



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김 정 규 교수지도  
석사학위 청구논문

영아기 첫 자녀를 둔  
어머니의 원가족 애착경험이  
양육스트레스에 미치는 영향 :  
자기위로능력과 부부친밀감의 매개효과

2017

성신여자대학교 대학원  
심리학과  
이 은 희

영아기 첫 자녀를 둔  
어머니의 원가족 애착경험이  
양육스트레스에 미치는 영향:  
자기위로능력과 부부친밀감의 매개효과

김 정 규 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2016년 11월

성신여자대학교 대학원

심리학과

이 은 희

# 인 준 서

이은희의 석사학위 논문으로 인준함

2016년 11월

심사위원장 \_\_\_\_\_ (인)

심사위원 \_\_\_\_\_ (인)

심사위원 \_\_\_\_\_ (인)

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구의 목적은 영아기의 첫 자녀를 양육하는 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스, 자기위로능력, 부부친밀감의 관련성을 알아보고, 원가족 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 자기위로능력 및 부부친밀감의 매개효과를 확인하고자 하였다.

연구대상은 서울, 경기, 인천, 대구, 경북 지역을 중심으로 생후 36개월까지의 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니들에게 설문조사를 실시하였고, 성실하게 응답한 393부를 분석하였다. 측정 도구로는 성인애착 척도, 양육스트레스 척도, 자기위로능력 척도, 부부친밀감 척도를 사용하여 SPSS 24를 이용한 기초통계분석, *t*-test, 일원변량분석(ANOVA), 상관관계분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 초보 어머니들의 어릴 적 아버지, 어머니와의 애착경험은 양육스트레스와 부적상관이 있었고, 자기위로능력 및 부부친밀감과는 정적상관이 있었다. 둘째, 초보 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 부분매개효과가 나타났다. 셋째, 초보 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 부분매개효과가 나타났다.

마지막으로 본 연구에 대한 논의와 의의 및 제한점을 논하고 후속연구를 위한 제언을 하였다.

주요어: 원가족 애착경험, 양육스트레스, 자기위로능력, 부부친밀감

# 목 차

## 논문개요

### I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 .....	7
1) 연구문제 및 가설 .....	7
2) 연구 모형 .....	8

### II. 이론적 배경

1. 영아기의 첫 자녀양육 .....	9
2. 원가족 애착경험 .....	11
1) 애착의 개념 .....	11
2) 선행연구 .....	13
3. 양육스트레스 .....	16
1) 개념 및 선행연구 .....	16
2) 원가족 애착경험과 양육스트레스 .....	19
4. 자기위로능력 .....	21
1) 개념 및 선행연구 .....	21
2) 원가족 애착경험, 양육스트레스와의 관계 .....	24
5. 부부친밀감 .....	26
1) 개념 및 선행연구 .....	26
2) 원가족 애착경험, 양육스트레스와의 관계 .....	29

### Ⅲ. 연구방법

1. 연구 대상 .....	33
2. 측정 도구 .....	33
1) 기초설문지 .....	33
2) 어머니의 원가족 부모와의 애착 .....	34
3) 어머니의 양육스트레스 .....	35
4) 어머니의 자기위로능력 .....	36
5) 부부친밀감 .....	37
3. 통계처리 및 자료분석 .....	38

### Ⅳ. 연구 결과

1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성 .....	40
2. 측정 변인의 일반적 경향 .....	42
3. 인구통계학적 특성에 따른 양육스트레스의 차이검증 .....	44
4. 주요 측정변인들 간의 상관관계 분석 .....	46
5. 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 매개효과 .....	49
6. 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 매개효과 .....	54

### Ⅴ. 논의

1. 결과에 대한 논의 .....	59
2. 연구의 의의 및 제언 .....	63

참고문헌

ABSTRACT

부록

## 표 목 차

<표 1> 성인애착척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	34
<표 2> 양육스트레스척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	36
<표 3> 자기위로능력척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	37
<표 4> 부부친밀감척도의 하위요인 및 신뢰도 .....	38
<표 5> 연구대상자의 일반적 특성 .....	40
<표 6> 연구대상자의 자녀 특성 .....	41
<표 7> 연구대상자의 환경적 특성 .....	42
<표 8> 측정변인의 일반적 경향 .....	43
<표 9> 인구통계학적 특성에 따른 양육스트레스 .....	45
<표 10> 어머니 원가족 애착경험, 양육스트레스, 자기위로능력, 부부친밀감 의 상관관계 .....	48
<표 11-1> 아버지 애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과 .....	50
<표 11-2> 어머니 애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과 .....	52
<표 12-1> 아버지 애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과 .....	55
<표 12-2> 어머니 애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과 .....	57

## 그림 목 차

<그림 1> 연구모형 1 .....	8
<그림 2> 연구모형 2 .....	8
<그림 3> 아버지애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과 .....	51
<그림 4> 어머니애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과 .....	53
<그림 5> 아버지애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과 .....	56
<그림 6> 어머니 애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과 .....	58

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

모든 인간은 출산이라는 방식으로 태어나서 삶을 시작한다. 여성에게 임신과 출산은 창조적 존재로서의 여성이라는 자긍심과 완성감을 느끼게 해주고 여성성의 극대화 경험을 하게 하는 체험이다(손승아, 2000). 많은 예비 모들은 태교 및 출산교실에 참여하면서 태어날 아이를 위한 준비로 기대감, 긍정적인 흥분을 느끼고, 출산의 고통에도 불구하고 자녀의 탄생은 여성으로 하여금 설렘과 이전에는 느껴보지 못한 행복감과 충만한 기분을 느끼게 해준다. 하지만 이와 동시에 어머니라는 낯선 용어와 마주하게 되고, 여성은 인생의 전환점을 맞아 서 새로운 정체성을 재확립해나가야 한다.

어머니가 된다는 것은 쉽지 않은 일로 신체적 변화, 심리적 변화, 관계맺음의 변화라는 커다란 변화를 겪게 되며(손승아, 2000), 예상했던 것 이상의 많은 현실적 어려움에 부딪힌다. 즉 출산 후 변화된 자신의 몸을 받아들여야 하고 가사노동의 증가로 체력적인 한계를 느끼며, 그동안 해오던 많은 활동들에 제약을 받기도 하고 심리적, 경제적 부담과 가족구성원 역할의 변화를 경험한다. 더욱이 현대사회에서는 가족형태의 변화와 취업주부의 증가가 새로운 부모역할을 수행하도록 요구하며 마음의 여유조차 가질 수 없도록 한다(모정아, 2012; 권경숙, 2008; 김경은, 2008; 손승아, 2000). 따라서 어머니로서의 역할전환은 출산과 동시에 많은 변화와 희생, 책임 등이 요구되므로 자녀 양육 시에 어려움과 혼란 및 스트레스, 우울, 불안 등 부정적인 감정을 유발시킨다.

영아기에 해당하는 첫 자녀를 둔 어머니들은 1차적 양육책임자가 되어 첫 아이여서 민감하게 대처해야 하는 상황에서의 어려움과 영아의 욕구와 반응을 이

해하지 못함, 자녀의 체중과 신장, 발달 행동에 따른 개인차 등으로 스트레스를 경험한다. 맞벌이를 하는 여성의 경우 직장과 가정에서 기대되는 역할 간 기대 갈등과 직접 자녀를 돌보지 못하는 죄책감, 애착형성에 대한 어려움, 신체적인 피곤함 등이 양육스트레스에 큰 영향을 미친다(김희순, 심미경, 김태임, 2007; 편은숙, 2004). 이에 영아기의 첫 자녀에서 어머니들은 육아스트레스로 심신의 고통을 호소하는 경향이 높고, 책임감은 높은 반면 어머니 역할수행에 자신감이 낮으며, 이는 산후우울증과도 관련이 깊은 것으로 나타난다(장정애, 2006; 양미선, 2000).

한편 인간의 성장과 발달에 있어 영아기는 그 기초를 형성하는 중요한 시기로 영아기 자녀에게 있어 어머니라는 존재는 태어나면서부터 관계를 맺는 가장 중요한 타인이며 발달전반에 강력한 영향력을 미친다. 특히 인생초기에 형성되는 어머니와 영아간의 안정된 상호작용을 강조하여 이후 자녀가 성장해나가는 동안 지속적으로 인지, 정서, 사회 등 모든 발달영역에 결정적인 역할을 한다는 많은 연구가 있고(박향아, 배구택, 윤지영, 정도영, 2015; 김은주, 2012; 정미라, 권정윤, 박수경, 2011), 이 시기 어머니의 양육스트레스 또한 양육행동을 통하여 자녀에게 직·간접적으로 영향을 준다는 결과가 있다(김현미, 도현심, 2004; 정미라, 강수경, 김민정, 최혜정, 2014; 정윤주, 2008; 이경하, 2009; 장영애, 이영자, 2012). 높은 양육스트레스는 온정적인 양육행동에 부정적인 영향을 주고 자녀와의 상호작용에서 공격성이 증가되어(Anthony, Anthony, Glanville, Naiman, Waanders, & Shaffer, 2005), 언어적인 학대로까지 이어진다고 한다(김미예, 박동영, 2009). 이에 영유아 자녀의 사회적 유능성(김송이, 최혜영, 2007), 자아존중감(최혜리, 2011; 최정미, 우희정, 2004), 자기조절 및 통제력(고유미, 2011; 조영숙, 이양희, 2009), 정서지능(김인희, 2011), 감성지능(이승은, 서현, 2007), 놀이형태(정길정, 배운정, 2005) 및 공격성(최혜리, 2011)과 문제행동(박진아, 이경

숙, 신의진, 2009)에 영향을 미친다고 보고되고 있다. 이렇듯 양육스트레스는 가족발달 주기 상 어느 정도는 필연적이지만 어머니 자신의 삶뿐만 아니라 자녀와 가족 모두에 부정적인 영향을 미치게 되므로 관련 변인을 탐색하고 이를 감소시킬 수 있는 방안을 찾는 노력이 필요하다.

Crnic & Greenberg에 의하면 양육 스트레스는 어머니 관련 변인, 자녀 관련 변인, 가정환경 관련 변인이라는 세 가지 변인과 연결되어 있는데, 그 중에서도 어머니 관련 변인이 양육스트레스에 중요한 변수라고 한다. 현재 어머니 관련 변인 연구는 취업유무나 연령, 학력 등의 인구사회학적 변인에 초점을 맞추고 있고, 어머니의 내적 특성을 고려한 연구는 많지 않다. 또한 스트레스란 개인에 따라 같은 환경에서도 다르게 지각, 대처할 수 있는 만큼 어머니 자신의 내적 자원을 탐색하는 것이 중요한데 지금까지는 이에 대한 연구가 부족해 보인다.

어머니의 내적 특성 가운데 어머니의 원가족 애착경험을 살펴보는 것은 생의 초기에 형성된 애착관계가 기본 인간관계 형성의 원형이 되고(Bowlby, 1969), 어머니 또한 자신의 부모와의 경험으로부터 어머니 역할을 배우며, 자신의 자녀와의 관계에서 자신의 부모와의 관계를 반복하여 자녀양육 시 부모와의 애착 관련 사고와 정서체험이 증가될 가능성이 많기 때문에 의미가 있다(장은숙, 2012; 안명희, 2010). 애착관계가 세대 간 전이된다는 선행연구들은 현재의 자녀 양육에서 어머니가 자신의 부모와 맺은 애착경험이 중요한 영향을 끼치고 있음을 시사한다(Main, Kaplan, & Cassidy, 1985; Fonagy, Steele & Steele, 1991; 장휘숙, 1997). 즉 어머니가 자신의 부모와 긍정적인 애착을 형성하였다면 자신의 자녀와도 서로를 신뢰, 인정하는 원만한 관계형성이 가능하고(오진아, 2007), 불안정 할수록 잠재된 애착관련 사고와 감정이 자녀에 대한 태도에 개입하여 자녀를 향한 심리적 공격이 가중되고(안명희, 2010), 양육태도와 자녀와의 관계형성에 부정적인 영향을 미쳐서 양육스트레스를 상승시키는 것으로

볼 수 있다.

또한 애착과 스트레스의 관계에서, Bowlby(1980)가 개인의 대처기술을 증진시키는 안정된 애착의 역할을 언급한 바 있는데, 어머니의 애착 수준이 불안정할수록 양육스트레스를 높게 지각한다는 연구가 있으며(양주연, 2014; 장은숙, 2012; 강옥순, 전예화, 2008; 정윤주, 2008), 안정적인 애착유형의 어머니는 자녀에게 장애가 있는 경우에도 자녀의 장애유형에 상관없이 양육스트레스가 낮다는 결과는(유희정, 강연옥, 이훈진, 2004) 애착이 어머니의 양육스트레스에 대한 지각에 영향을 미친다는 것을 시사한다.

본 연구에서 매개변인으로 설정한 어머니의 자기위로능력은 부모의 공감적이고 상호작용적인 양육으로부터 발달되는 능력이다. Kohut(1971)에 의하면 아이들은 기본적으로 공감적이고 수용적인 부모의 반응을 필요로 하고, 이것을 내면화하는 과정을 통해 건강한 자아정체감과 자기를 위로하는 능력(soothing ability)을 기를 수 있다고 한다. 즉 자기위로능력의 형성은 안정적인 애착관계를 기반으로 하며, 정서적인 고통을 느끼는 상황이나 상태에 당면하여 다시금 편안한 상태를 유지하려고 하는 것과 이를 위해 자기 스스로 감정을 달래는 방법을 알아서 행할 뿐만 아니라 타인에게 이를 표현하고 위로받는 것도 수용할 수 있는 태도 모두를 의미한다(Moser, 1991; Glassman, 1989). 따라서 위로의 수용능력이라고도 하는데, 자기위로능력은 스트레스나 위기상황 속에서 사람들이 원래의 안정적인 심리상태로 회복하는 데 중요한 내적자원이라고 할 수 있다.

최근 연구들에서 스트레스와 대처, 심리적 소진 등과 관련해 자기위로능력이 개인의 부정적인 정서와 행동을 완화시켜주고 긍정적인 삶을 살아가는 데 도움을 준다고 밝히며, 직장인과 유아교사, 상담자, 놀이치료자, 감정노동자와 같은 직업군을 대상으로 하여 자기위로능력이 사회불안과 스트레스, 심리적 소진을

완충시키는 내적변인으로 작용할 수 있다고 한다.(이성령, 홍혜영, 2015; 설지선, 2015; 서진희, 2014; 김현정, 김지현, 2013; 조은정, 이영애, 2007)

이러한 연구들은 자기위로능력의 매개 및 조절효과를 확인하였다는 데에 의의가 있는데, 아직 어머니의 애착경험과 양육스트레스의 관계를 연결하는 매개변인으로 자기위로능력의 역할을 검증한 연구는 보고되지 않았다. 위에서 언급한 직업군은 과중한 업무와 누군가를 돌보는 일을 하며 감정소모가 많다는 점이 자녀 양육 시 어머니가 경험하는 스트레스와 유사하다고 짐작되며, 특히 영아기 첫 자녀를 양육함에 초보 어머니는 스트레스 대처전략이 부족하고 외부의 도움을 쉽게 받을 수 없는 경우가 많으므로 스스로 자신을 위로하고 부정적인 정서를 조절하여 극복하는 자기위로능력이 영향력을 가질 것이라 판단된다.

일반적으로 첫 자녀의 탄생은 두 사람이었던 부부에게 함께하는 시간이 줄어들고 자녀가 우선시됨에 따라 관계가 소원해지는 경향이 있는데 부부관계는 어머니의 양육스트레스를 예측하는 중요한 외적요인 중 하나이다. 성인이 되어 맺는 가장 밀접한 인간관계는 부부관계로 애착이론 및 선행연구들은 어릴 적 부모로부터 경험한 양육과 애착에 의해 형성된 내적실행모델이 배우자와의 친밀한 관계형성에 중요한 역할을 한다고 본다(장선웅, 2008; 예남희, 민하영, 권혜진, 2010). 특히 어머니의 경우 원가족과의 정서적인 경험이 부부관계에 긍정적인 영향을 줄 수 있다고 하며(권정란, 이인수, 2006), 안정적인 애착을 가진 사람이 부부친밀감이 더 높고 결혼생활에서 갈등이나 관계문제를 적게 경험한다고 한다(Maysseless, Sharabany, & Sagi, 1997; Volling, Notaro, & Larsen, 1998). 첫 자녀를 출산하여 변화를 겪는 부부에게 이 시기를 잘 극복하고 자녀 및 가족이 건강하게 성장하기 위해서는 친밀한 부부관계를 유지할 필요가 있으며(Olson, 2009), 선행연구에서 서로 일치된 생각을 가지고 공감하며 애정적인 부부일수록 양육스트레스가 줄어들게 된다는 결과는 곧 부부친밀감이 어머니의

양육스트레스를 완화시킬 수 있는 원동력이 될 수 있다는 가능성을 제시한다 (이지현, 2010).

부부친밀감은 결혼만족, 결혼적응보다 부부관계의 인지적, 정서적, 성적인 상호공유성을 강조함으로 관계적 속성을 평가하는 개념으로 결혼만족도를 설명하는 중요한 변인이고, 결혼만족도가 양육스트레스에 정적 또는 부적인 영향을 미친다는 결과로 추론해 볼 때(Belsky, Rovine, 1984; 서석원, 이대균, 2013; 민동옥, 박혜원, 2012), 부부친밀감 역시 양육스트레스와의 관계에서 결혼만족도와 같은 영향을 미칠 것이라 예상할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 자기위로능력 및 부부친밀감의 발달기체에 관한 이론과 두 변인들의 매개 및 조절효과를 검증한 선행연구들과 같은 맥락에서 자기위로능력과 부부친밀감이 어머니가 원가정에서 경험한 애착과 양육스트레스간의 관계에서 매개역할을 할 것이라고 가정하며, 그 효과를 검증하고자 한다.

본 연구에서는 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니들을 대상으로 하였고, 최근 산후우울증과 양육스트레스로 인한 여성들의 알코올 중독 및 아동학대, 범죄와도 관련된 이슈들이 사회문제가 되고 있는 시점에서 예비모를 위한 프로그램들이 상업성을 가지고 있거나 출산과 수유 및 육아지식을 전달하는 정도로 실제적, 구체적인 지침이나 지원들이 충분하게 제공되지 못하는 상황이므로 연구결과를 통해 향후 새로운 예비모 프로그램의 개발 및 상담 장면에 근거가 되는 자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구문제

### 1) 연구문제 및 가설

본 연구에서는 영아기 첫 자녀를 둔 초보 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력 및 부부친밀감의 매개효과를 알아보고자 한다. 이를 위해 연구문제를 다음과 같이 설정하였다.

**연구문제 1. 영아기 첫 자녀를 둔 초보 어머니의 원가족 애착경험과 자기위로능력, 부부친밀감, 양육스트레스는 상관관계를 가질 것인가?**

가설 1-1. 초보 어머니의 원가족 애착경험은 양육스트레스와 부적상관을 보일 것이다.

가설 1-2. 초보 어머니의 원가족 애착경험은 자기위로능력, 부부친밀감과 정적상관을 보일 것이다.

가설 1-3. 초보 어머니의 자기위로능력과 부부친밀감은 양육스트레스와 부적상관을 보일 것이다.

**연구문제 2. 영아기 첫 자녀를 둔 초보 어머니의 원가족 애착경험과 그들의 양육스트레스 간에 자기위로능력, 부부친밀감의 매개효과가 있는가?**

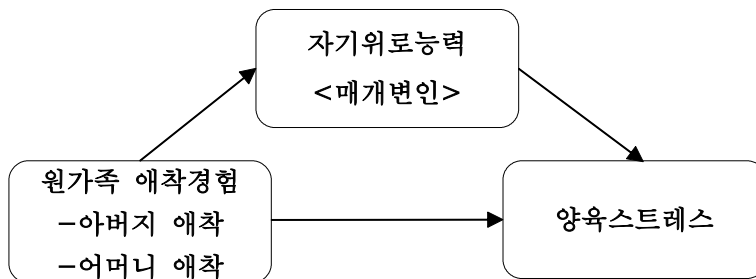
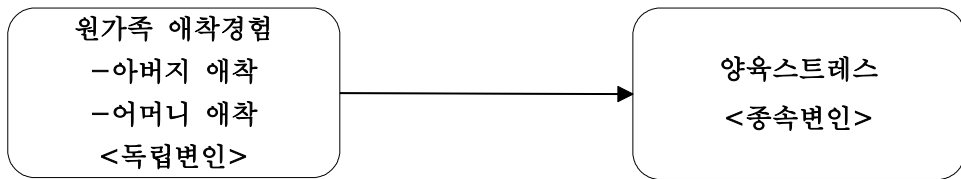
가설 2-1. 초보 어머니의 원가족 애착경험은 자기위로능력을 매개로 하여 양육스트레스에 영향을 줄 것이다.

가설 2-2. 초보 어머니의 원가족 애착경험은 부부친밀감을 매개로 하여 양육

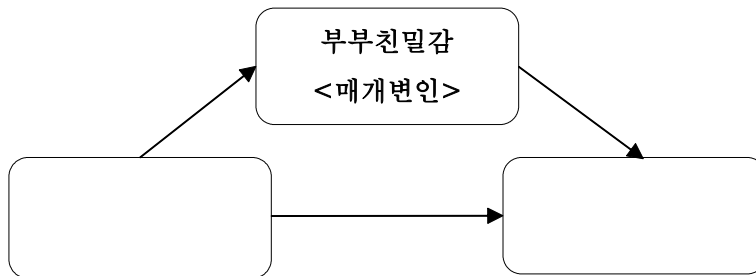
스트레스에 영향을 줄 것이다.

## 2) 연구 모형

본 연구에서는 [연구문제 2]의 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력, 부부친밀감의 매개효과를 알아보려고 연구모형을 다음과 같이 설정하였다.



<그림 1> 연구모형 1



## Ⅱ. 이론적 배경

### 1. 영아기의 첫 자녀양육

인간에게 있어 출생 후 3년 동안에 해당하는 영아기는 급격한 변화와 발달이 이루어지는 시기로서 이 기간 동안 영아들은 일생동안 갖추어야 할 모든 기본적인 신체발달 뿐만 아니라 전반적인 언어, 인지, 정서, 사회성 발달의 기초가 형성된다. 이 시기 영아들은 하루가 다르게 성장, 발달하고 자아가 생겨나기도 하는데 사실상 가장 무력한 시기이기도 하여 부모의 전적인 보호와 보살핌을 필요로 한다. 따라서 영아에게 가장 중요한 대상은 일차적 양육자인 어머니이며, 신생아 시기의 어머니가 신체적 안전과 생리적 욕구를 충족시켜주는 보호자의 역할을 주로 한다면 점차 학습 및 놀이자의 역할과 사회화 발달을 도와주는 다양한 역할을 맡게 된다. 특히 어머니와의 상호작용을 통해 영아의 신뢰감이나 자율성이 획득되는 중요한 때이므로 태어나서 처음 만나게 되고 가장 많은 시간을 보내는 어머니와의 안정되고 긍정적인 애착관계가 강조되고 있다.

