



## 별침 상태 부부의 갈등해소에 기여하는 성행위에 대한 관점: 남성 대상의 예비연구

Pilot Study of Married Men's Perspectives on Sexual Intercourse that would  
Contribute to Resolve Marital Conflict of Couples' Sleeping in Separate Rooms

박진희 (제주지방법원 가사조사관)

윤가현<sup>1)</sup> (전남대학교 심리학과)

Jinhee Park

Gahyun Youn

Family Court Probation Officer, Jeju District Court

Department of Psychology, Chonnam National University

**초록:** 본 연구는 부부가 갈등을 겪을 때 그 대처방식으로 별침을 선택하고 나서 다시 동침을 하게 된 과정에 대한 여성의 관점을 밝힌 기존의 연구결과를 남성의 시각에서 해석한 것이었다. 예비연구 차원에서 시도된 본 연구의 참여자는 별침을 경험했던 40대 기혼남성 3인이었으며, 그들에게 개별적인 면담을 통해 여성의 관점을 해석하도록 했다. 그 결과 부부 갈등이나 별침이 진행되는 과정에 대한 남녀의 시각차가 매우 두드러졌다. 남성들은 별침 개시단계에서 보여준 여성들의 심리적 특성에 대해서도 공감하기 어려웠다는 반응을 보였지만, 별침이 종료되어 동침으로 다시 이루어진 후 성행위와 갈등 해소 기능의 관계에 대한 관점에서 여성하고의 차이가 심했다. 예비연구에서 드러난 성차의 이유나 동기, 또는 배경을 더 명료하게 밝히기 위해서는 남성 사례를 늘린 후속연구가 필요하다고 사료된다.

**주요어:** 동침, 부부 갈등, 부부 별침, 성생활

**Abstract:** Some couples in marital conflict choose to SSR(sleeping in separate rooms) as a coping mechanisms for the conflict. This pilot study was to compare men's perspectives with women's perspectives and psychological characteristics from the initiation of the SSR to returning to co-sleeping which were reported in the previous study. Three men in their 40s who had slept in separate rooms owing to the conflict were recruited as interviewees for this pilot study. They had shown very different viewpoints from women on the leading factor of initiating the conflict and the concomitantly psychological characteristics when choosing the SSR. The significant difference was found in understanding the function or role of the sexual intercourse that would resolve or mitigate the marital conflict. In conclusion, a follow-up study with more male respondents was suggested to identify the differences clearer.

**Key Words:** Marital Conflict, Sexual Intercourse, Sleeping in Separate Rooms

1) 교신: (우) 61186 광주광역시 북구 용봉로 33 전남대학교 심리학과 윤가현 (ghyoun@jnu.ac.kr)

## 부부 별침

부부의 동침(同寢)이란 문어적으로 동일한 공간에 거주하는 부부가 한 침실이나 침대에서 잠을 잔다는 의미이지만, 동침의 상태에서는 자연스럽게 부부사이의 성생활이 이루어진다는 의미도 내포되어 있다. 그와 같은 부부의 동침은 대다수 문화권에서 관습이자 의무에 해당되지만, 여러 가지 이유로 동침하지 못하는 경우가 발생한다. 예를 들면, 미국인 기혼자들을 상대로 했던 조사에서도 거의 25% 정도가 배우자의 수면습관 때문에 동침하지 못한 경험이 있다고 한다(National Sleep Foundation, 2005).

배우자의 수면습관 때문에 수면의 질이 저하되면 부부관계의 질도 저하될 수 있으므로 그 경우 부부가 동침하지 않아야 한다는 주장이 있는 반면(Strawbridge, Shema, & Roberts, 2004; Troxel, 2010), 수면장애라는 어려움이 생기더라도 동침하면서 풀어나가야 수면이나 부부관계의 질이 향상될 수 있다는 주장도 있다(Troxel, Roles, Hall, & Buysse, 2007). 아울러 부부가 다른 이유로 갈등을 경험하더라도 동침이나 성행위가 이루어지는 과정 전후로 그 갈등이 해결되기도 하고 부부사이의 관계를 가깝게 만들어 줄 수 있다는 주장도 있다(Rosenblatt, 2006). 동서양을 막론하고 부부의 동침에 관한 연구는 매우 드문 편이며, 서구인들을 대상으로 시도된 부부의 동침에 관련된 연구는 주로 배우자의 수면습관으로 인해 수면의 질 저하 등 신체건강에 해롭다는 점을 부각시키는 것들이다(Strawbridge, Shema, & Roberts, 2004; Troxel, Buysse, Hall, & Matthews, 2009).

우리 문화권에서도 부부의 동침에 관련된 연구는 매우 드물며, 근래 필자가 시도했던 연구들이 거의 효시에 가깝다. 그 연구의 일부를 소개하면, 기혼 남녀를 대상으로 별침 경험의 비율 및 그 원인을 살펴본 연구(박진희, 윤가현, 2010), 연령에 따른 별침에 대한 태도 차이를 밝힌 연구(朴珍熹, 尹嘉鉉, 2011a), 부부 갈등으로 인한 별침에 대한 성차를 밝힌 연구(박진희, 윤가현, 2011b) 등이었다. 여기에서 별침(別寢, sleeping

in separate rooms or bedrooms)이란 부부가 갈등으로 인하여 침실을 함께 이용하지 않는 경우를 의미하고, 동침의 의미하고는 반대로 별침에는 부부 사이의 성관계가 이루어지지 않는다는 의미가 내포되어 있다(박진희, 윤가현, 2010, 2011b; Park & Youn, 2015).

