

# 아버지의 양육참여와 사회적 지원이 초산모의 우울에 미치는 영향: 그릿과 양육 스트레스의 순차적 이중매개효과

권유정(경북대학교 아동가족학과 박사수료)

## 1. 서론

첫 아이 출산을 통해 새롭게 맞이하는 부모 역할은 어머니에게 많은 변화를 초래한다. 특히 영유아기 자녀를 둔 여성의 대표적인 부정적 정서반응인 우울(이윤주, 김진숙, 2012)은 어머니의 첫 번째 자녀에게서 높게 나타나기에(박수현, 2017) 초산모의 우울에 대해 주목하고 이에 영향을 미칠 수 있는 다양한 보호요인들에 대해 탐색해 볼 필요가 있다. 초산모의 우울에 있어 대표적인 보호요인으로는 아버지의 양육참여와 사회적 지원이 있다. 아버지의 양육참여는 어머니의 산후 우울 예방과 유능감 증진에 효과가 있는 것으로 나타났으며(서미정, 2011; Zhang & Razza, 2022), 사회적 지원은 우울과 같은 어머니의 심리적 건강에 영향을 미치는 주요한 요인(Lee, Edwards, & Hans, 2020; Sufredini et al., 2022)을 보고되어 아버지의 양육참여와 사회적 지원은 초산모의 우울을 예방 및 완화하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

초산모는 출산으로 인한 변화와 어머니라는 역할 및 자녀양육이라는 새로운 과업을 맞이하는 과정에서 많은 어려움을 경험할 수 있다. 이러한 상황 속에서 발휘될 수 있는 그릿은 배우자 지지 및 사회적 지지에 긍정적인 영향(이혜주, 2020; Kim & Oh, 2022; Yang & Jung, 2018)을 받으며, 우울을 감소시킬 수 있다는 선행연구들(Jin & Kim, 2017; Masuyama, Kubo, Sugawara, & Chishima, 2022)을 통해 아버지의 양육참여 및 사회적 지원과 초산모의 우울 간의 관계에서 그릿의 매개역할을 추측해 볼 수 있다. 이와 더불어 자녀가 영아기일 때 아버지의 양육참여가 낮을 경우 어머니의 양육 스트레스는 가장 높은(서은미, 2016; Abidin, 1990) 반면, 주위 사람들의 도움은 양육 스트레스 완화에 도움이 된다(현정환, 2020; Wang, Huang, & Kong, 2020). 최근까지 어머니의 양육 스트레스와 우울 간의 직접적인 관련성을 보고한 다수의 선행 연구들(김영애, 2023; 성윤희, 계은경, 2021)을 고려하였을 때, 양육 스트레스 역시 아버지의 양육참여 및 사회적 지원과 초산모의 우울 간의 관계에서 매개역할을 할 것이라

예측된다.

한편, 그릿이 높은 사람은 스트레스를 효과적으로 대처해 나아가는 용기를 갖고 있으며(Maddi et al., 2013), 그릿은 양육 스트레스를 줄여준다(곽호경, 조하나, 양수진, 2022)고 보고되어 그릿은 초산모의 양육 스트레스에 영향을 줄 것이라고 여겨진다. 따라서 본 연구에서는 부모역할이라는 어렵고 힘든 역할 전환 상황 속에서 아버지의 양육 참여 및 사회적 지원과 초산모의 우울 간의 관계에서 그릿과 양육 스트레스가 순차적 매개역할을 하는지 살펴보고자 한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구에서는 육아정책연구소에서 수집한 한국 영유아 교육·보육 패널(Korean Early Childhood Education & Care Panel Study[K-ECEC-P])의 1차년(2022년)도 자료를 활용하였다. 본 연구의 대상은 결측값을 제외하고 자녀가 한 명인 초산모 1486 명의 자료를 분석에 사용하였다.

### 2. 측정도구

아버지의 양육참여는 홍성례(1995) 연구를 기초로 하여 한국아동패널이 수정·보완한 척도를, 사회적 지원은 이재림과 옥선화(2001), 조병은 등(2008)을 기초로 한국아동패널에서 제작한 사회적 지원 정도 척도를 한국영유아교육·보육패널에서 재구성한 것을 사용하였다. 그릿은 Duckworth와 Quinn(2009)의 GRIT-S를 김희명과 황매향(2015)이 번안한 척도를, 양육 스트레스는 김기현과 강희경(1997)의 연구를 기초로 하여 한국 아동패널에서 수정·보완한 양육 스트레스 척도를 사용하였다. 마지막으로 우울은 Cox 등(1987)이 개발한 Edinburgh Postnatal Depression Scale를 김용구 등(2005)이 번안 및 타당화 한 척도를 사용하였다.

