어 생애 초기에 맺은 불안정부모애착은 중년에 이르러서도 부모와의 관계에 부정적인 영향을 미칠 수밖에 없다.

## 3. 정서적 돌봄

### 3.1 정서적 돌봄

노인의 요구를 채우는 활동은 부양이나 돌봄, 수발이라는 용어를 사용하는 것이 일반적이다[64-67]. 내용적 분류를 보면, Connell과 Mendez-Luck, Kennedy, & Wallace는 부양(caregiving)을 신체적, 정서적, 사회적 영역으로 구분하였다[68][69]. Hermans와 Master-Smith는 부양(caregiving)을 신체적, 정신적, 정서적, 사회적 영역을 포함하는 다양한 영역 내에서, 관련 행위를 자력으로 하지 못하는 타인을 돕는 과정이라고 설명하면서, 부양이 낮설지 않은 행위임에도 불구하고 부양에 관한 정의가 명확하지 않다고 지적했다[64]. 김태현에 따르면, 경제적 부양은 노인의 경제적 어려움을 해소하기 위한 지원이며, 정서적 부양은 노인의 인격적, 정서적 요구에 부응하여 고립감과 불안 등의 감정을 해소하기 위한 지원이고, 신체적, 서비스 부양이란 신체적 취약상

태에서 일상생활이 어려운 노인에게 취사나 목욕 등의 신체적 서비스를 제공함을 의미한다[67].

부모를 돌보는 역할에 대한 개념은 규범적 헌신과 정서적 헌신으로 분류할 수 있다[70]. 돌봄에 대한 '규범적 헌신'은 도리 및 책무감에 의해 노년부모를 신체적으로 보살피는 역할에 참여하고자 하는 사명감이며, 돌봄에 대한 '정서적 헌신'은 거동이 불편한 노년부모를 신체적으로 보살피는 역할에 의미와 가치를 부여할 수 있고 기꺼이 호의적인 감정을 가지고 자발적으로 참여하고자 하는 사명감이다[70][71]. 그러나 노인 돌봄과 관련된 연구에서 노인 및 독거노인의 정서적 필요와 정서적 돌봄의 하위요소에 대한 정의나 분류를 소개하는 문헌은 찾아보기 어렵다. 따라서 전반적 노인 돌봄에 대한 선행연구에서 합의되는 내용을 통해 정서적 돌봄과 그 하위요소를 탐색해 보겠다. 정서적 필요는 노년부모의 입장과 자녀의 입장에서 서로 다르게 인식될 수 있다. 노인이 공통으로 경험하는 정서에는 죽음불안, 고독, 무력감 등이 있다[72]. 죽음불안은 죽음이라는 신체적 변화와 존재의 종결을 받아들이지 못하는 마음 상태를 나타낸다. 고독은 주변의 사람들이 하나, 둘 떠나가면서 이별로 인해 개인이 갖게 되는 만족스러운 관계의 결여에서 느끼는 외로움이다. 또한 무력감은 노인이 노화되어가는 자기 자신과 주변 환경을 통제할 능력이 부족하며, 더는 미래에 대한 의미나 동기를 가질 수 없는 마음이다[72]. 따라서 정서적 돌봄은 노인이 죽음불안, 고독, 무력감 등으로 인한 정서적 어려움을 돕거나 정서적 욕구에 대한 만족을 제공하는 활동이라고 할 수 있다. 예를 들어 중년자녀는 부모와 시공간을 함께 하거나 친밀한 표현 등을 통해 부모를 정서적으로 돌볼 수 있다. 이러한 관계는 친밀감을 필요로 하지만 부모와 불안정애착을 형성한 자녀는 안정애착을 형성한 자녀에 비해 부모를 돌보는 활동에서 더욱 가중된 어려움을 가진다[73].

### 3.2 불안정부모애착과 정서적 돌봄

전통적으로 한국은 자녀가 부모의 노후를 책임지는 것은 당연한 도리이자 미덕이라고 여겨왔다. 대다수의 노인들은 과거 자신이 그랬던 것처럼 자식들도 자신을 부양할 것으로 기대하고 자녀들을 양육했는데, 이는 대

가족제도 하에서 학습해온 가족 윤리와 전통적 규범의 영향이라 할 수 있다[74][75]. 자녀 역시 중년이 되면 부모가 처했던 입장을 이해하고 부모의 노후를 돌보고자 하는 동기가 높아진다[76][77]. 그러나 노년부모를 돌봄이 긍정적 방향으로 이루어지기 위해서는 부모와 자녀 간의 정서적 애착과 친밀성이 중요한 선행요인이 된다[40][76][78][79]. Folbre는 부모자녀 간에 친밀한 관계에서 애정과 존중이 전제되어야 노년부모돌봄에 양질의 서비스를 제공할 수 있다고 했으며[80], 이위환과 권용신도 애착감정이 클수록 돌봄제공의 정도와 미래 부양에 대한 책임감이 커진다고 했다[8]. 또한 부모와 좋은 관계를 맺은 사람은 부모를 돌보는 것에 부담보다는 보람을 느낄 수 있다[12]. 따라서 부모와 얼마나 긍정적인 관계를 맺는가에 따라 부모를 돌보는 자녀의 심리적 부담이 달라진다. 특히 독거노년부모는 정서적 욕구가 높기 때문에 불안정애착의 자녀가 느끼는 부담감이 더욱 크다. 이런 경우 자녀는 자신의 불편감을 억누른 채 억지로 부모를 돌보거나 혹은 감당할 수 없는 불편감에 부모의 정서적 필요를 회피해버리고 죄책감에 시달릴 가능성이 있다. 따라서 정서적 돌봄을 감당하고 있는 중년자녀를 이해하기 위해, 이들이 독특하게 경험한 세계에 집중하여 그 현상의 보편적이고 본질적인 측면을 밝혀내고 그 경험이 말하는 의미의 구조를 밝힐 필요가 있다.

## II. 방법

### 1. 현상학적 연구

독거노인과 중년자녀의 관계는 사회적이고 객관적인 경험이라기보다 개인적이고 주관적인 경험이다. 이러한 주제에는 참여자들이 바라보는 시각에 관심을 가지며 맥락을 중요시하고 개인의 독특한 상황에 의미를 담은 질적 연구방법이 적합하다[81]. Husserl에 의해 제기된 현상학적 연구는 개인의 주관적인 경험에 초점을 두으로써 현상의 본질이나 구조를 이해하는 것을 연구의 목표로 하며[81][82], 하나의 개념에 대한 현상이 개인들의 체험에서 갖는 의미를 기술하고 개인의 경험에서 의식의 구조를 탐색한다[83].

본 연구에서는 Colaizzi의 현상학적 연구방법을 사용하였다. Colaizzi의 연구방법의 특징은 연구참여자들의 공통적인 특성을 도출해낸다는 점이다[84]. 초기 불안정부모애착을 형성한 중년기 자녀가 독거하는 부모를 정서적으로 돌볼 때의 경험을 그들의 주관적인 입장에서의 현상으로 관찰하고 연구참여자들의 공통적인 특성을 이해하는 것은 동일한 경험의 한국중년들을 대상으로 하는 상담과정에 적용되어 그 이해를 높일 수 있도록 기여한다는 점에서 의의를 가진다. 이를 위해 연구자는 연구참여자가 기술한 내용들을 바탕으로 의미 있는 문장이나 구를 추출한 후 추출한 내용을 기반으로 일반적이며 추상적인 진술을 만들어 의미를 구성하고, 주제 묶음으로 범주화하여 경험의 본질적 구조를 기술하였다. 연구자는 연구주제에 맞는 개인적 속성이 드러날 수 있게 질문하고 전체 과정에서 선입견이 최소화될 수 있도록 반성적 검토를 거듭하였다.

## 2. 연구참여자

본 연구는 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄이라는 동일한 경험을 가진 소수의 연구참여자를 대상으로 한다. 이를 위해 의도적 표본추출 방법을 통해 12명의 참여자를 선정하였다. 연구의 참여자는 불안정부모애착을 경험한 45세 이상 60세 이하의 중년 중에서 75세 이상의 독거부모가 있는 참여자로 구성하였다. 연구참여자 모집을 위해 연구참여자의 연령, 독거부모의 유무를 확인하였고, 연구자가 소속된 상담센터와 학교에 공지하여 위 범주에 해당하는 사람들의 신청을 받았다.

신청자와 추천받은 사람을 대상으로 초기부모애착척도를 실시한 뒤, 초기부모애착에서 독거증인 부나 모와 불안정부모애착의 관계로 확인된 사람을 연구참여자로 선정하였다. 선정한 대상자들에게 본 연구의 목적, 의의, 과정과 보상 등에 관해 설명하고 서면동의를 받았다.

12명의 참여자들의 성별 분포는 여성 9명, 남성 3명이며, 연령대는 40대 5명, 50대 7명이고, 독거부모의 성별 분포는 아버지가 2명, 어머니가 10명이다. 어머니-딸의 관계가 7명, 어머니-아들의 관계가 3명, 아버지-딸의 관계가 2명이다. 자녀에서 아들과 딸, 부모에서 아버지와 어머니의 경우를 골고루 포함하려는 노력으로 모집기간이 길어졌으나 결과적으로 아버지-아들의 관

계에 해당하는 연구대상자는 모집이 되지 않았다. 초기 부모애착척도 실시 결과, 불안정부모애착의 유형은 불안-양가 3명, 회피 7명, 혼란 2명이다.

연구참여자들의 배경을 정리하면 다음과 같다.

표 1. 참여자들의 인구사회학적 사항

	성	연령대	직업	부모의 성	독거부모와의 불안정부모애착 유형
N1	여	40대	전문직	부	회피
N2	여	50대	전문직	모	회피
N3	여	50대	직장인	모	혼란
N4	여	40대	전업주부	모	회피
N5	여	50대	전문직	모	회피
N6	여	50대	전문직	모	회피
N7	여	50대	직장인	모	혼란
N8	여	40대	전업주부	모	불안-양가
N9	남	40대	직장인	모	불안-양가
N10	여	50대	전업주부	부	회피
N11	남	50대	직장인	모	회피
N12	남	40대	직장인	모	불안-양가

## 3. 자료수집

본 연구의 자료를 수집하기 위해 첫째, 연구참여자께 인구사회학적 설문, 초기부모애착척도를 실시하고 결과를 파악하여 자료화하였다. 둘째, 연구참여자를 대상으로 반구조화된 질문지를 사용하여 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰는 충분성을 고려하여 연구주제와 질문지의 내용에 대해 참여자로부터 더 이상 새로운 진술이 나오지 않을 때까지 이루어졌으며, 참여자가 자유롭게 이야기할 수 있도록 배려하였다.