우리나라의 기혼 남녀는 배우자의 잠버릇, 자녀양육이나 교육관의 차이, 체질의 차이, 음주로 인한 냄새, 생활리듬의 차이, 부부 갈등 등의 이유로 별침을 경험했다고 보고한다(박진희, 윤가현, 2010). 그 중에서 부부 갈등으로 인해 경험한 별침의 비율은 24% 정도에 해당되었으며(박진희, 윤가현, 2010), 노년기 부부들의 일부도 부부 갈등 때문에 동침을 거부하기도 한다(Youn, 2009). 우리 문화권에서는 부부가 갈등상태를 경험하고 있더라도 일심동체라는 사고와 자녀 때문에 쉽게 별거나 이혼을 선택하지 못하며(최상진, 김은미, 차영란, 2006), 그 대처방식으로 별침을 취하는 경우가 매우 일반적이다(박진희, 2012; Park & Youn, 2015). 전술한 연구들은 부부의 동침이나 별침이 단순히 수면행위에만 국한되지 않고 부부관계나 성행위와 관련되어 있음을 시사했는데, 예를 들면, 기혼 남녀의 상당수는 부부가 갈등을 겪고 있는 상대라고 하더라도 한 이불을 덮고 살을 맞대고 자면 갈등이 쉽게 풀어진다는 성행위와 관련된 이유로 별침을 반대하고 있었다(박진희, 윤가현, 2011b).

특히 젊은 세대들은 부부간 성행위에 초점을 맞추어 별침을 반대하고 있는 것으로 나타났다. 또 일부 여성은 별침 상태의 기간이 길어질수록 자신에 대한 남편의 관심이 감소되어 결국 외도로 이어질 수 있다는 두려움 때문에 부부 별침을 반대하기도 하였다. 별침이 때로는 부부 갈등 및 성 갈등을 증폭시키는 행위가 될 수 있었는데, 일부 기혼 여성들은 부부 갈등으로 인해 별침이 지속되면서 남편이 사소한 것들에 트집을 잡고 짜증을 내기도 하는 등 성적인 욕구불만 때문에 자신을 힘들게 한다고 보고했다. 이러한 이유로 여성이 먼저 남편에게 성행위에 대한 의사를 보여주기도 하고 성관계에 응해 주기도 했다(朴珍熹, 尹嘉鉉, 2011a; 박진희, 윤가현, 2011b). 결국 부

부의 동침 및 별침은 단순한 수면행위가 아닌 부부 갈등과 성행위에 밀접하게 관련되어 있음을 알 수 있다.

## 부부 별침 및 동침 과정에 대한 기혼 여성의 관점

부부 갈등과 별침의 관련성에 대한 연구 시도는 양적으로나 질적으로 모두 가능하다. 그러나 대다수 부부가 갈등으로 인하여 별침을 경험하더라도 다시 동침을 하고 살아가는 점을 보면(박진희, 윤가현, 2011b), 부부 갈등에 따른 별침 그리고 별침이 해소되어 다시 동침의 상태로 살아가는 과정을 양적 연구로 밝히기가 쉽지 않다. 이에 필자가 근래 기혼여성을 대상으로 시도했던 별침과 동침의 과정에 관한 질적 연구(Park & Youn, 2015)의 개요를 크게 두 영역, 즉 ① 갈등이 발생하여 해소되는 3단계 과정 그리고 ② 그 해소 과정에서 성행위의 기능 또는 역할로 구분하여 소개하고자 한다. 우선 이 연구의 대상자는 부부 갈등으로 인해 별침을 최소 2회 이상 경험했고, 별침 기간이 2개월 이하인 기혼 여성 21명(연령은 평균 42세, 결혼기간은 평균 15년임)이었다. 그들과의 면담내용은 부부 갈등으로 인한 별침의 계기, 별침 상황에서의 의사소통 및 심리적 특성, 별침의 상황에서 동침이 이루어진 계기, 동침 후 심리적 특성 및 성행위에 대한 관점 등이었고, 주제 분석(thematic analysis)에 의해 정리된 면담내용들의 일부는 바로 전술한 두 영역이다.

### 갈등의 발생과 해소 과정

먼저 갈등이 발생하여 해소된 과정은 3단계로 이루어져 있다. 본고의 49쪽 Figure 1에 소개한 바처럼 부부 갈등으로 별침을 선택하여 갈등이 완화되거나 해소되기까지의 3단계는 ① 갈등 원인, ② 갈등 전개(별침 개시, 별침 전기 및 별침 후기), 그리고 ③ 갈등 해소(동침 계기, 성행위 및 갈등 해소)로 구분되었다.

첫째, 부부 갈등의 원인에 대한 것이다. 그 원인은 기존의 연구들에서 밝혀진 바처럼 가사분담,

친인척 관계, 자녀문제, 경제적 문제, 문제행동, 개인특성 등으로 다양하게 드러났다(이경희, 1998; 이선미, 전귀연, 2001; 이희백, 2009). 그 중에서 조사에 응한 여성들이 부부 갈등의 가장 주요한 원인으로 꼽았던 영역은 가사분담이었다. 예를 들면, 남편이 가사에 협조하지 않았거나, 남편이 가사노동의 일부를 협조하더라도 부인의 기대에 전혀 미치지 못했다고 인식했거나 또는 부부라면 가사노동을 당연히 분담해야 함에도 불구하고 남편이 이를 인식하지 못했다는 이유 등으로 갈등이 발생하였다.

