

# 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향

박현진, 김지연\*

서울사이버대학교 상담심리대학원

## The effect of parenting stress, resilience, self-regulation, and parenting efficacy on parenting behavior of mothers with infant children

Hyon Chin Park, Jee Yeon Kim\*

Graduate School of Counseling Psychology, Seoul Cyber University

**요약** 본 연구는 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 양육행동에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위한 목적으로 수행되었다. 이를 위해 3-7세까지의 유아를 자녀로 둔 어머니를 대상으로 온라인 설문조사를 실시하여, 총 298명의 자료가 분석되었다. 연구 결과, 어머니의 연령과 온정·격려 양육행동 및 거부·반응 양육행동에 유의미한 상관이 있었고, 양육형태에서 어머니가 자녀를 단독으로 양육할 경우 온정·격려 양육행동이 적게 나타났다. 온정·격려 양육행동은 양육스트레스와 약한 정적 상관을 보이고 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과 높은 정적 상관을 보였다. 거부·방임 양육행동의 경우 양육스트레스와 비교적 높은 상관을 보였고, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과 부적 상관이 있었다. 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향을 확인하기 위해 어머니 및 자녀의 연령, 양육형태를 통제한 뒤 회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 온정·격려 양육행동의 경우 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 정적인 영향을 미쳤다. 반면, 거부·방임 양육행동의 경우 회복탄력성을 제외하고 양육스트레스는 정적인 영향을, 자기조절력과 양육효능감은 부적적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 본 연구는 어머니의 양육행동에 양육스트레스가 중요한 변인으로 작용하며, 양육스트레스가 있더라도 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감에 따라 양육행동이 달라질 가능성이 있음을 시사한다.

**Abstract** The purpose of this study was to investigate how mother's parenting stress, resilience, self-regulation, and parenting efficacy affect parenting behavior. An online survey was conducted, and the data of a total number of 298 mothers with 3-7-year-old children were collected and analyzed. We established a significant correlation between mother's age and compassionate and encouraging parenting behavior. Notably, when the mother raised children alone, her parenting behavior was less compassionate and encouraging. Parenting stress was found to be weakly positively correlated with compassionate and encouraging parenting behavior, whereas it was highly positively correlated with resilience, self-regulation, and parenting efficacy. A relatively high positive correlation was observed of rejection and neglectful parenting behavior with parenting stress and a negative correlation with resilience, self-regulation, parenting efficacy. To confirm the effect of the mother's parenting stress, resilience, self-regulation, and parenting efficacy on parenting behavior, a regression analysis was conducted after controlling the age of mother and children and form of parenting. The results showed that parenting stress, resilience, self-regulation, and parenting efficacy had a positive effect on compassionate and encouraging parenting behavior. On the other hand, parenting stress was positively correlated with rejection and neglectful parenting behavior, whereas self-regulation and parenting efficacy were negatively correlated with such behavior. This study suggests that parenting stress is an important variable acting on mother's parenting behavior. Even when parenting stress occurs, parenting behavior may vary depending on resilience, self-regulation, and parenting effectiveness.

**Keywords** : Parenting Behavior, Parenting Stress, Resilience, Self-regulation, Parenting Efficacy

본 논문은 제 1저자의 석사학위논문을 수정, 보완한 것임.

\*Corresponding Author : Jee Yeon Kim(Seoul Cyber Univ.)

email: jeeyeonkim@iscu.ac.kr

Received November 28, 2022

Revised January 3, 2023

Accepted January 6, 2023

Published January 31, 2023

## 1. 서론

사회적 변화와 함께 자녀 양육의 책임이 어머니에게서 부부 공동양육으로 옮겨가고 있지만, 여전히 자녀 양육과 관련된 다양한 문제와 책임은 어머니에게 편중되어 있는 것이 사실이다[1,2]. 특히 여성들의 경제활동 참여가 증가하면서 일과 양육 사이에서 자녀 양육에 대한 스트레스가 증가되었다[3].

어머니의 양육행동은 자녀를 양육하는 데 있어 보편적으로 나타내는 태도와 행동이며, 자녀가 속한 사회문화적 배경 속에서 자녀의 성장과 발달을 위해 드러나는 어머니의 행동과 반응방식으로 설명된다[4]. 양육행동은 자녀의 정서적, 사회적, 인지적 발달에 영향을 주어 자녀의 성격과 행동에 결정적인 영향을 미친다[5].

이러한 자녀 양육은 부모에게 심리적인 만족감과 기쁨 등을 느끼게 하는 긍정적인 측면도 있지만, 심리적 우울감이나 경제적인 부담감, 신체적인 피로감을 주고, 부모가 사생활과 여가를 활용할 수 있는 기회를 제한하여 스트레스의 원인이 된다는 부정적인 측면도 있다[6]. COVID-19가 발생하기 이전에도 자녀 양육에 대한 부담, 특히 어머니의 자녀 양육과 관련한 어려움과 스트레스는 있었지만, COVID-19로 인한 고강도 사회적 거리두기와 이로 인한 자녀 보호, 교육기관의 휴원, 온라인 개학과 같은 가정 내 학습의 증가, 외부 활동의 제한 및 부모의 재택근무 등은 부모가 느끼는 양육스트레스를 더욱 가중시켰다[3]. 가정 내 양육스트레스는 부모와 어머니 개인에게 국한되는 문제를 넘어서 아동방임, 학대로도 이어진다. 2019년과 비교했을 때 가정 내 학대 신고는 1만 490건에서 1만 2178건으로 16% 증가했지만, 어린이집과 유치원 등 그 외 장소에서는 감소추세를 보였다. 이는 COVID-19의 영향으로 자녀들이 집에 머무르는 시간이 길어지면서 가정 내 학대가 증가했기 때문으로 보고 있다[7].

