



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](#)

교 육 학 석 사 학 위 논 문

유아기 자녀를 둔 어머니의
비합리적 신념과 양육스트레스 :
개인주의-집단주의 성향의 조절효과



2014년 6월

부경대학교 교육대학원

유 아 교 육 전 공

김 문 정

교 육 학 석 사 학 위 논 문

유아기 자녀를 둔 어머니의
비합리적 신념과 양육스트레스 :
개인주의-집단주의 성향의 조절효과

지도교수 이 희 영

이 논문을 교육학 석사 학위논문으로 제출함.



2014년 8월

부경대학교 교육대학원

유 아 교 육 전 공

김 문 정

김문정의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2014년 8월



주 심 교육학박사 이 경 화 (인)

위 원 교육학박사 황 희 숙 (인)

위 원 철 학 박 사 이 희 영 (인)

목 차

Abstract

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	5
3. 용어의 정의	6
가. 비합리적 신념.....	6
나. 양육스트레스	6
다. 개인주의-집단주의 성향	6
II. 이론적 배경	7
1. 비합리적 신념.....	7
가. 비합리적 신념의 정의.....	7
나. 비합리적 신념의 구성.....	8
다. 비합리적 신념의 유형	9
라. 비합리적 신념의 선행연구.....	14
2. 양육스트레스.....	15
가. 스트레스의 개념	15
나. 양육스트레스의 개념	16
다. 양육스트레스의 관련변인	18
라. 양육스트레스의 선행연구	19
3. 비합리적 신념과 양육스트레스의 관계	21
4. 개인주의-집단주의 성향	22
가. 개인주의-집단주의 성향의 정의.....	22

나. 개인주의-집단주의 성향의 선행연구	25
Ⅲ. 연구방법	27
1. 연구대상	27
2. 측정도구	29
가. 비합리적 신념	30
나. 양육스트레스	30
다. 개인주의-집단주의 성향	31
3. 자료분석	32
Ⅳ. 연구결과 및 해석	34
1. 변인의 기술통계	34
2. 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향	37
3. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 개인주의-집단주의 성향의 조절 효과	38
가. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 개인주의의 조절효과	38
나. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 집단주의의 조절효과	39
Ⅴ. 논의 및 결론	40
1. 논의	40
2. 결론	44
3. 제언	44
<참고문헌>	46
<부 록>	54

표 목 차

<표 1> 연구대상의 배경변인별 분포	27
<표 2> 비합리적 신념 측정도구의 문항수 및 신뢰도 계수	30
<표 3> 양육스트레스 측정도구의 문항수 및 신뢰도 계수	31
<표 4> 개인주의-집단주의 성향 측정도구의 문항수 및 신뢰도 계수	32
<표 5> 변인의 평균과 표준편차	35
<표 6> 비합리적 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향의 상관관계	36
<표 7> 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향에 관한 회귀분석	37
<표 8> 비합리적 신념과 양육스트레스 관계에서 개인주의 조절 효과	38
<표 9> 비합리적 신념과 양육스트레스 관계에서 집단주의 조절 효과	39

Irrational Beliefs of Mothers with Children in Their Infancy and Parenting
Stress: Regulation Effect of Individualistic-Collectivistic Traits

Kim Moon-Jeong

*Department of Early Childhood Education
Graduate School of Education
Pukyong National University*

Abstract

In today's world of nuclear family, the sense of burden parents feel toward children is increasing and, in particular, among the parents, mothers assume primary responsibility for parenting. With increasing socio-economic participation of women today, the responsibility of parenting is no longer limited to mothers. However, there is social expectation for women and the traditional family value system that views women as mother having primary parenting responsibility. In short, there is a persistent stereotype that parenting, education and family chores are primarily works of mothers. As a result, the level of responsibility and demand for parenting for mothers have

increased, causing more stress to mother in terms of parenting responsibilities. Although there have been many researches investigating factors that cause parenting stress, the empirical study on mothers' irrational belief, one of the factors that cause parenting stress, has been lacking. Moreover, researches on individualistic-collectivistic traits of parenting mothers is very rare to find. Accordingly, the purpose of this research is to discover the effect mothers' irrational belief have on parenting stress and whether individualistic-collectivistic traits has moderating effect on mothers' irrational belief and parenting stress. The questions raised in this research paper are as follows. First, what is the effect of mothers' irrational belief on parenting stress? Second, does such effect change according to mother's individualistic-collectivistic traits?

The research was done on 513 mothers living in Busan who have children in their infant children age. In order to measure irrational belief of mothers, General Attitude and Belief Scale-Korea (GABS-K) was used. In order to measure parenting stress, Ryu Da-hyung's modified/revised version of PSI-FS(Parenting Stress Index-Short Form), Abidin (1955) and PSS(Parenting Stress Scale), Jones (1995) were used. In order to measure individualistic-collectivistic traits, Kim Ki-beom's modified version of INDCOL(Individualism-Collectivism), Singelis, Triandis, Bhawuk & Gelfand(1995), which developed standardized measurement using Korean subjects, was used.

The data collected in this research was analyzed in the following way. First, in order to obtain general characteristics and relationships among parameters, SPSS 21.0 was used to study mean and standard deviation. Second, in order to verify relationships among mothers' irrational belief, parenting stress and individualistic-collectivistic traits, correlation analysis

was performed. In order to study how the sub-components of mothers' irrational belief desire for recognition, self-contempt, desire for comfort, desire for achievement, desire for fairness and two cultural traits of individualism and collectivism affect parenting stress, simple multiple linear regression analysis was conducted. Fourth, In order to study the moderating effect of individualistic-collectivistic traits of individualism and collectivism on how mothers' irrational belief cause parenting stress, hierarchical multiple linear regression analysis was conducted. In the first step, mothers' irrational belief and individualistic or collectivist traits were inserted. In the second step, interactive effect was inserted to conduct analysis. Since interactive factor could produce a high correlation therefore causing multi-collinearity, standardization was done for analysis.

The research results showed that, first, mothers' irrational belief cause parenting stress. Among irrational beliefs, desire for comfort increase parenting stress while desire for achievement lower parenting stress. Second, individualistic-collectivistic traits do have individual effect on the way irrational beliefs cause parenting stress but have no moderating effect on them. Based on these results, it is hoped that group programs or parenting educating programs that can reduce parenting stress be developed.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

최근 각 시·도 교육청이나 도서관, 공공보건 기관에서는 ‘부모가 행복해야 아이가 행복하다’는 전제 아래 다양한 부모교육 프로그램들이 실시되고 있다. 이는 다양한 프로그램이나 부모교육을 통해 양육스트레스를 해결하여 부모에게 양육의 행복함을 주기 위함이다. 이러한 양육의 중요성에 대한 관심은 수많은 연구를 통해 밝혀졌고, 지금까지도 중요한 연구주제이다(고성혜, 1994; 안지영, 2001).

자녀양육은 부모에게 심리적 안정감을 주고 자신의 삶을 반성 할 기회를 줄 뿐 아니라, 자녀와의 상호작용을 통해 새로운 흥미와 관심을 갖는 등의 긍정적인 측면이 있다. 반면에 자녀양육으로 인한 책임과 부담은 스트레스로 작용하기도 한다(Crinic & Booth, 1991).

부모와의 관계 중에서도 특히 어머니는 양육의 일차적인 책임과 역할을 담당한다. 여성의 사회진출로 인해 양육을 담당하는 대상이 어머니로 한정되어 있지는 않지만, 전통적인 어머니의 역할에 대한 사회적인 정서와 가족 내 가치관은 아직까지도 상당부분 어머니를 양육의 책임자로 보고 있으며, 자녀양육과 교육, 가사일 등이 어머니의 주된 역할이라는 고정관념을 벗어나지 못하고 있다. 따라서 양육에 대한 어머니의 책임과 요구수준이 높아져 어머니가 겪는 자녀양육에 대한 스트레스는 크다(김미정·하지민, 2013).

양육스트레스는 부모역할을 수행하면서 겪는 일상적인 스트레스이다 (Abidin, 1992). Crinic과 Acevedo(1995)에 의하면, 양육스트레스에 영향을 미치는 변인은 부모특성, 아동특성, 가족체계가 있으며, 이러한 변인들은 서로 상호작용하여 직·간접적으로 양육스트레스에 영향을 준다고 했다. 부모의 특성으로는 부모의 신념, 성격, 자기 효능감, 연령 등이 있으며, 아동 특성으로는 아동의 연령과 기질, 발달적 단계와 특성 등이 포함된다. 그리고 가족체계로는 배우자와의 관계, 사회적 지지, 소득 등이 있다. 양육스트레스는 부모자신에게는 신체적·정신적인 어려움을 주며, 양육스트레스로 인한 부적절한 양육행동은 아동의 인지·정서·행동발달에 부정적인 영향을 미친다(권희영, 2012; 김미연, 2012; 김지연·정계숙, 2013). 즉 부모의 양육스트레스를 줄이기 위한 노력이 필요한 실정이다.

현실적인 측면에서 살펴보면, 양육스트레스를 줄이기 위한 방안으로 아동특성이나 가족체계요소의 변화를 시도하기에 시간적, 정책적 측면에서 많은 노력이 필요하다. 하지만 부모의 신념, 성격, 자기효능감 등과 같은 개인특성 요소들은 상담이나 교육을 통해 변화될 가능성이 많다. 이러한 맥락에서 몇몇 연구자들은 부모특성의 요인에 개인특성에 중점을 두고 어머니의 비합리적 신념과 양육스트레스의 관계를 연구하였다(유희아, 1996; 이희영·시미희, 2011).

유희아(1996)의 연구는 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 영향을 준다고 밝혔다. 구체적으로 비합리적 신념 하위요인인 과도한 자기기대 신념, 과도한 강박성취신념, 과잉 불통제 신념, 과다회피선호신념, 완벽문제해결신념, 과잉위험발생신념이 높을수록 어머니의 양육스트레스는 높다고 보고하고 있다. 또한 이희영과 시미희(2011)의 연구에서는 비합리적 신념 하위요인인 인정욕구, 완벽성, 좌절반응경향, 과잉불안 염려, 문제회피, 의존성, 무기력 등이 양육스트레스에 영향을 준다고 했다. 특히 과잉불

안염려는 양육스트레스의 모든 하위요인에 영향을 주는 것으로 나타났다. 선행연구 결과들은 비합리적 신념을 합리적 신념으로 바꿈으로 인해 양육 스트레스도 줄일 수 있음을 시사한다. 이러한 비합리적 신념에 관련된 연구들은 엘리스의 합리적·정서적 행동치료(Rational Emotive Behavioral Therapy)를 이론적 근거로 하고 있다.

Ellis(1962)에 의하면 인간이 겪는 대부분의 문제들은 그들이 비합리적인 사고를 한 결과이며, 그들이 겪는 부적응적 정서는 비합리적인 신념체계에 의해서 일어난다고 하였다. 인간은 문제 상황 자체로 인해 부정적인 감정이 생기는 것이 아니고, 문제 상황에 대한 비합리적 신념 때문에 부정적인 감정이 생긴다. 따라서 부정적인 감정을 감소시키기 위한 전략으로 비합리적 신념을 합리적인 신념으로 수정시키는 것이 합리적·정서적 행동치료(REBT)의 핵심이다(서수균, 2009). 또한 Watson, Sherbak와 Morris(1998)는 비합리적 신념과 심리적 적응, 개인주의-집단주의 성향 간 관계를 알아보는 연구에서, 비합리적 신념이 높으면 심리적 적응력이 떨어지고, 개인주의-집단주의 성향은 비합리적 신념과 심리적 적응과 관련이 있다고 하였다.

개인주의-집단주의 성향은 동일집단 내의 각 개인의 문화적인 성향을 나타내는 것으로, 문화를 이해하는 데 가장 대표적인 관점이다 (Triandis, 1995). 개인주의와 집단주의를 구분하는 기준은 사회의 기본단위를 어디에 두는가에 있다. 개인주의는 ‘개인’으로, 집단주의는 ‘집단’으로 보는 것이다. 개인주의 특징은 개인과 집단은 별개라고 인식하며 개인의 목표와 집단의 목표가 다를 경우 개인의 목표를 우선으로 하며, 집단은 개인의 행복을 위해 존재한다고 가정한다. 집단주의 특징은 개인을 집단의 일부로 인식하며 집단의 결속에 관심을 가지며, 개인의 목표보다는 집단의 목표를 중요하게 생각한다. 또한 집단에 강한 정서적 애착을 가진다(Triandis,

1988).

개인주의-집단주의 성향은 스트레스를 지각하는 영역과 대처방식에도 차이가 있다. 개인주의 성향자는 자기 주도적 성취를 중요시하기 때문에 자율성과 자기실현의 가치를 추구하며, 스트레스 상황이나 문제 상황에서도 개인중심적인 해결을 하려는 경향이 많다(변상우, 2003). 반면 집단주의 성향의 사람들은 사람들 간의 조화를 추구하는데 중점을 두기 때문에, 대인관계에 문제가 생기면 스트레스를 경험한다. 또한 스트레스 상황이나 문제 상황이 발생했을 때 해결하는 방법으로 대인관계를 이용하여 잘 풀어나가는 방법을 선호한다. 즉 개인주의-집단주의 성향에 따라 스트레스가 다를 수 있다.

또한 발달이나 적응이라는 측면에 문화적인 요인들이 영향을 준다는 연구들이 있다(박서영·박성연, 2012; 이희영·최태진, 2008; 임미란, 2005). 중·고등학생을 대상으로 한 임미란(2005)의 연구에서는 중·고등학교 학생들이 학교생활을 하면서 학업적, 사회적, 정서적 영역에서 얼마나 적응하는지는 개인주의-집단주의 성향에 의해 달리 영향을 받는다고 보고 했고, 이희영과 최태진(2008)은 부모의 양육태도와 사회적 유능감의 관계에 있어 개인주의-집단주의 성향에 따라 차이가 있다고 보고 했다. 즉 아동이 개인주의 성향인 경우 남녀 아동 모두 부모의 양육태도와 관계없이 사회적 유능감의 점수 차이가 없었으나, 집단주의 성향의 여자아동의 경우는 부모의 양육태도와 상관없이 상대적으로 사회적 유능감 점수가 높다는 것을 밝혔다. 초·중학생을 대상으로 한 김은진과 이희영(2013)의 연구에서는 개인의 갈등해결전략은 개인주의-집단주의 성향과 관련이 있다고 보고 했다. 또한 박서영과 박서영(2012)의 연구에서는 청소년의 정서와 개인주의-집단주의 성향은 지인 및 타인에 대한 친사회적 행동을 예측할 수 있는 변인임을 밝히고, 특히 개인주의-집단주의 성향은 친사회적 행동에 영향을 미치는 데 있

어 정서의 매개효과를 한다는 결론을 지었다. 선행연구에서 살펴본 결과 개인주의-집단주의 성향은 변인들 간에 조절과 매개역할을 한다는 점을 시사한다.