둘째, 부부 갈등이 별침으로 전개되는 과정에 대한 것이다. 우선 부부 갈등이 발생했을 때 원만하게 해결되지 않은 상태에서 별침으로 이어지는 상황은 네 가지로 구분되었다. 즉, 한 침실을 사용하다가 남편이 스스로 다른 장소로 나가서 자는 경우, 아내가 남편을 다른 장소로 가서 자라고 쫓아내는 경우, 부인이 스스로 다른 장소로 나가서 자는 경우, 그리고 남편이 부인을 다른 장소로 가서 자라고 쫓아내는 경우였다.

이와 같은 상황이 전개되었을 때 기혼 여성들은 어떤 생각이 들었으며 또 어떤 반응을 보였는가? 그들의 일부는 남편하고의 소통이 전혀 이루어지지 못해서 분노가 치밀어 보기 싫었는데, 남편이 침실에서 사라지니 속이 시원하고 후련한 느낌이 들었다고 보고하기도 했다. 또 다른 일부는 남편이 다른 장소로 나가버리거나 남편이 부인에게 나가라고 했을 때 남편으로부터 잠자리를 거절당했다고 느끼면서 자존심도 상했다고 보고했다. 역시 자신이 남편에게 나가라고 했을 때 실제로 남편이 나가니까 쾌심하다는 생각이 들었던 여성도 있었고, 남편이 보기 싫어서 자신이 방에서 나가긴 했더라도 자신을 나가지 못하게 잡아주었으면 하는 속마음을 지녔다는 여성도 있었다.

그런가하면, 그와 같은 상황을 성행위와 연결시켜 바라보는 여성도 있었다. 예를 들면, 평소 함께 잤던 방에서 남편 혼자서 외로운 밤을 지내 보라는 마음과 남편을 통제할 수 있는 유일한 부분이 성이라는 생각에서 별침기간 동안 성적 접근이나 시도에 응하지 않겠다는 복수심이 생겼다

는 여성들도 있었고, 부부싸움을 ‘칼로 물 베기’라고 인식하여 동침하면서 성행위를 하면 갈등이 풀어질 것이라고 기대하는 여성도 있었다.

셋째, 별침의 상태가 일정한 기간 지속되면서 별침의 종료를 기대하는 단계였다. 남편과의 갈등으로 별침을 경험하고 있던 기혼 여성들은 대다수가 별침이 개시된 전기(the early stage of SSR)에는 자신보다 남편의 잘못이 더 크다고 생각했기에 남편에 대한 분노심이 가라앉지 않았다. 그러한 이유에서 가능하면 남편과 의사소통을 하려는 의욕이 거의 없었으며, 남편을 집안에서 마주칠 때에도 투명인간처럼 취급하고 지냈다. 만약 남편에게 전달해야 할 사항이 있을 경우에는 될 수 있으면 대면을 피하면서 자녀를 통한 의사소통을 하려고 했고, 자신이 직접 의사소통을 해야 하는 경우에는 눈을 마주치지 않고 냉랭한 어조로 요점만 간단히 전달하기도 하였다.

그러나 별침 후기(the later stage of SSR)에서는 기혼 여성들은 남편에 대한 불편했던 감정들이 조금씩 완화되면서 갈등을 경험하기 이전처럼 의사소통이 이루어지기를 바라는 마음이 생기고 동침에 대한 거부 감정이 약해지기 시작했다. 따라서 냉랭했던 어투도 부드러워지고 대화 빈도도 조금씩 늘기 시작하면서 의사소통이 갈등 이전과 비슷한 수준으로 이루어지게 되었다. 그렇다고 해서 곧바로 동침으로 이어지지는 않았고, 그 대신 남편이 먼저 동침이나 화해에 대한 의지를 가지고 적극적으로 다가오기를 기다리고 있었다.

#### 갈등해소 과정에서 성행위의 기능 또는 역할

기혼 여성들은 여러 가지 계기로 별침이 다시 동침으로 이어지면서 부부가 자연스럽게 성행위를 하게 되고 그 과정 전후로 갈등이 해소된다고 보고하였다. 동침으로 이어지는 상황을 종합해보면, 남편이나 자신이 먼저 대화를 시도하거나 남편이 호의적인 태도를 보여주면 불편했던 감정들이 완화되면서 동침으로 이어졌던 경우가 대부분이었다고 한다. 그런가하면, 타인을 매개로 하는 의사소통이 개시되면서 동침으로 이어졌던 경우도 있었는데, 예를 들면, 자녀와 관련된 문제가

생겨서 어쩔 수 없이 남편과 의사소통을 했던 것을 계기로 불편한 마음이 완화되어 동침의 상태로 이어지게 되었다.

그러나 동침을 했다고 해서 즉시 부부의 갈등이 사라져 별침 이전의 상태로 회복되었던 것은 아니었다. 부부 갈등의 해소 또는 완화는 동침을 하더라도 여성의 불편한 감정이 어느 정도 풀렸는지 그리고 성관계가 어느 시점에 이루어졌는지의 여부에 따라서 달랐다. 이는 네 가지 상황으로 정리될 수 있는데, 그 구체적인 내용은 본고의 50쪽 Figure 2에 묘사되어 있다.

첫째, 자신의 불편했던 감정이 어느 정도 완화된 시점에서 동침의 계기가 생겼고, 동침이 이루어지던 날 성관계를 가지게 된 경우였다. 별침이 지속되는 동안 남편과의 불편한 상황을 해소하고 싶은 마음이 있었던 탓에 부인은 남편이 성적 접근을 시도하는 것을 화해의 의미로 받아들여 성관계를 가지면서 갈등이 해소되었다고 하였다.

