



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

영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과
양육스트레스의 관계에서 긍정정서의
매개효과



2012년 8월

부경대학교일반대학원

유아교육전공

최 란

교 육 학 석 사 학 위 논 문

영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과
양육스트레스의 관계에서 긍정정서의
매개효과

지도교수 이 정 화

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함.



2012년 8월

부경대학교일반대학원

유아교육전공

최 란

최 란의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2012년 8월



주 심 교육학박사 이 경 화 (인)

위 원 철학박사 이 경 선 (인)

위 원 철학박사 이 정 화 (인)

목 차

<ABSTRACT>

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	6
3. 용어정의	6
II. 이론적 배경	8
1. 양육효능감	8
2. 양육스트레스	11
3. 긍정정서	14
4. 양육효능감, 양육스트레스, 긍정정서의 관계	17
III. 연구 방법	20
1. 연구대상	20
2. 연구도구	22
가. 양육효능감 척도	22
나. 양육스트레스 척도	23
다. 긍정정서 척도	24
3. 연구방법 및 절차	25
가. 예비검사	25

나. 본 검사	26
4. 자료 분석	26

IV. 연구결과 및 해석 28

1. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적인 경향	28
2. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 상관관계	29
3. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과	31
가. 어머니의 의사소통 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과	35
나. 어머니의 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과	37
다. 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과	39
라. 어머니의 발달지원 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과	42

V. 논의 및 결론 45

1. 요약 및 논의	45
2. 연구의 의의 및 제언	49

<참고문헌>	50
<부 록>	63



표 목차

<표 1> 연구대상 아동과 어머니의 사회·인구학적 배경변인	21
<표 2> 양육효능감 척도의 문항구성 및 신뢰도	23
<표 3> 양육스트레스 척도의 문항구성 및 신뢰도	23
<표 4> 긍정정서 척도의 문항구성 및 신뢰도	25
<표 5> 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적 경향 ..	28
<표 6> 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 상관분석 결과	30
<표 7> 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정 정서의 매개효과	34
<표 8> 어머니의 의사소통효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과	36
<표 9> 어머니의 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과	39
<표 10> 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과	40
<표 11> 어머니의 발달지원 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과	44

Mediating effect of positive emotions in relation of
parenting stress with parenting efficacy of
mothers with infants.

Ran Choi

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

Abstract

This study proves how mothers who have infants relate to parenting efficacy, positive emotions, and overall trends of parenting stress and relations of three things and how parenting efficacy affects parenting stress to relate to mothers positive emotion. For the sake of this, I searched 257 mothers who has 1~36 months infants of nurseries in Busan to how they relate to positive emotion, parenting stress and parenting effect. I also did descriptive statistics, correlation, and multiple regression according to mediating effect of procedure of Baron and Kenny(1986) 's 3 stages to analyze data.

Effects of this study are like this

First, Parenting efficacy of mothers with infants is proved to high level and averages of sub factors are affected by communication, capacity to nurse well, department support and education. Averages of their parenting stress are proved to lower than intermediate values and averages of their positive emotion are prove to high level.

Second, the mother's parenting efficacy, positive emotion and parenting stress are proved that they are related to similar correlation. their parenting efficacy are related to static correlation with their positive emotions and their parenting efficacy and positive emotions are related to negative correlation with

their parenting stress

Third, the mother's positive emotion is proved that it intermediates correlations between parenting efficacy with parenting stress. Especially, the positive emotion absolutely mediates the correlations between their communication efficacy with parenting stress and the positive emotion and their optimistic view absolutely mediates the correlations between sub factors of their communication efficacy with parenting stress. For this reason, it is proved that their parenting efficacy and positive emotion affect to their parenting stress and their parenting efficacy that is intermediated by their positive emotion affect to their parenting stress. Not only improving their positive emotion but also their parenting efficacy is proved that they cope with parenting stress caused by nursing their children more effectively.

