

취업모의 자아탄력성, 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향

김보미¹ · 박정숙²

¹경북전문대학교, 조교수 · ²고신대학교, 부교수

The Effects of Ego-Resilience, Social Support on Parenting Stress of Working women

Bo Mi, Kim¹ · Jung Suk, Park²

¹*Department of Nursing, Kyungbuk College, Assistant Professor*

²*College of Nursing, Kosin University, Associate Professor*

한국간호연구학회지 『별책』 제4권 제3호 2020년 9월

The Journal of Korean Nursing Research

Vol. 4, No. 3, Sept. 2020

취업모의 자아탄력성, 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향

김보미¹ · 박정숙²

¹경북전문대학교, 조교수 · ²고신대학교, 부교수

The Effects of Ego-Resilience, Social Support on Parenting Stress of Working women

Bo Mi, Kim¹ · Jung Suk, Park²

¹*Department of Nursing, Kyungbuk College, Assistant Professor*

²*College of Nursing, Kosin University, Associate Professor*

Abstract

Purpose : This study is a descriptive research study to identify the effect of ego-resilience and social support on parenting stress in working women. **Methods** : The research subjects were 183 working women and data collection period was from July 1 to 30, 2019 in A city. Using the SPSS 24.0 program, collected data were analyzed by means of SPSS 24.0 program, and general traits t-test and ANOVA, post examination, Sheffe's test, grade point average, standard deviation, Pearson's correlation, and stepwise multiple regression. **Results** : The result showed that ego-resilience and social support were positive correlation ($r = .42, p < .001$); ego-resilience and parenting stress were negative correlation ($r = -.52, p < .001$); social support and parenting stress were negative correlation ($r = -.46, p < .001$). The significant variables affecting parenting stress were age, working hours, working stress, ego-resilience, and social support with 52.8% overall explanatory power. **Conclusion** : Based on this study, it is necessary to develop parenting stress care programs that can improve the ability of working women to cope with parenting stress.

Key words : Ego-Resilience, Social Support, Parenting, Stress, Working women

I. 서론

1. 연구의 필요성

가사와 육아, 직장업무를 모두 병행해야 하는 어머니 역할 과중과 어머니 역할을 충실히 하지 못한다는 죄책감으로 많은 취업모들은 스트레스를 경험하게 된다[1]. 이러한 스트레스는 누적되어 가족의 발달에 부정적인 영향을 미치며 최종 여성의 경력단절 현상으로 나타나게 된다[2]. 부모 역할 수행에서 지각하게 되는 스트레스를 양육스트레스라고 하며[3], 양육스트레스가 낮은 부모는 자녀와 따뜻하고 조화로운 관계를 형성하게 되고, 양육스트레스가 높은 부모는 자녀의 행동을 효율적으로 관리하지 못하고 반복되는 실패의 경험으로 우울경험 및 자녀에게 언어적 학대를 하게 된다[4]. 2019년 한국 워킹맘 보고서에 따르면 취업모의 비중은 전체 여성 중 58.4%로 자녀가 어릴수록, 자녀의 수가 적을수록 낮게 나타났다[5]. 취업모의 스트레스에 대해 조사한 결과, 일과 양육에 대한 스트레스가 가장 많았다[6]. 이러한 결과는 어머니의 취업 여부 및 양육행동, 양육스트레스에 많은 영향을 미치는 주요한 변인으로 파악되고 있다[7]. 하지만 양육스트레스를 자녀를 양육하는 과정에서 발생하는 당연한 과정이라 여기는 소극적인 태도보다 미리 예방할 수 있는 대처 방법을 통해 양육스트레스를 경감하는 방안이 필요하다[2].

자아탄력성은 전신적 회복능력에 대한 개념으로[8], 자아탄력성이 낮은 어머니는 자녀 양육행동에서 두려움과 감정과 사고를 차단하고 결국 투사, 합리화, 분열들의 비효율적인 방어기제를 사용하게 된다[1,9]. 자아탄력성이 높은 어머니는 어려운 양육상황에서도 문제의 상황을 스트레스로 인식하지 않고 이를 해결하려는 적극적인 노력을 기울임으로써 적극적으로 대처해나간다[10]. 이처럼 자아탄력성은 어머니의 양육스트레스를 완화 시켜주는 주요한 보호 요인으로[9], 본 연구를 통해 양육스트레스를 경감하는 변인으로 확인해 보는 것이 필요하다.