이상에서 살펴보았듯이 비합리적인 신념이 양육스트레스에 영향을 미치고, 개인주의-집단주의 성향에 따라 스트레스 정도가 달라질 수 있음을 알 수 있다. 더불어 비합리적 신념과 개인주의-집단주의 성향의 상호 작용가능성을 추측해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 비합리적 신념이 양육스트레스에 영향을 미치는 데 있어 개인주의-집단주의 성향의 조절효과를 살펴보는 데 그 목적이 있다.

본 연구의 결과는 양육스트레스 감소를 위한 부모교육 프로그램이나 상담에 유용한 정보를 줄 수 있으리라 기대한다.

2. 연구문제

본 연구의 목적을 위해 설정한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 2. 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 미치는 영향에 있어 개인주의-집단주의 성향이 조절효과가 있는가?

3. 용어의 정의

가. 비합리적 신념

비합리적인 신념은 비실제적이고, 비논리적이며 아무런 근거가 없으면서 인간이 건전한 행동을 지속하는데 지장을 주는 사고와 신념이다(Ellis, 1962). 본 연구에서는 서수균(2009)의 한국판 일반적 태도 및 신념 척도(GABS-K)의 검사지를 사용하여, 검사점수에 따라 비합리적 신념 5가지의 하위요인을 측정하였다. 5개의 비합리적인 신념 하위요인으로, 인정욕구, 자기비하, 편안함 욕구, 성취욕구, 공정성 요구가 있다.

나. 양육스트레스

양육스트레스는 자녀를 양육하는 과정에서 일상적으로 지각하는 스트레스를 말하는데(Abidin, 1990), 일시적이거나 순간적으로 발생하는 걱정이나 부담감이 아니라 지속적으로 누적된 일상적인 스트레스를 말한다(김기현, 2000). 본 연구에서는 Abidin(1995)의 PSI-FS와, Berry와 Jones(1995)의 PSS를 류다형(2011)이 번안·수정한 검사지로 측정한 점수를 의미한다.

다. 개인주의-집단주의 성향

개인주의-집단주의 성향은 동일집단 내의 각 개인의 문화적인 성향을 나타내는 것으로(Triandis, 1988), 개인주의와 집단주의 두 가지 점수를 구분하여 측정한다. 본 연구에서는 Singelis, Triandis, Bhawuk과 Gelfand(1995)가 제작한 INDCOL척도를 김기범(1996)이 우리나라 사람을 대상으로 표준화한 질문지로 측정한 점수를 의미한다.

II. 이론적 배경

1. 비합리적 신념

가. 비합리적 신념의 정의

비합리적 신념이란 어떠한 근거 없이 인간행동을 건전하게 지속하는데 지장을 주는 사고나 신념을 뜻하며, 비실제적 비논리적 사고체계를 의미한다(Ellis, 1962). 즉 인간의 부적응 행동 또는 이상심리는 무의식이나 환경에서 유발되는 것이 아니고 인간의 신념이 비현실적, 비합리적, 비논리적이기 때문이다. 비합리적 신념을 가질 경우 타인과의 사회적 관계 속에서 완전 무결성, 비난경향성, 무력감, 의존감, 지나친 인정욕구 등 외부자극에 대한 극단적이고 과도한 정서경험을 초래한다(김상영, 2003).

Ellis는 개인의 신념체계는 합리적 신념과 비합리적 신념으로 구성되어 있다고 보았다. 즉 어떤 사실에 대해 합리적인 생각을 하게 되면 합리적인 정서와 행동을 경험하게 되지만, 비합리적 생각을 하게 되면 바람직하지 못한 정서와 행동을 경험한다고 했다. 따라서 합리정서행동치료(rational emotive behavioral therapy: REBT)에서는 내담자의 비합리적인 신념을 합리적인 신념으로 대체시키거나 최소화시켜서 내담자가 보다 합리적이고 융통성 있는 인생관을 가질 수 있도록 한다.

비합리적 신념으로 인한 부적응적인 정서와 행동을 잘 설명 할 수 있는 것은 Ellis의 합리적 정서적 행동이론(REBT)의 핵심인 ABCDEF모형이다. 이모형에서는 어떠한 사건이 발생했을 때 사건의 결과에 영향을 미치는 것

은 개인의 신념이라고 한다. 즉 A(Activating event)는 선행사건으로 사건이 일어난 상황, 개인의 태도이며, B(Beliefs)는 그 사건에 대한 개인적인 신념체계로, 어떤 사건이나 행위 등과 같은 환경적인 자극에 대해서 각 개인이 가지게 되는 태도 또는 그의 신념체계나 사고방식이라고 볼 수 있다. C(Consequence)는 선행사건을 경험 한 뒤 개인의 신념체계를 통해 사건을 해석함으로써 생기는 정서적, 행동적 결과이며, 비합리적 신념체계를 가지고 있어 생기는 결과로는 불안, 우울, 죄책감, 분노, 공격성, 수치심, 질투와 같은 것이 있다. D는 비합리적 신념을 논박(Disputes)하는 것으로, 자신과 외부현실에 대한 내담자의 외곡된 사고와 신념을 논박하는 것을 의미한다. E는 논박하기 결과로 나타난 인지적, 정서적, 행동적인 효과(Effect)이다. F는 논박하기를 통해 바뀐 효과적인 합리적 신념에서 비롯된 새로운 감정(Feeling)이다(김종운, 2013).

비합리적 신념을 종합해 보면, 비합리적 신념은 절대적이고 극단적이며, 논리적인 모순과 현실과의 불일치, 부적절한 정서와 부적응적 행동을 유발하는 신념이라고 할 수 있으며(김재분, 2003), 비합리적 신념이 강한 사람들은 대개 죄책감, 불안, 원망과 같은 감정을 느끼게 되고, 신체적·정신적인 질환을 앓기가 쉽다. 따라서 부정적 감정을 감소시키기 위해서는 역기능적인 신념인 비합리적인 신념을 찾아 합리적인 신념으로 내재화 하는 것이 중요하다(서수균, 2009).

나. 비합리적 신념의 구성

비합리적 신념의 구성요인은 Ellis의 비합리적 신념을 기초로, 학자들마다 조금씩 수정·보완하여 구성하였으며 구성과정은 다음과 같다.

첫째, Ellis(1962)가 제안한 비합리적 신념은 11가지 요인으로 구성하였다. 이는 과도한 인정신념, 과도한 자기기대 신념, 절대적 선악신념, 강박성

취 신념, 과잉 불 통제 신념, 과잉 위험발생신념, 과다 회피선호 신념, 과잉 의존 신념, 강박적 과거 결정론적 신념, 지나친 타인 염려, 완벽한 문제해결신념이 있다.

둘째, Ellis의 11가지 비합리적 신념을 근거로 Jones(1968)은 10가지 요인으로 비합리적 신념을 구성하였다. 인정의 욕구, 완벽성, 비난경향성, 과국화, 정서적 무책임감, 과잉불안염려, 문제회피, 의존성, 무기력, 완벽한 해결이 있다.

셋째, Ellis는 이후 4종류의 비합리적 신념의 공통된 특징을 제안하였다. (Ellis & MacLaren, 2005) 핵심 비합리적 신념에는 절대적인 당위성과 강요성, 낮은 인내력, 과국화, 자신과 타인에 대한 경멸이 포함된다.

넷째, Bernard(1998)는 GABS에서 비합리적 신념의 요인으로 7가지를 제안하였다. 합리성, 자기비하, 성취욕구, 인정욕구, 편안함 욕구, 공정성 요구가 있다.

다섯째, Bernard(1998)는 GABS에서 합리성을 제외한 6가지 요인을 가지고 개발된 GABS의 축약형을 한국판(GABS-K)으로 개발한 서수균은 비합리적 신념의 요인을 5가지로 구성했다. 인정욕구, 자기비하, 편안함 욕구, 성취욕구, 공정성요구가 있다(서수균, 2009).

본 연구에서는 서수균의 GABS-K에서 제시한 비합리적 신념의 하위 요인인 인정욕구, 자기비하, 편안함 욕구, 성취욕구, 공정성요구를 비합리적 신념으로 본다.

다. 비합리적 신념의 유형

Ellis의 비합리적 신념을 기초로 비합리적인 신념의 유형을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 인정의 욕구(Demand for approval)이다. 자신은 주위 모든 사람들로 인정을 받아야 하는 게 당연하다는 신념이다. 물론 모든 이에게 인정을 받는다면 좋겠지만 현실적으로 불가능한 일이다. 이러한 인정욕구가 강하면 다른 사람들로 부터 인정을 받기 위해 자신을 포기하거나 스스로를 비판하기 때문에 불안해지고 자기 파괴적이다. 합리적인 사람은 자신을 사랑하고 스스로를 인정할 줄 알며, 남들에게 사랑을 베풀고 살아간다면 인정을 받지 못해도 상관없다고 생각한다.

둘째, 자기기대감(High Self-Expectation)이다. 자신이 가치 있게 살기 위해서는 반드시 유능해야 하며, 모든 일에서 성공을 해야 한다는 신념이다. 모든 면에서 다 유능하다는 것은 불가능한 일이며 이런 신념을 추구하다보면 열등감과 무력감, 실패의 두려움으로 인한 정신적·신체적 질병이 생길 수 있다. 합리적인 사람은 결과에 중점을 두지 않고 과정을 충실히 수행하는 데 중점을 두며, 배우려는 노력과 최선을 다하는 것에 만족한다.

셋째, 비난 경향성(Blame Proneness)이다. 나쁜 일을 하면 무조건 혹독한 처벌을 받아야 한다는 신념이다. 그러나 이러한 신념을 가진 사람은 나쁜 일에 대한 근거가 객관적이지 않다. 누구나 실수나 잘못을 할 수 있다는 것을 인정하지 못하며, 비합리적인 편견으로 선악을 판단한다. 합리적인 사람은 자신도 타인도 비난하지 않으며, 실수를 인정할 줄 알며 각자의 특성을 수용한다.

넷째, 파국화 또는 좌절반응경향(Frustration Reactivity)이다. 자신이 하고자 하는 일이 뜻대로 잘 되지 않을 때 그것을 끔찍하고 아무런 가치가 없다고 생각하는 신념이다. 모든 일이 자신이 원하는 대로 이루어지는 일은 없으며, 그렇다고 해서 파멸이 오지도 않는다. 이러한 신념은 문제해결에 실제적인 도움이 전혀 되지 않는다. 합리적인 사람은 사실을 그대로 받아들이고 문제해결을 위한 방법을 모색한다.

다섯째, 정서적 무책임감(Emotional Irresponsibility)이다. 인간의 불행은 외부적인 것이 원인이며 그로 인한 불행과 슬픔은 어쩔 수 없다는 신념이다. 불행과 슬픔은 개인이 어떻게 그것을 받아들이는가에 대한 심리적인 문제이지 외적인 조건 때문이 아니다. 합리적인 사람은 외부에서 사건 때문에 괴롭더라도 자신이 불행하지 않도록 심리적인 노력을 하며, 자신에게 도움이 되는 방향으로 생각한다.

여섯째, 과잉불안염려(Anxious Overconcern)이다. 어떤 일이 위험하고 두려운 일로 생각될 때 그것을 늘 걱정하고 불안해하며, 언젠가 그런 일이 일어날 수 있다고 생각하는 신념이다. 계속 일을 신경 쓰고 생각하게 된다면 처음보다 더 과장되게 생각하여 불안해 할 수 있으며 실제로 그런 일이 일어났을 경우 객관적으로 대처하지 못하며, 일을 해결하는 데 아무런 도움이 되지 않는다. 합리적인 사람은 극복할 수 있다는 가능성을 믿고 도전 한다.

일곱째, 문제회피(Problem Avoidance)이다. 힘든 일에 직면했을 때 그 일을 책임지고 해결하는 것보다 회피하는 것이 더 쉽다고 생각하는 신념이다. 순간적인 위로는 줄 수 있지만 나중에 자신감 상실과 같은 더 큰 문제가 생길 수 있다. 합리적인 사람은 그 일이 해야 하는 일이라면 도전하고 문제해결을 위해 노력한다.

여덟째, 의존성(Dependency)이다. 사람은 다른 사람에게 의존해야 하며, 자신이 의지할 만한 강한 존재가 필요하다는 신념이다. 사람은 때로 다른 사람을 의존 할 수는 있지만, 의존하면 할수록 더욱 의존적으로 된다. 강한 의존감은 독립성, 개체성, 자아정체감의 상실을 가져오며, 정서적으로 불안하다. 합리적인 사람은 스스로 할 수 있는 일은 스스로 하며, 도움을 받을 일이 있으면 도움을 요청하고 또한 도움을 줄 수 있으면 준다.

아홉째, 무력감(Helplessness)이다. 개인의 과거경험이 현재의 행동을 결

정짓는다고 생각하고, 현재의 행동은 과거의 영향을 벗어날 수 없다는 신념이다. 과거의 경험이 현재에 영향을 줄 수는 있지만, 개인의 노력이나 경험에 따라 과거와 상관없이 현재의 행동이 달라질 수 있다. 과거의 영향이 현재를 결정짓는다는 생각으로 산다면 현재의 문제해결에 전혀 도움이 되지 않는다. 합리적인 사람은 과거의 영향력을 인정하고 현재의 자신을 위해 노력 한다.

열 번째, 타인염려(Overconcern about others)이다. 다른 사람의 고난이나 문제를 자신의 문제처럼 크게 신경 써야 한다는 신념이다. 다른 사람의 문제는 나와는 상관없는 경우도 있고 혹시 상관이 있다고 하더라도 지나친 염려는 심각한 혼란이 생길 수 있다. 합리적인 사람은 다른 사람의 문제를 객관적으로 평가하고 그 문제에 자신이 도움을 줄 수 있으면 도움을 주고, 그렇지 않으면 있는 그대로 받아들인다.