많은 선행연구들에서 일관적으로 영아기 자녀를 둔 어머니가 적절한 양육자의 역할을 할 경우, 자녀는 사회 정서적인 측면에서 또래관계가 원만하고 적응력과 수용력이 높으며, 자아존중감, 가치감, 유능감이 뛰어나다고 한다(이선애, 2014). 김순옥(2002)의 결과에서도 어머니의 애정적 양육태도가 자녀의 정서지능 중 대인관계 기술에 긍정적인 영향을 미치고, 영아가 어머니와 애착이 잘 형성되어 있을수록 가정 외의 사회적 환경에서 적응력이 높은 것으로 나타났다. 언어 및 인지발달 측면에서 생후 첫 해 동안에 어머니가 더 많이 말하고 자극한 영아가 이후 4세가 되었을 때 언어와 지각에서 평균보다 높은 점수를

받았고(Bornstein, 2002), 이 외에도 어머니와 영아 간의 언어적, 비언어적인 상호작용의 질이 영아에게 지속적으로 영향을 미친다는 연구결과들이 지속적으로 보고되고 있다.

한편 어머니가 된다는 것은 여성에게도 인생을 살아가면서 가장 큰 변화를 가져올 수 있는 경험 중의 하나로 특히 첫 자녀의 출생은 어머니에게 당장 아이가 왜 우는지부터 시작하여 무엇을 먹이고, 아플 땐 어떻게 해야 하는지, 언제 말하고 걷게 되는지 등에 이르기까지 끝이 없는 궁금증과 걱정을 유발하고 주의를 기울이게 한다(최유리, 2006). 자신의 개인시간은 없어지는 반면 양육행동과 가사노동의 증가로 신체적 피로와 스트레스가 따라올 수밖에 없는데, 1세부터 12세까지의 자녀어머니를 대상으로 한 양육스트레스 측정 결과 연령이 높아질수록 스트레스수준이 감소한 것은 이러한 영아기 자녀를 둔 어머니들이 상대적으로 자녀양육에 어려움을 느낄 수 있음을 시사한다(정경미, 이경숙, 박진아, 김혜진, 2008)

또한 어머니에게 첫 자녀는 보다 특별한 의미를 부여하여 처음으로 낳아 기르게 되는 자녀에 대해 각별한 감정을 가질 수 있고, 이는 영아기 자녀에 대한 양육행동에도 반영된다. 단순한 생리적 욕구충족뿐만 아니라 말과 행동, 신체적 접촉을 통한 정서적, 심리적 욕구충족에 애쓰고, 발달에 도움이 되는 적절한 자극과 반응을 제공하려고 노력하며, 온정적이고 일관된 양육태도로 안정된 애착 관계를 형성하고자 이 시기 어머니는 모든 관심과 기대를 자녀에게 쏟는 것이다. 선행연구에서도 어머니들은 첫 자녀와 이후 자녀와는 여러 면에서 차별적인 모습을 보이고, 첫째에게 보다 제한적이고 엄격하며 책임감을 더 갖게 하고, 많은 주의와 지도를 하여 교육에 투자하고 기대감이 높은 것으로 나타나고 있다(장은경, 1998; 유안진, 2003). 따라서 이를 종합해 보면, 이제 처음 어머니가 된 여성은 자신에게 일어난 여러 가지 변화를 한꺼번에 받아들여야 함과 동시

에 양육의 책임과 자녀를 보다 잘 키우기 위한 노력으로 큰 스트레스에 당면한다. 그리고 그 과정에서 어머니는 새로운 정체성을 재확립하고 자녀의 원만한 발달과 성장을 위해 자신만의 방식으로 스트레스를 다루고 새로운 환경과 역할에 적응하는 것이 필요하다.

## 2. 원가족 애착경험

### 1) 애착의 개념

애착의 개념 형성은 정신분석학과 사회학습이론, 생태학 등 여러 이론에 의해 이루어져 왔다. 정신분석에서는 추동이론과 대상관계이론의 측면에서 유아와 엄마의 결속이 영아의 구순욕구를 어머니가 충족시켜줌으로써 궁극적으로 애착관계가 형성된다고 설명하였고, 사회학습이론에서도 어머니가 수유를 통해 영아의 배고픔을 해소해줌으로써 긍정적 가치를 습득하게 되고, 어머니와의 접촉을 통해 애착을 발달시켜 나간다고 보았다. 생태학적 이론은 애착은 어머니와 영아 간 상호관계의 산물이고 영아가 어머니로부터 스스로 보살핌을 이끌어내는 적극적인 역할을 하며, 애착형성을 생존과 연결 지어 본능적 반응의 결과로 설명한 바 있다.

Bowlby는 이러한 개념을 정리하여 발달심리학적 관점에서 영아와 어머니와의 유대관계를 설명하기 위해 최초로 애착이란 개념을 사용하였다. Bowlby에 따르면, 애착이란 한 개인이 자신과 가장 가까운 사람에 대해서 느끼는 강렬하고도 지속적인 정서적 결속을 의미하며, 이는 영아와 어머니 또는 주 양육자 간에 이루어지는 특별한 사회적 관계라고 할 수 있다(Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1958). Bowlby는 애착의 근본적 속성이 양육자와 물리적인 근접성을

유지하려는 유아의 절대적인 필요에 기초한 것으로, 단지 정서적인 안전을 증진하는 것만이 아니라 사실상 유아의 생존을 확보하기 위한 것으로 이해했다. 따라서 생물학적 진화론에 토대를 둔 관점에서 볼 때, 애착행동체계는 안전한 환경 내에서 생존의 가능성을 높이는 것이며, 인간은 동물과는 달리 미숙한 상태로 태어나 애착체계가 발달된다고 설명한다. 이를 단계별로 살펴보면, 신생아는 사람의 접촉에 특히 잘 반응하고 울기와 미소 짓기의 신호 기능으로 양육자의 반응성을 이끌어내며, 생후 6개월까지는 어머니와 영아가 서로 쳐다보고 안아주기를 통해 애착의 주요한 부분이 형성된다. 이 기간 중 후의 3개월 동안은 애착관계의 시작이 보다 분명해져서 아기는 어머니를 쳐다볼 때 차별적이 되며, 어머니의 목소리나 부재에 다른 사람과는 다르게 반응하고 안아달라는 몸짓으로 차츰 서로를 알아본다. 생후 6개월에서 3년까지는 고유한 애착의 시작을 알리는 몇 가지 발달상의 변화가 일어나는데, 영아는 낯선 사람에 대한 불안을 보이기도 하고 자발적인 이동이 가능하게 되면서 어머니 곁에 ‘충분히 가까이’ 있고자 애착대상에 대한 능동적 접근을 추구하기 시작한다. Bowlby(1958)는 이러한 애착체계가 세 살 무렵에 수립되어 평생동안 유지된다고 하였고, 3세 이후에는 부모에게 초점을 맞추도록 프로그램화 된 것처럼 애착체계가 형성되어 유아의 인지능력이 발달하고 언어를 사용하고 심리적으로 복잡해짐에 따라 서로에게 영향을 끼치는 상호작용하는 관계에 들어선다고 하였다.

이러한 애착은 두 사람간의 특수한 애정적 관계이므로 애착 대상은 다른 사람이 대리할 수 없는 심리적 기능을 하며, 애착형성의 결과는 후에 발달하는 정서적 안정성과 대인관계의 중요한 기초가 된다. 이는 내적실행모델(internal working model), 즉 각 개인이 자기 자신과 타인 그리고 세계에 대해 갖는 내적표상이 생애 초기 영아와 애착대상과의 상호작용을 통해 발달하여 향후 사고

와 감정, 기대 및 행동방식을 이끌고 사회적 관계를 맺어간다는 것이다.

Ainthworth(1983)는 낯선 상황 절차를 이용하여 유아와 양육자가 상호작용하는 양상을 관찰하고 그 결과로 애착유형을 안정애착, 회피애착, 불안/양가의 3 유형으로 분류하였다. 또한 Bartholomew, Horowitz(1991)의 4범주 모델에서는 Bowlby의 내적실행모델을 체계화하여 자기와 타인에 대한 긍정, 부정을 근거로 안정형, 몰입형, 거부형, 두려움형으로 구분하였다. 안정형은 높은 자기존중감과 자신이 사랑받을 가치가 있다고 여기면서 타인에 대한 신뢰도도 높아 대인관계에서 온정적인 모습을 보이고, 몰입형은 자신에 대한 부정적인 관점, 즉 자신을 사랑받을 가치가 없다고 여기면서도 타인에 대해서는 긍정적인 마음을 가지고 애착대상에게 집착하는 모습을 나타내는 것이 특징이다. 거부형은 자신은 사랑받을 만하다는 관점을 가지고 있으면서도 타인에 대해서는 부정적이어서 타인과 친해지는 것을 피하며, 두려움형은 자기 부정적 관점과 타인 부정적 관점을 가지고 있어서 타인으로부터 상처받거나 거부당할지도 모른다는 두려움으로 인하여 자신을 보호하며 친한 관계맺기를 피하는 특징이 있다. 만약 부모가 자녀의 욕구에 항상 반응하고 온정적이었다면 안정된 애착을 형성하여 자신의 내적실행모델을 가치 있고 자기신뢰적인 것으로 발달시킬 수 있다. 하지만 거부적이고 무감각한 부모라면 자녀들은 불안정한 애착을 형성하여 자신의 내적실행모델을 무가치하고 보잘 것 없는 것으로 형성하게 되어 타인과 새로운 관계를 형성할 때에도 거부를 기대하거나 신뢰로운 관계형성을 기대하지 못하게 될 것이다(박새봄, 2014).

## 2) 원가족 애착경험 선행연구

원가족이란 한 개인이 태어나면서부터 성장해 오는 동안 사회적, 심리적, 정

서적으로 소속감을 가지는 가족으로써 결혼한 성인 자녀의 경우에는 결혼을 통하여 새로운 가족을 형성하기 이전까지 사회적, 심리적, 정서적인 소속감을 가져온 가족을 말한다(이종원, 2002). 한 개인이 지닌 현재 자아상, 가치, 행동, 태도, 다른 사람과 관계를 맺는 양식의 발달은 원가족이라는 맥락 안에서 이루어지며, 이러한 초기 경험은 평생동안 개인의 여러 발달 영역에 걸쳐 지속적인 영향을 미친다(Rovers, DesRoches, Hunter, & Taylor, 2000). 그 가운데서 부모님과 생애 초기에 경험한 애착은 내적실행모델의 형태로 성인이 되어서도 지속적으로 작용하며, 후일 중요한 타자들과 친밀한 관계를 형성하는 데 지도역할을 함으로써 정서적, 사회적 적응에 영향을 주는 것으로 밝혀져 있다(Cicirelli, 1983).

애착관련 선행연구들은 애착의 측정과 분류, 특징을 밝히고자 하는 시도와 다양한 연령층을 대상으로 애착과 스트레스, 대인관계 및 문제행동과 같은 변인들 간의 관계를 알아보는 연구로 나눌 수 있다. 본 연구에서는 성인인 어머니를 대상으로 어린 시절 부모와의 애착경험을 살펴보았는데, 생애초기 형성된 애착체계가 성인으로 이어진다는 Bowlby의 가정 하에 이를 ‘성인애착’이라고 하여 다루는 연구도 상당히 활발하다.

어린 시절 부모와 맺은 애착이 성인애착으로 반드시 이어지는가에 대해서 살펴보면, 여러 가지 주장들이 있지만 많은 선행연구들에서 발달초기 주요 양육자와의 관계를 통해 형성된 애착 유형이 성인기에도 안정적으로 지속된다고 보고 있다. 그 예로 낮은 상황실험을 통해 애착유형이 분류된 아동의 종단연구에서 그들이 17세가 되었을 때 성인애착 면접으로 다시 분류한 결과 77%가 어린 시절 애착유형과 일치하였다(Hamilton, 2000). 또한 아동기에 부모로부터 적절하고 민감한 보살핌을 받지 못했다고 보고한 사람들이 성인기에 연인 또는 배우자와의 관계에서 애착불안, 회피 행동을 더 많이 보였고, 적절한 애착을 형성

한 경우 낮은 애착불안, 회피행동을 보이며(한기백, 2013), 어린시절 부모와의 애착이 성인애착과 직접적인 인과적 관계를 갖는다는 국내연구 결과들은 어릴 적 애착경험의 지속성과 연속성을 보여준다(조영주, 최해림, 2001). 한편 개인이 성장함에 따라 애착대상이 부모와 또래, 연인으로 확대되는 과정에서 애착패턴이 변할 수도 있다는 연구들도 있으나 최소한 성인애착이 어린시절 부모와의 관계를 기반으로 형성되는 것이고 초기 주 양육자와의 관계에서 형성된 애착의 질과 내적작동모델의 고정적인 속성에 대해서는 많은 애착이론가들이 일치된 의견을 보이고 있다. 다만 애착의 비연속성을 밝히는 연구들(Weinfield, Sroufe, Egeland, 2000)이 애착과 관련된 어려움을 겪는 내담자에게 ‘(성인이 되어) 획득된 안정애착’(Pearson, Cohn, Cowan, & Cowan, 1994)으로의 회복이 가능하고, 결혼이나 자녀와의 긍정적인 관계 경험, 직업적인 보람, 상담을 통한 자기 성찰, 종교 경험, 글쓰기 및 독서, 명상 등의 변화요인을 탐색함으로써 치료적 장면에서 의의가 있을 수 있다(서미경, 2014).

원가족에서의 애착경험은 성인의 배우자 선택과 배우자와의 관계에 영향을 미치고 자신이 부모가 되었을 때도 그대로 작용하여 부모역할과 자녀양육행동 및 자녀와의 관계형성에 영향을 미친다. 어머니의 안정적인 내적실행모델은 자녀양육행동에 있어서 온정적, 수용적인 태도와 관련이 있고, 불안정한 내적실행모델은 허용·방임, 거부·제재적 양육행동과 관련이 있다는 여러 연구결과들이 있다(Bowlby, 1973; van IJzendoorn, 1995; 박소현, 2005 재인용). 또한 Main과 Goldwyn(1985)은 어릴 적 원가족 애착이 성인이 된 후 자기 자녀와의 관계에 영향을 주는 것에 대한 연구로서 부모가 원가족과 안정된 애착을 맺은 경우 자기 자녀의 신호와 의사소통에 대한 민감성이 높지만 어릴 적 불안정한 애착을 맺은 경우에는 자녀의 신호를 무시하고 변형하게 된다고 하였다. Crowell과 Feldman(1988)은 원가족 부모와 안정된 애착을 형성한 어머니는 자녀가 문제

해결을 잘 할 수 있도록 유용한 지침을 제공하고 지지적인 반면 원가족 부모와 불안정한 애착을 형성한 어머니는 부모역할 수행에 어려움을 보였다고 한다. 이러한 연구결과들은 어머니의 원가족에서 경험한 애착이 어떤 형태로든 현재에 영향을 미쳐서 자신의 자녀 양육에 영향을 주고, 애착이 세대 간 전이 또는 연속성을 갖게 된다고 볼 수 있다(Hamilton, 2000; Waters, Merrick, Treboux, Crowell & Albersheim, 2000; Weinfield, Sroufe, Egeland, 2000).

### 3. 양육스트레스

#### 1) 개념 및 선행연구

스트레스는 내적·외적 요구에 대응하지 못해서 생긴 갈등상태나 자신의 적응 능력으로 감당하기 어려운 다양한 자극에 의해 야기된 정신적, 신체적 긴장상태를 의미한다(서창원, 민윤기, 2007). 현대인에게 스트레스는 긍정적이든 부정적이든 우리의 일상생활에서 분리될 수 없는 일부분이 되었고, 인간의 정상적인 발달과 가족생활은 필연적으로 변화와 스트레스를 유발한다고 볼 수 있다. 개인이 가정을 이루고 첫 아이를 출산하는 일은 가족발달주기에서 긍정적인 역할을 하기도 하지만 이에 따른 생활의 변화, 신체의 변화, 가족구조 및 역할의 변화 등이 부모에게는 부정적인 사건으로 지각될 수 있고 결과적으로는 스트레스를 유발하는 원인이 되기도 한다(Crnic, Greenberg, Ragozin, Robinson & Basham, 1983).

따라서 고성혜(1994)는 양육스트레스란 가족생활의 발달적 맥락에서 구체적인 상황 하에서 발생하는 스트레스로, 가족체계가 직면하는 발달과정 속에서 어느 정도 예상되는 스트레스라고 하였다. 김기현과 강희경(1997)은 자녀양육으

로 인한 일상적 스트레스, 부모 역할수행에 대한 부담감 및 디스트레스, 그리고 타인양육에 대한 죄책감을 양육스트레스라고 정의하였고, 이정순(2003)은 부모 역할을 수행하는 과정에서 경험하는 스트레스로서 일시적 혹은 순간적으로 발생하는 근심, 걱정이 아니라 지속적으로 누적된 일상 스트레스라고 하였다.

어머니가 되어 느끼게 되는 다양한 종류의 스트레스는 자녀를 임신하는 순간부터 자녀가 자신의 가정을 이룬 후까지 지속적으로 존재한다고 할 수 있다(가족 스트레스 연구회, 1995). 이는 자녀양육에 따른 부정적인 측면보다 자녀를 보다 잘 키우기 위한 노력의 과정에서 발생하는 면이 있으며(고성혜, 1994), 더욱이 핵가족화와 여성들의 사회활동이 활발해진 시점에서 오늘날 다양한 역할을 수행하고 있는 여성들은 믿고 의지할 곳이 부족하고, 정보의 양은 많지만 어른들로부터 물려받은 생생한 체험이 아닌 지식의 수준으로 남아있어 실제로 활용하기 어려워 양육스트레스를 경험하는 특성이 있다(손승아, 2000)

Abidin(1992)은 부모의 역할수행에서 일상적으로 지각하는 스트레스를 양육스트레스라고 개념화하고, 양육행동에는 스트레스에 대한 부모의 지각이 영향을 준다고 하였다. 관련된 요인으로는 어머니의 개인적 특성과 유아의 특성, 환경적 요인을 제시하며 이러한 요인들이 서로 영향을 주고받음으로써 양육스트레스가 유발된다고 하였다. 그 중 어머니의 특성에 따른 양육스트레스가 양육행동에 가장 큰 영향력을 주는 요인이라고 할 수 있는데, 양육스트레스에 대한 지각 정도는 그것을 받아들이는 어머니 자신의 인구사회학적 배경이나 성격, 인지적 수준 등의 개인적 특성에 따라 다르게 지각될 수 있다고 밝혔다(Lazarus & Folkman, 1984). 또한 까다로운 기질의 유아는 어머니가 양육할 때 짜증, 피로 등을 줄 수 있고, 어리고 까다로운 영아일수록 짧은 시간에 많은 피로감과 좌절감을 느끼게 하여 결혼 생활에 대한 만족감까지 감소시키는 영향을 미치기도 한다(고희정, 1998). 이 밖에도 유아의 연령이나 성별, 자녀 수 등의

요인들도 부모의 양육스트레스에 영향을 미치는 자녀 요인이라고 한다(고성혜, 1994; 박삼수, 2004). 환경적 요인에 해당하는 가정의 경제상황, 주거환경, 사회적 지지의 유무, 배우자와의 관계 또한 양육스트레스에 영향을 미친다는 결과들이 있어(백영숙, 2007; 채선미, 강희선, 이한주, 신현숙, 1999) 본 연구에서는 이러한 요인들을 통제변인으로 고려하고자 한다.

어머니에게 첫 자녀를 출산하는 것은 기쁨, 행복과 함께 육아에 대한 선행학습 없이 기르게 된 자녀로 인해 심신의 피로와 어려움도 호소하게 된다. 부모 역할 수행을 위한 준비의 미흡과 기존의 가사 일과 사회생활에 육아까지 해야 하는 과업의 부담감(Kessler & Mcrae, 1982), 아이의 신호에 민감하게 반응할 모르는 등 아이와의 상호작용의 문제(Belsky, Rovine & Taylor, 1984), 육아에 대한 지식부족(이송은, 2012), 남편을 비롯한 사회 지원의 부족(Hemmelgarn & Laing, 1991)등이 첫 아이를 양육하는 스트레스와 관련이 있는 것으로 보고되고 있다.

이러한 어머니의 양육스트레스는 어머니 자신의 신체건강을 위협하고 우울이나 불안증상을 초래하여 일부는 정신병리에도 영향을 미친다(Gove, Hughes, 1979; 박진아, 이경숙, 신의진, 2009 재인용). 또한 어머니의 양육효능감(김경선, 2012), 심리적 안녕감(Lovallo, 2004)과 관련이 있고, 권위적이며 강압적이거나 방임적인 양육행동을 야기하며(김미숙, 문혁준, 2005; 안지영, 2001; Abidin, 1992), 자녀와의 상호작용에서 공격성이 증가되어(Anthony, Anthony, Glanville, Naiman, Waanders, & Shaffer, 2005), 언어적인 학대로까지 이어진다는 결과가 있다(김미예, 박동영, 2009). 이러한 역기능적인 양육행동은 다시 자녀의 발달에 부정적인 영향을 미치게 되고, 양육스트레스가 누적되면 결국 부모-자녀 관계에도 좋지 않은 영향을 미치는 것으로 나타난다(김미숙, 문혁준, 2005)

이렇게 어머니 자신뿐만 아니라 자녀와 가족 모두에게 부정적인 영향을 미치

는 양육스트레스를 완화시킬 수 있는 변인을 찾는 연구로 현재까지 어머니의 내적자원인 자아존중감과 자아효능감, 낙관성, 정서적 유능성과 외적자원인 사회적 및 배우자 지지와 사회적 자원에 대한 정도가 있다. 구체적으로 살펴보면, 자녀양육에 대한 자기효능감인 양육효능감이 높을수록 긍정정서가 높아지고 스트레스 대처능력을 향상시켜서 양육스트레스를 낮게 경험한다고 하며(최란, 2012), 자아존중감이 변동되는 정도를 뜻하는 자아존중감 안정성이 높은 기혼 여성은 양육스트레스 상황을 자신의 가치와 결부시키지 않아 우울감을 덜 느낀다는 결과가 있다(이운주, 2012). 또한 자아존중감과 사회적 지지가 취업모의 양육스트레스와 우울의 관계에서 매개역할을 하고(이선아, 2014), 자녀를 양육하면서 스트레스를 느끼는 경우에도 낙관성 수준이 높은 어머니가 적극적 대처로(문제중심, 사회적 지지추구) 상황에 잘 적응하고 주관적 안녕감이 높았다(박주영, 2014). 이렇듯 현재까지 어머니의 내적특성과 심리적 자원을 밝히는 연구는 부족한 실정이며, 상대적으로 장애아동, 다문화 가정 등 특수한 양육환경의 어머니를 대상으로 한 연구가 다수여서 추가적인 연구가 필요하다.