2019년 8월부터 2020년 2월까지 모집과 자료수집이 이루어졌다. 모집과정에서 연구참여자들에게 연구참여와 관련하여 설명하고 동의를 통해 참여를 확인받았지만, 인터뷰 시점에서 다시 한번 설명서와 동의서의 내용을 확인하는 과정을 거쳤다. 인터뷰에 소요된 시간은 참여자마다 차이가 있었으나, 2시간 이내에서 이루어진 참여자가 9명이었고 2시간 이상 소요된 참여자가

3명이었다. 인터뷰 내용은 녹음기 오류의 가능성을 대비하여 2개의 녹음기가 사용되었고, 녹음 후 모두 전사하여 축어록으로 작성하고 검토를 거쳐 자료화하였다. 본 연구에 사용된 척도는 다음과 같다.

### 3.1 초기부모애착척도(EPAS)

부모와 생의 초기에 맺은 애착정도를 알아보기 위해 김미선의 초기 부모애착 척도(Early Parental Attachment Scale: EPAS)를 사용하였다[85].

EPAS는 초기 부모애착을 부애착과 모애착으로 각각 나누어 애착정도를 측정한다. EPAS는 Ainsworth의 이론에 근거하여 불안정애착을 불안-양가와 회피로 나누었던 Ainsworth 외의 이론에 근거하여 불안정애착을 불안-양가와 회피의 두 가지 하위요인으로 나누었고[51], 불안-양가와 회피 두 가지 모두에서 불안정 애착의 결과를 나타낼 경우 혼란형으로 구분하였다.

척도문항은 총 18문항으로 불안-양가 9문항과 회피 9문항으로 이루어져있다. 각 항목은 '전혀 그렇지 않다(1점)'부터 '매우 그랬다(7점)'까지의 7점 Likert 방식 척도로 평정된다. EPAS는 50개의 예비문항으로 내용 및 안면 타당도를 검증했고 탐색적 요인분석으로 불안-양가와 회피를 각 9문항씩, 총18문항을 선별하였다. 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ ) 부애착 불안-양가 .91, 회피 .93, 모애착 불안-양가 .89, 회피 .90으로 나타났다.

### 3.2 반구조화 질문지

본 연구에서는 자료 수집을 위하여 연구 참여자들이 풍부한 진술을 할 수 있도록 진술하고 신뢰할 수 있는 분위기를 형성하여 심층면접을 실시하였다. 친밀한 관계형성 및 개방적이고 비지시적인 질문을 사용하였으며 개인적인 정서 및 사고, 인지의 느낌들을 충분히 표현할 수 있도록 노력하였다. 중년자녀가 독거노년부모의 정서적 필요를 돌볼 때의 경험을 심도 있게 연구하고 탐색하는 목적에 적합한 질문을 만들기 위해 연구자는 상담학 교수 2명과 상담학 박사과정 4명에게 자문을 받았다. 그 과정을 통하여 최종적으로 완성된 12개의 반구조화 질문지를 사용하여 인터뷰를 실시하였다.

## 4. 자료분석

본 연구는 Colaizzi 분석방법에 의해 자료를 분석하였다[43] 우선 연구자는 각 연구참여자들의 인터뷰내용을 전사하여 자료화시킨 후, 전체 자료를 여러 차례에 걸쳐 충분히 읽음으로써 자료의 내용을 파악하였다. 이 과정을 거듭하며 자료에서 연구주제와 관련된 의미있는 진술들을 찾아내어 구성된 의미를 구성하고, 이들을 주제와 주제군으로 묶어 정리하였다. 자료는 질적연구에서 코딩과 자료정리를 위해 사용되는 N-Vivo 프로그램을 활용하여 여러 차례에 걸쳐 정리한 후, 가시성을 위해 엑셀 프로그램으로 옮겨 정리하였다. 자료 분석 과정에서 신뢰도와 타당도 확보를 위해 상담학 박사 1명과 상담학 박사수료자 2명의 검토를 거쳤고 받은 피드백을 반영하여 수정하고 보완하여 현상학적으로 기술하였다.

본 연구에서 참여자들의 불안정부모애착 유형 분류는 초기부모애착척도(EPAS)에서 제시한 기준에 근거하여 이루어졌다. 초기부모애착척도(EPAS)는 Ainsworth의 분류를 따라 불안정애착을 불안-양가와 회피의 두 가지 요인으로 평가하고 있어서 불안정애착의 혼란형[51]에 대한 평가는 직접적으로 언급되어 있지 않다. 혼란형은 불안-양가와 회피가 함께 공존하는 특성을 보이며, 불안-양가형이나 회피형과는 다르게 비일관적이고 비조직적인 특성을 가지고 있어서 드물게 확인된다. 따라서 EPAS에서 불안-양가와 회피가 동시에 유의미한 점수를 보인 연구참여자는 혼란형으로 분류하였다.

## III. 연구 결과

선정된 12명의 연구참여자자와의 심층 면접의 결과, 불안정부모애착을 경험한 중년이 독거노년부모를 정서적으로 돌보는 경험에 대하여 63개의 구성된 의미가 도출되었고, 이는 19개의 주제와 5개의 주제군으로 정리되었다. 이에 대한 분석결과표는 [표 2]와 같다.

### 1. 정서적 소진을 불러온 부정적 경험

연구참여자들은 부모에 대한 정서적 돌봄의 과정에서 일차적으로 정서적인 소진을 경험하고 있었다. 이는 부모로부터 오는 요구에 반응하는 어려움뿐 아니라 부



모와의 애착의 불안정에서 기인되는 관계적 불편감의 어려움도 포함되었다. 참여자들은 부모와의 친밀감 부족의 지속, 부모에 대한 책임감과 부담감, 염려, 분노와 자기비난, 죄책감, 정서적 피로뿐 아니라 부모를 이해하기 어려움, 복합적인 양가감정, 소통의 어려움을 경험하고 있었고 이는 참여자들의 정서적 소진으로 이어졌다.

**주제 1) 친밀감 부재와 지속**

참여자들은 어린 시절 부모와의 친밀감 부족이 현재까지 지속되고 있는 것으로 나타났다. 그리고 이것은 결국 참여자들의 정서적 소진으로 이어진 것으로 보인다. 참여자들은 부모와 가까운 관계라는 느낌을 갖지 못하는 심리적 거리감, 부모와의 신체적 접촉이나 공간에 함께 머무는 것을 힘들어하는 물리적 거리감, 그리고 이와 같은 거리감에 대해 혼란스러움을 갖는 것으로 나타났다. 참여자 11은 어머니를 관념적인 의미에서 존재하는 분으로 표현하며 어머니와 정서적인 교류를 나누려는 기대감이 없었는데 이것은 어릴 때 어머니의 사랑을 포기해버린 마음이 무관심과 무기대감으로 지속되는 것으로 볼 수 있다. 그러나 참여자들은 대부분 부

모와의 심리적, 물리적 거리감에서 오는 불편한 마음을 부모에게 표현하지 않고 있었다. 참여자 10의 경우 아버지에게 이런 불편한 감정을 내색하는 것 자체가 허용되지 않는 가정 문화를 가지고 있었다.

그냥 관념에 있는 어머니. 실질적으로 엄마, 보통 그 엄마라고 하는 존재처럼 막 친밀하고 가까운 대상으로 살갑고 그립고 뭐 그런 밀착돼있는 관계가 아니라 그냥 관념적인 의미에서 존재하는. 그냥 우리 엄마. 그 정도. 커서도 지금도 어릴 때랑 그냥 똑같은 관계. 무관심이라기 보다는... 친밀하지 않은 관계인 것 같아요. <참여자 11>

아버지가 불편하고 같이 있는 거 싫어도 당연히 그런 걸 티는 못 내죠. 아버지는 자식은 부모 봉양하고 이런 거 당연하다고 생각하실 거고. <참여자 10>

**주제 2) 염려**

참여자들은 독거하시는 부모의 전반적인 안전에 대해 염려하고 있었다. 혼자 살면서 아프거나 문제가 생길 때 자녀에게 도움을 받지 못할까봐 걱정이 된다

**표 2. 부모와 불안정부모애착을 경험한 중년자녀의 독거노년부모를 정서적으로 돌보는 경험에 대한 구성된 의미, 주제, 주제군, 범주**

구성된 의미	주제	주제군
부모와의 심리적 거리감	친밀감 부재의 지속	정서적 소진을 불러온 부정적 경험
부모와의 물리적 거리감		
부모와 혼란스러운 거리감		
부모와 정서적인 교류에 대한 기대감이 없음		
불편한 거리감을 드러내지 않음		
부모의 심리적인 허약함을 염려함	염려	
부모의 안전을 염려함		
부모가 임종을 언급할 때의 부담감	책임감과 부담감	
부모와의 동거에 대한 부담감		
부모의 전적인 의존에 대한 부담감		
부모의 정서적 필요를 회피할 때의 부담감		
부모의 요청을 부응하지 못할 때 자신에게 화가 남	분노	
만족과 배려없는 부모에게 화가 남		
부모로부터 나의 존재가치를 인정받지 못하는 서운함		
부모의 불만족에 자식으로서 부적절감을 느낀	자기비난과 죄책감	

자식된 도리를 못 했다는 죄책감			
최선을 다하지 않았다는 죄책감			
부모보다 행복하다고 느낄 때의 죄책감			
부모의 고생에 보답하지 못했다는 죄책감			
정서적 돌봄 능력이 부족함을 미안하게 여김			
부모 자체를 견디기 힘든 압도감	정서적 피로		
부모의 삶의 불만을 받아줘야 하는 피곤함			
부모의 아이같은 투정을 들어야 하는 피곤함			
부모의 요청에 할 수 있는 힘을 다하여 소진됨			
정서적 교감없는 정서적 돌봄			
부모의 의도를 파악하기 어려움	부모를 이해하기 어려움		
나와 너무 다른 부모의 성향을 이해하기 어려움			
부모에게 복합적인 양가감정을 느낌	부모에 대한 양가감정		
부모와 전반적인 대화의 양이 부족함	소통의 어려움		
부모와 대화를 피하게 됨			
부모의 말을 일방적으로 들어주어야 하는 어려움			
부모의 필요가 무엇인지에 대한 대화의 부족			
부모에게 따뜻한 감정을 느낌	부모에 대한 긍정적인 감정		
부모에게 편안함을 느낌			
부모의 연로하심에 안쓰러워짐	부모의 연로함에 대한 연민		정서적 돌봄에서의 정서적 원동력
자녀의 도움을 고마워하는 부모에게 감사함			
부모의 정서적 상처를 돌보려는 마음			
부모의 여생이 길지 않을 것을 생각함			
부모의 행복을 바람			
스스로를 좋은 사람이라고 느낌	부모돌봄을 통해 경험되는 긍정적 감정		
부모에게 중요한 존재로 인정받음			
부모의 안부에 대한 불안을 줄임			
부모를 돌봄으로 죄책감을 벗음			
부모돌봄에 대해 감사함	부모에 대한 수용		
부모의 삶을 객관적으로 이해함			
부모의 부모가 되는 역할을 수용함			
배우자와 공동 책임 의식을 가짐	배우자의 지원	부모돌봄에서의 조력자의 역할	
배우자로부터 정서적 지원을 받음			
배우자로부터 경제적 지원을 받음			
배우자로부터 부모돌봄 시간을 함께 하는 도움을 받음			
배우자와의 관계에 따라 부모돌봄에 영향을 받음	배우자 외 타인의 지원		
가족과의 관계에서 부모돌봄에 영향을 받음			
형제자매들과 부모돌봄을 함께 함			
친구들로부터 정서적 지원을 받음			

배우자로부터 도움을 받지 못함	조력자 없이 부담과 피로가 지속됨	정서적 돌봄에서의 경제적·신체적 내용
부모돌봄에서 도움 받을 사람이 없음		
경제적 지원을 정서적 돌봄으로 받아들이는 부모	정서적 돌봄으로서의 경제적 지원	
정서적 돌봄에 동반되는 경제적 지출	정서적 돌봄으로서의 신체적 지원	
신체적 지원을 정서적 돌봄으로 받아들이는 부모		
정서적 돌봄에 동반되는 신체적 수고		

는 부모의 말을 들을 때 참여자들은 부담감을 느끼며, 그 해결책으로 자주 전화를 걸거나 방문하여 안부를 확인한다고 진술했다. 특히 신체화 증상으로 자주 몸이 아픈 경우를 포함하여, 부모의 심리적 허약함을 염려하는 참여자들이 있었는데, 참여자 2와 9는 어머니가 심리적으로 약하시다는 점을 걱정하고 있었다.