아동학대와 같은 극단적인 사례가 아니더라도 양육스트레스를 겪게 되면서 나타나는 부정적 양육행동에 주목할 필요가 있다. 이에 흥세립(2017)은 부정적인 양육행동을 재정의하면서 강압적 양육태도, 거부적 양육태도, 적대적 양육태도, 과보호적 양육태도, 무관심한 양육태도, 나아가 학대까지 여러 차원으로 나누기도 하였다[8]. 이러한 어머니의 부정적인 양육행동은 자녀의 공격성뿐만 아니라[9] 자녀의 사회성, 우울, 그 외 다른 적응 문제들을 발생시키는 일차적인 기여 요인이 된다. 반면 어머니의 긍정적인 양육행동은 자녀의 안정된 정서 애착, 친

사회적 성향, 좋은 또래관계, 높은 자존감, 강한 도덕감과 같은 긍정적인 발달 결과물과 밀접하게 연관되어 있다. 이렇듯 어머니의 양육행동은 자녀의 발달에 있어 매우 중요한 역할을 한다고 할 수 있다[10].

이러한 어머니의 양육행동에는 어머니의 인구통계학적 변인들과 자녀 특성뿐만 아니라 어머니의 심리적, 성격적 특성과 다양한 환경적 특성이 영향을 미친다. 어머니의 연령과 양육행동의 관계에 대해서는 선행연구 결과간에 불일치가 있지만[11,12], 그 관계성에 대해서는 논의가 계속되고 있다. 어머니의 학력이나 사회경제적 지위도 양육행동에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다[13].

특히, 어머니의 양육행동과 양육스트레스는 관련성이 높은 것으로 알려져 있다. 양육스트레스는 부모역할을 수행하면서 갖는 심리적인 부담감을 알 수 있는 지표이며[14] 일상적으로 지각하는 스트레스를 의미하는데[3], 양육행동의 질을 결정하는 주요 개념으로 언급되고 있다. 자녀 양육에서 어머니의 스트레스에 대해 관심을 가지는 것은 우리나라의 가족 형태가 서구문화의 영향으로 외형적으로 핵가족이 늘고 있음에도 실제 가족에 대한 가치관은 아직도 전통적인 모습을 하고 있기 때문이다[15]. 그리고 이러한 우리나라의 사회문화적 상황은 어머니가 경험하는 양육스트레스를 가중시키는 역할을 한다. 여러 연구결과들에 따르면 어머니가 자녀 양육에 대해 높은 스트레스를 경험할수록 자녀에게 강압적이고 거부적이거나 방임적인 양육행동을 하는 등 부적절한 양육을 하는 경향이 있다[16,17].

한편, 양육행동 및 양육스트레스를 탐색하는데 있어 회복탄력성은 중요하게 다루어져야 하는 변인 중 하나이다. 회복탄력성은 재난경험과 같은 극심한 스트레스 상황에서 정신건강을 유지하는데 효과적인 보호요인으로 알려져 있다[18]. 자녀 양육과 관련하여 양육스트레스와 회복탄력성은 부적 상관관이 있으며, 이는 어머니의 회복탄력성이 높을수록 양육스트레스를 낮게 지각함을 의미한다. 또한 어머니의 회복탄력성 수준은 자녀에게 심리적·정서적인 환경자원으로까지 확대될 수 있다[19].

자기조절력은 장기적인 목표달성을 위해 바람직한 행동을 하고, 충동적이거나 즉각적이지 않도록 스스로 문제를 신중하게 계획, 해결, 평가할 수 있는 능력이다[20]. 자녀 양육은 부모에게 기쁨과 만족감을 주지만, 동시에 스트레스와 피로감을 주기 때문에, 양육 과정에서 부모의 자기조절력은 긍정적인 양육행동을 촉진하고 부정적인 양육행동은 억제하는 역할을 할 수 있다. 실제 자기조절력과 양육행동의 관계에서 어머니가 쉽게 화를 내고,

충동적이면서 자기중심적인 성품을 가지는 경우 거부적인 양육행동을 보이거나, 자녀의 자율성을 지지하지 않고 부적응적 전략을 구사하여 자녀에게도 부정적인 양육행동을 나타내는 반면, 정서적으로 안정된 부모는 엄격한 통제를 적게 하는 경향을 보인다[21]. 그러나 양육행동에 있어 부모의 자기조절력을 탐색한 연구는 매우 소수이다. 자기조절력은 성공적 적응에 중요한 영향을 미치는 구인임을 부인할 수 없으므로 가정에서의 자녀 양육과 관련하여 부모의 자기조절력의 영향력을 살펴보는 것은 의미 있는 작업이 될 것이다[21].