둘째, 앞의 경우처럼 자신의 불편했던 감정이 어느 정도 완화된 시점에서 동침의 계기가 생겼지만, 동침이 이루어지던 날 성관계를 가질 의향을 서로 가졌음에도 불구하고 성행위가 이루어지지 못하다가 하루나 며칠 후 성행위를 하게 된 경우였다. 동침이 이루어진 당일에 성행위를 하지 못했던 이유는, 예를 들면, 부부의 잠자리에 자녀가 함께 자는 상황이 발생했기 때문이었다. 그러나 다음날이나 며칠 후에 두 사람만이 잠을 자는 상황이 이어졌고, 그 상황에서 자연스럽게 성관계가 이루어지면서 갈등이 해소되었다고 하였다.

셋째, 자신의 불편한 감정이 여전히 지속되고 있는 상황에서 동침의 계기가 생기면서 동침이 이루어지던 날 어쩔 수 없이 성관계를 가졌던 경우였다. 이와 같은 상황의 전개를 보고한 여성은 소수에 불과했지만, 그 상황에서 곧바로 갈등이 해소되었다고 보고한 자는 아무도 없었다. 이와 같은 상황으로 발전하게 된 배경을 보면, 별침이 지속되는 동안 남편이 성적으로 욕구 불만이 심해지면서 사소한 것조차도 트집을 잡거나 짜증을 냈기 때문에 증폭된 갈등을 완화시켜보려는 의도에서 자신이 먼저 동침의 의사를 남편에게 비치어 동침이 이루어지던 날 성관계를 했던 경우였

다. 자신은 썩 내키지는 않았지만 성관계 후 남편이 성적 욕구불만이 해소되어 더 이상 자신을 힘들게 하지 않는 것에 어느 정도 안도감을 얻었다고 했다. 그렇다고 해서 별침으로 이어지게 했던 부부갈등이 모두 해소된 것이 아니라 그 상태에서 며칠이 더 지나는 동안 남편의 부드러운 태도 등에 의해서 불편해진 감정이 완화된 후 다시 성관계가 이루어졌을 때 갈등이 해소되었다고 하였다.

넷째, 앞의 경우처럼 자신의 불편한 감정이 여전히 지속되고 있는 상황에서 동침이 이루어졌지만, 동침이 이루어지던 날 성행위가 이루어지는 대신에 며칠 후부터 성관계가 이루어지기 시작한 경우였다. 그렇지만 며칠 후부터 성관계가 이루어졌다고 해서 곧바로 갈등이 풀렸던 것은 아니었다. 남편이 별침 이전에 발생했던 부부 갈등을 성행위만으로 풀 수 있다고 생각하면서 접근하는 것에 대해서 여성은 더 불편한 마음이 생기기도 했다. 즉 여성은 불편한 상황을 무마하고 화해하려는 수단으로 성행위를 이용하려는 남편의 태도에 부정적이었다. 그 대신 남편이 자신에게 대화를 적극적으로 요청하거나 평소에 하지 않았던 가사노동의 일부를 돕는 등 화해의 의사를 행동으로 보였을 때 여성은 자신의 불편했던 감정들이 서서히 풀리기 시작했고, 이러한 상태에서는 남편의 성적 접근이나 시도를 받아들였다고 답하였다.

위의 네 가지 상황을 종합하면, 부부 갈등이 생긴 이후 갈등을 해소시킬 때 성행위가 어느 정도 중재 역할 또는 기능을 하는 것으로 보인다. 그러나 여성들의 입장에서 성행위가 그와 같은 기능을 지니려면 갈등의 근원을 풀어가려는 남편의 행동 및 태도 변화가 전제되어야 했다. 그 경우 일부 여성은 남편과 성행위를 할 때 평소에 비해 오히려 강렬함, 친밀감과 애뜻함을 느끼기도 했다고 보고하였다.

## 부부 별침 및 동침 과정에 대한 기혼 남성의 관점: 예비연구

부부 갈등으로 별침을 경험한 부부가 모두 별

거나 이혼으로 이어지지 않는지만, 별침의 상태가 장기화되면 될수록 두 사람의 관계 회복이 더 어려워질 수 있다. 따라서 별침이 장기화되거나 이혼으로 이어지지 않기 위해서는 부부 상담이나 치료와 같은 개입이 필요하다. 전장에서는 갈등을 겪은 부부가 별침을 경험하고서 다시 동침으로 이어지는 과정에 대한 기혼 여성의 관점(Park & Youn, 2015)을 소개했다. 그러나 부부 갈등을 겪는 커플들을 위한 개입의 효율성을 높이기 위해서는 여성의 관점 및 남성의 관점을 모두 고려해야 한다. 이에 선행연구(Park & Youn, 2015)에서 보여준 기혼 여성들의 관점이나 심리적 특성들에 대해서 남성들이 어느 정도 공감하고 이해하고 있는지를 살펴보는 연구가 필요하며, 본고는 기혼 남성들을 대상으로 하는 연구의 일환으로 예비연구를 소개하고자 한 것이다.

