

부부의 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계에서 공동의존성의 매개효과: 자기효과와 상대방효과 검증*

김 나 은

김 은 하[†]

아주대학교 심리학과 / 석사

아주대학교 심리학과 / 교수

본 연구에서는 부부관계에서 공동의존성이 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는지 자기-상대방 상호의존성 모형(Actor-Partner Interdependence Model: APIM)을 적용하여 살펴보았다. 이를 위해 447쌍의 부부를 대상으로 온라인 설문을 실시하였고, 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 자기분화와 공동의존성에서 부부간 유의한 차이가 나타났다. 남편은 아내보다 자기분화 수준이 높은 반면 아내는 남편보다 공동의존성 수준이 높았다. 둘째, 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과가 모두 유의하지 않은 것으로 나타났다. 셋째, 자기분화가 공동의존성에 미치는 자기효과는 남편과 아내 모두에게 유의하였지만, 상대방효과는 유의하지 않은 것으로 드러났다. 넷째, 공동의존성이 삶의 만족도에 미치는 효과는 성별에 따라 다르게 나타났는데, 남편의 자기효과와 상대방효과는 모두 유의하지 않았지만, 아내의 자기효과와 상대방효과는 모두 유의한 것으로 확인되었다. 다섯째, 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계에서 공동의존성의 매개효과를 살펴본 결과, 아내의 경우에만 자기분화가 공동의존성을 통해 간접적으로 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 남편의 자기분화 및 공동의존성 보다는 아내의 자기분화와 공동의존성이 부부의 삶의 만족도에 더 큰 영향을 미칠 수 있음을 의미한다. 마지막으로, 본 연구의 의의와 후속 연구를 위한 제언에 대해 논의하였다.

주요어 : 자기분화, 공동의존성, 삶의 만족도, 자기-상대방 상호의존모형, APIM

* 본 논문은 김나은(2025)의 아주대학교 석사학위논문 ‘부부의 자기분화와 삶의 만족의 관계에서 공동의존성의 매개효과: 자기-상대방 상호의존모형(APIM) 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

본 논문(저서)은 2023년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2023S1A5C2A02095195).

[†] 교신저자: 김은하, 아주대학교 심리학과 교수, 경기도 수원시 영통구 월드컵로 206,

Tel: 031-219-2787, E-mail: eunkim@ajou.ac.kr



Copyright © 2025, The Korean Society for Woman Psychology. This is an Open Access article This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial Licenses (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

심리학자들은 전통적으로 개인의 부정적인 측면을 연구해왔으나, 2000년대 전후 긍정심리학의 등장과 함께 심리적 안녕과 행복에 대한 관심이 증가하였다(윤성민, 2017). 그중에서도 삶의 만족도는 인간의 정신건강과 밀접한 관련이 있는 개념으로 주목받고 있다(임낭연 등, 2010). 삶의 만족도를 최초로 정의한 Neugarten 등(1961)은 이를, 일상생활에서 기쁨을 경험하고 자신의 삶에 의미와 책임감을 가지며 긍정적인 자아개념을 형성하는 상태로 설명하였다. 또한, 자신의 약점을 인식하면서도 스스로를 가치 있는 존재로 여기고, 낙천적인 태도와 감정을 유지하는 것이 삶의 만족도의 중요한 요소라고 가정하였다. 이후 다양한 연구자들이 삶의 만족도를 정의해왔으나, Diener 등(1999)의 정의가 가장 널리 사용되고 있다. 그는 삶의 만족도를 개인이 주관적으로 자신의 삶의 질을 총체적으로 평가하는 것이라고 개념화하였다.

국내에서도 경제성장과 함께 삶의 질에 대한 관심이 증가하면서, 관련 연구가 활발하게 이루어지고 있다(김윤중, 2017; 윤은경, 2012). 그러나 대부분의 연구가 개인의 삶의 만족도에 초점을 맞추고 있어, 부부를 대상으로 한 삶의 만족도 연구는 상대적으로 부족하다. 그동안 부부 연구에서는 결혼만족도가 주요 변인으로 사용되어 왔으나, 결혼만족도는 결혼생활에서 배우자와의 관계, 의사소통, 갈등 해결, 친밀감 등의 요소를 중심으로 평가되므로, 부부 각자가 경험하는 전반적인 삶의 질이나 심리적 안녕을 충분히 반영하지 못할 수 있다. 이에 반해 삶의 만족도는 결혼생활에 대한 평가를 넘어, 개인이 삶 전반을 어떻게 인식하고 평가하는지를 반영하는 개념이므로, 부부의 삶의 질과 심리적 안녕을 보다 포괄적으로

이해하는 데 중요한 지표가 될 수 있다.

이에 본 연구에서는 부부의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 살펴보았는데, 특히, 부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 주목하였다. 자기분화는 개인이 정서적으로 독립하면서도 타인과 건강한 관계를 유지하는 능력으로, 부부관계와 밀접한 관련이 있다(나남숙, 이인수, 2017; 윤성민, 2016). 특히, 한국 사회에서는 집단주의적 문화와 가족 중심적 가치관이 강하기 때문에, 부부간 정서적 의존뿐만 아니라 원가족과의 심리적 분리가 쉽지 않을 수 있다(정문자, 2000; Chung & Gale, 2009). 이러한 맥락에서 한국 부부의 자기분화 수준은 낮을 가능성이 있으며, 이는 부부의 결혼만족도와 삶의 만족도 저하로 이어질 수 있다(김병화, 송정아, 2014). 이러한 이유로, 본 연구에서는 부부관계에서 자기분화가 삶의 만족도를 설명하는 중요한 변인이 될 수 있다고 가정하였다.

또한, 본 연구에서는 부부의 공동의존성이 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는지 살펴보았다. 공동의존성은 자신보다 상대의 욕구와 감정을 우선시하고 과도하게 타인을 통제하거나 자신을 희생하는 성향을 의미하며, 이는 자기분화가 낮은 개인에게서 두드러지게 나타나는 것으로 알려져 있다(Lampis et al., 2017). 공동의존성이 높은 부부는 자신의 감정을 효과적으로 조절하지 못하고, 상대방의 상황이나 감정에 과도하게 반응할 수 있는데, 이는 부부의 낮은 삶의 만족도로 이어질 수 있다(Happ et al., 2023). 이와 같은 연구 결과를 바탕으로, 본 연구에서는 공동의존성을 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는 변인으로 설정하였다.

먼저, 본 연구에서는 부부를 대상으로 자기

분화가 삶의 만족도에 어떤 영향을 미치는지 살펴보았다. 자기분화는 Bowen(1976)의 다세대 가족치료 이론의 핵심 개념 중 하나로, 심리내적(intrapsychic) 차원과 대인관계적(interpersonal) 차원으로 구성된다. 심리내적 차원에서 자기분화는 개인이 이성과 감정을 분리할 수 있는 능력이며, 대인관계적 차원에서 자기분화는 개별성(individuality)과 연합성(togetherness)간에 적절한 균형을 이루는 능력을 의미한다(Bowen, 1976; Nichols, 2015). 즉, 자기분화 수준이 높은 사람은 이성과 감정 사이에서 균형을 유지하여 감정을 충분히 경험하면서도 이성적인 사고를 할 수 있으며, 자기 정체성을 유지하면서도 타인과 친밀한 관계를 형성할 수 있다. 따라서 높은 자기분화 수준은 관계의 안정성과 친밀감을 높이는 기반이 되며(Bowen, 1978), 자기분화는 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되었다(Ross & Murdock, 2014). 반면, 자기분화 수준이 낮은 사람은 타인의 감정이나 기대에 쉽게 영향을 받아 자신의 사고와 행동이 흔들리기 쉬우며, 감정적으로 과잉반응하거나 의존적인 관계를 형성할 가능성이 높다(정혜정, 조은경, 2007).

자기분화를 부부관계에 적용해 보면, 자기분화 수준이 높은 부부는 서로의 감정을 존중하면서도 독립적인 사고를 유지하여 건강한 관계를 형성할 가능성이 크다. 이들은 갈등이 발생하더라도 감정적으로 과잉반응하지 않고 이성적으로 대처하며, 상대방의 감정을 고려하면서도 자신의 의견을 명확하게 표현할 수 있다(김병화, 송정아, 2014). 하지만, 자기분화 수준이 낮은 부부는 관계에서 융합(fusion)과 거리두기(cutoff)를 반복하고, 갈등 상황에서 감정적으로 쉽게 동요하거나 의존적인 태도를

보일 가능성이 높다. 이러한 부부는 상대방의 기대에 과도하게 맞추거나, 반대로 지나치게 거리를 두는 방식으로 관계를 유지하려 하기 때문에 정서적 안정감이 낮아지고, 부부관계의 질도 저하될 수 있다(조영주, 김아영, 2018).

다만 이러한 결과를 해석할 때는 남성과 여성 간의 성역할 인식 차이를 고려할 필요가 있다. 최근 성역할에 대한 인식이 점차 유연해지고는 있으나, 한국 사회에는 여전히 전통적인 성역할 기대가 뚜렷이 존재한다. 전통적인 성역할 체계에서 남성은 독립성과 자율성을 중시하며 경제적 책임을 맡도록 사회화되는 반면, 여성은 가족의 조화와 관계 유지를 강조하며 돌봄과 가사노동을 담당하도록 기대된다(김선영, 2024; 김은정, 2024; 박정희, 유영주, 2000; 이성철, 김진욱, 2025; 이수화, 2021; Lancer, 2023). 이와 같은 사회화 과정은 여성으로 하여금 관계 지향적 태도와 심리적·경제적 의존성을 강화하게 만들 수 있다. 반면 남성은 독립성과 자기표현을 강조하는 환경 속에서 자기분화를 더 잘 발달시킬 수 있는 조건에 놓이게 된다. 이처럼 자기분화 개념은 전통적인 성역할 구조에서 상대적으로 남성 중심적 가치에 근거하여 정의된 측면이 있다는 점을 고려할 필요가 있다.