## 2) 원가족 애착경험과 양육스트레스

Abidin(1983)은 부모의 자녀양육스트레스 요인을 부모의 특성, 유아의 특성, 생활 스트레스의 세 영역으로 분류하였다. 그의 양육스트레스지수(Parenting Stress Index)에서는 양육기능과 보다 밀접한 관련이 있는 영역을 부모 영역으로 보고 하위요인을 부모의 우울, 애착, 역할의 제한성, 유능감, 사회적 고립, 배우자와의 관계, 건강 등으로 구성하였다.

본 연구와 관련해서 살펴볼 어머니의 애착은 자녀를 양육하는 것에 대한 어머니의 지각에서부터 자신의 자녀에 대한 양육행동, 자녀와의 관계에 중요한

영향을 미친다. 즉 어머니의 생애초기에 형성된 애착의 내적실행모델을 통하여 양육자로서 자녀를 대할 때 그들의 생각과 태도를 반영하고(Bowlby, 1980) 자녀와의 관계를 형성하며, 양육행동에 영향을 미치게 되는 것이다.

Abidin(1992)은 자녀양육과 관련하여 높은 스트레스를 경험하고 있거나 역기능적인 양육행동을 이해하기 위해서는 원부모와의 애착경험을 살펴보는 것이 필요함을 강조하였고, 정윤주(2008)는 어머니가 아동기에 그 원부모로부터 받은 애착의 질, 양육방식이 자녀양육에 대한 내적표상을 형성하여 이후에 자신의 자녀 양육행동에 영향을 미치는 요인이 된다고 하면서 어머니의 애착 경험에 대한 고찰의 필요성을 언급하였다.

애착유형 중 안정애착은 일반적으로 스트레스 사건에 대해 건설적, 적극적인 대처 양식을 보이는 반면 불안정한 애착을 형성한 개인은 스트레스와 불안에 취약하여 효율적으로 대처하기 어려워하거나 소극적인 전략을 주로 사용하는 것으로 나타난다(Kobak & Sceery, 1988). Milkulincer와 Florian, Weller(1993)의 연구에서도 안정애착의 개인은 외상적 사건에 사회적지지 추구를 대처전략으로 더 많이 사용하는 반면, 불안정 애착의 개인은 정서 중심적인 대처전략을 사용하고 더 빈번한 신체화와 외상관련 회피, 거리두기를 사용한다고 보고하였다. 따라서 불안정한 애착은 스트레스에 취약한 위험요인이라고 할 수 있으며, 안정적인 애착을 형성한 어머니는 낮은 양육스트레스를 경험하고, 자녀를 수용해 주고 격려해주며 애정을 표시하는 애정적 행동을 수행하지만 불안정한 애착의 어머니는 높은 양육스트레스를 호소하며, 자녀와의 관계에 보다 부정적으로 반응하기 쉽다(강옥순, 전예화, 2008; 정윤주, 2008). 이는 어머니가 자신의 양육자와 부정적이고 불안정한 애착 경험을 가진 경우 자신의 억압적이고 해결되지 않은 갈등을 자신의 자녀와의 관계에서도 반복적으로 재경험함으로써 양육스트레스에 영향을 수 있다는 것이다. 또한 안정된 아동기 애착 경험을 갖지 못한

부모들은 자녀의 애착행동을 잘못 해석하거나 거부함으로써 자신의 어린 시절의 거부당했던 기억들이 되살아나는 것을 방어하거나 자신의 애착 욕구에 고착함으로써(Ainsworth et al., 1978) 양육스트레스를 지각하는데 영향을 끼치게 된다고 한다.

Grossman(1991)은 안정적으로 애착된 어머니가 생후 1년 동안의 영아에 대해 불안정하게 애착된 어머니보다 더 민감하게 반응하고, 영아의 개별성을 더 수용하며, 아이의 욕구를 맞추려고 했다고 밝혔다(장은숙, 2012). 신체 및 정신 장애 아동과 정상인 아동의 어머니를 대상으로 한 연구에서도 안정애착 유형의 어머니는 자녀의 장애 유형과 상관없이 애착회피 및 애착불안과 같은 불안정한 애착 유형의 어머니보다 양육스트레스가 낮았다고 하며(유희정, 강연옥, 이훈진, 2004), 이러한 결과들은 어머니가 형성한 애착에 따라 양육스트레스에 대한 지각정도에 차이가 있고, 양육행동을 통해 자녀에게도 미치는 영향이 다르다는 것을 시사한다(장은숙, 2012).

## 4. 자기위로능력

### 1) 개념 및 선행연구

자기위로능력(soothing ability)은 대상관계이론을 바탕으로 한 개념으로 대상 관계이론의 대표학자 Mahler, Pine과 Bergmann(1975)에 의해 사용되기 시작하였다. 자기위로능력이란 한마디로 적극적으로 자신의 내적인 자원을 사용하여 불안을 줄일 수 있는 능력이다(Moser, 1991). 이는 생의 초기에 부모와의 공감적이고 수용적인 상호작용을 통해 발달하여 성인이 된 이후의 삶에도 지대한 영향을 미치면서, 살아가는데 심리적으로 불안하거나 우울할 때 또는 스트레스

를 받는 상황에 직면했을 때 자기위로능력으로 인하여 개인은 스스로 마음을 안정시키고 달래면서 원래의 안정된 심리적 상태로 회복해 갈 수 있게 되는 것이다(박효서, 1999). 즉 인간은 수많은 관계 속에서 의존적이고 수동적이기만 한 존재가 아닌 스스로 독립된 존재로 살아가기 위해서는 개인 내적으로 작용하는 심리적인 적응능력이 필요하게 되는데, 스스로 위로하는 기능을 수행할 수 있는 기제가 바로 그러한 역할을 한다고 볼 수 있다.

Glassman(1989)에 따르면, 자기위로능력을 기분 나쁜 상황에서 감정적으로 차분하고 편안하게 스스로 자기를 위로하는 방법과 타인이 위로해주는 것을 수용하는 것 모두를 일컫는 상호적인 개념으로 정의하면서 위로의 수용능력(soothing receptivity)이라고 명명하였다. 즉, 자기 스스로 감정을 달래는 방법을 알고 시행할 뿐 아니라 다른 사람이 주는 위로를 잘 수용할 수 있는 태도까지를 포함하는 개념이라고 보았다(Moser, 1991). 구성요소로는 회복력(resiliency), 신체적위로(physical soothing), 자기노출(self-disclosure), 스스로 위로하기(self-soothing)의 네 가지로 나누었는데, 본 연구에서는 회복력의 개념이 회복탄력성과 혼동될 수 있으므로 이지연, 양난미(2007)의 연구에서 사용한 안정감 회복으로 명명하였다. 세부적인 내용을 살펴보면 첫째, 안정감 회복은 자신이 기분이 나쁜 상황에서 얼마나 빨리 극복하고 원상태로 돌아오는지를 말하며 둘째, 신체적 위로하기는 좋지 않은 감정일 때 스스로 혹은 다른 사람과의 신체적 접촉을 통해 위로를 받는 것을 말한다. 셋째, 자기노출은 기분 나쁜 상황에 대해 타인에게 터놓고 대화함으로 위로를 받고 그 상황을 극복하는 것이며 넷째, 스스로 위로하기는 기분이 나쁘거나 불안할 때 스스로 자신을 달래고 위로하는 능력을 말한다.

자기위로능력에 관한 선행연구들을 살펴보면 대부분 임상장면에서 이루어진 것들이 많으며 1960년 이후 대상관계이론이 발달하기 시작하면서 경계선 성격

장애나 자기애적 성격장애, 섭식장애 등과 같은 비교적 치료 예후가 좋지 않은 성격장애환자의 치료에 효과적이라는 결과를 밝혀왔다. 뿐만 아니라 Gilbert와 Procter(2006)는 수치심과 지나친 자기비난을 하는 환자들에게 자기위로능력이 중요한 치료요인임을 밝혔고, 중독환자들의 예후에도 자기위로가 중요하다는 연구가 있다.

점차 국내외의 연구결과들은 자기위로능력이 개인의 심리적 부적응을 줄여준다는 결과뿐만 아니라 내적자원으로써 긍정적인 역할을 하여 적응을 향상시킨다는 것을 보여준다. 국내의 선행연구로 자기위로능력이 개인의 갈등과 스트레스 상황에서 발생하는 우울, 불안, 외로움, 분노행동과 같은 부적응적 정서와 행동을 조절해준다는 연구와(조아라, 2014; 권영, 2014; 박혜정, 2010; 김경아, 2008) 개인에게 긍정적인 스트레스 대처방식을 선택하게 하고 낙관성과 공감능력을 향상시키며 심리적 안녕감을 높여준다는 연구결과들이 있다(최양순, 2007; 김슬애, 2014; 박지현, 2012). 또한 박효서(1991)는 대학생에서 자기위로능력이 높은 사람일수록 문제중심 대처방식과 사회적 지지추구를 많이 사용하고, 자기위로능력이 낮은 사람일수록 정서중심 대처방식과 회피적 대응을 많이 사용한다고 밝혔고, 이정선(2011)은 대학생 가운데서 과도한 책임과 돌봄을 떠맡으면서 부모역할을 경험할 때 느끼는 우울과 신체화에 완충역할을 한다고 하였다.

일반 청소년을 대상으로 한 연구에서는 부정적 또래관계와 외로움의 관계에서 자기위로능력의 하위요인 중 회복력이 영향을 주었다고 하며(김경아, 2008), 인터넷 중독과는 부적상관을 보였고(최명구, 2003), 애착수준과 자기노출수준이 정적상관을 보인 연구가 있다(두정일, 1997). 직장인과 유아교사, 상담자, 성폭력 상담자, 놀이치료자, 감정노동자와 같은 직업군을 대상으로 한 연구에서도 자기위로능력이 사회불안과 스트레스, 심리적 소진을 완충시키는 내적변인으로

작용할 수 있음이 밝혀졌다.(이성령, 홍혜영, 2015; 설지선, 2015; 서진희, 2014; 김현정, 김지현, 2013; 조은정, 2007)

## 2) 원가족 애착경험, 양육스트레스와의 관계

대상관계이론의 관점에서 자기위로능력이 발달되는 과정을 살펴보면, 생후부터 3세까지의 심리적 발달을 연구한 Mahler(1975)는 11년간 유아의 초기 심리적 발달과 대상관계를 관찰 연구하여 아동이 한 개인으로서 심리적 탄생을 하는데 어머니와 공생과 분리 및 개별화(Symbiosis, separation-individuation)라는 과정을 통해 이루어지는 것이며, 여기서 유아의 정상적인 발달뿐만 아니라 경계선 성격장애를 포함한 정신병리의 초기원인들을 설명한 바 있다(박호서, 1999). Mahler, Pine과 Bergman(1975)은 어머니와의 관계를 통한 인간의 발달 단계를 정상적 자폐기(Autism), 공생기(Symbiotic), 분리-개별화(Separation - Individuation)단계로 나누어 생후 영아는 자신과 어머니를 구별하지 못하는 정상적 자폐기에서 어머니의 존재를 희미하게 지각하여 어머니를 자신의 일부분인 것처럼 지각하는 공생기, 어머니와 자신 및 타인을 구별하여 불안함을 느끼고 어머니의 존재를 확인하는 행동을 반복하면서 대상을 통합시키는 분리-개별화 단계를 거친다고 설명하였다. 그 과정에 어머니가 수용적인 환경에서 “충분히 좋은 어머니(good-enough mother)”의 역할을 하고, 유아의 양가적인 행동 모두를 일관적이고 안정되게 받아주게 되면 이를 통해 유아는 자신과 타인에 대한 신뢰롭고 통합된 일정한 표상을 형성하게 된다. 이 시기가 바로 대상 항상성(object constancy)이 확립되는 단계로 아동은 어머니의 좋고 나쁜 상을 통합시키기 시작하고 자신의 정체성을 통합시켜 스스로 독립적으로 기능할 수 있게 되는 것이다. 또한 어머니의 부재시에도 어머니의 상을 보유할 수 있는 능

력이 획득되며, 참을성을 키우고 분리를 수용할 수 있게 된다. 즉 자기위로능력의 발달은 유아시절 부모의 공감적인 양육태도와 이해, 보살핌 속에서 정상적이고 건강한 분리-개별화 과정을 통해 어머니의 긍정적이고 따뜻한 상을 형성하게 되고 대상항상성을 획득한 후, 자라면서 불안을 느낄 때도 이를 되살려 스스로를 달래며 적응할 수 있는 능력을 내재화하게 되는 것이다. 이러한 측면에서 Moser(1991)는 자기위로라는 기제의 출현을 성장과정의 정상적인 부분으로 볼 수 있으며, 동시에 심리적 건강에 필수적인 것이라고 하였다.

자기위로능력의 발달기제에 대한 이론은 유아가 어머니와 안정된 애착을 형성할 수 있는 양육환경과 유사하여 대학생의 애착과 분리-개별화에서 부모와의 애착과 분리-개별화가 정적인 상관성이 있음으로 나타나 안정적인 애착이 기반이 되어 분리 개별화를 이루어 내고(김효정, 이승연, 노경란, 2014), 하나의 독립된 존재로서 정체감을 발달시켜 나가는 데 도움이 될 수 있다고 하였다. 고소희(2000)는 대학생을 대상으로 하여 부모와의 안정된 애착이 자신에 대해 긍정적인 상을 가지게 되어 자기위로능력 중 자기노출 능력이 높다고 하였고, 김애경(2014)은 부모애착과 자기위로능력, 심리적 독립, 자아탄력성의 인과적 관계를 검증하고 부모애착과 자기위로능력, 심리적 독립이 개인의 자아탄력성에 직·간접적으로 영향을 미칠 수 있음을 설명하였다. 대상관계수준의 안정애착과 자기위로능력이 높은 정적상관 및 심리적 안녕감 간의 관계에서 매개효과가 있었다는 결과는 개인이 부모와의 초기관계가 긍정적일 경우 힘든 상황에서 자신을 위로하는 능력이 높고 심리적으로 건강한 상태를 유지하는 데 도움이 된다는 것을 의미한다(이지연 등, 2010). 또한 어린시절 부모의 애정적 양육태도의 경험이 부족하다고 지각한 대학생에서 자기위로능력이 함양될 경우 심리적 안녕감을 유지하는데 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 밝힌 연구는(박지현, 이명조, 2012) 부정적인 상태에 있는 사람이라도 자기위로능력이 높으면 힘든 상황에

직면해서 스스로를 위로하고 수용하여 원래의 안정된 심리상태로 회복될 수 있음을 시사한다. 즉 자기위로능력이 뒷받침 됐을 때, 개인은 어려운 상황에서 심리적 고통을 적게 경험하고, 더 안정적이고 긍정적으로 상황에 적응해 나가며, 문제해결이 불가능하다고 판단했을 때보다 적응적이고 긍정적인 정서를 지니고 상황에 적절하게 대처할 수 있다는 것이다(이지연, 민선희, 김미진, 2010).

이러한 선행연구들을 고려해볼 때, 자기위로능력은 여러 가지 스트레스와 개인의 부적응적 정서 및 행동을 줄여주고 개인의 내적자원으로서 기능하여 심리적 안정을 되찾도록 돕는 치유능력으로 이해될 수 있기 때문에 자녀를 양육하는 어머니가 지속적, 일상적으로 경험하는 양육스트레스에 대해서도 완화시켜 주는 역할을 할 것으로 예상된다.

## 5. 부부친밀감

### 1) 개념 및 선행연구

인간은 기본적으로 타인으로부터 정서적, 심리적, 신체적, 지적인 친밀감을 경험하고 싶은 욕구를 가지고 있다(Murstein, 1980). Sternberg(1986)는 친밀감을 ‘밀접하고, 상호 연합되어 있고, 그리고 결속되어 있다고 느끼는 감정’으로 보았고, Hatfield(1984)와 Shaver(1988)는 ‘두 사람이 상대방으로부터 이해받고, 인정받고, 배려 받았다는 느낌을 갖게 되는 것과 자신의 중요한 개인적 감정과 정보를 주고받는 과정’이라 하였다. 즉, 친밀해진다는 것은 타인의 내면으로 깊이 들어가서 이해하게 되는 것이며, 자신의 생각과 감정을 함께 공유함으로써 그 사람의 본질적인 깊이를 파악하고, 내면의 실체를 경험하여 알게 되는 것이다(Oden, 1974).

이러한 친밀감은 학자들마다 접근을 달리하여 개인의 성격차원이나 행동특성으로 보기도 하는데, 친밀감은 다차원적인 속성을 지닌 포괄적 개념으로 그동안 부부관계보다 가족관계나 또래관계 등을 설명하는 데 주로 사용되어져 왔다. 하지만 성인이 된 개인이 결혼을 통해 형성하는 가장 친밀한 대인관계가 부부관계로, 가족의 핵심을 이루는 부부는 인생을 함께 만들어가는 동반자로서 서로의 성적욕구나 사랑 및 친밀감에 대한 욕구를 충족시켜주는 가장 밀접한 관계가 된다(장선웅, 정혜정, 이주연, 2011). 부부친밀감은 성공적인 부부관계를 예측하는 데 중요한 필수요소로(Gottman et al., 1999), 결혼생활 중에 필연적으로 수반되는 다툼을 건설적인 방식으로 해결하도록 해주고, 부부관계에서 사랑을 받고 수용적이며, 동등하고 지속적인 관계를 유지할 수 있게 하는 원동력이 되어 행복한 결혼생활을 유지하는 바탕이 된다(이정은, 2013). 이에 외국의 가족치료 임상분야에서는 부부관계를 증진시키기 위해 필요한 요소로 부부친밀감을 주목하였고, 국내 임상 및 상담분야에서도 부부치료의 원인이자 이혼사유로 빈번하게 언급되며 그 중요성이 강조되고 있다(Patton & Waring, 1984; 이경희, 1995).

지금까지의 국내 선행연구에서는 부부관계를 주로 결혼만족도, 결혼적응 및 안정의 개념으로 설명하며 연구해왔다. 하지만 이는 부부 두 사람의 관계뿐만 아니라 결혼생활의 전반적인 것에 대한 내용을 담아 평가하는 것이므로 부부 두 사람간의 관계적인 속성을 파악하기에는 적합하지 않은 한계가 있다(이경희, 1995). 따라서 부부친밀감이란 개념을 사용하여 부부 두 사람간의 인지, 감정, 행동의 상호 공유성을 강조하면서 부부관계만의 독특한 측면인 성적 요소를 포함하는 다면적 개념으로 부부관계의 질을 설명하는 접근이 주목받고 있다.

국내에서는 이경희(1998)가 부부친밀감을 다차원적인 측면에서 해석하여 인

지적, 정서적, 성적 친밀감으로 분류하였고 국외의 여러 학자들, Schaefer와 Olson(1980)의 Personal Assessment of Intimacy in Relationship(PAIR)척도, Hetherington과 Soeken(1990)의 Intimacy Relationship Scale(IRS), Stanley와 Markman(1992)의 Commitment Inventory(CI), 그리고 Stevens와 L'abate(1989)의 Sharing of Hurts Scale(SHS) 척도를 참고하여 국내실정에 맞는 척도를 개발하였다. 여기에서 인지적 친밀감은 부부가 상대방의 개성을 존중하고 서로의 독립성과 자율성을 인정하는 것으로 구체적으로는 상대방의 결정을 이해하고 수용하는 정도와 개인의 자유를 인정하면서도 함께하는 생활을 추구하는 것을 의미한다. 정서적 친밀감은 부부가 느끼는 심리적 밀접함의 정도를 의미하며 상대방에게 배우자로서 느끼는 적합성과 상호보완성의 정도이다. 또한 성적 친밀감은 부부가 성을 두 사람의 관계 증진을 위한 측면으로써 개방적으로 받아들이는가 하는 것으로 구체적으로 성에 관해 자연스럽게 대화를 하고 부부의 성적 즐거움을 증진시키기 위해서 노력하는 정도를 나타낸다(윤인지, 2016).

현재까지 부부친밀감에 대한 연구는 척도개발 및 구성요소와 같은 관련변인 탐색에 중점을 두고 이루어져 어떠한 기제에 의해 영향을 받는지, 실제 부부 상담과 같은 장면에서 치료적 역할을 할 수 있는지와 같은 활용 차원의 연구가 부족한 실정이다. 이에 부부친밀감의 구성요소로는 의사소통과 자기개방, 상호성, 자율성, 수용성, 믿음, 협력, 지적인 친밀감, 신체적 및 감정적 가까움 등이 언급되고 있으며, 부부관계의 특성 상 성적인 요소를 주요하게 다룬 연구들이 다수 존재한다(이경희, 1995).

부부친밀감은 결혼만족 및 적응과 밀접한 관련이 있고(Waring & Chelune, 1983), 친밀감의 결여는 스트레스를 초래하여 사회 심리적 부적응, 우울증, 정서적 장애를 유발시킨다고 한다(Patton & Waring, 1984; 이경희, 1998). 아내를

대상으로 한 연구에서 부부간의 가치관이 일치하고 상호건설적 의사소통을 하며 자아존중감과 자아분화수준이 높을수록 부부친밀감이 높은 것으로 나타났고 (김미라, 2001), 아내들이 지각한 부부친밀감과 부부갈등에 따라 부부관계 유형을 나눈 이경희(1998)의 연구에서는 4개의 집단유형 중에서 부부친밀감이 가장 높은 ‘친밀형’에서 긍정적 자아개념 및 긍정적 상호작용 수준이 다른 유형에 비해 높고, 부정적 갈등해결방식의 사용정도는 가장 낮았다. 이는 친밀감이 높은 부부가 자기 개방적이고 지지적이며, 일치적 의사소통으로 상대방에 대한 이해와 신뢰가 높고 감정의 교류가 가능하여 부부관계가 원만하다고 볼 수 있다(이지민, 2013).

## 2) 원가족 애착경험, 양육스트레스와의 관계

현대 사회는 개인의 행복과 만족을 중요시하는 가치관이 확산되고 있고, 결혼관계도 과거의 기능적 역할보다 부부가 중심이 되어 애정욕구를 충족시키고 부부간의 사랑과 친밀함이 건강한 가족을 형성하는 중요한 요인으로 작용하고 있다(최화석, 2013). 이러한 남녀간의 사랑을 연구하는 많은 학자들은 애정관계를 성인기의 애착과정으로 보고 Bowlby(1980)의 애착이론을 기본이해의 틀로 삼는다(Hazan & Shaver, 1987; Shaver & Hazan, 1988; Shaver, Hazan, & Bradshaw, 1988; Kobak & Sceery, 1988). 그들에 의하면 남녀간의 사랑은 복잡한 정서적 역동에 의해 특징되는 애정적 유대로 어린 시절에 형성된 애착에 기초를 두고 있다고 한다. 따라서 개인의 애착유형에 따라 사랑은 다른 형태를 띄고, 사랑의 감정이 단지 느낌을 의미하는 것만이 아니라 복잡한 평가로 이뤄지는 행동의 경향성으로 보고 이는 생애초기 경험과 기대로 설명할 수 있다는 것이다.

