

중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계 : 여가경험은 화병 대처효과가 있는가?

The middle-aged married women's relationship with hwa-byung and Marital Stability : Does leisure experiences have a hwa-byung coping effect?

문상정¹

Sang-Jeong Moon¹

요 약

본 연구는 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계를 탐색하고자 한다. 아울러 화병과 결혼안정성간의 관계에서 여가경험의 화병 대처효과가 있는지에 대하여 탐구하고자 한다. 이러한 연구의 목적을 달성하기 위하여 대구, 경북 그리고 경남에 거주하는 중년기혼여성 309명을 분석에 사용하였다. 조사기간은 2023년 8월~11월 사이에 이루어졌다. 첫째, 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계를 탐험적인 수준에서 확인한 결과 화병(정서증상, 신체증상)이 결혼안정성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 화병(정서증상, 신체증상)이 결혼안정성에 미치는 영향에 대하여 여가경험이 조절효과를 나타내는지 검증하였다. 검증결과, 여가경험이 화병의 하위요인 중 정서증상과 결혼안정성사이에서 결혼안정성을 증가시키는 긍정적 대처효과가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 화병(정서증상)과 결혼안정성의 관계는 여가경험에 따라 유의미하게 차이가 있는 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험의 조절효과를 규명하고자 한 최초의 시도였다는 점에서 이론적으로 가치가 있을 것이다.

핵심어 : 중년기혼여성, 화병, 결혼안정성, 여가경험

Abstract

This study intends to explore the relationship between hwa-byung and marital stability in middle-aged married women. Furthermore, it seeks to investigate whether leisure experience has the effects of coping with hwa-byung in the relationship between hwa-byung and marital stability. To achieve the purpose of this study, 309 middle-aged married women who lived in Daegu & Gyeongbuk and Gyeongnam were analyzed. The survey period spanned from August 2023 to November of the same year. First, as a result of investigating at the exploratory level the relationship between hwa-byung and marital stability in the

¹ Division of Liberal Arts, Gimcheon University, Gimcheon, Korea [Assistant Professor]
e-mail: sjmoon@gimcheon.ac.kr

* 이 논문은 2023년 김천대학교 교내학술연구비지원에 의한 것임(GC23064).

Received(August 8, 2024), Review Result(1st: August 29, 2024, 2nd: September 10, 2024), Accepted(October 11, 2024), Published(October 31, 2024)



© 2024 The Authors. Published by NCISS.
This is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.
To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

middle-aged married women, it was found that hwa-byung(emotional symptoms, physical symptoms) had significant effects on marital stability. Second, it was tested whether leisure experience had the moderating effect on the influence of hwa-byung(emotional symptoms, physical symptoms) on marital stability. As a result of the testing, it was found that leisure experience had positive coping effects that increased marital stability in the relationship between emotional symptoms, which is a sub-factor of hwa-byung, and marital stability. Third, the relationship between hwa-byung(emotional symptoms) and marital stability was found to be significantly different according to leisure experience. The results of this study may be said that this study has theoretical value in that it was the first attempt to reveal the moderating effect of leisure experience in the relationship between hwa-byung and marital stability.

Keyword : Middle-aged Married Women, Hwa-Byung, Marital Stability, Leisure Experience

