

## 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스와 긍정적 양육행동간의 관계에 대한 자아존중감의 조절효과

김영미<sup>1)</sup> 송하나<sup>2)</sup>

### 요약

본 연구는 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스가 긍정적인 양육 행동에 미치는 영향과 둘 간의 관계에 대한 어머니의 자아존중감의 조절효과를 밝히기 위해 수행되었다. 연구대상은 2010년 한국아동패널 3차년도에 참여한 만 2세 영아 1,503명과 그의 어머니였으며, 상관과 위계적 회귀분석을 통해 영향력과 조절 효과를 검증하였다. 연구 결과, 어머니의 양육 스트레스가 낮고 자아존중감이 높을수록 더 긍정적인 양육 행동을 보이는 것으로 나타났다. 또한 어머니의 자아존중감은 유의한 조절 변인으로써, 자아존중감 정도가 중간인 경우보다 낮거나 높은 경우, 양육 스트레스가 양육 행동에 미치는 부적 영향력이 더 큰 것으로 보고되었다. 이러한 결과들은 어머니의 양육 스트레스가 부정적 양육 행동을 증가시키는 위험 요인임을 시사하며, 특히 어머니의 자아존중감 정도에 따라 양육 스트레스가 양육 행동에 미치는 영향이 다를 수 있음을 제시한다.

**주제어:** 영아, 양육 스트레스, 양육행동, 어머니 자아존중감

## I. 서론

자녀양육은 부모로서의 행복을 누리며 새로운 가족원을 길러내는 생산적인 과정인 동시에 이에 따르는 양육 책임과 양육 자원의 요구가 동반되어 스트레스를 유발하기도 한다. 양육 스트레스는 어머니의 양육행동의 질을 결정짓는 주요 변인으로 양육자가 지각하는 양육 스트레스가 반복적이고 만성적일 경우 다른 생활사건에 비하여 부

1) 성균관대학교 아동청소년학과 박사과정

2) 성균관대학교 아동청소년학과 부교수

정적인 양육에 더 크게 영향을 미친다(Abidin, 1990). Deater-Deckard(2004)는 양육 스트레스가 높은 부모의 자녀일수록 정서·행동 문제를 보일 가능성이 높을 뿐만 아니라 인지 및 사회적 기술을 획득하는데 시간이 오래 걸린다고 주장하였다. 또한 David, Lauren, Maria와 Danielle(2013)은 어머니가 부모역할을 수행하는데 자신감이 높고 스트레스가 적을수록 자녀에게 더 지지적이며 긍정적인 정서를 많이 표출한다고 하였다. 특히, 주 양육자인 어머니의 경우에는 자녀와 상호작용하는 시간이 상대적으로 많기 때문에 한 가족 내에서 다른 양육자들보다 양육 스트레스가 더 높은 것으로 나타났다(Sparks, Hunter, Backman, Morgan, & Ross, 2012).

영아기는 자녀가 어머니에게 의존하는 정도가 가장 높은 시기이므로 대부분의 어머니들이 시간과 에너지의 부족을 호소하는 경우가 많다. 한 연구(Sinai & Tikotzky, 2012)에 따르면 영아는 성인보다 영양 공급을 자주 해주어야 하며 식습관이나 수면 습관이 안정적이지 않아 낮밤이 거꾸로 되기도 쉽다. 이러한 경우에는 어머니들도 영아의 불안정한 생활 변화에 맞추어야 하기 때문에 수면이 부족할 수도 있고 심지어 외출이 불가능한 경우도 많다. Renee와 Barbara(2012)의 연구 역시 자녀가 만 1-2세 일 때 자녀를 양육하면서 부모가 느끼는 즐거움이 상대적으로 낮고, 양육 스트레스가 높다는 것을 보여준다. 또한 다른 연구(박재롬·노보람·박혜준·이순형, 2015)에서는 자녀가 유아기인 경우보다 영아기인 경우 양육 스트레스가 더 빠르게 증가하고 있는 것으로 나타났다. 이처럼 부모에게 전적으로 의존하는 영아의 욕구를 맞춰주는 것이 어렵기 때문에 영아 어머니의 양육 스트레스가 높다는 것을 알 수 있다.

영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스와 양육 행동에 대한 선행 연구들은 양육 스트레스가 양육 행동에 부정적인 영향을 미친다고 보고하고 있다. 만 2세 영아를 대상으로 한 연구(김중훈·이지영·성지현, 2013; 이인학·박지은·최성열, 2010)에서는 어머니들이 양육 스트레스가 높을수록 부정적인 양육행동을 더 많이 보이는 것으로 나타났다. 또한 다른 연구(임현주·최항준·이대균, 2012)에서도 양육 스트레스는 어머니의 취업 여부에 관계 없이 양육행동을 부적적으로 설명하는 가장 강력한 변인으로 나타났다. 이처럼 선행연구들은 전반적으로 양육 스트레스의 부정적인 측면을 보여주고 있다.

한편, 양육 스트레스에 대한 선행 연구들은 어머니가 지닌 자아존중감이 양육 스트레스의 부적 영향을 감소시키는 것으로 제시하였다. 자아존중감이란 개인이 자신을 가치 있는 존재로 여기고 높이 평가하는 주관적 지각을 말한다(Cohen & Willis, 1985; Rosenberg, 1989). Lazarus와 Folkman(1984)의 상호작용 스트레스 이론(transactional model of stress)에 의하면 스트레스가 아무리 많아도 자신이 이에 대응할 수 있는 개

인적 자원이 있다면 스트레스로부터 받는 영향을 최소화 시킬 수 있다고 하였다. 이러한 관점에서 어머니 개인의 자아존중감은 어려운 양육 상황에서도 자신의 능력을 믿고 스스로를 가치 있는 존재로 여기는데 영향을 미치게 된다. 그러므로 스트레스가 될 수 있는 어려운 양육 상황에서도 정서를 잘 조절하고 자녀의 가치관을 존중하며 긍정적인 행동을 할 수 있을 것이다.