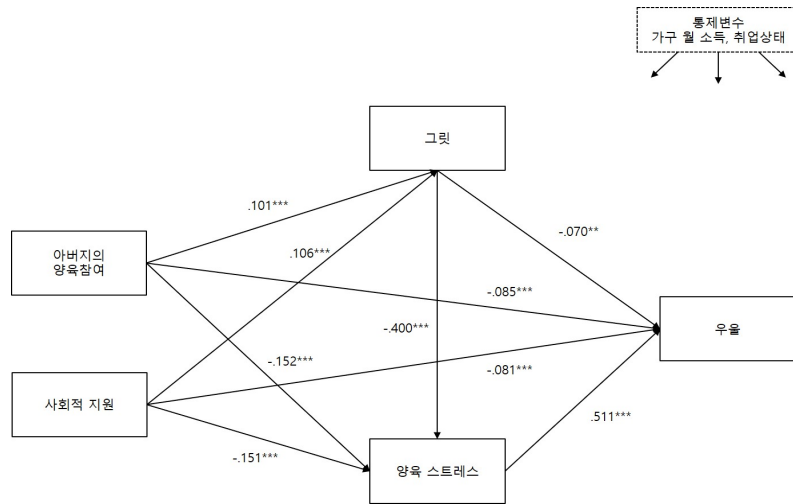
### 3. 자료분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS 27.0 프로그램과 AMOS 23.0 프로그램을 사용하여 분석되었다. 구체적으로 기술통계 분석, 상관분석 및 경로분석을 실시하였으며, 간접효과의 유의성 검증을 위해 Bootstrapping을 사용하였고, 이와 더불어 AMOS user-defined estimand를 활용하여 추가로 개별 간접효과의 유의성을 검증하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 아버지의 양육참여 및 사회적 지원과 초산모의 우울 간의 관계에서 그릿과 양육 스트레스의 순차적 매개효과

아버지의 양육참여와 사회적 지원이 초산모의 우울에 미치는 과정에서 그릿과 양육 스트레스의 순차적 이중매개효과를 살펴보기 위하여 경로모형을 설정하였다. 연구모형의 경로와 표준화 계수는 <그림 1>에 제시하였다. 연구문제를 중심으로 결과를 살펴보면, 아버지의 양육참여와 사회적 지원을 통해 높아진 초산모의 그릿은 이들의 양육 스트레스를 낮춤으로써 우울에도 영향을 주는 것으로 보인다.



[그림 1] 연구모형의 경로와 표준화 계수

아버지의 양육참여와 사회적 지원이 초산모의 그릿과 양육 스트레스를 통해 우울에 간접적으로 영향을 미칠 수 있는지 살펴보고자 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시한 결과 아버지의 양육참여( $\beta = -.106, p < .01$ )와 사회적 지원( $\beta = -.106, p < .01$ )이 우울에 영향을 미치는 간접효과와 더불어 초산모의 그릿이 우울에 미치는 간접효과( $\beta = -.206, p < .01$ ), 아버지의 양육참여( $\beta = -.041, p < .01$ )와 사회적 지원( $\beta = -.042, p < .01$ )이 초산모의 양육 스트레스에 영향을 미치는 간접효과 모두 유의한 것으로 나타났다. 추가 분석으로 AMOS user-defined estimand를 실시하여 개별 간접효과의 유의성을 검증한 결과 역시 모두 유의한 것으로 나타나 아버지의 양육참여와 사회적 지원은 초산모의 그릿을 높이고 이는 양육 스트레스를 완화시키며, 이를 통해 우울을 낮추는 데에 긍정적인 영향을 주는 것으로 볼 수 있다.

## IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 아버지의 양육참여와 사회적 지원이 초산모의 그릿과 양육 스트레스를 통해 우울에 이르기까지의 경로를 검증해보므로써 아버지의 양육참여 및 사회적 지원과 초산모의 우울 간의 관계에서 그릿과 양육 스트레스의 순차적 이중매개효과를 검증하였다. 본 연구의 결과와 의의를 종합해보면, 아버지의 양육참여, 사회적 지원, 그릿, 양육 스트레스 등 다양한 요인들이 초산모의 우울에 영향을 미치기에 우울과 같은 초산모의 정신건강 문제를 다루기 위해서는 다차원적인 접근이 필요함을 시사한다. 또한, 아버지의 양육참여, 사회적 지원과 같은 가정 내·외의 지지가 초산모 개인의 그릿을 향상시키고 양육 스트레스를 완화시킴으로써 우울을 예방할 수 있다는 점은 초산모가 다양한 지지체계를 형성할 수 있도록 개입할 필요가 있음을 의미한다.

본 연구결과를 토대로 하여 우울을 겪고 있는 초산모를 지원하기 위한 정책적 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 아버지가 적극적으로 양육에 참여할 수 있도록 찾아가는 아버지 교육 프로그램, 홍보, 캠페인 등을 통해 이를 장려하고 직장 내 가족친화정책의 활성화 및 강화가 필요하다. 둘째, 지역사회에서는 초산모의 사회적 네트워크를 개발 및 강화하도록 지원할 필요가 있으며, 스마트 기기의 발달이라는 시대적 흐름에 맞추어 초산모를 위한 온라인 플랫폼(모바일 앱) 등을 개발 및 활성화하는 방안도 고민해볼 필요가 있다. 셋째, 초산모의 그릿 증진시키고 양육 스트레스 관리할 수 있는 프로그램 역시 요구된다. 마지막으로 본 연구는 한부모인 초산모를 고려하지 못한 한계가 있다. 특히 한부모의 경우에는 실질적으로 이들이 자녀를 돌볼 수 있는 시간적 지원이 더욱 필요하기에 유연근무제, 유급 육아휴직제도 등을 활성화하고 다양한 형태의 지원방안 역시 강구해야 한다.