따라서 여성의 자기분화 수준이 남성보다 낮게 나타난다고 해서, 이를 개인의 미성숙이나 결함으로 해석해서는 안 된다. 오히려 그것은 배우자에 대한 감수성이나 사회적 기대에 민감하게 반응해 온 결과일 수 있으며, 이러한 관계적 특성은 부부관계에서 중요한 심리적 자원이 될 수 있다. Gilligan(1982)은 여성의 정체성이 관계성과 배려의 맥락에서 형성되며, 자신과 타인을 돌보는 능력을 통해 도덕적으로 성숙해진다고 보았다. 이는 전통적

인 남성 중심 이론에서 간과되었던 관계성의 가치를 강조한 것으로, 여성의 낮은 자기분화 수준은 단순한 미성숙이 아니라, 타인과의 정서적 연결과 배려를 중시하는 ‘다른 방식의 성숙’으로 이해될 수 있다. 이러한 관점은 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 영향을 개인 특성 차원에만 국한하지 않고, 그 배경이 되는 사회문화적 맥락과 성역할 기대 속에서 해석할 필요성을 시사한다. 즉, 여성의 자기분화 수준이 낮고 삶의 만족도 또한 낮게 나타난다 해도, 이는 개인의 결함이라기보다 여성의 관계적 특성이 반영되었거나 사회적 기대에 적응한 결과일 수 있다.

한편, 부부의 자기분화 수준이 삶의 만족도에 어떤 영향을 미치는지를 보다 명확하기 이해하기 위해서는 그 관계를 설명하는 심리적 기제를 살펴볼 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 공동의존성(codependency)에 주목하여, 이 개념이 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는지 알아보았다. 공동의존성 개념은 1950년대 외국에서 알코올 중독자 가족들 사이에서 처음 관찰되었으며(Beattie, 2013), 타인에 대한 지나친 의존과 집착을 묘사하는 데 사용되었다. 이후 1980년대 초부터 연구에서 본격적으로 다루어졌으며(김현진, 2006), 점차 역기능적인 관계에서 나타나는 배우자 및 가족 구성원의 심리적 특성을 설명하는 개념으로 확장되었다. 또한 최근에는 스트레스가 많은 가족 환경에 장기간 노출된 사람들이 보이는 심리적 특성으로도 설명되고 있다(김현진, 2010).

공동의존성은 국내에서 ‘종속의존성’, ‘동반의존’, ‘병리적 의존’ 등으로 번역되며, 여러 학자들이 다양한 방식으로 정의해왔다. 일반적으로 공동의존성은 자신의 정체성을 상실할

정도로 타인에 초점을 맞추고 의존하는 상태로 설명될 수 있다(Beattie, 2013). 특히, 김성희와 이성희(2009)는 국내외 연구에서 사용된 다양한 정의를 종합하여 공동의존성을 다음과 같이 정의하였다 - ‘낮은 자존감으로 인해 자신의 정체성을 잃고, 자신보다 타인에게 지나치게 의존하며, 타인의 요구나 행동에 중점을 둠. 또한 자기희생적인 돌봄과 과도한 책임감, 강박적 행동으로 인해 관계에서 어려움을 겪고 자신의 감정을 부인하는 것’.

이처럼, 공동의존성은 세 가지 주요 특성을 지닌다. 첫 번째 특성은 낮은 자존감이다(김성희, 이성희, 2009; Tanhan & Mukba, 2014). 공동의존성이 높은 사람들은 자기비판적이며, 강한 자기혐오와 수치심으로 인해 자신을 신뢰하지 못하는 경향이 있다. 이들은 타인의 관심과 인정을 받고 싶어하지만, 동시에 스스로 이를 받을 자격이 없다고 느낀다(Lancer, 2023; Marks et al., 2012). 또한 공동의존성이 높은 만큼 타인의 기대에 쉽게 동조하여 정체성 혼란을 많이 경험하기 때문에 자존감이 낮을 수 있다(김상옥, 전영자, 2013).

두 번째 특성은 관계와 감정 표현의 어려움이다. 공동의존성이 높은 사람들은 타인과의 관계에서 어려움을 겪으며, 자신의 감정을 인식하거나 표현하는 데에도 어려움을 보인다. Lancer(2023)는 공동의존성이 높을수록 자신의 감정을 알아차리는 것 자체가 어렵고, 설령 인식하더라도 이를 표현하는 것이 이기적이거나 상대방에게 부담을 줄 수 있다고 생각한다고 설명하였다. 비슷한 맥락으로, 팽현지(2023)의 연구에 따르면, 자기분화 수준이 낮은 사람은 자신의 정서를 명확하게 인식하지 못하고, 감정을 조절하는 데 어려움을 겪는 것으로 보고되었다. 이러한 감정 표현의 어려움은

결국 타인과의 관계를 더욱 어렵게 만들 수 있다(이경우, 1999).

세 번째 특성은 과도한 책임감과 강박적 행동이다. 공동의존성이 높은 사람들은 상대방의 삶에 지나치게 책임감을 느끼며, 필요 이상으로 돌보고 통제하려는 경향이 있다(김현진, 2006). 특히, 배우자가 자신의 삶을 주체적으로 살아가지 못하거나 무능하다고 여겨질 때, 공동의존성이 높은 사람은 상대를 강박적으로 보호하고 통제하려 한다. 이들은 배우자의 감정과 요구를 미리 예상하고, 요청받지 않은 도움을 제공하며, 만약 이러한 도움이 감사히 받아들여지지 않으면 분노를 느낀다(Lancer, 2023). 선행연구에서는 자기분화가 부모화와 밀접한 관련이 있다고 보고된 바 있다(김희주, 선혜연, 2021; 노승욱, 2022; 배연경, 2024; 이나현, 2023; 한은옥, 2023). 부모화란 자녀가 부모의 역할을 대신하며 가족을 돌보는 현상을 의미하며(Lopez, 1986), 이는 가족에 대한 강박적인 돌봄과 과도한 책임감으로 이어질 수 있다(배연경, 2024).

자기분화와 공동의존성 간의 관계를 살펴보면, 두 개념은 밀접한 관련이 있다. 먼저, 이론적으로 공동의존성은 알코올 중독자 가족 내에서 나타나는 과도한 의존과 집착을 설명하기 위해 제시된 개념이기 때문에 관련 연구자들은 Bowen의 다세대 가족 체계이론에서 강조하는 자기분화, 미분화, 융합의 영향을 많이 받아 왔다(김현진, 2006; 배연경, 2024; 이은혜, 2015; Subby, 1990). 또한 선행연구를 통해서도 자기분화는 공동의존성의 하위요인인 자아존중감, 정서인식, 정서표현과 관련있음이 보고되었다(이수경 등, 2012; 이유나, 성승연, 2022; Yavuz & Karaca, 2021). 부부관계에서도 이러한 관련성이 간접적으로 확인되었는데, 예를 들

어, 자기분화 수준이 낮은 부부는 건강한 관계를 설정하는데 어려움을 겪으며, 관계에서 지나치게 밀착되거나(융합) 반대로 과도하게 분리되는 경향을 보인다(김현진, 2006). 특히, 자기분화 수준이 낮아 융합이 발생한 경우, 배우자의 욕구를 자신의 욕구와 구분하지 못하고 왜곡된 연합성이 형성되는데(박영순, 2007), 이러한 과정이 공동의존성을 더욱 강화시킬 수 있다(이은혜, 2015). 따라서, 부부관계에서 자기분화 수준이 낮으면 건강한 의존 관계를 형성하는 데 어려움을 겪으며, 이로 인해 공동의존적 행동 패턴이 심화될 것으로 예상된다.

이와 같이 낮은 자기분화와 관련이 있는 공동의존성은 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 공동의존성과 삶의 만족도 간의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 부족하지만, 관련 연구에서는 공동의존성이 우울이나 불안 및 대인관계 문제를 초래하는 것으로 보고된 바 있다(오현진, 김창대, 2024; Cullen & Carr, 1999). 공동의존성이 개인에게 부정적인 영향을 미치는 이유는 공동의존성이 높을수록 타인의 인정과 반응에 과도하게 민감하기 때문이다. 따라서 관계가 원활하지 않을 경우 심리적 스트레스와 불안이 증가하고 우울감이 심화될 가능성이 크다(Ali et al., 2025; Bhowmick et al., 2001; Happ et al., 2023). 특히, 부부관계에서 공동의존성이 심할 경우, 상대방을 통제하거나 과도하게 보호하려는 행동이 갈등을 유발하고 관계의 질을 악화시킬 수 있다(김현진, 2006). 이러한 점을 고려할 때, 공동의존성이 높은 부부일수록 삶의 만족도가 낮을 가능성이 클 것으로 보인다.

APIM

본 연구에서는 부부관계에서 공동의존성이 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는지 검증하기 위해 APIM을 적용하였다. 부부는 본질적으로 상호의존적인 관계이므로, 한쪽 개인의 특성만을 고려하기보다는 양방향의 영향을 함께 분석할 필요가 있다(박영화, 고재홍, 2005). Kenny(1996)는 이러한 상호작용을 분석하기 위해 자기효과와 상대방효과를 측정할 수 있는 APIM을 제시하였다. APIM에서 자기효과는 개인의 특성이 자신의 결과 변수(예. 삶의 만족도)에 미치는 영향을 의미하며, 상대방효과는 개인의 특성이 배우자의 결과 변수에 미치는 영향을 뜻한다. APIM을 활용하면 부부관계에서 자기효과와 상대방효과를 모두 파악할 수 있으며, 이를 통해 부부의 심리적 상호작용을 보다 구체적으로 이해할 수 있다.

선행연구를 검토한 결과, 부부의 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 APIM으로 분석한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 다만, 부부의 자기분화와 결혼만족도 간의 관계를 살펴본 APIM 연구들은 진행된 바 있는데, 그 결과는 일관적이지 않았다. 예를 들어, 나남숙과 이인수(2017)의 연구에서는 자기분화가 결혼만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과가 모두 유의한 것으로 나타난 반면에 최옥경과 양혜정(2024)의 연구에서는 자기효과만 유의하고 상대방효과는 유의하지 않았다. 또한, 윤소정(2024)의 연구에서는 자기효과와 상대방효과 모두 유의하지 않은 것으로 보고되었다. 이처럼 연구마다 결과가 다른 이유는 연구 방법론 및 표본 구성의 차이 때문일 수 있으며, 이는 자기분화가 부부에 미치는 영향이 단순하지

않음을 시사한다. 따라서, 자기분화가 부부의 삶의 만족도에 미치는 영향을 더 명확하기 이해하기 위해서는 이 과정을 어떤 요인들이 매개하는지 살펴볼 필요가 있다. 특히, 기존 연구에서 다루지 않은 공동의존성과 같은 변인을 포함하여 분석한다면, 자기분화가 부부의 삶의 만족도에 미치는 구체적인 기제를 밝히는 데 도움이 될 것이다.