어머니의 자아존중감과 양육 스트레스에 대해 다룬 선행 연구들은 어머니의 자아존중감이 높을수록 심리적인 어려움으로부터 자신을 보호할 수 있어 양육 스트레스를 긍정적으로 평가하고, 스트레스 사건을 적극적으로 대처해 간다고 하였다(임현주, 2013; Mash & Johnston, 1983, Tahmassian, Anari, & Fathabadi, 2011). 한 연구(Arnold, Lewis, Maximovich, Ickovics, & Kershaw, 2011)에 따르면 영아기 자녀를 둔 어머니의 자아존중감이 높을수록 양육환경을 더 긍정적으로 받아들여 자녀와 보내는 시간이 더 길었으며, 부부관계도 더 좋은 것으로 나타났다. 또한 다른 연구(류철선·최선녀·최유경, 2013)에서는 영아의 기질이나 발달특성보다 어머니의 자아존중감이 양육 스트레스를 가장 강력히 설명해주는 변인으로 나타났다. 반면, 자아존중감이 낮은 어머니는 자아존중감이 높은 어머니에 비해 양육 스트레스를 유발하는 경험에 심각하게 반응하여 스트레스 수준이 더 높고 더 부정적인 양육을 보이는 것으로 나타났다(이윤주·김진숙, 2012; Chung, 2004).

이와 같은 연구들은 어머니의 높은 자아존중감은 자녀의 양육과정에서 발생하는 스트레스를 지각하고 해석하는데 긍정적인 영향을 미친다는 것을 보여준다. 그러나 높은 자아존중감이 항상 긍정적인 것만은 아니며, 지나치게 높은 자아존중감은 오히려 부정적인 결과를 초래하기도 한다는 지적이 있어왔다. Roth, Snyder와 Pace(1986)는 자아존중감이 지나치게 높은 사람은 자아에 대한 긍정적인 믿음이 비현실적이라고 하였다. 자아에 대한 믿음이 높은 사람은 자신의 목표달성능력을 과대평가하여 도달하기 힘든 어려운 목표를 설정하려는 경향이 있다. 이와 반대로, 자아존중감이 지나치게 낮은 사람은 실패에 대한 두려움으로 인해 지나치게 조심하여 실패를 가져오게 된다는 것이다. Baumeister, Heatherton과 Tice(1993) 연구 역시 지나치게 높은 수준의 자아존중감을 가진 사람은 위협요인에 대하여 주의를 덜 기울이며 실패의 가능성을 덜 고려한다는 것을 제시하였다. 또한 McFarlin(1985)의 연구에서도 자아존중감이 맹목적으로 높은 사람은 과제에서 요구하는 수준과 실제 자신의 능력을 정확하게 변별하지 못하고 자신의 능력에 대한 믿음이 지나치게 높은 것으로 나타났다. 이러한 자아존중감은 그 정도에 따라 양육 상황에서도 적용될 수 있다. 자아존중감이 매우 낮은 어

머니는 양육으로 인해 겪게 되는 스트레스를 극복해낼 수 있다는 기대와 믿음이 낮아 자녀에게 덜 반응적이거나 반대로 작은 상황에도 심각하게 반응을 하게 된다(Abidin, 1992). 반면, 자아존중감이 매우 높은 어머니는 양육 환경을 정확하게 지각하는 능력과 양육 스트레스에 대한 자신의 대처능력을 높게 평가하지만 실제로 잘 해내지 못하여 나타나는 괴리감과 좌절감으로 인해 부정적인 양육을 보일 수 있다.

하지만 자아존중감에 관한 대부분의 선행연구들은 자아존중감이 높을수록 다른 변인들에게도 좋은 영향을 미치는 식의 획일적인 결과만을 제시하고 있고, 자아존중감을 상세한 수준으로 나누어 살펴보지 못하였다. 이에 본 연구는 영아기 자녀를 둔 어머니의 자아존중감을 높은 정도, 중간 정도, 낮은 정도로 나누고, 자존감의 정도에 따라 양육 스트레스와 양육 행동이 어떻게 영향을 받는지 알아보려고 하였다. 특히 양육 스트레스는 양육행동에 부정적인 영향을 미칠 수 있지만 이러한 영향력은 자아존중감의 정도에 따라 달라질 것으로 예측해볼 수 있다. 종합하면 본 연구는 영아기 자녀를 둔 어머니가 지각한 양육 스트레스와 양육 행동 간의 관계를 탐색하고, 이 둘 간의 관계가 자아존중감에 따라 어떻게 달라지는지 규명해보고자 하였다. 이러한 검증을 통해 본 연구는 영아기 자녀를 양육하는데 있어 어머니의 자아존중감의 중요성을 강조할 수 있을 것이며 양육 스트레스가 긍정적 양육행동을 저해하는 경로를 자세히 확인할 수 있을 것이다. 또한 긍정적 양육행동에 필요한 실증적인 자료를 제공하는데 의의가 있다. 이를 위해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

1. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스, 자아존중감과 양육행동 간의 관계는 어떠한가?
2. 영아기 자녀를 둔 어머니의 자아존중감은 양육 스트레스와 양육행동의 관계를 조절하는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 육아정책연구소(KICCE)에서 구축한 한국아동패널연구(PSKC)의 3차년도(2010년)조사에 참여한 총 1,802명의 어머니와 만 2세 영아 중 장애판정을 받은 영

아 91명, 어머니 24명과 아버지 17명, 한국 국적을 소유하지 않은 어머니 9명과 아버지 6명, 영아와 동거 중이지 않은 어머니 92명과 아버지 155명 등 299명(결측치 포함)이 제외되어 최종적으로 1,503명을 표본으로 사용하였다. 영아의 월령 평균은 25.7개월로 26개월이 468명(31.1%)로 가장 많았으며, 어머니의 평균 연령은 32.8세로 31~33세가 33.5%로 가장 많이 분포되어 있었다. 연구대상에 대한 자세한 내용을 <표 1>에 제시하였다.