Carter와 McGoldrick(1989)은 아동기 애착발달이 부부간 사랑의 발달과 유지에 영향을 주므로 사랑발달은 전생애 발달적 견해로 설명해야함을 강조했고, 이는 어릴 적 부모-자녀의 관계가 자녀가 결혼한 후에도 지속적으로 영향을 줄 수 있음을 의미한다. 부모와의 안정된 애착은 관련된 신념과 태도를 발달시켜 자기를 신뢰하고 자기가치가 높으며, 타인에게도 호의적·신뢰하고 애착과 관련된 욕구로 친밀감을 형성하게 된다. 배우자와는 가까움과 자율성에 균형을 찾으며 디스트레스를 인식하고 부정적 감정을 건설적인 방법으로 취급할 줄 아는데, 반면 초기 부모-자녀 관계가 불안정 할 경우, 성인이 되어서도 친밀한 유대들을 확립시키는데 곤란함을 가지므로 역기능적인 부부관계를 형성하게 된다고 본다(박의순, 1997). 따라서 부부관계의 문제는 일방적 이기보다 각자가 원가족에서 형성한 관계패턴 및 애착의 불안정을 검토할 필요가 있으며, Tzeng(1992, 1993)은 애정발달이 자신과 배우자에서 그 부모와의 애착관계에 의해 결정될 수 있으므로 사랑의 형성과 이혼은 여러 상황변인 가운데 인성특성인 애착이 조사되어야한다고 제언하였다.

현재까지 부부의 애착과 부부친밀감의 관계를 직접적으로 밝힌 연구는 많지 않는데 관련연구를 살펴보면 어머니가 자신의 원가족이 건강하다고 지각할수록 부부 적응이 높고, 결혼생활에 대해 안정감과 만족감을 느끼며, 부부친밀감이 높은 것으로 나타났다(권정란, 이인수, 2006; 남순현, 한성열, 2003; 양진선, 2004; 장선웅, 2008). 또한 어머니를 대상으로 아동기의 애착경험과 양육경험이 결혼만족도나 부부갈등과 같은 부부관계에 영향을 미친다는 결과가 있고(김광은, 2004), 어릴 적 부모와의 애정적 유대가 높을수록 결혼적응이 높고(조소희, 정혜정, 2008), 원가족과의 관계의 질을 부정적으로 회상할수록 자신의 결혼생활에 대해서도 부정적으로 보고한 연구결과가 있다(Perren, Wyl, Burgin & Klitzing, 2005). 이러한 연구결과들은 어릴 적 애착경험이 정서적인 안정 기지

를 제공함으로써 새로운 결혼환경에 대한 적응력을 높이며, 애착의 기능이 전생애적으로 작용하여 부부관계를 살펴볼 때 원가족과의 애착경험의 영향을 고려해야 함을 시사한다.

부부관계는 두 사람만의 가족에서 자녀가 태어남으로 인해 자녀를 포함하는 가족으로 변화하게 되고, 배우자 역할에 부모 역할이 더해진다. 게다가 영아기의 자녀는 혼자서는 아무것도 할 수 없는 존재로 부부의 생활은 자녀를 중심으로 돌아갈 수밖에 없다. 가족스트레스 연구회(1994)에 의하면 우선 둘만이 익숙했던 부부에게 자녀의 탄생은 새로운 환경으로 이로 인한 부부관계의 소홀함, 집안일 증가를 초래하여 부모 모두에게 스트레스가 될 수 있다고 했다. LeMaster(1957)는 첫 자녀의 출생으로 부부가 심각한 위기를 맞는다고 하며, Shapiro, Gottman, Carrere(2000)의 연구도 첫 자녀를 출산한 아내들 중 67%의 아내들이 결혼만족도가 감소했고, 이러한 아내들의 결혼만족도 감소는 향후 남편의 결혼만족도에 영향을 미친다고 하였다(Belsky et al., 1983).

이 시기를 잘 극복하고 자녀를 건강하고 잘 성장시키기 위해서는 친밀한 부부관계를 유지할 필요가 있고, 부모됨을 위한 최선의 준비는 건강하고 친밀한 부부관계를 배우는 것이라고 한다(Olson, 2009). 지금까지 부부친밀감과 어머니의 양육스트레스의 관계에 대한 선행연구는 많이 발표되지 않았지만 양육스트레스를 예측하는 중요한 외적 요인으로 부부관계가 지적되고 있고, 서로 일치된 생각을 가지고 공감하며 애정적인 부부일수록 양육스트레스가 줄어들게 된다는 연구결과(이지현, 2010)는 곧 부부친밀감이 어머니의 양육스트레스를 완화시킬 수 있는 원동력이 될 수 있다는 가능성을 제시한다. 또한 부부친밀감은 부부관계의 필수요소로 결혼만족도를 설명하는 중요한 변인이고 결혼만족도가 양육스트레스에 정적 또는 부적인 영향을 미치는 것이 확인되어(Belsky, 1984; 서석원, 이대균, 2013; 민동욱, 박혜원, 2012) 두 변인간의 관련성으로 짐작할

때, 부부친밀감 역시 양육스트레스와의 관계에서 결혼만족도와 같은 영향을 미칠 것이라 예상할 수 있다. 이를 종합해보면, 어머니의 부부관계에서 배우자에게 느끼는 인지적, 정서적, 성적인 차원의 친밀감은 어린 시절 원가족에서 주양육자와 형성한 애착경험의 영향을 받고, 양육스트레스에 영향을 미치는 배우자 관련변인으로써 부부친밀감이 첫 자녀를 양육할 때 유발되는 스트레스를 완화시켜주는 작용을 할 것이라고 가정할 수 있다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구 대상

본 연구는 현재 영아기의 첫 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 하였다. 영아기라 함은 출생하여 첫 돌(0-12개월)까지를 초기 영아기, 두 돌(13-24개월)까지를 걸음마기, 세 돌(25-36개월)까지를 후기 영아기라고 한다. 이 시기 영아들은 급격한 성장을 이루면서 뇌 발달을 비롯한 인지, 정서, 사회성 발달의 기초가 형성되므로 어머니를 비롯한 초기 양육환경의 역할이 중요하다. 그 중에서 양육 스트레스는 어머니의 양육행동뿐만 아니라 부모-자녀 관계에도 영향을 미치는 변인으로, 종단 연구들에서 어머니가 느끼는 양육스트레스가 시간에 따른 안정성이 높다고 보고되었고(Mulsow, Caldera, Pursley, Reifman, 2002), 초보 어머니의 경우 갑작스런 역할전환으로 첫 자녀를 키우는데 높은 스트레스를 경험할 것으로 생각되어 대상으로 선정하였다.

연구대상 모집은 서울과 경기도, 인천, 대구, 경북 지역을 중심으로 온라인 및 오프라인 방식을 통하여 자기보고식 설문조사를 실시하였고, 참여자에게는 소정의 보상을 제공하였다. 설문기간 동안 오프라인을 통해 23부, 온라인을 통해 377부의 설문지가 수집되었고, 그 중에서 성실하게 응답한 393부를 연구에 사용하였다.

#### 2. 측정 도구

##### 1) 기초설문지

본 연구에 참여하는 어머니의 기본적인 인구통계학적 변인을 알아보기 위하여 어머니의 연령, 형제관계, 학력과 직업유무를 응답하도록 작성되었다. 또한 자녀의 특성을 알아보기 위해 자녀의 개월 수와 성별, 자녀수를 응답하도록 하였고, 환경적 배경에 대한 질문으로 소득수준과 양육조력자의 유무를 응답하도록 구성하였다.

## 2) 어머니의 원가족 부모와의 애착

본 연구에서는 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니의 원가족 애착경험을 측정하기 위해 Hazan과 Shaver(1992)가 제작한 성인애착척도(Adult Attachment Scale)를 전효정(1994)이 번역, 광소현(2006)이 수정한 도구를 사용한다. 이 척도는 어머니가 자신의 아버지, 어머니와의 관계에 대해 지각하는 내용으로 각각 16문항씩, 총 32문항으로 이루어져 있다. 5점 Likert 형의 척도이며 ‘거의 그렇지 않다(1점)’부터 ‘매우그렇다(5점)’까지로 응답하도록 되어 있다. 부정적 의미의 문항을 역 채점한 뒤 점수를 합산하여 점수가 높을수록 어머니가 아동기 때 자신의 부모와 안정적인 애착을 형성했음을 의미한다.

<표 1> 성인애착척도의 하위요인 및 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항수	Cronbach's a
아버지와의 애착경험	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16,	16	.87

역채점 : 2.3.5.6.8.11.13.15

### 3) 어머니의 양육스트레스

본래 Abidin(1990)에 의해 개발된 양육스트레스 척도(Parenting Stress Index : PSI)는 부모-자녀간의 상호작용의 영향을 강조하여 아동 특성에 대한 47문항, 부모 특성에 대한 54문항, 부모가 지각한 중요한 생활 사건의 경험 유무와 내용을 묻는 생활 스트레스 19문항인 총 120문항으로 구성되었으나 현실적으로 너무 많은 시간이 소요됨에 따라 36문항의 축약형이 개발되었다(Abidin, 1995).

본 연구에서는 Abidin(1990)의 부모 양육스트레스 축약형 척도를 이경숙, 정경미, 박진아, 김혜진(2008)이 표준화한 한국판 부모 양육스트레스 축약형 척도(Korea version of Parenting Stress Index Short Form : K-PSI-SF)를 사용하였다.

이 척도는 부모의 자기보고식 형식으로 1세에서 12세까지 아동의 부모가 경험하는 양육스트레스를 Likert 형의 5점 척도로 측정할 수 있으며, 부모의 고통(12문항), 부모-자녀간 역기능적 상호작용(12문항), 아동의 까다로운 기질(12문항)의 3가지로 구성되어 있다. '부모의 고통'과 관련된 영역은 우울, 역할 제한, 사회적 고립, 배우자와의 관계에 대한 내용을 포함하고, '부모-자녀 역기능적 상호작용'과 관련된 영역은 아동의 수용성, 부모에 대한 아동의 강화, 부모의 애착에 대한 내용을 포함한다. '까다로운 자녀'와 관련된 영역은 아동의 적응성, 요구, 기분, 아동의 활동수준에 대한 내용을 포함하고 있다(이경숙 등, 2008).

<표 2> 양육스트레스 척도의 하위요인 및 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항수	Cronbach's a
부모고통	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	12	.84
부모-자녀간 역기능적 상호작용	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 34	12	.91
자녀의 까다로운 기질	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36	12	.89
전체		36	.93

역채점 : 34,36

#### 4) 어머니의 자기위로능력

본 연구에서는 Glassman(1989)이 개발한 Self Report Measure of Soothing Receptivity를 박효서(1999)가 번안 수정한 척도를 사용하였다. 총 42문항으로 자기위로능력은 안정감 회복, 신체적으로 위로하기, 자기노출, 스스로 위로하기 4개의 하위요인으로 구성되어 있다. ‘안정감 회복(14문항)’은 개인이 부적응적인 방식을 택하지 않고 기분이 나쁜 일로부터 얼마나 빨리 극복하는가를 의미한다. ‘신체적으로 위로하기(9문항)’는 감정적으로 기분이 안 좋을 때 스스로 혹은 타인으로부터 신체를 통해 위안을 받는 것이다. ‘자기노출(10문항)’은 기분 나쁜 일에 대해 타인에게 이야기하고 표현함으로써 위로를 받고 그 상황을 극복하는 것이고, ‘스스로 위로하기(9문항)’는 현재의 불쾌한 상황을 회복하기 위해서 자신 스스로가 방법을 찾아 달라고 격려와 위로를 할 수 있는가를 의미한다.

<표 3> 자기위로능력의 하위요인 및 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항수	Cronbach's a
안정감 회복	1, 4, 8, 12, 16, 26, 27, 28, 34, 35, 36, 38, 39, 40	14	.75
신체적으로 위로하기	7, 9, 11, 13, 17, 21, 23, 29, 37	9	.60
자기노출	2, 5, 10, 14, 15, 18, 22, 25, 30, 32	10	.73
스스로 위로하기	3, 6, 19, 20, 24, 31, 33, 41, 42	9	.67
전체		42	.89

역채점 : 1,2,4,8,10,14,15,17,19,22,23,24,25,26,27,30,31,33,34,35,37,38,39,41

## 5) 부부친밀감

본 연구에서는 이경희(1995)가 국외의 여러 척도들을 참고하여 한국 실정에 맞게 개발한 부부친밀감 척도를 사용하였다. 그에 따라 부부친밀감을 ‘부부가 각자의 자율성을 토대로 하여 상대방의 결점까지도 수용하는 상호공유적인 인지적, 정서적, 성적 친함의 정도’라고 정의할 수 있다. 본 척도에서 측정하는 ‘인지적 친밀감(5문항)’은 부부가 상대방에 대해 독립적이며 자율적인 존재로 인정하는 것으로 구체적으로 상대방의 자율성을 인정하는 정도, 상대방의 결점까지도 이해하고 수용하는 정도이다. ‘정서적 친밀감(5문항)’은 부부가 상대방과 함께 느끼는 정서적 밀접함의 정도를 나타내며, 언어적인 표현 없이도 느끼는 심리적 밀접함의 정도, 또한 상대방에게 배우자로서 느끼는 적합함과 상호보완

성의 정도를 나타낸다. ‘성적 친밀감(5문항)’은 부부가 성을 개방적으로 두 사람의 관계증진을 위한 한 측면으로 받아들이는 것으로 성적 욕구가 만족스럽게 충족되어지는 정도와 이를 위해서 서로 노력하는 정도를 나타낸다(이경희, 1995).

<표 4> 부부친밀감의 하위요인 및 신뢰도

하위 요인	문항 번호	문항수	Cronbach's a
인지적친밀감	1.4.7.10.13	5	.79
정서적친밀감	2.5.8.11.14	5	.78
성적친밀감	3.6.9.12.15	5	.86
전체		15	.89

역채점 : 2.9.14

### 3. 통계처리 및 자료분석

본 연구를 통해 수집된 자료는 SPSS 24를 사용하여 다음과 같이 분석을 실시하였다.

- 1) 연구 대상자의 일반적인 특성 및 주요 변인의 특성을 알아보기 위해 기초 통계분석을 실시한다.
- 2) 각 척도의 신뢰도 검증을 위하여 내적 일관성을 측정하는 크론바흐 알파

(Cronbach's  $\alpha$ ) 계수를 이용하여 신뢰도 검사를 실시한다.

- 3) 어머니의 양육스트레스가 인구통계학적 요인에 따라 차이가 있는지 알아보기 위해서 t-test와 일원변량분석(One-Way ANOVA)을 실시한다.
- 4) 측정 변인들 간의 관계를 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시한다.
- 5) 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력과 부부친밀감의 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증절차에 따라 중다 회귀분석을 실시하고, 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시한다.

## V. 연구 결과

### 1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성

본 연구에서는 총 393명의 데이터를 분석하였고, 대상자의 인구통계학적 특성을 어머니 특성, 자녀 특성, 환경 특성으로 구분하였다. 어머니 특성에는 연령, 학력, 직업이 포함되고, 자녀 특성에는 자녀의 성별과 개월 수, 자녀의 수로 구분되며, 환경 특성은 양육조력자의 유무와 가정소득으로 나누어 살펴보았다

어머니의 연령은 총 393명이 모두 20-40대에 속한 가운데 30대가 305(77.6%)명으로 가장 많았고, 40대 이상에 해당되는 어머니가 7(1.78%)명으로 나타났다. 교육수준은 응답한 어머니 모두 고등학교를 졸업한 가운데 대학교를 졸업한 어머니가 190(48.35%)명으로 고등학교 졸업(48명, 12.21%)과 전문대 및 대학 중퇴(109명, 27.74%), 대학원 이상에 해당하는 어머니(46명, 11.7%) 보다 많은 것으로 나타났다. 직업의 경우 전업주부인 어머니가 228(58.02%)명으로 육아휴직을 포함하여 현재 직업을 가지고 있는 어머니(165명, 41.98%)보다 다소 많은 것으로 나타났다.<표 5>

<표 5> 연구대상자의 일반적 특성

변인	구분	빈도(%)
연령	20대	81(20.61)
	30대	305(77.60)

	대학교 졸업	190(48.35)
	대학원 이상	46(11.70)
직업	있다(육아휴직 포함)	165(41.98)
	없다	228(58.02)
전체		393(100)

자녀의 특성으로 성별은 여아가 215(54.7%)명으로 남아(178명, 45.29%)보다 많았으며, 출생하여 첫 돌까지에 해당하는 아기가 131명(33.33%), 두 돌까지에 해당하는 아기가 98명(24.94%), 세 돌까지에 해당하는 아기가 164명(41.73%)으로 나타났다. 이에 첫 자녀 아래로 동생을 출산하여 자녀의 수가 2명인 어머니가 134(34.1%)명으로 나타났다.<표 6>

<표 6> 연구대상자의 자녀 특성

변인	구분	빈도(%)
성별	남	178(45.29)
	여	215(54.70)
개월 수	0-12개월	131(33.33)
	13-24개월	98(24.94)
	25-36개월	164(41.73)
자녀 수	1명	259(65.90)
	2명	134(34.10)
전체		393(100)

환경 특성으로 분류한 양육조력자의 유무로 살펴볼 때, 가족이나 도우미 또는 보육시설에서 자녀 양육에 도움을 받고 있는 어머니가 196(49.87%)명이었고, 도움을 받지 않는 어머니가 197(50.13%)명으로 유사하게 나타났다. 가정의 총 월소득의 경우, 200-400만원에 해당하는 어머니가 237명으로 가장 많은 것

으로 파악되었다.<표 7>

<표 7> 연구대상자의 환경적 특성

변인	구분	빈도(%)
양육조력자	있다	196(49.87)
	없다	197(50.13)
소득	100만원 미만	4(1.02)
	200만원 미만	30(7.63)
	300만원 미만	135(34.35)
	400만원 미만	102(25.95)
	500만원 미만	53(13.49)
	500만원 이상	69(17.56)
전체		393(100)

## 2. 측정변인의 일반적 경향

본 연구의 주요변인인 원가족 애착경험, 자기위로능력, 부부친밀감을 양육스트레스와 함께 기술 통계분석한 결과, 원가족 애착경험의 평균은 3.23으로 중간 이상이었고 자기위로능력(4.52), 부부친밀감(3.4) 모두 중간이상의 수준에 해당하는 것으로 나타났다.

구체적으로 살펴보면, 어머니의 원가족 애착경험에서는 일반적으로 1차적 양육자가 어머니인 만큼 아버지에 대한 애착보다 어머니에 대한 애착경험이 다소 양호했던 것으로 보인다. 자기위로능력의 하위요인에서는 모두 중간이상의 수준인 가운데 자기노출, 신체적 위로, 스스로 위로하기, 안정감 회복의 순서로 높게 나타났으며, 부부친밀감의 하위요인에서는 인지적, 정서적, 성적 친밀감의 순서로 높게 나타났다.

전체 양육 스트레스는 2.48로 중간 이하의 수준이었는데, 이는 자녀가 어릴수

록 양육스트레스 수준이 높다는 연구결과(김미숙, 문혁준, 2005)와는 상반되고  
 영아기 자녀를 둔 어머니의 스트레스가 높지 않았다는 연구결과(최란, 2012; 이  
 경하, 2009)와는 일치한다. 다만 양육스트레스의 하위요인에 따라 살펴봤을 때,  
 자녀가 부모의 온전한 보살핌을 요하는 영아기에 해당하는 만큼 부모-자녀의  
 역기능적 상호작용에 따른 스트레스 수준이 낮았고(1.97), 부모의 고통과 관련  
 된 스트레스(3.178)가 가장 높은 것으로 나타났다.<표 8>

<표 8> 측정변인의 일반적 경향

		N=393			
변인		M	SD	최소값	최대값
원가족 애착경험	아버지 애착	3.040	0.682	1.250	4.563
	어머니 애착	3.419	0.705	1.313	5.000
	전체	3.230	0.584	1.594	4.625
자기위로능력	안정감 회복	4.354	0.831	1.429	6.786
	자기 노출	4.677	0.883	2.400	6.900
	스스로 위로	4.560	0.754	2.000	6.667
	신체적 위로	4.586	0.845	1.444	6.556
	전체	4.525	0.706	2.310	6.333
부부친밀감	인지적 친밀감	3.552	0.749	1.000	5.000
	정서적 친밀감	3.417	0.910	1.000	5.000
	성적 친밀감	3.250	0.920	1.000	5.000
	전체	3.407	0.718	1.133	5.000
양육스트레스	부모의 고통	3.178	0.691	1.000	4.917
	부모-자녀 역기능적상호작용	1.973	0.729	1.000	4.250

### 3. 인구통계학적 특성에 따른 양육스트레스의 차이 검증

본 연구의 종속변인에 해당하는 양육스트레스에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 인구통계학적 특성을 고려하여 이를 어머니 특성, 자녀 특성, 환경 특성으로 분류하였고, t-test와 일원변량분석(One Way ANOVA)을 실시하였다.

어머니 특성으로 분류한 연령과 학력, 직업의 유무에 따른 양육스트레스의 차이를 살펴봤을 때, 어머니의 학력에 따라 지각하는 양육스트레스에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $F=3.816, p<.05$ ). 즉 어머니의 학력이 높아질수록 양육스트레스가 감소하였으며, 특히 대학원 졸업 이상에 해당하는 고학력의 어머니와 전문대졸업 및 대학중퇴에 해당하는 어머니의 양육스트레스가 큰 차이를 보였다. 어머니의 연령, 직업과 양육스트레스의 관계에 대해서는 선행연구에서 어머니의 연령이 어릴수록 양육스트레스가 높다는 결과(Crnic & Low, 2002)가 있고, 취업모와 전업주부를 대상으로 한 연구에서 양육스트레스에 차이를 보인 결과들(백영숙, 2007; 채선미, 강희선, 이한주, 신현숙, 1999)이 있으나 이를 지지하지 않는 결과도 있으며, 본 연구결과에서도 유의한 차이점을 보이지 않았다.

자녀의 특성으로 분류한 자녀의 성별과 개월 수, 자녀 수에 따른 양육스트레스는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났는데, 이에 대해서는 선행연구들에서도 상반된 결과를 보이고 있다. 남아인 자녀를 둔 어머니가 여아자녀를 둔 어머니에 비해 양육스트레스가 높다는 결과(강희경, 1998)와 성별의 차이가 없었다는 연구(고성혜, 1994; 박삼수, 2004)가 있고, 자녀의 수와 연령에 따라 양육스트레스에 차이를 보인 결과(양미선, 2000; 최승애, 2006)가 있는 반면 자녀의 수나 연령이 양육스트레스에 영향을 미치지 않는다고(김기현, 2000; 편은숙, 2004)는 결

과도 보고되어 일치된 의견을 보이지 않는다.