한편, 부부를 쌍으로 분석한 삶의 만족도 연구는 국내에서 주로 특정 집단(노년층 또는 유아기 자녀를 둔 부부)을 대상으로 수행되어 왔기 때문에(김혜수, 어성연, 2021; 노현중 등, 2019; 이미정, 조한익, 2017) 일반 성인 부부를 대상으로 한 연구는 부족한 실정이다. 또한, 공동의존성을 APIM으로 분석한 연구는 거의 전무하며, 기존 연구들은 주로 아내 개인만으로 대상으로 공동의존성에 대해 살펴보았다(김미혜, 2004; 김성은, 2021; 김진숙, 2015; 김혜련, 1998; 김혜신, 2015; 김희성, 1997; 노인숙 등, 1998; 양연선, 2001; 이경우, 2002; 이경희, 2012; 이근무 등, 2020; 이금희, 김성재, 2016; 전원희, 2004; 정윤영, 2023). 하지만, 공동의존성은 배우자와의 상호작용 속에서 강화되거나 완화될 수 있기 때문에, 이를 개인 차원에서만 분석하는 것은 한계가 있다. 즉, 공동의존적 성향이 단순히 개인의 심리적 특성으로만 형성되는 것이 아니라, 배우자와의 상호작용을 통해 유지되거나 심화될 가능성이 크므로, 부부를 하나의 단위로 분석할 필요가 있다는 것이다. 이러한 관점에서 본 연구는 APIM을 활용하여 공동의존성이 부부의 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 매개하는지 살펴봄으로써, 기존연구에서 다루지 않은 공백을 채우는데 기여하고자 한다.

연구의 목적

이상의 내용을 종합하여, 본 연구에서는 부부를 대상으로 APIM를 활용하여 자기분화가 자신이 지각한 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 배우자가 지각한 삶의 만족도에 미치는 상대방효과를 살펴보았다. 또한 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과에서 남편과 아내의 공동의존성(총점, 낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)의 매개효과를 살펴보았다. 구체적으로, 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 1. 남편과 아내는 자기분화, 공동의존성(총점 및 하위요인), 삶의 만족도 수준에서 유의한 차이를 보일 것이다.

가설 2. 남편과 아내의 자기분화는 자신과 배우자의 삶의 만족도에 유의한 자기효과와 상대방 효과를 보일 것이다.

가설 3. 남편과 아내의 공동의존성(총점 및 하위요인)이 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방 효과를 매개할 것이다.

방 법

연구 대상 및 절차

본 연구는 만 19세 이상 59세 이하 부부를 대상으로 온라인 설문을 실시하여 총 501쌍의 부부 자료를 수집하였다. 그 중 불성실한 응답 54쌍의 자료를 제외하였고, 447쌍의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 자료 수집은 2024년 9월부터 10월까지 약 3주 동안 이루어졌으며, 이 중 430쌍은 설문 조사 기관을 통해 수집하

였고 나머지 17쌍은 연구자의 지인을 통해 수집하였다. 연구 참여자들은 연구에 대한 설명문을 읽은 후 자발적으로 온라인 설문에 참여하였다. 부부를 쌍으로 표집해야 했기 때문에 부부 여부를 확인하기 위해 설문지에 본인과 배우자의 연락처 마지막 네 자리를 기입하도록 하였다. 이렇게 수집된 인구특성학적 통계 자료를 표 1에 제시하였다.

연구 대상의 평균 연령은 남편 40.53세($SD = 5.70$), 아내 38.13세($SD = 5.54$)로 나타났다. 연령별 분포를 살펴보면, 남편은 20대 2명(0.5%), 30대 199명(44.5%), 40대 212명(47.4%), 50대 34명(7.6%)이었고, 아내는 20대 23명(5.2%), 30대 225명(50.3%), 40대 195명(43.6%), 50대 4명(0.9%)이었다. 학력의 경우, 남편은 고등학교 졸업 16명(3.6%), 전문대 졸업 또는 대학 중퇴 24명(5.4%), 대학교 졸업 397명(88.8%), 대학원 이상 10명(2.2%)으로 나타났고, 아내는 고등학교 졸업 45명(10.1%), 전문대 졸업 또는 대학 중퇴 56명(12.5%), 대학교 졸업 337명(75.4%), 대학원 이상 9명(2.0%)으로 나타났다. 전반적으로 남편의 학력이 아내보다 높은 경향을 보였다. 소득 수준에서는 모든 남편이 월 200만 원 이상의 소득을 올리는 경제활동을 하고 있었으며, 아내 또한 대부분 경제활동에 참여하고 있었고, 100만 원 이상을 버는 경우가 전체의 90.9%였다. 하지만, 전반적으로 남편이 아내보다 더 높은 소득을 올리는 경향이 확인되었다. 결혼기간은 5년 이하 171쌍(38.3%), 610년 104쌍(23.3%), 1115년 89쌍(19.9%), 16~20년 74쌍(16.6%), 21년 이상 9쌍(1.9%)으로 분포하였으며, 평균 결혼기간은 9.26년($SD = 6.12$)이었다. 마지막으로, 자녀 수는 자녀 없음이 6쌍(1.3%), 1명인 경우가 369쌍(82.6%), 2명은 69쌍(15.4%), 3명은 3쌍(0.7%)

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성 (n=447)

변인	구분	남편		아내	
		N (명)	백분율 (%)	N (명)	백분율 (%)
나이	20대	2	0.5	23	5.2
	30대	199	44.5	225	50.3
	40대	212	47.4	195	43.6
	50대	34	7.6	4	0.9
	M	40.53		38.13	
	(SD)	(5.70)		(5.54)	
학력	고졸	16	3.6	45	10.1
	전문대졸, 대학중퇴	24	5.4	56	12.5
	대학졸	397	88.8	337	75.4
	대학원 이상	10	2.2	9	2.0
소득	100만원 미만	0	0.0	41	9.1
	100만원 이상~200만원 미만	0	0.0	13	2.9
	200만원 이상~300만원 미만	28	6.3	61	13.6
	300만원 이상~400만원 미만	224	50.1	184	41.2
	400만원 이상~500만원 미만	74	16.6	63	14.1
	500만원 이상~600만원 미만	25	5.6	16	3.6
	600만원 이상~700만원 미만	27	6.0	19	4.3
	700만원 이상~800만원 미만	39	8.7	29	6.5
	800만원 이상	30	6.7	21	4.7
결혼기간	5년 이하	171	38.3		
	6~10년	104	23.3		
	11~15년	89	19.9		
	16~20년	74	16.6		
	21년 이상	9	1.9		
	M	9.26			
	(SD)	(6.12)			
자녀 수	없음	6	1.3		
	1명	369	82.6		
	2명	69	15.4		
	3명	3	0.7		
합계		447	100.0	447	100.0

부부
공동변인

으로, 자녀가 1명 이상인 부부가 대부분이었다. 측정 도구

자기분화 척도

본 연구에서는 자기분화를 측정하기 위해 Bowen의 가족체계이론 및 국내외 선행연구를 바탕으로 정혜정과 조은경(2007)이 개발 및 타당화한 한국형 자기분화 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 38문항으로, 세 가지 차원(심리내적, 대인관계적, 심리내적 및 대인관계적)과 다섯 가지 하위요인(정서적 반응, 자기입장, 타인과의 융합, 정서적 단절, 정서적 융합)으로 구성되어 있다. 각 문항은 6점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 6= 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있고, 총점이 높을수록 자기분화 수준이 높음을 의미한다. 정혜정과 조은경(2007)의 연구에서 이 척도 전체의 내적신뢰도(Cronbach's α)는 .89이었고, 본 연구에서는 남편 .99, 아내 .98이었다.

공동의존성 척도

본 연구에서는 공동의존성을 측정하기 위해 김성희와 이성희(2009)가 개발 및 타당화한 중속의존성 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 36항으로, 총 세 개의 하위요인(낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 5= 매우 그렇다)로 응답하도록 되어있고, 점수가 높을수록 해당 특성 수준이 높음을 의미한다. 김성희와 이성희(2009)의 연구에서 이 척도의 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 낮은 자존감 .90, 관계와 감정 표현 어려움 .89, 과도한 책임감과 강박적 행동 .78이었고, 본 연구에서는 낮은 자존감은

남편 .98, 아내 .94, 관계와 감정 표현 어려움은 남편 .98, 아내 .93, 과도한 책임감과 강박적 행동은 남편 .95, 아내 .88이었다.

삶의 만족도 척도

본 연구에서는 삶의 만족도를 측정하기 위해 Diener et al.(1985)가 개발하고 조명한과 차경호(1988)가 한국어로 번안한 후 임영진(2012)이 타당화한 한국판 삶의 만족도 척도(Korean version of the Satisfaction with the Life Scale: K-SWLS)를 사용하였다. 이 척도는 총 5문항, 단일 요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 척도(1= 매우 그렇지 않다, 7= 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있고, 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. Diener et al.(1985)의 연구에서 이 척도의 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .87이었고, 임영진(2012)의 연구에서는 경찰공무원 그룹 .91, 대학생 그룹 .84, 청소년 그룹 .86이었다. 본 연구에서는 남편 .96, 아내 .96이었다.

