

어머니의 임신 중 스트레스와 영아의 기질 및 수면특성 간의 관계

이효림(경북대학교 가정교육과 부교수)/
김민솔(경북대학교 사범대학 미래교육센터 연구초빙교수)

I. 서론

임신 중 어머니가 경험하는 스트레스와 우울은 태아의 발달과 영유아 행동에 중요한 영향을 미치는 요인으로, 특히 뇌 발달과 행동 문제(예: ADHD)에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Dunkel Schetter et al., 2012; Van den Bergh et al., 2005). 본 연구는 임신 중 스트레스가 영아의 기질(외향성, 부정적 정서, 지향/조절 능력)과 수면 패턴(낮잠 횟수, 밤잠 시간)에 미치는 영향을 분석하고, 이를 통해 어머니의 정서적 안정과 영아의 건강한 발달을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다.

- 연구문제 1. 임신 중 스트레스, 영아의 기질, 수면 특성의 일반적 경향은 어떠한가?
- 연구문제 2. 잠재프로파일 분석에 따라 분류된 임신 중 스트레스 수준에 따른 영아의 기질과 수면 특성의 차이는 어떠한가?
- 연구문제 3. 잠재프로파일 분석에 따라 분류된 임신 중 스트레스 집단별로 기질이 수면 특성에 미치는 영향은 차이가 있는가?

II. 연구방법

본 연구는 2,261명의 어머니와 영아를 대상으로 한국 영유아 교육·보육 패널 자료를 활용하였다. 연구 도구로는 임신 중 스트레스, 영아의 기질(외향성, 부정적 정서, 지향/조절), 수면 특성(낮잠 횟수, 밤잠 시간)을 측정하는 척도가 사용되었다. 분석 방법으로는 상관분석, 잠재 프로파일 분석, ANOVA, 다중집단 경로 분석이 사용되었으며, 모형의 적합도는 χ^2 , GFI, CFI, RMSEA, TLI 지수로 평가하여 최적의 모형을 선택하였다.

III. 연구결과

1. 주요 변수의 특성

임신 중 스트레스는 태아 관련, 양육 관련, 신체 불편감 스트레스와 높은 상관관계를 보였으며, 부정적 정서와는 정적, 지향/조절과는 부적 상관관계를 나타냈다. 낮잠 횟수는 임신 중 스트레스와, 밤잠 시간은 배우자 관련 스트레스 및 부정적 정서와 유의미한 상관이 있었다.

2. 임신 중 스트레스 수준에 따른 기질과 수면의 일원분산분석

〈표 2〉 스트레스 수준에 따른 영아의 외향성, 부정적 정서, 지향/조절 차이 분석 결과

종속변수	집단	표본수	평균	표준편차	F	p	사후검정 (Tukey)
외향성	1	1105	5.35	0.76	0.0798	0.778	-
	2	1156	5.35	0.77			
부정적정서	1	1105	4.58	1.03	11.2775	0.001***	1)2
	2	1156	4.42	1.15			
지향/조절	1	1105	5.49	0.66	4.0615	0.044*	1<2
	2	1156	5.55	0.69			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

본 연구는 임신 중 스트레스 수준에 따른 영아의 기질과 수면 특성을 분석한 결과, 부정적 정서는 스트레스 높은 집단에서, 지향/조절 능력은 스트레스 낮은 집단에서 더 높았다. 수면에서는 낮잠 횟수에 차이가 없었으나, 밤잠 시간은 스트레스 낮은 집단이 더 길었다.

3. 어머니의 임신중 스트레스에 따른 기질과 수면의 다중집단경로 분석

〈표 3〉 스트레스 수준에 따른 기질과 영유아 수면 패턴 간의 경로 분석 결과

경로	집단 1 (스트레스 높은집단)			집단 2 (스트레스 낮은집단)			t-statistics
	Estimate	S.E	C.R	Estimate	S.E	C.R	
밤잠시간 ← 부정적 정서	0.34	0.47	.717	.051	0.42	1.200	0.261
낮잠횟수 ← 부정적 정서	-.107	0.25	-4.302***	-.140	0.24	-5.817***	-0.962
밤잠시간 ← 외향성	.135	0.75	1.809	.084	0.71	1.185	-0.493
낮잠횟수 ← 외향성	.074	0.39	1.899	.095	0.41	2.344*	0.372
밤잠시간 ← 지향/조절	-.105	0.72	-1.456	-.025	0.65	-.390	0.819
낮잠횟수 ← 지향/조절	.172	0.38	4.537***	.198	0.37	5.305***	0.492

IV. 논의 및 결론

임신 중 스트레스는 영아의 부정적 정서를 증가시키고 자기 조절 능력을 저하시켰으며, 낮잠 횟수에 유의미한 영향을 미쳤다. 이는 임신 중 스트레스 관리가 영아의 기질과 수면 패턴에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사하며, 스트레스 감소를 위한 개입 방안의 필요성을 강조한다.