열한 번째, 완벽주의(Perfectionism)이다. 모든 문제는 완벽한 해결점이 있고, 그 것을 찾지 못하면 일을 실패하거나 인생이 힘들어 진다는 신념이다. 문제에 직면했을 때 항상 완벽한 해결을 한다는 것은 불가능하며 그런 해결책을 찾지 못할 경우 심한 좌절감을 가진다. 합리적인 사람은 해결을 위해 최선은 다하지만, 해결하지 못했을 경우 다른 적절한 방법을 찾도록 노력한다(이형득, 1984).

본 연구에서는 Ellis의 이론에 근거하여 서수균의 GABS-K(General attitude and Belief scale-Korea)를 사용하였다. GABS-K에 제시한 비합리적인 신념의 유형은 5가지로 다음과 같다.

첫째, 인정욕구이다. 이는 다른 사람들에게 존중 받아야하며, 타인이 자신을 좋아하지 않는다는 것을 인정 할 수 없는 비합리적 신념이다.

둘째, 자기비하다. 이는 다른 사람이 자신을 좋아하지 않는 것은 자신이 하찮거나 나쁘며 호감이 가지 않기 때문이라고 생각하며 어떤 일을 실패했

을 때 스스로를 무가치한 인간이라고 생각하는 비합리적 신념이다.

셋째, 편안함 욕구이다. 이는 불편하고 긴장되고 불안한 것을 참을 수 없으며, 일상생활에서 겪게 되는 사소한 어려움들과 짜증스러운 일들을 매우 고통스럽게 여기는 신념이다.

넷째, 성취욕구이다. 이는 자신에게 주어진 중요한 과제는 꼭 이루어야 하며, 실패하는 것은 참을 수 없으며 인정할 수 없다고 여기는 비합리적 신념이다.

다섯째, 공정성 요구이다. 이는 다른 사람으로부터 부당한 대우를 받는 것을 참을 수 없으며, 자신을 부당하게 대하는 사람은 나쁜 사람이며 무가치한 인간이라고 생각하는 비합리적 신념이다.

마지막으로, 선행연구인 유희아(1996), 이희영과 시미희(2010)의 연구에서 제시한 11가지 비합리적 신념과 본 연구에서 제시한 5가지 비합리적 신념을 비교해 보면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 제시한 인정욕구는 선행연구에서 과다한 인정신념, 과다한 자기 기대감과 의미를 같이 한다.

둘째, 본 연구에서 제시한 자기비하는 선행연구에서 과다한 자기기대 신념, 개인적 완벽성에 의미를 같이 한다.

셋째, 공정성 요구는 선행연구에서 절대적 선악신념, 비난 경향성에 의미를 같이 한다.

넷째, 성취 욕구는 선행연구에서 강박적 성취신념, 파국화와 의미를 같이 한다.

다섯째, 편안함 욕구는 선행연구에서 과잉위험발생신념, 과잉불안염려와 의미를 같이 한다.

라. 비합리적 신념의 선행연구

비합리적 신념에 관련된 기존 연구들을 살펴보면 비합리적 신념과 우울, 불안, 분노와 같은 정신적 부적응 현상과의 관계를 밝히는 연구와 부모의 정신건강과 양육태도를 밝히는 연구가 대부분이다. 비합리적 신념은 부모 본인과 자신의 자녀의 비합리적 신념(김상영, 2003), 또래수용도(김재분, 2003), 양육태도(양정하, 2010), 부모역할지능(이성아, 2012)과 같은 다양한 요인에 영향을 주어 자신의 부적응행동과 정신건강 전반에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다. 장정혜(1992)는 부모와 청소년기 자녀를 대상으로 한 연구에서 부모의 비합리적 신념이 자녀의 비합리적 신념과 유의미한 상관관계가 있음을 밝혔다. 구체적으로 과도한 자기기대감, 비난 성향, 좌절 반응, 정서적 무책임, 무기력감, 지나친 타인염려, 완전무결주의 등 7개의 하위항목에서 상관을 보였다. 유아기 학부모를 대상으로 한 양정하(2010)의 연구에서는 부모의 과보호·허용, 거부·방임 양육태도는 비합리적 신념의 모든 하위요인과 정적상관이 있음을 보고했다.

또한 부모의 비합리적 신념은 양육스트레스와도 상관이 있다. 유희아(1996)는 어머니의 과잉위험발생신념, 완벽문제해결신념, 과다회피선호신념, 과잉불통제 신념, 과다강박증성취신념, 자기기대 신념이 높을수록 양육스트레스가 높음을 보여주었으며, 이희영과 시미희의 연구(2011)에서는 비합리적 신념 하위변인과 양육스트레스 하위변인 모두에 유의미한 관계를 지니는 것으로, 가장 높은 상관을 보인 비합리적 신념 하위요인과 양육스트레스 하위요인은 인정욕구 요인과 유능성 요인으로 나타났다.

이러한 연구들은 부모의 태도, 신념, 가치가 부모의 양육행동과 태도, 스트레스와 유의한 상관관계가 있다는 것을 증명하고 있다. 따라서 부모의 비합리적 신념에 대한 본 연구는 중요한 의미를 지닌다.

2. 양육 스트레스

가. 스트레스의 개념

스트레스(stress)의 어원을 살펴보면, 라틴어인 stringe(팽팽히 죄다;긴장)로 물리학과 공학 분야에서 처음 쓰기 시작 하였으며, 캐나다 내분비학자 Selye에 의해 의학계에 처음 소개 되었다. 그는 스트레스를 좋은 스트레스와 나쁜 스트레스로 나누었는데 좋은 스트레스(eustress)란, 부담스러운 상황이지만 적절하게 대응하여 향후 자신의 삶에 좋은 영향을 주는 스트레스이고, 나쁜 스트레스(distress)는 스스로의 대처나 적응에도 불구하고 불안이나 우울 등의 증상이 지속적으로 일어나는 스트레스라고 했다(보건복지부, 2014)

스트레스 개념에 대한 논의는 세 가지 측면에서 이루어지고 있다. 첫째는 반응으로서의 스트레스로, 이 개념은 생물학이나 의학에서 사용되는 개념으로 어떤 것이 심한 스트레스를 받으면 되돌릴 수 없는 손상이 생긴다는 것이다. 즉 적응을 요구하는 모든 자극에 대한 반응이 스트레스라고 보았다. 둘째는 자극으로서의 스트레스로, 외적인 환경적 조건부터 내적인 생리적 현상까지 스트레스를 하나의 자극으로 보는 심리학적 관점이다. 이 관점에서는 스트레스 원에 대한 사람의 반응이나 내면적 상태를 스트레스라고 본다. Lazarus(1984)와 그의 동료들은 가장 중요한 스트레스원은 일상생활의 문젯거리라고 했다. 셋째로 역동적 상호작용으로서의 스트레스로, 이 개념은 스트레스 여부를 결정하는 것은 자극과 반응 자체가 아니고, 개인이 환경적인 자극을 지각하고 대처방안을 해석하는 방법이다(김정희, 2010).

과거에는 주로 생활사건에 의해 개인이 경험하는 스트레스에 초점을 맞

추었다. 그러나 Lazarus와 Folkman(1984)는 인지적 스트레스 모델에서 개인이 그 사건을 얼마나 중요하다고 지각하는 지에 대한 인지적 평가가 스트레스의 정도를 나타낸다고 했다. 즉 스트레스는 사건 그 자체보다 매일 반복되는 일상적인 스트레스에 개인이 어떻게 지각하고 해석하는지가 개인의 심리적 안정과 정신건강에 중요한 영향을 준다고 강조했다(Crnic & Greenberg, 1990; Crnic & Low, 2002; Krech & Johnston, 1992).

스트레스에 대한 학자들의 정의를 살펴보면, 남혜순(2003)은 스트레스를 환경의 요구가 개인이 감당할 수 있는 능력 보다 커 개인의 능력한계를 벗어날 때 발생하는 개인과 환경의 불균형, 부적합 상태로 보았다. 안지영(2001)은 스트레스에 ‘기분’과 같은 정서적인 양상도 포함되나, 동일한 상황에서 그 사람이 그 상황을 어떻게 지각하는가에 따라 스트레스정도는 달라진다고 하였다. 양정화(2002)는 개인의 생리체계, 행동체계, 정서체계에 변화를 가져오게 하는 동시에 개인의 신체적, 정신적 안녕상태를 위태롭게 하는 환경적인 자극으로 자신에게 특유 반응을 일으키는 모든 원인을 총칭한 개념이라고 정의했다.

지금까지의 스트레스의 개념을 종합해 보면, 스트레스는 개인에게 부여된 요구수준과 이에 반응할 수 있는 개인의 능력 간 불균형을 지각할 때 일어나는 심리적·생리적 반응이며, 이는 상황에 따라 달라질 수 있다(엄지원, 2011).

나. 양육스트레스의 개념

과거 스트레스 연구들은 주로 사고, 질병, 사별 등 개인에게 중요한 생활의 변화를 가져오게 하는 사건에 초점이 맞춰져 있었다. 그러나 최근에는 스트레스에 관한 사회적 관심이 높아져 여러 종류의 스트레스에 대한 연구가 활발하다. 그 중 대표적인 스트레스 연구로 직장에서의 업무를 수행하면

서 발생하는 직무스트레스, 공부에 대한 정신적 부담을 주는 학업스트레스, 아이를 양육하면서 겪게 되는 양육스트레스가 있다.

현대사회에서는 폭력과 비행등 여러 사회문제로 인해 자녀양육에 대한 부모들의 관심이 더욱 요구된다. 이처럼 부모역할에 대한 요구와 압력이 과거보다 커지면서 자녀의 출산과 양육으로 인한 부담을 느끼는 부모들이 점차 늘고 있다(김지연·정계숙, 2013). 이처럼 부모가 자녀를 양육하면서 경험하는 일상적인 스트레스를 양육스트레스라고 한다(Abidin, 1992). Crinic과 Greenberg(1990)도 실증적인 연구를 통하여 자녀와의 상호작용과 부모 역할 수행에서 생기는 일상적인 스트레스가 주요 생활사건 경험보다 더 중요한 스트레스 근원이며, 이는 부모의 정신건강과 아동문제 그리고 가족기능과도 관련이 있음을 밝혔다.

양육스트레스에 대한 정의는 학자들마다 다양하다. Cobb(1976)는 부모가 자녀를 양육할 때 필요한 지식, 능숙함, 목표 등의 활용 가능한 자원을 어느 정도 가지고 있는지가 핵심이며, 양육스트레스는 이러한 자원의 부족으로 생긴다고 정의했다. 엄지원(2011)은 양육스트레스를 자녀와 일상생활에서 경험되는 반복적인 어려움이 짜증, 성가심, 어려움의 정서로 지각되는 것이라고 정의 하였으며, 유우영, 최진아와 이숙(1998)은 자녀양육에 있어 반복되는 일상, 만성적인 경험과 자녀의 요구나 행동으로 경험하게 되는 일상적인 스트레스라고 정의 했다. 또한 이정순(2003)은 양육스트레스를 부모가 경험하는 스트레스로서, 일시적으로 발생하는 걱정거리가 아니라 지속적으로 누적된 스트레스라고 했다. 즉 자녀의 현재상황과 미래의 상황, 자녀양육에 대한 방법과, 그에 따른 결과에 대한 막연한 두려움을 함축하는 정서적으로 불안한 상태라고 정의 했다.

종합해 보면, 양육스트레스는 자녀양육에 대한 부모역할을 수행할 때 생기는 부담감으로 시작되는 것으로, 일상스트레스가 누적되고 지속되는 것

에서 생기는 스트레스라고 정의 할 수 있다.

다. 양육스트레스의 관련변인

Abidin(1992)은 자녀를 양육하는 과정에서 부모들은 자신의 양육에 대한 책무를 어느 정도 다하고 있는지 평가하게 되는데, 그러한 평가과정의 결과로 양육스트레스가 발생한다고 하였다. 또한 부모가 지각한 스트레스는 역기능적인 양육행동을 유발하며, 부당한 양육행동을 예측하게 하는 주요한 변인이 된다고 했다. 그가 제시한 양육스트레스 모델에 따르면, 부모가 경험하는 총체적인 스트레스는 부모특성, 아동특성, 외부환경 변인들이 총체적으로 작용하여 발생하고, 이는 부모의 역기능적 양육의 위험을 증가시킨다고 했다.

Crnic와 Acevedo(1995)는 Abidin이 제안한 양육스트레스 예측모형을 바탕으로 아동특성, 부모특성, 가족체계의 세 요소가 상호작용하여 양육스트레스에 어떠한 영향을 주는지에 대한 모델을 제시하였다. 이 모델에서 아동특성은 발달적 단계, 연령, 기질, 성, 성격, 자아존중감 등이 있고, 부모특성은 자기효능감, 연령, 취업유무, 성격, 정서, 신념 등이 포함되며, 가족체계에는 부부관계의 질, 사회적 지지, 소득 등이 포함된다.

가족스트레스연구회(1994)에서는 양육스트레스의 변인을 세 가지로 나누었다. 첫째는 자녀발달에 따른 특수한 자녀행동이나 자녀문제의 발생이고, 둘째는 어머니 자신이 자신의 역할에 대해 느끼고 있는 감정이나 생각이며, 셋째는 어머니 자신의 개인적인 질병이나 정서적 문제 또는 남편 등의 도움을 줄 수 있는 사람들의 지원 부족, 특별한 생활사건의 발생으로 나누었다. 종합해보면 양육스트레스에 영향을 주는 변인은 아동특성, 부모특성, 가족체계변인으로 나눌 수 있다.