환경 특성으로 분류한 양육조력자의 유무와 소득에 따른 양육스트레스를 살펴봤을 때, 어머니 가정의 소득수준에 따라 지각하는 양육스트레스에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다( $F=2.826, p<.05$ ). 즉 소득수준이 높을수록 어머니의 양육스트레스가 낮게 나타났으며, 이는 경제수준이 높아질수록 자녀양육에 활용할 수 있는 경제적 자원이 풍부하고 개인적인 만족과 여유를 누릴 수 있는 가능성이 증가하여 양육스트레스를 조절해주기 때문이라고 생각된다. 또한 선행연구에서도 경제수준이 낮은 경우 다른 심리적 요인이나 환경적 요인보다 양육스트레스에 강력한 영향력을 미친다고 하였고(유호용, 2001), 임순화와 박선희(2010)의 연구 및 손수민(2012)의 결과와도 같은 맥락에 해당한다.

앞에서 살펴본 바와 같이 어머니의 양육스트레스에 영향을 미칠 것이라고 예상되는 인구통계학적 변인들은 각각의 연구에서 상반된 결과들을 보이고 있다. 이는 어머니가 양육과정에서 주관적으로 경험하는 스트레스는 어머니 자신의 성격과 인지적, 정서적인 특성에 의해 주관적으로 지각되기 때문으로 생각되며 향후 이를 연결시킨 연구들이 보다 필요하겠다.

<표 9> 인구통계학적 특성에 따른 양육스트레스

변인	구분	N	M	SD	F/t 값	P
연령	25세 이하	11	2.74	0.57	1.753	0.175
	26 - 35세	318	2.46	0.57		
	36세 이상	64	2.56	0.071		
어머니 특성	고등학교 졸업	48	2.57	0.63	3.816*	0.010
	학력					

	직업	있다	165	2.48	0.59	-0.073	0.942
		없다	228	2.49	0.59		
	성별	남	178	2.49	0.62	0.109	0.913
		여	215	2.48	0.58		
자녀 특성	개월	0 - 12개월	131	2.40	0.64	1.936	0.146
		13 - 24개월	98	2.52	0.55		
		25 - 36개월	164	2.53	0.58		
	자녀 수	1명	259	2.45	0.59	1.714	0.087
		2명	134	2.56	0.59		
	양육 조력자 유무	있다	196	2.51	0.60	0.867	0.387
		없다	197	2.46	0.59		
환경 특성	소득	200만원 미만	34	2.62	0.66	2.826*	0.025
		201 - 300만원	135	2.54	0.59		
		301 - 400만원	102	2.51	0.59		
		401 - 500만원	53	2.47	0.52		
		500만원 이상	69	2.28	0.62		

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

#### 4. 주요 측정변인들 간의 상관관계 분석

어머니 원가족 애착경험과 자기위로능력, 부부친밀감 및 양육스트레스 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 이에 따른 결과는 <표 10>과 같다.

초보 어머니의 원가족 애착경험에서 아버지와의 애착과 어머니와의 애착은 유의한 정적 상관관계를 나타내어( $r=.419$ ,  $p<.01$ ), 이는 어머니가 자신의 어느 한 부모에게 안정적인 애착을 형성하였다면 다른 부모에 대한 애착도 안정적일 수 있음을 보여준다. 또한 어머니의 원가족 애착과 자기위로능력의 상관관계를 살펴보면, 원가족에서의 아버지 애착( $r=.401$ ,  $p<.01$ )과 어머니 애착( $r=.481$ ,  $p<.01$ )

및 전체 애착경험( $r=.525, p<.01$ )은 자기위로능력과 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이를 자기위로능력의 하위영역별로 살펴보면, 원부모와의 애착은 스스로 위로하기( $r=.503, p<.01$ ), 자기노출( $r=.470, p<.01$ ), 안정감회복( $r=.466, p<.01$ ), 신체적 위로( $r=.319, p<.01$ )의 순으로 정적인 상관을 보였다. 어머니의 원가족 애착경험과 어머니가 지각한 부부친밀감의 상관관계에서도 전체 애착경험( $r=.336, p<.01$ )은 인지적 친밀감( $r=.333, p<.01$ ), 정서적 친밀감( $r=.288, p<.01$ ) 및 성적 친밀감( $r=.231, p<.01$ )과 정적인 상관관계를 가지는 것으로 나타났다.

어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 상관관계를 살펴보면, 아버지와 애착( $r=-.346, p<.01$ )과 어머니와의 애착( $r=-.433, p<.01$ ) 및 전체 애착경험에서( $r=.464, p<.01$ )에서 전체 양육스트레스 및 그 하위요인들과 부적 상관을 보였고, 이는 어머니가 원가족 애착경험을 긍정적으로 지각할 경우 양육스트레스는 낮게 지각할 수 있다는 것을 의미한다.

어머니의 자기위로능력과 양육스트레스의 상관관계를 살펴본 결과, 어머니의 자기위로능력은 양육스트레스 전체( $r=-.668, p<.01$ ) 및 하위 영역의 부모고통( $r=-.592, p<.01$ ), 부모-자녀 역기능적 상호작용( $r=-.521, p<.01$ ), 자녀의 까다로운 기질( $r=-.539, p<.01$ )과 모두 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 어머니가 지각한 부부친밀감과 양육스트레스의 상관관계를 살펴봤을 때, 부부친밀감은 양육스트레스 전체( $r=-.365, p<.01$ ) 및 하위 영역의 부모고통( $r=-.38, p<.01$ ), 부모-자녀 역기능적 상호작용( $r=-.216, p<.01$ ), 자녀의 까다로운 기질( $r=-.31, p<.01$ )과 모두 부적 상관이 있는 것으로 나타났다.

<표 10> 어머니 원가족 애착경험, 양육스트레스, 자기위로능력, 부부친밀감의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. 아버지 애착	1													
2. 어머니 애착	0.419**	1												
<b>3. 전체 애착경험</b>	<b>0.837**</b>	<b>0.848**</b>	<b>1</b>											
4. 안정감회복	0.358**	0.425**	0.466**	1										
5. 자기노출	0.362**	0.430**	0.470**	0.736**	1									
6. 스스로 위로하기	0.361**	0.485**	0.503**	0.694**	0.763**	1								
7. 신체적 위로	0.264**	0.273**	0.319**	0.444**	0.463**	0.587**	1							
<b>8. 전체 자기위로능력</b>	<b>0.401**</b>	<b>0.481**</b>	<b>0.525**</b>	<b>0.891**</b>	<b>0.888**</b>	<b>0.890**</b>	<b>0.691**</b>	<b>1</b>						
9. 인지적 친밀감	0.288**	0.273**	0.333**	0.408**	0.323**	0.344**	0.328**	0.420**	1					
10. 정서적 친밀감	0.259**	0.227**	0.288**	0.412**	0.335**	0.303**	0.324**	0.413**	0.689**	1				
11. 성적 친밀감	0.241**	0.150**	0.231**	0.286**	0.199**	0.216**	0.273**	0.289**	0.431**	0.523**	1			
<b>12. 전체 부부친밀감</b>	<b>0.313**</b>	<b>0.255**</b>	<b>0.336**</b>	<b>0.438**</b>	<b>0.339**</b>	<b>0.340**</b>	<b>0.368**</b>	<b>0.444**</b>	<b>0.823**</b>	<b>0.885**</b>	<b>0.798**</b>	<b>1</b>		
13. 부모고통	-0.345**	-0.347**	-0.410**	-0.609**	-0.564**	-0.487**	-0.266**	-0.592**	-0.336**	-0.398**	-0.223**	-0.380**	1	
14. 부모-자녀 역기능적 상호작용	-0.243**	-0.394**	-0.379**	-0.433**	-0.549**	-0.508**	-0.251**	-0.521**	-0.189**	-0.233**	-0.122**	-0.216**	0.377**	1
15. 자녀의 기질	-0.272**	-0.330**	-0.358**	-0.505**	-0.473**	-0.485**	-0.332**	-0.539**	-0.280**	-0.324**	-0.177**	-0.310**	0.482**	0.678**
<b>16. 전체 양육스트레스</b>	<b>-0.346**</b>	<b>-0.433**</b>	<b>-0.464**</b>	<b>-0.624**</b>	<b>-0.641**</b>	<b>-0.599**</b>	<b>-0.345**</b>	<b>-0.668**</b>	<b>-0.325**</b>	<b>-0.385**</b>	<b>-0.210**</b>	<b>-0.365**</b>	<b>0.742**</b>	<b>0.838**</b>

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

1. 아버지 애착, 2. 어머니 애착, 3. 원가족 애착경험, 4. 안정감 회복, 5. 자기노출, 6. 스스로 위로하기, 7. 신체적 위로하기, 8. 자기위로능력, 9. 인지적친밀감, 10. 정서적친밀감, 11. 성적친밀감, 12. 부부친밀감, 13. 부모고통, 14. 부모-자녀 역기능적 상호작용, 15. 자녀의기질, 16. 양육스트레스

## 5. 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 매개효과

본 연구에서는 아버지와 어머니에 대한 애착이 애착이라는 큰 틀에서는 유사한 특징을 공유하고 있으나 질적으로 다른 면이 있으며, 아동이 어머니와의 관계에서 더 높은 애착을 형성하여 안정적으로 유지된다는 선행연구(Paterson, Pryor & Field, 1994)들로 인해 어머니 중심으로 애착연구가 이루어졌던 것에 대한 의문으로 어머니들의 애착경험을 아버지 애착과 어머니 애착으로 나누어 살펴보았다.

영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력과 부부친밀감의 매개효과를 검증하기 위해 원가족 애착경험을 독립변인, 자기위로능력 및 부부친밀감을 매개변인, 양육스트레스를 종속변인으로 하여 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증 절차를 사용하였고, 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Sobel Test를 실시하였다. Baron과 Kenny(1986)가 제안한 분석방법의 절차는 다음과 같고, 올바른 매개효과를 검증하기 위해서는 각 단계를 모두 만족시켜야 한다. (1) 독립변인이 매개변인에 미치는 유의한 영향관계가 있어야 한다. (2) 독립변인이 종속변인에 미치는 유의한 영향관계가 있어야 한다. (3) 매개변인과 독립변인을 모두 투입하였을 때 매개변인이 종속변인에 미치는 유의한 영향관계가 나타나고, 동시에 종속변인에 대한 독립변인의 영향력이 두 번째 단계에서보다는 세 번째 단계에서 감소해야 한다.

### 1) 아버지 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 매개효과

어머니의 원가족 애착경험 중 아버지와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향에서 자기위로 능력의 매개효과에 대한 중다회귀분석을 실시하였다.

매개효과 검증의 첫 번째 단계에서는 독립변인인 아버지와의 애착경험은 매개변인인 자기위로능력에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고( $\beta=.390, p<.001$ ), 두 번째 단계에서 아버지와의 애착경험은 종속변인인 양육스트레스에 통계적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta=-.281, p<.001$ ). 세 번째 단계에서 아버지와의 애착경험과 자기위로능력을 동시에 투입하였을 때, 매개변인인 자기위로능력이 양육스트레스에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=-.544, p<.001$ ), 아버지와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향력은 두 번째 단계에서보다 줄어들었다( $\beta=-.281, p<.001 \Rightarrow \beta=-.069, p<.05$ ). 따라서 자기위로능력은 아버지와의 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 부분 매개 역할을 하여 아버지와의 애착경험에 대한 지각은 양육스트레스에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 자기위로능력을 통해 간접적인 영향을 미쳤다. 통제변수의 경우, 소득이 양육스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=-.06, p<.001$ )

또한 양육스트레스에 대한 설명력을 살펴보면, 아버지와의 애착경험 단독으로는  $R^2$ 값 .147이었으나, 자기위로능력이 투입되었을 때 설명력이  $R^2$ 값 .480로 증가하였다.

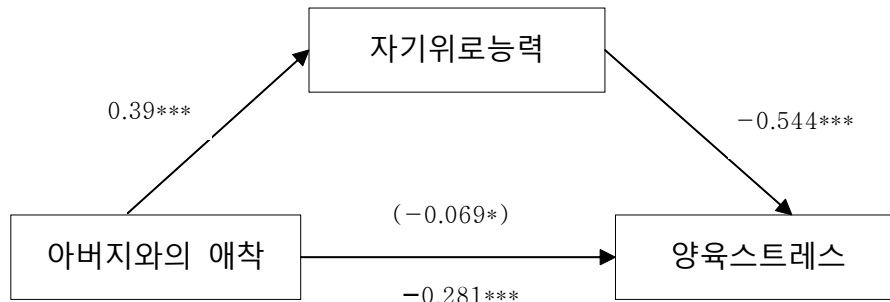
위 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였고, 그 결과 검증값은 -7.084로  $p<.001$  수준에서 유의미하게 아버지 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

<표 11-1> 아버지 애착과 양육스트레스 관계에서 자기위로능력의 매개효과

단계	변인	$\beta$	SE	t	$R^2$	F
1단계 (독립→매개)	아버지 애착 → 자기위로능력	0.390***	0.049	7.87	0.1954	10.33

2단계 (독립→종속)	아버지 애착 → 양육스트레스	-0.281***	0.043	-6.52	0.1474	7.36
3단계 (독립, 매개 → 종속)	아버지 애착, 자기위로능력 → 양육스트레스	-0.069*	0.036	-1.90	0.4801	35.27
		-0.544***	0.035	-15.64	0.4801	35.27
	종속변수 : 자기위로능력(1단계)		종속변수 : 양육스트레스(2단계)		종속변수 : 양육스트레스(3단계)	
통제변수	$\beta$	SE	$\beta$	SE	$\beta$	SE
연령	0.019***	0.010	0.004	0.008	0.014***	0.007
학력	0.098***	0.042	-0.035	0.036	0.019	0.029
직업	0.011	0.071	0.063	0.062	0.069	0.048
자녀성별	0.034	0.065	-0.015	0.057	0.003	0.045
자녀개월수	0.003	0.004	0.000	0.003	0.002	0.002
둘째자녀유무	-0.072	0.086	0.057	0.074	0.018	0.058
소득	0.017	0.027	-0.070***	0.024	-0.060***	0.019
양육조력자	0.037	0.069	0.036	0.060	0.056	0.047
_cons	2.235	0.350	3.542	0.304	4.757	0.250
n of observation	393		393		393	

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



<그림 3> 아버지와의 애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과  
( ) : 3단계 효과

## 2) 어머니 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 매개효과

어머니의 원가족 애착경험 중 어머니와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향에서 자기위로 능력의 매개효과에 대한 중다회귀분석을 실시하였다.

매개효과 검증의 첫 번째 단계에서는 독립변인인 어머니와의 애착경험은 매개변인인 자기위로능력에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고( $\beta=.453$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 단계에서도 어머니와의 애착경험은 종속변인인 양육스트레스에 유의한 영향을 미쳤다( $\beta=-.358$ ,  $p<.001$ ). 세 번째 단계에서 어머니와의 애착경험과 자기위로능력을 동시에 투입하였을 때, 자기위로능력은 양육스트레스에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=-.511$ ,  $p<.001$ ), 어머니와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향력은 두 번째 단계에서보다 줄어들었다( $\beta=-.358$ ,  $p<.001 \Rightarrow \beta=-.127$ ,  $p<.001$ ). 따라서 자기위로능력은 어머니와의 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 부분 매개 역할을 하여 어머니와의 애착경험에 대한 지각은 양육스트레스에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 자기위로능력을 통해 간접적인 영향을 미쳤다. 통제변수의 경우, 소득이 양육스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=-.062$ ,  $p<.001$ )

위 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였고, 그 결과 검증값은 -8.091로  $p<.001$  수준에서 유의미하게 어머니 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

<표 11-2> 어머니 애착과 양육스트레스 관계에서 자기위로능력의 매개효과

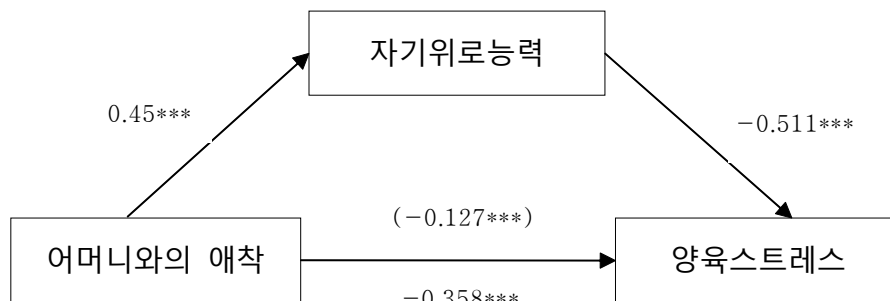
단계	변인	$\beta$	SE	t	R <sup>2</sup>	F
1단계 (독립→매개)	어머니 애착 → 자기위로능력	0.453***	0.046	9.90	0.255	14.64
2단계	어머니 애착	-0.358***	0.039	-9.05	0.219	11.98

(독립→종속)		→ 양육스트레스				
3단계	어머니 애착,	-0.127***	0.036	-3.54	0.492	36.97
(독립, 매개	자기위로능력					
→	→					
종속)	양육스트레스	-0.511***	0.036	-14.30	0.492	36.97

통제변수	종속변수 : 자기위로능력(1단계)		종속변수 : 양육스트레스(2단계)		종속변수 : 양육스트레스(3단계)	
	$\beta$	SE	$\beta$	SE	$\beta$	SE
연령	0.011	0.009	0.010	0.008	0.015***	0.006
학력	0.100***	0.040	-0.030	0.034	0.021	0.028
직업	-0.020	0.069	0.089	0.059	0.078	0.048
자녀성별	-0.007	0.063	0.014	0.054	0.011	0.044
자녀개월수	0.001	0.003	0.002	0.003	0.003	0.002
둘째자녀유무	-0.016	0.083	0.011	0.072	0.003	0.058
소득	0.024	0.026	-0.074***	0.023	-0.062***	0.018
양육조력자	0.038	0.066	0.031	0.057	0.050	0.046
_cons	2.154	0.331	3.683	0.286	4.784	0.244
n of observation	393		393		393	

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



<그림 4> 어머니와의 애착과 양육스트레스에서 자기위로능력의 매개효과  
( ) : 3단계 효과

## 6. 원가족 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 매개효과

### 1) 아버지 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 매개효과

어머니의 원가족 애착경험 중 아버지와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향에서 부부친밀감의 매개효과에 대한 중다회귀분석을 실시하였다.

매개효과 검증의 첫 번째 단계에서는 독립변인인 아버지와의 애착경험은 매개변인인 부부친밀감에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고( $\beta=.319, p<.001$ ), 두 번째 단계에서 아버지와의 애착경험은 종속변인인 양육스트레스에도 통계적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta=-.281, p<.001$ ). 세 번째 단계에서 아버지와의 애착경험과 부부친밀감을 동시에 투입하였을 때, 매개변인인 부부친밀감이 양육스트레스에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=-.233, p<.001$ ), 아버지와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향력은 두 번째 단계에서보다 줄어들었다( $\beta=-.281, p<.001 \Rightarrow \beta=-.207, p<.001$ ). 따라서 부부친밀감은 아버지와의 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 부분 매개 역할을 하여 아버지와의 애착경험에 대한 지각은 양육스트레스에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 부부친밀감을 통해 간접적인 영향을 미쳤다. 통제변수의 경우, 소득이 양육스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=-.06, p<.001$ )

또한 양육스트레스에 대한 설명력을 살펴보면, 아버지와의 애착경험 단독으로는  $R^2$ 값이 .147이었으나, 부부친밀감이 투입되었을 때 설명력이  $R^2$ 값 .217로 증가하였다.

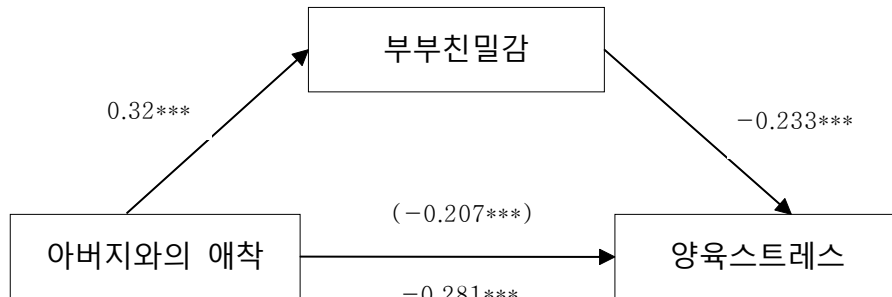
위 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였고, 그 결과 검증값은 -4.186로  $p<.001$  수준에서 유의미하게 아버지 애착경험과 양육

스트레스의 관계에서 부부친밀감의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

<표 12-1> 아버지 애착과 양육스트레스 관계에서 부부친밀감의 매개효과

단계	변인	$\beta$	SE	t	R <sup>2</sup>	F	
1단계 (독립→매개)	아버지 애착 → 부부친밀감	0.319***	0.053	6.04	0.120	5.81	
2단계 (독립→종속)	아버지 애착 → 양육스트레스	-0.281***	0.043	-6.52	0.147	7.36	
3단계 (독립, 매개 → 종속)	아버지 애착, 부부친밀감 → 양육스트레스	-0.207*** -0.233***	0.043 0.040	-5.80 -5.80	0.217 0.217	10.55 10.55	
	통제변수	종속변수 : 부부친밀감(1단계)		종속변수 : 양육스트레스(2단계)		종속변수 : 양육스트레스(3단계)	
		$\beta$	SE	$\beta$	SE	$\beta$	SE
	연령	-0.016	0.010	0.004	0.008	0.000	0.008
	학력	0.028	0.044	-0.035	0.036	-0.028	0.035
	직업	0.005	0.076	0.063	0.062	0.064	0.059
	자녀성별	-0.047	0.070	-0.015	0.057	-0.026	0.055
	자녀개월수	-0.003	0.004	0.000	0.003	0.000	0.003
	둘째자녀유무	0.098	0.091	0.057	0.074	0.080	0.072
	소득	0.043	0.029	-0.070***	0.024	-0.060***	0.023
	양육조력자	0.098	0.073	0.036	0.060	0.058	0.058
	_cons	2.694	0.372	3.542	0.304	4.170	0.312
	n of observation	393		393		393	

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



<그림 5> 아버지와의 애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과  
( ) : 3단계 효과

## 2) 어머니 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 매개효과

어머니의 원가족 애착경험 중 어머니와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향에서 부부친밀감의 매개효과에 대한 중다회귀분석을 실시하였다.