어머니가 심리적으로 불안정하시니까. 그게 걱정돼요. 조마조마하고. 지금 더한 것 같아요. 심리적으로 약해요. 엄마가. 원래 약한데다가 노인되니까 더 그런 면에서 약해졌어요. <참여자 2>

예전에 키우던 강아지가 죽었을 때도 힘들어하셨는데 지금 이 모가 돌아가신 후 더 힘들어 하세요. 집에 혼자 잘 못 계시고. 마음이 약하시니까 그게 걱정이 돼요. <참여자 9>

**주제 3) 책임감과 부담감**

참여자들은 부모를 정서적으로 돌보면서 책임감과 부담감을 가지고 있었고 특히 부모가 임종을 언급할 때 무거운 마음을 느끼고 있었다. 참여자 3은 어머니가 오래 살아서 자식들에게 폐를 주고 있다는 말을 들으면 어머니에게 정서적 돌봄이 필요하다는 생각이 들었고, 참여자 5는 어머니가 푸념처럼 이제 그만 죽어야 한다는 언급을 하는 것에 불편감을 느끼기도 했다. 또한 부모와 함께 사는 부담감의 경우, 짧게는 한 공간에 함께 있는 시간부터 길게는 한 집에서 함께 기거하는 정도까지 참여자들 모두에게서 불편감이 표현되었다. 정서적 측면에서도 부모가 전적으로 의존하는 경우가 많았으며 참여자들은 이런 필요를 어떻게 채울 수 있을지에 대해서, 그리고 필요를 채우는 일이 벽차게 느껴진다 해도 어려웠던 시절에 고생하며 키우신 부모에 대한 보답이라는 생각에 거절하지 못하는 부담감을 느끼고 있었다. 참여자 8은 이런 감정에 대해 어머니의 모든 필요를 다 해결해 드려야 할 것 같은 부담이라고 진술했

다. 참여자 10은 부모의 정서적 필요가 있음을 알고 있지만 회피하려는 마음을 표현하였다. 부모를 정서적인 돌본다는 것은 부모에게 가까이 다가가는 것이 기본인데 부모와 정서적으로 가깝지 않은 참여자들에게 이러한 다가감은 쉽지 않고, 더불어 자신이 부모를 피하고 싶어한다는 사실 자체에 부담을 가지고 있었다.

그렇죠. 부담. 제가 더 자주 찾아되어야 될 것 같고, 옆에 있어드려야 될 것 같고, 기쁘게 해드려야 할 것 같고, 모든 거 다. '내가 널 어떻게 키웠는데'라는 말을 들으면 힘들게 키운 거 아니니까. <참여자 8>

아버지가 뭘 원하는지 아는데. 내가 아는데. 그런데 못 하겠는 거지 나는. 그러니까 부담돼서 자꾸 피하게 되는 거예요. 피한다고 해도 안 볼 수도 없잖아요. 그러니 이게 자꾸 부담만 되는 거라. <참여자 10>

**주제 4) 분노**

참여자들은 부모의 정서적 필요가 보이거나 부모로부터 정서적 요청을 받을 때 부모나 자신 혹은 둘 다에게 분노감이 생기거나 비난의 감정을 느끼고 있었고 이는 정서적 소진으로 연결되었다. 부모가 요청을 해오지만 부응하지 못할 때 자신에게 화가 나는 경우가 있고 또한 부모돌봄의 과정에서 부모에게 화가 나는 경우를 경험하고 있었다. 참여자 9는 매사 까다로운 어머니가 자신의 하소연을 들어주고 동조해달라는 요청을 할 때 배려받지 못한다는 생각이 들어 화가 났던 경험이 있었다. 또한 참여자 6은 부모의 필요를 가장 잘 도와드렸음에도 아들이 아니고 딸이라는 이유로 자신의 가치를 인정받지 못했을 때 부모에게 서운함을 느꼈다.

어머니 그 성격은 어디 안 가요. 본인이 아니다 생각하면 절대 바뀌지 않아요. 저희 어머니가 집안에 깔 맞추는 걸 되게 좋

아하시거든요. 냉장고는 있는데 김치 냉장고가 고장나서 김치 냉장고를 하나 사야 되는데, 색깔이 다르다 이거예요, 지금 가지고 있는 냉장고랑. 그렇다고 그 멀쩡한 걸 버리고 김치 냉장고랑 2개를 사서 색 맞춘다고... 그런 얘기, 나는 지금 진짜 어렵게 살고 있는데, 자기한테 동조해달라고 하소연하면 듣다가 화가 나요. <참여자 9>

그러니까 엄마는 그때 당시에는 그 시대에는 아들이 있어야... 우리 엄마도 아들이 있어서 사신 거예요. 아들이 없었으면, 딸만 있었으면... 아들이 필요한 집이었죠, 종갓집이었으니까. 아들이 생명과도 같죠. 당신의 존재 가치잖아요, 아들을 못 낳으면 큰일 날. 우리 엄마가 나를 필요로 할 때는 저렇게 나를 이용 가치가 있을 때만 생각했나? 하는 생각이 들고, 서운해요. 화나는. 네. 그 마음이 지금 제가 그런 마음이 엄마한테 많이 있어요. <참여자 6>

### 주제 5) 자기비난과 죄책감

부모에 대한 정서적 돌봄 과정에서 참여자들이 경험하는 깊은 감정 중에 하나가 죄책감이었다. 참여자 5는 어머니가 불만족스러운 마음을 표현하면 어머니의 요구가 적절한지의 여부와 상관없이 자신이 나쁜 딸이라는 불편감을 느끼고 있었다. 부모의 정서적 요구 앞에 최선을 다하지 않았다는 감정이 들 때, 자식된 도리를 못 했다는 마음이 들 때, 그리고 부모의 삶을 자신의 삶과 비교하여 부모보다 행복하다고 생각되거나 부모의 고생에 보답하지 못했다는 마음이 들 때 참여자들은 깊은 죄책감을 가졌다. 참여자 8은 어머니가 자신 때문에 고생한 일화를 기억하며 기대에 못 미친 자식이라는 죄책감을 가지고 있으며, 어머니가 행복하지 않는데 자신만 행복하면 어머니를 배신하는 것 같은 감정이라고 진술했다.

내용은 뭐가 됐든 엄마가 불만족스러워하면 내가 딸로서 나쁜 딸이라는 불편감이 남을 때가 있죠. <참여자 5>

엄마를 못 도와드리면 도리를 못 했다는 죄책감 같은 거 들어요. <참여자 7>

엄마가 안 행복한데 내가 행복하면 배반하는 기분이에요. 즐기지를 못해요. <참여자 8>

### 주제 6) 정서적 피로

참여자들은 부모의 정서적 필요를 도와주면서 자신들 역시 정서적 피로감과 소진을 경험하고 있었다. 부모 자체를 견디기 힘들어하는 감정을 경험하고 있는 참여자들 중 참여자 8은 어머니라는 글자만으로도 모든 것이 끝날 것 같은 압도적 피로감을 가지고 있었고, 참여자 4는 어머니가 가까이 다가오는 것이 힘들지만 참아야만 했던 상황에서 공황장애를 겪었다. 참여자들은 부모가 쏟아내는 삶의 불안족이나 혹은 해결할 수도 없고 말도 안 되는 아이같은 투정을 들어주거나 위로하면서 받아내야 할 때 가장 자주 정서적 피로감을 느꼈으며, 일부 참여자들은 부모의 요청이 징징거림으로 들리기도 했다.

그냥 엄마가 오시면 부담스러웠고 엄마가 오는 게 싫어서 괴로웠어요. 그래서 그때 공황장애가 왔어요. <참여자 4>

엄마하면 힘들다라는... 네. 그냥 그 힘들다 그 한 단어... 모든 게 다 끝날 것 같은 그 말로 다 표현될 것 같아요. 힘들다... (한숨) 늘 징징거리고 계시죠. 모르겠어요, 알고 그러시는 건지 모르고 그러시는 건지. 끊임없이 계속. 힘들죠. <참여자 8>

### 주제 7) 부모를 이해하기 어려움

노년부모를 이해하기 어려운 것도 참여자들의 정서적 소진을 부르는 한 요인이었다. 부모가 무엇을 원하는지 분명하지 않거나 혹은 실현시킬 수 없는 바람일 때 당혹감을 느꼈다. 참여자 8은 어머니가 밥맛도 없고 먹고 싶지도 않고 살 의미도 없다고 말을 꺼내기 시작하면 부담감이 들고, 계속되는 요청에 어떻게 해 달라는 건지 이해할 수 없었다. 참여자 2는 모든 면에서 자신과 너무 다른 어머니의 성향과 사고방식을 수용하는데 어려움을 가지고 있었다.