라. 양육스트레스의 선행연구

양육스트레스에 영향을 미치는 변인들에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 아동특성 변인에 관한 연구로는 아동의 기질과 관련하여, 까다로운 기질의 아이일수록 양육스트레스가 높다(김기현·조복희, 2000; 김문경, 2002; 차삼숙, 2005)는 연구와, 성별과 관련해 남아를 양육하는 어머니들이 여아를 양육하는 어머니들보다 양육스트레스가 높다는 연구결과가 있다(정문자·신숙재, 1998). 고성혜(1994)는 1학년, 4학년, 6학년 아동의 어머니를 대상으로 한 연구에서 자녀가 활동성이 지나쳐 공격적인 행동을 자주 하거나, 소란스러운 행동을 자주 하는 경우 어머니는 양육스트레스를 많이 경험한다고 지적하였다. 또한 남혜순(2003)은 유아기 어머니는 유아의 성별과 연령에 따라 유아의 기질을 다르게 지각하고 유아의 기질은 양육스트레스에 영향을 주는 요인이라고 했다. 자녀수에 관련된 연구는 연구자들마다 유의미한 차이를 보였다.

둘째, 부모특성 변인에 관한 연구로는 부모의 신념과 관련하여, 인성 지향적 신념을 가진 어머니가 성취 지향적 신념을 가진 어머니 보다 양육스트레스 적다는 연구가 있고(송연숙·김영주, 2007), 비합리적인 신념을 가진 어머니들이 양육스트레스가 높다는 연구결과가 있다(유희아, 1996; 이희영·시미희, 2011). 부모효능감에 관련된 연구로 부모가 아동을 양육하는 데 있어 스트레스를 많이 지각할수록 양육효능감이 낮아진다는 연구결과가 있다(안지영, 2001; 김현미, 2004). 어머니의 정서와 관련하여 어머니의 우울이 양육스트레스를 매개로 하여 영·유아의 부정적인 정서에 영향을 준다는 보고가 있다(이희정, 2012). 어머니의 연령에 관련된 연구로 편은숙(2004)은 어머니의 연령이 어릴수록 자녀양육과 기술과 경험이 부족하여 양육스트레스가 높을 것이라고 하였다. 하지만 어머니의 연령은 스트레스와 무관하다는 연구보고(고성혜, 1994; 김기현, 2000)도 있어, 어머니의 연령에 대한 견

하는 연구자마다 차이를 보였다. 부모의 학력과 관련된 연구로 김기현(2000)은 부모의 교육수준이 자녀양육에 대한 지식이 자녀양육 방법에 따른 자신감과 스트레스에 대한 대처능력과 관련이 있는 것으로 보고, 부모의 학력은 양육스트레스와 유의미한 상관이 있음을 밝혔다. 반면에 부모의 교육수준이 양육스트레스와 무관(정문자·이미리, 2000)하다는 결과도 있어 부모의 교육수준에 따른 양육스트레스는 상반된 결과를 보인다. 또한 어머니의 취업유무와 양육스트레스에 관련된 연구결과도 일치하지 않는다. 박해미(1994)연구에서 전업주부는 직장인 주부에 비해 자신을 무가치하게 느끼거나 정신적 갈등과 심리적 불안을 경험하는 등 스트레스 수준이 높게 나왔다. 반면 김리진(2000)은 유아기 자녀가 있는 직장인 주부는 전업주부에 비해 더 많은 양육스트레스와 긴장을 경험한다는 연구결과를 보고하여 직업의 유무에 따른 양육스트레스는 차이를 보였다.

셋째, 가족체계변인에 관한 연구로는 남편관련 변인으로 어머니가 지각한 아버지의 양육 참여도가 높을수록 어머니가 지각한 양육 스트레스의 발생 빈도와 강도는 낮게 나타났다는 연구결과가 있다(정문자·신숙재, 1998; 김정, 2005). 결혼만족도, 사회적 지지와 양육스트레스와의 관계를 밝힌 전춘애와 박성연(1996)의 연구에서는 결혼만족도와 양육스트레스는 부적인 상관관계가 있으며, 남편의 지지와 결혼만족도는 정적인 상관관계가 있다고 했다. 즉 남편의 지지가 많고 결혼만족도가 높으면 양육스트레스가 적다. 가정의 수입과 관련된 연구는 수입이 높은 가정의 어머니가 양육스트레스를 적게 경험한다는 연구결과(정문자·이미리, 2000)도 있지만, 소득에 따라 양육스트레스는 차이가 없다는 김기현(2000)의 연구도 있어 연구결과의 차이를 보인다. 남편의 직업과 관련된 연구로는 직업이 양육스트레스의 중요한 변인이라는 연구결과(김기현, 2000)와, 관계가 없다는 연구결과(권희영, 2012)도 있어 연구자들마다 연구결과가 일치하지 않는다.

이와 같이 선행연구에 의해 알려진 양육스트레스의 관련변인은 연구마다 상반된 결과를 보인다. 이는 연구대상의 특성이나 상황, 신념 등에 따라 양육스트레스가 달라짐을 예상해 볼 수 있다.

3. 비합리적인 신념과 양육스트레스의 관계

먼저 비합리적 신념과 스트레스와의 관계를 살펴 본 연구는 목회자, 수형자등 특정대상으로 하는 연구와, 학생들을 대상으로 비합리적 신념과 스트레스 연구(장은선, 2006), 스트레스 대처전략(조복미, 2001), 진로스트레스(유선미, 2009), 등의 연구가 있다. 장은선(2006)은 청소년의 자살생각, 스트레스와 비합리적 신념이 모두 정적상관 관계임을 밝혔고, 유선미(2009)가 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 비합리적 신념이 높을수록 진로스트레스가 높다고 했다.

비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에 관한 선행연구는 유희아(1996)와 이희영과 시미희(2011)의 연구가 있다. 유희아(1996)의 연구에서는 비합리적인 신념의 하위요인 중 과다한 인정신념, 자기기대 신념, 강박성취신념, 과잉불통제 신념, 과다회피선호 신념, 완벽문제해결 신념, 과잉위험발생 신념이 강할수록 양육스트레스가 높고, 반면 절대적 선악 신념과 지나친 타인 염려와 양육스트레스는 상관을 보이지 않았다. 그 중 과잉위험발생 신념이 양육스트레스에 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났다. 이희영·시미희(2011)의 연구에서는 인정의 욕구, 완벽성, 파국화, 과잉불안염려, 문제회피, 의존성, 무기력의 비합리적신념 하위요인과 유능성, 애착, 역할제한성, 우울, 배우자와의 관계, 사회적 고립, 건강의 양육스트레스의

하위요인 간의 상관을 보았다. 연구결과 비합리적 신념 하위변인과 양육스트레스 하위변인 모두에 유의미한 정적 혹은 부적관계를 지니는 것으로 나타났다. 특히 과잉불안염려가 가장 높은 상관을 보였으며, 파국화와 의존성 요인은 관계가 적었다. 그 중에서 가장 높은 상관을 보인 비합리적 신념 하위요인과 양육스트레스 하위요인은 인정욕구 요인과 유능성 요인으로 나타났다. 이러한 연구의 결과는, 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 많은 영향을 준다는 것을 시사한다.

4. 개인주의-집단주의 성향

가. 개인주의-집단주의 성향의 정의

인간의 심리와 행동에 문화가 미치는 영향을 많은 학자들이 다양한 관점에서 연구했다. 그 중에서도 문화를 이해하는 가장 대표적인 관점은 개인주의-집단주의다. 이 개념은 교육학, 사회학, 상담심리학, 문화심리학 등의 학문에서 많은 연구가 되어 왔다(Triandis, 1995). 문화심리학에서 개인주의-집단주의 이론은 다른 문화권 사회의 구성원들의 가치관, 정서, 행동, 사회적 지각, 관습, 제도 등의 차이를 이해하는 데 있어 핵심적인 틀로 사용되고 있다(조금호, 1996).

개인주의-집단주의 이론이 문화차이를 나타내는 틀로서 거론된 것은 오래전부터인데, 크게 주목을 받고 경험적인 연구의 이론적 틀로서 자리 잡게 된 것은 Hofstede(1991)의 연구이다. Hofstede는 전 세계 66개국에 지사를 지니고 있는 한 다국적 기업의 종업원들에게 직업관련 가치조사를 실시하였다. 그는 조사대상 국가의 GNP, 인구, 인구증가율, 인구밀도, 경제성장

를 등의 지표를 구하여 결과를 제시했는데 동양, 아프리카, 남부유럽 문화권이 집단주의 성향을, 북미·북유럽 문화권이 개인주의적 경향을 갖고 있음을 밝혔다.

한 사회를 개인주의, 집단주의로 규정하는 기준에 대해서는 다양한 관점들이 제시되어 왔으나, 가장 중요한 것은 사회구성의 기본 단위에 대한 견해의 차이이다(조궁호, 1996). 집단주의 문화에서는 집단을, 개인주의 문화에서는 개인을 기본적인 사회단위로 보는데 있다. 개인주의(individualism)란 개인을 집단으로부터 독립된 개인으로 보며, 자율성, 독립성, 개인적 만족의 추구, 개인의 목표와 신념을 중요시하고 집단에 대한 정서적 거리감과 결속력은 낮은 특징을 가지고 있다. 이에 반해 집단주의(collectivism)는 개인을 집단의 일부라고 생각하며, 개인의 목표보다 집단의 목표를 우선시하며, 타인에 대한 관심과 염려, 건전한 대인관계, 상호의존성을 특징으로 하는 문화이다(Hofstede, 1991).

Triandis(1988)는 개인주의-집단주의를 다음과 같이 정의 했다. 집단주의는 집단의 원활한 결속에 깊은 관심을 가지며, 집단에 강한 정서적 애착을 갖는 것이라고 했으며, 개인주의는 개인의 목표추구가 집단에 누를 끼치더라도 개인의 목표를 강조하며, 집단의 결속에 관심이 적고 정서적으로도 거리감을 갖고 있다고 하였다.

그러나 Singelis, Triandis, Bhawuk와 Gelfand(1995)는 개인주의-집단주의 이론이 많은 부분이 애매하다는 비판을 수용하면서 동일한 문화권 내의 개인들 간에도 개인주의-집단주의 경향이 공존할 수 있다고 보았으며, 이 점을 설명하기 위해 수직성과 수평성의 개념을 추가하였다. 즉 수직적 개인주의, 수평적 개인주의, 수직적 집단주의, 수평적 개인주의로 구분하였는데 그 특징은 다음과 같다.

첫째, 수직적 개인주의(vertical individualism)란 개인의 자아를 우선으로

하되, 개인들 각각이 다른 존재로 인식하여 개인 간에 불평등을 수용하고, 경쟁을 중요한 요소로 생각한다.

둘째, 수평적 개인주의(horizontal individualism)란 개인의 자아가 중요하며, 모든 개인은 독립적이고 평등하다고 생각한다.

셋째, 수직적 집단주의(vertical collectiveism)란 개인을 집단의 한 부분이라고 인식하며, 불평등을 수용하고 집단을 위해서는 개인의 희생도 당연하다고 생각한다.

넷째, 수평적 집단주의(horizontal collectiveism)란 개인을 집단의 한 부분이라고 인식하며, 이 집단 속의 개인은 평등하고 상호보완적이며 대인관계를 중요하게 생각한다. 이들 네 가지 유형의 사람들은 구성 비율에서 차이가 있겠지만 어느 문화권이나 나타날 뿐 아니라, 모든 사람이 네 가지 유형에 해당하는 인지적 경험을 지니고 있다. 다만 문화권에 따라 애매한 상황에 폭넓게 작용하는 인지에서는 차이가 있다(한규석, 1991).

북미 및 서구 유럽과 같은 개인주의 문화권에서는 개인적인 목표를 달성하기 위하여 행동하며, 타인과의 관계 역시 자신의 자유의지와 선택을 통하여 자발적으로 형성되는 것으로 여긴다(Kitayama & Park, 2007). 한국 사회는 서구의 개인문화를 닮아가고 있는 것은 사실이지만 정서적 측면에서 볼 때, 한국인들의 기본적 심리문화 틀은 여전히 집단주의 성향이 강한 것으로 여겨져 왔다. 특히 가족을 근간으로 하는 가족집단주의가 강하다고 여겨진다(최봉영, 1994). 한국인들의 자아개념에는 자아의 구성요소로서 부모와 형제가 포함되어 있다. 한국인의 집단주의 성향은 가족관계에서만 나타나는 것이 아니라 개인이 타인과 관계를 맺을 때도 나타난다. 처음 만나는 사이에서도 서로의 학연, 지연, 혈연등과 같은 연고성을 찾아 같은 집단으로서의 소속감을 발견하고 확인하고자 하는 것이 바로 집단주의적 성향의 특성이다(최상진·이장주, 2000).

이러한 특징은 세계화와 서구문화의 유입으로 집단주의에서 개인주의로 변화하고 있다(한규석, 1991). 최근 시행되고 있는 연구들에서 한국사회가 개인주의 성향을 많이 나타내고 있으며, 특히 나이가 어리고 학력이 높을 수록 개인주의 성향이 더 강하다고 말하고 있다. 청소년과 성인을 대상으로 한 김윤명(2009)의 연구에서는 청소년보다 성인이 집단주의 성향이 더 나타났다. 반면 장성숙(2003)은 청소년이나 젊은이들이 표면적으로는 상당히 개인주의화 되어있어 보이지만 내면 깊숙이에는 오랜 전통으로 인해 집단주의적 성향을 띠고 있을 것이라고 하였다. 따라서 이러한 연구를 기초로 하여 본 연구에서는 개인수준에서의 개인주의 성향자와 집단주의 성향자를 분류하였다. 그리고 한 문화 내에서의 개인차 분석을 통해 개인의 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

나. 개인주의-집단주의 성향의 선행연구

지금까지 이루어진 개인주의-집단주의 성향에 대한 연구를 살펴보면, 스트레스 대처방식(변상우, 2003), 자의식(조금호·명정완, 2001), 자기효능감(우영지·이기학, 2011), 분노표현(유명주, 2004), 사회적 지지(홍승범·박혜경, 2013)등과 개인주의-집단주의 성향의 관계를 밝힌 연구가 많다. 대학생을 대상으로 한 변상우(2003)의 연구에서는 개인주의 성향자가 집단주의 성향자에 비해 스트레스를 더 많이 경험하며, 개인주의 성향자는 대처방식에 있어 적극적 대처를 많이 사용하였고, 집단주의 성향자는 사회적 지지를 많이 추구하였다고 보고했다. 홍승범과 박혜경(2013)은 집단주의 성향이 강할수록 스트레스를 해결하기 위하여 사회적 지지를 많이 추구할 뿐 아니라, 사회적 지지의 유용성을 높게 지각 했다. 또한 집단주의 성향이 강할수록 스트레스를 겪는 지인들에게 사회적 지지를 많이 제공하는 것으로 나타났다.