양육효능감은 부모의 양육행동에 영향을 미치는 부모 역할 수행능력에 대한 믿음의 정도이자 구체적인 지식을 뜻한다. 부모의 양육 능력을 설명하는 중요한 인지적 요소이자[22] 양육 행동의 근원[17]이기 때문에 부모의 바람직한 양육을 위한 중요한 요소로서 양육효능감을 살펴볼 필요가 있다. 연구결과에 따르면, 양육효능감이 높은 부모는 자녀의 요구에 민감하고 애정표현을 많이 하며 긍정적이고 융통성 있는 양육행동을 보이는 반면, 양육효능감이 낮은 부모는 부모 역할에 자신감을 가지지 못하고, 훈육을 강조하고 합리적 지도를 못하는 경향성을 보이는 것으로 확인되었다[16,23,24].

이에 본 연구에서는 어머니의 양육행동과 관련된 다양한 변인 중 어머니가 경험하는 양육스트레스와 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 어머니의 양육행동에 어떤 영향을 미치는 지에 대해 탐색하고자 한다. 본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 어머니 및 자녀의 인구통계학적인 특성과 양육행동의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 2. 어머니의 양육행동과 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 3. 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감은 어머니의 양육행동에 어떠한 영향을 미치는가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구참여자

본 연구는 국내에 거주하는 3세에서 7세까지의 유아를 자녀로 둔 어머니 중 자발적으로 연구 참여의사를 밝힌 어머니를 연구참여자로 하였다. 자녀의 연령에 제한을 둔 것은 학령기부터는 양육에 있어 어머니의 개인적

인 특성보다는 다른 환경 변인이나 사회적 관계 변인의 영향이 크게 작용할 것이라 예상되기 때문에, 양육에서 어머니의 개인 특성 변인이 중요한 미취학 유아기 자녀를 양육하는 어머니로 한정하였다. 자료는 2021년 10월부터 11월까지 어린 자녀를 둔 어머니들이 많이 이용하는 육아 및 생활 관련 온라인 커뮤니티 등에 공지를 올려 연구에 대해 안내한 뒤 연구 참여의사를 밝힌 어머니들을 대상으로 자기보고식 기입방법의 온라인 설문을 통해 수집되었으며, 결측치 및 불성실 응답을 제외한 총 298명의 자료가 분석되었다.

연구참여자의 연령분포는 30대가 211명(70.8%)으로 가장 많았으며, 40대 70명(23.5%), 20대 17명(5.7%)이었고, 평균 연령은 36.14세( $SD=4.48$ )이었다. 학력 분포는 고졸 31명(10.4%), 전문대졸 71명(23.8%), 대졸 177명(59.4%), 대학원졸 이상 19명(6.4%)으로 나타났다. 거주지역의 경우, 경기지역 79명(26.5%), 서울 54명(18.1%), 울산 38명(12.8%), 부산 32명(10.7%), 인천 23명(7.7%) 순으로 나타났다. 어머니의 직업유무는 직업이 있는 경우가 158명(53.0%)이었고, 전업주부인 경우가 140명(47.0%)이었다. 자녀 특성의 경우, 자녀 성별은 남아 130명(43.6%), 여아 168명(56.4%)이었다. 자녀의 연령분포는 3세 64명(21.5%), 4세 55명(18.5%), 5세 59명(19.8%), 6세 58명(19.5%), 7세 62명(20.8%)으로 연령별로 고르게 분포되었고, 자녀의 평균 연령은 5.00세( $SD=1.44$ )이었다. 가족구성원들 간에 양육을 어떻게 분담하는 지를 의미하는 양육형태는 부부공동양육이 133명(44.6%), 어머니 단독양육 83명(27.9%), 가족 공동양육 82명(27.5%)이었다.

### 2.2 측정도구

#### 2.2.1 어머니의 양육행동

어머니의 양육행동은 박주희(2001)가 개발한 유아의 어머니 양육행동 척도[25]를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 총 34문항으로 구성되어있으며, 양육행동을 온정·격려, 한계설정, 과보호·허용, 거부·방임의 4가지 유형으로 구분하고, 각 양육행동의 정도를 측정한다. 본 연구에서는 4가지 양육행동 유형 중 서로 반대되는 특성을 나타내는 온정·격려 양육행동과 거부·방임 양육행동을 종속변인으로 설정하였다. 온정·격려 양육행동은 자녀에 대한 수용, 애정표현, 필요할 경우 도움을 제공하는 것, 그리고 유아의 자율성에 대한 칭찬과 격려를 나타내는 11개의 문항으로 구성되어있다. 거부·방임 양육행동

은 자녀의 의견을 수용 없이 무시하거나 자녀와의 상호작용을 기피하는 행동, 자녀에게 화를 내거나 체벌을 가하는 등의 8개 문항이다. 각 문항은 4점 척도로 측정하였다. 본 연구에서 척도의 하위요인별 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 온정·격려 양육행동은 .888, 거부·방임 양육행동은 .742로 나타났다.

### 2.2.2 양육스트레스

양육스트레스 척도는 이연숙(2016)이 Abidin의 PSI (Parenting Stress Index)를 한국 실정에 맞게 타당화한 양육스트레스 척도[26]를 사용하였다. 이 척도는 3개의 하위요인의 총 22문항으로 구성되어있으며, 3개의 하위요인은 각각 자녀 양육으로 인한 일상적 스트레스, 부모 역할 수행에 대한 부담감, 그리고 건강, 배우자 관계, 부모의 억압과 유능성을 포함하는 부모의 고통이다. 본 연구에서는 하위요인의 구분 없이 전체 척도 문항의 평균점수를 산출하여 사용하였다. 각 문항은 5점 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 양육스트레스가 높음을 의미한다. 전체 22문항 중 1개 문항은 역문항으로 역으로 채점하여 계산하였고, 전체 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .914였다.