제가 가면 벌써 딱 이렇게 (한숨 쉬면서) 밥맛도 없고 먹고 싶지도 않고 살면 뭐하나. 그냥 어디 산에 가서 나오든 나물이나 캐고 살았으면 좋겠다고. 그런 얘기를 하세요. 그걸 어떻게 해석해야 되는지 모르겠어요. <참여자 8>

생활적인 면에서도 모든 생각하는 부분에서도 너무 달라요. 아, 달라도 사랑할 수 있는데, 그게 받아들여지지 않아요. 너무 달라서 엄마를 이해할 수가 없으니까 사랑하기 너무 힘든 것

같아요. <참여자 2>

**주제 8) 복합적인 양가감정**

참여자들은 부모돌봄에서 안쓰러움과 분노, 뿌듯함과 지침의 복합적인 감정을 동시에 느끼는 경우도 많았다. 이들은 부모를 돌보다가 정서적으로 기운이 다 빠지는 소진 상태가 되고 화가 나기도 하지만 부모는 이미 연로하여 힘이 없는 안쓰러운 대상이 되어있었다. 참여자 5는 어머니로부터 너무 많은 요구를 받는다고 느끼며 무거운 마음이 들었다. 딸이 해결해 주기 어려운 것까지 다 요청하는 어머니에게 화가 나기도 하지만 어머니가 안쓰러워서 어머니의 요청을 다 들어주고 싶은 마음이 동시에 들었다.

너무 많은 역할과 요구에 약간 무겁고 화도 좀 나고 근데 안쓰럽고 거절하기 힘들고 사실 다 들어주고 싶거든요. 그 복잡한 마음이 부담이 돼요. <참여자 5>

그래서 어떻게든 해드렸으면 좋겠는? 근데 계속 안 되는데 요구를 하시니까. 굉장히 부담스럽고 화가 나고 어쩌란 말이야 이런 마음이 있었거든요. 근데 그래도 내가 잘못된 것 같고 죄송해요. <참여자 8>

**주제 9) 소통의 어려움**

참여자들은 전반적인 면에서 부모와의 대화가 부족하며 소통이 잘 되지 않는 어려움을 가지고 있었다. 우선, 공통의 관심사로 대화거리를 찾기도 어렵고 부모와 대화한다는 것 자체에 익숙하지 않은 측면도 보였다. 참여자 1은 아버지와는 안부를 묻는 것 외에 나눌 이야기가 별로 없었다. 이는 아버지가 가족과 많은 대화를 나누며 마음을 표현하는 것이 익숙하지 않은 문화적 요인도 작용했다고 보인다. 또 참여자들은 부모가 일방적으로 자기 말을 들어주기를 바라는 식일 때, 말을 나누고 싶지 않을 만큼 부모에게 거리감을 느낄 때, 그리고 대화를 통해 의견충돌만 일어날 뿐 조율이 되지 않는 경험을 하면서 부모와의 대화를 피하게 된다고 진술했다.

대화 거리가 별로 없으니까 아버지한테 항상 말하는 게, 아빠 요즘 어떻게 지내세요 하고 묻는 정도죠. <참여자 1>

어머니한테 말을... 하기가 좀. (웃음) 네, 그렇죠. 그리고 뭐. 말한다고 해서 그 상황이 변하는 것도 아니고. 그냥 빚고 오는 거지 뭐 딱히 소통은.. 어머니하고 대화가 잘 안 되죠. <참여자 9>

**2. 정서적 돌봄에서의 정서적 원동력**

부모를 정서적으로 돌보는 것이 힘들지만 참여자들에게는 이런 돌봄을 계속할 수 있도록 이끄는 정서적인 원동력이 있었다. 비록 불안정 애착의 관계를 형성했으나 부모에게서 따뜻함이나 편안함과 같은 긍정적인 감정을 느낀다거나, 이미 연로하신 부모를 보면서 연민의 감정이 생기면서 안쓰러운 마음을 품는 것, 그리고 부모의 행복을 기원하는 마음 등이 부모돌봄에 힘을 주었다. 또한 부모를 돌보다리는 자식으로서의 긍정적인 평가와 부모에 대한 객관적인 이해는 부모돌봄의 역할을 수용하도록 기여하였다. 참여자 3과 9는 어머니에 대한 긍정적인 감정이, 참여자 7과 8은 부모돌봄의 과정에서 느끼는 긍정적인 감정이, 그리고 참여자 1과 5는 부모돌봄의 역할에 대한 수용이 부모에 대한 정서적 돌봄에 원동력으로 작용하였다.

**주제 10) 부모에 대한 긍정적인 감정**

부모에 대한 정서적 돌봄에서의 정서적 원동력 중 하나는 부모와 가진 따뜻하고 편안한 감정에서 나왔다. 참여자 3은 어린 시절에는 나누지 못했지만 지금은 어머니와 전화로 장난을 치며 함께 웃기도 한다. 참여자 9는 어머니가 장성한 자식의 의견을 따라와 주는 것에서 편안한 마음으로 돌봐드릴 수 있었다. 이런 경험은 어머니와의 정서적 유대를 높여주기 때문에 자녀는 부모의 정서적 돌봄에서 느끼는 피로감이 덜 할 수 있다.

엄마 생각하면 이제는 뭐 따뜻하죠. 지금은 전화해서 장난도 많이 걸고, 엄마가 글을 몰라요. 누가 전화했는지 엄마가 잘 몰라요. 그니까 제가 뭐하시고 계시오? 왜 회관을 안 나오시고?. 이렇게 딱 사람처럼 동네사람처럼 사투리를 쓰면서 막 흥내를 내요. 맨날 장난쳐요. 그럼 엄마도 웃고 나도 웃고. <참여자 3>

어머니가 이제 집안 큰 일은 제 의지대로 하게 해주시고 따라 주시고 그러니까 마음이 편하게 도와드릴 수가 있고. <참여자 9>

### 주제 11) 부모의 연로함에 대한 연민

부모가 이제는 연로한 노인이라는 인식도 참여자들 로 하여금 부모를 정서적으로 돌보게 하는 힘이 되었다. 모든 면에서 기능이 떨어지고 힘도 쇠약해진 부모 에게 안쓰러움을 느낀다는 참여자들이 많았다. 이제 돌아갈 날이 멀지 않음을 생각하며 부모가 행복한 여생을 살기를 바라는 마음이 있었다. 참여자 10은 아버지 에게 분노감을 가지고 있고, 평소 한 공간에 있는 것을 불편해하지만 그럼에도 혼자서 생활의 모든 것을 해내 야 하는 80대 아버지의 막막함을 이해하며 측은지심을 느끼고 있었다. 참여자 2는 어머니가 자신의 돌봄에 고 마음을 표현할 때 자녀로서 감사를 느꼈다. 예전 젊을 때 어머니는 자기 뜻대로 해야만 되는 통제적인 성격이었는데 지금은 딸에게 의지하는 모습에서 힘을 잃은 노인임을 발견하며 더 안쓰러워했다.

아버지가 혼자 있고 그러는데, 우리 아버지가 이렇게 보니까 팔십 노인인 거예요. 되게 노인인 거야. 여태까지 엄마 옆에 50년 넘게, 엄마가 부양한 거잖아요. 밥 챙겨주고 빨래 다 해주고, 그런데 지금 팔십이 넘었는데 혼자 하려니 막막할 거잖아요. 마음이 안 됐죠. <참여자 10>

엄마 마음이 혼자 좀 나약해지고 잔소리도 어느 순간 찾아들더라고요. 그 전에는 일거수일투족 내가 결혼했는데도 엄마 본인 뜻대로 다 했어야 했는데. 이제는 엄마가 고맙다는 말도 많이 하시고 그러니까 좀 안쓰러워지는 거예요. <참여자 2>

### 주제 12) 부모돌봄을 통해 경험되는 긍정적 감정

참여자들은 부모를 돌볼 때에 자존감이 높아지는 경험을 하였다. 부모를 돌보는 것을 좋은 일로 인식하며 스스로를 좋은 사람이라고 느끼며, 부모로부터 중요한 존재라는 인정을 받고 돌봄에서 보람을 느낄 때 부모를 돌볼 힘을 얻었다. 참여자 7은 어머니를 제대로 모시지 못한다는 죄책감 때문에 부담이 생길 때 어머니를 만나고 오면 편해지는 감정을 느낀다고 진술했다. 이와 같이 부모를 만나고 오거나 함께 이야기를 나누는 정서적 돌봄이 참여자들의 죄책감이나 부모의 안부를 걱정하는 마음을 해소시켜주는 기회가 되고 있었다.

잘 못 해드리니까 부담되고 좀 그러죠 아무래도. 그래도 엄마

한테 가서 엄마 보고 오면 내 마음이 그래도 좀 편해졌어요. <참여자 7>

내가 엄마가 원하는 걸 들어줘서.. 내가 해드린 걸 엄마가 그걸 받아들였다고 하면. 가령 뭐 닭고기를 원해서 닭고기를 사았는데 맛있게 드셨다하면, 그럼 저도 집에 와서 즐겁고 좋고, 내 역할이 되게 보람되고 내가 뭔가 한 것 같고 그런 거죠. <참여자 8>

### 주제 13) 부모에 대한 수용

참여자들이 부모를 수용할 때 부모돌봄에 힘을 얻을 수 있었다. 부모를 자녀 입장에서만 바라보다가 이제는 한 여자의 인생으로, 혹은 한 남자의 인생으로 객관화시켜 이해하고 있었다. 참여자 1은 아버지가 일찍 어머니와 사별하신 후 바쁘게만 사셨던 이유가 외로움 때문이었다는 것을 이해하며 안타까움을 느꼈다. 참여자 5는 부모의 부모가 되어 주는 단계가 오는 것에 대해 자연스럽게 받아들이고 있었다.

저희 아버지가 50대 중반 정도에 혼자 되셨는데, 이제 그 지식, 그 재혼으로 생긴 여러 가지 혼란들을 본인이 겪으셔서 그런게 아닌가 싶기도 하고. 여자친구분이 계셨어요. 그 애긴 들어서 알고 있는데. 아버지가 자녀들이 힘들어할 거고 이런 것들을 가정을 하셔서... 아버지가 많이 외로우셨을 것 같아요. 외롭고 그러니까 아버지가 모임이 되게 많으세요. 그런 것들이 거의 매일 나가시고. 바쁘게 인생을 사시는데 그것도 외로움의 표현들이었을 것 같은... <참여자 1>

제가 엄마가 보고 싶고 다정하게 엄마 품에 좀 의지하고 싶다는 거 아니면 엄마에게 막... 이런 정서적 욕구 자체가 저한테 지금 없어요. 그럴만한 나이도 지나가긴 했죠. 사람이 나이를 먹으면 자녀가 부모를 오히려 아이처럼 돌보는 단계가 오는 거기 때문에. 그거에 대해서, 내가 엄마를 돌보는 거에 대해서, 자연스러운 일이긴 해요. <참여자 5>

### 3. 부모돌봄에서의 조력자의 역할

참여자들의 부모를 정서적으로 돌볼 때 조력자의 도움이 큰 역할을 하였다. 부모돌봄에서 조력자는 주로 배우자였지만 배우자로부터 도움을 받지 못하는 사람들도 있었다. 배우자 외 타인의 지원 역시 참여자들로 하여금 부모돌봄에서 힘을 낼 수 있는 조력자의 역할을 하였다. 지원의 내용으로는 경제적 지원, 시간을 함께

보내는 수고, 그리고 배우자를 향한 정서적 지원을 포함하였다.