자료 분석

본 연구에서 SPSS 25.0과 AMOS 22.0을 활용하여 다음과 같이 자료를 분석하였다. 첫째, 주요 변인들 간의 상관관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 둘째, 부부간 변인 차이를 분석하기 위해 대응표본 t -검정을 실시하였다. 셋째, APIM 구조 모형을 검증하였다. 넷째, 본 연구에서는 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과 및 상대방효과에서 공동의존성(총점 및 하위요인)의 매개효과를 검증하기 위해 팬텀변인을 설정하였다. 팬텀변수는 모델 내에서 관측되지는 않지만, 특정 간접경로를 기술적으로 구분하여 추정하는 데

사용되는 도구이다(Macho & Ledermann, 2011). 본 연구에서는 이러한 팬텀변수를 설정함으로써 각 간접경로를 명확히 구분한 뒤, 부트스트래핑 기법을 통해 해당 경로들의 간접효과에 대한 신뢰구간과 유의성을 검토하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

먼저, 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 표 2와 같이, 모든 변인들의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않아 정규분포를 가정할 수 있었다(배병렬, 2017). 상관분석 결과, 남편의 자기분화는 자신의 공동의존성 총점과 세 개의 하위요인(낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)과 유의한 부적

표 2. 주요 변인들의 상관분석 및 기술통계 ($n=447$)

	1	2	3	3-1	3-2	3-3	4	4-1	4-2	4-3	5	6
1	1											
2	.06	1										
3	-.40***	-.05	1									
3-1	-.38***	-.04	.99***	1								
3-2	-.41***	-.05	.99***	.96***	1							
3-3	-.39***	-.05	.98***	.95***	.96***	1						
4	-.01	-.32***	-.04	-.05	-.04	-.05	1					
4-1	-.01	-.26***	-.04	-.03	-.04	-.05	.96***	1				
4-2	-.01	-.35***	-.04	-.05	-.03	-.03	.96***	.86***	1			
4-3	.01	-.33***	-0.06	-0.07	-0.06	-0.06	.96***	.90***	.92***	1		
5	.04	.21***	-.00	.01	-.02	.01	-.33***	-.35***	-.29***	-.32***	1	
6	.04	.12*	-.06	-.04	-.08	-.07	-.18***	-.11*	-.23***	-.20***	-.02	1
<i>M</i>	3.83	3.46	2.93	2.95	2.93	2.92	3.15	3.17	3.14	3.13	3.73	3.81
<i>SD</i>	.72	.49	.76	.77	.78	.78	.58	.59	.60	.60	.95	.98
왜도	.01	.04	-.14	-.15	-.11	-.12	.01	-.04	-.08	-.04	.16	.34
첨도	.11	-.26	-.33	-.39	-.39	-.28	.27	.31	.25	-.05	.23	.43

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

주. 1. 남편 자기분화, 2. 아내 자기분화, 3. 남편 공동의존성, 3-1. 남편 낮은 자존감, 3-2. 남편 관계와 감정 표현 어려움, 3-3. 남편 과도한 책임감과 강박적 행동, 4. 아내 공동의존성, 4-1. 아내 낮은 자존감, 4-2. 아내 관계와 감정 표현 어려움, 4-3. 아내 과도한 책임감과 강박적 행동, 5. 남편 삶의 만족도, 6. 아내 삶의 만족도

상관을 보였다. 하지만, 남편의 자기분화는 아내의 자기분화 및 공동의존성 그리고 자신과 아내의 삶의 만족도와 유의한 상관을 보이지 않았다. 아내의 자기분화는 자신의 공동의존성 총점 및 세 개의 하위요인(낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)과 유의한 부적 상관을 보였다. 또한 아내의 자기분화는 남편의 공동의존성과 유의한 상관을 보이지 않았지만, 남편과 자신의 삶의 만족도와는 유의한 정적 상관을 보였다. 다음으로, 남편의 공동의존성은 아내의 공동의존성 및 자신과 아내의 삶의 만족도와 유의한 상관을 보이지 않았다. 반면, 아내의 공동의존성은 남편과 자신의 삶의 만족도와 유의한 부적 상관을 보였다. 마지막으로, 남편의 삶의 만족도는 아내의 삶의 만족도와 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다.

다음으로, 성별에 따른 주요 변인의 수준에 유의한 차이가 있는지 확인하기 위해 대응표본 *t*-검정을 실시하였다. 그 결과, 남편의 자기분화 수준이 아내보다 유의하게 높은 것으로 나타났다($t=8.88, p<.001$). 반면, 공동의존성은 아내가 남편보다 유의하게 높은 것으로 확인

되었다($t=-4.71, p<.001$). 공동의존성의 하위요인을 살펴보면, 낮은 자존감($t=-4.73, p<.001$), 관계와 감정 표현 어려움($t=-4.53, p<.001$), 과도한 책임감과 강박적 행동($t=-4.46, p<.001$) 모두 아내가 남편보다 유의하게 높은 것으로 드러났다. 마지막으로, 삶의 만족도에서는 남편과 아내 간에 유의한 차이가 없는 것으로 확인되었다.

측정모형 검증

APIM 구조 모형을 검증하기에 앞서, 잠재변인과 관측변인의 타당성을 평가하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 일반적으로 모형 적합도 지수는 TLI, CFI가 .90 이상일 때 모형 적합도가 좋은 것으로 해석되고, RMSEA는 95%의 신뢰구간에서 .05이하이면 좋은 적합도, .05~.08이면 양호한 적합도, .08~.1이면 보통 수준의 적합도로 해석된다(홍세희, 2000). 또한 χ^2 값을 자유도로 나눈 값(CMIN/DF)이 5미만일 때 모형이 적합하다고 가정한다(Kelloway, 1998). 본 연구에서는 공동의존성의 총점을 매개변인으로 설정한 모형뿐만 아니라,

표 3. 측정 모형 검증 ($n=447$)

공동의존성 모형	χ^2	df	CMIN/DF	CFI	TLI	RMSEA (95%신뢰구간)
총점 모형	666.77	194	3.44	.96	.96	.074 (.068-.080)
하위요인 모형: 낮은 자존감	476.22	194	2.45	.97	.97	.057 (.051-.064)
하위요인 모형: 관계 및 감정 표현 어려움	394.76	194	2.03	.98	.98	.048 (.041-.055)
하위요인 모형: 과도한 책임감과 강박적 행동 모형	421.16	194	2.17	.98	.97	.051 (.045-.058)

공동의존성의 세 가지 하위요인(낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)을 각각 매개변인으로 설정한 모형도 검증하였기 때문에 총 4가지 모형에 대한 측정 모형 검증을 실시하였다. 그 결과, 표 3에 제시한 바와 같이, 모든 모형의 측정변인들이 잠재변인을 적절하게 반영하고 있는 것으로 확인되었다.

APIM 구조 모형 검증

공동의존성 총점 모형

부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 공동의존성 총점이 매개하는지 살펴보았다. 그 결과, 그림 1과 같이, 남편의 자기분화는 자신의 공동의존성에 유의한 부적 영향을 미쳤고, 아내의 자기분화도 자신의 공동의존성에 유의한 부적 영향을 미쳤다. 그러나 남편과 아내의 자기분화는 모

두 상대방의 공동의존성에는 유의한 영향을 미치지 않았다. 또한 남편과 아내의 자기분화는 자신과 상대방의 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치지 않았다. 한편, 남편과 아내의 공동의존성이 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석한 결과, 남편의 공동의존성은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 영향을 미치지 않았다. 하지만, 아내의 공동의존성은 자신의 삶의 만족도 뿐만 아니라 상대방의 삶의 만족도에도 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

공동의존성 하위요인 모형: 낮은 자존감

부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 공동의존성의 하위요인인 낮은 자존감이 매개하는지 분석하였다. 그 결과, 그림 2와 같이, 남편의 자기분화는 자신의 낮은 자존감에 부적 영향을 미쳤으며, 아내의 자기분화 또한 자신의 낮은 자존감에

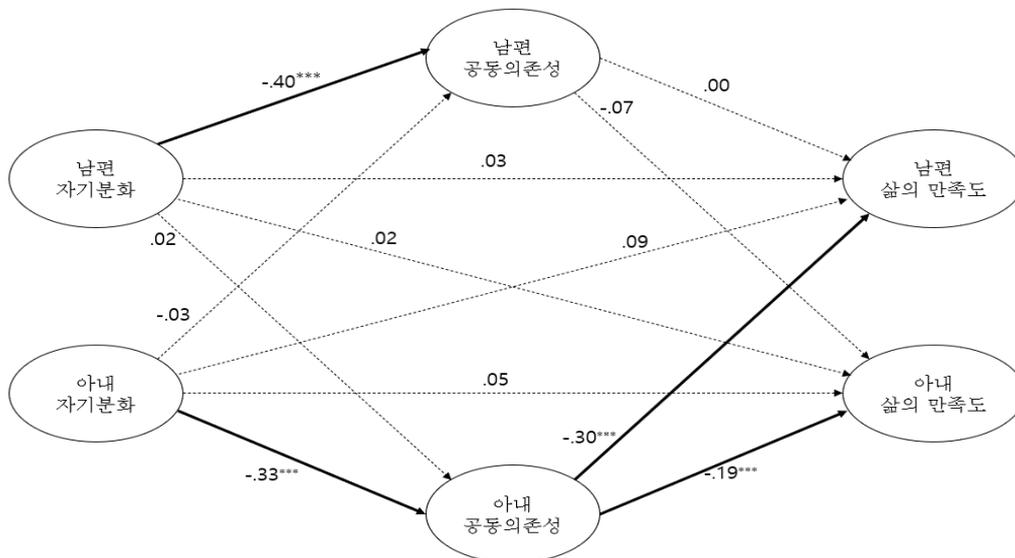


그림 1. 공동의존성 총점 구조모형

주. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 그림에 제시된 계수는 표준화된 경로계수임.

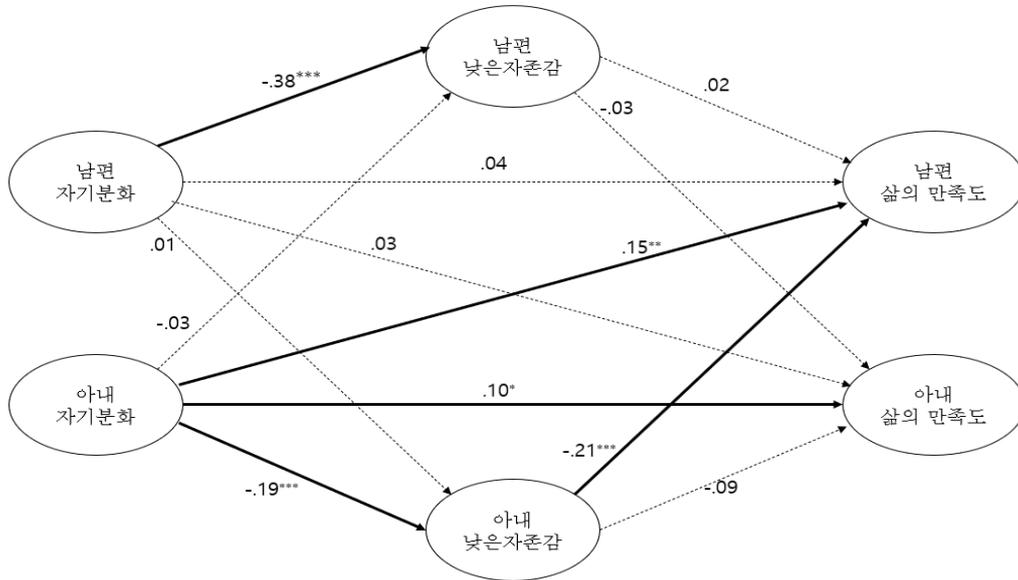


그림 2. 공동의존성 하위요인 구조모형: 낮은 자존감

주. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 그림에 제시된 계수는 표준화된 경로계수임.