### 2.2.3 회복탄력성

회복탄력성을 측정하기 위해 Connor 등(2003)이 개발하고 백현숙(2010)이 번안과 타당화를 진행한 한국판 코너-데이비스 리질리언스 척도(K-CD-RISC)[27]를 사용하였다. 이 척도는 하위요인 없이 총 25문항으로 구성되어있으며, 5점 척도로 측정된다. 점수가 높을수록 회복탄력성 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .936으로 나타났다.

### 2.2.4 자기조절력

어머니의 자기조절력을 측정하기 위해 원성두 등(2015)이 개발한 목표중심 자기조절력 척도(GF-SRS)[28]를 사용하였다. 이 척도는 목표지향, 긍정적 사고, 정서조절, 목표실행의 4개 하위요인으로 구성되어있으며, 총 13문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 하위요인의 구분 없이 역문항에 대한 역 채점 후 전체 척도 문항의 평균점수를 산출하여 사용하였다. 각 문항은 4점 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 자기조절력 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .851이었다.

### 2.2.5 양육효능감

양육효능감 척도는 Ginand-Wallston과 Wandersman (1978)의 Parenting Sense of Competence(PSOC)를 바탕으로 신숙재(1997)가 수정, 보완한 척도[29]를 사용하였다. 이 척도는 인지적 영역 중심의 부모로서 효능감(PSCE)과 정서적 영역 중심의 부모로서 좌절감 및 불안감(PSCA)의 2개 하위요인, 총 14문항으로 구성되어있다. 각 문항은 5점 척도로 측정하였으며, 전체 양육효능감 점수는 부모로서 좌절감 및 불안감 요인에 해당하는 문항들을 역 채점한 뒤, 부모로서 효능감 요인의 문항 점수와 합한 뒤 평균을 내어 산출하였다. 본 연구에서의 전체 양육효능감 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .851이었다.

## 3. 연구결과

### 3.1 어머니 및 자녀의 인구통계학적 특성과 양육행동과의 관계

어머니 및 자녀의 인구통계학적 특성과 양육행동과의 관계를 알아보기 위해 어머니 및 자녀의 연령과 양육행동 간의 상관관계를 확인하였고, 어머니의 학력, 직업유무, 자녀 성별, 양육형태에 따른 양육행동의 차이를 분석하였다.

그 결과, 어머니의 연령은 온정·격려 양육행동과 정적 상관을 보였고( $r = .122, p < .05$ ), 거부·방임 양육행동과도 유의한 정적 상관을 보였다( $r = .247, p < .001$ ). 자녀의 연령과 양육행동의 관계에서는 거부·방임 양육행동에서만 유의미한 정적 상관을 보였다( $r = .129, p < .05$ ).

어머니의 학력, 직업유무, 자녀 성별, 양육형태에 따른 양육행동의 차이를 분석한 결과, 어머니의 학력, 직업유무, 자녀의 성별에 따른 어머니의 양육행동에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 반면, 양육형태에 따른 어머니의 양육행동에서는 차이가 확인되었는데, Table 1에서와 같이 양육형태에 따라 온정·격려 양육행동에서 유의한 차이가 있는 것으로 확인되었다( $F = 10.038, p < .001$ ). 이에 대한 사후분석 결과, 온정·격려 양육행동은 부부 공동양육이나 가족 공동양육보다 어머니 단독양육일 경우 더 적게 나타나는 것으로 확인되었다.

Table 1. Results of ANOVA (N=298)

parenting behavior	form of parenting	N	M	SD	F	P	Scheffe
compassionate & encouraging	sole parenting of mother	83	2.86	.63	10.038	.000	a(b,c)
	co-parenting of parents	133	3.13	.35			
	co-parenting of family	82	3.08	.35			
rejection & neglectful	sole parenting of mother	83	2.15	.43	.040	.960	-
	co-parenting of parents	133	2.14	.41			
	co-parenting of family	82	2.14	.42			

### 3.2 어머니의 양육행동과 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감의 관계

어머니의 양육행동과 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 시행하였다. 그 결과, Table 2와 같이 온정·격려 양육행동은 양육스트레스[r = .115, p < .05], 회복탄력성[r = .551, p < .001], 자기조절력[r = .491, p < .001], 양육효능감[r = .393, p < .001]과 높은 정적 상관을 보였고, 거부·방임 양육행동[r = -.197, p < .01]과는 유의한 부적 상관을 보였다. 거부·방임 양육행동은 양육스트레스[r = .355, p < .001]와는 정적 상관을 보였고, 회복탄력성[r = -.184, p < .01], 자기조절력[r = -.288, p < .001], 양육효능감[r = -.381, p < .001]과는 유의한 부적 상관을 보였다.