**주제 14) 배우자의 지원**

참여자들은 부모돌봄의 과정을 배우자와 함께 해나가고 있었다. 전통적인 한국 문화의 영향으로 부부는 부모돌봄의 공동 책임자라는 의식을 가지고 있었으며, 이는 아내의 부모를 돌보는 남편의 입장보다 남편의 부모를 돌보는 며느리 입장에서 좀 더 두드러졌다. 이와 같은 이유로 배우자와의 관계는 부모돌봄에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 참여자 11은 아내가 어머니를 살갑게 챙기는 것에 도움을 받고 있으며 참여자 5는 남편이 어머니를 크게 피곤해 하지 않고 같이 있어 주는 것이 도움이 된다고 하였다.

저도 시부모를 돌보는 거를 남편이랑 같이 하고, 그리고 남편도 제가 얼마나 엄마를 힘겨워하는지 알기 때문에 저를 돕는 방법 중에 하나로 같이 엄마를 지탱해주거든요. 돈도 그렇고 뭐 이런 저런 생활에서 돌봐드려야 되는 거, 찾아뵙고 같이 이야기하고 그런 정서적 지탱도 같이 해주고. 돈이나 일도 그렇지만 제일 큰 건 마음의 위로를 의지할 수 있으니까 그게 남편에게 고마운 거죠. <참여자 5>

아내가 많이 돕죠. 제가 일단 책임을 지는 거고 그런 거지만 정서적인 돌봄이라고 하면 저는 하는 게 없는 거 같고 아내가 뭐 살갑게 챙기고 그러니까 어머니는 아내가 같이 돌본다고 해야겠죠. <참여자 11>

**주제 15) 배우자 외 타인의 지원**

참여자들은 배우자 외에도 가족이나 친구로부터 지원을 받는 경험이 있었다. 특히 현재의 가족과의 관계가 어떠한가는 부모돌봄에 적잖은 영향을 미쳤다. 형제나 자매와 함께 부모돌봄의 부담을 나누어 감당하거나 친구들로부터 정서적 지원을 받는 것도 참여자들이 부모에 대한 정서적 돌봄을 수행하는 데에 힘을 주는 동력원이었다.

가까이 있는 언니나 남동생이 좀 자주, 차도 있고 언니가 늘고 있으니까, 언니가 좀 자주 가서, 맛있는 거 사가지고, 좀 있다가 왔으면 좋겠다고 얘기해요. 그리고 회비를 걷잖아요. 그럼 큰언니가 맨날 가서 담당하기 힘들잖아요. 기름값이나 식당가는

건 회비에서 총당해서 언니가 좀 가봐라 이렇게 하죠. <참여자 3>

주변에 너무나 감사하게도 도움의 손길이 너무 많은 거예요. <참여자 6>

**주제 16) 조력자 없이 부담과 피로가 지속됨**

부모돌봄에서 정서적 지원을 해주거나 혹은 부모돌봄의 실제적인 활동을 함께 하고 있는 조력자가 없는 참여자들도 있었다. 배우자에게 가장 많은 지원을 받아야 함에도 배우자와 갈등 관계에 있는 참여자들은 부모를 돌볼 여력이 없었다. 조력자가 없는 경우에는 부모돌봄에서 공감을 받거나 일손을 털어내지 못하여 부담과 피로가 지속되고 있었다. 참여자 6은 남편으로부터 도움을 받지 못하고 있었고, 참여자 12의 경우는 배우자뿐 아니라 아무에게도 도움을 받지 못하고 있었다.

(부모 돌봄이라는) 그런 면에서 남편이 나를 도와주지는 않아요. <참여자 6>

어머니를 정서적으로 돌본다라고 하면, 그런 면에서 나를 도와주는 사람들은 없는 것 같아요. <참여자 12>

**4. 정서적돌봄에서의 경제적·신체적 내용**

부모를 정서적으로 돌보는 과정에서 참여자들이 경험하는 외적 자원의 영역 중 하나가 경제적, 혹은 신체적 요인들이다. 정서적 돌봄의 영역임에도 불구하고 경제적, 신체적 측면의 요인이 정서적 돌봄에 영향을 미치는 경우들이 있었다.

**주제 17) 정서적 돌봄으로서의 경제적 지원**

노년의 부모는 참여자들이 생활비나 용돈을 드리거나 혹은 생필품을 채워드리는 것을 정서적 돌봄으로 인식하는 경우가 있었다. 경제적인 충족은 노년의 부모에게 삶에 안전감을 줄 뿐 아니라 자녀들로부터 대접받고 있다는 뿌듯함을 줌으로써 보람을 느끼는 것으로 보였다. 실제로 참여자 7은 어머니가 딸이 다른 어떤 것보다도 돈을 선물하는 것을 제일 기뻐하신다고 보았다. 참여자들 입장에서도 부모를 모시고 외식을 하거나 바깥 나들이를 모시고 가는 것과 같은 정서적 활동에는 경제적 지출이 동반될 수 밖에 없었다. 참여자 10은 아

버지를 위해 돈을 쓰는 것을 아깝게 여기지는 않지만 아버지를 기쁘게 해드리기 위해서는 경제적 지원이 함께 동반될 수밖에 없다고 했다.

아무래도 돈을 좀 보태주기를 바라시죠. 엄마가 돈이 없어서 막 그렇진 않은데. 근데 그걸 제일 바라고 기뻐하니깐요. <참여자 7>

뭐라도 해드려야 되니까. 돈 안 들고 되는 게 있나요. 돈 없으면 만나러 가는 것도 좀 어렵죠. 아까운 건 아니에요. 크게 많이 들어서 제가 뭐 세계여행 시켜드리라는 것도 아니고요. 돈이 많으면 많이 써서 그렇게 해주면 좋아하시겠죠. 아버지 기쁘게 해주려면 돈이 들어가야 돼요. <참여자 10>

#### 주제 18) 정서적 돌봄으로서의 신체적 지원

경제적 지원과 함께 신체적 지원 역시 노년의 부모에게는 정서적 돌봄 과정에 동반되는 요인이었다. 실제로 참여자들의 부모는 연로하시고 신체적 기능이 취약하여 자녀들의 도움이 필요하기 때문에 신체적 돌봄에서 안전감과 보람을 느끼는 것으로 보였다. 참여자 12는 어머니와 시간을 함께 보내며 어머니 혼자 하기 어려운 가사노동을 도와드릴 때 어머니가 기뻐하신다고 생각했다. 참여자들 입장에서 부모의 정서적 돌봄에 신체적 수고가 동반된다고 보고 있었다. 직장을 다니는 여성인 참여자 8은 어머니의 집안일을 도와드리고 나면 많이 지치지만 어머니가 서운해 하실까 봐 내색하지 않고 도와드리고 있었다.

금요일 저녁마다 어머니 필요한 거 정도 같이 보고 집에 뭐 필요한 거 해 드리고. 어머니가 그 시간을 좋아하시고 그게 그냥 정서적 돌봄이 되는 것 같아요. 따로 떼어낼 수가 없고. <참여자 12>

엄마 집에 가서 뭐 좀 하고 오면 내가 지치는 거죠. 엄마는 젊은 게 뭐가 힘들어서 뭐 그럴 거 아녜요. 서운해질 테니까. 그러니 내가 힘들다고 이런 말을 어떻게 해요. 일을 해 드리면 그게 또 대접받는 걸로 아시고 즐겁게 여기시니까. 그냥 나는 괜찮다 그러고 집에 와서 뽀는 거죠. <참여자 8>

## IV. 논의

### 1. 연구 결과에 대한 논의

본 연구의 결과에 따른 해석 및 논의는 다음과 같다. 첫째, 연구참여자들은 어린 시절부터 부모와 친밀감을 경험하기 어려웠고 이는 중년이 되어서도 지속적으로 나타났다. 부모와의 불안정한 관계 경험은 참여자들에게 불안과 분노, 자기비난, 죄책감, 부담감, 정서적 피로, 복합적인 양가감정, 소통의 어려움 등을 경험하게 했으며 이는 참여자들의 정서적 소진으로 이어졌다. 이와 같은 결과는 유년기 부모애착은 쉽게 바뀌지 않고 [51], 생애 전반에 걸쳐 대인관계에 지대한 영향을 미친다는 기존 선행연구들과 일맥상통한다[62][63]. Bowlby의 주장과 같이 어린 시절 부모와 안정적인 관계 경험을 하지 못하면 이후 성장과정에도 영향을 미쳐서 불안정한 심리로 발달할 수 있다[86]. 안정형의 사람들에 비해 불안정형의 사람들은 자존감이 낮고 건강하지 못한 감정을 소유한다[51][55-58]. 또한 Kohut은 어린 시절 부모와 안정적인 관계경험을 하지 못하면, 참가자와 응집적자기를 형성할 수 없으며, 성장과정에서 타인과의 관계경험에도 영향을 미친다고 했다[87]. 그는 부모와 안정적인 관계 경험을 못한 사람은 다른 사람의 필요를 채워주고 인정받고 싶어서 더욱 노력해야 할 것 같은 부담감과 책임감을 느끼면서도 그 노력을 인정받지 못하면 그의 요구를 채우지 못한 자신을 비난하거나 욕구의 좌절로 인해 분노를 경험하기도 한다고 보았다[88]. 이와 같은 측면에서 참여자들은 부모와의 관계에서 안정적인 애착이 형성되지 않았으며, 부모와의 애착의 관계를 회복하기 위해 지속적으로 노력하지만 그 노력이 좌절되면 분노하고 자기비난이나 죄책감으로 연결되는 양상을 보였다. 한편 이와 같은 부담은 부모가 정서적으로 얼마나 안정적이며 성숙한가에 따라 달라지는 것으로 보였다. 부모의 정서가 불안정하고 그동안 고생스러운 삶을 살면서 만족감과 행복도가 낮았던 경우에 자녀가 느끼는 정서적 돌봄의 필요가 더욱 많았고 더불어 자녀들이 감당해야 하는 정서적 돌봄의 부담도 크게 표현되었다.

둘째, 노년부모를 위한 정서적 돌봄은 신체적, 경제적 돌봄보다 포괄적인 개념으로 나타났다. 노년부모에 대한 돌봄이 경제적, 정서적(심리적), 신체적(서비스) 돌봄으로 나뉘며[67], 본 연구에서는 정서적 돌봄이란 노인



의 정서적 측면에 대한 지지나 지원이라고 규정하였다. 그러나 일부 참여자들의 부모는 자녀들이 노후의 생계나 물질적 필요를 채워주거나 신체적인 지원을 해줄 때, 자녀에게 대접받고 있다는 마음을 느끼며 존재감을 인정받는 정서적 충족을 느끼기도 했고, 일부의 부모는 자녀들이 자주 전화를 하고 자주 시간을 같이 보내며 자신들의 이야기 또는 뒷두리를 한없이 들어주는 통로가 되어 주기를 원하기도 했다. 이는 신체적 혹은 경제적 돌봄 역시 정서적 관계를 기초로 함을 말해준다. 따라서 신체적 돌봄이나 경제적 지원 같은 돌봄으로 노인 돌봄의 영역을 한정하는 경우, 자녀들이 느끼는 부담은 좀 더 단순할 수 있지만, 정서적 돌봄의 영역을 포함해야 하는 경우, 불안정부모애착이 지속되고 있는 자녀의 부모돌봄의 부담은 가중될 수밖에 없다.