### 방법

예비연구의 대상자는 부부 갈등으로 별침상태를 유지한 경험이 있었던 40대 기혼 남성 3명으로 결혼기간은 각각 16년, 20년, 그리고 22년이었다. 대상자는 필자의 교육프로그램에 참여했던 자들의 소개로 전화통화를 한 후에 면접 참여에 대한 의향을 보였던 남성들이었는데, 전화통화를 했던 5명 중에서 3명이 면접 참여에 동의했다. 부부 갈등으로 인한 별침이라는 연구주제는 부부 관계에 대한 내용 및 사생활을 노출시킨다는 특성상 심층면접으로 이루어졌고, 대상자와의 면담은 연구의 목적과 방법, 익명성 및 비밀 보장에 대해서 설명한 후 연구 참여의 동의를 재차 구한 상태에서 이루어졌다. 면담 시기는 2013년 11월부터 2014년 1월까지였고, 면담은 연구 참여자가 편안하다고 정한 시간과 장소에서 개별적으로 2회(1회 평균 60분 정도 소요)씩 이루어졌다. 면담은 반구조화된 질문 방식을 사용하였으며, 질문의 내용은 선행연구(박진희, 2012; Park & Youn, 2015)를 바탕으로 갈등이 발생하여 해소하는 단계에 이르기까지 여성들이 보여준 감정에 대해서 이해할 수 있는지, 동침을 하는 계기에 있어서 성행위 욕구가 어느 정도 있었는지, 동침 후 성행위

를 하면 갈등이 해소된다고 보는지, 갈등이 해소 되려면 성행위와 함께 부인에게 미안하다는 표현을 해야 한다고 생각하는지 등이었다.

### 결과

부부 갈등과 별침 해소 과정에 대한 기혼 여성의 관점(Park & Youn, 2015)은 Figure 1 및 Figure 2를 토대로 설명했다. 기혼 남성 3인을 상대로 한 여성의 관점에 대한 의견을 분석·정리한 결과는 다음과 같다.

첫째, 남성들은 부부 갈등의 원인에 대해서 기혼 여성들이 거론했던 가사분담, 경제적 문제, 자녀 문제 등을 수긍하는 편이었다. 그러나 그들은 부부 갈등의 가장 큰 요인으로 여성이 가사분담을 끝냈던 점에 대해서 의아해하는 반응을 보였다. 가사분담에 대한 남성들의 관점을 살펴보았더니, 그들은 가사에 대해서는 본인들이 해야 하는 역할 및 의무라는 인식을 거의 하지 못하고 있었다. 그렇기 때문에 그들은 남성이 가사를 돕는 것에 대해서 여성이 오히려 고마움을 느껴야 하는 것이라고 생각하고 있었다.

여성들과 달리 남성들이 지각한 부부 갈등의 가장 중요한 요인은 경제적 문제였다. 이점에 대해서 여성들은 경제적으로 여유가 없거나 가계부출납을 남편이 간섭할 때 다툼이 발생한다고 했지만, 가사 문제에 비하여 덜 힘들게 받아들이고 있었다. 자녀 문제에 대한 의견 차이는 심하지 않은 편이었다.

둘째, 남성들은 부부 갈등이 별침으로 전개되는 과정에서 발생하는 네 가지 상황(예, 남편이 스스로 다른 장소로 나가서 자는 경우 등)에 대해서 공감하고 있었다. 또 그러한 상황들에서 여성들이 경험했던 심리적 특성들 중 분노감, 후련함, 고마움 등에 대해서도 공감하였다. 그렇지만 여성이 경험했던 심리적 특성 중 양가감정에 대해서는 전혀 이해할 수 없다는 반응을 보였다. 예를 들면, 부인이 남편에게 나가라고 말한 후 실제로 남편이 나갔을 때 그녀가 분하고 서운함을 느꼈다는 점에 대해서는 남성들은 부인이 나가라고 해서 그대로 따랐는데 왜 그렇게 느꼈는지를 이

해할 수 없다는 반응을 보였다. 또 그 상황에서 남편이 보기 싫어서 스스로 나갔던 부인의 실제 속마음은 자신을 나가지 못하게 잡아챘으면 하는 것이었다는 점을 알려주자, 남성들은 남편이 보기 싫어서 스스로 나가면서 붙잡아주기를 바라는 부인의 입장에 대한 이해는커녕, 만약 나가는 부인을 붙잡게 된다면 스스로 잘못을 인정하는 것임과 동시에 자존심이 상하는 일이라서 그렇게 할 수 없다는 반응을 보였다.

또 다른 예로 일부 여성은 갈등이 심하더라도 부부가 별침해서는 안 된다는 생각을 지니고 있으며, 그러한 여성은 남편이 별침을 위해서 다른 장소로 나가버릴 때 남편에게 배신감을 느낀다는 점을 설명하자, 남성은 그 상황에서 부인이 남편을 거부하기 때문에 잠자리를 피해 다른 방으로 갔을 것이라고 해석하였다. 아울러 남성들은 갈등의 상태에서 함께 있으면 갈등이 더 증폭될까봐 잠시 그 자리를 피하는 것인데 왜 여성들이 다르게 생각하는지 모르겠다고 응답했다. 물론 남성들은 갈등을 해결하려고 하지 않고 그 상황을 회피하는 행동을 여성의 입장에서 서운하게 생각할 수 있겠다는 반응도 보였다. 마지막으로 부부 갈등의 원인을 제공한 남편에 대한 복수심으로 남편을 성적인 욕구불만 상태로 만들기 위해 고의로 별침 상태로 유도하는 여성도 있다는 점을 설명하자, 여기에 대해서 남성들은 여성들이 성을 무기로 이용하려는 의도가 있었는지를 몰랐다면 놀라는 반응을 보였다.

셋째, 남성들은 별침이 지속되는 과정인 별침 전기에서 여성이 전반적으로 자신보다 남편의 잘못을 더 크게 지각했다는 점에 대해서 전혀 동의하지 않았다. 그들은 오히려 자신보다는 부인의 잘못이 더 크다고 지각하고 있었다. 그들은 그와 같은 견해 차이 때문에 서로 의사소통에 대한 욕구나 필요성을 느끼지 못했고 동침에 대한 의지도 없었던 것 같다는 반응을 보였다.