1. 서론

우리나라 중년기혼여성의 경우, 부부관계와 자녀양육 그리고 시부모와의 불편한 관계 등 예상하지 않은 일들로 갈등상황에 놓이게 되고 부정적 감정들이 해결하지 않은 채 장기간 누적되어 화병으로 발현된다. 화병은 우리 사회에서 통용되는 가부장적인 사회문화적 영향에 따른 문화적 특수성과 관련한 발병요인을 갖고 있으며 한국에서 주로 발생하는 ‘문화관련 분노 증후군’이다 [1]. 화남과 억울함의 마음이 주원인이 되는 화병은 중년기혼여성이 자신의 내면을 탐색하여 치유하지 않으면 숨 막힘, 소화 장애, 우울, 불안으로 발전되어 행복한 결혼생활을 하는 것이 어려워질 수 있다. 즉, 화병을 적절히 해소하지 못하면 스트레스로 인해 부정적인 정서 등 심리적 어려움을 동반하는 정신장애로 발전할 가능성이 크다 [2]. 실제로 중년여성을 대상으로 화병, 우울, 삶의 질의 관계를 검증한 결과, 화병과 우울 사이는 유의미한 정적 관계가 나타났으며, 화병과 삶의 질 사이는 유의미한 부적 관계가 나타났다 [3]. 화병에 대한 선행연구들의 개입전략은 주로 미시적인 가족관계수준에서 상담, 마음챙김, 명상, 부부치료 등의 심리치료 형태로 이루어져 왔다 [4-6].

한편, 화병으로 인한 중년기혼여성의 결혼안정성을 완충하는 심리적 기제로서 여가경험의 효과를 분석한 연구는 찾아보기 어려운 실정이다. [7]은 다양한 여가경험은 참여자들 사이의 감정공유와 경험 학습이라는 두 가지 기제를 통하여 개인으로 하여금 원활한 대인관계를 유지하거나 강화시키는 역할을 하는데 도움이 되며, 이로 인해 유대감, 대인관계 기술(이해 및 공감), 사회적 정체감을 증진시키는 것으로 보고하였다. 또한, 여가경험의 감정고양상태가 일상으로 전이되면 일상의 스트레스나 부정적 정서가 완화된다는 논리인 감정고양(mood enhancement)의 전이가설로 설명이 가능하다 [8]. 예를 들어, 일상에서 벗어나 불안한 감정이나 기분이 차단된 상태에서 즐거운 경험을 하게 되면, 여행이 끝난 후에도 그 기쁨과 행복감이 일상생활에 전이되어 삶에 긍정적인 영향을 줄 것으로 예상할 수 있다. 그러므로 중년기혼여성이 결혼생활에서 야기되는 스트레스나 갈등으로부터 화병증상을 완충시켜 결혼안정성에 긍정적인 영향을 줄 수 있는 대처자원으로서 여가경험을 고려할 수 있다. 이러한 예상을 검증하기 위하여 중년기혼여성의 결혼안정성에 영향을 미치는 부정적인 요인인 화병을 관찰하고 여가경험을 조절변수로 적용한 모델을 제시하고 이를 검증할

필요가 있다. 따라서 기존 연구들이 고려하지 못하였던 문제와 한계를 본 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 설정하여 해결하고자 한다.

- (연구문제 1) 중년기혼여성의 화병은 결혼안정성과 어떻게 관련되는지를 확인하고자 한다.
- (연구문제 2) 중년기혼여성의 여가경험이 화병으로 인한 결혼안정성에 긍정적 완충효과가 있는지를 확인하고자 한다.
- (연구문제 3) 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계는 여가경험 수준에 따라 다를 것이다.

2. 연구방법

2.1 변수의 조작적 정의 및 측정도구

2.1.1 화병

본 연구에서 화병은 중년기혼여성이 심리적 스트레스를 제대로 발산하지 못하고 억제하는 가운데서 발생하는 분노 증후군으로 정의한다. 본 연구에서는 [9]가 개발한 화병 증상 척도를 사용하여 중년기혼여성이 지각하는 화병을 측정하고자 한다. 화병의 하위구성요인으로 정서 증상과 신체 증상의 2개 요인으로 분류되며 총 15개 문항으로 측정하였다(리커트형 5점 척도).

2.1.2 결혼안정성

본 연구에서 결혼안정성은 현재 결혼관계에 있는 부부가 결혼을 유지시키고자 하는 성향의 정도로 정의한다. 본 연구에서는 [10]의 연구에서 사용된 척도를 바탕으로 본 연구에 맞게 보완하여 총 6개 문항으로 측정하였다(리커트형 5점 척도).