사회적 지지는 개인이 물리적 정신적 안정 또는 향

상을 위해 사회적 관계로부터 가족 도움 및 자원을 제공받는 것으로 정의된다[11]. 선행연구에 따르면 사회적 지지는 인간이 위기나 역경과 같은 스트레스 현상에 처했을 때 사용하는 주요 대처자원으로, 양육스트레스를 경험하는 어머니에게는 양육과정에서 발생하는 갈등과 긴장을 해소하고 위기상황에 대처하는 능력을 의미한다고 밝히고 있다[12]. 또한 사회적 지지는 어머니가 사회적 관계에서의 느끼는 유대감, 자신감, 신뢰감을 포함하고 있으며[13], 사회적 지지가 높은 어머니는 심리적 안녕감의 수준이 높아지며 긍정적인 육아 인식과 양육스트레스의 조절효과를 나타내며, 자녀와 어머니의 발달된 관계를 형성하게 된다[27]. 사회적 지지가 낮은 어머니는 양육스트레스를 높게 지각하고 양육능력 감소 및 어머니의 자신감도 낮아지게 된다고 보고되고 있다[12,14]. 이처럼 사회적 지지는 어머니의 양육스트레스의 주요변인이며, 자아탄력성과 함께 양육스트레스에 미치는 영향에 대해 살펴보고자 한다.

양육스트레스를 살펴본 국내 선행연구는 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스를 살펴본 Kim[4]의 연구가 있었고, 초산모를 대상으로 양육스트레스와 자기효능감을 살펴본 Kim[15]의 연구가 있었다. 취업모와 비취업모를 구별하여 양육스트레스와 관련 변인들을 살펴본 Chung[1]과, Bang[16]의 연구, 장애 자녀 어머니의 양육스트레스의 매개효과를 검증한 Hyun[12]의 연구가 있었다. 국외 선행연구는 멕시코계 미국인 자녀를 둔 부모의 자아탄력성과 양육스트레스의 관계를 살펴본 연구[26]와 사회적 지지와 양육스트레스를 살펴본 연구[27]가 있었다. 그러나 취업모의 양육스트레스에 영향을 미치는 주요한 변수로 나타난 자아탄력성과 사회적 지지를 동시에 고려한 국내와 국외의 연구는 미비한 실정이다. 취업모의 자아탄력성, 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향을 확인하고 이를 통해 취업모의 양육스트레스를 경감하고 대처할 수 있는 프로그램 개발이 필요함을 선행연구에서 확인할 수 있었다[27]. 본 연구를 바탕으로 양육스트레스를 경감하고 대처할 수 있는 중재프로그램의 기초자료로 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 취업모의 자아탄력성, 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향을 파악하고자 함이다. 그 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성을 파악하고, 일반적 특성에 따른 양육스트레스 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 자아탄력성, 사회적 지지, 양육스트레스 정도를 파악한다.
- 3) 대상자의 자아탄력성, 사회적 지지, 양육스트레스의 상관관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 양육스트레스에 미치는 영향요인을 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 취업모의 양육스트레스에 미치는 영향요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집

본 연구 대상자는 A시의 취업모로 연구 참여를 위해 서면 동의를 한 183명이었다. 연구 대상자 수를 산출하기 위해 $G * power3.1.9.2$ 프로그램을 이용하였다. 다중회귀분석 통계법으로 유의수준 .05, 효과크기 .15[28], 검정력 0.95, 예측변수 9개로 하였을 경우 최소 표본수가 166명이 산출되어 중도탈락률 20%를 고려하여 198부의 설문지를 배부하였다. 설문문항의 표기가 되지 않고 미회수된 15부를 제외하여 183부를 최종 분석하였다.

대상자의 선정기준은 대상자가 정상아를 출산하고 자녀를 양육하고 있는 취업모로, 직장생활을 3개월 이상한 자를 대상으로 편의추출 하였다. 자료수집 기간은 2019년 7월 1일부터 2019년 7월 30일까지였고, 연구자가 연구의 목적과 내용을 연구 대상자에게 설명하였고 사생활 보호를 위해 익명성, 연구 참여를 원하지 않을 경우 철회할 수 있음을 설명하였다.