넷째, 남성들은 별침 상태가 지속되는 과정인 별침 후기에 대해서 여성들처럼 별침 기간의 냉랭한 분위기가 불편해서 그 불편한 상황을 해소하고 싶은 마음이 들었다고 표현했다. 별침 후기에 접어들어서는 여성이 먼저 남편에게 화해의

의사를 표명할 수 있음에도 불구하고 그렇게 하면 기세가 밀릴까봐 또는 습관이 될까봐 망설이기도 한다는 점을 알려주자, 남성들도 여성과 비슷한 마음이라고 답했다. 또 별침이 장기화되면서 남편의 짜증이 더 심해지는 이유를 여성들은 남성의 성적 욕구불만으로 해석하고 있다는 점을 전달하자 남성들은 전적으로 여성의 해석에 대해서 수긍하는 편이었다.

다섯째, 남성들은 별침의 상태에서 다시 동침했을 때 성행위를 하게 되면 어느 정도 갈등이 완화되거나 해소될 수 있다는 관점을 전적으로 고수하고 있었다. 그러나 성행위와 갈등 완화 또는 해소 사이의 관계에 대한 관점에서는 성차가 컸다. 전술했듯이 여성은 불편한 감정이 완화된 상태에서 갖는 성행위만이 갈등해소에 도움이 된다고 여기기 때문에 불편한 감정이 풀리지 않은 상태에서는 남편의 성적 접근이나 시도를 일단 거부하거나 피하는 경향을 보이며, 여성은 남성이 그러한 면을 잘 모르고 있는 것을 안타깝게 생각하고 있었다. 그 반면에 남성은 여성의 마음이 불편하더라도 성행위를 통해서 여성이 만족을 하면 갈등이 모두 해결된다고 생각하고 있었다. 즉, 여성은 불편한 관계가 어느 정도 해소된 이후에 성관계를 시도하는 남성을 수용하려고 하지만, 남성은 관계개선의 수단으로 성관계를 시도해야 한다는 생각을 지니고 있었다. 그리고 부인이 성관계를 수락한 이유에 대해서 남성들은 부인의 불편한 감정이 어느 정도 풀렸으니까 성적 접근이나 시도를 하면 부인이 거부하지 않고 응해주었을 것이라고 응답했다. 이는 여성이 항상 관계가 개선된 이후에만 성관계를 수용하는 것이 아님을 남성이 잘 모르고 있음을 의미한다.

이와 같은 차이점을 확인한 남성은 자신의 생각과 달리 실제로 성행위를 시도했을 때 부인의 화가 풀렸는지는 잘 모르겠다고 답하기도 했다. 그럼에도 불구하고 한 남성은 부인이 먼저 성적 접근을 적극적으로 시도할 경우 남성들의 갈등이 쉽게 해소될 수 있음을 알려주기를 바라고 있었다. 또 다른 남성도 비슷한 주장을 제기했는데, 별침 기간 동안 성행위를 하지 못해 자신의 욕구 불만이 커지게 되면 부인에게 더 짜증을 내

거나 더 괴롭히는 등 관계가 오히려 악화될 수 있으므로 관계 개선의 전제조건 차원에서 성행위로 성적 욕구불만을 해소시켜야 한다고 설명했다.

## 요약 및 결론

부부 갈등으로 인한 별침이 장기간 지속될 경우 별거나 이혼 상태로 이어질 수도 있으며, 별거나 이혼으로 이어지지 않더라도 매우 불편한 결혼생활이 지속될 수 있다. 커플들에게 원만한 결혼생활을 유지시키기 위해서는 결혼 전이나 초기에 예방차원의 교육이 중요한 만큼, 일단 갈등이 발생했을 때에도 부부 상담이나 치료와 같은 개입으로 갈등을 완화시켜주는 것도 중요하다. 본고는 갈등이 전개되었을 때 부부가 대처하는 방식 중의 하나인 별침의 선택에 초점을 맞추면서 별침의 상태에서 다시 동침으로 이어지는 과정에 대한 남녀의 지각 차이를 살펴보았다. 구체적으로 부부 갈등 때문에 별침을 선택하고 해소하는 과정에 대한 여성의 관점(Park & Youn, 2015)에 대해 예비연구 차원에서 3명의 반응을 토대로 비교했다.

그 결과, 여성의 관점에 공감했던 부분은 크게 부각되지 않았다. 부부 갈등의 원인을 가사분담, 자녀문제, 경제적 문제 등으로 보고 있거나 부부 갈등이 발생했을 때 별침으로 이어지는 네 가지 상황에 대한 이해에 불과했다. 여성들은 갈등과 함께 별침이 개시되는 상황에서 불편한 상황을 피해주니 고마움, 후련함 등을 느꼈다고 했는데, 남성들도 비슷한 느낌을 보고했다.

또 부부 갈등이나 별침이 진행되는 과정에 대해서는 남녀 모두 상대방이 아니라 자신의 입장에서 상황을 바라보고 있었다. 예를 들면, 여성들은 별침이 이루어지던 시기의 초반에는 남편의 잘못이 더 크다고 지각하고 있어서 동침에 대한 필요성이나 의지가 별로 없었다고 했는데, 남성들은 오히려 자신의 잘못보다 부인의 잘못이 더 크다고 지각하고 있었다. 별침이 이루어지던 시기의 후반기에는 여성들은 동침에 대한 의지나 기대가 있었더라도 기세싸움에서 밀릴까봐 눈치를 보면서 다가서지 못했다고 했는데, 남성들은 여성과

달리 부인이 먼저 다가오기를 기다렸다는 반응을 보였다.