Compared to simple correlation of parenting efficacy, positive emotion of the mother with infants and parenting stress of the existing study, this study is proved that the mother's positive emotion intermediates the correlation between their parenting efficacy with parenting stress and their positive emotion is important alternation of parenting stress.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

영아기는 한 사람의 신체, 정서, 인지, 사회발달의 기초가 형성되는 중요한 시기이다. 영아는 이 시기에 만나게 되는 다양한 환경, 사람, 사물과의 상호작용을 통하여 이후의 성장발달에 결정적인 영향을 미치게 될 기반을 형성한다. 특히 이 세상에서 최초로 만나게 되는 부모역할의 중요성은 아무리 강조해도 지나치지 않다(김영신, 2004). 부모는 영아를 위하여 양육자로서의 역할, 기본 신뢰의 대상자로서의 역할, 다양한 자극 요인들을 제공하는 발달 촉진자로서의 역할 등을 매우 광범위하게 수행한다(Berk, 2002). 또한 부모와의 상호작용을 통하여 영아는 세상에 대한 지식을 습득하고 인간의 기본적인 능력과 기술을 배우는 등 사회화의 기초를 형성한다(박성연·케네스루빈, 2008). 이와 같이 부모는 영아가 세상에서 최초로 접하게 되는 환경 변인이자 전인적인 발달에 영향을 주는 가장 직접적이고 결정적인 요인이라고 할 수 있다(황희숙 외, 2008; 김진영·김정원·전선옥, 이경하, 2009). 따라서 부모는 부모로서의 책임과 이에 따른 부담으로 인해 양육스트레스로부터 자유로울 수가 없다.

양육스트레스는 부모역할을 수행할 때 발생하는 스트레스로, 자녀양육으로 인해 부모가 인지하는 곤란의 정도나 부담감으로, 개인과 가족이 시간의 흐름에 따라 발달·변화해 가는 과정에서 불가피하게 경험하게 되는 가족체계 내의 긴장과 압력이다(고성혜, 1994). 이정순(2002)은 양육스트레스가 부모역할 수행과정에서 일시적 혹은 순간적으로 발생하는 근심 걱정이

아니라 지속적으로 누적된 일상적 스트레스 상태 즉, 자녀의 현재 상황 및 장래 혹은 자녀양육의 방법과 결과에 대한 막연한 두려움을 함축하는 정서적으로 불안정한 상태를 의미한다고 하였다. Deater-Decard 와 Scarr(1996)는 부모의 양육에 대한 인식과 부모의 역할에서 실제로 요구되는 것이 불일치할 때 양육스트레스를 느낀다고 하였다.

국·내외 선행연구들은 어머니의 양육스트레스는 아동의 요구에 민감하고 적절하게 반응하는 어머니의 양육행동에 부정적인 요인으로 작용한다고 밝히고 있다. Grolnick과 Seal(2008, 2011)은 양육스트레스는 부모의 시선을 편협하게 만들고 자녀교육과 미래에 대해 좀 더 폭넓은 시각으로 보지 못하게 하며, 당장의 목표에만 급급하게 만들기 때문에 어머니들이 심한 스트레스를 겪을수록 자녀를 통제하려는 경향이 강해진다고 하였다. Snyder(2001)는 양육스트레스는 처벌적인 행동을 유발하여 아동의 공격성에 적절한 반응을 하지 못하게 하기 때문에 어머니의 일상적인 스트레스가 아동의 행동문제 발달에 영향을 미친다고 하였다.

조영숙(2007)은 양육스트레스는 부모로서의 경험에 대한 지각에 영향을 줄 뿐만 아니라 생활전반에까지 영향을 미친다고 보고 하였으며, 안지영(2001)은 주 양육자인 어머니가 양육 스트레스를 느끼게 되면 부모의 심리적인 복지감은 물론, 자녀에 대한 태도, 자녀와의 상호작용에 부정적 영향을 미치기 때문에 부모로서의 적응에 부정적인 결과를 초래한다고 밝혔다. 이와 같이, 어머니의 양육스트레스는 어머니에게 무기력감을 유발시키며 이러한 무기력감은 양육의 영역에서도 표출되어 어머니 자신이 아동발달에 영향을 미치는 능력 있는 존재라는 믿음을 흔들어 놓는다는 측면에서, 양육스트레스가 양육효능감에 부정적인 영향력을 미칠 가능성이 높은 것으로 여겨진다(최형성, 2002).

따라서 어머니의 양육스트레스를 감소시킬 수 있는 어머니의 인지적인

변인으로 양육효능감에 관한 연구가 증가하고 있다. 양육효능감은 자녀를 바람직하게 양육하는 능력에 대한 부모자신의 기대 및 신념으로서 Hess, Teti & Gardner(2004)는 부모역할에의 성공적인 역할이나 유능감에 대한 믿음이라고 하였다. 어머니가 양육효능감을 높게 지각할수록 자녀에게 수용적이고, 문제해결 상황에서 적절하게 도움을 제시하며, 일관된 행동을 하는 동시에 유아의 사회적, 심리적 적응에 긍정적인 영향을 미친다(김현미, 2004; 손금분, 2011). 또한 양육효능감이 높은 부모는 양육으로 인해 스트레스를 받을 때 적절한 대처행동을 시도하며 그 행동을 지속적으로 유지할 수 있다(신숙재, 1997).