3. 연구도구

1) 자아탄력성

자아탄력성은 Block과 Kremen[17]의 도구를 Yoo와 Shim[18]이 수정 보완한 도구를 사용하였다. 대인관계, 호기심, 감정통제, 활력, 낙관성을 묻는 문항으로 총 14개 문항으로 구성되어 있으며 5점 Likert 척도로 1점 ‘전혀 그렇지 않다’부터 5점 ‘매우 그렇다’로 점수가 높을수록 자아탄력성이 높음을 의미한다. Block과 Kremen[17]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .76$, Yoo와 Shim[18]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .67$, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .86$ 였다.

2) 사회적 지지

사회적 지지는 Park[13]이 개발한 도구를 사용하였다. 정서적 지지, 정보적지지, 물질적지지, 평가적 지지를 묻는 문항으로 25개 문항으로 구성되어 있으며 5점 Likert 척도로 1점 ‘전혀 그렇지 않다’부터 5점 ‘매우 그렇다’로 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. Park[13]의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .94$, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .96$ 였다.

3) 양육스트레스

양육스트레스는 Abidin[19]의 Parenting Stress Index를 Shin[9]이 번안, 수정한 도구를 사용하였다. 부모의 고통, 부모-자녀 간 역기능적 상호작용, 아동의 까다로운 기질을 묻는 문항으로 총 36개 문항으로 구성되어 있으며 5점 Likert 척도로 1점 ‘전혀 그렇지 않다’부터 5점 ‘매우 그렇다’로 점수가 높을수록 양육스트레스가 높음을 의미한다. Shin의[9] 연구에서 Cronbach's $\alpha = .91$, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .94$ 였다.

4. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하였고 구체적 방법은 다음과 같았다.

- 1) 대상자의 일반적인 특성은 실수와 백분율 및 평균과 표준편차, 일반적 특성에 따른 양육스트레스는 t-test,

- ANOVA로 사후 검정은 Sheffe's test로 분석하였다.
- 2) 대상자의 자아탄력성, 사회적 지지, 양육스트레스 정도는 평균평점과 표준편차로 분석하였다.
- 3) 대상자의 자아탄력성, 사회적 지지, 양육스트레스의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 4) 대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인은

stepwise multiple regression으로 분석하였다.

5. 윤리적고려

본 연구는 연구 시작 전 대상자의 윤리적 보호를 위해 연구자가 연구윤리위원회의 윤리교육 이수 후 대상자 모집 및 자료 수집을 하였다. 연구대상자의 윤리

Table 1. Differences of Parenting Stress by General Characteristics

(N = 183)

Characteristics	Categories	n (%)	Parenting Stress			
			M±SD	t / F	p	Scheffe's
Age(yr)	≤25 ^a	14(7.62)	79.32±0.52	10.10	<.001	c>a, b
	26~30 ^b	25(13.6)	80.11±0.42			
	31~35 ^c	85(46.4)	84.74±1.37			
	36~40 ^d	30(16.5)	81.33±0.69			
	≥41 ^e	29(15.8)	77.65±0.99			
Religion	None	98(53.6)	79.68±1.36	8.26	.451	
	Christian	42(23.0)	78.62±1.25			
	Buddhism	43(23.5)	80.25±0.78			
Satisfaction of Income	Satisfaction	24(13.1)	78.31±1.38	2.45	.614	
	Moderate	120(65.6)	80.03±0.69			
	Dissatisfaction	39(21.3)	79.55±0.79			
Number of Parenting Child	1	96(52.5)	79.68±2.55	2.68	.368	
	2	80(43.7)	78.89±1.65			
	≥3	7(3.8)	79.12±1.69			
Working Form	Day Duty	141(77.0)	80.31±1.44	1.93	.814	
	Shift Work	42(23.0)	81.64±0.89			
Work Satisfaction	Satisfaction	40(21.9)	78.64±1.75	1.65	.125	
	Moderate	118(64.5)	77.62±1.32			
	Dissatisfaction	25(13.7)	77.69±0.97			
Working Hours / Per Week	<40 ^a	136(74.3)	79.84±0.68	8.56	<.001	c>a, b
	40~50 ^b	31(16.9)	79.68±0.64			
	≥50 ^c	16(8.74)	84.52±1.23			
Extended Working Hours	<10	156(85.2)	78.21±1.38	7.69	.642	
	10~20	12(6.56)	79.68±2.64			
	≥20	15(18.0)	79.99±1.79			
Work Stress	Many ^a	78(42.6)	83.61±0.56	12.69	<.001	a>c
	Normal ^b	98(53.6)	79.65±4.66			
	Poorly ^c	7(3.8)	80.65±1.66			
Husband's Child-Rearing Participation	Well	8(4.37)	79.66±1.74	6.56	.312	
	Normal	135(73.8)	78.64±1.11			
	Poorly	40(21.9)	79.34±1.55			