〈표 1〉 연구대상의 인구·사회학적 배경

대상	구분	분류	빈도 (N)	비율 (%)
영아	성별	남	772	51.4
		여	731	48.6
	출생순위	첫째	706	47.0
		둘째	629	41.8
		셋째 이상	168	11.1
	월령	23개월	54	3.6
		24개월	211	14.0
		25개월	385	25.6
		26개월	468	31.1
		27개월	255	17.0
		28개월	86	5.7
		29~31개월	44	2.9
	연령	30세 이하	395	26.2
31~33세		503	33.5	
34~36세		379	25.3	
37세 이상		226	15.0	
어머니	학력	고졸이하	422	28.1
		전문대졸	347	23.1
		대졸	569	37.9
		대학원 이상	72	4.8
		결측치	93	6.2
		취업상황	취업	486
취업상황	미취업	1,012	67.3	
	학업중	5	0.3	

## 2. 연구도구

### 가. 양육 스트레스

김기현과 강희경(1997)이 Abidin(1990)의 Parenting Stress Index(PSI) 등을 기초로 개발한 한국형 ‘양육 스트레스 척도’ 중 양육 스트레스와 관련이 깊다고 판단된 ‘부모 역할에 대한 부담감 및 디스트레스’ 요인만을 발췌한 질문지를 아동패널에서 사용하였다. ‘부모 역할에 대한 부담감 및 디스트레스’는 부모역할 수행에 따른 심리적 부담감과 부모가 인지하는 스트레스에 대해 알 수 있는 지표이다. 질문의 내용은 ‘아이가 태어난 후 예전만큼 나의 생활이 즐겁지 않다.’, ‘아이가 정서적으로 불안정한 모습을 보이면 내 탓인 것 같아 괴롭다.’, ‘피곤할 때 아이가 놀아달라고 보채면 귀찮은 생각이 든다.’ 등이다. 원 척도는 12문항으로 구성되어 있으나 아동패널 연구에서는 예비조사를 통해 적절하지 않다고 판단된 1문항(‘나를 성가시게 하는 일들이 몇 가지 있다’)을 제외한 11문항을 사용하였다. Likert 식 5점 척도(1=‘전혀 그렇지 않다’, 5=‘매우 그렇다’)로 측정되며, 점수는 총점으로 합산하여 분석하였다. 총 11-55점의 점수를 받게 되며, 점수가 높을수록 양육 스트레스가 높음을 의미한다. 측정도구의 내적합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .87로 나타났다.

### 나. 자아존중감

Rosenberg(1986)가 개발한 자아존중감 척도(Self-Esteem scale)를 수정한 아동패널 도구를 사용하였다. 문항의 내용은 긍정적인 진술에 해당하는 5문항(‘나 자신에 대해 긍정적인 태도를 지니고 있다’ ‘대체로 나 자신에게 만족한다’ 등)과 부정적인 진술에 해당하는 5문항(‘대체로 내가 실패자라고 느끼는 경향이 있다’ ‘가끔씩 내가 쓸모없다고 느낀다’ 등)으로 총 10개의 문항으로 이루어졌다. Likert 식 4점 척도(1=‘전혀 그렇지 않다’, 4=‘매우 그렇다’) 상에 평정되며, 부정적 진술문항은 역코딩하여 재점수화 하였다. 점수는 총점으로 합산하여 분석하며 총 10-40점의 점수를 받게 된다. 점수가 높을수록 긍정적인 자아존중감을 의미한다. 측정도구의 내적합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .87로 나타났다.

### 다. 긍정적 양육행동

Bornstein(1989)에 의해 개발된 ‘Parental Style Questionnaire(PSQ)’의 세 가지 유

형(‘사회적 양육유형’, ‘가르치는 양육유형’, ‘한계설정 양육유형’) 중 영아기 부모에게 적절하다고 판단된 ‘사회적 양육유형’을 사용하였다. ‘사회적 양육유형’은 실제 부모자녀 관계에서 나타나는 상호작용의 정도를 의미하며 1~2차 년도에 제외되었던 3개 문항(‘나는 내 아이가 놀이 집단이나 모임 등을 통하여 같은 또래 친구들과 다양한 사회적 경험을 할 수 있도록 마련해 준다.’, ‘나는 내 아이에게 말을 하거나 대화를 주고받으며 시간을 보낸다.’, ‘나는 내 아이가 관심이나 주의를 끌기 위한 행동을 할 때, 즉시 긍정적으로 반응해준다.’)을 포함한 9개의 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서의 양육방식은 온정성과 반응성을 포함하고 있으므로 점수가 높을수록 긍정적인 양육행동을 보인다는 것을 의미한다. 따라서 본 연구에서는 해당 변인을 ‘긍정적 양육행동’이라 명하였다. Likert 식 5점 척도(1=‘전혀 아니다’, 5=‘매우 그렇다’)로 측정되며, 총 9-45점의 점수를 받게 된다. 측정도구의 내적합치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .88로 나타났다.