2.1.3 여가경험

본 연구에서 여가경험은 자기결정, 사회교류, 감정정화 및 일상회피(해방감)의 욕구가 충족된 수준으로 정의 [11]한 개념을 본 연구에서 적용하고자 한다. 본 연구에서는 [12]의 연구에서 제시한 문항을 근거하여 중년기혼여성이 지각하는 여가경험을 측정하고자 한다. 여가경험의 하위구성요인으로 자기결정감, 사회적 교류, 해방감, 감정정화의 4개 요인으로 분류되며 총 18개 문항으로 측정하였다(리커트형 5점 척도).

2.2 조사 절차 및 분석

본 연구는 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계를 전반적으로 탐구하기 위한 연구이다. 조사자들에게 설문조사방법에 대한 교육을 실시하여 개별면접법으로 이루어졌으며, 회수하는 설문지

에 대하여 설문조사에 참여한 본인이 밀봉하여 조사자에게 제출하는 식으로 조사가 이루어졌다. 표본은 대구·경북 그리고 경남에 거주하는 40세에서 60세의 중년기혼여성 370명을 대상으로 조사하였으며, 총 309부의 유효설문지가 분석에 사용되었다. 표본추출방법은 편의 표본추출방법을 사용하였으며, 설문조사는 2023년 8월~11월 사이에 이루어졌다. 수집한 자료는 SPSS 20.0 version을 이용하여 분석되었고, 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 다중회귀분석 그리고 조절효과를 검증하기 위하여 위계적 회귀분석을 수행하였다.

3. 실증분석

3.1 표본의 인구통계적 특성

표본의 인구통계학적 특성을 살펴본 결과는 [표 1]에 정리하였다. 연령은 평균 45.48세(sd=5.005)이며, 결혼기간은 평균 19.63년(sd=6.226)이었다. 부부여행, 가족월소득, 직업, 학력, 거주지역 등의 기술통계도 확인할 수 있다.

[표 1] 표본의 인구통계학적 특성 (N=309)

[Table 1] Demographic characteristics of the sample (N=309)

구분		빈도(명)	백분율(%)	구분		빈도(명)	백분율(%)
부부 여행	한달에 1-2번	33	10.7	가족 월소득	100만원이하	2	0.6
	3개월 1-2번	56	18.1		100-200만원	28	9.1
	6개월 1-2번	79	25.6		200-300만원	75	24.3
	1년에 1-2번	59	19.1		300-400만원	72	23.3
	아주 가끔	82	26.5		400-500만원	65	21.0
					500만원이상	67	21.7
직업	농축산업	2	0.6	직업	전문/관리직	21	6.8
	공무원	6	1.9		연구/교육직	30	9.7
	회사원	23	7.4		자영업	28	9.1
	생산/노무직	9	2.9		주부	125	40.5
	판매/서비스	38	12.3		기타	27	8.7
학력	고졸	125	40.5	학력	대학원졸	19	6.1
	전문대졸	76	24.6		기타	10	3.2
	4년제 대졸	79	25.5				
거주 지역	대구	131	42.4	연령	평균 (표준편차)	45.48(5.005)	
	경북	85	27.5	결혼		19.63(6.226)	
	경남	93	30.1	기간			

3.2 측정변수의 신뢰도 및 타당도 검증

우선, 화병과 결혼안정성을 측정하는 도구가 타당하고 신뢰할 만한지를 확인하기 위하여 탐색적

요인분석과 문항분석을 수행하였다. 초기 3개 요인으로 가정하여 구성된 21개 문항에 대하여 탐색적 요인분석을 수행한 결과, 2개 문항의 구조적 분할이 모호하였다. 이를 제외하고 다시 분석한 결과, 예상했던 것처럼 3개 요인으로 구분되었다. 그리고 이들 3개 요인별 내적합치도는 모두 .80을 상회하는 수준이었다(정서증상 .879, 신체증상 .864, 결혼안정성 .915). 본 연구의 조절변수인 여가 경험에 대하여 초기 4개 요인으로 가정하여 구성된 18개 문항에 대하여 탐색적 요인분석을 수행한 결과, 예상과 같이 4개 요인으로 구분되었다. 그리고 이들 4개 요인별 내적합치도는 모두 .80을 상회하는 수준이었다(자기결정감 .882, 사회적교류 .871, 해방감 .885, 감정정화 .872).