적 고려를 위해 연구의 목적과 내용에 대한 사전 설명을 충분히 하며 연구 참여를 원하지 않을 경우 언제든지 철회가능하며, 조사내용은 연구목적 이외의 용도로 사용하지 않으며 익명성이 보장됨을 설명하였다.

III. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성과 일반적 특성에 따른 양육스트레스

대상자의 일반적 특성에서 연령은 31~35세가 46.4%(85명)로 가장 많았고, 종교는 무교가 53.6%(98명)로 가장 많았다. 수입은 중간이 65.6%(120명)으로 가장 많았고, 양육 자녀의 수는 1명이 52.5%(96명)로 가장 많았다. 업무 형태는 주간근무가 77.0%(141명)로 가장 많았고, 업무 만족도는 보통이 64.5%(118명), 업무 시간은 주당 40시간 미만이 74.3%(136명)으로 가장 많았다. 연장 근무 시간은 주당 10시간 미만이 85.2%(156명), 업무 스트레스는 보통이 53.6%(98명), 아버지의 자녀 양육 참여는 보통이 73.8%(135명)로 가장 많았다.

대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스는 연령($F=10.10, p<.001$), 업무시간($F=8.56, p<.001$), 업무 스트레스($F=12.69, p<.001$)에 따라 유의한 차이가 있

었다. 구체적으로 살펴보면 연령이 31~35세군이 25세 이하군과 26~30세 미만군보다 높게 나타났다. 업무시간은 주 50시간 이상인 군이 주 40시간 미만과 40~50시간 미만군보다 양육스트레스 정도가 높게 나타났다. 업무 스트레스는 많은 군이 적은 군보다 양육스트레스 정도가 높게 나타났다(Table 1).

2. 대상자의 자아탄력성, 사회적지지, 양육스트레스의 정도

대상자의 자아탄력성 정도는 3.68 ± 0.63 (척도범위 1~5)으로 나타났고, 사회적 지지 정도는 3.45 ± 0.16 (척도범위 1~5)으로 나타났다. 대상자의 양육스트레스 정도는 2.58 ± 1.30 (척도범위 1~5)으로 나타났다(Table 2).

3. 대상자의 자아탄력성, 사회적지지, 양육스트레스의 상관관계

대상자의 자아탄력성, 사회적 지지 및 양육스트레스의 상관관계를 분석한 결과, 대상자의 자아탄력성과 사회적 지지는 양의 상관관계($r=.42, p<.001$)를 보였고, 자아탄력성과 양육스트레스는 음의 상관관계($r=-.52, p<.001$)를 보였다. 사회적 지지와 양육스트레스는 음의 상관관계($r=-.46, p<.001$)를 보였다(Table 3).