또한 많은 연구들이 개인주의-집단주의 성향에 따라 양육태도와 적응간의 관계, 관심 있는 변인들 간의 관계가 달리 나타나는지를 경험적으로 검토해왔다. 중·고등학생의 애착과 개인주의-집단주의 성향이 학교생활 적응에 미치는 영향을 연구한 임미란(2005)의 연구에서는 중·고등학교 학생들이 학교생활을 하면서 학업적, 사회적, 정서적 영역에서 얼마나 적응하는지는 개인주의-집단주의 성향에 의해 달리 영향을 받는다고 보고 했고, 박서영과 박성연(2012)의 연구에서는 청소년의 정서와 개인주의-집단주의 성향은 지인 및 타인에 대한 친사회적 행동을 예측할 수 있는 변인임을 밝혔다. 이희영과 최태진(2008)의 연구에서는 부모가 아동의 사회적 유능감에 영향을 주는 데 있어 아동의 개인주의-집단주의 성향과 밀접한 관련이 있다고 하였다. 예를 들어 아동의 개인주의-집단주의 성향이 개인주의 성향인 경우는 부모의 양육태도와 관계없이 사회적 유능감 점수가 낮으며, 집단주의 성향의 여자아동의 경우 남자아이와 달리 부모의 양육태도와 상관없이 사회적 유능감 점수가 높았다. 이는 집단주의성향 그 자체가 사회적 유능감에 보완역할을 해 준다는 것으로 볼 수 있다. 이러한 관점에서 본 연구에서는 조절변인으로 개인주의-집단주의 성향을 넣어 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계를 밝히고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 유아기 자녀를 둔 어머니를 대상으로 하였다. 본 연구의 목적은 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 밝히는 것과, 개인주의-집단주의 성향이 어머니 비합리적 신념과 양육스트레스의 조절효과가 있는지 알아보는 데 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위하여 2014년 1월 21일부터 2월 10일까지 총 21일에 걸쳐 부산시 유치원 5곳을 대상으로 설문지를 배부·회수하였다. 설문지는 총 615부를 배부하였고 523부를 회수하였으며, 회수된 설문지 523부 중 응답에 누락이 많거나 중복 응답을 한 경우 등 불성실하게 응답한 설문지 10부를 제외한 총 513부를 분석 자료로 사용하였다. 본 연구대상의 특성은 표1과 같다.

<표 1> 연구대상의 배경변인별 분포

구분	학년	<i>n</i>	%
자녀성별	남	256	49.9%
	여	257	50.1%
	전체	513	100.0%
자녀나이	만3세	77	15%
	만4세	156	30.3%
	만5세	280	53.9%
	전체	513	100.0%

어머니의 나이	30세이하	14	2.7%
	31-35세	138	26.8%
	36-40세	261	50.7%
	41-45세	91	17.7%
	56-50세	9	1.7%
	전체	513	100.0%
어머니의 학력	고졸	91	17.9%
	전문대졸/대학교 중퇴	186	36.7%
	대학교 졸	194	38.3%
	대학원 이상	36	7.1%
	전체	507	100.0%
	전체	513	100.0%
어머니의 직업	전업주부	256	49.7%
	생산노무자	5	1.0%
	판매서비스업	50	9.7%
	사무직	60	11.7%
	관리직	3	0.6%
	전문직	93	18.1%
	기타	46	8.9%
	전체	513	100.0%
가정소득	200만원미만	34	6.8%
	200만원-299만원	87	17.0%
	300만원-399만원	136	26.5%
	400만원-499만원	115	22.4%
	500만원-599만원	69	13.5%
	600만원이상	72	14.0%
	전체	513	100.0%
가사분담	본인	344	67.1%
	남편	9	1.8%
	부부가 분담한다	131	25.5%
	시어머니,친정어머니	23	4.48%
	기타	6	1.17%
	전체	513	100.0%

표 1을 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 자녀의 성별은 여아 257명(50.1%), 남아 256명(49.9%)으로 거의 같았다. 둘째, 자녀 나이는 7세가

280명(53.9%)으로 절반이상을 차지하였으며, 6세 156명(30.3%), 5세 77명(15%)이었다. 셋째, 자녀수는 2명이 332명(65.0%)으로 가장 많았고, 다음으로 1명(19%), 3명(13.9%), 4명이상(2.2%)순이다. 넷째, 어머니의 나이는 36-40세가 261명(50.7%)으로 가장 많았고, 다음으로 31-35세가 138명(26.8%), 41-45세가 91명(17.7%), 30세 이하가 14명(2.7%), 45-50세가 9명(1.7%) 순 이었다. 다섯째, 어머니의 학력은 대학교졸업이 194명(38.3%), 전문대졸이 186명(36.7%)으로 비슷했으며, 그 다음으로 고등학교 졸업(17.9%), 대학원이상(7.1%)순 이었다. 여섯째, 어머니의 직업으로는 전업주부가 256명(49.7%)으로 절반을 차지하였고, 그 다음으로 전문직(18.1%), 사무직(11.7%), 판매서비스업(9.7%), 기타(8.9%), 생산노무자(1.0%), 관리직(0.6%)순 이었다. 일곱째, 가정의 총소득은 300-399만원이 136명(26.5%)으로 제일 많았고, 400-499만원 115명(22.4%), 200-299만원 87명(17%), 600만원 이상 72명(14%), 500-599만원 69명(13.5%) 순으로 나타났다. 가사 일을 담당하는 응답에서는 본인이 직접 담당하는 경우가 344명(67.1%)으로 거의 대부분으로 나타났으며, 그 다음으로 부부가 분담하는 경우 131명(25.5%), 어른들의 도움이 23명(4.48%), 남편이 전담하는 경우 9명(1.8%), 기타 6명(1.17%)순 이다.

2. 측정도구

본 연구에서는 비합리적인 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향을 측정하기 위하여 어머니가 평정하는 질문지를 사용하였다. 척도의 자세한 내용은 다음과 같다.

가. 비합리적 신념

어머니의 비합리적 신념을 측정하기 위하여, 한국판 일반적 태도 및 신념 척도(General attitude and Belief scale-Korea : GABS-K)를 사용하였다. GABS-K는 DiGiuseppe, Leaf, Exner와 Robin(1988)이 개발한 GABS를 서수균이 번안한 것으로 5개의 비합리적인 신념 하위척도로, 각 문항은 Likert식 5점 척도(1:전혀 그렇지 않다, 2:그렇지 않다, 3:보통이다, 4:그렇다, 5:매우 그렇다)로 되어 있으며, 긍정적으로 진술된 문항은 역 채점하였다. 본 연구에서는 점수가 높을수록 비합리적 신념의 수준이 높은 것으로 해석하였다. 본 검사의 하위척도별 문항구성과 신뢰도는 표 2와 같다.

<표 2> 비합리적 신념 측정도구의 문항 수 및 신뢰도 계수

하위요인	문 항 번 호	문항 수	신뢰도
인정욕구	1. 7. 12. 16. 21. 26	6	.83
자기비하	2. 6. 8. 13. 17. 22. 27. 31. 32	9	.66
편안함 욕구	4. 10. 15. 19. 24. 29	6	.86
성취욕구	3. 9. 14. 18. 23. 28. 33. 35	8	.89
공정성 요구	5. 11. 20. 25. 30. 34. 36	7	.81
전 체 신 퇴 도		36	.94

나. 양육스트레스

양육스트레스를 측정하기 위해 Abidin(1995)의 PSI-FS(Parenting Stress Index-Short Form)와, Berry와 Jones(1995)의 PSS(Parenting Stress Scale)를 류다형이 번안·수정한 것을 사용하였다. PSI-FS에서 부모역할에 대한 부담, 자녀의 까다로운 기질, 자녀에 대한 기대, 자녀와의 상호작용에

서 비롯되는 스트레스를 물어보는 8문항과, PSS에서 자녀에 대한 인식, 자녀양육에 대한 만족, 자녀가 삶에 미치는 영향을 물어보는 12문항을 포함시켰고, 양육에 드는 시간과 비용, 양육을 지원하는 가족, 자녀양육에 필요한 지식과 조언자에 대한 인식, 자녀에 대한 기대와 기질 및 상호작용에서 겪는 스트레스를 15문항을 류다형이 추가하여 총 30문항의 양육스트레스 척도를 구성하였다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(1:전혀 그렇지 않다, 2:그렇지 않다, 3:보통이다, 4:그렇다, 5:매우 그렇다)로 되어 있으며, 긍정적인 문항을 역 채점한 후 전체 30문항을 합산한 점수로, 점수가 높을수록 양육스트레스가 높음을 의미하며 양육스트레스 점수의 범위는 30~150점이다. 본 검사의 하위척도별 문항수와 신뢰도 계수는 표 3과 같다.

<표 3> 양육스트레스 측정도구의 문항수 및 신뢰도 계수

문항	문항 번호	문항 수
긍정문항(역채점)	1. 2. 9. 12. 13. 14. 17. 18. 22. 25. 26. 27	12
부정문항	3. 4. 5. 6. 7. 8. 10. 11. 15. 16. 19. 20. 21. 23. 24. 28. 29. 30	18
전체 신뢰도		.88

다. 개인주의-집단주의 성향

본 연구에서 사용한 개인주의-집단주의 성향의 척도는 Singelis, Triandis, Bhawuk과 Gelfand(1995)가 제작한 INDCOL(Individualism-Collectivism)척도를 김기범(1996)이 우리나라 사람을 대상으로 표준화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 개인주의-집단주의 성향을 다시 수직/수평으로 나누어 측정하도록 되어 있으며, 수직적 개인주의, 수평적 개인주의, 수직적 집단주의,

수평적 집단주의 각 8문항씩 총 32문항으로 구성되어 있다. Likert식 7점 척도를 연구자가 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 2: 그렇지 않다, 3: 보통이다, 4: 그렇다, 5: 매우 그렇다)로 구성 하였다. 본 연구에서는 네 가지 성향으로 나누지 않고, 개인주의/집단주의 두 성향으로 나누었으며, 점수가 높을수록 해당 성향이 큰 것으로 해석하였다. 본 검사의 하위척도별 문항 수와 신뢰도 계수는 표 4와 같다.

<표 4> 개인주의-집단주의 성향 측정도구의 문항 수 및 신뢰도 계수

하위척도	문 항 번 호	문항수	신뢰도
개인주의	2. 4. 6. 8. 10. 12. 14. 16. 18. 20. 22. 24. 26. 28. 29. 31	16	.75
집단주의	1. 3. 5. 7. 9. 11. 13. 15. 17. 19. 21. 23. 25. 27. 30. 32	16	.78

3. 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 변수들의 일반적인 특성 및 관계를 알아보기 위해 SPSS 21.0을 활용하여 평균, 표준편차를 분석하였다.

둘째, 어머니의 비합리적 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향 간의 관계를 확인하기 위하여 상관 분석을 실시하였다.

셋째, 어머니의 비합리적 신념의 하위요인인 인정욕구, 자기비하, 편안함 욕구, 성취욕구, 공정성 욕구와 두 가지 개인주의-집단주의 성향인 개인주의와 집단주의가 양육스트레스에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 단순 중다회귀분석을 실시하였다.

넷째, 어머니의 비합리적 신념 전체가 양육스트레스에 미치는 영향에 있어서 개인주의와 집단주의 개인주의-집단주의 성향의 조절효과를 살펴보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 1단계로 비합리적 신념과 개인주의 혹은 집단주의 문화적 성향을 투입하고 2단계로 상호작용 항을 투입하여 분석을 실시하였으며, 상호작용 항의 상관이 높아서 다중공성성이 나타날 수 있으므로 표준화하여 분석하였다.



IV. 연구 결과 및 해석

본 연구의 목적은 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 밝히는 것과, 개인주의-집단주의 성향이 어머니 비합리적 신념과 양육스트레스의 조절효과가 있는지 알아보는 데 있다. 아래에서는 이에 따른 통계적 분석 분석결과를 차례로 제시하였다.

1. 변인의 기술통계

본 연구에서 사용한 측정변수들의 일반적인 특성을 알아보기 위하여 표 2와 같이 평균, 표준편차를 살펴보았다. 대상자들의 비합리적 신념의 하위 요인 중 공정성 욕구($M=3.04$)가 중간점인 3점에 가까웠으며, 나머지 성취 욕구($M=2.71$), 인정욕구($M=2.56$), 자기비하는($M=2.54$), 편안한 욕구($M=2.45$)는 중간점보다 낮은 수준이었고, 비합리적 신념 전체 점수는 2.66으로 중간점보다 낮아 비합리적 신념이 높지는 않았다. 대상자들의 양육스트레스($M=2.44$)는 중간점보다 낮아 비교적 양육스트레스를 높게 경험하지는 않았다. 개인주의 성향($M=3.30$)과 집단주의 성향($M=3.56$)은 중간점 보다 높았다.

<표 5> 변인의 평균과 표준편차

(N=513)

변인	<i>M</i>	<i>SD</i>
인정 욕구	2.56	.67
자기비하	2.54	.49
편안함 욕구	2.45	.75
성취 욕구	2.71	.73
공정성 욕구	3.04	.67
비합리적 신념 전체	2.66	.56
양육스트레스	2.44	.49
개인주의	3.30	.40
집단주의	3.56	.41

비합리적 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향 간의 관계를 살펴 보기 위하여, 표3 같이 단순상관 분석을 실시하였다. 그 결과 비합리적 신념의 하위요인 중 편안함 욕구가 양육스트레스와 상관이 가장 높았고 ($r=.42, p<.01$), 다음으로 자기비하($r=.29, p<.01$), 인정욕구($r=.24, p<.01$), 공정성 욕구($r=.23, p<.01$)순이었다. 그리고 비합리적 신념 전체는 양육스트레스와 정적상관($r=.33, p<.01$)이 있었다. 비합리적 신념의 하위요인과 개인주의의 관계에서 공정성욕구가 가장 상관이 높았으며($r=.30, p<.01$), 다음으로 성취욕구($r=.29, p<.01$), 인정욕구($r=.20, p<.01$), 자기비하($r=.12, p<.01$) 순이었고, 편안함 욕구는 유의미한 상관관계가 없었다. 비합리적 신념 전체는 개인주의와 정적인 상관($r=.23, p<.01$)이 있었다. 비합리적 신념의 하위요인과 집단주의의 관계에서 공정성욕구($r=.10, p<.01$)만이 유의미한 상관관계가 있었으며, 나머지 하위요인들은 상관관계가 없었다. 비합리

적 신념 전체 점수도 집단주의와 유의미한 상관관계가 없었다. 양육스트레스는 개인주의($r=-.12, p<.01$), 집단주의($r=-.21, p<.01$)와 부적인 상관이 있었다.