매개효과 검증의 첫 번째 단계에서는 독립변인인 어머니와의 애착경험은 매개변인인 부부친밀감에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고( $\beta=.261, p<.001$ ), 두 번째 단계에서 어머니와의 애착경험은 종속변인인 양육스트레스에도 통계적으로 유의한 영향을 미쳤다( $\beta=-.358, p<.001$ ). 세 번째 단계에서 어머니와의 애착경험과 부부친밀감을 동시에 투입하였을 때, 매개변인인 부부친밀감이 양육스트레스에 유의한 영향을 미쳤으며( $\beta=-.216, p<.001$ ), 어머니와의 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향력은 두 번째 단계에서보다 줄어들었다( $\beta=-.358, p<.001 \Rightarrow \beta=-.302, p<.001$ ). 따라서 부부친밀감은 어머니와의 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 부분 매개 역할을 하여 어머니와의 애착경험에 대한 지각은 양육스트레스에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 부부친밀감을 통해 간접적인 영향을 미쳤다. 통제변수의 경우, 소득이 양육스트레스에 유의미

한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = -.064, p < .001$ )

또한 양육스트레스에 대한 설명력을 살펴보면, 어머니와의 애착경험 단독으로는  $R^2$  값이 .219이었으나, 부부친밀감이 투입되었을 때 설명력이  $R^2$  값 .281로 다소 증가하였다.

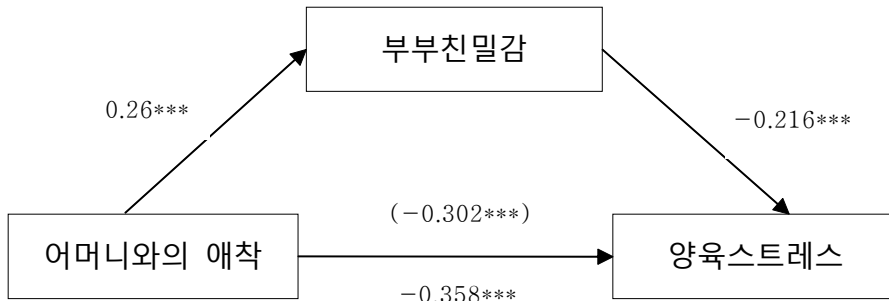
위 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Sobel Test를 실시하였고, 그 결과 검증값은 -3.803로  $p < .001$  수준에서 유의미하게 아버지 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

<표 12-2> 어머니 애착과 양육스트레스 관계에서 부부친밀감의 매개효과

단계	변인	$\beta$	SE	t	$R^2$	F	
1단계 (독립→매개)	어머니 애착 → 부부친밀감	0.261***	0.051	5.09	0.097	4.59	
2단계 (독립→종속)	어머니 애착 → 양육스트레스	-0.358***	0.039	-9.05	0.219	11.98	
3단계 (독립, 매개 → 종속)	어머니 애착, 부부친밀감 → 양육스트레스	-0.302***	0.039	-7.68	0.281	14.94	
		-0.216***	0.038	-5.69	0.281	14.94	
	통제변수	종속변수 : 부부친밀감(1단계)		종속변수 : 양육스트레스(2단계)		종속변수 : 양육스트레스(3단계)	
		$\beta$	SE	$\beta$	SE	$\beta$	SE
	연령	-0.022***	0.010	0.010	0.008	0.005	0.008
	학력	0.048	0.044	-0.030	0.034	-0.020	0.033
	직업	-0.011	0.077	0.089	0.059	0.086	0.057
	자녀성별	-0.079	0.070	0.014	0.054	-0.003	0.052
	자녀개월수	-0.005	0.004	0.002	0.003	0.001	0.003
	둘째 자녀유무	0.124	0.093	0.011	0.072	0.038	0.069

소득	0.048	0.029	-0.074***	0.023	-0.064***	0.022
양육조력자	0.086	0.074	0.031	0.057	0.050	0.055
_cons	2.909	0.371	3.683	0.286	4.312	0.297
n of observation	393		393		393	

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



<그림 6> 어머니와의 애착과 양육스트레스에서 부부친밀감의 매개효과  
( ) : 3단계 효과

## VI. 논 의

### 1. 결과에 대한 논의

본 연구는 영아기의 첫 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 관련이 있는 변인들을 탐색하고자 출발하였고, 초보 어머니의 원가족 애착경험과 자기위로능력, 부부친밀감 및 양육스트레스 간의 관계를 중심으로 연구하였다. 또한 선행연구를 바탕으로 어머니의 자기위로능력과 부부친밀감이 원가족 애착경험과 양육스트레스 간의 관계에서 매개적 역할을 할 것으로 가정하고, 매개효과의 검증을 실시하였다.

주요 연구결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 영아기 첫 자녀를 양육하는 어머니의 양육스트레스는 중간 이하의 수준이었으나 하위영역에서 어머니가 경험하는 우울과 사회적 고립, 역할제한과 같은 부모고통이 중간 이상으로 나타났다. 이는 자녀의 나이가 어릴수록 양육스트레스가 높다는 일부 선행연구와 같은 맥락의 결과로 어머니라는 새로운 역할을 수행하면서 따라올 수밖에 없는 변화들이 어머니의 주관적인 고통을 유발한다고 볼 수 있다. 초보 어머니의 양육스트레스에 영향을 미칠 것으로 고려되어 통제변인으로 설정한 어머니의 연령과 학력, 직업의 유무, 자녀의 성별과 나이, 자녀의 수, 양육조력자 유무, 소득 변인에서는 학력과 가정 소득이 그 수준에 따라 양육스트레스의 지각에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 어머니의 학력과 가정소득이 높아질수록 양육스트레스가 감소하였는데, 이는 어머니의 학력과 수입으로 구성된 사회·경제적 지위가 높을수록 첫 자녀를 양육함과 가정관리에 있어 보다 풍

부하게 자원을 활용할 수 있고 스트레스의 원인 파악이나 해소방안을 찾기가 수월하기 때문으로 생각된다. 다르게는 현대사회는 미디어의 발달과 인터넷 커뮤니티가 활발하여 임신과 출산 및 자녀양육에 있어서도 다른 가정과 쉽게 비교가 되고 상대적인 빈곤감은 양육스트레스를 가중시키는 요인이 되는 것으로 보인다. 한편 사회·경제적 지위는 어머니의 양육효능감에도 직접적인 영향(전인옥, 이경옥, 1999; 정혜인, 2003; 이승미, 2004)을 주어 자신의 부모로서의 능력에 대해 확신을 갖고 긍정적인 평가를 내림으로써 스트레스를 낮게 경험할 가능성이 있다. 다만 이러한 어머니의 사회 인구학적 변인들과 양육스트레스는 현재 일관되지 않는 결과들을 보이고 있어 향후 계속된 연구가 필요하겠으며, 최근 저출산이나 부모에 의한 아동학대 등을 예방하기 위해서는 육아에 대한 사회적 인프라나 지원시스템이 필요한 것은 분명해 보인다. 또한 연구에 따라 유사한 조건과 환경 속에서도 어머니 개인에 따라 지각하는 양육스트레스에 차이가 있음은 어머니의 성격과 인지적, 정서적인 특성과 같은 내적인 요소를 밝히는 것이 중요함을 시사한다.

둘째, 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스, 자기위로능력 및 부부친밀감의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였으며, 연구문제 1의 가설들이 타당한 것으로 검증되었다. 구체적으로 살펴보면, 가설 1-1에서 초보 어머니의 원가족 애착경험과 양육스트레스는 아버지와의 애착 및 어머니와의 애착에서 모두 양육스트레스와 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났고, 이는 강옥순, 전예화(2008)의 연구결과와 일치한다. 가설 1-2에서 초보 어머니의 원가족 애착경험은 전체 자기위로능력과 유의미한 정적 상관을 보인 가운데 하위요인인 스스로 위로하기, 자기노출, 안정감회복, 신체적 위로와도 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 부모로부터의 공감적, 상호작용적인 양육에서 자기위로능력이 발달한다는 Moser(1991)의 주장과 일치하며, 부모의 애정적 양육태도가

스트레스 상황에서 자기위로적인 대처에 도움을 준다는 선행연구들과도 같은 맥락이다(김대권, 2004; 박지현, 이명조, 2012). 또한 초보 어머니의 원가족 애착 경험은 인지적, 정서적, 성적 친밀감으로 구성된 부부친밀감과 유의한 정적 상관을 보이며, 애착 안정성의 높고 낮음이 부부관계에 영향을 미친다는 결과(윤인지, 2016) 및 안정애착의 부부들이 서로에게 지지적이고 친밀감이 높아서 만족도가 높다는 연구결과를 뒷받침해준다(이영란, 2012). 가설 1-3에서 초보 어머니의 자기위로능력과 양육스트레스는 높은 부적 상관을 보였고, 부부친밀감 또한 양육스트레스와 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 따라서 이 두 변인들의 매개 및 조절효과를 검증한 선행연구들과 같은 맥락에서 스트레스를 경험하는 개인에게 이를 완화시킬 수 있는 기제로 활용될 가능성이 기대되며, 이를 검증하는 연구들이 향후에도 필요할 것으로 생각된다.

셋째, 초보 어머니의 원가족 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향에서 자기위로능력과 부부친밀감의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 검증절차에 따라 회귀분석을 실시한 결과, 자기위로능력과 부부친밀감이 부분 매개역할을 하는 것으로 나타나 연구문제 2의 가설들은 지지되었다. 이는 어머니가 자신의 어린 시절 아버지, 어머니로부터 경험한 애착이 초보 어머니가 되어 느끼는 양육스트레스에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 자기위로능력과 부부친밀감을 통하여 간접적인 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 애착을 전 생애적 관점으로 보고(Bowlby, 1973; 이혜승, 2001) 애착관계가 세대 간 전이된다는 결과(Hamilton, 2000; 장휘숙, 1997)와 같은 맥락이며, 따라서 안정적인 애착을 맺은 어머니일수록 긍정적인 내적실행모델을 형성하고 문제 상황에 유연하고 적응적으로 대처하여 양육스트레스를 적게 경험하는 반면 불안정한 애착의 어머니는 자녀 양육 시 자신의 미해결 문제를 반복적으로 재경험 함으로써 양육스트레스를 높게 지각한다고 볼 수 있다(장은숙,

2012; 정윤주, 2008; 강옥순, 전예화, 2008). 또한 본 연구에서는 원가족 애착경험을 아버지 애착과 어머니 애착으로 구분하여 매개효과를 검증한 결과 유사한 결과를 보여 비록 일차적 애착대상은 어머니이지만 아버지와의 애착이 어머니와 질적으로 다르고 독특하여 다양한 자극을 자녀에게 제공할 수 있으므로 그 역할과 중요성은 어머니 못지않다는 것을 시사한다(안수미, 2013). 매개변수로 설정한 자기위로능력과 부부친밀감은 양육스트레스에 대해 각각 내적 및 외적 차원의 대처자원으로 볼 수 있는 바, 자기위로능력의 영향력이 크게 나타난 것을 고려할 때 상담 장면에서 상대적으로 변화시키기 어려운 환경을 다루기보다는 어머니 자신의 내적 대처자원을 개발하고 강화시키는 것이 양육스트레스 완화에 유용할 수 있을 것으로 생각된다. 특히 자녀를 출산함으로써 모성애가 당연하게 여겨지고 어머니의 일차적 양육책임과 희생을 당연시하는 사회적인 분위기 속에서 양육스트레스는 쉽게 표현하기 어렵고, 어린 자녀를 보살피면서 해소하기도 힘든 현실이다. 이에 어머니가 자신에 대해서 알고, 가까운 이를 통해서나 스스로 자신에게 위안이 되는 방법을 선택하여 행함으로써 안정감을 회복할 수 있는 자기위로능력을 올려준다면 양육스트레스로 인한 부정적인 결과를 예방하는데 도움이 될 것이며, 나아가 어머니라는 역할에 적응하고 적절한 양육행동을 하는데도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 짐작된다. 한편, 부부친밀감의 설명력이 상대적으로 낮게 나타난 것은 영아기 자녀 양육에 어머니의 실질적인 가사노동이 증가하는 만큼 남편과 친밀함을 공유하는 것보다 남편의 가사분담이나 자녀양육에 대한 참여도가 배우자변인으로 영향력이 클 가능성이 있겠으며, 현대사회에서는 조부모의 손주양육도 증가하고 있으므로 시댁과 친정식구와의 관계 및 지원과 같은 가족관련 변인을 외적자원으로써 함께 고려하는 것도 필요해 보인다.

## 2. 연구의 의의 및 제언

이상의 결과를 종합해 볼 때, 자녀가 어린시절 아버지, 어머니와 경험한 애착이 성인이 되어 자신의 자녀를 양육하는 과정에서 양육스트레스에 어떠한 영향을 미치는지 알 수 있었고, 애착경험과 자기위로능력 및 부부친밀감이 다시 양육스트레스와 어떠한 관련이 있는지 확인할 수 있었다.

본 연구가 지니는 의의는 다음과 같다.

첫째, 영아기의 첫 자녀를 양육함에 초보 어머니가 경험하는 양육스트레스와 관련하여 기존의 연구들이 어머니 요인 중에서도 주로 인구사회학적 변인에 초점을 맞추고 있는데 본 연구에서는 이를 통제하여 어머니의 내적 특성으로 애착경험이 양육스트레스에 영향을 미친다는 것을 확인하였고, 아버지 애착과 어머니 애착으로 분류하여 탐색하였다는 데 그 의의가 있다. 연구결과를 통해 어머니가 된 여성이 자녀양육에서 겪는 어려움에 대한 이해의 폭을 넓히고 나아가 예비 및 초보 어머니에게 제공할 수 있는 프로그램과 상담적 개입에 대해 생각해볼 수 있을 것이다. 또한 기존의 연구들이 양육스트레스에 대한 단일 대처자원을 설정한 것과 비교하여 그동안 밝혀지지 않았던 내적 및 외적 자원으로써의 자기위로능력과 부부친밀감을 함께 고려했다는 데 의미가 있다고 할 수 있다.

둘째, 초보 어머니의 어린시절 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 자기위로능력의 매개효과를 확인함으로써 교육 및 상담 장면에서 이를 활용할 수 있는 근거를 마련하였다. 그동안 개인의 내적자원으로 자아존중감, 효능감, 낙관성, 자아탄력성 등은 잘 알려져 있으나 자기위로능력은 상대적으로 연구가 부족하였고 주로 특정 직업군의 스트레스나 불유쾌한 사건에 대처할 수 있는 변

인으로 다루어져왔다. 자기위로능력이란 특정 사람들만이 가진 특별한 능력이 아니라 모든 사람들이 힘든 상황이나 스트레스에 직면하여 발휘할 수 있는 보편적인 적응기제로써, 어머니의 양육스트레스와 같은 생활 속에 지속되는 스트레스에도 스스로를 다독이고 위로하여 삶으로 복귀할 수 있는 내적인 적응기제가 됨을 확인하였다는 데 그 의의가 있다. 또한 어릴 적 애착이 자기위로능력으로 이어지는 경로를 확인함으로써 이론상의 발달기제가 증명되었고, 이러한 매개효과는 치료에 대한 의미를 지니고 있어 애착과 관련된 어려움을 지닌 어머니에게 더 좋은 대상관계를 경험하는 교정적 정서체험을 제공하여 자기위로능력을 개선시키는 접근이 가능할 것으로 생각된다.

셋째, 초보 어머니의 어린시절 애착경험과 양육스트레스의 관계에서 부부친밀감의 매개효과를 확인함으로써 양육스트레스에 미치는 배우자 요인을 확인하였다. 첫 아이를 출산, 양육하면서 어머니에게 가장 의지가 되고 어려움을 나눌 수 있는 대상은 남편이라고 할 수 있다. 하지만 일반적으로 자녀의 탄생은 부부중심에서 자녀로 온 관심이 집중되어 서로에게 소홀하거나 갈등을 겪으며 그 관계가 변화하기 쉽다. 최근 미디어와 교육의 영향으로 남편의 가사분담 및 자녀의 양육에 참여하는 것이 중요하다는 인식은 증가하였는데, 부부가 서로 다정하고 친밀함을 공유하여 부부관계의 질을 향상시키는 것이 양육스트레스 완화에 도움이 된다는 것을 밝힘으로 향후 다양한 측면의 예비 부모교육을 개발하는 일이 필요함을 알 수 있다.

본 연구의 제한점 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 서울 및 경기, 인천, 경북 지역을 위주로 대상자를 모집하여 이를 제외한 지역의 어머니는 충분히 포함되지 않았다. 따라서 연구의 결과를 영아기 자녀를 키우는 전체 어머니로 일반화하기에는 한계가 있으므로 앞으로

좀 더 다양한 지역에서의 연구결과를 반복해서 검증할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 자기보고식 질문지를 통해 자료를 수집하여 응답자들의 방어적인 태도 및 사회적 바람직성의 영향을 배제하기 힘든 한계가 있다. 특히 원가족 애착경험은 회상의 방식으로 응답하여 기억의 오류가 발생할 가능성이 있으므로 후속연구에서는 개인적 면담을 포함하는 등으로 평가도구의 신뢰성을 확보할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 양육스트레스에 영향을 미치는 독립변인으로 어머니의 어릴 적 원가족 애착경험을 봄으로써 그 외 양육스트레스에 영향을 미칠 수 있는 통제변인을 충분히 고려하지 못한 한계가 있다. 비록 자녀양육의 일차적 책임과 영아기 자녀양육에 가장 중요한 변인이 어머니이고, 양육스트레스와 관련된 어머니 개인특성이 강조되지만 영아기 자녀의 기질과 발달, 구체적인 양육 자원과 같은 보다 다양한 변인을 탐색하여 결과에 반영할 필요가 있다. 또한 맞벌이 가정이 증가하여 양육에 대한 부부의 공동책임의식이 확산되고 있는 시점에서 아버지의 양육참여가 증가하고 있으므로 어머니뿐만 아니라 아버지에게 대한 자료를 함께 수집한다면 보다 의미가 있을 것으로 생각된다.

## 참 고 문 헌

- 강문영, 최진아, 이숙(1998). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스와 사회적지지. **한국 가정관리학회지**, 16(1), 1-11.
- 강옥순(2006). 어머니의 애착유형 및 양육스트레스와 유아의 일상적 스트레스와의 관계연구. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 강옥순, 전예화(2008). 어머니의 애착유형 및 양육스트레스와 유아의 일상적 스트레스와의 관계. **인제논총** 23(1), 237-252.
- 강화정, 이지연(2016). 여고생의 부정적 정서와 대인불안과의 관계; 자기위로능력과 정서적 고통 감내력의 매개효과. **청소년시설환경**, 14(2), 69-81
- 강희경(1998). 3세 이하 자녀를 둔 전문 사무직 취업모의 양육스트레스. **한국아동학회지**, 20(2), 41-55.
- 고성혜(1994). 어머니가 지각한 양육 스트레스에 관한 연구. **한국청소년연구** 18, 21-37.
- 고소희(2000). 성인애착유형이 자기위로능력과 자의식에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 고유미(2011). 어머니의 양육스트레스 및 회복탄력성과 유아의 자기통제력간의 관계. 가천대학교 대학원 석사학위논문.
- 고희정(1998). 유아의 기질과 스트레스 행동과의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 곽소현(2006). 어머니의 아동기 애착, 정서, 양육행동과 아동의 문제행동의 경로모형분석; 문제군과 일반군을 대상으로. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 권경숙(2008). 영아를 양육하는 초보어머니들의 양육특성과 어려움에 관한 질적 연구. **열린 유아교육학회**, 13(1), 229-255.
- 권영(2014). 청소년의 집단따돌림 피해경험과 분노행동관계에서 자기위로능력의 조절효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 권정란, 이인수(2006). 원가족의 정서적 건강성과 자기분화에 따른 부부적응. **한국가족관계학회지** 11(1), 35-56.

- 김경선(2012). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 양육 효능감의 관계 : 만 13개월 ~24개월 영아를 중심으로. 서울신학대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경아(2008). 부정적 또래관계와 역기능적 가족기능이 청소년의 외로움에 미치는 영향에서 자기위로능력의 조절효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정은(2008). 취업모의 첫 자녀양육경험에 관한 해석학적 현상학 연구. **한국질적연구 9(1), 31-43**
- 김광은(2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. **한국심리학회지: 상담 심리치료. 16(1), 53-69.**
- 김기현(2000). 맞벌이 부부의 양육스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련 변인 탐색. 경희대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김대권(2004). 아동이 지각한 부모의 양육태도와 자아탄력성 및 스트레스 대처방안에 관한 연구. 서강대학교 석사학위논문.
- 김미라(2001). 부부친밀도에 미치는 요인 연구. 목원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미숙, 문혁준(2005). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스 및 양육 효능감과 양육 행동과의 관계. **대한가정학회지 43(8), 25-35.**
- 김미예, 박동영(2009). 영유아 어머니의 양육스트레스, 우울 및 언어적 학대. **아동간호학회지 15(4), 375-382.**
- 김민선(2013). 성폭력상당자의 이차적 외상 스트레스가 자기위로능력 및 심리적안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. 광운대학교 석사학위논문.
- 김송이, 최혜영(2007). 자녀의 정서성과 남편의 부모역할 지지에 따른 어머니의 양육스트레스, 양육행동 및 유아의 사회적 유능성. **대한가정학회지 45(8), 1-11.**
- 김순옥(2002). 유치원·초등학교 자녀를 둔 어머니의 양육태도와 자녀의 정서지능과의 관계. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김슬애(2014). 청소년의 대상관계수준과 공감능력 간의 관계 : 자기위로능력과 지각된 사회적 지지의 매개효과. 전주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김애경(2014). 대학생의 부모애착, 자기위로능력, 심리적 독립과 자아탄력성의 인과적 관계. 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은주(2012). 영아의 생태학적 변인 및 어머니 애착이 영아의 언어발달에 미치는 영향. 총

- 신대학교 대학원 석사학위논문.
- 김인희(2011). 어머니의 양육스트레스 및 양육효능감과 유아정서지능의 관계. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지영(2015). 영아 어머니의 양육태도와 양육스트레스. **스트레스연구 23(2), 91-100**
- 김지원(2012). 아버지의 원가족 부모와의 애착, 아버지의 양육참여 및 유아의 사회적 능력간의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김현미, 도현심(2004). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 양육행동과 아동의 사회적 능력간의 관계. **아동학회지 25(6), 278-298.**
- 김현숙(2015). 대학생의 성인애착과 스트레스 대처전략의 관계 : 자기자비의 매개효과 검증. 순천향대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김현정, 김지현(2013). 감정노동자의 감정부조화와 직무스트레스 관계에서 자기위로능력의 조절 효과. **진로교육연구, 26(1), 159-173.**
- 김효정(2009). 대학생의 애착, 분리-개별화와 불안과의 관계: 사회적 지지의 상호작용효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김효정, 이승연, 노경란(2014). 대학생의 애착, 분리-개별화와 불안의 관계. **한국심리학회지: 여성, 19(4), 339-359.**
- 김희순, 심미경, 김태임(2007). 초산모의 영아 양육 자신감에 미치는 영향요인. **아동간호학회지 13(2), 119-127.**
- 남수경, 김장희(2015). 애착연구의 양육자 변인에 관한 국내 연구 동향. **재활심리연구 22(1), 131-149.**
- 남순현, 한성열(2003). 신혼기 부부의 부모로부터의 심리적 독립과 결혼 후 친밀감에 미치는 원가족의 영향. **한국심리학회지 : 임상 22(3), 505-523.**
- 두정일(1997). 애착과 자기노출의 관계. 충남대학교 대학원 석사학위논문.
- 모정아(2012). 유아부모의 육아일기에 나타난 자녀양육 경험. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 문수정(2016). 상담자의 애착, 스트레스 대처방식의 관계: 상담자활동 자기효능감의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 민동옥, 박혜원(2012). 영아 정서성기질과 어머니 양육스트레스 간의 관계 : 어머니 특성의

상호작용효과. **대한가정학회지 50(3), 51-58.**

민선희 (2009). 청소년의 대상관계수준이 낙관성에 미치는 영향: 자기위로능력을 매개로. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.