부적 영향을 미쳤다. 또한, 아내의 자기분화는 자신의 삶의 만족도와 상대방의 삶의 만족도에 유의한 정적 영향을 미쳤다. 한편, 낮은 자존감이 삶의 만족도에 미치는 영향을 검토한 결과, 남편의 낮은 자존감은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않았다. 하지만, 아내의 낮은 자존감은 자신의 삶의 만족도에는 유의한 영향을 미치지 않았지만, 상대방의 삶의 만족도에는 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

공동의존성 하위요인 모형: 관계와 감정 표현 어려움

부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 공동의존성의 하위요인인 관계 및 감정 표현의 어려움이 매개하는지 분석하였다. 그 결과, 그림 3과 같이, 남편의 자기분화는 자신의 관계 및 감정 표현의

어려움에 부적 영향을 미쳤으며, 아내의 자기분화 또한 자신의 관계 및 감정 표현의 어려움에 부적 영향을 미쳤다. 또한, 아내의 자기분화는 남편의 삶의 만족도에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편, 관계 및 감정 표현의 어려움이 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석한 결과, 남편의 관계 및 감정 표현의 어려움은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않았다. 하지만, 아내의 관계 및 감정 표현의 어려움은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

공동의존성 하위요인 모형: 과도한 책임감과 강박적 행동

부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 공동의존성의 하위요인인 과도한 책임감과 강박적 행동이 매개

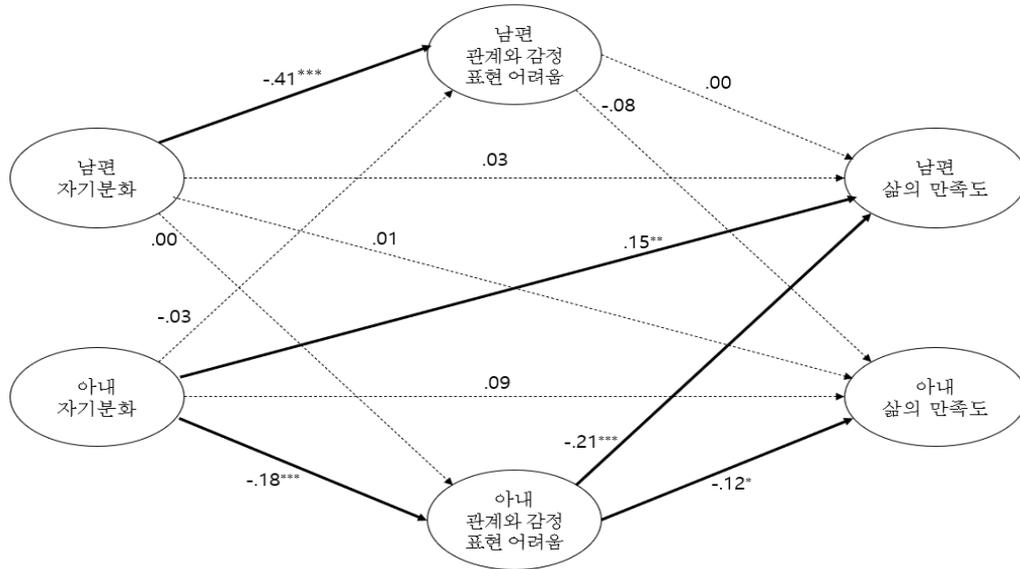


그림 3. 공동의존성 하위요인 구조모형: 관계와 감정 표현 어려움
 주. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 그림에 제시된 계수는 표준화된 경로계수임.

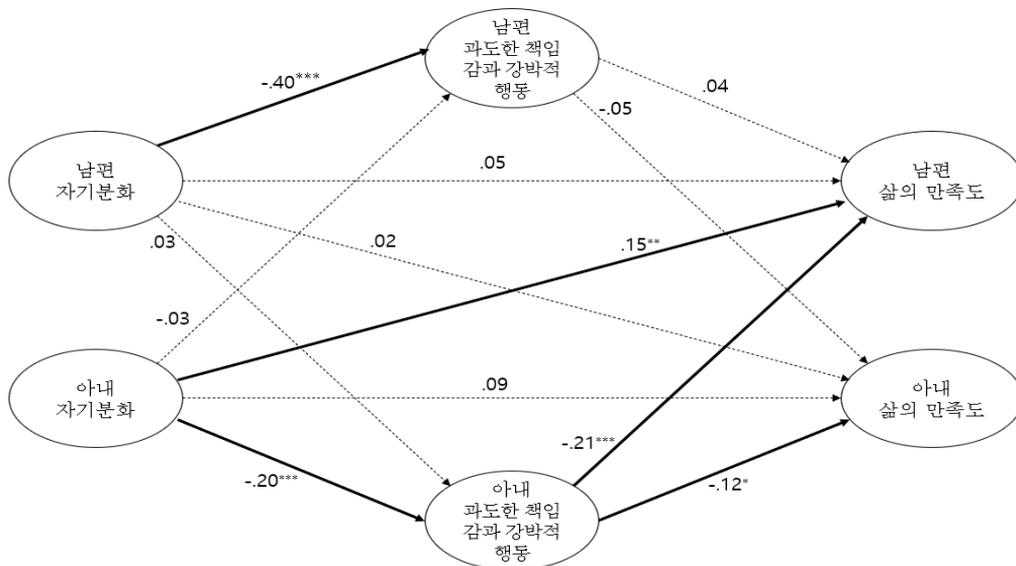


그림 4. 공동의존성 하위요인 구조모형: 과도한 책임감과 강박적 행동
 주. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, 그림에 제시된 계수는 표준화된 경로계수임.

하는지 분석하였다. 그 결과, 그림 4와 같이, 강박적 행동에 부적 영향을 미쳤고, 아내의 남편의 자기분화는 자신의 과도한 책임감과 자기분화 또한 자신의 과도한 책임감과 강박

적 행동에 부적 영향을 미쳤다. 또한, 아내의 자기분화는 상대방의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편, 과도한 책임감과 강박적 행동이 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석한 결과, 남편의 과도한 책임감과 강박적 행동은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않았다. 하지만, 아내의 과도한 책임감과 강박적 행동은 자신과 상대방의 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

매개(간접)효과 검증

자기분화가 공동의존성 총점과 하위 요인(낮은 자존감, 관계 및 감정 표현의 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)을 통해 삶의 만족도에 미치는 간접효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위해 부트스트랩 검증을 실시하였다. 부트스트랩 검증은 표본 수 2,000개와 신뢰 수준 95%를 기준으로 통계적 유의성을 평가하였으며, 이후 팬텀변인을 구성하여 세부 경로를 분석하였다.

공동의존성 총점

표 4와 같이, 공동의존성 총점의 간접효과를 분석한 결과, 남편의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편 및 아내의 공동의존성의 간접효과는 유의하지 않았다. 또한 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편의 공동의존성의 간접효과는 유의하지 않았다. 하지만, 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 아내의 공동의존성의 간접효과는 유의하였다.

공동의존성 하위요인: 낮은 자존감

표 5와 같이, 공동의존성 하위요인인 낮은 자존감의 간접효과를 분석한 결과, 남편의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편 및 아내의 낮은 자존감의 간접효과는 유의하지 않았다. 또한 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편의 낮은 자존감의 간접효과는 유의하지 않았다. 하지만, 아내의 자기분화가 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에

표 4. 간접효과 세부 경로 검증 결과: 공동의존성 총점 (n=447)

경로	B	95% 신뢰구간	
		Lower	Upper
남편 자기분화 → 남편 공동의존성 → 남편 삶의 만족도	.00	-.05	.05
남편 자기분화 → 남편 공동의존성 → 아내 삶의 만족도	.04	-.01	.09
남편 자기분화 → 아내 공동의존성 → 남편 삶의 만족도	-.01	-.05	.03
남편 자기분화 → 아내 공동의존성 → 아내 삶의 만족도	-.01	-.03	.02
아내 자기분화 → 남편 공동의존성 → 남편 삶의 만족도	.00	-.01	.01
아내 자기분화 → 남편 공동의존성 → 아내 삶의 만족도	.01	-.01	.03
아내 자기분화 → 아내 공동의존성 → 남편 삶의 만족도	.20	.12	.30
아내 자기분화 → 아내 공동의존성 → 아내 삶의 만족도	.13	.06	.22

표 5. 간접효과 세부 경로 검증 결과: 낮은 자존감 ($n=447$)

경로	B	95% 신뢰구간	
		Lower	Upper
남편 자기분화 → 남편 낮은 자존감 → 남편 삶의 만족도	-.01	-.06	.04
남편 자기분화 → 남편 낮은 자존감 → 아내 삶의 만족도	.01	-.04	.07
남편 자기분화 → 아내 낮은 자존감 → 남편 삶의 만족도	.00	-.03	.03
남편 자기분화 → 아내 낮은 자존감 → 아내 삶의 만족도	.00	-.02	.02
아내 자기분화 → 남편 낮은 자존감 → 남편 삶의 만족도	.00	-.02	.01
아내 자기분화 → 남편 낮은 자존감 → 아내 삶의 만족도	.00	-.01	.02
아내 자기분화 → 아내 낮은 자존감 → 남편 삶의 만족도	.08	.03	.15
아내 자기분화 → 아내 낮은 자존감 → 아내 삶의 만족도	.04	-.01	.09

서 아내의 낮은 자존감의 간접효과는 유의하였다.

공동의존성 하위요인: 관계와 감정 표현 어려움

표 6과 같이, 남편의 자기분화가 자신과 아내의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 공동의존성의 하위요인인 관계와 감정 표현 어려움

의 간접효과는 유의하지 않았다. 또한 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편의 관계와 감정 표현 어려움의 간접효과는 유의하지 않았다. 하지만, 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 아내의 관계와 감정 표현 어려움의 간접효과는 유의하였다.