한편 부부 갈등이나 별침이 진행되는 과정에 대한 남녀의 시각차가 매우 두드러졌다. 남성들은 별침 개시단계에서 보여준 여성들의 심리적 특성 중 양가감정에 대해서 이해하거나 공감하기 어려워했다. 예를 들면, 여성이 다른 장소로 가버리면 남편에게 자신이 나가지 못하도록 잡아주기를 바라는 마음, 여성이 남편에게 나가라고 요구할 때 남편이 그대로 행하는 것을 쾌찍하게 여기는 여성의 심리, 잠자리를 거부당한 느낌, 별침기간 동안 여성이 성행위를 무기로 사용하여 남편에게 복수하려는 마음 등이었다. 역시 남녀 모두 별침이 종료되어 동침이 다시 이루어진 이후 성행위를 통해 갈등이 어느 정도 완화되거나 해소되는 의미로 받아들이고 있었지만, 성행위의 갈등 해소 기능에 대한 시각차가 있었다. 그러나 별침이 종료되어 동침이 다시 이루어진 이후 성행위에 대해서 여성은 불편했던 남편과의 관계가 어느 정도 관계가 개선되고 정서적인 부분이 해결된 후 성관계를 화해의 의미로 받아들이지만, 남성은 관계개선의 수단으로 성관계를 시도해야 한다는 입장을 고수하고 있었다.

예비연구의 결과를 바탕으로 부부 별침의 발생으로부터 해소에 이르기까지의 과정에서 여성의 관점과 남성의 관점을 비교해보면 유사한 점과 차이점을 확인하였다. 그러나 아직 그 유사점과 차이점을 일반화시킬 수는 없으며, 특히 성차가 존재하는 이유와 동기, 그리고 배경을 더 명료하게 해석하기 위해서는 부부 갈등으로 인한 별침 상태를 경험했던 남성들의 사례를 늘린 후속연구가 필요하다고 사료된다.

### 참고문헌

- 박진희, 윤가현 (2010). Sleeping in separate rooms: Is it a good solution to marital conflicts for the middle-aged older couples? *2010년 한국노인과학학술단체연합회 국제학술대회 자료집*, p. 304.
- 朴珍熹, 尹嘉鉉 (2011a). 夫婦間葛藤による家庭内別居における就寝のあり方に対する意識: 中年世代と老年世代の比較. *Japanese Journal of Gerontology (Suppl.)*, 33, 263.
- 박진희, 윤가현 (2011b). 부부갈등으로 인한 별침에 대한 태도의 성차. *대한남성과학회*, 29, 199-205.
- 이경희 (1998). *부인이 지각한 갈등과 친밀감에 따른 부부관계유형*. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이선미, 전귀연 (2001). 결혼초기 남편과 아내의 부부갈등과 갈등대처방식이 결혼만족도에 미치는 영향. *한국가정관리학회지*, 19, 203-220.
- 이희백 (2009). 중년기 부부갈등 요인에 관한 연구: 아내의 관점에서. *동서정신과학*, 12 (1), 77-88.
- 최상진, 이은미, 차영란 (2006). 이혼 사유의 사회적 구성: 사회적 통계와 언론 보도의 내용을 중심으로. *한국심리학회지: 여성*, 11, 227-244.
- 통계청 (2013). *2012 혼인·이혼 통계*.
- National Sleep Foundation. (2005). *Sleep in America 2005 Poll*.
- Park, J., & Youn, G. (2015). Sleeping in Separate Rooms due to Marital Conflict: Psychological Characteristics of Married Korean Women. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 5, 53-61.
- Rosenblatt, P. C. (2006). *Two in a bed: The social system of couple bed sharing*. Albany, New York: State University of New York Press.
- Strawbridge, W., Shema, S., & Roberts, R. (2004). Impact of spouses' sleep problems on partners. *Sleep*, 27 (3), 527-531.
- Troxel, W. (2010). It's more than sex: Exploring the dyadic nature of sleep and implications health. *Psychosomatic Medicine*, 72, 578-586.
- Troxel, W., Buysse, D., Hall, M., &

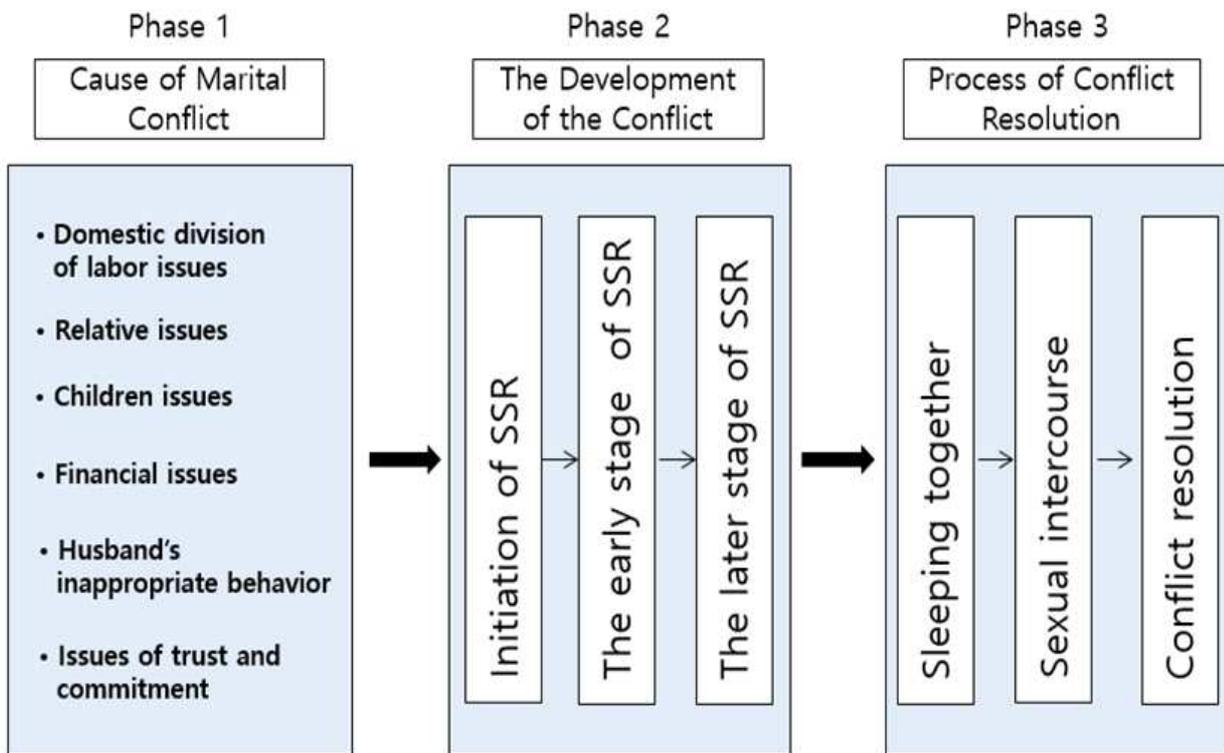
Matthews, K. (2009). Marital happiness and sleep disturbances in a multi-ethnic sample of middle-aged women. *Behavioral Sleep Medicine*, 7 (1), 2-19.