Table 2. Level of Ego-Resilience, Social support and Parenting Stress

(N = 183)

Variables	Item Number	Mean \pm SD	Range
Ego-Resilience	14	3.68 \pm 0.63	1~5
Social support	13	3.45 \pm 0.16	1~5
Parenting Stress	36	2.58 \pm 1.30	1~5

Table 3. Correlation of Ego-Resilience, Social support relation among Parenting Stress

(N = 183)

Variables	Ego-Resilience	Social support	Parenting Stress
	r (p)	r (p)	r (p)
Ego-Resilience	1		
Social support	.42 ($<.001$)	1	
Parenting Stress	-.52 ($<.001$)	-.46 ($<.001$)	1

4. 대상자의 양육스트레스에 미치는 영향요인

대상자의 양육스트레스에 미치는 요인을 확인하기 위해 양육스트레스를 종속변수로 설정하였다. 양육스트레스와 상관관계가 있었던 자아탄력성, 사회적 지지와 대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스에서 사후검정 결과 유의한 차이를 보였던, 연령, 업무시간, 업무 스트레스를 가변수(dummy variable) 처리하여 독립변수로 설정해 다중회귀분석을 실시하였다. 독립변수간의 다중 공선성을 검증한 결과 공차한계(Tolerance)는 0.456으로 0.1보다 크며, 분산팽창인자(VIF)는 1.689로 10보다 작아 독립변수간의 다중 공선성은 없었다. 회귀분석의 결과분석 전 Durbin-Watson값을 구하였고, 결과 1.678로 기준 값 2에 근접하여 모형의 오차합 간에 자기 상관성이 없어 잔차의 정규성, 등분산성의 가정을 만족하였으며 산출된 회귀모형은 통계적으로 유의하였다($F=112.27$, $p<.001$).

대상자의 양육스트레스에 미치는 영향요인을 파악하기 위해 자아탄력성, 사회적 지지와 일반적 특성 중 통계적으로 유의했던 연령, 업무시간, 업무스트레스를 독립변수로 하여 다중회귀분석을 실시한 결과 설명력은 52.8%로 나타났다. 대상자의 양육스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 사회적 지지($\beta=-.40$), 연령($\beta=.31$), 자아탄력성($\beta=-.27$), 업무스트레스($\beta=.24$), 업무시간($\beta=.17$)이었다(Table 4).

IV. 논 의

본 연구는 취업모의 자아탄력성, 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향요인 규명을 위한 것으로 연구 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

취업모의 자아탄력성의 정도는 평균평점이 3.68 ± 0.63 (척도범위 1~5)으로 나타났다. 이는 Shin[9]의 연구에서 영유아 자녀를 둔 취업모의 자아탄력성을 측정된 결과 평균평점은 3.62 ± 0.51 로 나타났고, Hyun[12]의 연구에서는 장애자녀 어머니의 자아탄력성을 측정된 결과 평균평점이 3.55 ± 0.55 로 측정되어 본 연구와 유사하게 측정되었다.

Hong[20]의 연구에서 유아기 자녀를 가진 어머니의 자아탄력성을 측정된 결과 평균평점은 2.45 ± 0.49 로 나타나 본 연구보다 낮게 측정되었는데 이는 취업모와 전업모를 구별하지 않고 자아탄력성을 측정하였으며 선행 연구결과를 살펴보면 어머니의 취업 유무에 따라 자아탄력성의 차이가 나타나며 취업을 한 경우 어머니의 자아탄력성이 높게 나타난다고 하여[9], 본 연구와의 자아탄력성 정도의 차이가 나타난 것으로 판단할 수 있었다. 또한 자아탄력성은 본인이 지각하는 스트레스의 상황에서 자아통제력을 바탕으로 역동적인 적응능력으로, 취업모가 지각하는 양육스트레스 경감하기 위한 중요 변인이다. 따라서 취업모의 자아탄력성은 향상시키기 위한 심리적 교육 프로그램 개발 및 효과 검증이 필요할 것으로 사료된다.

취업모의 사회적 지지의 정도는 평균평점이 $3.45 \pm$

Table 4. Factor Influencing of Parenting Stress

(N = 183)

Variables	B	β	t	p
constant	79.82			<.001
Age [†]	7.68	.310	4.05	<.001
Working Hours [†]	3.67	.172	3.09	.002
Work Stress [†]	7.65	.248	4.89	<.001
Ego-Resilience	-.631	-.278	-3.98	<.001
Social support	-.423	-.405	-7.02	<.001

Adj, R²=0.528, F=112.27, p<.001

[†] Dummy variable (Age 1=31~35, 0=<25, 25~30, 36~40, ≥41, Working Hours 1=40~50, 0=<40, ≥50, Working Stress 1=Normal, 0=poorly, Many)