### 3. 분석방법

자료는 SPSS WIN 21.0 프로그램으로 분석하였다. 연구대상자의 일반적 배경을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 본 연구에서 사용된 검사도구의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach’s  $\alpha$  계수를 구하였다. 측정변인들의 기술적인 경향과 관계를 알아보기 위하여 평균과 표준편차 및 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 양육 스트레스가 양육행동에 미치는 영향이 자아존중감에 따라 달라지는지를 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 먼저 1단계에서 가외 변인인 어머니의 취업유무와 학력을 통제한 뒤 2단계에서 양육 스트레스와 자아존중감을 투입하고 3단계에서 양육 스트레스와 자아존중감의 상호작용 항을 투입하였다. 그리고 상호작용 효과가 유의하게 나타난 경우 조절변인을  $M \pm 1/2 SD$ 의 기준을 사용하여 상, 중, 하 집단으로 구분한 후 단순주효과 분석을 실시하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 기술치 분석 결과

연구 문제를 분석하기 전에 기술치 분석을 실시하였다. <표 2>는 어머니의 양육 스트레스, 자아존중감, 양육행동에 대한 평균과 표준 편차를 어머니의 취업 유무와 최종

학력으로 나누어 보여주고 있다. 어머니의 취업과 학력은 심리적 특성과 양육관련 변인에 영향을 준다는 선행 연구(권미경, 2011; 이경선, 2011)가 있어 가의 변인을 알아보기 위해 *t*-test를 실시하였다. 그 결과 어머니의 취업 유무에 따른 양육 스트레스( $t_{(1493)}=3.52, p<.001$ )와 자아존중감( $t_{(1494)}=-5.05, p<.001$ )의 차이가 유의하였다. 즉, 취업 모가 비취업모에 비하여 양육스트레스는 낮은 반면 자아존중감은 높은 것으로 나타났다. 다음으로, 어머니의 학력에 따른 양육 스트레스( $t_{(1405)}=3.21, p<.01$ ), 자아존중감( $t_{(1406)}=-6.23, p<.001$ ), 그리고 긍정적 양육행동( $t_{(1405)}=-3.00, p<.01$ )의 차이가 유의하였다. 보다 구체적으로, 고학력인 어머니가 저학력인 어머니보다 양육 스트레스가 낮고 자아존중감은 높으며 긍정적 양육행동을 더 보이는 것으로 나타났다.

<표 2> 어머니 취업유무와 학력에 따른 각 변인별 기술통계 및 *t*-test

변인	집단	양육 스트레스		자아존중감		긍정적 양육행동	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
모 취업	취업중	2.70	.61	3.07	.40	3.81	.51
	미취업	2.82	.64	2.95	.41	3.79	.51
	<i>t</i> -value	.35***		-5.05***		-.36	
모 최종학력	전문대이하	2.83	.66	2.93	.41	3.76	.51
	4년제이상	2.72	.59	3.06	.40	3.84	.49
	<i>t</i> -value	3.21**		-6.23***		-3.00**	
Total		2.78	.63	2.99	.41	3.80	.51

\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$

## 2. 모 양육 스트레스, 자아존중감과 양육행동 간의 관계

앞서 어머니의 취업유무와 학력이 주요 변인들에 영향을 미치는 가외변인임이 밝혀짐에 따라 어머니의 취업유무와 학력을 통제한 부분 상관 분석(partial correlation)을 실시하였다. 상관 분석 결과는 <표 3>에 제시되었다. 긍정적 양육행동은 양육 스트레스와 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났으며( $r=-.45, p<.001$ ), 자아존중감과도 부적 상관이 유의하였다( $r=.43, p<.01$ ). 이러한 결과는 양육 스트레스가 낮고 자아존중감이 높은 어머니들이 보다 긍정적인 양육행동을 한다는 것을 제시한다.



〈표 3〉 주요 변인간의 상관관계

변인	1	2	3
모 양육 스트레스	-		
모 자아존중감	-.53***	-	
모 양육행동	-.45***	.43***	-

\*\*\*  $p < .001$ 

통제변인: 어머니 취업유무, 어머니 최종학력

### 3. 모 양육 스트레스에 따른 양육행동에서 자아존중감의 조절효과

회귀분석에 앞서 변인들 간의 다중공선성 문제를 방지하기 위하여 평균중심화(mean centering)를 하였다. VIF(분산팽창계수) 값은 10이하였으며, 공차한계값도 1에 가까워 다중공선성의 문제를 야기하지 않는 것으로 나타나 회귀분석을 위한 기본요건을 충족하는 것으로 판단하였다.

양육 스트레스가 양육행동에 미치는 영향에서 어머니의 자아존중감이 양육행동을 조절할 수 있는가에 대해 확인하고자 위계적 회귀분석을 실시하여 <표 4>에 제시하였다. 먼저 가의 변인인 어머니의 취업유무와 최종학력을 통제된 모델 1에서는 양육행동을 1%를 유의하게 설명하였다( $F=4.96, p<.01$ ). 다음으로 양육 스트레스와 자아존중감을 각각 투입한 모델 2는 모델 1에 비해 설명력이 25% 증가하여 양육행동의 전체 변량의 26%를 설명하였다( $F=120.86, p<.001$ ). 마지막으로, 모델 3에서 종속변인인 양육행동에 대한 자아존중감의 조절효과를 알아보려고 양육 스트레스와 자아존중감의 상호작용 항을 추가 투입한 결과, 모델 3의 설명력은 모델 2에 비하여 1% 증가하였고 상호작용항이 유의한 것으로 나타났다( $F=98.74, p<.001$ ). 따라서 양육 스트레스와 양육행동의 관계에서 자아존중감이 조절효과를 가진다고 해석할 수 있다.