셋째, 연구참여자들의 정서적 부담을 줄이는 데 중요한 요인은 조력자였다. 조력자의 대표적인 예는 배우자였으나 배우자 외의 타인의 지원 역시 연구참여자들이 부모를 돌보는 데 있어 도움을 받을 수 있는 요인으로 작용했다. 본 연구의 결과에서, 부모를 혼자 돌보는 것이 아니라 도움을 받을 수 있는 대상이 있다는 것은 부모를 돌보는 정서적 부담을 낮추는 데 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 돌봄의 지원은 정서적 영역뿐 아닌 물질적, 육체적 도움으로도 확대되어 나타났다. 즉, 물리적 도움이 정서적 지원을 경험하는 통로가 되기도 했다. 이는 앞서 언급한 대로, 정서적 돌봄은 신체적, 경제적 돌봄보다 포괄적인 개념임을 드러낸다.

연구참여자들의 이야기를 살펴보면 남편이 친정아버지에게 생활비를 보내드리거나 남편이 자신의 이야기를 함께 들어주고 공감해줄 때 도움을 받는다고 표현했다. 연구참여자들은 자신만이 홀로 독거부모를 돌보는 것이 아니라 배우자가 옆에서 자신의 마음을 공감해주고 이야기를 들어주며, 함께 방문하거나 용돈이나 생활비를 지원하는 것을 통해 돌봄에 대한 부담이 줄어드는 것을 경험하는 것으로 나타났다. 즉, 정서적인 돌봄의 부담감과 책임감, 이로 인한 정서적 소진이 배우자의 공감과 도움을 통해 줄어드는 것을 경험한 것이다. 여성은 남편의 물리적 도움과 함께 정서적 지지에 힘을 얻는 경우가 많은 반면, 남성은 아내로부터의 정서적 지지보다는 부모에 대한 정서적 돌봄 자체를 돕는 것

이 필요로 하는 경향이 있었다. 이는 비단 배우자에게 그치지 않고 중요한 타인과의 관계에서도 나타났다. 참여자들 중 가족의 일원이나 친구로부터 지지를 받은 경우, 부모돌봄에 대한 정서적인 부담이 덜어지기도 했다. 부모에 대한 부담을 형제나 자매와 함께 나누어지거나 친구들이 이야기를 듣고 공감해주는 정서적인 지지를 경험한 경우에도 부모들에 대한 정서적인 돌봄을 수행하는 데 있어서 힘을 얻을 수 있었다. 이는 타인과의 관계에 따라 정서적 돌봄의 부담에서 오는 스트레스를 줄일 수 있었다는 것을 나타내며, 성인이 된 이후 타인과의 관계 경험이 부모를 정서적으로 돌보는 데 있어 중요한 영향을 미칠 수 있다는 것을 시사한다.

넷째, 연구참여자들의 성별에 따른 차이가 있었다. 참여자들의 성비를 살펴보면 총 12명 중 남성이 3명, 여성이 9명이었다. 참여자 모집 과정에서 여성에 비해 남성이 인터뷰를 망설이거나 거절하는 경우가 더 높았다. 연구참여자들의 성별 특성을 좀 더 살펴보면 다음과 같다.

남성들은 여성 참여자에 비해 부모를 돌보는 데 대한 정서적 부담을 적게 경험하는 것으로 나타났다. 인터뷰에서도 남성 참여자들은 독거부모를 정서적으로 돌보는 것에 대해 여성에 비해 '별 문제가 없다,' '독거부모로 인해 마음이 불편한 경우가 별로 없다'고 표현한 경우가 여자보다 많았으며 부모를 '부담스럽다'고 표현하기보다 부모를 '도와드리고 싶다'고 표현했다. 참여자들의 배우자들의 지지가 정서적 돌봄의 부담을 낮춘다는 연구결과와 연결해볼 때, 이는 결혼한 남성의 경우, 독거부모에 대한 정서적인 돌봄의 상당 부분을 아내가 담당하기 때문인 것으로 보인다. 한국 사회에서는 예전부터 부모에 대한 돌봄의 비중이 아들보다 며느리에게 더 많이 주어졌다. 여러 세대가 함께 사는 가족구조가 바뀌고 여성들이 일을 하는 비율이 늘어나 사회구조가 바뀌게 되면서 부모에 대한 돌봄이 딸과 며느리뿐 아닌 아들과 사위에게도 좀 더 주어지기는 했지만, 아직도 나이 드신 부모를 돌보는 육체적, 정서적 돌봄의 많은 부분이 여성에게 주어진다. 따라서 이러한 사회적 흐름상, 딸인 자녀가 부모의 정서적 돌봄에 대해 갖는 책임이나 부담과 아들인 자녀가 부모의 정서적 돌봄에 대해 갖는 책임이나 부담은 그 무게가 다를 수 있다. 중년여

성은 가족과의 관계가 중년남성에 비해 더 밀접하며 [36], 가족중심적인 삶에 우선순위를 둔다[27]. 이는 남성이 독거부모에게 갖게 되는 돌봄의 정서적 부담이 여성보다 적을 수 있다는 본 연구결과와도 연결된다.

또한 남성의 경우, 정서적인 돌봄과 금전적, 육체적인 돌봄을 구별하지 못하는 경우가 많았다. 부모에게 용돈을 주는 금전적인 돌봄이나, 가끔 방문해서 잠시 시간을 보내는 육체적인 돌봄을 제공하지만 부모가 필요로 하는 정서적 돌봄에 대해 인식하지 못하거나 인식하더라도 그 필요를 크게 여기지 못하는 경우다. 연구자의 상담현장에서의 경험으로 보면, 어려서 부모가 바빠서 시간을 많이 보내거나 정서적으로 교감하지는 못했지만, 식사를 잘 챙겨주고 용돈을 잘 챙겨주어 부족하지 않은 환경에서 자란 경우, 부모와의 관계가 좋았다고 설명하는 경우가 많았다. 이렇게 정서적인 필요와 육체적, 금전적인 필요를 구분하지 못하는 경우, 본인이 부모를 돌봄에 있어서도 이러한 필요를 구분하지 못할 수 있다. 이렇듯, 공감과 돌봄의 필요를 덜 느끼는 남성들의 경우, 성장한 후 부모를 돌봄에 있어 정서적으로 공감하거나 돌본다는 개념 자체가 여성의 것과는 다를 수 있다. 여성참여자들의 경우, 금전적, 육체적 돌봄의 부담보다는 부모와 함께 있는 시간이나, 부모의 한탄이나 불만과 같은 부정적인 호소를 거둬 들어줄 뿐 아니라 위로하고 지지하며 즐겁게 놀아주기까지, 정서적인 부분으로 인해 느끼는 부담이 더 컸다. 이는 신성자와 이원준 연구에서 노년부모에 대한 정서적, 신체적 돌봄은 아들보다 딸이 더 적극적으로 수행하고 있다고 했고 [37], 조혜선의 연구에서 중년부부의 경우에도 아들이 경제적 돌봄의 책임을 주로 맡는 반면 기타의 돌봄에는 며느리가 주된 책임을 맡는다는 결과를 보인 것과 부합된다[89].

남성 참여자들은 여성 참여자보다 인터뷰를 통해 본인을 드러내기를 주저하거나 방어적으로 행동했다. 본 연구의 참여자 중, 남성 참여자들 중에는 초기 애착 설문을 이미 실시한 후 인터뷰를 취소하거나 혹은 인터뷰에 참여했음에도 불편해하는 경우가 여성보다 비율이 높았다. 또한 모집과정 시, 참여에 대한 권유를 듣는 단계에서부터 거절하는 비율도 남성이 여성보다 높았다. 이는 남성이 여성보다 부모와의 관계 혹은 부모를 모시

는 문제를 드러내는데 있어 좀 더 방어적이고 소극적이며, 전통적 관념상 아들이 딸보다 부모가 독거하신다는 사실에 대해 자식으로서 제대로 모시지 못하는 것이라는 죄책감이나 부적절감의 부담을 지고 있을 가능성을 나타낸다.

## 2. 연구의 의의 및 제한점

본 연구가 기여한 시사점은 첫째, 불안정부모애착을 맺은 중년이 독거부모를 정서적으로 돌보는 경험의 현상을 밝혀 불안정부모애착 중년에 대한 이해를 넓혔다는 점이다. 독거부모를 정서적으로 돌보는 것이 돌보는 자녀에게 정서적 소진과 어려움을 유발함에도 불구하고, 부모를 잘 봉양할 뿐 아니라 몸과 마음이 편안히 거하시도록 돌보는 것이 당연하다는 유교 전통적 관념에 가려진 채, 이 주제는 제대로 다루어지지 않았다. 더욱이 어려서부터 부모와 안정적인 관계를 맺지 못하고 불안정부모애착을 경험한 중년자녀에게는 부모를 정서적으로 돌보는 주제가 더욱 버거울 수밖에 없음을 보여주었다. 또한 중년들이 경험하는 독거부모에 대한 정서적 돌봄 경험을 살펴봄으로써 이들이 어떤 주제들을 경험하고 극복하는지를 알아보고 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄이라는 경험의 현상을 이해하는 폭을 넓혔다. 이는 지금까지 거의 연구되지 않았던 부모돌봄에서의 정서적 측면이 갖는 의미에 대한 이해라는 의의를 포함한다. 이 자료는 부모돌봄에서 어려움을 호소하는 불안정부모애착 중년을 돕는 상담과정에서 유용하게 사용될 수 있다.

둘째, 독거부모를 돌보는 데 있어 배우자나 형제, 자매 또는 중요한 타인과의 관계를 살펴본 결과 주요 타인과의 관계는 참여자들이 부모를 돌봄에 있어 지지하는 역할이 되는 것으로 나타났다. 이는 독거부모를 돌보는 자녀에 대한 사회적 지지를 통한 도움의 가능성을 시사했다. 연구에 참여한 중년의 자녀들은 독거부모를 돌보면서 불안과 분노, 자기비난, 죄책감, 부담감, 정서적 피로, 복합적인 양가감정, 소통의 어려움 등을 경험하는 것으로 나타났다. 그러나 이러한 정서적 어려움은 배우자 또는 형제자매 등의 사회적 지원을 통해 낮아지는 현상을 보였다. 이는 연구참여자가 경험하고 있는 사회적 관계에 따라 다르게 나타났다. 따라서 독거부모

를 돌보는 중년의 사회적인 관계의 증진과 주변 사람들을 통한 사회적 지지는 중년이 독거부모를 돌보는 부담을 줄이고 힘을 얻을 수 있도록 도울 수 있다.