표 6. 간접효과 세부 경로 검증 결과: 관계와 감정 표현 어려움 모형 ($n=447$)

경로	B	95% 신뢰구간	
		Lower	Upper
남편 자기분화 → 남편 관계와 감정 표현 어려움 → 남편 삶의 만족도	.00	-.05	.05
남편 자기분화 → 남편 관계와 감정 표현 어려움 → 아내 삶의 만족도	.04	-.01	.10
남편 자기분화 → 아내 관계와 감정 표현 어려움 → 남편 삶의 만족도	.00	-.03	.03
남편 자기분화 → 아내 관계와 감정 표현 어려움 → 아내 삶의 만족도	.00	-.02	.02
아내 자기분화 → 남편 관계와 감정 표현 어려움 → 남편 삶의 만족도	.00	-.01	.01
아내 자기분화 → 남편 관계와 감정 표현 어려움 → 아내 삶의 만족도	.01	-.01	.03
아내 자기분화 → 아내 관계와 감정 표현 어려움 → 남편 삶의 만족도	.08	.03	.14
아내 자기분화 → 아내 관계와 감정 표현 어려움 → 아내 삶의 만족도	.05	.00	.11

표 7. 간접효과 세부 경로 검증 결과: 과도한 책임감과 강박적 행동 모형 ($n=447$)

경로	B	95% 신뢰구간	
		Lower	Upper
남편 자기분화 → 남편 과도한 책임감과 강박적 행동 → 남편 삶의 만족도	-.02	-.07	.03
남편 자기분화 → 남편 과도한 책임감과 강박적 행동 → 아내 삶의 만족도	.03	-.03	.08
남편 자기분화 → 아내 과도한 책임감과 강박적 행동 → 남편 삶의 만족도	-.01	-.04	.02
남편 자기분화 → 아내 과도한 책임감과 강박적 행동 → 아내 삶의 만족도	-.01	-.03	.01
아내 자기분화 → 남편 과도한 책임감과 강박적 행동 → 남편 삶의 만족도	.00	-.02	.01
아내 자기분화 → 남편 과도한 책임감과 강박적 행동 → 아내 삶의 만족도	.00	-.01	.03
아내 자기분화 → 아내 과도한 책임감과 강박적 행동 → 남편 삶의 만족도	.08	.03	.15
아내 자기분화 → 아내 과도한 책임감과 강박적 행동 → 아내 삶의 만족도	.05	.00	.12

공동의존성 하위요인: 과도한 책임감과 강박적 행동

표 7과 같이, 남편의 자기분화가 자신과 아내의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 공동의존성의 하위요인인 과도한 책임감과 강박적 행동의 간접효과는 유의하지 않았다. 또한 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 남편의 과도한 책임감과 강박적 행동의 간접효과는 유의하지 않았다. 하지만, 아내의 자기분화가 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향에서 아내의 과도한 책임감과 강박적 행동의 간접효과는 유의하였다.

논 의

본 연구는 부부의 자기분화가 공동의존성을 매개로 삶의 만족도에 어떤 영향을 미치는지 살펴보고, APIM을 적용하여 이러한 효과가 자기 자신뿐만 아니라 상대방에게 어떻게 작용하는지를 알아보았다. 또한, 공동의존성의 총

점뿐만 아니라 세 가지 하위요인(낮은 자존감, 관계 및 감정 표현의 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)의 매개 역할도 구분하여 살펴보았다. 본 연구의 주요 결과와 시사점은 다음과 같다. 먼저, 부부의 자기분화, 공동의존성, 삶의 만족도 수준에 차이가 있는지 검증한 결과, 자기분화와 공동의존성에서는 유의한 차이가 있었지만, 삶의 만족도에서는 없는 것으로 나타났다. 구체적으로, 남편의 자기분화 수준이 아내보다 유의하게 높은 것으로 확인되었는데, 이는 기존의 연구 결과(김선영, 2024; 김아영, 2018; 나남숙, 2017; 윤소정, 2024; 전은희, 정여주, 2017; 정혜정, 조은경, 2007; 최옥경, 양혜정, 2024; Kosek, 1998)들과 일치하는 결과이다. 이러한 결과는 앞서 서론에서 말한 것처럼 남성과 여성이 성장 과정에서 성역할 기대로 인한 상이한 사회화를 경험했기 때문으로 보인다. 그 결과, 남성이 여성보다 생각과 감정을 분리하고 독립적인 정체성을 형성할 가능성이 높아 자기분화 수준이 높을 수 있다.

반면, 공동의존성은 아내가 남편보다 유의

하게 높은 것으로 확인되었다. 자기분화 수준이 낮을수록 가족 간 경계가 약해지고 융합이 강해지면서 공동의존성이 높아질 가능성이 크다. 즉, 여성이 남성보다 자기분화 수준이 낮아지면 공동의존성은 더 높아질 수 있다. 하지만, 이러한 결과를 해석할 때, 여성의 관계적 특성이 폄하되거나 사회적 맥락이 간과되지 않도록 신중할 필요가 있다. 본 연구의 인구통계학적 특성에서도 남편의 학력과 소득이 아내보다 전반적으로 높은 경향을 보였다. 이는 아내의 낮은 자기분화와 높은 공동의존성에 일정 부분 영향을 미쳤을 가능성을 시사한다. 따라서 여성의 관계적 특성이나 돌봄 능력을 개인의 취약성으로 해석하기보다는, 부부관계에서 중요한 정서적 자원으로 이해할 필요가 있다.

둘째, 공동의존성(총점, 낮은 자존감, 관계와 감정 표현 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)을 매개변인으로 설정한 APIM 모형을 검증하였다. 분석 결과, 공동의존성 총점 모형에서는 부부의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과가 유의하지 않았다. 부부의 자기분화와 삶의 만족도 간의 관계를 APIM 모형으로 분석한 선행 연구가 없기 때문에, 본 연구의 결과를 직접적으로 비교하기는 어렵다. 이에 APIM 모형으로 부부의 자기분화와 결혼만족도 간의 관계를 분석한 연구들을 검토하면 결과, 비일관적인 결과가 보고되었다(나남숙, 이인수, 2017; 윤소정, 2024; 최옥경, 양혜정, 2024). 본 연구에서 공동의존성 총점 모형이 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과가 유의하지 않은 이유는 삶의 만족도가 부부의 내적 요인뿐만 아니라 다양한 외적 요인(예. 경제적 안정, 사회적지지, 건강 상태)의 영향을 받는 삶에 대

한 전반적인 평가이기 때문으로 보인다.

하지만, 공동의존성의 하위 요인(낮은 자존감, 관계 및 감정 표현의 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)을 포함한 모형에서는 공통적으로 아내의 자기분화가 남편의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 남편의 자기분화는 아내의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 확인되었다. 선행연구에서도 아내의 애착불안이 남편의 결혼만족도에 부정적인 영향을 미치지만, 남편의 애착불안은 아내에게 유의미한 영향을 미치지 않거나 상대적으로 약한 것으로 나타난 바 있다(이미미, 2022; 이원주, 2018; 이윤정, 2016). 이러한 결과는 아내의 정서적 안정성과 독립성이 남편에게도 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 아내가 전통적 성역할에서 벗어나 사회적 관계를 확장하고 경제활동을 통해 자율성과 독립성을 추구할 때, 아내의 자기분화 수준은 높아질 수 있으며, 본 연구 결과에 비추어 볼 때 이는 남편의 삶의 만족도 또한 높이는 요인이 될 수 있다.

셋째, 남편과 아내의 자기분화가 공동의존성에 미치는 자기효과는 유의하였지만 상대방효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이는 개인의 자기분화 수준이 낮을수록 공동의존성이 높아진다는 배연경(2024)의 연구 결과와 그 맥을 같이 한다. 또한 자기분화가 공동의존성의 하위요인(낮은 자존감, 관계 및 감정 표현의 어려움, 과도한 책임감과 강박적 행동)에 미치는 영향을 분석한 결과, 자기효과가 모두 유의하였다. 구체적으로, 자기분화 수준이 낮을수록 자존감이 낮은 것으로 확인되었다. 이는 김상옥과 전영자(2013), 남상인(2004), 이성은(2023)의 연구 결과와 일치하는 결과로, 자기분화 수준이 낮으면 감정적으로 반응하거나

충동적으로 상황에 대처하여 실패 경험을 많이 하기 때문에 자존감이 낮을 수 있다. 더불어, 자기분화 수준이 낮을수록 관계 및 감정 표현의 어려움을 경험하는 것으로 나타났다. 자기분화 수준이 낮은 사람은 자신의 정서를 명확하게 인식하지 못하여 표현하는 데 어려움을 겪을 수 있다. 또한, 자기분화는 과도한 책임감과 강박적 행동과도 관련이 있었다. 이는 자기분화 수준이 낮은 사람은 타인의 기대에 민감하게 반응하고, 인정받기 위해 과도하게 책임을 떠맡거나 완벽주의적 행동을 보이기 때문이다.

넷째, 공동의존성의 하위요인 중 관계와 감정 표현의 어려움 및 과도한 책임감과 강박적 행동을 포함한 APIM 모형을 분석한 결과, 남편의 자기효과와 상대방효과는 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않았으나, 아내의 자기효과와 상대방효과는 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 남편의 자기분화는 배우자의 삶의 만족도에 영향을 미치지 않지만, 아내의 자기분화는 배우자의 삶의 만족도에 영향을 미친다는 본 연구의 결과와 일맥상통한다. 또한, 고명진과 김호영(2017)의 연구에서도 남편은 아내의 영향을 많이 받는 반면 아내는 남편과 더불어 다양한 사회적 관계의 영향을 많이 받는 것으로 확인되었다. 유사한 맥락에서, 아내의 가족 스트레스가 남편에게 유의한 영향을 미치는 반면 남편의 가족 스트레스는 아내에게 영향을 미치지 않는 것으로 보고되었다(양유정, 신성희, 2014; 차근영 등, 2017). 아내는 부부관계에서 정서적 상호작용을 주도하고, 배우자뿐만 아니라 친구 등 다양한 사회적 관계에도 영향을 받기 때문에 남편의 영향력이 상대적으로 작아질 수 있다고 명진, 김호영, 2017).

다섯째, 간접효과를 분석한 결과, 남편의 공동의존성은 남편의 자기분화가 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 매개하지 않는 것으로 나타났다. 하지만, 아내의 공동의존성은 아내의 자기분화가 남편의 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 모두 매개하는 것으로 확인되었다. 이는 남편의 공동의존성과 달리, 아내의 공동의존성은 단순히 개인적 특성에 머무르지 않고, 부부의 삶의 만족도에 중요한 영향을 미치는 특성임을 시사하는 결과이다.