회귀 계수를 살펴보면, 모델 1에서 어머니의 학력은 긍정적 양육행동( $\beta=.08, p<.01$ )에 정적으로 영향을 미쳤으나 모델 2와 3에서는 유의하지 않았다. 모델 2에서 어머니의 양육 스트레스( $\beta=-.30, p<.001$ )는 부적적으로, 자아존중감( $\beta=.28, p<.001$ )은 정적으로 양육행동에 유의한 영향을 미쳤다. 마지막으로 모델 3에서 둘 간의 상호작용( $\beta=-.07, p<.01$ )이 양육행동에 미치는 부적 영향은 유의한 것으로 나타났다.

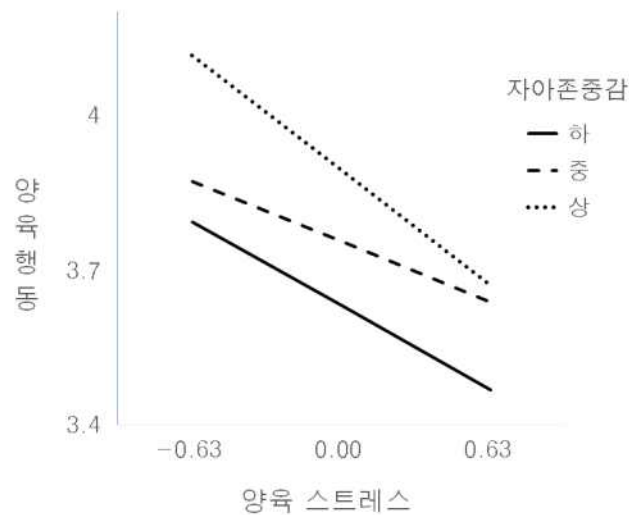
〈표 4〉 모 양육 스트레스와 긍정적 양육행동의 관계에서 자아존중감의 조절효과

변인	모델 1		모델 2		모델 3	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
모 취업유무	.02	.66	-.05	-1.92	-.05	-1.98
모 학력	.08	3.01**	.01	.57	.02	.69
모 양육 스트레스			-.30	-10.90***	-.30	-10.87***
모 자아존중감			.28	10.17***	.29	10.34***
모 양육 스트레스 x 자아존중감					-.07	-2.81**
$F_{값}$	4.96**		120.86***		98.74***	
$R^2$	.01		.26		.27	
$R^2$ 변화량			.25		.01	

\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$ 

양육행동에 대한 양육 스트레스와 자아존중감의 상호작용 효과를 구체적으로 살펴보기 위하여 조절변인인 자아존중감을  $M \pm 1/2 SD$ 의 기준을 사용하여 상, 중, 하 집단으로 구분한 후 단순주효과 분석을 실시하였다. [그림 1]은 양육 스트레스와 양육행동의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 나타낸 그래프이다.

분석 결과, 자아존중감이 높은 경우,  $F_{(3,554)}=37.67$ ,  $b=-.35$ ,  $p<.001$ , 중간인 경우,  $F_{(3,346)}=7.45$ ,  $b=-.18$ ,  $p<.001$ , 와 낮은 경우,  $F_{(3,354)}=10.46$ ,  $b=-.26$ ,  $p<.001$ , 모두 양육 스트레스가 양육행동에 미치는 부적 영향이 통계적으로 유의하였다. 구체적으로 자아존중감이 낮은 집단의 경우 양육스트레스가 1단위 증가할 때 긍정적 양육행동이 .26만큼 감소하며 자아존중감이 중간인 집단은 .18만큼 감소하고 자아존중감이 높은 집단은 .35만큼 감소한다고 할 수 있다. 특히  $\beta$ 값으로 인한 설명력의 차이로 보아 자아존중감이 중간인 집단( $\beta=-.23$ )보다 자아존중감이 낮거나( $\beta=-.31$ ) 높은 집단( $\beta=-.41$ )에서 양육 스트레스가 양육행동에 미치는 부적인 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 이는 양육 스트레스와 양육행동의 관계에서 자아존중감의 효과는 상중하 집단 모두 유의하나 자아존중감이 중간인 경우보다 매우 낮거나 매우 높은 정도일 때 양육 스트레스가 양육행동에 영향을 더 미친다고 해석할 수 있다.



[그림 1] 모 양육 스트레스와 자아존중감 정도에 따른 양육행동의 차이

#### IV. 논의 및 결론

본 연구는 육아정책연구소(KICCE)에서 구축한 한국아동패널연구(PSKC)의 3차년도(2010년) 조사에 참여한 1,503명의 어머니와 만 2세 영아를 대상으로 양육 스트레스, 자아존중감과 양육행동 간의 관계를 살펴보는 한편, 어머니의 양육 스트레스와 양육행동이 어머니의 자아존중감에 따라 조절되는지를 규명하는데 주된 목적을 두었다. 본 연구 결과는 다음과 같이 요약 및 논의될 수 있다.

우선 연구문제 1인 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스, 자아존중감과 양육행동 간의 관계를 살펴본 결과, 첫째 어머니의 양육 스트레스는 긍정적 양육행동과 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 어머니가 양육 스트레스를 받을수록 부정적인 양육행동을 보인다고 할 수 있다. 이는 어머니의 양육 스트레스가 낮을수록 애정적이고 수용적인 양육행동을 보이며, 양육 스트레스가 높을수록 통제적이고 거부적인 양육행동을 보인다는 선행연구들(양미선·김양은, 2012; 이인학 등, 2013; 임현주, 2014; Cric & Greenberg, 1990)과 맥을 같이 한다.