3.3 결혼안정성에 대한 화병의 영향력 분석

중년기혼여성이 지각하는 결혼안정성에 대한 화병의 영향력을 확인하기 위하여 다중회귀분석(enter)을 실시하였으며, 분석결과는 [표 2]에 제시하였다(연구문제 1). [표 2]를 보면, 회귀모형에 대하여 자기상관(autocorrelation)이 존재하는지를 검증하는 Durbin-Watson통계량은 1.892로 자기상관이 존재하지 않는 것으로 판단된다. 그리고 공차한계가 작거나(<0.1), VIF값(>10)이 해당되지 않으므로 공선성의 문제는 존재하지 않는다고 할 수 있다. 다중회귀분석결과 결혼안정성에 대한 화병의 하위요인은 모두 유의미한 예언력을 보이고 있는 것으로 나타났다.

[표 2] 결혼안정성에 대한 화병의 다중회귀분석

[Table 2] Multiple regression analysis of hwa-byung on marital stability

모형	비표준화 계수	표준화 계수	t	p-value	공선성 통계량	
	B	β			공차한계	VIF
(상수)						
정서증상	-.509	-.522	-11.689	.000	.833	1.201
신체증상	-.314	-.301	-6.741	.000	.833	1.201

$R^2=.492$ Adjusted $R^2=.488$ $df(2,306)$ $F=147.986$ $p=.000$ Durbin-Watson = 1.892

3.4 여가경험의 화병 대처효과에 대한 분석

중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험의 완충효과를 분석한 것은 [표 3]에서 나타나는 것과 같다(연구문제 2). 세부내용별로 조절효과를 살펴보면, 정서증상과 결혼안정성의 관계에서만 여가경험의 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 검증한 결과, 정서증상이 결혼안정성에 미치는 영향에 있어서 1단계에서는 유의한 설명력($R^2=.416$)이 있으며, 2단계에서 여가경험을 추가한 회귀분석에서는 낮은 수준의 설명력 변화($R^2=.006$, $p<.10$)가 있음을 확인할 수 있고, 마지막으로 3단계에서 회귀분석 한 결과 설명력 변화($R^2=.010$)는 유의하게 증가하는 것으로 나타났다($P<.05$). 이러한 결과는 상호작용 효과가 확인됨에 따라 중년기혼여성의 정서증상이 결혼안정성에 미치는 영

향에 있어서 여가경험이 정서증상을 완충하여 결혼안정성을 높여주는 조절효과가 있음을 의미한다.

[표 3] 결혼안정성에 대한 화병과 여가경험의 상호작용 결과

[Table 3] Results of the interaction between hwa-byung and leisure experience on marital stability

	모형	B	β	R ²	ΔR^2	F 변화량	Sig. F 변화량
1	정서증상	-.629	-.645***				
2	정서증상	-.625	-.642***	.416	-	218.846***	.019
	여가경험	.059	.076	.422	.006	3.058†	
	정서증상*여가경험	.115	.591*	.432	.010	5.575*	
1	신체증상	-.537	-.515***				
2	신체증상	-.537	-.515***	.265	-	110.524***	.906
	여가경험	.083	.106*	.276	.011	4.791*	
	신체증상*여가경험	.007	.037	.276	.000	.014	