그 이유로는 남성은 감정보다 역할 수행을 중시하는 경향이 강하고, 공동의존적 특성이 있더라도 이를 외부 활동에 집중하거나 회피적인 방식으로 드러낼 가능성이 높기 때문이다(Addis & Mahalik, 2003; Mahalik et al., 2007). 한편, 아내가 남편의 정서적 요구나 행동에 둔감하거나 회피적으로 반응할 가능성도 배제할 수 없다. 실제로 부부관계 내에서 아내는 정서적 소진이나 과도한 감정노출로 인해 감정적으로 거리를 두는 경향을 보일 수 있으며, 이러한 특성이 남편의 심리적 만족감에 영향을 덜 미치게 했을 가능성도 존재한다. 반면 남성은 생계부양적 역할 또는 과업 성취에 몰두하며 아내와 다른 성별화된 위치에 있음도 함께 고려할 수 있다. 본 연구는 이러한 정서적 회피 또는 반응 민감성 등의 심리적 특성을 측정하지 않았기 때문에, 이와 관련된 기제를 직접 검증할 수 없었다는 한계가 있다. 향후 연구에서는 아내의 관계 회피 경향, 정서 조절 방식, 반응 민감성 등을 포함한 다차원적 측정을 통해 이 같은 가능성을 구체적으로 탐색할 필요가 있다.

다만 이러한 공동의존성을 일률적으로 부정적인 특성으로 해석하는 데는 주의가 필요하다

다. 부부는 서로의 삶을 공유하고 상호 정서적 의존을 기반으로 관계를 유지하는 만큼, 일정 수준의 공동의존성은 자연스러운 현상이며 관계 유지에 기여할 수도 있다. 따라서 공동의존성의 건강한 측면과 과도한 측면을 구분하여 해석할 필요가 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 부부를 하나의 분석 단위로 설정하여, 부부관계의 상호작용을 구체적으로 살펴보았다는 점에서 그 의의가 있다. 기존 연구들은 주로 기혼 남녀의 개인 차원에서 변인 간 관계를 분석하는데 초점을 맞춰, 부부를 쌍으로 분석하지 않았다는 한계가 있었다. 특히, 기존 연구들이 대부분 결혼만족도를 중심으로 부부관계를 탐색한 것과 달리, 본 연구는 APIM을 통해 삶의 만족도를 살펴봄으로써 부부 연구의 범위를 확장시켰다는데 그 의의가 있다. 둘째, 부부의 공동의존성이 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 분석하여 부부간 차이가 있음을 밝혀냈다는데 그 의의가 있다. 연구 결과, 남편의 공동의존성은 부부의 삶의 만족도에 유의한 영향을 미치지 않는 반면 아내의 공동의존성은 부부 모두의 삶의 만족도에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 아내의 공동의존성이 부부관계에서 중요한 심리적 요인으로 작용함을 의미한다.

본 연구의 한계 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 전 연령층을 대상으로 하였으나, 참여자 90% 이상이 30~40대이고, 38.3%가 결혼한 지 5년 이하로 나타나 그 결과를 중장년층 부부에게 일반화하는데 한계가 있다. 이는 온라인 설문 방식의 영향일 수 있으므로, 향후 연구에서는 연령대와 결혼기간을 고려하여 참여자를 모집하고 오프라인 설문을 병행할 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서는 남편과 아내의 학력 및 소득 수준의 차이는 분석에 포함하였으나, 직업군이나 직업유무에 따른 차이는 다루지 못하였다. 특히 아내의 사회활동 수준은 자기분화와 공동의존성에 영향을 줄 수 있는 중요한 요인인 만큼, 향후 연구에서는 직업의 유무뿐만 아니라 직종, 근무 형태, 직업 안정성 등 다양한 직업 관련 변인들을 포함하여 분석할 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구에서는 연구대상자의 대부분이 자녀를 두고 있어 자녀 유무에 따른 하위집단 간 비교 분석을 수행하는데 한계가 있었다. 향후 연구에서는 자녀의 유무 및 자녀 수, 양육 책임의 정도 등 가족구성 요인이 자기분화, 공동의존성, 삶의 만족도에 미치는 영향을 보다 체계적으로 살펴볼 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서는 성별에 따라 학력과 소득 수준에 차이가 나타났으나, 분석 과정에서 이러한 사회인구학적 변인을 공변인으로 통제하지 못한 한계가 있다. 후속 연구에서는 학력과 소득과 같은 요인을 공변인으로 포함하여 본 연구의 결과를 재확인할 필요가 있겠다.

이러한 한계점에도 불구하고, 본 연구는 부부를 대상으로 자기분화, 공동의존성, 삶의 만족도의 관련성을 살펴보았다는 점에서 그 의의가 있다. 특히, 공동의존성의 하위요인을 구분하여 각각의 매개효과를 분석하였다는 점에서 남편과 아내의 공동의존성이 부부관계에 미치는 영향을 보다 구체적으로 이해하는데 기여하였다는 점에서 의미가 있다. 또한 본 연구는 부부관계에서 아내의 사회적 참여가 갖는 중요성을 조명함으로써, 전통적인 성역할에 대한 대안을 모색하였다. 여성의 사회적 참여가 가족 돌봄을 소홀히 하여 갈등을 유발하는 것이 아니라, 오히려 자기분화를 통해

부부관계에 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 보여주었다는 점에서 의미 있는 시사점을 제공한다. 이러한 결과는 향후 보다 효과적인 부부상담 개입 전략을 개발하는 데 유용한 기초 자료가 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 고명진, 김호영 (2017). 배우자 지지와 갈등이 노년기 우울에 미치는 영향과 그 성차. *노인정신의학*, 21(1), 8-16.
- 김미혜 (2004). 알콜중독자 부인의 공동의존 심화요인에 관한 연구. 한림대학교 석사학위논문.
- 김병화, 송정아 (2014). 부부의 자기분화가 가족분화와 결혼만족도 및 결혼안정성에 미치는 영향. *한국기독교상담심리학회*, 25(3), 47-70.
- 김상옥, 전영자 (2013). 대학생의 자아분화, 자아존중감과 정신건강간의 관계. *한국생활과학회지*, 22(4), 539-558.
- 김선영 (2024). 원가족 건강성과 결혼만족도의 관계에서 자기분화와 정신화의 매개효과. 한양사이버대학교 석사학위논문.
- 김성은 (2021). 도박중독자 아내의 공동의존 경험에 관한 내러티브 탐구. *가족과 가족치료*, 29(3), 655-680.
- 김성희, 이성희 (2009). 종속의존성 척도 개발. *상담학연구*, 10(1), 143-157.
- 김아영 (2018). 자기분화와 부부갈등간의 관계에서 의사소통의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 김윤중 (2017). 세대별 일자리만족이 삶의 만족도에 미치는 영향. *경기대학교 박사학위논문*.
- 김은정 (2024). 가족 기능, 가족 내 성역할 가치관 및 성평등 정도에 대한 인식. *가족과 문화*, 36(2), 199-227.
- 김진숙 (2015). 문제성 도박자 여성배우자들의 공동의존경험과정에 대한 질적사례연구. *한국사회복지질적연구*, 9(1), 89-114.
- 김현진 (2006). 동반의존성(codependency)의 개념 연구. *光神論壇*, 15, 115-154.
- 김현진 (2010). 동반의존성 형성과정에 관한 연구. *光神論壇*, 19, 231-248.
- 김혜련 (1998). 공동의존 개념에 대한 비판적 고찰. *論文集*, 6, 81-93.
- 김혜선 (2015). 공동의존 성향이 있는 여자 대학생의 어머니 경험. *한국산학기술학회 학술대회*, 2015(1), 564-564.
- 김혜수, 어성연 (2021). 노년기 부부의 건강상태가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 우울의 매개효과: 자기-상대방 상호의존 매개모형(APIMeM)의 적용. *가정과삶의질연구*, 39(3), 67-89.
- 김희성 (1997). 알콜중독자 부인의 공동의존에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김희주, 선혜연 (2021). 대학생의 부모화와 자아분화에 따른 군집별 차이. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 33(1), 267-293.
- 나남숙 (2017). 자기분화, 결혼만족도, 헌신간의 관계: 자기효과와 상대방효과. *상명대학교 석사학위논문*.
- 나남숙, 이인수 (2017). 자기분화, 결혼만족도, 헌신간의 관계: 자기효과와 상대방효과 적용. *가족과 가족치료*, 25(1), 115-136.
- 남상인 (2004). 청소년의 자아분화와 자아존중감의 관계. *순천향 인문과학논총*, 12, 77-91.

- 노승욱 (2022). 중년여성이 지각한 부모화와 우울 간의 관계에서 자기분화의 매개효과. 호남신학대학교 석사학위논문.
- 노인숙, 김윤희, 김경희, 오동열 (1998). 알코올 의존 환자 부인의 공동 의존 정도와 건강 상태. *중독정신의학*, 2(2), 236-243.
- 노현중, 박상은, 조태곤, 서봉언 (2019). 노년기 부부의 경제활동과 삶의 만족도, 우울 간의 구조적인 관계: APIM 모형의 적용. *여성경제연구*, 16(3), 55-76.
- 박영순 (2007). 알코올중독자 배우자의 자아분화 향상을 위한 개입. 서울신학대학교 석사학위논문.
- 박영화, 고재홍 (2005). 부부의 자존감, 의사소통 방식, 및 갈등대처행동과 결혼만족도 간의 관계: 자기효과와 상대방효과. *한국심리학회지 사회 및 성격*, 19(1), 71-100.
- 박정희, 유영주 (2000). 도시가족의 건강성 및 주부의 자아존중감이 우울에 미치는 영향. *가정과삶의질연구*, 18(2), 155-174.
- 배병렬 (2017). AMOS 24 구조방정식 모델링. 청람.
- 배연경 (2024). 대학생의 부모화와 공동의존성이 대인관계문제에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 양연선 (2001). 여성의 공동의존에 대한 페미니즘 접근. 한림대학교 석사학위논문.
- 양유정, 신성희 (2014). 중년부부의 자아존중감과 가족 스트레스가 우울에 미치는 자기효과와 상대방효과. *커플관계 자료분석방법 적용. 정신간호학회지*, 23(2), 60-69.
- 오현진, 김창대 (2024). 문제음주부모를 둔 성인자녀의 성장기 부모화 경험이 우울에 미치는 영향: 마음챙김으로 조절된 공동의존성의 매개효과. *상담학연구*, 25(6), 195-215.
- 윤성민 (2016). 자아분화수준과 삶의 만족도의 관계: 기본 심리적 욕구 만족의 매개역할. *상담학연구*, 17(1), 107-123.
- 윤성민 (2017). 자아분화가 심리적 안녕에 미치는 영향: 가족갈등대처행동, 기본 심리적 욕구 만족의 매개역할. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(4), 1115-1141
- 윤소정 (2024). 신혼기 부부의 자기분화와 결혼만족도의 관계에서 관계진술성의 매개효과. *인제대학교 석사학위논문.*
- 윤은경 (2012). 노인의 우울과 삶의 질 관계에서 대처유형의 매개효과. *임상사회사업연구*, 9(1), 43-61.
- 이경우 (1999). 공동의존(Codependency)의 개념 분석. *혜전대학 논문집*, 17, 257-287.
- 이경우 (2002). 알코올 의존자 부인의 공동의존 정도와 자아존중감 및 건강상태에 대한 연구. *논문집*, 20, 189-224.
- 이경희 (2012). 도박중독자 배우자의 정서적 경험, 공동의존 경향 및 수용. *한국명상학회지*, 3(1), 1-29.
- 이근무, 유숙경, 황수연 (2020). 도박 중독자 여성 배우자들의 공동의존 경험과 회복연구. *미래사회복지연구*, 11(1), 137-181.
- 이금희, 김성재 (2016). 에너그램 프로그램이 알코올 의존자 부인의 공동의존, 분노 및 대인관계에 미치는 효과. *정신간호학회지*, 25(3), 166-175.
- 이나현 (2023). 대학생의 부모화 경험과 자기분화에 따른 잠재프로파일 분석. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이미미 (2022). 중년부부의 성인애착과 결혼만족의 관계에서 긍정정서 반응양식의 역할. *가톨릭대학교 석사학위논문.*