Table 2. Results of correlation analysis (N=298)

	1	2	3	4	5	6
1	-					
2	-.197**	-				
3	.115*	.355***	-			
4	.551***	-.184**	-.025	-		
5	.491***	-.288***	-.077	.699***	-	
6	.393***	-.381***	-.436***	.529***	.472***	-

1. compassionate & encouraging parenting behavior, 2. rejection & neglectful parenting behavior, 3. parenting stress, 4. resilience, 5. self-regulation, 6. parenting efficacy  
\* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

### 3.3 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향

#### 3.3.1 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 온정·격려 양육행동에 미치는 영향

양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 온정·격려 양육행동에 미치는 영향을 확인하기 위해, 앞선 분석 결과에서 어머니 및 자녀의 인구통계학적 특성 중 어머니의 양육행동과의 관련성이 확인된 어머니 연령과 자녀 연령, 양육형태를 통제변인으로 설정하고 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감을 독립변인으로 설정하여 위계적 회귀분석을 시행하였다. 통제변인 중 양육형태는 범주변인이므로 더미변수로 변환하여 사용하였다.

Table 3. Results of ANOVA of regression (N=298)

	SS	df	MS	F(p)
model 1 : R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> ) = .087(.074)				
Regression	5.401	4	1.350	6.969 (.000)
Residual	56.768	293	.194	
Total	62.169	297		
model 2 : R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> ) = .407(.391)				
Regression	25.331	8	3.166	24.841 (.000)
Residual	36.837	289	.127	
Total	62.169	297		

그 결과, 통제변인만을 대상으로 분석한 모형 1의 R<sup>2</sup> 값은 .087이고 독립변인까지 포함하여 분석한 모형 2의 R<sup>2</sup> 값은 .407로, R<sup>2</sup> 변화량은 .321로 나타났으며 이는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다(p < .001). 또한 온정·격려 양육행동에 대한 회귀모형(모형 2)은 통계적으로 유의한 것으로 확인되었고[F = 24.841, p < .001], Durbin-Watson 통계량은 1.847로 2에 근사한 값으로 나타나 잔차의 독립성 가정에 문제는 없는 것으로 평가되었다. 최대 공차값은 .779, VIF는 2.491로 다중공선성 문제도 없는 것으로 판단되었다.

Table 4에 제시된 바와 같이 온정·격려 양육행동에 대한 회귀분석 결과, 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감은 온정·격려 양육행동에 대한 유의미한 예측 변인으로 나타났다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 양육스트레스의 β값은 .258[t = 4.816, p < .001]이고, 회복탄력성의 β값은 .233[t = 3.255, p < .01], 자기조절력의 β값은 .204[t = 3.117, p < .01], 양육효능감의 β값은 .264[t = 4.193, p < .001]로 독립변인 모두 온정·격려 양육행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Table 4. Results of regression analysis on compassionate & encouraging parenting behavior (N=298)

variables		model 1				model2			
		B	se	$\beta$	t	B	se	$\beta$	t
(constant)		2.524	.209		12.096***	.315	.265		1.191
control variable	mother's age	.016	.007	.155	2.430*	.007	.005	.068	1.263
	child's age	.000	.020	.000	-.004	-.013	.016	-.042	-.820
	sole parenting of mother †	-.255	.070	-.250	-3.658***	-.120	.059	-.118	-2.042*
	co-parenting of parents †	.030	.062	.033	.487	.055	.051	.060	1.074
independent variable	parenting stress					.192	.040	.258	4.816***
	resilience					.185	.057	.233	3.255**
	self-regulation					.223	.072	.204	3.117**
	parenting efficacy					.227	.054	.264	4.193***

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$   
 † Reference group : 가족공동양육

### 3.3.2 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 거부·방임 양육행동에 미치는 영향

양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 거부·방임 양육행동에 미치는 영향을 확인하기 위해, 온정·격려 양육행동에 대한 회귀분석과 마찬가지로 어머니 및 자녀의 인구통계학적 특성 중 어머니의 양육행동과의 관련성이 확인된 어머니 연령과 자녀 연령, 양육형태를 통제변인으로 설정하고 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감을 독립변인으로 설정하여 위계적 회귀분석을 시행하였다. 통제변인 중 양육형태는 범주변인이므로 더미변수로 변환하여 사용하였다.

Table 5. Results of ANOVA of regression (N=298)

	SS	df	MS	F(p)
model 1 : $R^2(\text{adj}R^2) = .063(.050)$				
Regression	3.217	4	.804	4.887 (.001)
Residual	48.222	293	.165	
Total	51.439	297		
model 2 : $R^2(\text{adj}R^2) = .272(.252)$				
Regression	13.996	8	1.750	13.504 (.000)
Residual	37.443	289	.130	
Total	51.439	297		

Table 6. Results of regression analysis on rejection & neglectful parenting behavior (N=298)

variables		model 1				model2			
		B	se	$\beta$	t	B	se	$\beta$	t
(constant)		1.316	.192		6.845***	2.008	.267		7.519***
control variable	mother's age	.023	.006	.244	3.780***	.019	.006	.201	3.382**
	child's age	.006	.018	.020	.307	.019	.016	.066	1.153
	sole parenting of mother †	-.033	.064	-.036	-.518	-.083	.059	-.090	-1.404
	co-parenting of parents †	-.029	.057	-.034	-.498	-.003	.052	-.003	-.055
independent variable	parenting stress					.145	.040	.213	3.594***
	resilience					.010	.057	.014	.178
	self-regulation					-.191	.072	-.193	-2.654**
	parenting efficacy					-.178	.055	-.228	-3.270**

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$   
 † Reference group : 가족공동양육

그 결과, 통제변인만을 대상으로 분석한 모형 1의  $R^2$  값은 .063이고 독립변인까지 포함하여 분석한 모형 2의  $R^2$  값은 .272로,  $R^2$  변화량은 .210으로 나타났으며 이는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다( $p < .001$ ). 또한 거부·방임 양육행동에 대한 회귀모형(모형 2)은 통계적으로 유의한 것으로 확인되었고( $F = 13.504, p < .001$ ), Durbin-Watson 통계량은 1.937로 2에 근사한 값으로 나타나 잔차의 독립성 가정에 문제는 없는 것으로 평가되었다. 최대 공차값은 .779, VIF는 2.491로 다중공선성 문제도 없는 것으로 판단되었다.