박삼수(2004). 맞벌이 부부의 자녀 양육 스트레스에 관한 연구. 청주대학교 행정대학원 석사학위 논문.

박새봄(2014). 어머니의 원가족 애착경험과 양육행동간의 관계: 부부관계의 매개효과. 덕성여자대학교 문화·산업대학원 석사학위 청구논문.

박성옥(1997). 유아기 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스. **한국생활과학회 6(2), 34-37**

박성웅(2015). 산모의 성인애착유형과 산후우울증 및 양육스트레스의 연관성. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.

박의순(1997). 애착과정으로 본 한국부부의 사랑 : 대부모 애착, 부부 애착과 부부 사랑과의 관계. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

박정혜 (2006). 상담자의 자기위로능력, 영적안녕 및 상담자발달수준과 심리적소진의 관계. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.

박주영(2014). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향, 적극적 대처와 낙관성의 매개효과를 중심으로. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 논문.

박지현(2008). 영아에 대한 어머니 애착 및 부모역할 만족도와 영아의 정서지능 관계 연구. 충신 학교 교육학원 석사학위 청구논문.

박지현, 이명조(2012). 대학생이 지각한 모의 양육태도와 심리적 안녕감의 관계에서 자기위로능력의 매개효과. **한국심리학회지: 발달, 25(2), 1-19.**

박진아, 이경숙, 신의진(2009). 모-자녀관계와 어머니의 양육스트레스가 유아의 문제행동에 미치는 영향. **한국여성심리학회지 14(4), 549-566.**

박향아, 배구택, 윤지영, 정도영(2015). 1~3세 영유아의 발달과 애착의 관계. **유아교육연구 35(4), 127-147**

박혜정(2010). 생활사건스트레스와 심리적 고통 : 자기위로능력의 역할. 경남대학교 대학원 석사학위논문.

박효서(1999). 자기위로능력이 스트레스 대처방식과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학

- 교 석사학위논문.
- 백영숙(2007). 어머니의 자녀양육스트레스와 양육죄책감이 양육태도에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 서미경(2014). 애착의 변화 : 획득된 안정애착과 현재의 불안정애착을 중심으로. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 서석원, 이대균(2013). 어머니의 결혼만족도, 부부갈등 및 영아의 정서성 기질이 어머니 양육스트레스에 미치는 영향 : 어머니 우울의 매개효과. **유아교육연구 33(5), 279-298.**
- 서주현, 김진경(2012). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인. **한국영유아보육학, 73, 101-121.**
- 서진희(2014). 전문상담교사의 직무환경에 대한 인식이 소진에 미치는 영향 : 자기위로능력의 조절효과를 중심으로. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 서창원, 민윤기(2007). 생활속의 심리학. 서울: (주) 시그마프레스.
- 설지선(2015). 유아교사의 직무스트레스와 소진과의 관계에서 자기위로능력의 조절효과. 부경대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 손수민(2012). 영아기 자녀를 둔 취업모와 비취업모의 양육스트레스 비교와 관련변인에 관한 연구. **미래유아교육학회지 19(1), 331-357.**
- 손승아(2000). 첫 어머니됨의 체험연구. 서울여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 안명희(2010). 어머니의 불안정 성인애착이 자녀의 문제행동에 미치는 영향. **한국심리학회지 29(4), 867-885.**
- 안수미(2013). 아버지의 자녀양육참여와 자녀양육시간. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 안지영(2001). 2-3세 자녀를 둔 어머니의 양육신념, 양육효능감 및 스트레스가 양육행동에 미치는 영향, 이화여자대학교 박사학위 청구논문.
- 양미선(2000). 영아기 자녀를 둔 어머니의 산후우울과 양육스트레스와의 관계. 경희대학교 대학원 석사학위 논문.
- 양주연(2014). 어머니의 성인애착과 양육스트레스 및 유아의 행동문제 간의 관계. 동국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양진선(2004). 부부친밀감과 자아존중감 및 원가족 건강성간의 관계. 경희대학교 대학원 석

- 사학위논문.
- 예남희, 민하영, 권혜진(2010). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스에 미치는 성인애착의 영향: 부부갈등을 매개변인으로. **한국가족자원경영학회, 춘계학술발표자료**.
- 오은애(2013). 12개월 미만 첫 자녀를 둔 어머니의 양육경험. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 오진아(2007). 어머니의 성인애착 및 공감능력에 따른 부모-자녀관계 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 유안진(2003). 부모교육의 이론과 실제. 서울: 동문사.
- 유평수, 김민수(2003). 유아-부모의 애착유형과 유아의 정서지능과의 관계. **인문과학연구, 8(1), 113-147**.
- 유호용(2001). 아버지의 자녀양육참여 및 사회적 지지가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 유효순(2003). 유아의 애착안정성과 정서지능과의 관계. **인간발달연구 10(2), 19-31**
- 유희정, 강연옥, 이훈진(2004). 아동의 장애유형과 어머니 애착유형이 양육태도와 양육스트레스에 미치는 영향. **한국심리학회지 : 임상, 23(1), 77-89**.
- 윤인지(2016). 기혼남녀의 애착안정성, 자기개방, 배우자지지가 부부친밀감에 미치는 영향. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이 썸 (2012). 상담자의 직무스트레스와 심리적 소진의 관계에서 자기위로 능력의 조절효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경하(2009). 어머니의 양육지식, 양육스트레스, 양육효능감이 영아 발달에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이경희(1995). 부부간 친밀감 척도개발에 관한 연구. **대한가정학회지 33(4), 235-249**.
- 이경희(1998). 부인이 지각한 갈등과 친밀감에 따른 부부관계 유형. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 이선아(2014). 양육스트레스가 취업모의 우울에 미치는 영향: 자아존중감과 사회적 지지의 매개효과를 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이선애(2014). 어머니의 부모역할지능과 신체접촉이 영아의 정서지능에 미치는 영향. 수원대학교 대학원 석사학위논문.

- 이성령, 홍혜영(2015). 직장인의 사회적으로 부과된 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향. 자기위로능력의 조절효과. **한국청소년시설환경학회, 학술발표대회 논문집, 199-200**
- 이승은(2012). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육지식, 양육수행귀인 및 부모역할 인식과 그에 따른 양육행동. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이승미(2004). 사회, 경제적 지위와 어머니의 사회적지지, 양육효능감 및 자녀성취에 대한 기대. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이승은, 서현(2007). 어머니의 부모 효능감 및 양육 스트레스와 유아의 감성지능과의 관계. **아동학회지 28(4), 127-144.**
- 이영란(2012). 성인애착과 부부친밀감의 관계: 부적응도식의 매개효과를 중심으로. 상명대학교 대학원 석사학위논문.
- 이윤주(2012). 영유아기 자녀를 둔 기혼여성의 양육스트레스와 우울 및 자아존중감 안정성의 관계. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정선(2011). 대학생의 부모화 경험이 우울과 신체화에 미치는 영향 : 자기위로능력의 조절효과검증. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정순(2003). 유아 부모의 양육스트레스와 사회적 지지가 부부관계에 미치는 영향. **열린유아교육연구 8(2), 183-199.**
- 이정은(2013). 원가족 분화경험과 임신 중 우울의 관계 : 부부친밀감의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이종원(2002). 부부 갈등과 관련된 원가족 변인 연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지민(2013). 20~30대 기혼여성의 원가족분화경험, 부부의사소통 및 부부친밀감이 가족건강성에 미치는 영향. **한국가정관리학회지 31(6), 23-38.**
- 이지연, 민선희, 김미진(2010). 청소년의 대상관계수준과 낙관성 간의 관계에서 자기위로능력의 매개효과. **청소년시설환경 8(2), 13-22.**
- 이지연, 양난미(2007). 초등학생 자기위로능력 척도개발. **상담학연구 8(3), 1169-1183.**
- 이지현(2010). 영아기 자녀를 둔 초보 어머니들의 양육관심사. 중앙대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이혜승(2001). 부모의 아동기 애착이 양육행동에 미치는 영향. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 임순화, 박선희(2010). 어머니의 사회경제적 지위, 자녀수에 따른 양육스트레스와 영아의 표현어휘 발달과의 관계, **미래유아교육학회지 17(1), 251-278.**
- 임주현 역(2006). 행복한 부부 이혼하는 부부. 서울: 문학사상사.
- 장선웅, 정혜정, 이주연(2011). 기혼남녀가 지각한 원가족 경험이 부부 친밀감에 미치는 영향. **한국가정관리학회지 29(1), 71-82.**
- 장영애, 이영자(2012). 어머니의 양육행동, 양육스트레스 및 부부갈등이 유아의 공격성에 미치는 영향. **한국가족치료학회지 20(3), 357-373.**
- 장은경(1998). 만 3세아 발달에 대한 어머니와 교사의 기대. **대한가정학회지 36(4), 137-146.**
- 장은숙(2012). 어머니의 성인애착과 양육행동, 양육스트레스와의 관계: 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 장재영(2015). 어머니 양육스트레스가 후속출산계획에 미치는 영향: 첫 자녀문제행동의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장정애(2006). 산후우울과 지각된 영아기질 및 양육스트레스에 관한 연구. 관동대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 장휘숙(1997). 애착의 전생애 모델과 대물림 : 전생애 발달심리학적 조망에서 애착연구의 개관. **한국심리학회지 16(1), 80-97.**
- 전인옥, 이경옥(1999). 유아의 자기효능감에 대한 인과모형 탐색: 사회경제적 지위, 어머니의 교육신념과 양육에 대한 자기효능감, 양육행동의 영향을 중심으로. **한국유아교육연구학회지 19(1), 169-187.**
- 정경미, 이경숙, 박진아, 김혜진(2008). 한국판 부모 양육스트레스 검사(Korean-parenting stress index: K-PSI)의 표준화 연구. **한국심리학회지 : 임상 27(3), 689-707.**
- 정길정, 배윤정(2005). 어머니의 양육스트레스와 아동의 정서행동문제가 아동의 놀이형태발달에 미치는 영향. **한국생활과학회지 14(3), 365-378.**
- 정미라, 강수경, 김민정, 최혜정(2014). 12개월 영아의 기질, 영아에 대한 어머니 애착, 양육스트레스와 영아발달 간의 구조적 관계. **한국유아교육연구학회지 34(3), 333-354.**
- 정미라, 권정윤, 박수경(2011). 영유아 관련 뇌 기반 연구에 대한 고찰. **한국유아교육연구학회지 31(2), 207-231.**

- 정옥분, 정순화, 황주(2009). 애착과 발달. 서울: 학지사.
- 정윤주(2008). 유아기 자녀를 둔 어머니의 아동기 애착경험, 성격특성, 자녀양육 스트레스와 양육행동. **대한가정학회지 46(3), 73-85.**
- 정혜인(2003). 어머니의 양육신념 및 양육효능감과 유아의 일상적 스트레스와의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조소희, 정혜정(2008). 기혼남녀의 원가족 경험과 자기분화가 핵가족의 부부관계와 부모자녀 관계에 미치는 영향. **한국생활과학회지 17(5), 873-890.**
- 조수진(2013). 어머니의 양육행동 및 애착과 영아 언어발달에 대한 연구. 한양대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 조아라(2014). 대학생이 지각한 부모의 부부갈등과 우울 및 불안의 관계에서 자기위로능력의 조절효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 조영숙, 이양희(2009). 어머니의 양육관련 변인과 유아의 자기조절 능력과의 관련성 탐색. **대한가정학회지 47(6), 51-66.**
- 조영주, 최해림(2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인애착의 관계. **한국심리학회지 13(2), 71-91.**
- 조은경(2007). 놀이치료자의 자기위로능력과 상담자 발달수준의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조은정, 이영애(2007). 놀이치료자의 자기위로능력이 상담자 발달수준에 미치는 영향. **한국놀이치료학회지 10(4), 17-26.**
- 채선미·강희선·이한주·신현숙(1999). 배우자 지지가 미취학아동 어머니의 양육스트레스와 삶의 질에 미치는 영향. **한국모자보건학회지 3(2), 187-195**
- 최란(2012). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과. 부경대학교대학원 석사학위논문.
- 최명구(2003). 청소년의 애착, 자기위로능력, 심리적 안녕감과 인터넷 중독에 관한 연구. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 최승애(2006). 어머니의 자녀양육스트레스 요인분석. 아주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 최양순(2007). 초등학교생의 부모에 대한 애착과 자기위로능력이 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 인천대학교 대학원 석사학위논문.

- 최유리(2006). 어머니의 육아방식 및 양육지식에 관한 연구 : 12개월 이하의 첫 자녀를 둔 어머니를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최정미, 우희정(2004). 어머니의 양육스트레스와 아동의 자아존중감에 관한 연구. **한국생활과학회지 13(3), 361-369.**
- 최혜리(2012). 어머니의 양육스트레스가 유아의 자아존중감 및 공격성에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 최화석(2013). 중년남성의 성역할 및 부부친밀감이 중년기 위기감에 미치는 영향. 창원대학교 대학원 석사학위논문.
- 편은숙(2004). 영유아기 자녀를 둔 취업모의 어머니 역할인식과 자녀양육 스트레스. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한기백(2013). 대학생이 지각한 아동기 부·모애착과 우울의 관계 : 자아존중감과 성인애착의 매개 효과. **한국상담학회지 14(5), 3065-3087.**
- A F Shapiro, J M Gottman, S Carrère(2000). The baby and the marriage: identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology* 14(1), 59-70
- Abidin RR, Wilfong E(1989). Parenting stress and its relationship to child health care. Children's health care: *Journal of the Association for the Care of Children's Health*, 18(2), 114-116.
- Abidin, R. R.(1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of clinical child psychology*, 21 (4), 401-412.
- Abidin, R. R.(1990a). Parenting Stress Index(PSI). *Manual Pediatric Psychology Press*
- Abidin, R. R.(1990b). Introduction to the special issue: The stress of parenting. *Journal of clinical child psychology*, 19 , 298-301.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. and Wall, S.(1978). Patterns of Attachment: Assessed in the Strange Situation and at Home , Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Anthony LG, Anthony BJ, Glanville DN, Naiman DQ, Waanders C, Shaffer S.(2005). The relationships between parenting stress, parenting behaviour and preschoolers' social competence and behaviour problems in the classroom. *Infant and Child*

- Development*, 14(2), 133-154.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A.(1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical conditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1173-1182.
- Bartholomew K, Horowitz L M.(1991). Attachment styles among young adults: a test of a four–category model. *Journal of Personality and Social Psychology* 61(2), 226– 270.
- Belsky, J., & Cassidy, J.(1994). Attachment: Theory and evidence. In M. Rutter & D. Hay(Eds.), *Developmental through life: A handbook for clinicians* . Oxford: Blackwell.
- Belsky, J., & Rovine, M.(1984). Social–network contact, family support, and the transition to parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 46, 455-462.
- Bornstein, M. H.(2002). Parenting infants. In M. H. Bornstein (ED.) *Handbook of Parenting* , NJ : Earlbaum, 1 (2), 3-44.
- Bowlby, J.(1988). *A secure base* . New York: Basic Books.
- Bowlby, J.(2009). 애착: 인간애착행동에 대한 과학적 탐구: [ Attachment ]. (김창대 역). 서울: 나남.(원전은 1969년에 출판)
- Bowlby, J.(1958). The nature of the child’s tie the his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39 , 350-373.
- Bowlby, J.(1982). Violence in the family as a disorder of the attachment and care giving systems. *The American Journal of Psychoanalysis*, 44 (1), 9-27.
- Carter, B., & McGoldrick, M.(1989). *The changing family life cycle: A framework for family therapy*. Needham Heights, Mass: Allyn & Bacon.
- Claire E. Hamilton(2000). Continuity and Discontinuity of Attachment from Infancy Through Adolescence. *Child Development* 71(3), 690-694.
- Cohn, D.A., Silver, D.H., Cowan, C.P., Cowan, P.A. & Person, J.(1992). Working models of childhood Attachment and Couple Relationships. *Journal of Family Issue*, 13(4), 432-449.

- Crnic, K. A., & Booth, C. I.(1991). Mothers' and Fathers' Perceptions of Daily Hassles of Parenting Across Early Childhood. *Journal of Marriage and Family*, 53(4), 1042-1050.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T.(1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 54, 209-217.
- Crnic, K. & Low, C.(2002). Everyday stresses and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting*, 2nd ed.(vol.5, 243-267), London: Lawrence Erlbaum.
- Crowell, J .A., & Feldman. S. S.(1988). Mother's internal models of relationships and children's behavioral and developmental status: A study of mother-child interaction. *Child Development*, 59, 1273-1285.
- Fonagy P, Steele H, Steele M.(1991). Maternal Representations of Attachment during Pregnancy Predict the Organization of Infant-Mother Attachment at One Year of Age. *Child Development* 62(5), 891-905.
- Gilbert P, Procter S.(2006). Compassionate mind training for people with high shame and self criticism: overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy* 13(6), 353-379.
- Glassman, E. J.(1989). Development of a self-report measure of soothing receptivity . Canada : York Univ.
- Gottman, J.M., & Silver. N.(1999). The Seven Principles For Making Marriage Work .New York: Three Rivers Press.
- Gove,W.R.,& Hughes,H.(1979). Possible cause of apparent sex differences in physical health: An empirical investigation. *American Social Review*; 126-146.
- Greenberg. M. T., Siegel, J. M., & Leitch, C. J.(1983). The nature and importance of attachment relationships to parents and peer during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 12(5), 373-386.
- Hamilton, C. E.(2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71, 690-694.
- Hamilton, N. G.(2007). 대상관계 이론과 실제: 자기와 타자: [ Object Relations Theory in

- Practice J. (김진숙, 김창대, 이지연 공역). 서울: 학지사.(원전은 1990년에 출판).
- Hazan, C. & Shaver, P.(1992). Broken attachment, In Orbuch, T. L. (Ed.), Close relationship loss: Theoretical approaches, New York: Springer-Verlag.
- Hemmelgarn, B., & Laing, G.(1991). The relationship between situational factors and perceived role in employe mothers. *Family Community Health*, 14(1), 8-15.
- Holmes, J.(2005). John Bowlby and Attachment Theory , 이경숙 역(2007), 서울: 학지사
- Keith A. Crnic, Mark T. Greenberg, Arlene S. Ragozin, Nancy M. Robinson, Robert B. Basham(1983). Effects of Stress and Social Support on Mothers and Premature and Full-Term Infants. *Child Development* 54(1), 209-217.
- Kessler, R. C., & Mcrae, Jr. J. A.(1982). The effect of wive' semployment on mental health of married men and women. *American Sociological Review*, 47, 216-227.
- Kobak,R.R.,& Sceery, A.(1988). Attachment in late adolescence : Working models, affect regulation ,and representations of self and others. *Child development*, 135-146.
- Kohut, H.(1971). The Analysis of the Self. New York: *International Universities Press*.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S,(1984). Stress, appraisal and coping. New york: Spinger.(김정화 역, 스트레스와 평가 그리고 대처. 서울: 대광문화사. 1991).
- Lovallo, W. R.(2004). Stress and health: Biological and psychological interactions . *Sage publications*.
- Mahler, M. S., Pine, F . & Bergman, A.(1975). The psychological Birth of the Human Infant . New York: Basic Book.
- Main M, Kaplan N, Cassidy J(1985). Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 50, 66-104.
- Main, M., & Goldwyn, R.(1985). Predicting rejection of her infant from mother's depression of her own experience. *International Journal of Child Abuse and Neglect*, 8, 203-217.
- Main, M., Hesse, E., & Kaplan, N.(2005). Predictability of attachment behavior and representational processed. In K. E. Grossman, K. Grossman, & E. Waters

- (Eds.), Attachment from Infancy to adulthood: Lessons from longitudinal studies (pp. 245-304). New York: Guilford Press.
- Milkulincer, M., Flirian, V., & Weller, A.(1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the gulf war in israel. *Journal of Personality Psychology*, 64, 817-826.
- Moser, M. L.(1991). Transitional object and their relationship to self-soothing mechanism in latency aged children . *California school of professional psychology*.
- Mulsow, M., Caldera, Y. M., Pusley, M., & Reifman, A.(2002). Multilevel factors influencing maternal stress during the first three years. *Journal of Marriage and Family*, 64, 944-956.
- Murstein, B. I.(1980). Mate selection in the 1970's. *Journal of Marriage and the Family*, 42 , 777-792.
- Nancy S. Weinfield, L. Alan Sroufe, Byron Egeland(2000). Attachment from Infancy to Early Adulthood in a High-Risk Sample: Continuity, Discontinuity, and Their Correlates. *Child Development* 71(3), 695-702.
- Oden, T. C.(1974). Game free: A guide to the meaning of intimacy. *HarperCollins Publishers*.
- Olson, D. H., Larson, P. J., & Olson-Sigg, A.(2009). Couple Checkup: Tuning Up Relationships. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 8(2), 129-142.
- Paterson, J., Pryor, J. Field, J. (1994). Adolescent's perceptions of their attachment relationship with their mothers, fathers, and friends. *Journal of Youth and Adolescent*, 23(5), 579-600.
- Patton, D. & Waring, E. M.(1984). The quality and quantity of marital intimacy in the marriages of psychiatric patients. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 10(3), 201-206.
- Paul Gilbert, Sue Procter(2006). Compassionate mind training for people with high shame and self criticism: overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy* 13(6), 353-379.

- Pearson, J. L., Cohn, D. A., Cowan, P. A., & Cowan, C. P.(1994). Earned- and continuous security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style, *Development and Psychopathology*, 6 , 359 - 373.
- Perren, S., Wyl. A., Bürgin, D., Simoni, H., Klitzing, K(2005). Intergenerational transmission of marital quality across the transition to parenthood. *Family Process* 44(4), 441-500.
- R. Sharabany, O. Maysel, A. Sagi(1997). Attachment concerns of mothers as manifested in parental, spousal, and friendship relationships. *Personal Relationships* 4(3), 255-269.
- Rothbard, J. C., & Shaver, P. R.(1994). Continuity of attachment across the lifespan, In M. B. Sperling & W. H. Berman(Eds.), *Attachments in adults: Clinical and developmental perspectives*, 31-71. New York, NY: Guilford Press.
- Rovers, M., DesRoches, I., Hunter, P. E., & Taylor, B.(2000). A family of origin workshop: Process and evaluation. *The Family Journal*, 8(4), 368-375.
- Sternberg(1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93, 119-135
- Tzeng,O.C.S.(1992). Theories of love development, maintenance, and dissolution: Octagonal cycle an differential perspectives. New York: Praeger.
- Tzeng,O.C.S.(1993). *Measurement of Love and Intimate Relations: Theories, Scales, and Applications for Love Development, Maintenance, and Dissolution*. Westport, CT :Praeger Publishers.
- Van IJzendoorn, M. H.(1992). Intergenerational transmission of parenting: A review of studies in nonclinical populations. *Developmental Review*, 12(1), 76-99.
- Victor G. Cicirelli(1983). Adult Children's Attachment and Helping Behavior to Elderly Parents: A Path Model. *Journal of Marriage and Family* 45(4), 815-825.
- Volling, B. L., Notaro, P. C., & Larsen, J. J.(1998). Adult attachment styles: Relations with emotional well-being, marriage, and parenting. *Family Relations*, 355-367.
- Waring, E. M., & Chelune, G. J.(1983). Marital intimacy and self-disclosure. *Journal of Clinical Psychology*, 39(2), 183-190.