- 이미정, 조한익 (2017). 부부의 애정적 양육태도와 삶의 만족도 간의 관계에서 양육스트레스의 매개효과: 남편과 아내의 상호의존모형과 공동운명모형 적용. *아동교육*, 26(4), 305-329.
- 이성은 (2023). 미혼 성인이 지각하는 부모양육태도와 결혼 이미지의 관계에서 자아분화와 자아존중감의 매개효과. *한양대학교 석사학위논문*.
- 이성철, 김진욱 (2025). 부부의 성역할 인식과 행복감, 삶의 만족도 관계: 행위자-상대자 상호의존모형(APIM)의 적용. *한국과 세계*, 7(2), 411-436.
- 이수경, 김혜원, 한혜성, 백인혜 (2012). 대학생이 지각한 자기분화와 세대 간 가족관계 및 주관적 안녕감의 관계: 자아존중감의 매개효과. *상담학연구*, 13(6), 2919-2941.
- 이수화 (2021). 중년기 부부의사소통과 자아정체감의 관계: '자기-상대방' 상호의존성 모델(APIM)을 중심으로. *화법연구*, 51, 95-131.
- 이원주 (2018). 중년기 부부의 애착과 결혼만족 관계에서 정서표현양가성의 매개효과. *한국상담대학원대학교 석사학위논문*.
- 이유나, 성승연 (2022). 어머니의 자기분화가 양육스트레스에 미치는 영향: 정서인식명확성과 정서표현양가성의 매개효과. *인문사회* 21, 13(2), 1981-1996.
- 이윤정 (2016). 중년 부부의 성인 애착이 결혼만족에 미치는 영향. *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 이은혜 (2015). Bowen의 가족치료 이론과 동반의존 관련성 연구. *한세대학교 석사학위논문*.
- 임남연, 이화령, 서은국 (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS) 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29(1), 21-47.
- 임영진 (2012). 한국판 삶의 만족도 척도의 신뢰도와 타당도. *한국심리학회지: 일반*, 31(3), 877- 896
- 전원희 (2004). 알코올의존 환자 부인의 정신건강과 공동의존 및 스트레스 대응전략. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 전은희, 정여주 (2017). 대학생 커플관계에서 자기분화가 커플관계탄력성에 미치는 영향: 자기효과와 상대방효과. *상담학연구*, 18(5), 153-168.
- 정문자 (2000). 한국가족 문제해결을 위한 Satir 치료모델의 적용. *한국가족치료학회*, 8(2), 65-86.
- 정윤영 (2023). 알코올중독자가족의 공동의존치유여정에 대한 현상학적 연구. *서울기독대학교 박사학위논문*.
- 정혜정, 조은경 (2007). 한국형 자기분화 척도 개발과 타당성에 관한 연구. *가족과 가족치료*, 15 (1), 19-46.
- 조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. *집문당*.
- 조영주, 김아영 (2018). 자기분화가 부부갈등에 미치는 자기효과와 상대방효과에서 건설적 및 역기능적 의사소통의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 23(4), 567-588.
- 차근영, 김석선, 길민지 (2017). 중년기 부부의 스트레스와 결혼만족도가 우울에 미치는 자기효과와 상대방 효과. *보건사회연구*, 37(2), 126-149.
- 최옥경, 양혜정 (2024). 신혼기 부부의 자기분화와 결혼만족도의 관계에서 수용의 매개효과: 자기-상대방 상호의존성 모형(APIM)

- 의 적용. *가족과 가족치료*, 32(2), 325-346.
- 팽현지 (2023). 대학생의 자기분화가 관계중독에 미치는 영향. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 한은옥 (2023). 어머니의 부모화경험이 부정적 양육행동에 미치는 영향. 명지대학교 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help-seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5-14.
- Ali, A., Ashraf, M., Rasheed, T., & Hameed, R. (2025). The relationship between family dynamics, social support and substance abuse on the development of codependency in young adults. *Social Science Review Archives*, 3(1), 332-349.
- Beattie, M. (2013). *공동의존자 더 이상은 없다* [Codependent no more] (김혜선, 역). 학지사. (원저는 1986년에 출판).
- Bhowmick, P., Tripathi, B. M., Jhingan, H. P., & Pandey, R. M. (2001). Social support, coping resources and codependence in spouses of individuals with alcohol and drug dependence. *Indian Journal of Psychiatry*, 43(3), 219-224.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice*. Gardner Press.
- Bowen, M. (1978). *On the differentiation of self: Family therapy in clinical practice*. Aronson.
- Chung, H., & Gale, J. (2009). Family functioning and self-differentiation: A cross-cultural examination. *Contemporary Family Therapy*, 31(1), 19-33.
- Cullen, J., & Carr, A. (1999). Codependency: An empirical study from a systemic perspective. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 21(4), 505-525.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Happ, Z., Bodó-Varga, Z., Bandi, S. A., & Tóth-Petróczy, A. (2023). How codependency affects dyadic coping, relationship perception, and life satisfaction. *Current Psychology*, 42, 15688-15695.
- Kelloway, E. K. (1998). *Using LISREL for structural equation modeling: A researcher's guide*. Sage.
- Kenny, D. A. (1996). Models of non-independence in dyadic research. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(2), 279-294.
- Kosek, R. B. (1998). Self-differentiation within couples. *Psychological Reports*, 83(1), 275-279.
- Lampis, J., Cataudella, S., Busonera, A., & Skowron, E. A. (2017). The role of differentiation of self and dyadic adjustment in predicting codependency. *Contemporary Family Therapy*, 39, 62-72.
- Lancer, D. (2023). *초보자를 위한 공동의존* [Codependency for dummies] (신수경, 역). 학지

- 사. (원저는 2012년에 출판).
- Lopez, F. G. (1986). Family structure and depression: Implications for the counseling of depressed college students. *Journal of Counseling and Development, 64*(8), 508-513.
- Macho, S., & Ledermann, T. (2011). Estimating, testing, and comparing specific indirect effects in path models: Recommendations for using R and Mplus. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 18*(2), 137-159.
- Mahalik, J. R., Burns, S. M., & Syzdek, M. (2007). Masculinity and perceived normative health behaviors as predictors of men's health behaviors. *Social Science & Medicine, 64*(11), 2201-2209.
- Marks, A. D. G., Blore, R. L., Hine, D. W., & Dear, G. E. (2012). Development and validation of a revised measure of codependency. *Australian Journal of Psychology, 64*(3), 119-127.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology, 16*, 134-143.
- Nichols. M. P. (2015). Nichols의 가족치료 이론과 실제 (6판) [*Family therapy: Concepts and methods*] (김영애, 역). 시그마프레스. (원저는 1984년에 출판).
- Ross, A. S., & Murdock, N. L. (2014). Differentiation of self and well-being: The moderating effect of self-construal. *Contemporary Family Therapy, 36*(4), 485-496.
- Subby, R. (1990). *Healing the family within*. Health Communications.
- Tanhan, F., & Mukba, G. (2014). A psychometric analysis concerning the Turkish version of the Spann-Fischer codependency scale. *Pamukkale University Journal of Education, 36*, 179-189.
- Yavuz Güler, Ç., & Karaca, T. (2021). The role of differentiation of self in predicting rumination and emotion regulation difficulties. *Contemporary Family Therapy, 43*(2), 113-123.

1차원고접수 : 2025. 04. 07.

심사통과접수 : 2025. 05. 16.

최종원고접수 : 2025. 06. 30.

The mediating effects of codependency between
self-differentiation and life satisfaction in married couples:
Actor effect and partner effect

Naeun Kim

Eunha Kim

Ajou University

The purpose of this study was to examine whether codependency would mediate the relationship between self-differentiation and life satisfaction in married couples using the Actor-Partner Interdependence Model (APIM). A total of 447 married couples participated in an online survey, and the analysis yielded the following results. First, there were significant differences between husbands and wives in terms of self-differentiation and codependency. Husbands exhibited higher levels of self-differentiation than their wives, whereas wives showed higher levels of codependency than their husbands. Second, the actor and partner effects of self-differentiation on life satisfaction were not significant for either husbands or wives. Third, the actor effect of self-differentiation on codependency was significant for both husbands and wives, while the partner effect was not significant. Fourth, the effects of codependency on life satisfaction varied by gender. While neither the actor nor the partner effects of codependency were significant for husbands, both effects were significant for wives. Fifth, the mediating effect of codependency in the relationship between self-differentiation and life satisfaction was significant only for wives. This suggests that wives' self-differentiation and codependency have a greater impact on marital life satisfaction than those of husbands. Finally, based on these findings, we discuss the implications of this study and provide suggestions for future research.

Key words : self-differentiation, codependency, life satisfaction, Actor-Partner Interdependence Model, APIM