<표 6> 비합리적 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향의 상관관계

(N=513)

	인정 욕구	자기 비하	편안함 욕구	성취 욕구	공정성 욕구	비합리 적신념	양육 스트 레스	개인 주의	집단 주의
인정 욕구	-	.64**	.70**	.71**	.62**	.88**	.24**	.20**	.04
자기 비하		-	.66**	.60**	.49**	.78**	.29**	.12**	.07
편안함 욕구			-	.67**	.60**	.87**	.42**	.06	-.05
성취 욕구				-	.63**	.87**	.19**	.29**	.08
공정성 욕구					-	.80**	.24**	.30**	.10*
비합리 적신념 전체						-	.33**	.23**	.05
양육 스트 레스							-	-.12**	-.21**
개인 주의								-	.46**
집단 주의									-

** $p<.01$

2. 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향

연구 문제 1에서 제시한 비합리적 신념과 하위 요인들이 양육스트레스에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 표4와 같이 회귀 분석을 실시하였다. 그 결과 비합리적 신념의 하위요인 중 편안함 욕구가 양육스트레스에 미치는 영향이 가장 컸으며($\beta=.51, p<.001$) 양육스트레스를 높였다. 반면 성취욕구는 통계적으로 유의미하게 양육스트레스를 낮추었다($\beta=-.18, p<.01$). 비합리적 신념 전체는 양육스트레스를 유의미하게 높였다.($\beta=.33, p<.001$)

<표 7> 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향에 관한 회귀분석

종속변인	독립변인	<i>B</i> (<i>SE</i>)	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>adjR</i> ²	<i>F</i>
양육스트레스	(상수)	1.75(.12)		15.15***			
	인정욕구	-0.06(.05)	-0.08	-1.27			
	자기비하	0.09(.06)	0.09	1.56			
	편안함욕구	0.33(.04)	0.51	7.88***	.19	.19	25.27***
	성취욕구	-0.12(.04)	-0.18	-2.85**			
	공정성욕구	0.05(.04)	0.06	1.17			
양육스트레스	비합리적 신념전체	0.29(.04)	.33	7.91***	.11	.11	62.63***

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

3. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 개인주의-집단주의 성향의 조절효과

가. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 개인주의의 조절 효과

비합리적 신념 전체가 양육스트레스에 미치는 영향에 있어서 개인주의의 조절효과를 확인하기 위하여 위계적 중다회귀 분석을 실시하였다. 그 결과 1단계에서 비합리적 신념과 개인주의만을 투입하였을 때는 비합리적 신념은 양육스트레스를 유의미하게 높였고($\beta=.38, p<.001$), 개인주의는 양육스트레스를 유의미하게 낮추었으며($\beta=-.21, p<.001$), 비합리적 신념과 개인주의는 양육스트레스의 15%를 설명하였다. 그러나 2단계에서 상호작용 항을 추가하였을 때는 비합리적 신념과 개인주의 그리고 상호작용 항이 양육스트레스에 미치는 효과가 모두 유의미하지 않았고, 2단계 모델의 설명량이 유의미하지 않았다.

<표 8> 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 개인주의의 조절 효과

단계	투입변수	$B(SE)$	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	비합리적 신념(A)	.19(.02)	.38***	9.06	.15		45.64***
	개인주의(B)	-.10(.02)	-.21***	-5.06			
2	비합리적 신념(A)	.16(.14)	.32	1.08	.15	.00	30.38
	개인주의(B)	-.12(.08)	-.25	-1.45			
	A×B	.02(.08)	.08	0.21			

*** $p<.001$

나. 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 집단주의의 조절 효과

비합리적 신념 전체가 양육스트레스에 미치는 영향에 있어 집단주의의 조절효과를 살펴보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과 1단계에서 비합리적 신념은 집단주의를 투입하였을 때, 비합리적 신념은 양육스트레스를 유의미하게 높였고($\beta=.34, p<.001$), 집단주의는 양육스트레스를 유의미하게 낮추었으며($\beta=-.23, p<.001$), 비합리적 신념과 집단주의는 양육스트레스의 16%를 설명하였다. 그러나 2단계에서 상호작용 항을 추가하였을 때는 비합리적 신념과 상호작용 항은 양육스트레스에 미치는 영향이 유의미하지 않고, 집단주의가 양육스트레스를 감소시키는 효과($\beta=-.33, p<.001$)만이 유의미하였으나, 2단계 모델의 설명량이 유의미하지 않았다.

<표 9> 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계에서 집단주의의 조절 효과

단계	투입변수	$B(SE)$	β	t	R^2	ΔR^2	F
1	비합리적 신념(A)	.17(.02)	.34***	8.46	.16		49.71***
	집단주의(B)	-.11(.02)	-.23***	-5.73			
2	비합리적 신념(A)	.08(.15)	.15	0.50	.16	.00	33.23
	집단주의(B)	-.16(.08)	-.33*	-2.08			
	A×B	.05(.07)	.22	0.63			

*** $p<.001$

V. 논의 및 결론

1. 논의

본 연구의 목적은 어머니의 비합리적인 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 밝히는 것과, 개인주의-집단주의 성향이 어머니 비합리적 신념과 양육스트레스의 조절효과가 있는지 알아보는 데 있다. 연구결과를 바탕으로 논의해 보면 다음과 같다.

첫째, 어머니 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 알아보기 위해서 회귀분석을 실시한 결과, 비합리적 신념은 양육스트레스에 유의미한 영향을 주었다. 그 설명력은 11%로 나타났다. 이러한 결과는 유희아(1996)의 연구와 이희영과 시미희(2011)의 연구에서 비합리적 신념이 양육스트레스에 영향을 미친다는 연구결과를 지지한다. 즉 어머니의 비합리적 신념이 높을수록 양육스트레스가 높다는 것을 밝힌 것이다. 본 연구의 결과와 선행연구의 결과를 종합해 볼 때 비합리적 신념이 양육스트레스에 영향을 준다는 것은 재론의 여지가 없어 보인다.

양육 스트레스에 미치는 비합리적 신념의 영향을 보다 구체적으로 파악하기 위해 비합리적 신념 하위 요인을 독립변인으로 하고 양육 스트레스를 종속 변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 비합리적인 신념의 하위요인 중 편안함 욕구와 성취욕구는 양육 스트레스에 영향을 주는 것으로 나타났으나, 자기비하, 공정성욕구와 인정욕구는 양육스트레스에 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 양육스트레스에 영향을 주는 비합리적 신념

하위요인 중에 가장 많은 영향을 미치는 것은 편안함 욕구로 나타났다. 이러한 결과는 비합리적 신념 하위요인과 양육스트레스와의 관계를 밝힌 선행연구(유희아, 1996; 이희영·시미희, 2011)의 결과와 맥을 같이 한다.

편안함 욕구란 불편하고 긴장되고 불안한 것을 참을 수 없으며, 일상생활에서 겪게 되는 사소한 어려움들과 짜증스러운 일들을 매우 고통스럽게 여기는 것이다. 양육은 육체적으로 피로감을 줄 뿐만 아니라 자신만을 위한 시간이나 활동에 상당한 제약을 가한다. 따라서 유아기 자녀를 양육하는 것은 스트레스가 수반될 수밖에 없다. 그런데 편안함 욕구가 강한 사람은 이것을 당연하게 생각하지 않고 짜증스럽거나 고통스럽게 여긴다. 따라서 편안함 욕구의 비합리적 신념을 가진 사람은 상대적으로 양육 스트레스를 더 많이 경험할 가능성이 높을 것이다.

이러한 연구결과는 향후 부모교육이나 상담 시 유용한 시사점을 제공해 준다. 즉, 향후 양육 스트레스로 고통 받고 있는 부모를 상담하거나 교육할 때 이들의 비합리적 신념 특히 편안함 욕구를 검토하고, 만약 이러한 비합리적 신념이 발견되는 경우 REBT의 기본 원리에 입각하여 이들 비합리적 신념을 논박하는 것이 도움이 될 수 있음을 보여준다.

한편, 성취욕구는 양육스트레스와 정적상관이 있는 것으로 나타났으나 비합리적 신념 하위요인을 동시 투입한 회귀분석결과는 성취욕구가 양육스트레스를 감소시키는 방향으로 작용하였다. 이는 흥미로운 결과로써 비합리적 신념이 어머니의 양육스트레스를 증가시킨다는 기존의 연구와는 다른 결과이다. 이러한 결과는 비합리적 신념의 하위요인들 간에 상관이 높은 하위요인을 동시에 투입하여 회귀분석을 한 영향으로 여겨진다. 하위요인들을 동시 투입하여 회귀 분석하는 경우 하위요인들 간에 공변 하는 부분은 통제되어지고 고유치만이 회귀 분석에 사용되어진다. 그러므로 다른 비합리적 신념 하위요인들과 공변 하는 부분을 제거하였을 경우 성취욕구는

양육스트레스를 줄이는 것으로 해석하는 것이 적절할 것이다.

하지만 이는 비합리적 신념이 양육스트레스를 증가시킨다는 기존의 연구 결과들과는 차이가 있다. 예를 들어, 유희아(1996)의 연구에서는 본 연구의 성취신념과 의미를 같이 하는 강박적 성취신념과 과도한 자기기대 신념이 양육스트레스와 높은 정적 상관을 보였으며, 이희영과 시미희(2011)는 과도한 자기기대 신념이 양육스트레스와 정적 상관이 있음을 보고했다. 그러나 양민자(2009)의 연구에 따르면 성취욕구가 높을수록 직무만족도가 높게 나왔다고 보고 하였다. 이는 직장에서 일을 통한 개인적인 성취가 스스로에게 만족감을 주어 직무만족도를 높이는 결과로 작용한다고 볼 수 있다. 또한 회사원을 대상으로 한 박주령(2012)의 연구에서는 직무만족도가 높을수록 양육스트레스는 줄어든다는 결과를 보고하였다. 이러한 결과를 종합하면 성취욕구가 양육스트레스를 낮출 수 있는 것으로 보여 진다.

둘째, 비합리적 신념과 양육 스트레스간의 관계에 있어 개인주의-집단주의 성향의 조절 효과를 분석한 결과는 예상과는 달리 유의미하지 않았다. 개인주의-집단주의 차원이 문화적 요인의 영향을 분석하기 위한 주요 잣대로 사용되고 있음을 고려해 볼 때 이러한 결과는 비합리적 신념이 문화에 관계없이 심리적 부적응 기제로 작용한다는 것을 보여준다. 즉 개인주의 문화로 분류되는 서구사회이든 집단주의 문화로 분류되는 동양사회이든 간에 비합리적 신념은 자생적인 문화 토양과는 무관하게 작용한다고 볼 수 있다. 그러나 본 연구의 결과만으로 비합리적 신념의 범문화적 보편성을 주장하기는 어렵다. 왜냐하면 본 연구는 문화요소로서의 개인주의-집단주의를 다루기는 하나, 엄밀한 문화비교 차원이기보다는 한 개인의 문화성향으로서의 개인주의-집단주의를 다루었기 때문이다. 또한 본 연구는 비합리적 신념이 양육 스트레스에 미치는 영향에 있어 개인주의-집단주의 성향의 조절가능성을 알아본 최초의 연구이다. 따라서 본 연구의 결과는 개인

주의-집단주의 성향과 관련하여 비합리적 신념이 갖는 보편성의 한 증거로만 제한하여 보아야 할 것이다.

한편 비합리적 신념, 양육스트레스, 개인주의-집단주의 성향간의 관계에 대한 상관분석 결과 개인주의는 비합리적 신념 전체와 정적 상관이 있었으나, 집단주의는 유의미한 관계가 없었다. 이러한 관계는 개별 비합리적 신념에서도 마찬가지였다. 이러한 결과는 비록 개인주의-집단주의 성향이 비합리적 신념과 상호작용은 없다하더라도 개인주의-집단주의 성향 자체가 양육스트레스에 영향을 미치는 독립변수일 수 있음을 보여주는 것이다. 따라서 이 분야의 후속 연구는 개인주의-집단주의 성향 자체에 초점을 두고 다양한 심리적 부적응을 검토해 볼 필요가 있다.

이상의 결과들을 종합하여 본 연구의 의의와 시사점을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 비합리적 신념이 양육스트레스에 영향을 준다는 것을 다시한번 밝힘으로써 그 의의가 있다. 즉 양육스트레스를 낮추기 위한 교육 및 상담 프로그램을 구안할 때, 구성요소로써 비합리적 신념을 다룰 필요가 있다는 것을 시사한다. 둘째, 비합리적 신념이 문화에 관계없이 심리적 부적응 기제로 작용한다는 것을 보여준다. 이는 상담 및 심리치료에 있어 내담자의 개인주의-집단주의 성향의 차이를 고려하지 않아도 됨을 시사한다. 셋째, 본 연구에서 비합리적 신념과 개인주의-집단주의 성향이 상호작용하여 양육스트레스에 영향을 주지 않았다는 것을 확인했다는 것에 의의가 있다. 이는 양육스트레스를 낮추는 데 있어 비합리적 신념과 개인주의-집단주의 성향의 각각의 효과에 초점을 두어야 함을 밝혔다.

2. 결론

첫째, 어머니의 비합리적인 신념은 양육스트레스에 영향을 준다. 비합리적인 신념 중 편안함 욕구는 양육스트레스를 높이고, 성취 욕구는 양육스트레스를 낮춘다.

둘째, 개인주의-집단주의 성향은 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향에 있어 개별 주 효과는 있지만 조절효과는 없다.