주1. : 위계적 회귀분석의 최종단계를 요약함

주2. : † : p<.10 * : p<.05, ***: p<.001

3.5 화병과 결혼안정성의 관계성에 대한 차이분석

화병과 결혼안정성의 관계를 살펴보기 위하여 단순상관계수를 분석하였다. 여가경험을 군집분석(K-MEAN 방식)하여 두 집단으로 나눈 후에 화병의 2개 차원과 결혼안정성의 관계가 여가경험수준에 따라 달라지는지를 확인하기 위하여 화병과 결혼안정성의 관계수준을 집단별로 비교하였다(연구문제 3). 단순상관계수를 표준화상관계수로 변환한 뒤 차이검증을 수행하였다. 화병과 결혼안정성의 관계성에 대한 차이분석결과 [표 4]에서 보면, 정서증상과 결혼안정성의 관계는 여가경험에 따라 유의미하게 달라졌으며, 여가경험이 높은 집단에서 그 관계성이 더 낮은 것으로 나타났다. 대체적으로 여가경험이 높은 집단의 중년기혼여성일수록 화병의 하위요인들과 결혼안정성의 관계는 약해지는 경향이 있는 것으로 설명이 가능하다.

[표 4] 화병과 결혼안정성의 관계성에 대한 차이분석

[Table 4] Difference analysis of the relationship between hwa-byung and marital stability

종속변수	집단구분	독립변수	
		정서증상	신체증상
결혼안정성	여가경험 상(n=137)	-.540** (.604)	-.425** (.454)
	여가경험 하(n=172)	-.703** (.870)	-.504** (.555)
	Zr 차이검증값	2.307*	.875n.s

주1. : * : P<.05, ** : P<.01, n.s는 non significant, 상관계수를 표준화상관계수(괄호속)로 변환 뒤 차이검증(Zr-test)

주2. : 여가경험집단 표준오차(Szr1-zr2) = .1153

4. 결론

본 연구는 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성간의 관계를 연구하는데 있으며 나아가 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험이 화병 대처효과가 있는지에 대하여 탐험적인 수준에서 연구를 진행하였다. 그리고 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 상관관계가 여가경험수준에 따라 달라지는지를 확인하였다. 연구문제를 중심으로 [표 2], [표 3], [표 4]를 심도 있게 논의할 필요가 있다.

(연구문제 1)의 경우, 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계를 확인하기 위한 내용이었다. 다중회귀분석결과 결혼안정성에 대한 화병의 하위요인들은 정서증상($\beta = -.522, p < .01$), 신체증상($\beta = -.301, p < .01$)이 유의미한 예언력을 보이는 것으로 나타났다. 중년기혼여성들은 한국 특유의 가족 문화와 정서 속에서 사회적 약자로서 겪는 가족 내 불평등, 소외, 억압 등이 생활 환경적인 스트레스로 작용하여 화병을 유발하고 결혼의 안정성에 부정적인 영향을 미치는 것으로 해석이 가능하다. 실제로 결혼안정성은 부부가 현재 지속되고 있는 결혼을 유지시키려는 성향 [13]을 의미 하는데, 중년기혼여성이 화병의 부정적 감정을 정화시키지 않고 지속적으로 억제한 상태가 되면 심리적 질환으로 이어져 결혼안정성이 와해되면서 결혼해체로 갈 가능성이 높다.

(연구문제 2)의 경우, 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험이 상호작용하여 조절효과를 나타내는지를 검증한 내용은 다음과 같다. 먼저, 정서증상과 여가경험간의 상호작용항은 결혼안정성($\beta = .591$)에 통계적으로 유의미한 설명력을 지니는 것으로 확인되었다($p < .05$). 이러한 결과는 중년기혼여성이 지각하는 화병의 하위요인인 정서증상과 결혼안정성의 관계에서 여가경험이 긍정적 대처효과가 있는 것으로 볼 수 있다. 즉, 여가경험은 결혼안정성에 부정적 영향을 미치는 화병을 조절하거나 완화시킬 수 있음을 보여주는 결과이다. 둘째, 신체증상과 여가경험간의 상호작용항은 결혼안정성($\beta = .037$)에 통계적으로 유의미한 설명력이 없는 것으로 확인되었다.