- Waters. E., Merrick. S., Treboux. D., Crowell. J., Albersheim. L.(2000). Attachment Security in Infancy and Early Adulthood: A Twenty-Year Longitudinal Study. *Child Development* 71(3), 684-689.
- Weinfeld, N. S., Sroufe, L. A., & Egeland, B.(2000). Attachment from infancy to early adulthood in a high[risk sample: Continuity, discontinuity, and their correlates. *Child Development*, 71, 695-702.
- Winnicott. D. W.(1953). Transitional objects and transitional phenomena. *International Journal of Psychoanalysis*. 34, 89-97.

## ABSTRACT

### The Influence of Family-of-origin Attachment on Parenting Stress on Mothers with First Infants : Mediating effects of Self-Soothing Ability and Marital Intimacy

Eunhee, Lee

Department of Psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study is to verify the mediating effects of self-soothing ability and marital intimacy on the relationship between family-of-origin attachment and parenting stress of mothers with infant. The survey was conducted on mothers who raised their infants' first child up to 36 months of age in Seoul, Gyeonggi, Incheon, Daegu and Gyeongbuk provinces and 393 responses were used in the final analysis of this study. The measuring instruments were Adult Attachment Scale, Korean-version of Parenting Stress Index Short Form, Self-Report Measure of Soothing Receptivity, Marital Intimacy Scale. Collected data were analyzed using descriptive statistic analysis, *t*-test, ANOVA, Pearson's correlation analysis, hierarchical linear Regression in SPSS 24

program.

There was a significant correlation among the family-of-origin attachment, parenting stress of mothers with infant, self-soothing ability, marital intimacy. The mothers' experience of attachment to their childhood father and mother was negatively correlated with parenting stress and had a positive correlation with self-soothing ability and marital intimacy. Second, there was a partial mediating effect of Self-soothing ability on the relationship between mothers' family-of-origin attachment and parenting stress. Third, partial mediating effect of marital intimacy on the relationship between mothers' family-of-origin attachment and parenting stress. The implications and limitations of this study and suggestions for future study were discussed.

*key words: Family-of-Origin Attachment, Parenting Stress, Self-Soothing Ability, Marital Intimacy*

## 부 록

부록 1. 성인애착척도

부록 2. 양육스트레스 척도

부록 3. 자기위로능력 척도

부록 4. 부부친밀감 척도

## 설 문 지

안녕하십니까?

바쁘신 가운데 소중한 시간을 내어 주셔서 진심으로 감사드립니다.

저는 성신여자대학교 일반대학원 심리학과에서 임상심리를 전공하는 학생으로 현재 영아기(출생-36개월)의 첫 자녀를 양육하는 어머니의 어릴 적 애착경험이 양육스트레스에 어떠한 영향을 미치는지에 관한 연구를 진행하고 있습니다. 이에 귀하께 이 연구에 참여해 주시기를 요청드립니다.

설문지는 총 4가지로 귀하의 어릴 적 경험한 친정아버지, 친정어머니와의 관계에 대한 문항과 현재 겪는 양육스트레스 및 개인 특성에 관한 문항들로 구성되어 있으며, 예상 소요 시간은 15분 내외입니다. 질문에 대한 답변으로 옳거나 그른 답이 없으므로 각 문항을 읽어보시고 자신에게 가장 잘 맞다고 생각되는 번호에 표시해 주시면 됩니다. 한 문항이라도 빠지면 통계 처리가 불가능하오니 문항을 모두 읽고 빠짐없이 작성해주시기 바랍니다.

본 연구에서 수집되는 정보는 철저히 비밀이 보장되며, 오직 연구 목적을 위해서만 사용될 것을 약속드립니다. 설문에 응해 주신 것에 대해 다시 한번 깊은 감사의 말씀을 드립니다.

**본인은 위의 기술된 사항을 읽었으며, 이에 동의합니다. (            )**



성신여자대학교 일반대학원 심리학과  
임상심리전공

연구자 : 이은희 (nolloga222@naver.com)

지도교수: 김정규

◆ 다음은 어머니에 대한 인구통계학적 질문입니다. 각 문항을 읽으시고 해당 되는 곳에 V 표시 또는 적절한 답을 적어 주십시오.

1. 첫 자녀의 연령 : 20\_\_\_\_년 \_\_\_\_\_월생, 만 \_\_\_\_\_개월  
(둘째 자녀가 있을 경우 : \_\_\_\_\_개월)
2. 첫 자녀의 성별 : 남 / 여
3. 자녀 양육에 도움을 주시는 분의 유무 : 있다 / 없다  
(예, 가족, 도우미, 보육시설 등)
4. 귀하의 연령 : 만 \_\_\_\_\_세
5. 귀하의 형제관계는 : \_\_\_\_\_남 \_\_\_\_\_녀 중 \_\_\_\_\_째
6. 귀하의 직업 : 유 / 무
7. 귀하의 학력 : 중학교 졸업 이하 / 고등학교 졸업 /  
전문대 졸업 및 대학중퇴 / 대학교 졸업 / 대학원 이상
8. 귀하가정의 월 평균 총 수입 : 100만원 미만 / 200만원 미만 /  
300만원 미만 / 400만원 미만 / 500만원 미만 / 500만원 이상

## 부록 1

\* 다음은 어머니가 어린 시절에 어머니와의 관계에 대한 질문들입니다. 어린 아이였을 당시의 느낌에 가깝다고 생각되는 칸에 표시하여 주십시오.

	문    항	거의 그렇 지 않다	그렇 지 않은 편이 다	보통 이다	그런 편이 다	매우 그렇 다
1	어머니와 자연스럽게 가까워질 수 있었다	1	2	3	4	5
2	어머니와 어느 정도 거리를 유지하기를 원했다	1	2	3	4	5
3	어머니와 좀 더 친밀한 관계를 원했다	1	2	3	4	5
4	어머니와 함께 시간을 보내고 싶었다	1	2	3	4	5
5	어머니로부터 독립된 시간이 필요했었다	1	2	3	4	5
6	어머니와 충분한 시간을 보내지 못했다	1	2	3	4	5
7	고민이나 걱정거리를 어머니와 나누었다	1	2	3	4	5
8	고민이나 걱정거리를 혼자 마음속에 담아두는 편이었다	1	2	3	4	5
9	어머니가 나를 잘 알고 이해한다고 생각했다	1	2	3	4	5
10	어머니와 인간적인 유대관계(애정어린 표현 등)가 있었다	1	2	3	4	5
11	어머니와 많은 신체접촉(쓰다듬기, 다독거리기 등의 애정표현)을 하지 않았다	1	2	3	4	5
12	어머니가 나를 진정으로 대해준다고 믿었다	1	2	3	4	5
13	어머니가 나를 깔보거나 무시할까봐 걱정했다	1	2	3	4	5
14	어머니가 내가 필요할 때 항상 나를 위해서 있어 주리라 믿었다	1	2	3	4	5
15	어머니가 진정으로 믿고 의지할 만하다고 느껴지지 않았다	1	2	3	4	5
16	어머니로부터 사랑받고 있다고 느꼈다	1	2	3	4	5

\* 다음은 어머니가 어린 시절에 아버지와의 관계에 대한 질문들입니다. 어린 아이였을 당시의 느낌에 가깝다고 생각되는 칸에 표시하여 주십시오.

	문 항	거의 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	보통이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	아버지와 자연스럽게 가까워질 수 있었다	1	2	3	4	5
2	아버지와 어느 정도 거리를 유지하기를 원했다	1	2	3	4	5
3	아버지와 좀 더 친밀한 관계를 원했다	1	2	3	4	5
4	아버지와 함께 시간을 보내고 싶었다	1	2	3	4	5
5	아버지로부터 독립된 시간이 필요했었다	1	2	3	4	5
6	아버지와 충분한 시간을 보내지 못했다	1	2	3	4	5
7	고민이나 걱정거리를 아버지와 나누었다	1	2	3	4	5
8	고민이나 걱정거리를 혼자 마음속에 담아두는 편이었다	1	2	3	4	5
9	아버지가 나를 잘 알고 이해한다고 생각했다	1	2	3	4	5
10	아버지와 인간적인 유대관계(애정어린 표현 등)가 있었다	1	2	3	4	5
11	아버지와 많은 신체접촉(쓰다듬기, 다독거리기 등의 애정표현)을 하지 않았다	1	2	3	4	5
12	아버지가 나를 진정으로 대해준다고 믿었다	1	2	3	4	5
13	아버지가 나를 깔보거나 무시할까봐 걱정했다	1	2	3	4	5
14	아버지가 내가 필요할 때 항상 나를 위해서 있어 주리라 믿었다	1	2	3	4	5
15	아버지가 진정으로 믿고 의지할 만하다고 느껴지지 않았다	1	2	3	4	5
16	아버지로부터 사랑받고 있다고 느꼈다	1	2	3	4	5

## 부록 2

\*어머님께서 자녀를 키우면서 경험할 수 있는 여러 가지 어려움과 문제들입니다. 다음의 사건들로 인해 어느 정도 괴로우셨는지 해당하는 칸에 V 표시 해주시기 바랍니다.

	문    항	전혀 그렇 지 않다	그렇 지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
1	나는 종종 내가 일처리를 잘 못한다고 느낀다	1	2	3	4	5
2	아이의 욕구를 충족시켜주기 위해, 나는 나의 삶을 내가 예상했던 것보다 더 많이 포기한다	1	2	3	4	5
3	나는 부모로서 책임감에 얽매여 있는 느낌이 든다	1	2	3	4	5
4	아이를 가진 이후로 새롭고 다른 여러 가지 일들을 할 수 없다고 느낀다	1	2	3	4	5
5	아이를 가진 이후로 내가 하고 싶은 일을 거의 할 수 없다고 느낀다	1	2	3	4	5
6	나는 지난 번에 나를 위해 산 옷이 만족스럽지 못하다	1	2	3	4	5
7	나의 생활에는 걱정거리가 상당히 많이 있다	1	2	3	4	5
8	아이를 가짐으로써 배우자와의 관계에서 내가 예상했던 것보다 더 많은 문제가 생겼다	1	2	3	4	5
9	나는 친구가 없고 혼자라는 느낌이 든다	1	2	3	4	5
10	모임에 갈 때, 나는 보통 내가 즐겁게 지내지 못하리라 생각한다	1	2	3	4	5
11	나는 예전만큼 사람들에게 관심이 없다	1	2	3	4	5
12	나는 예전만큼 어떤 일들을 즐기지 못한다	1	2	3	4	5
13	우리 아이는 나를 기분 좋게 하는 일들을 거의 하지 않는다	1	2	3	4	5
14	대부분의 경우, 나는 우리 아이가 나를 좋아하지 않고	1	2	3	4	5

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
	나와 가까이 있기를 원하지 않는다고 느낀다					
15	우리 아이는 기대했던 것보다 나에게 훨씬 덜 웃는다	1	2	3	4	5
16	내가 우리 아이를 위해 어떤 일들을 할 때, 우리 아이는 나의 노력에 대해 별로 고마움을 느끼지 않는다고 생각한다	1	2	3	4	5
17	우리 아이는 놀 때, 자주 소리내어 웃지 않는다	1	2	3	4	5
18	우리 아이는 대부분의 아이들만큼 빨리 배우는 것 같지 않다	1	2	3	4	5
19	우리 아이는 대부분의 아이들만큼 많이 웃지 않는 것 같다	1	2	3	4	5
20	우리 아이는 내가 기대했던 것만큼 많은 것을 하지 못한다	1	2	3	4	5
21	우리 아이는 새로운 것에 익숙해지는 데 시간이 오래 걸리고 매우 어렵다	1	2	3	4	5
22	우리 아이에 대해 지금 내가 하는 것보다 친근하고 다정한 감정을 갖고자 기대했고, 이러한 생각 때문에 힘들다	1	2	3	4	5
23	때때로 우리 아이는 나를 짓궂게 괴롭히려는 일들을 한다	1	2	3	4	5
24	우리 아이는 대부분의 아이들보다 좀 더 자주 울거나 까다롭다	1	2	3	4	5
25	우리 아이는 대체로 아침에 불쾌한 기분으로 일어난다	1	2	3	4	5
26	나는 우리 아이가 매우 시무룩해하고 쉽게 속상해한다고 느낀다	1	2	3	4	5
27	우리 아이는 나를 상당히 괴롭히는 일들을 한다	1	2	3	4	5
28	우리 아이는 자신이 좋아하지 않는 어떤 일이 일어날 때, 매우 강하게 반응한다	1	2	3	4	5
29	우리 아이는 아주 사소한 일에도 속상해 한다	1	2	3	4	5

	문 항	전혀 그렇 지 않다	그렇 지 않다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
30	우리 아이의 수면 또는 식습관 스케줄을 정하는 것은 내가 예상했었던 것보다 훨씬 더 어려웠다	1	2	3	4	5
31	우리 아이가 정말로 나를 많이 괴롭히는 몇 가지가 있다	1	2	3	4	5
32	우리 아이는 내가 기대했었던 것보다 좀 더 많은 문제를 일으킨다	1	2	3	4	5
33	우리 아이는 대부분의 아이들보다 내게 요구하는 것이 많다	1	2	3	4	5

34. 나는 다음과 같이 느낀다.(                      )

- ① 부모로서 자격이 없다
- ② 부모로서 약간의 문제가 있다
- ③ 보통의 부모이다
- ④ 보통의 부모들보다 좋은 부모이다
- ⑤ 매우 좋은 부모이다

35. 나는 우리 아이에게 어떤 일을 시키거나 또는 중지시킬 때 다음과 같이 생각한다.  
(                      )

- ① 생각보다 매우 수월하다
- ② 생각보다 다소 수월하다
- ③ 보통이다
- ④ 생각보다 다소 힘들다
- ⑤ 생각보다 매우 힘들다

36. 어머니를 괴롭히는 자녀의 행동을 주의깊게 생각하고, 그 행동들의 가짓수를 세어 보십시오. (                      )

예) 빈둥거리기, 말 안듣기, 과잉행동, 우는 것, 방해하는 것, 칭얼거리기 등

- ① 10개 이상      ② 8-9개      ③ 6-7개      ④ 4-5개      ⑤ 1-3개

### 부록 3

\* 다음의 내용에 대해 잘 읽어 보시고 자신에게 더 가깝다고 생각하는 칸에 표시하여 주십시오.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	약간 그렇지 않다	보통이다	약간 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 종종 아무도 내 문제를 실제로 이해하지 못한다는 느낌에 빠진다	1	2	3	4	5	6	7
2	사람들은 나에게 격려해주는 것을 힘들어 한다	1	2	3	4	5	6	7
3	내가 원한다면 위로가 되는 즐거운 추억을 떠올릴 수 있다	1	2	3	4	5	6	7
4	나는 잠을 청함으로써 나쁜 기분으로부터 빠져나오기를 원하는 것처럼 종종 느껴진다	1	2	3	4	5	6	7
5	친구를 만나러 가면 기분이 나아질 것이다	1	2	3	4	5	6	7
6	따뜻한 물로 목욕하면 위로받는 기분이 들 것이다	1	2	3	4	5	6	7
7	실컷 울고나면 기분이 나아질 것이다	1	2	3	4	5	6	7
8	기분 나쁘게 한 것이 무엇이든시간에 기분이 나아지려면 대개 오랜 시간이 걸린다	1	2	3	4	5	6	7
9	나와 가까운 누군가에게 꼭 안겨 있으면 위로를 받을 것이다	1	2	3	4	5	6	7
10	기분나빠하는 일에 대해 다른 사람들과 아무리 많이 이야기해도 기분이 썩 좋아지지는 않는다	1	2	3	4	5	6	7
11	나와 가까운 누군가와 시간을 보내는 것만으로도 기분이 나아질 것이다	1	2	3	4	5	6	7
12	기분나쁘게 한 것이 무엇이든시간에 빨리 회복된다	1	2	3	4	5	6	7
13	나를 격려해줄 수 있는 누군가를 찾으러 나갈 것이다	1	2	3	4	5	6	7

	문항	전혀 그렇 지 않다	대체 로 그렇 지 않다	약간 그렇 지 않다	보통 이다	약간 그렇 다	대체 로 그렇 다	매우 그렇 다
14	내 감정을 밖으로 드러내지 않기 때문에 다른 사람들은 나를 위로하려고 노력하지 않는다	1	2	3	4	5	6	7
15	때때로 나는 너무 기분나쁜 감정에 압도되어 어떻게 해야할지를 모르겠다	1	2	3	4	5	6	7
16	내 기분을 나쁘게 한 일에 대해서 이야기하는 것은 어렵지만 그래도 누군가가 나를 안아주고 위로해주는 것을 좋아한다	1	2	3	4	5	6	7
17	친구와 이야기를 나누는 것은 단지 순간적인 위로만을 제공할 뿐이다	1	2	3	4	5	6	7
18	음악을 들으면(소설을 읽거나 영화를 보거나 그와 비슷한 다른 활동을 하면) 기분이 나아질 것이다	1	2	3	4	5	6	7
19	내 스스로 격려하기 힘들다	1	2	3	4	5	6	7
20	나와 가까운 누군가가 손을 꼭 잡아주고 있으면 위로받는 느낌이 든다	1	2	3	4	5	6	7
21	누군가가 나를 격려하려할 때 나는 잘 응한다	1	2	3	4	5	6	7
22	누군가 나를 꼭 껴안아주는 것으로 더 이상 기분이 좋아지지 않을 수도 있다	1	2	3	4	5	6	7
23	목상이나 이완훈련은 나에게 위로효과를 주지 못한다	1	2	3	4	5	6	7
24	나는 좀처럼 내 문제로 다른 사람들에게 도움을 요청하지 않는다	1	2	3	4	5	6	7
25	나는 종종 나쁜 감정을 잊기 위해 술이나 약에 취하고 싶다	1	2	3	4	5	6	7
26	나는 혼자이고 다른 사람이 원하지 않는 사람이라고 느끼는 경향이 있다	1	2	3	4	5	6	7
27	나는 때때로 다른 공상을 함으로써 나쁜 감정에서 빠져 나오려고 노력한다	1	2	3	4	5	6	7
28	누군가 나와 가깝게 있다는 생각이 내게 도움이	1	2	3	4	5	6	7

	문항	전혀 그렇 지 않다	대체 로 그렇 지 않다	약간 그렇 지 않다	보통 이다	약간 그렇 다	대체 로 그렇 다	매우 그렇 다
	된다							
29	나는 내 이야기를 들어줄 누군가와라도 이야기를 하고 싶어진다	1	2	3	4	5	6	7
30	나는 혼자있는 것이 견디기 힘들다	1	2	3	4	5	6	7
31	나는 대개 누군가가 내 이야기를 주의깊게 들어 주리라고 기대하지 않는다	1	2	3	4	5	6	7
32	나는 내 고민거리를 어떻게 다뤄야 하는지 안다	1	2	3	4	5	6	7
33	나는 때때로 너무 화가나서 어떻게 해야할지 모르겠다	1	2	3	4	5	6	7
34	나는 때때로 내가 누구인지, 무엇을 하고 있는지 모를 때가 있다	1	2	3	4	5	6	7
35	나는 스스로에게 상처주는 행동을 하는 것을 상상할 수 있다	1	2	3	4	5	6	7
36	나와 가까운 누군가에게 안겨있는 것은 안전하고 편안하게 느껴진다	1	2	3	4	5	6	7
37	나는 종종 내가 아끼는 사람들에게 참을성이 없어지고 화가 나기도 한다	1	2	3	4	5	6	7
38	나는 종종 그냥 주저앉고 싶어진다	1	2	3	4	5	6	7
39	나는 때때로 미쳐버릴 것 같은 기분이 든다	1	2	3	4	5	6	7
40	나는 때때로 다른 사람에 대한 안 좋은 감정을 빨리 다른 데로 옮길 수 있다	1	2	3	4	5	6	7
41	가장 두려워하는 것은 혼자 남겨지는 것이다	1	2	3	4	5	6	7
42	가까운 누군가가 내 어깨나 등을 두드려주면 기분이 나아지는 편이다	1	2	3	4	5	6	7

## 부록 4

\* 현재 어머니가 남편과의 관계에서 느끼시는 감정에 가장 가깝다고 생각되는 칸에 표시하여 주십시오.

	문    항	거의 그렇 지 않다	그렇 지 않은 편이 다	보통 이다	그런 편이 다	매우 그렇 다
1	우리는 각자가 개성을 가진 독립된 존재임을 서로 인정한다	1	2	3	4	5
2	우리는 서로가 잘 맞지 않는다고 느낄 때가 많다	1	2	3	4	5
3	우리 부부는 자연스럽게 성에 대하여 대화를 나눈다	1	2	3	4	5
4	우리 부부는 서로를 있는 그대로 받아들인다	1	2	3	4	5
5	우리 부부는 서로의 부족함을 잘 보충해 준다	1	2	3	4	5
6	우리는 성적 즐거움을 높이기 위해 노력한다	1	2	3	4	5
7	우리는 서로를 충분히 잘 알고 있기 때문에 말하지 않아도 서로를 잘 이해한다	1	2	3	4	5
8	우리는 상대방이 자신에게 가장 적합한 짝이라고 생각한다	1	2	3	4	5
9	우리 부부는 성관계에 대해 관심이 없는 것 같다	1	2	3	4	5
10	우리는 함께 하는 생활을 중요하게 생각하면서도 상대방 개인의 자율성을 인정한다	1	2	3	4	5
11	죽음이 갈라놓기 전까지 우리는 하나의 운명공동체라고 생각한다	1	2	3	4	5
12	우리는 성관계를 통해 서로 더욱 가까워짐을 느낀다	1	2	3	4	5
13	우리는 상대방의 단점을 이해하고 받아들인다	1	2	3	4	5
14	우리는 대체로 방을 각자 쓴다	1	2	3	4	5
15	우리는 서로에게 성적으로 충분히 만족을 주고 있다고 생각한다	1	2	3	4	5

◇ 설문참여에 진심으로 감사드립니다. ◇