3. 제언

끝으로 본 연구결과에 기초하여 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 유아기 자녀를 둔 어머니만을 대상으로 실시하였다. 비합리적 신념이 양육스트레스에 미치는 영향을 종합적으로 이해하기 위해서는 연구대상을 유아기 뿐 아니라 초등학교, 청소년, 아버지까지 확대할 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 개인주의-집단주의 성향의 조절효과를 살펴보는 것을 주목적으로 하였기 때문에 양육스트레스를 하위요인별로 분류해서 알아보지 않았다. 따라서 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계를 구체적으로 살펴보지 못했다. 후속연구에서는 양육스트레스를 하위요인별로 분류하여 비합리적 신념의 하위요인과 양육스트레스의 하위요인의 관계를 구체적으로 알아볼 필요가 있다.

마지막으로 본 연구에서는 비합리적 신념이 양육스트레스에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 향후 양육스트레스를 감소시키는 집단프로그램이나 부모교육 프로그램의 개발이 요구된다.



참 고 문 헌

- 고성혜 (1994). 어머니가 지각한 양육스트레스에 관한 연구. **한국 청소년 연구**, 18, 21-37.
- 권희영 (2012). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스에 관한 연구. 울산대학교 박사학위논문.
- 김기범 (1996). 대인관계 속에서의 도덕성과 내집단-외집단 구별 : 문화 비교 분석 연구. 중앙대학교 석사학위논문.
- 김기현 (2000). 취업모의 양육스트레스에 영향을 미치는 생태학적 변인 탐색. **한국생활과학회지**, 9(1), 71-84.
- 김기현·조복희 (2000). 맞벌이 부부의 양육스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련 변인 탐색. **아동학회지**, 21(4), 35-50.
- 김리진 (2000). 직장 보육시설을 이용하는 취업모의 양육스트레스에 관한 생태학적 연구. 동덕여자대학교 석사학위논문.
- 김문경 (2002). 4-6세 자녀를 둔 어머니의 자녀양육 스트레스에 관한 연구. 상명대학교 석사학위논문.
- 김미연 (2012). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스, 우울감과 어머니의 효능감과의 관계. 한양대학교 석사학위논문.
- 김미정·하지민 (2013). 유아기 자녀를 둔 어머니의 대상관계와 양육효능감이 양육스트레스에 미치는 영향. **열린 유아교육연구**, 18(1), 283-303.
- 김복환·최해림 (2003). 초등학생의 자의식, 자기효능감 및 비합리적 신념과 발표불안과의 관계. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 15(3), 581-593.

- 김상영 (2003). 어머니와 자녀의 비합리적 신념관계 연구. 한동대학교 석사학위논문.
- 김윤명 (2009). 청소년과 성인이 지각하는 한국인의 특성: 개인주의-집단주의 문화 차원에서. **청소년 문화포럼**, 21, 10-44.
- 김은진·이희영 (2008). 초등학생의 성별, 개인주의-집단주의 성향과 친구 간 갈등해결전략. **한국수산해양교육학회**, 25(1), 181-191
- 김재분 (2003). 부모의 비합리적 신념과 청소년 자녀의 비합리적 신념 간의 관계와 또래수용도. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김 정 (2005). 어머니가 지각한 아버지의 양육참여도와 어머니의 양육스트레스와의 관계. 건국대학교 석사학위논문.
- 김정희 (2010). 스트레스 다스리기. 서울: 학지사.
- 김종운 (2013). 상담과 복지서비스를 위한 상담심리학의 이론과 실제. 서울: 동문사.
- 김지연·정계숙 (2013). 유아기 자녀를 둔 어머니의 유머감각, 스트레스 대처 방식과 양육스트레스 간의 관계. **생애학회지**, 3(1), 59-77.
- 김현미 (2004). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 양육행동과 아동의 사회적 능력 간의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 남혜순 (2003). 어머니가 지각하는 유아의 기질에 따른 양육스트레스의 차이. **아동교육**, 12(2) 121-135.
- 류다형 (2011). 농촌지역 결혼이민자가정 어머니의 양육스트레스, 양육행동, 스트레스 대처방식이 유아의 사회적 유능감에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 박서영·박성연 (2012). 청소년의 도덕적 정서와 개인주의-집단주의 성향에 따른 지인 및 타인에 대한 친사회적 행동에 관한 연구. **한국심리학회지 발달**, 25(2), 85-106.

- 박해미(1994). 자녀양육행동과 관련된 부모의 스트레스 분석. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박주령 (2012). 양육스트레스와 직무만족도의 관계에 대한 연구 : K 공사를 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 변상우 (2003). 개인주의 집단주의 성향과 스트레스 지각이 대처방식에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 서수균 (2009). 한국판 일반적 태도 및 신념 척도 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 21(1), 113-130.
- 송연숙·김영주 (2007). 양육신념에 따른 어머니의 양육스트레스, 사회적 지지, 양육효능감 연구. 한국아동교육학회지, 16(4), 107-117.
- 안지영 (2001). 2-3세 자녀를 둔 어머니의 양육신념, 효능감 및 스트레스가 양육행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 안지영 (2003). 유아기 자녀의 조기교육실태와 어머니의 양육신념, 양육스트레스 및 성취 압력과의 관계. 대한가정학회지, 41(11), 95-111.
- 양민자 (2009). 교사의 성취욕구와 교장의 지도성이 교사들의 직무만족도에 미치는 영향. 원광대학교 석사학위논문.
- 양정하 (2010). 부모의 비합리적 신념과 특성불안이 양육태도에 미치는 영향. 동국대학교 석사학위논문.
- 양정화 (2002). 남편의 협력과 어머니 효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. 수원대학교 석사학위논문.
- 엄지원 (2011). 한국 영아 어머니의 양육스트레스 예측변인. 연세대학교 석사학위논문.
- 우영지·이기학 (2011). 여대생의 개인주의-집단주의 성향 군집에 따른 다중역할계획태도, 성취동기, 자기효능감의 차이 연구. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 23(2), 405-425.

- 유명주 (2004). 초등학교 아동의 개인주의-집단주의 성향에 따른 정서지능과 분노표현양식의 차이. **초등교육학 연구**, 11(1), 151-168.
- 유선미 (2009). **대학생의 성패귀인 유형과 비합리적 신념이 진로스트레스에 미치는 영향**. 명지대학교 석사학위논문.
- 유우영·최진아·이숙 (1998). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 사회적 지지. **한국가정관리학회지**, 16(1), 51-61.
- 유희아 (1996). **어머니의 비합리적 신념이 자녀교육관, 양육태도 및 양육스트레스에 미치는 영향**. 한양대학교 석사학위논문.
- 이성아 (2012). **부모의 비합리적 신념과 부모역할지능과의 관계**. 단국대학교 석사학위논문.
- 이정순 (2003). 아버지의 양육참여와 어머니의 양육스트레스에 관한 연구. **유아교육연구**, 23(3), 5-20.
- 임미란(2005). **중·고등학생의 애착과 개인주의-집단주의 성향이 학교생활 적응에 미치는 영향**. 전남대학교 석사학위논문.
- 이태현 (2004). 초등학생의 우울성향, 비합리적 신념, 학교적응의 관계. **초등상담연구**, 3(1), 223-245.
- 이형득 (1984). **상담의 이론적 접근**. 서울: 형설출판사.
- 이희영·시미희 (2011). 유아기 자녀를 둔 비합리적 신념과 양육스트레스와의 관계. **수산해양교육연구**, 23(3), 400-409.
- 이희영·최태진 (2008). 부모의 양육태도와 아동의 사회적 유능감 및 개인주의-집단주의 성향의 관계. **동북아 문화연구**, 16, 371-391.
- 이희정 (2012). 어머니의 우울이 영유아의 부정적 정서에 미치는 영향에 있어 양육스트레스의 매개효과. **순천향 인문과학논총**, 31(2), 230-258.
- 임미란 (2005). **중·고등학생의 애착과 개인주의-집단주의 성향이 학교생활 적응에 미치는 영향**. 전남대학교 석사학위논문.

- 장성애 (2007). **적극적 부모역할 훈련 프로그램이 어머니의 양육효능감과 양육스트레스에 미치는 영향**. 계명대학교 석사학위논문.
- 장성숙 (2003). 한국문화와 현실역동상담의 상담자-내담자 관계. **한국심리학회**, 15(2), 147-160.
- 장은선 (2006). **청소년의 스트레스와 비합리적 신념이 자살생각에 미치는 영향**. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 장정혜(1992). **부모와 자녀의 비합리적 신념 상관관계 : Ellis의 합리적 정서이론을 중심으로**. 연세대학교 석사학위논문.
- 전춘애·박성연 (1996). 자녀양육스트레스와 사회적 지지가 결혼만족도에 미치는 영향. **대한가족학회지**, 34(5), 115-129.
- 정문자·신숙재 (1998). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향. **아동학회지**, 19(1), 27-42.
- 정문자·이미리 (2000). 취업주부의 직업 및 가족스트레스에 대한 인구학적 변인과 심리적 변인의 상대적 영향력 분석. **대한가정학회지**, 38(11), 115-126.
- 정원용 (1989). **비합리적 신념과 우울과의 관계연구**. 고려대학교 석사학위논문.
- 정현희·정미정 (2002). 자의식, 자기개념, 비합리적 신념이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. **한국심리학회 상담 및 심리치료**, 14(1), 39-53.
- 조궁호 (1996). 문화유형과 타인이해 양상의 차이. **한국심리학회 임상**, 15(1), 104-139.
- 조궁호·명정완 (2001). 개인주의-집단주의 성향과 자의식의 유형. **한국심리학회지 사회 및 성격**, 15(2), 111-139.
- 조복미 (2001). **고등학생의 비합리적 신념과 스트레스 대처방식이 심리적 안녕감에 미치는 영향**. 한양대학교 석사학위논문.

- 차삼숙 (2005). 유아기 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스에 관한 연구.
가톨릭대학교 석사학위논문.
- 최봉영 (1994). **한국인의 사회적 성격**. 서울: 느티나무.
- 최상진·이장주 (2000). 정서의 사회-문화의 성격. **사회과학연구**, 13, 123-146.
- 편은숙 (2004). 영유아기 자녀를 둔 취업모의 어머니 역할인식과 자녀
양육스트레스. 이화여대 석사학위논문.
- 한규석 (1991). 사회심리학 이론의 문화특수성: 한국인의 사회 심리학 연구
를 위한 고찰. **한국심리학회지 사회 및 성격**, 6(1), 132-155.
- 홍승범·박혜경 (2013). 개인주의-집단주의 성향과 사회적 지지. **한국심리학
회지 사회 및 성격**, 27(4), 47-68.
- 스트레스 역사 (2014). 보건복지부 건강정보포털. <http://health.mw.go.kr>에
서 2014년 3월 5일 인출.
- Abidin, R. R. (1990). *Parenting Stress Index Short Form*. harlottesville,
V A : Pediatric Psychology Press.
- Abidin, R, P. (1992). The determinants of parenting behavior. *The
Journal of Clinical Child Psychology*, 21(4), 401-412.
- Bernard, M. E. (1998). Validation of the General Attitude and Belief
Scale. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior
Therapy*, 16(3), 183-196.
- Cobb, S. (1976). Social Support as a mediator of life stress.
Psychosomatic Medicine. 38, 300-314.
- Crnic, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with
young children. *Child Development*. 61, 1628-1637.
- Crinic, K. A. & Booth, C. L. (1991). Mother's and father's perceptions
of daily hassles of childhood. *Journal of Marriage & Family*,

51, 1042-1050.

- Crnic, K. A., & Acevedo, M. (1995). Everyday stress in parenting. In M. H. Bornstein(Ed), *Handbook of parenting*, Vol, 4, (pp. 277-297). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Crnic, K. A., & Low, C. (2002). Everyday stress and parenting. In M. H. Bronstein (Ed.), *Handbook of Parenting: Vol. 5. Practical issues in parenting* (2nded., pp. 243-268). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New york: Lyle Stuart.
- Ellis, A. E. & MacLaren, C. (2005). *Rational Emotive Behavior Therapy : A Tberapist's Guide(2nd)*. Impact Publishers.
- Hofstede, G. (1991). *Cultures and organizations*. New York : McGraw - Hill.
- Jones, R. (1968). *A Factorial measure of Ellis's irrational belief system*. Unpublished doctoral dissertation. Texas Technological College.
- Kitayama S., & Park, H. (2007). Cultural shaping of self, emotion, and well-being: How does it work? *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 202-222.
- Krech, L. H., & Johnston, C. (1992). The relationship of depressed mood and life stress to maternal perceptions of child behavior. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 115-122.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress process and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 102-113.
- Singelis, T. M., Triandis, H. C., Bhawuk, D. P. S., & Gelfand, M. J.

- (1995). Horizontal and vertical dimensions of Individualism and Collectivism : A theoretical and measurement refinement. *Cross-cultural Research*, 29(3), 240-275.
- Triandis, H. C. (1988). Individualism and Collectivism : Cross-cultural perspectives on self-ingroup relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 323-338.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and Collectivism*. Colorado : Westview Press.
- Watson, P. J., Sherbak, J., & Morris, R. J. (1998). Irrational beliefs, Individualism and Collectivism, and adjustment. *Person individual difference*, 24(2), 173-179.



부 록

- 부록
1. 비합리적 신념 설문지
 2. 양육스트레스 설문지
 3. 개인주의-집단주의 성향 설문지

설문지

안녕하십니까?

본 설문지는 어머니의 양육스트레스에 대해 알아보기 위해 제작되었으며, 응답해 주신 내용은 자녀의 건강한 성장을 위한 연구에 활용 할 것입니다.

모든 질문에는 맞고 틀리는 것은 없으며, 평소에 생각하고 느끼시는 바를 솔직하게 응답해 주시면 감사하겠습니다. 응답해 주신 내용은 절대비밀이 보장되며, 연구용으로만 사용 할 것을 약속드립니다.

귀중한 답변에 감사드립니다.