노년부모를 돌보는 자녀에 대한 사회적 지지를 높이기 위해 다각화된 지원이 필요하다. 그중 한 가지는 노인복지 차원에서 독거노인에 대한 정서적 지원의 증진이다. 사회적 시스템을 통해 노년부모 돌봄에 지원을 받을 수 있게 함으로써 중년자녀의 부담을 덜어줄 수 있다. 해마다 독거노인의 비율이 증가하고 있는 추세이지만 이들에 대한 사회적 지원은 주로 신체적, 경제적 측면에서 지원이 이루어지는 것이 사실이다. 그러나 돌봄이 부족한 청소년들을 위해 청소년동반자 프로그램이 마련되어 있는 것처럼 독거노인을 위한 심리적, 정서적 지원을 위한 사회적 구조가 마련되어야 할 것이다.

본 연구의 제한점 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 질적 연구의 특성상 모집된 참여자의 인원이 적고 중년 자녀 및 독거부모의 성비가 균형을 이루지 못하는 제한점이 있다. 모집된 참여자의 비율을 살펴보면 여성이 9명, 남성이 3명으로 여성의 비율이 높았다. 남녀 비슷한 수의 대상자와 접촉했음에도 불구하고 남성에 비해 여성의 참여비율이 더 높았던 이유 중 주요한 한 가지는 남성 참여자들이 소개 단계부터 인터뷰 단계까지 전 과정에 걸쳐 연구 참여를 고사한 경우가 여성보다 높았기 때문이었다. 남성 중 일부 참여자들은 연구 초기에 동의한 후, 초기부모애착척도를 실시하여 불안정부모애착으로 나왔으나 인터뷰 단계에서 자신의 이야기를 풀어놓는 것에 부담을 느껴 최종적으로 연구 참여를 고사하기도 했다.

둘째, 연구참여자들의 독거부모의 성비는 5배의 차이를 나타냈다. 독거부모의 비율을 살펴보면, 참여자 12명 중 어머니가 독거하는 경우가 10명이었고 아버지가 독거하는 경우가 2명으로 독거하는 어머니를 모시는 비율이 더 높음을 볼 수 있다. 그러나, 우리나라 노인의 평균 수명이 남성에 비해 여성이 8년 가량 더 길며 여성 독거노인의 비율이 더 높기 때문에 본 연구에서 독거 아버지보다 독거 어머니가 더 많았던 점은 현실이 반영된 현상이라고 할 수 있다.

셋째, 소수명을 대상으로 이루어지는 현상학 연구의 특성상 연구의 표본이 적다. 이로 인하여 첫째, 불안정

부모애착의 3가지 유형에 따라 연구대상자들의 독거부모에 대한 정서적 돌봄 경험은 유의미한 차이를 나타낼 가능성을 배제할 수 없으나 본 연구에서는 발견하기 어려웠다. 둘째, 연구참여에 동의하는 남성의 수가 적었던 점과 독거부모의 성비의 차이와 같은 요인들로 인해, 아들과 딸, 부와 모의 관계성을 모든 경우로 탐색해 볼 수 없었다. 결과적으로 본 연구에서는 아들과 아버지의 관계는 볼 수 없었고, 아들과 어머니, 딸과 어머니, 딸과 아버지의 관계만을 연구 결과에 답을 수 있었다.

넷째, 연구참여자들이 가족관계의 특성에 따라 독거부모에 대한 정서적 돌봄은 차이가 났을 것으로 예상된다. 즉, 장남, 장녀, 외동자녀, 계부, 계모 등 원가족 내에서의 위치와 역할 면에서 특성을 보였으나 이를 변별 조건으로 연구에 답을 수 없었다.

다섯째, 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄에서의 긍정적인 경험이 충분히 담기지 못하였다. 본 연구의 참여자들은 독거노년부모에 대한 정서적 돌봄의 경험이 부정적인 측면으로 편중된 양상을 보였다. 그러나 어릴 때 부모와 불안정 애착관계를 형성한 자녀라 하더라도 독거노년부모를 돌보는 과정에서 보람과 기쁨을 느끼며 물리적으로는 소진될 수 있으나 정서적으로는 만족감이 높아지는 경험을 할 가능성이 있다. 혹은 이들이 부모돌봄의 시간을 통해 어릴 때의 부족했던 관심과 돌봄을 주고받거나 가깝지 않았던 관계에 친밀감이 더해지면서 부모와 보다 더 안정적인 관계로 회복된 경우도 예상 가능하다.

이후의 후속연구에서는 부모 혹은 독거부모에 대한 정서적 돌봄에서 아들과 독거아버지와와의 관계, 가족역동이나 가족구조 등 가족 특성과 관련된 사례, 불안정 부모애착의 유형에 따른 부모돌봄의 경험을 포함하여 다양한 사례의 경험과 또한 부모에 대한 정서적 돌봄에서의 긍정적 경험에 대한 자료가 담길 수 있기를 기대한다.

\* 본 연구는 2020년 김계연의 햇빛트리니티신학대학원대학교 박사학위논문을 수정, 보완한 것임

## 참고 문헌

- [1] <https://kostat.go.kr>, 2021.09.28.
- [2] <http://www.dailypop.kr/news/articleView.htm?idxno=44177>, 2021.09.28
- [3] <https://data.oecd.org>, 2021.09.28.
- [4] 김혜숙, *노인의 자살생각에 영향을 미치는 요인에 관한 연구*, 상지대학교, 박사학위논문, 2017.
- [5] 김미혜, 신경림, 강미선, 강인, “고령화 한국사회의 부양체계 구축을 위한 연구: 성공적 노후 삶의 유형별 부양체계 분석을 통하여,” *한국노년학*, 제26권, 제3호, pp.617-639, 2006.
- [6] M. Hermanns and B. Mastel-Smith, “Caregiving: A qualitative conceptual analysis,” *The Qualitative Report*, Vol.17, No.38, pp.1-18, 2012.
- [7] G. Standing, *Care work: Overcoming insecurity and neglect*, International Labour Office, 2001.
- [8] 이위환, 권용신, “가족친밀감과 노인인식이 노인부양 의식에 미치는 영향,” *아동교육*, 제14권, 제2호, pp.165-178, 2005.
- [9] <http://kosis.kr>, 2021.09.28
- [10] 한경옥, *노인의 영적 안녕감 증진과 죽음불안 감소를 위한 기독교상담 방안*, 성결대학교, 박사학위논문, 2014.
- [11] 정의신, *한국의 국민연금과 사적이전에 관한 연구: 베이비붐 전 후 세대의 은퇴를 중심으로*, 고려대학교, 박사학위논문, 2010.
- [12] 김윤정, 최유호, “성인자녀의 부모 부양 동기에 관한 연구: 성별 및 부양자-노부모 관계간의 상호작용을 중심으로,” *한국가족관계학회지*, 제12권, 제3호, pp.313-33, 2007.
- [13] J. Bowlby, *Attachment and loss*, Basic Books, 1980.
- [14] 임경수, “중년의 위기와 죽음,” *한국기독교상담학회지*, 제12권, pp.9-22, 2006.
- [15] 김정란, 이은희, “중년 여성의 불안정 애착이 본인의 우울수준 및 자녀의 문제행동에 미치는 영향: 역기능적 태도와 부부갈등의 매개역할,” *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제19권, 제2호, pp.297-319, 2007.
- [16] 김혜순, “어머니 애착실행모델과 유아기 자녀의 사회적 능력간의 관계: 어머니 자아분화의 조절효과 중심으로,” *한국영유아보육학*, 제67권, pp.193-217, 2011.
- [17] 이현주, 안명희, “어머니의 불안정 성인애착이 청소년 자녀에 대한 심리적 통제에 미치는 영향: 정신화 능력과 부정적 정서의 매개효과,” *한국심리학회지: 여성*, 제17권, 제3호, pp.413-434, 2012.
- [18] 안명희, “어머니의 불안정 성인애착이 자녀의 문제행동에 미치는 영향: 어머니의 정서와 심리적 통제의 매개효과,” *한국심리학회지: 일반*, 제29권, 제4호, pp.867-885, 2010.
- [19] 조윤주, 이숙현, “대학생 자녀가 지각한 부모와의 정서적 관계와 부모 부양 의식,” *가정과삶의질연구*, 제22권, 제3호, pp.63-74, 2004.
- [20] L. A. Sroufe, “Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood,” *Attachment & human development*, Vol.7, No.4, pp.349-367, 2005
- [21] L. Steinberg and S. B. Silverberg, “The vicissitudes of autonomy in early adolescence,” *Child development*, pp.841-851, 1986.
- [22] R. B. Wilkinson, “Development and properties of the adolescent friendship attachment scale,” *Journal of youth and adolescent*, Vol.37, pp.1270-1279, 2008.
- [23] 김선희, *시부모 부양머느리의 안녕감에 대한 연구*, 이화여자대학교, 박사학위논문, 1995.
- [24] 문정희, 안정신, “노부모의 의존성 및 과잉간섭과 중년자녀의 심리적 안녕감 간의 관계에 있어 노부모에 대한 양가감정의 매개효과: 자녀의 성별차이를 중심으로,” *Family and environment research*, 제54권, 제3호, pp.227-238, 2016.
- [25] 김미선, *기혼여성의 초기 부모애착과 부부친밀감의 관계에서 하나님애착의 조절효과와 성인애착의 매개효과*, 핏볼트러니티신학대학원, 박사학위논문, 2016.
- [26] 임경수, “중년의 위기와 죽음,” *한국기독교상담학회지*, 제12권, pp.9-22, 2006.
- [27] 정석환, “중년의 위기: 중년남성의 위기와 일중독,” *한국기독교상담학회지*, 제12권, pp.23-41, 2006.
- [28] M. Sliverstein and V. L. Bengtson, “Intergenerational solidarity and the structure of adult child-parent relationships in American families,” *American journal of sociology*, Vol.103, No.2, pp.429-60, 1997.
- [29] 장영은, 엄기욱, 김정숙, 나카지마 가즈오, “요보호 노인을 수발하는 가족원의 수발헌신적도 개발 및 우