Troxel, W., Roles, T., Hall, M., & Buysse, D. (2007). Marital quality and the marital

bed: Examining the covariation between relationship quality and sleep. *Sleep Medicine Reviews*, 11, 389-404.

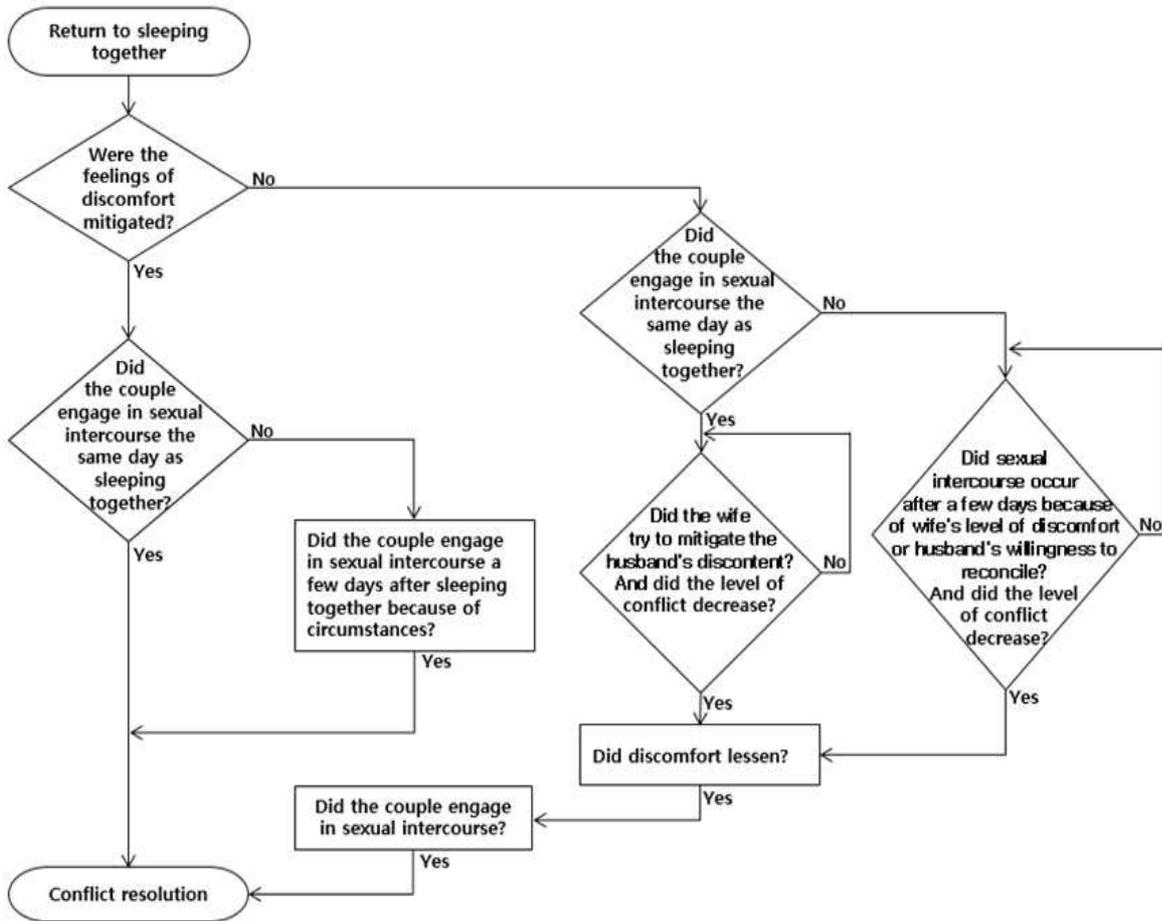
Youn, G. (2009). Marital and sexual conflicts in elderly Korean people. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 35, 230-238.

Figure 1. 부부 갈등 전개의 3단계



주. SSR: Sleeping in Separate Rooms (Park & Youn, 2015)

Figure 2. 동침에 의한 부부 갈등 해소 과정



출처: Park & Youn (2015)