2013년 12월

부경대학교 교육대학원 유아교육전공

지도교수 : 이 희 영

연구자 : 김 문 정

1. 자녀의 성별은? ① 남 ② 여
2. 자녀의 나이는? (만 세)
3. 자녀수는? ① 1명 ② 2명 ③ 3명 ④ 4명이상
4. 어머니의 나이는? (만 세)
5. 어머니의 최종학력은?
① 고졸 ② 전문대졸/대학교중퇴 ③ 대학교 졸 ④ 대학원이상
6. 어머니는 직업은? ① 전업 주부 ② 생산·노무자 ③ 판매·서비스업
④ 사무직 ⑤ 관리직 ⑥ 전문직
⑦ 기타
7. 귀 가정의 월 평균 총소득은 대략 얼마입니까?
① 200만원미만 ② 200 ~ 299만원 ③ 300만원 ~ 399만원
④ 400만원 ~ 499만원 ⑤ 500만원 ~ 599만원 ⑥ 600만원이상
8. 가사 일은 주로 누가 하십니까?
① 본인 ② 남편 ③ 부부가 분담한다 ④ 시어머니, 친정어머니
⑤ 기타()

<부록 1> 비합리적 신념 질문지

1. 어머니께서 평소 유아기 자녀를 양육하시면서 드는 생각이나 느낌을 가장 잘 표현한 곳에 √표 해 주시기 바랍니다.

	문 항 내 용	전혀 그렇 지 않다	별로 그렇 지 않다	보통 이다	조금 그렇 다	매우 그렇 다
1	나는 내가 원하는 사람들로부터 호감과 인정을 받아야 하며, 만약 그들이 나를 좋아하지 않는다면 나는 그것을 받아들일 수 없을 것이다.	1	2	3	4	5
2	내가 좋아하는 사람들이 나를 거부하거나 싫어한다면, 이는 내가 나쁘거나 하찮은 사람이기 때문이다.	1	2	3	4	5
3	나는 내가 중요한 과제들에서 잘 해내지 못하는 것을 견딜 수 없으며, 실패한다는 것은 참을 수 없는 일이다.	1	2	3	4	5
4	나는 긴장되거나 불안해지는 것을 참을 수 없으며, 나는 긴장감을 견디기 어렵다.	1	2	3	4	5
5	나는 부당하게 대우받는 것을 참을 수 없으며, 부당한 행동은 용납될 수 없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
6	내가 좋아하는 사람들로부터 내가 거절당하더라도, 나는 자신을 수용하고 여전히 한 인간으로 나의 가치를 긍정할 수 있다.	1	2	3	4	5
7	중요한 사람들로부터 호감을 얻는 것은 매우 중요하며, 만약 그들이 나를 좋아하지 않는다면 나는 그것을 받아들일 수 없을 것이다.	1	2	3	4	5
8	중요한 사람들이 나를 싫어한다면, 이는 내가 얼마나 무가치한 사람인가를 보여주는 것이다.	1	2	3	4	5
9	내가 내 자신에게 중요한 과제를 잘 해내지 못하는 것은 참을 수 없는 일이다.	1	2	3	4	5
10	긴장감, 초조감, 좌절감을 경험하는 것이 내게는 매우 괴롭고 두려운 일로 여겨지며, 그런 감정들을 느끼는 것은 내게 일어날 수 있는 최악의 일로 생각된다.	1	2	3	4	5
11	사람들이 나를 무례하게 대할 때, 나는 그런 행동이 매우 나쁜 것이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
12	나를 좋아해 주었으면 하는 사람들이 나를 인정해 주지 않거나 거절할 때, 나는 그들이 나를 싫어한다는 것을 참을 수 없다.	1	2	3	4	5
13	나에게 매우 중요한 일들을 잘 해내지 못한다면, 이는 내가 보잘 것 없는 나쁜 사람이기 때문이다.	1	2	3	4	5
14	중요한 일을 잘 못하는 것은 참을 수 없는 일이며, 만약 그런 일이 나에게 일어난다면 그것은 끔찍한 일이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
15	불편하고 긴장되고 불안한 것을 참을 수 없으며, 나는 그런 상태에 있을 때 너무 괴롭다.	1	2	3	4	5
16	어떤 사람들이 나를 싫어하는 것을 참을 수 없으며, 그들이 나를 싫어할 수도 있다는 것을 인정할 수 없다.	1	2	3	4	5
17	내가 여러 가지 어려움에 봉착하고 나의 인생이 괴롭게 느껴질 때, 나는 이러한 이유로 내 자신을 무가치한 사람이라고 생각하게 된다.	1	2	3	4	5
18	중요하다고 여기는 일들에서 나는 반드시 성공해야 하며, 만약 성공에 이르지 못한다면 나는 그것을 용납하지 못할 것이다.	1	2	3	4	5

	문항내용	전혀 그렇 지 않다	별로 그렇 지 않다	보통 이다	조금 그렇 다	매우 그렇 다
19	나는 살면서 겪게 되는 사소한 괴로운 일들을 참기 어렵다.	1	2	3	4	5
20	나는 사람들로 부터 공정하게 대우받아야만 하며, 나는 부당한 행위를 용납하지 못할 것이다.	1	2	3	4	5
21	나는 중요한 사람들로 부터 반드시 호감을 얻어야 하며, 만약 그들이 나를 좋아 하지 않는다면 나는 그것을 받아들이지 못할 것이다.	1	2	3	4	5
22	직업, 학업 그리고 그 밖의 중요한 영역에서 내가 계속 실패한다면, 나는 가치 있는 사람이 아니다.	1	2	3	4	5
23	나는 중요한 일에서 반드시 잘 해내야 하며, 만약 내가 잘 해내지 못한다면 나는 그것을 인정하기 어려울 것이다.	1	2	3	4	5
24	살아가면서 겪는 사소한 문제들이 내게는 몹시 두려운 일이며, 나는 그런 문제에 부딪히는 것을 매우 끔찍스럽게 여긴다.	1	2	3	4	5
25	사람들이 나를 무례하게 대한다면, 이는 그들이 얼마나 나쁜 사람인가를 보여주는 것이다.	1	2	3	4	5
26	나는 다른 사람들로 부터 존중받아야만 하며, 만약 내가 존중받지 못한다면 나는 그것을 인정하지 못 할 것이다.	1	2	3	4	5
27	중요한 사람들이 나를 싫어한다면, 이는 내가 호감이 가지 않는 나쁜 사람이기 때문이다.	1	2	3	4	5
28	나에게 중요한 일들에서 실패하는 것은 참을 수 없는 일이며, 그런 일들에서 성공하지 못하는 것은 용납할 수 없다.	1	2	3	4	5
29	가끔 나는 일상생활에서 겪게 되는 사소한 어려움들과 짜증스러운 일들을 매우 고통스럽게 여기며 내 인생에서 최악의 일이라고 겪은 것처럼 생각한다.	1	2	3	4	5
30	어떤 사람이 나를 매우 부당하게 대하면, 나는 그가 나쁘고 무가치한 인간이라고 생각한다.	1	2	3	4	5
31	내가 중요한 과제들을 잘 수행해내지 못하더라도, 나는 한 인간으로서 가치 있는 존재이다.	1	2	3	4	5
32	생활 속에서 불편함이나 사소한 어려움들을 겪을 때, 나는 내가 좋은 사람이 아니라고 생각하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
33	내가 중요한 일들을 잘 해내지 못하면, 그것은 끔찍한 일이 될 것이다.	1	2	3	4	5
34	나는 다른 사람들이 나를 배려하지 않는 것을 참을 수 없으며, 그들이 부당하게 행동할 수도 있다는 것을 용납할 수 없다.	1	2	3	4	5
35	중요한 일을 잘 해내는 것은 필수적이므로, 나는 그러한 일들에서 반드시 잘해내야만 한다.	1	2	3	4	5
36	내가 다른 사람들로 부터 무례하게 대해질 때, 세상에는 이처럼 못된 구제불능의 인간들이 있다는 것을 새삼 생각하게 된다.	1	2	3	4	5

<부록 2> 양육스트레스 질문지

2. 어머니께서 평소 유아기 자녀를 양육하시면서 드는 생각이나 느낌을 가장 잘 표현한 곳에 √표 해 주시기 바랍니다.

	문항내용	전혀 그렇 지 않다	별로 그렇 지 않다	보 통 이 다	조 금 그 렇 다	매 우 그 렇 다
1	아이와 함께 있는 것이 즐겁다.	1	2	3	4	5
2	아이는 내 말을 이해한다.	1	2	3	4	5
3	나는 부모로서 책임과 역할이 부담스럽다.	1	2	3	4	5
4	아이는 내가 바랐던 바에 못 미친다.	1	2	3	4	5
5	아이와 함께 뭔가를 하는 것은 힘들다.	1	2	3	4	5
6	아이를 돌보느라고 내 일을 할 시간이 모자란다.	1	2	3	4	5
7	아이를 돌보면 힘들다.	1	2	3	4	5
8	아이는 내 말을 못 알아듣는다.	1	2	3	4	5
9	아이는 내게 애정의 대상이다.	1	2	3	4	5
10	아이가 예민해서 양육하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
11	아이가 있기에 앞으로 내 생활이 더 힘들 것이다.	1	2	3	4	5
12	아이가 있어도 내가 해야 할 일들을 곧잘 처리하는 편이다.	1	2	3	4	5
13	아이 양육에 대한 지식을 얻을 수 있는 곳이 충분하다.	1	2	3	4	5
14	나는 아이를 더 낳아 키우고 싶다.	1	2	3	4	5
15	아이 기르는데 드는 비용이 부담스럽다.	1	2	3	4	5
16	아이가 까다로워서 기르기가 힘들다. (예: 불규칙적인 식습관, 민감한 반응, 새로운 것에 적응하기 등)	1	2	3	4	5
17	가족은 내가 아이를 돌보는 데 도움을 준다.	1	2	3	4	5
18	아이는 내가 바랐던 것보다 더 낫다.	1	2	3	4	5
19	아이 때문에 내가 해야 할 다른 일들을 못한다.	1	2	3	4	5
20	양육관련 지식이 부족해서 아이 양육하는데 어려움을 겪는다.	1	2	3	4	5
21	아이를 키울 때 궁금한 점들을 물어볼 사람이 없다.	1	2	3	4	5
22	아이 돌보는 일로 피곤하지 않다.	1	2	3	4	5
23	아이는 나를 성가시게 하는 대상이다.	1	2	3	4	5
24	가족이 아이 돌보는 일을 도와준다면 지금보다 덜 힘들 것이다.	1	2	3	4	5
25	부모로서 아이를 키우는 일이 만족스럽다.	1	2	3	4	5
26	아이가 있기 때문에 내 삶을 더 열심히 살아야겠다.	1	2	3	4	5
27	아이 기르는 경제적 비용 때문에 고민하지 않는다.	1	2	3	4	5
28	아이를 돌보는 시간이 길어서 짜증스럽다.	1	2	3	4	5
29	지금처럼 아이를 키운다면, 나는 아이를 더 낳고 싶지 않다.	1	2	3	4	5
30	아이를 키울 때 조언해 줄 사람이 필요하다.	1	2	3	4	5

<부록 3> 개인주의-집단주의 성향 질문지

3. 각 문항을 읽고 자신에게 가장 적합하다고 생각되는 정도에 √표 해 주시기 바랍니다.

	문 항 내 용	전혀 그렇 지 않다	별로 그렇 지 않다	보통 이다	조금 그렇 다	매우 그렇 다
1	내 주변에 있는 사람들이 행복해야 나도 행복하다.	1	2	3	4	5
2	어느 경쟁에서나 이기는 것이 가장 중요하다.	1	2	3	4	5
3	내가 속한 집단을 위해 나의 이익을 양보한다..	1	2	3	4	5
4	다른 사람들 보다 어떤 일을 못한다면 기분이 언짢다.	1	2	3	4	5
5	내가 속한 집단의 구성원들과 사이 좋게 지내는 것이 중요하다.	1	2	3	4	5
6	나는 매사에 다른 사람들보다 더 잘 해야 한다.	1	2	3	4	5
7	나는 이웃과 사소한 것도 나누는 것을 즐긴다.	1	2	3	4	5
8	격렬한 경쟁사회에 참여하는 것을 즐긴다.	1	2	3	4	5
9	나는 동료가 잘 되는 것이 나에게 중요하다.	1	2	3	4	5
10	나는 내 방식으로 산다.	1	2	3	4	5
11	만일 친인척이 재정적인 어려움을 겪고 있다면, 나는 능력이 되는 데까지 도와준다.	1	2	3	4	5
12	경쟁은 삶의 원칙이다.	1	2	3	4	5
13	만일 동료가 상을 탄다면 나도 자부심을 느끼게 된다.	1	2	3	4	5
14	나만의 개성을 추구하는 것은 나에게 중요하다.	1	2	3	4	5
15	나의 즐거움은 다른 사람들과 함께 있는 것이다.	1	2	3	4	5
16	다른 사람들이 나보다 더 좋은 성과를 얻었을 때, 나는 분발하게 되게 된다.	1	2	3	4	5
17	아이들은 자기 할 일을 먼저 한 다음에 놀아야 한다.	1	2	3	4	5
18	경쟁 없이는 좋은 사회를 만들 수 없다.	1	2	3	4	5
19	사람들과 함께 어떤 일을 같이 할 때 기분이 좋다.	1	2	3	4	5
20	어떤 사람들은 이기는 것을 중요시하지만 나는 그런 사람이 아니다.	1	2	3	4	5
21	내가 속한 집단들의 결정사항을 존중하는 것이 나에게 중요하다.	1	2	3	4	5
22	나는 다른 사람들에 의존하기 보다는 나에게 의존한다.	1	2	3	4	5
23	가족들은 어떠한 희생이 요구되더라도 서로 단결해야 한다.	1	2	3	4	5
24	다른 사람들을 믿기보다는 나 자신을 믿는다.	1	2	3	4	5
25	부모님들과 자식들은 가능한 한 함께 살아야 한다.	1	2	3	4	5
26	다른 사람들과 달리 독립적인 인격체가 되는 것이 나는 중요하다.	1	2	3	4	5
27	내가 원하는 것을 희생해서라도 나의 가족을 부양해야 한다.	1	2	3	4	5
28	나는 내가 하나의 인격체라는 사실이 중요하다.	1	2	3	4	5
29	나는 다른 사람들과는 구별되는 독특한 사람이다.	1	2	3	4	5
30	나는 내가 속한 집단의 대다수의 의견을 존중한다.	1	2	3	4	5
31	나는 독특한 개성을 가지고 있는 것을 자랑스럽게 생각한다.	1	2	3	4	5
32	어떤 일을 결정하기 전에 친한 친구의 의견과 자문을 구하는 것이 중요하다.	1	2	3	4	5