Table 6에 제시된 바와 같이 거부·방임 양육행동에 관한 회귀분석 결과, 양육스트레스, 자기조절력, 양육효능감은 거부·방임 양육행동에 대한 유의미한 예측 변인으로 나타난 반면, 회복탄력성은 거부·방임 양육행동에 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 확인되었다.

회계계수의 유의성 검증 결과, 양육스트레스의  $\beta$  값은 .213 [ $t = 3.594, p < .001$ ]로 거부·방임 양육행동에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 자기조절력의  $\beta$  값은 -.193 [ $t = -2.654, p < .01$ ], 양육효능감의  $\beta$  값은 -.228 [ $t = -3.270, p < .01$ ]로 거부·방임 양육행동에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 회복탄력성은 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 확인되었다.

#### 4. 논의 및 결론

본 연구는 COVID-19가 발생한 이후, 더욱 사회적 문제로 부각된 양육스트레스와 어머니의 내적 특성인 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 어머니의 양육행동에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위한 목적으로 수행되었다. 본 연구의 주요 연구결과는 다음과 같다.

어머니 및 자녀의 인구통계학적 특성과 어머니의 양육행동과의 관계에 대해 분석해본 결과, 첫째, 어머니의 연령은 온정·격려 양육행동과 거부·방임 양육행동과 유의한 정적 상관을 나타냈다. 어머니의 연령과 양육행동 간의 관계에 대한 선행연구 결과들[11,12]은 일관되지 않게 나타나는데, 본 연구에서는 어머니의 연령이 높을수록 긍정적인 양육행동인 온정·격려 양육행동이 높은 동시에, 부정적인 양육행동인 거부·방임 양육행동도 높은 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 어머니의 연령이 높으면 양육경험이 많을 가능성이 있기 때문에 온정·격려 양육행동이 높은 동시에, 한편으로는 어머니의 연령이 높으면 자녀의 연령도 높을 가능성이 있고 자녀의 연

령이 높으면 스스로 할 수 있는 부분이 증가하므로 어머니의 양육행동에서 방임적인 부분이 늘어나기 때문인 것으로 추정된다. 그러나 어머니의 연령과 양육행동의 관계에 대해 보다 정확하게 이해하기 위해서는 추가적인 연구와 분석이 필요할 것으로 사료된다.

둘째, 양육형태에 따라 어머니의 양육행동에 차이가 있는 것으로 확인되었다. 온정·격려 양육행동의 경우, 부부 공동양육이나 가족 공동양육에 비해 어머니 단독양육에서 적게 나타났다. 온정·격려 양육행동은 긍정적인 양육행동으로 볼 수 있는데, 어머니가 단독으로 양육할 경우 이러한 긍정적인 양육행동이 적게 나타나는 것은 어머니에게 편중된 양육 부담과 양육스트레스가 양육행동에 부정적인 영향을 미치기 때문인 것으로 사료된다.

다음으로 어머니의 양육행동과 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감 간의 관계에 대해 분석해본 결과, 긍정적 양육행동이라 볼 수 있는 온정·격려 양육행동은 양육스트레스와는 약한 정적 상관이 있었고, 어머니의 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과는 비교적 높은 정적 상관을 보였다. 이는 양육과정에서 필연적으로 양육스트레스가 발생할 수 있지만, 회복탄력성과 자기조절력, 양육효능감이 높은 부모의 경우 긍정적인 양육행동을 보이고, 이를 유지할 수 있다는 것을 시사한다. 반면 거부·방임 양육행동의 경우, 양육스트레스와 비교적 높은 정적 상관을 보였고, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과는 부적 상관을 가지고 있었다. 이는 양육스트레스가 높은 상황에서 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과 같이 스트레스를 조절하거나 스트레스의 부정적인 영향을 완화시킬 수 있는 부모의 심리적 특성이 적절히 작동하지 않을 경우 그 결과로 부정적인 양육행동이 나타날 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 회복탄력성과 양육행동의 관련성을 확인한 김현정(2020)의 연구[30], 자기조절력과 양육행동의 관련성에 대한 김반디(2020)의 연구[31], 그리고 양육효능감과 양육행동의 관련성을 탐색한 김은숙(2010)의 연구[32]와 일치하는 결과이다.