- 울과의 관련성 연구,” 복지연구, 제42권, pp.79-98, 2008.
- [30] 조병은, “노년기 가족관계에 대한 선행연구 고찰: 현황과 과제,” 가정과삶의질연구, 제25권, 제1호, pp.59-75, 2007.
- [31] 김두섭, 박경숙, 이세용, “중년층과 노부모의 세대관계와 중년층의 노후부양관,” 한국인구학, 제23권, 제1호, pp.55-89, 2007.
- [32] 김미혜, 신경림, 강미선, 강인, “고령화 한국사회의 부양체계 구축을 위한 연구: 성공적 노후 삶의 유형별 부양체계 분석을 통하여,” 한국노년학, 제26권, 제3호, pp.617-639, 2006.
- [33] D. J. Levinson, *The Seasons of a Woman's Life*, Ballantine Books, 2009.
- [34] L. Morgan and S. Kunkel, *Aging: The Social Context (2nd Edition)*, Pine Forge Press, 2001.
- [35] B. C. Spillman and L. E. Pezzin, “Potential and active family caregivers: Changing networks and the ‘sandwich generation’,” *Milbank Quarterly*, Vol.78, No.3, pp.347-374, 2000.
- [36] 한경혜, 이정화, *지금, 중년을 말할 때*, 교문사, 2012.
- [37] 신성자, 이원준, “중년 아들·딸의 노부모 돌봄실천의 지에 규범적 헌신과 정서적 헌신이 미치는 영향: 부양 부담의 매개효과와 성별 및 종교유무의 조절효과 검증 중심으로,” *신앙과 학문*, 제19권, 제2호, pp.83-124, 2012.
- [38] 정의신, *한국의 국민연금과 사적이전에 관한 연구: 베이비붐 전후 세대의 은퇴를 중심으로*, 고려대학교, 박사학위논문, 2010.
- [39] 김선희, *시부모 부양며느리의 안녕감에 대한 연구*, 이화여자대학교, 박사학위논문, 1995.
- [40] 이원준, “중년부부가 지각하는 성장 시 부모의 헌신이 노부모 수발헌신에 미치는 영향과 부모-자녀 간의 친밀성의 매개효과에 관한 연구,” *한국가족복지학*, 제37권, pp.77-109, 2012.
- [41] 장휘숙, *성인발달 및 노화심리학*, 박영사, 2012.
- [42] 정옥분, *성인발달의 이해: 성인·노인심리학*, 학지사, 2000.
- [43] G. Corey and M. S. Corey, *I never knew I had a choice: Explorations in personal growth*, Cengage, 2018.
- [44] J. Baldock, “Social care in old age: more than a funding problem,” *Social Policy & Administration*, Vol.31, No.1, pp.73-89, 1997.
- [45] D. R. Garland, *Family Ministry: a comprehensive guide(2nd ed)*, Inter Varsity Press, 2012.
- [46] E. Litwak, *Helping the Elderly: The Complementary Roles of Informal Networks & Formal Systems*, Guilford Press, 1985.
- [47] 김예성, “노인의 독거여부에 따른 건강증진행위와 신체적 정신적 건강에 관한 연구,” *보건사회연구*, 제34권, 제3호, pp.400-429, 2014.
- [48] 김오복, *여성노인의 정신건강에 영향을 미치는 요인*, 백석대학교, 박사학위논문, 2007.
- [49] 김서현, *노년기 우정으로 가족 밖 새로운 가족 만들기: 남성 독거노인의 공동체 참여 경험 연구*, 성균관대학교, 박사학위논문, 2017.
- [50] J. Bowlby, “The bowlby-ainsworth attachment theory,” *Behavioral and Brain Sciences*, Vol.2, No.4, pp.637-638, 1979.
- [51] M. D. S. Ainsworth, M. C. Blehar, E. Water, and S. Wall, *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*, Erlbaum, 1978.
- [52] 이희숙, *성인애착과 결혼만족 간의 관계: 보살핌, 성적 친밀감의 매개 효과중심으로*, 서울여자대학교, 박사학위논문, 2008.
- [53] M. Main and J. Solomon, “Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern,” *Affective development in infancy*, pp.95-124, 1986.
- [54] M. Main and J. Solomon, “Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation,” *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, Vol.1, pp.121-160, 1990.
- [55] 장휘숙, “애착과 대학생의 정체감 발달,” *한국심리학 회지: 발달*, 제13권, 제3호, pp.141-57, 2000.
- [56] K. Bartholomew, “Avoidance of intimacy: An attachment perspective,” *Journal of Social and Personal relationships*, Vol.7, No.2, pp.147-178, 1990.
- [57] K. Bartholomew and L. M. Horowitz,

- “Attachment styles among young adults: A test of a four-category model,” *Journal of personality and social psychology*, Vol.61, No.2, p.226, 1991.
- [58] W. H. Berman and M. B. Sperling, *The structure and function of adult attachment in Attachment in Adult: Clinical and Developmental Perspectives*, The Guilford Press, 1994.
- [59] 김광은, “성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식,” *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제16권, 제1호, pp.53-69, 2004.
- [60] C. Hazan and P. Shaver, “Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.52, No.3, pp.511-524, 1987.
- [61] F. G. Lopez and B. Gormley, “Stability and change in adult attachment style over the first-year college transition: Relations to self-confidence, coping, and distress patterns,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.49, pp.355-364, 2002.
- [62] 김지연, 심혜원, “불안정 성인애착이 관계중독에 미치는 영향: 이성관계 갈등해결 전략의 매개효과를 중심으로,” *청소년학연구*, 제23권, 제2호, pp.73-100, 2016.
- [63] J. Wallin, *A Deleuzian approach to curriculum: Essays on a pedagogical life*, Springer, 2010.
- [64] M. Hermanns and B. Mastel-Smith, “Caregiving: A qualitative conceptual analysis. The Qualitative Report,” Vol.17, No.38, pp.1-18, 2012.
- [65] 이위환, 권용신, “가족친밀감과 노인인식이 노인부양 의식에 미치는 영향,” *아동교육*, 제14권, 제2호, pp.165-178, 2005.
- [66] 조추용, “노인이 가족에게 기대하는 부양 기대감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구,” *노인복지연구*, 제24권, pp.71-99, 2004.
- [67] 김태현, *한국에 있어서의 노인부양에 관한 연구: 가족부양의 실태와 부양만족도를 중심으로*, 고려대학교, 박사학위논문, 1981.
- [68] P. J. Connell, *A phenomenological study of the lived experiences of adult caregiving daughters and their elderly mothers*, University of Florida, Doctoral dissertation, 2003.
- [69] C. Mendez-Luck, D. P. Kennedy, and S. P. Wallace, “Guardians of health: The dimensions of elder caregiving among women in a Mexico City Neighborhood,” *Social Science & Medicine*, Vol.68, No.2, pp.228-234, 2009.
- [70] 장영은, 엄기옥, 김정숙, 나카지마 가즈오, “요보호 노인을 수발하는 가족원의 수발현신 척도 개발 및 우울과의 관련성 연구,” *노인복지연구*, 제42권, pp.79-98, 2008.
- [71] 신성자, 이원준, “중년남성들의 노부모와의 친밀성과 수발효능감이 노부모 수발현신에 미치는 영향: 부모건강집단과 부모병약집단 간의 다집단분석을 중심으로,” *대한가정학회*, 제49권, 제10호, pp.15-2, 2011.
- [72] 김귀분, 최연주, “노인의 사회적 요인(노인차별경험, 가족지지) 및 심리 정서적 요인(고독, 무력감)과 죽음 불안 관계,” *노인간호학회지*, 제26권, 제5호, pp.584-591, 2014.
- [73] 안하얀, 서영석, “성인 미혼 커플의 아동기 정서학대 경험과 관계적응: 성인애착과 관계욕구충족의 매개효과,” *한국심리학회지: 여성*, 제23권, 제2호, pp.195-221, 2018.
- [74] 이현지, “부양책임이 부양부담과 향후 부양의지에 미치는 영향-심신기능손상 노인의 부양가족을 중심으로,” *한국노년학*, 제27권, 제4호, pp.1015-1030, 2007.
- [75] 임신자, 이선희, “노인의 체육활동 참여 만족이 부양 기대감 및 가족기능에 미치는 영향,” *한국노년학*, 제29권, 제1호, pp.89-99, 2009.
- [76] V. G. Cicirelli, “Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents: A path model,” *Journal of Marriage and the Family*, Vol.45, pp.815-824, 1983.
- [77] G. O. Hagestad, “Dimensions of time and the family,” *American Behavioral Scientist*, Vol.29, No.6, pp.679-694, 1986.
- [78] 조운주, 이숙현, “대학생 자녀가 지각한 부모와의 정서적 관계와 부모 부양 의식,” *가정과삶의질연구*, 제22권, 제3호, pp.63-74, 2004.
- [79] B. D. Carpenter, “Attachment bonds between adult daughters and their older mother:

- Associations with contemporary caregiving,”  
The Journal of Gerontology, Vol.56, No.5,  
pp.257-266, 2001.
- [80] N. Folbre, *The invisible heart: Economics and family values*, The new press, 2001.
- [81] 신경림, 조명옥, 양진향, *질적 연구방법론*, 이화여자 대학교 출판부, 2004.
- [82] S. Merriam, *Introduction to Qualitative Research*, Jossey-Bass, 2002.
- [83] J. W. Creswell, *Qualitative inquiry and research design : choosing among five approaches(2nd ed)*, Sage, 2007.
- [84] 김분한, 김금자, 박인숙, 이금재, 김진경, 홍정주, 이 미향, 김영희, 유인영, 이희영, “현상학적 연구 방법의 비교고찰,” *대한간호학회지*, 제29권, 제6호, pp.1208-1220, 1999.
- [85] 김미선, “초기부모애착척도 개발 및 타당화,” *상담학 연구*, 제17권, 제4호, pp.95-113, 2016.
- [86] J. Bowlby, *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*, Basic Books, 1988.
- [87] H. Kohut, “Introspection, empathy, and psychoanalysis an examination of the relationship between mode of observation and theory,” *Journal of the american psychoanalytic association*, Vol.7, No.3, pp.459-483, 1959.
- [88] 홍이화, *하인즈 코헷의 자기심리학 이야기*, 한국심리 치료연구소, 2011.
- [89] 조혜선, “결혼만족도의 결정요인: 경제적 자원, 성 역할관, 관계성 모델의 비교,” *한국사회학*, 제37권, 제1호, pp.91-115, 2003.

저 자 소 개

김 계 연(Kye-Yeon Kim)

정회원



- 2010년 12월 : 햇볼트리니티신학 대학원대학교 기독교상담학(석사)
- 2020년 8월 : 햇볼트리니티신학대 학원대학교 기독교상담학(박사)
- 2021년 3월 ~ 현재 : 루터대학교 상담심리학과 조교수

<관심분야> : 가스라이팅, 가족상담, 기독교상담

홍 경 화(Kyung-Hwa Hong)

정회원



- 1995년 6월 : Fuller Theological Seminary 가족치료(석사)
- 2008년 6월 : Harvard University 인간발달 및 심리학 (교육박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 햇볼트리니 티신학대학원대학교 기독교상담학 과 부교수

<관심분야> : 학교상담, 다문화, 아동상담