(연구문제 3)의 경우, 화병과 결혼안정성의 관계는 여가경험수준에 따라 달라지는지를 규명하고자 하였다. 먼저, 정서증상과 결혼안정성의 관계는 여가경험에 따라 유의미하게 나타났지만, 신체증상과 결혼안정성의 관계는 여가경험에 따라 유의미하게 나타나지 않았다. 하지만, 화병의 모든 영역에서 여가경험이 높은 집단이 낮은 집단보다 화병과 결혼안정성의 관계는 약해지는 것으로 나타났다. 본 연구결과는 일상에서 탈출하여 불안한 정서가 단절된 상태에서 재미, 쾌락, 기쁨 등과 같은 즐거운 경험으로 이어지는 여가의 기분 고양 기제(leisure mood enhancement) [14]로 설명이 가능하다. 여가경험은 즐거운 경험이며 이는 부정적 정서인 스트레스를 완충시키고 긍정적 정서를 만들어 정서적 능력을 개선하는 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 결과는 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험이 화병을 완충할 수 있는 대처자원으로 효과가 있다는 결론을 유도하고 있다. 본 연구는 학문적인 측면에서 중요한 시사점을 제공한

다. 첫째, 선행연구에서는 화병에 대한 대처전략(e.g. 상담, 마음수련, 명상)들을 바탕으로 화병을 치유하는 형태로 진행되어 왔다. 하지만 본 연구는 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험이 화병을 완충하는 개념으로 여가의 스트레스 대처효과를 적용하여 연구하였다는 점에서 이론적으로 가치가 있을 것이다. 둘째, 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에 대하여 경험적 연구를 바탕으로 결과를 도출하였으므로 향후 화병의 이론적 확장에 기여할 것이다. 셋째, 중년기혼여성의 화병과 결혼안정성의 관계에서 여가경험의 조절효과를 규명하고자 한 최초의 시도였다는 점에서 이론적으로 가치가 있을 것이다. 즉, 중년기혼여성이 여가경험을 통하여 화병을 완충하여 결혼안정성에 미치는 부정적인 영향을 감소시키는 심리적 기제를 규명함으로써 여가경험이 화병에 순기능을 발휘하는 이론적 근거를 제시하였다는데 학문적 의의가 있다. 넷째, 중년기혼여성을 대상으로 한 연구에서 화병과 준거변수의 관계에 대한 연구가 부족하였다는 점에서 본 연구는 새로운 연구문제를 제시하였다. 아울러 여가경험을 한 중년기혼여성을 대상으로 화병과 결혼안정성에 대한 모형을 검증한 것은 여가활동이 누적된다면 그것은 곧 행복감이나 삶의 질을 유도하는 것이라는 논리를 확인하였다. 마지막으로 본 연구의 결과는 중년기혼여성의 화병을 완충하는 기제(mechanism)로서 여가경험의 조절효과를 검증하였다. 따라서 실제적인 수준에서 여성가족부 및 공공기관에서는 중년기혼여성을 위하여 화병을 예방하고 치유하는 프로그램을 개발하고 운영하는데 이론적 근거로 활용될 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 본 연구의 한계점을 지적하지 않을 수 없다. 첫째, 본 연구에서 검증한 변수측정의 문제로서 중년기혼여성이 지각하는 화병의 다양한 유형을 모두 포함하였는지에 대하여 확신할 수 없다. 또한, 본 연구는 단지 탐색적 수준에서 진행되었기 때문에 화병과 결혼안정성 그리고 여가경험의 관계를 밀도 있게 고찰하여 미리 탐구하는 것이 필요할 것이다. 둘째, 본 연구는 설문조사를 바탕으로 진행하였으므로 중년기혼여성의 지극히 개인적인 부분에 있어 응답자가 사실을 왜곡하거나 규범적 태도가 개입될 가능성이 높다. 하지만, 여러 한계에도 불구하고 본 연구는 중년기혼여성의 화병, 결혼안정성 그리고 여가경험의 관계를 탐험적으로 접근한 초기의 연구로서 의의를 지니고 있다.