0.16(척도범위 1~5)로 나타났다. Chang[22]의 연구에서 사회적 지지를 측정한 결과 자녀가 1명일 경우 평균평점은 3.39 ± 0.90 으로 나타났고, 본연구의 사회적 지지 정도와 유사하게 측정되었다. 자녀가 2명 이상일 경우 3.60 ± 0.82 로 나타나 자녀의 수에 따라 사회적 지지의 정도가 차이가 있음을 알 수 있었다. 다른 도구를 사용하여 어머니의 사회적 지지의 정도를 알아본 Kim[23]의 연구에서는 평균평점은 3.75 ± 0.63 으로 나타났고, Yoo[24]의 연구에서 영아를 둔 어머니의 사회적 지지를 측정한 결과 평균평점이 3.61 ± 0.65 로 본 연구보다 유사하게 나타났다. 사회적 지지는 양육행동과 밀접한 관련이 있는 변수로 인적 네트워크를 비롯한 사회적 네트워크를 기반으로 자녀 양육을 위한 지원을 통해 양육의 질 향상이 필요할 것으로 사료된다. 또한 현재 구축되어 있는 양육자를 위한 교육 프로그램 등을 실제 양육자들이 사용할 수 있는 교육 홍보가 필요하며, 자녀를 양육하는 동질자들이 육아 정보 및 양육활동을 위한 공감대를 형성할 수 있는 사회적 지지가 활성화 될 필요가 있다.

취업모의 양육스트레스의 정도는 평균평점이 2.58 ± 1.30 (척도범위 1~5)로 나타났다. Shin[9]의 연구에서는 영유아 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스 평균평점은 2.16 ± 0.45 로 나타났고, 다른 도구를 사용한 Kim[15]의 연구에서는 초산모의 양육스트레스를 측정한 결과 평균평점이 2.38 ± 0.45 로 나타나 모두 본 연구보다 양육스트레스의 정도가 낮게 측정되었다. Song[25]의 연구에서는 양육스트레스 평균평점은 2.56 ± 0.58 로 나타나 본 연구와 유사하게 나타났다. 선행연구에 따르면, 양육스트레스는 자녀의 수와 자녀의 연령, 자녀의 현재 상태와 방학 기간에 따라 차이가 나며, 본 연구의 조사 기간은 자녀의 여름방학 기간으로 어머니는 직장활동을 계속 하고 있으면서 방학 기간 동안 자녀 양육을 위해 대체 인력을 비롯한 많은 부가적 요인으로 인하여 선행연구에 비해 양육스트레스 정도가 높게 측정된 것으로 보인다. 본 연구는 양육스트레스 정도와 대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스를 파악하여 어머니의 연령, 업무시간, 업무 스트레스에 따라 양육스트레스의 유의한 차이를 확인하였다. 어머

니의 연령에 따른 양육스트레스는 연령이 31~35세군이 가장 높게 나타났다. 이는 나이가 어린 취업모는 주변 지지층의 도움을 많이 받고, 나이가 많은 취업모는 성숙된 자세로 자녀 양육에 임하여 스트레스 상황으로 덜 인지하므로 스트레스를 낮게 인식하였으나 양육스트레스가 가장 높게 인식하는 31~35세 취업모는 치열한 경쟁속에서 직장생활 적응과 육아 병행으로 인해 양육스트레스를 가장 많이 인지하는 것으로 생각된다. 또한 선행연구에 따른 자녀의 연령, 자녀의 상태를 본 연구에서는 조사하지 않아 양육스트레스 정도 비교에 어려움이 있었다. 또한 본 연구에 사용된 양육스트레스 척도는 우리나라 상황에 맞게 수정 보완된 도구로 Abidin[19]의 Parenting Stress Index와 직접 비교는 어려운 실정이었다. 따라서 본 연구 결과와 선행연구를 바탕으로 양육스트레스에 미치는 폭넓은 일반적 특성의 반복 연구를 통해 취업모의 양육스트레스 감소를 위한 프로그램 운영이 필요할 것이다.