마지막으로 회귀분석을 통해 어머니의 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향을 알아보았다. 그 결과, 온정·격려 양육행동의 경우, 양육스트레스, 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감이 정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 앞선 상관분석 연구결과와 같이, 양육과정에서 양육스트레스는 발생할 수 있지만, 회복탄력성과 자기조절력, 양육효능감이 높은 부모의 경우 애정을 가지고 자녀의 자율

성을 촉진하며 자녀를 양육할 수 있음을 의미한다. 반면, 거부·방임 양육행동의 경우, 양육스트레스는 정적인 영향을, 자기조절력과 양육효능감은 부적인 영향을 미치는 것으로 확인되었고, 회복탄력성은 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 확인되었다. 이는 양육스트레스가 높을수록 부정적 양육행동을 나타내며 아동의 행동을 더욱 부정적으로 인식하여 강압적이고 명령과 비난을 많이 사용하게 된다는 안지영(2001)의 연구결과(17)와 유사한 결과이다.

이상의 연구결과를 통해 양육스트레스는 양육행동에 중요한 영향을 미치는 변인임을 알 수 있었다. 그러나 양육과정에서 양육스트레스는 항상 발생할 수 있는 일상적인 현상이며, 양육스트레스의 높고 낮음도 중요하지만 양육스트레스가 발생했을 때 회복탄력성, 자기조절력, 양육효능감과 같은 부모의 심리적 특성이 적절하게 작동하는지가 양육행동에서 더 중요한 문제임을 본 연구를 통해 확인할 수 있었다.

본 연구는 어머니의 양육행동에 영향을 미치는 주요한 변인들이 무엇인지, 그리고 일상적으로 발생할 수 있고, COVID-19가 발생한 이후 더욱 주요한 관심사가 된 양육스트레스와 어머니의 심리적 특성이 양육행동에 영향을 미치는 방식을 탐색하였다는데 그 의의가 있다. 이를 통해 어머니의 양육스트레스를 감소시키고 회복탄력성과 자기조절력, 양육효능감을 향상시킴으로써 보다 긍정적인 양육환경을 만들 수 있다는 것을 알 수 있었다.

그러나 본 연구에는 몇 가지 한계점이 있는데, 첫째, 스트레스와 관련된 많은 연구에서 회복탄력성은 스트레스에 대한 매개 또는 조절변인의 역할을 하는 것으로 밝혀졌지만, 본 연구에서는 양육스트레스와 회복탄력성 간의 높은 관련성을 확인할 수 없었다. 일반적인 스트레스 상황이 아닌 양육스트레스 상황이기 때문에 회복탄력성의 매개 또는 조절효과가 확인되지 않았을 가능성도 있지만, 표집의 문제일 가능성도 있다. 이에 후속 연구에서는 보다 다양한 연구참여자를 표집하여 연구할 필요성이 있다.

둘째, 부모의 양육행동은 부모가 일반적으로 자녀에 대한 양육행동을 형성하는 것이 아닌 자녀의 특성, 특히 자녀의 기질적 특성에 영향을 받아 양육행동을 형성하게 된다[33]. 즉 어머니의 양육행동을 정확하게 이해하기 위해서는 자녀의 성별, 연령과 같은 인구통계학적 특성 외에도 자녀의 기질적, 행동적 특성을 고려해야 한다. 그러나 본 연구에서는 자녀의 특성을 연구 변인으로 포함시키지 못해 어머니의 양육행동을 충분히 설명하지 못하였다는 한계점이 있다. 따라서 양육행동에 대한 후속 연구에서는 자녀의 심리적 특성도 포함하여 연구할 필요성이 있다.

## References

- [1] S. Y. Park, The influences of parenting stress and parenting efficacy on depression and family health of infants' mothers, Master's thesis, Dong-A University, Busan, Korea, 2019.
- [2] H. K. Kim, M. H. Doh, H. S. Moon, C. S. Park, H. S. Son, Social work with families, Knowledge Community, 2020.
- [3] H.-J. Hwang, A study on the moderating effect of family resilience and the mediating effect of family communication in the relationship between parenting stress and parenting efficacy : focusing on parents of elementary school students, Ph.D dissertation, Silla University, Busan, Korea, 2021.
- [4] D. M. Seo, A study on the relationship between children's prosocial behavior and their mother's attitude, Master's thesis, Chung-Ang University, Seoul, Korea, 1996.
- [5] S. H. Yuk, A study on the influence of child's perceived mothers' rearing attitude on children's sociality : self-esteem as a parameter. Ph.D dissertation, Sung San Hyo University, Incheon, Korea, 2019.
- [6] Y. H. Yoon, A study on the relationships between the parenting stress of employed mothers and the daily hassles and problem behaviors of children, Master's thesis, The Catholic University, Seoul, Korea, 2006.
- [7] Moneytoday, "Child abuse increases after COVID-19... It's urgent to stop the second Jeongin", (2021. 1. 6), Retrieved from <https://news.mt.co.kr/mtview.php?no=2021010616424141711>
- [8] S. Hong, The influence of negative child-rearing behaviors on children's externalizing behavioral problems : a meta-analysis on Korea Journal Papers published since 2005, Master's thesis, Hanyang University, Seoul, Korea, 2017.
- [9] H. H. Kim, The effect of mother's coercive rearing attitude, mother's depression, and teacher-child conflictual relationship on children's aggression, Master's thesis, Kyung Hee University, Seoul, Korea, 2017.
- [10] D. R. Shaffer, K. Kipp, Developmental psychology: Childhood and adolescence. Cengage Learning, 2012.
- [11] W. Y. Lee, The relationship of mother's educational views and child-rearing attitudes to child development, Ph.D dissertation, Ewha Womans University, Seoul, Korea, 1983.
- [12] O.-J. Choi, An effect of mother's attachment in childhood on children's upbringing behavior, Master's thesis, Hansung University, Seoul, Korea, 2006.
- [13] J. N. Kim, A comparative study on their child rearing attitudes of the only child's mothers and two or