양육효능감과 스트레스의 부적상관관계를 밝힌 일련의 연구들을 살펴보면, 송미혜(2006)는 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지와 양육효능감의 관계를 살펴본 연구에서 양육효능감과 양육스트레스가 높은 부적 상관관계를 보여, 양육효능감이 높을수록 양육스트레스는 낮아진다고 하였다. 이정하(2009)는 어머니의 양육지식, 양육스트레스, 양육효능감이 영아발달에 미치는 영향에 관한 연구를 통해 양육효능감이 양육스트레스와 영아발달의 관계에서 매개효과가 있음을 증명하였으며, 이러한 결과는 양육효능감이 양육스트레스의 부정적 영향을 보완할 수 있는 요소로 작용할 가능성을 보여주는 것이라고 밝혔다.

한편, 스트레스의 대처자원으로써 긍정정서에 대한 관심이 높아지고 있다. 긍정정서는 인간적 성장을 추구하는 인지적, 정서적 상태 및 태도로서 인간이 느끼는 행복감 및 만족감에 결정적 영향을 미친다(김희정, 2009). Seligman은 그의 저서에서 행복한 삶이란 충만한 삶이라고 하였다. 이는 곧 긍정적 정서를 바탕으로 한 즐거움, 긍정적 활동에 대한 몰입, 삶의 의미 등 3가지 요소가 갖춰진 삶이라고 하였다. 그리고 행복한 삶을 위해서는 ‘긍정적인 감정(positive emotions)’을 가져야 한다고 보았는데 이 감정

은 현재의 감정뿐만 아니라 만족감, 자부심, 풍요로움과 같은 과거의 경험을 통한 감정, 그리고 희망, 자신감, 낙관, 믿음과 같은 미래에 대한 긍정적 감정까지 포함하는 개념이라고 하였다(셀리그만, 2008). Folman 와 Mosowitz(2000)는 긍정정서는 일상적인 사건이나 활동에 긍정적 가치를 부여하거나 재구성하여 긍정적 의미를 발견하게 함으로써 스트레스 상황에서 적응적으로 대처하는 데 도움이 된다고 하였다. 이태훈(2005)은 긍정적 정서함양이 자아 존중감, 스트레스 및 우울에 미치는 효과에 관한 연구에서, 긍정적 정서는 유쾌한 기분 전환을 가져다 줄 뿐 아니라 사람들의 마음을 편안하게 해 주고, 신체적인 안락함을 주며, 생리적인 상태에 대한 회복에 영향을 주어 심리적 외상이나 다양한 스트레스 요인에 대처하는 데 도움을 준다고 보고하였다. 또한 김숙명(2012)이 긍정심리치료가 우울성향 중학생의 낙관성, 스트레스 및 심리적 안녕감에 미치는 영향에 대해 연구한 결과, 긍정심리치료를 통해 증가된 긍정정서 및 행복 정서가 우울성향 중학생들의 스트레스를 감소시키는데 효과가 있음을 보고하였다. 긍정정서가 스트레스를 감소시킨다는 선행연구 결과에 비추어 볼 때, 어머니의 긍정정서는 양육스트레스 또한 감소시킬 것으로 예상해볼 수 있다. 최근, 긍정정서와 자기효능감의 관련성을 다룬 연구들이 등장하고 있다. 황지영(2010)은 학생이 지각하는 교사실패, 자기효능감 및 자아존중감이 정서에 미치는 영향을 살펴본 연구에서, 자기효능감은 부정정서, 긍정정서 모두와 높은 상관을 보였으며, 이는 자기효능감이 높은 학생일수록 낙담, 동요 등의 부정적 정서가 낮아지고 즐거움, 평온함 등의 긍정적 정서가 높아지는 것을 의미한다고 하였다. 김은희(2004)는 노인의 사회적 지지와 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 연구에서, 자기효능감 수준이 높을수록 생활만족과 긍정정서는 높아지고 부정정서는 낮아진다고 보고하였다. 자기효능감은 개인이 추구하는 행위의 방향과 강도 뿐 아니라 개인

의 사고양식과 정서반응에도 영향을 미친다(Bandura, 1997, 1982). 다시 말해, 자기효능감은 정서에 영향을 주고 그것이 행동으로 표출된다는 것이다. 따라서 양육효능감은 자녀 양육에 대한 자기효능감이라고 할 수 있으므로 어머니의 긍정정서에 영향을 주는 요인으로 고려해 볼 수 있다.