References

- [1] S. K. Min, K. Namkoong, H. Y. Lee, "An Epidemiological Study on Hwabyung", *Journal of The Korean Neuropsychiatric Association*, vol. 29, no. 4, July 1990, pp. 867-874.
- [2] E. M. Choi, "The Effect of Life-Stress on Hwa-byung in middle-aged married women : Mediating effect of Psychological-Flexibility moderated by Family-Strengthens", Master's thesis, Department of Counseling Studies, The Graduate School Dankook University, Republic of Korea, 2022. [Online]. Available: <https://www.riss.kr/link?id=T16075901>.
- [3] S. J. Park, E. Y. Choi, "Relationships among Hwabyung, Depression and Quality of Life in Middle-Aged

- Women”, *Journal of Asian Women*, vol. 53, no. 2, November 2014, pp. 167-188.
- [4] E. A. Kim, Y. J. Jang, “Adlerian Counseling for Women Experiencing Hwabyung: Changes on Hwabyung, Depression, and Psychological Well-Being”, *The Korean Journal of Woman Psychology*, vol. 20, no. 4, December 2015, pp. 469-495, doi: 10.18205/kpa.2015.20.4.002.
- [5] K. Park, “Meta analysis of Hwa-byung and Psychotherapy”, *The Journal of the Korean Association of Psychotherapy*, vol. 6, no. 2, October 2014, pp. 23-38.
- [6] J. Y. Jeong, J. H. Kim, M. Kim, J. I. Kim, “The Effects of MAUM Meditation on Hwa-Byung Symptoms, Stress and Coping Styles”, *The Korean journal of stress research*, vol. 23, no. 2, June 2015, pp. 63-77, doi: 10.17547/kjsr.2015.23.2.63.
- [7] D. W. Ko, “Psychological Effects of Tourism Experiences : The Leisure Therapeutic Perspective”, *Journal of Hospitality and Tourism Studies*, vol. 10, no. 1, March 2008, pp. 1-20.
- [8] D. W. Ko, *Understanding of Leisure Studies*, The Second Edition, SerimBook Public, 2020.
- [9] J. H. Kwon, J. W. Kim, D. G. Park, M. S. Lee, S. G. Min, H. I. Kwon, “Development and validation of the Hwa-Byung Scale”, *The Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 27, no. 1, February 2008, pp. 237-252, doi: 10.15842/kjcp.2008.27.1.014.
- [10] K. H. Jung, H. E. Lee, “A Study on the Effects of the Type of Conflict Avoidance on Marital Stability and Marital Satisfaction: The Moderating Effects of Avoidance Inconsistency with the Spouse”, *Journal of Speech, Media and Communication Research*, vol. 21, no. 1, February 2022, pp. 161-202, doi: 10.51652/ksmca.2022.21.1.5.
- [11] S. J. Moon, “The middle-aged women's relationship with marital conflict and stress : Do leisure experiences have a stress coping effect?”, *Regional industry review*, vol. 41, no. 4, November 2018, pp. 97-122, doi: 10.33932/rir.41.4.5.
- [12] S. J. Moon, “The middle-aged women's relationship with marital conflict and negative emotions - Do leisure experiences have a psychological buffering effect?”, *Journal of Tourism Management Research*, vol. 17, no. 3, September 2013, pp. 105-128.
- [13] G. S. Kim, “The Effect of Marital Conflict and Marital Conflict Coping Style on Marital Stability in Middle-aged Women”, Master's thesis, Department of Social Welfare, The Graduate School Keimyung University, Republic of Korea, 2017. [Online]. Available: <https://www.riss.kr/link?id=T14573705>.
- [14] R. A. Stebbins, *Amateurs, professionals, and serious leisure*, McGill-Queen's Press-MQUP, 1992.