어머니의 자아존중감은 긍정적 양육행동과 정적상관을 보여, 자아존중감이 높을수

록 긍정적 양육행동을 보이는 것으로 나타났다. 이는 어머니의 자아존중감이 높을수록 자녀에게 더 많은 애정을 표현하고 수용적인 태도를 보이는 반면, 자아존중감이 낮을수록 자녀에게 복종을 요구하고 과도한 통제를 하거나 반대로 자녀의 행동을 거의 통제하지 않는다는 주장(Felker & Stanwyck, 1971; Richards, Gitelson, Petersen, & Hurtig, 1991)과 일치하는 결과이다. 어머니의 자아존중감은 어머니 자신에 대한 주관적 지각과 가치의식을 의미하는 것으로 환경을 선택적으로 지각하고 경험하고 해석하여 행동의 방향을 결정하는 중요한 변수가 된다(육아정책연구소, 2009). 즉, 자아존중감이 높은 어머니는 양육과정에서 영아의 욕구를 맞춰주는 것이 어렵고 양육의 어려움을 느낄 때마다 자신의 능력을 믿고 적극적으로 대처해 긍정적인 양육행동을 보이는 것으로 볼 수 있다.

둘째, 연구문제 2인 양육 스트레스와 긍정적 양육행동간의 관계에서 양육 스트레스와 자아존중감의 상호작용이 나타나 자아존중감의 조절효과가 확인되었다. 이는 어머니의 긍정적 양육태도는 배우자에 의해 좌우되기보다는 어머니 자신이 인식한 양육 스트레스에 의해 더 큰 영향을 받는다는 최효식과 연은모(2014)의 연구와 일치하는 측면이 있다. 구체적으로 살펴보면, 2세 영아를 둔 어머니의 자아존중감 정도에 따라 양육행동에 미치는 영향이 다르게 나타났는데, 특히 어머니의 자아존중감이 높은 경우 양육 스트레스가 양육행동에 미치는 부적 영향이 가장 크게 나타났다. 이러한 결과는 자아존중감이 높은 어머니가 양육 스트레스로 인해 발생하는 부정적인 영향으로부터 스스로를 보호하려는 심리적 자원이 작용(Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003; Emmons, 1984; Raskin & Hall, 1981)하여 자녀를 돌보는데 소홀해져 부정적인 양육행동을 나타낼 수 있다고 추측할 수 있다. 또는 어머니가 양육 스트레스를 극복해낼 수 있다는 스스로에 대한 믿음과는 달리 그것을 잘 해내지 못하는 현실(McFarlin, 1985)에서 오는 괴리감과 좌절감으로 인해 양육행동에 더 큰 영향을 미쳤을 것으로 추측해 볼 수 있다. 이는 자아존중감이 지나치게 높은 사람일수록 자신의 능력을 과대평가하여 도달하기 힘든 목표를 설정하여 결국 실패하게 된다는 Roth 등(1986)의 연구와 일치하는 결과이다.

다음으로 어머니의 매우 낮은 자아존중감은 양육 스트레스와 긍정적 양육행동 간의 관계에 부적인 영향을 미쳤다. 이는 자아존중감이 낮은 어머니는 양육으로 인해 겪게 되는 스트레스를 극복해낼 수 있다는 기대와 믿음이 낮아 자녀에게 덜 반응적이고 부정적인 양육을 한다(Abidin, 1992)고 볼 수 있다. 또는 양육 스트레스를 유발하는 경험에 지나치게 심각한 반응을 보여 양육 스트레스가 높지 않을 때에도 문제 상황을 예

민하게 받아들여 자녀에 대한 행동으로 이어졌을 수도 있다(Chung, 2004). 이에 비해 중간 정도의 자아존중감을 가진 어머니는 자아존중감이 낮은 어머니보다 양육경험에서 오는 부정적 정서나 사건을 더 긍정적으로 지각하고 문제 상황을 효과적으로 해결하기 위해 도전한다고 볼 수 있다. 또한 자아존중감이 높은 어머니보다 실제 양육환경과 자신에 대한 믿음 간의 괴리감이 적어 자녀에게 애정적이고 긍정적인 양육행동을 보인다고 볼 수 있다.

이러한 연구결과는 높은 자아존중감은 양육 스트레스로부터 완충제 역할을 하여 긍정적인 양육행동을 도울 수 있으나 높은 자아존중감은 오히려 보호요인으로서의 역할을 충분히 할 수 없다는 것을 시사한다. 따라서 자아존중감이 낮은 어머니에게는 자신에 대한 가치를 높여 자녀에 대한 관점과 양육태도에 긍정적인 영향을 미칠 수 있도록 돕는 것이 필요할 것이다. 또한 자아존중감이 높은 어머니에게는 양육과정에서 겪는 문제들을 현실적으로 지각하고 해석하여 달성 가능한 목표를 설정할 수 있도록 도와주는 것이 필요하다. 그러나 지역 내 보육 및 양육 지원시설에서 이루어지는 부모교육프로그램이나 강좌는 어머니의 자아존중감 정도를 고려하지 않은 획일적인 구조로 진행되거나 영아보다는 주로 청소년기 자녀를 둔 부모를 대상으로 한 경우가 대부분이다. 따라서 가정에서 주로 영아와 보내는 시간이 많은 어머니를 위한 맞춤형서비스와 자아존중감 정도를 고려한 전문상담이나 교육이 강구되어야 할 것이다.