대상자의 자아탄력성과 사회적 지지는($r=.42, p<.001$)로 나타나 Hyun과 Yang[25]의 연구결과와 일치하였다. 자아탄력성과 양육스트레스는($r=-.52, p<.001$)로 나타나 Shin[9]의 연구결과와 유사하였다. 사회적 지지와 양육스트레스는($r=-.46, p<.001$)로 Chang[22]의 연구결과를 뒷받침 하고 있다. 본 연구의 결과를 바탕으로 자아탄력성과 사회적 지지는 양육스트레스와 유의미한 관계를 나타내는 변수임을 확인하였다.

대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인은 연령, 업무시간, 본인이 지각하는 업무스트레스, 자아탄력성, 사회적 지지로 52.8%의 설명력을 나타냈다. 본 연구에서는 취업모의 양육스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 사회적 지지였다. 사회적 지지가 높을수록 양육스트레스는 감소하는 것으로 나타났다. 사회적 지지는 개인의 심리적 요인에 많은 영향을 끼치며 사회적 지지가 높을수록 취업모는 양육에 대한 스트레스지각을 덜하게 된다. 따라서 취업모의 사회적 지지를 향상시키는 제도 및 자원들이 필요한데, 가정 내의 취업모를 위한 심리적 자원 등을 통해 사회적 지지를 향상시켜 주고, 직장 및 사회에서도 자녀 양육 활동을 돕기 위한 탄력적 근무 및 유아기 자녀를 둔 부모의

공감 활동을 할 수 있는 프로그램 운영이 필요하다.

이상의 연구 결과를 바탕으로 취업모의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인은 연령, 업무시간, 본인이 지각하는 업무스트레스, 자아탄력성, 사회적 지지로 확인되었다. 따라서 취업모의 양육스트레스를 감소시키기 위해서는 연령을 고려하여 자기효능감과 사회적 지지를 증진시키는 프로그램을 개발 및 적용하고 업무시간과 본인이 지각하는 업무스트레스를 감소시킬 수 있는 정책의 도입이 필요할 것으로 생각된다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 취업모의 자아탄력성과 사회적 지지가 양육스트레스에 미치는 영향을 규명하기 위해 수행되었다. 본 연구 결과 취업모의 자아탄력성이 낮을수록 양육스트레스가 높았고, 사회적 지지가 낮을수록 양육스트레스가 높았다. 취업모의 양육스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 사회적 지지였고, 연령, 자아탄력성, 업무스트레스, 업무시간의 순이었다. 본 연구는 취업모의 양육스트레스를 감소시키기 위한 기초자료로 활용할 수 있다는 점과 추후 취업모의 양육스트레스 관련 요인을 바탕으로 국내 실정에 맞는 도구개발을 위한 기초적 자료로 제공될 수 있다는 점에서 의의가 있다.

이상의 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 일부 지역의 취업모를 대상으로 하여 모든 지역의 어머니와 취업모에게 일반화하기에 제한이 있으므로 추후 확대 및 비교 연구를 제안한다.

둘째, 자녀의 발달과업 수준에 따른 어머니의 양육스트레스 정도를 확인하고 비교 연구를 제안한다.

셋째, 취업모와 전업모의 양육스트레스 관련 요인들을 파악하고, 차이를 검증하는 비교 연구를 제안한다.

References

1. Chung JN. A Study on the factors related parenting

- stress of employed and unemployed mothers with pre-schoolers. *Korean Journal of Human Ecology*. 2016; 25(6): 665-679. <http://dx.doi.org/10.5934/kjhe.2016.25.6.665>
2. Park HJ. A Study on parenting stress according to maternal employment conditions. [master's thesis]. Seoul: Kookmin University; 2017. p.1-70.
3. RR Abidin, The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 1992;21(4): 407-412.
4. Kim JY, Child-rearing attitude and parenting stress of mothers with Infant. *The Korean Journal of Stress Research*. 2015;23(2):91-100. <http://dx.doi.org/10.17547/kjsr.2015.23.2.91>
5. Kang DH. Supplementary results of the local area labour force survey in the first half of 2019(Career Interrupted Women). 2019. November. Report No.; RR 2019-11-26.
6. OH HJ, Hwang WK, The report of Korea working mom. 2019. December. Report No.; RR 2019-12-1.
7. Kwon JM, Park YJ. Influential factors toward mother's rearing stress affected by father's child-rearing involvement and mother's beliefs: Focused on mediating effect of community environment. *Journal of Early Childhood Education & Educare Welfare*, 2014; 18(4):115-143.
8. Block. J. H, Block. J. The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins(Ed), *Minnesota Symposia on Child Psychology*, 1980;13:39-101.
9. Shin SJ, A Study on the Characteristics of responses to DARP assessment based on the level of parenting stress and ego-resilience of working mothers. [master's thesis]. Seoul: Ewha Womans University; 2017. p.1-85.
10. Lim EJ. The effects of family functioning, ego-resilience, and peer relationship on children's subjective well-being. [master's thesis]. Seoul: Ewha Womans University; 2013. p.1-78.