- multiple children's mothers, Master's thesis, Ewha Womans University, Seoul, Korea, 1987.
- [14] H. Lim, D. Lee, "The effect of couples' characteristics, economic characteristics, mother's psychological characteristics on infant mother's marital satisfaction for working mothers and homemaker mothers", *Journal of Early Childhood Education*, Vol.32, No.5, pp.451-470, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.18023/kjece.2012.32.5.021>
- [15] K.-H. Kim, An ecological approach to analyzing variables in the parenting stress of the dual-earner mothers and fathers, Ph.D dissertation, Kyung Hee University, Seoul, Korea, 2000.
- [16] H. Kim, H.-S. Doh, "Maternal parenting stress, efficacy and behavior : Relations to children's social competence", *Korean Journal of Child Study*, Vol.25, No.6, pp.279-298, 2004.
- [17] J. Y. Ahn, The effects of maternal parental beliefs, efficacy and stress on mother's parenting behaviors, Ph.D dissertation, Ewha Womans University, Seoul, Korea, 2001.
- [18] Y. A. Kim, Y. Choi, "A qualitative study for the process of posttraumatic growth: A comparison of trauma survivors' and therapists' perspective", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.22, No.1, pp.199-228, 2017.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kjhp.2017.22.1.011>
- [19] E.-Y. Lee, Y. A. Lee, "The moderating effects of resilience and spousal support for childcare on the relationships between parenting stress and smartphone addiction tendencies of mothers with infants", *Korean Journal of Play Therapy*, Vol.21, No.1, pp.125-151, 2018.  
DOI: <https://doi.org/10.17641/KAPT.21.1.7>
- [20] J. H. Nam, A study on the relationships of mother's parent-efficacy, parenting style and adolescence's self-regulation ability, Master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea, 2004.
- [21] T.-M. Kim, The effect of the perceived parental self-control and parenting attitude on middle school students' adjustments : From the perspective of self-determination theory, Ph.D dissertation, Kyungpook National University, Daegu, Korea, 2016.
- [22] P. K. Coleman, K. H. Karraker, "Parenting self-efficacy among mothers of school-age children : Conceptualization, measurement, and correlates", *Family relations*, Vol.49, No.1, pp.13-24, 2000.  
DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00013.x>
- [23] S. K. Kim, A study of temperament, parenting behavior, parenting stress and preschool children's prosocial behavior, Master's thesis, Incheon National University, Incheon, Korea, 2010.
- [24] M. S. Kim, H. J. Moon, "Relationship between parenting stress and parenting efficacy on parenting behaviors in mother with young children", *Family and Environment Research*, Vol.43, No.8, pp.25-35, 2005.
- [25] J. Park, Children's peer competence in relation to maternal parenting goals, parenting behaviors, and management strategies of peer relations, Ph.D dissertation, Yonsei University, Seoul, Korea, 2001.
- [26] Y. S. Lee, A study on the influence of mother's child-rearing attitude and child-rearing stress on children's daily stress : Mediating effects of ego-resilience. Ph.D dissertation, Seoul Theological University, Bucheon, Korea, 2016.
- [27] H. S. Baek, Reliability and validity of the Korean version of the Connor-Davidson Resilience Scale(K-CD-RISC), Master's thesis, Eulji University, Daejeon, Korea, 2010.
- [28] S.-D. Won, S.-I. Oh, S. Park, M. K. Rhee, "Development and validation of the Goal-Focused Self-Regulation Scale(GF-SRS)", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.20, No.4, pp.785-802, 2015.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kjhp.2015.20.4.005>
- [29] S. J. Shin, Effects of stress, social support and efficacy on mothers' parenting behavior, Ph.D dissertation, Yonsei University, Seoul, Korea, 1997.
- [30] H. J. Kim, The self-esteem and resilience of mothers with young children Influence on mother's rearing attitude, Master's thesis, Kwangju Women's University, Kwangju, Korea, 2020.
- [31] B. Kim, The effects of parents' self-control and control parenting behavior on self-control and self-esteem : Middle school students, Master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea, 2020.
- [32] E. S. Kim, Control effect of the parenting efficacy on parenting stress and parenting behavior of mothers with infants, Master's thesis, Keimyung University, Daegu, Korea, 2010.
- [33] H. J. Moon, "Relations between child temperament and parental disciplinary practices", *Family and Environment Research*, Vol.38, No.6, pp.29-41, 2000.

박 현 진(Hyon Chin Park)

[정회원]



- 2022년 2월 : 서울사이버대학교 상담심리대학원 상담 및 임상심리 전공(상담심리학석사)

<관심분야>

상담심리, 청소년 심리, 부모상담

김 지 연(Jee Yeon Kim)

[정회원]



- 2003년 8월 : 연세대학교 대학원 심리학과 (심리학석사)
- 2009년 2월 : 연세대학교 대학원 심리학과 (철학박사)
- 2011년 1월 ~ 현재 : 서울사이버대학교 상담심리학과 교수

〈관심분야〉

아동 · 청소년발달, 사이버심리학, 디지털/게임 문화