본 연구결과에서 제시했듯이 자아존중감이 높은 어머니가 양육 스트레스에 더 취약하였으나 양육 스트레스가 높았을 때에도 자아존중감이 중간 정도인 어머니보다 여전히 더 긍정적인 양육행동을 보였다. 이러한 관점에서 건강한 어머니의 심리적 특성은 영아를 양육하는데 필수조건이라 할 수 있겠다. 따라서 결혼만족도의 급감과 동시에 스트레스가 급증하는 영아기 자녀를 둔 어머니(Duvall & Miller, 1985)가 개인 시간을 확보하거나 휴식을 취할 수 있는 양질의 보육서비스가 지역 내에 구축되어야 할 것이다. 현재 건강가정지원센터에서 아이돌봄서비스가 이루어지고 있으나 만 3개월부터 24개월 이하의 영아로 한정되어 있는 종일제의 경우 소득에 따라 비용이 다르게 적용되고 있으며 돌보미가 적어 서비스신청 후 대기시간이 긴 편이다. 또한 야간이나 주말에 돌봄서비스를 이용할 경우 추가비용이 적지 않아 사설기관이용비와 크게 차이가 나지 않는다. 따라서 저소득층에 한정되어 있는 지원을 확대하여 보편적이고 형평성 있게 제공될 필요가 있으며 돌보미를 확대하고 맞벌이 부부 뿐 아니라 전업주부도 부담 없이 이용할 수 있는 대책이 필요할 것이다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 자기보고(self-report)식의 설문지법에 의하여 모든 변인들을 측정하였기 때문에 피험자가 방어적인 태도로 응답하거나 사회적으로 바람직하다고 여겨지는 방향으로 반응했을 가능성을 배제하기 어렵다. 특히, 영유아기 자녀를 둔 기혼여성들의 경우 자녀양육에 대한 죄책감이 높기 때문에 더욱 방어적인 태도를 보였을 가능성이 있다. 또한 변인들의 설문 문항도 대체로 적어 후속 연구에서는 구조화된 면담이나 부모자녀 간 상호작용을 관찰하는 등 평가의 신뢰도와 타당도를 높일 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 각 측정 변인을 동시에 측정한 횡단적 연구 패러다임을 사용하여 양육 스트레스와 양육행동의 관계에서 자아존중감의 조절효과를 살펴보고자 하였다. 하지만 이렇게 나온 결과만으로 양육 스트레스, 자아존중감과 양육행동의 관계에 대한 분명한 결론을 내리기는 어렵다. 따라서 종단적 연구 패러다임을 이용하거나 다른 집단에 적용하여 조절효과를 검증해볼 필요가 있다.

## 참고문헌

- 권미경(2011). 영아 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스 영향요인: 어머니의 취업여부를 중심으로. **한국보육지원학회지**, 7(2), 19-41.
- 김기현·강희경(1997). 양육스트레스 척도의 개발. **대한가정학회지**, 35(5), 141-150.
- 김중훈·이지영·성지현(2013). 어머니의 심리적 특성 및 양육 관련 변인이 2세 영아의 발달에 미치는 영향: 양육방식의 매개적 역할. **아동학회지**, 34(6), 77-96.
- 류철선·최선녀·최유경(2013). 영아의 기질, 영아의 발달특성, 어머니의 자아존중감이 어머니의 양육태도에 미치는 영향. **어린이미디어연구**, 12(3), 177-196.
- 박세롬·노보람·박혜준·이순형(2015). 어머니의 양육 스트레스 변화 궤적과 영유아의 기질 및 내재화 문제의 구조관계: 어머니의 취업여부에 따른 다집단분석. **육아정책연구**, 9(1), 119-148.
- 양미선·김양은(2012). 걸음마기 자녀를 둔 어머니의 양육지식과 양육행동, 양육 스트레스 간의 관계 연구. **한국보육지원학회지**, 8(3), 229-247.
- 육아정책연구소(2009). 한국아동패널 2차년도 도구 프로파일.
- 이경선(2011). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스타일 관련 변인 연구. **미래유아교육학회지**, 18(3), 127-145.
- 이윤주·김진숙(2012). 영유아기 자녀를 둔 기혼여성의 양육 스트레스와 우울의 관계: 자아존중감 안정성의 조절효과와 매개효과. **상담학연구**, 13(5), 2229-2249.

- 이인학·박지은·최성열(2010). 영아를 둔 어머니의 양육 스트레스와 양육행동 간의 관계에 대한 양육효능감의 매개효과. *아동교육*, 19(4), 81-91.
- 이인학·최성열·송희원(2013). 어머니의 양육 스트레스, 양육효능감, 양육행동과 유아의 사회적 능력 간의 구조적 관계. *아동교육*, 22(1), 69-81.
- 임현주(2013). 경제관련 변인 및 자녀의 기본생활습관과 어머니의 자아존중감이 어머니의 양육 스트레스에 미치는 영향. *유아교육연구*, 33(4), 197-215.
- 임현주(2014). 영아의 기질과 어머니의 긍정적 양육방식 간의 관계에서 어머니 부정적 심리변인의 매개효과. *육아정책연구*, 8(1), 1-23.
- 임현주·최향준·이대균(2012). 영아 자녀를 둔 어머니의 임신·출산 정서와 부모됨의 태도, 양육 스트레스가 양육방식에 미치는 영향: 어머니의 취업 여부에 따라. *유아교육연구*, 32(3), 225-244.
- 임현주·최향준·최선녀(2012). 아버지의 양육참여, 부부특성, 어머니 심리적 특성이 어머니 양육특성에 미치는 변인탐색. *미래유아교육학회지*, 19(2), 83-106.
- 최경숙·송하나(2010). 발달심리학: 전 생애: 아동·청소년·성인. 파주: 교문사.
- 최효식·연은모(2014). 유아 자녀를 둔 부모의 심리적 특성, 양육 스트레스, 긍정적 양육 태도 간 관계: 자기효과와 상대방효과. *육아교육학논집*, 18(6), 5-30.
- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 298-301.
- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 407-412.
- Arnold, A., Lewis, J., Maximovich, A., Ickovics, J., & Kershaw, T. (2011). Antecedents and consequences of caregiving structure on young mothers and their infants. *Maternal and Child Health Journal*, 19(2), 203-214.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: Negative consequences of high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(1), 141-156.
- Baumeiste, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyle? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1-103.
- Bornstein, M. H. (1989). *Between caretakers and their young: Two modes of interaction and their consequences for cognitive growth*. Hillsdale, NJ:

Lawrence Erlbaum.

- Brody, G. H., Dorsey, S., Forehand, R., & Armistead, L. (2002). Unique and protective contribution of parenting and classroom processes to the adjustment of African American children living in single-parent families. *Child Development, 73*(1), 274-286.
- Chung, H. (2004). Application and revision of the Kansas Marital Satisfaction Scale for use of Korean couples. *Psychological Reports, 95*, 1015-1022.
- Cohen, S., & Willis, T. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Crnic, K. A., & Booth, C. L. (1991). Mother's and father's perceptions of daily hassles of parenting across early childhood. *Journal of Marriage and Family, 1*(53), 1042-1050.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development, 61*, 1628-1637.
- David, J. B., Lauren, M. L., Maria, A. G., & Danielle, D. (2013). Development of infant positive emotionality: The contribution of maternal characteristics and effects on subsequent parenting. *Infant and Child Development, 22*, 362-382.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting stress*. New Haven: Yale University Press.
- Duvall, E., & Miller, B. (1985). *Marriage and family development(6th ed.)*. NY: Harper and Row.
- Emmons, R. A. (1984). Factor analysis and construct validity of the Narcissistic Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment, 48*(3), 291-300.
- Felker, D. W., & Stanwyck, D. J. (1971). General self-concept and specific self-evaluation after academic task. *Psychological Reports, 29*, 60-62.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1983). Parental perceptions of child behavior problems, parenting self-esteem, and mothers' reported stress in younger and older hyperactive and normal children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 51*(1), 86-99.
- McFarlin, D. B. (1985). Persistence in the face of failure: The impact of self-esteem and contingency information. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*(1), 152-163.



- Raskin, R. N., & Hall, C. S. (1981). The Narcissistic Personality Inventory: Alternative form reliability and further evidence of construct validity. *Journal of Personality Assessment*, *45*(2), 159-162.
- Renee, K., & Barbara, A. M. (2012). Parenting infants: Relative importance of parenting characteristics and related behaviors. *Journal of Early Childhood and Infant Psychology*, *8*, 21-34.
- Richards, M. H., Gitelson, I. B., Petersen, A. C., & Hurtig, A. L. (1991). Adolescent personality in girls and boys: The role of mothers and fathers. *Psychology of Woman Quarterly*, *15*, 65-81.
- Rosenberg, M. (1986). *Conceiving the self* New York: Basicbooks. Inc.
- Rosenberg, M. (1989). *Society and the Adolescent Self-Image*. Middletown, CT: Wesleyan University Press.
- Roth, D. L., Snyder, C. R., & Pace, L. M. (1986). Dimensions of favorable self-presentation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*(1), 867-874.
- Sinai, D., & Tikotzky, L. (2012). Infant sleep, parental sleep and parenting stress in families of mothers on maternity leave and in families of working mothers. *Infant Behavior and Development*, *35*(2), 179-186.
- Sparks, T. T., Hunter, S. K., Backman, T. L., Morgan, G. A., & Ross, R. G. (2012). Maternal parenting stress and mothers' reports of their infants' mastery motivation. *Infant Behavior and Development*, *35*(1), 167-173.
- Tahmassian, K., Anari, A., & Fathabadi, M. (2011). The influencing factors on parental self-efficacy of 2-6 year old children's mothers. *European Psychiatry*, *26*(1), 1131-1131.

·논문접수 9월 30일 / 수정본 접수 11월 29일 / 게재 승인 12월 15일

·교신저자: 김영미, 성균관대학교 아동청소년학과 박사과정, nada03001@skku.edu

## Abstract

### The moderating effect of mother's self-esteem on the relationship between parenting stress and parenting behaviors of mothers with infants

Youngmi Kim and Hana Song

This study examined the influence of parenting stress on positive parenting behaviors of mothers with infants and the moderating effect of mothers' self-esteem. The participants were 1,503 two-year-olds and their mothers, participated in the 3<sup>rd</sup> Panel Study of Korean Children(PSKC) in 2010. The data were analyzed by using descriptive statistics, correlation, and hierarchical regression. Results showed that lower parenting stress and higher self-esteem had a positive effect on parenting behaviors. The influence of parenting stress on parenting behavior seemed to be significantly mitigated as the level of mother's self-esteem was higher and lower than medium. These results indicated that mother's parenting stress can be a risk factor in parenting behaviors. In addition, mothers perceived parenting stress in various ways, depending on their different levels of self-esteem; therefore it resulted in different parenting behaviors.

Key words: Infant, parenting stress, parenting behavior, mother's self-esteem