11. Lee SA. Effects of parental stress on depression of working mothers : focusing on the mediating effects of self-esteem and social support. [master's thesis]. Seoul: Seoul University; 2014. p.1-147.
12. Hyun IS. The effects of parenting stress on parenting sense of competence of the mothers with disabled child. [dissertation]. Gyeonggi: Sungkyul University; 2017. p.1-142.
13. Park JW. Study to development a scale of social support. [dissertation]. Seoul: Yansei University; 1985. p.1-127.
14. Nam KJ. The effects of characteristics of disabled children and social support on mothers' parenting stress. [master's thesis]. Seoul: Kukje Theological Seminary; 2016. p.1-51.
15. Kim BM, Kim EH. Convergent influence of body image, self efficacy on parenting stress. *Journal of Digital Convergence*, 2017;15(10):493-500. <https://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.10.493>
16. Bang KS. Mothers and temperament and health related variables of their mothers and temperament and health related variables of their mothers and temperament and health related variables of their preschool children. *Korean Acad Child Health Nurs*. 2004;10(2):217-224.
17. J Block, AM Kremen. IQ and ego resiliency: Conceptual and emperical stress on negative mood., *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996; 7(2):349-361.
18. Yoo SK, Shin HW, Psychological protective factors in resilient adolescents in Korea. *The Korean Journal of Educational Psychology*. 2002;16(4):189-206. <https://doi.org/10.1037/e350302004-001>.
19. RR Abidin. Introduction to the special issue: The stress of parenting. *Journal of Pakistan Psychiatric Sociaty*, 1990;12(4):18-21.
20. Hong HJ. The Study on effect of mother's ego resiliency on preschoolers' problem behavior and social competency. [master's thesis]. Seoul: Chung-ang University; 2011. p.1-89.
21. Oh HK, Parent's ego-reailience on children's daily stress and coping behaviors types. [master's thesis]. Seoul: Sookmyung University; 2007. p.1-73.
22. Chang HC, The Relationship among mothers' parenting stress, child rearing attitude, and social supports. [master's thesis]. Incheon: Incheon National University of Education; 2018. p.1-66.
23. Kim J, The bringing-up stress, social support, re-Birth intention of mother with infant or child. [master's thesis]. Kyungpook: Kyungpook National University; 2011. p.1-43.
24. Yoo KJ, The influence that the mother of infant's parenting stress and social support have on the parenting efficacy. [master's thesis]. Ulsan; Ulsan University; 2006. p.1-63.
25. Hyun IS, Yang HT, The effects of self-resilience, social support, and parenting stress on parenting sense of competence of the mothers with child with disabled. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*. 2019;9(4):643-652. <https://doi.org/10.21742/AJMAHS.2019.04.61>
26. Swanson, Jodi, et al. Predicting early adolescents' academic achievement, social competence, and physical health from parenting, ego resilience, and engagement coping. *The Journal of Early Adolescence* 2011; 31(4): 548-576. <https://doi.org/10.1177/0272431610366249>
27. Respler-Herman, Melissa, et al. Parenting beliefs, parental stress, and social support relationships. *Journal of Child and Family Studies* 2009;21(2):190-198. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9462-3>
28. Jang MN, Kim HS. An Analysis of Factors Influencing Parenting Stress in Children with Epilepsy. *Child Health Nurs Research*, 2016;22(3): 163-171 <https://doi.org/10.4094/chnr.2016.22.3.163>