이상과 같이 어머니의 양육효능감과 긍정정서는 양육스트레스에 직접적인 영향을 주며, 특히 어머니의 양육효능감은 긍정정서에 영향을 미치는 변인으로 예측해 볼 수 있으므로, 어머니의 양육효능감은 긍정정서를 매개로 하여 양육스트레스에 간접적인 영향을 미칠 것으로 추정해 볼 수 있다. 지금까지의 선행연구들은 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스라는 세 변인간의 단선적 관계를 밝히는 연구만이 있었을 뿐 이들 간의 매개효과를 검증한 연구는 없었다.

따라서 본 연구에서는 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 그리고 양육스트레스 간의 관계를 탐색하고, 양육효능감이 양육스트레스에 영향을 미치는 과정에서 어머니의 긍정정서가 매개적 역할을 할 것으로 가정하여 이를 검증하고자 한다. 이러한 목적에 의해 선정된 연구문제는 다음과 같다.

2. 연구문제

<연구문제 1> 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적 경향은 어떠한가?

<연구문제 2> 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 긍정정서 및 양육스트레스는 어떠한 관계가 있는가?

<연구문제 3> 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감은 어머니의 긍정정서를 매개로 하여 양육스트레스에 영향을 미치는가?

3. 용어정의

가. 양육효능감

양육효능감은 부모로서 자녀를 양육함에 있어 자녀의 발달과정을 잘 이해하고 양육과정에 필요한 부모역할 수행을 잘 감당할 수 있는 능력과 신념이라고 정의한다.

나. 양육스트레스

자녀의 출생으로 인해 어머니의 역할 수행과정에서 경험하는 스트레스로서 일상적으로 일어나는 반복되는 어려움과 부모역할에 대한 경제적, 신체

적, 심리적 부담감이라고 정의한다.

다. 긍정정서

긍정정서는 기쁨, 감사, 행복, 낙관, 만족도, 몰입 같은 긍정적 의미를 내포하는 정서로서 셀리그만 박사의 개념을 근거로 미래에 대한 긍정정서에는 낙관성, 현재에 대한 긍정정서로는 긍정감정상태(ITAS), 과거에 대한 긍정정서로 생활만족도로 하여 미래, 현재, 과거의 긍정정서를 ‘긍정정서’라 하였다.

라. 영아기

본 연구에서는 1개월부터 36개월 영아를 ‘영아기’로 범주하였다.



II. 이론적 배경

1. 양육효능감

부모의 인지적 측면 중 하나인 양육효능감은 양육과정에서 부모가 느끼는 감정과 신념이 양육행동에 영향을 미치고 더 나아가 궁극적으로 아동의 발달에 다양한 결과를 가져온다는 것으로 최근 중요하게 주목하고 있는 한 부분이다.

양육효능감은 Bandura(1986)의 'self-efficacy 이론'에서 파생된 개념으로 자신이 바라는 결과를 얻기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 믿음 또는 과제를 잘 해결할 수 있다는 자기 기대감을 '자기효능감'이라고 정의하였다. 이 이론은 비교적 짧은 시간에 지난 몇 십 년 동안 교육연구 분야에서 관심이 증대되어 왔다(윤운성, 1998). 이를 양육의 영역으로 확대 적용하여 1980년대 말과 1990년대에 보다 광범위하게 연구가 되기 시작하였고 그 과정에서 양육효능감은 '양육유능감(parental competence)', '양육확신감(parent confidence)', '양육신념(parent beliefs)' 등의 유사한 개념들과 혼용되어 사용되어 왔다. 1990년대 전후로는 부모의 양육행동이 자녀의 성장발달에 미치는 영향에 관한 연구가 많아지고, 2000년대 이후부터는 양육행동에 선행되는 부모의 신념, 가치, 목표, 효능감 등 인지 변인에 관한 연구에 대한 관심이 높아졌다(문혁준, 2005; 최형성, 2002).

Bandura(1997, 1982)는 자기효능감은 자신이 바라는 결과를 얻기 위해 요구되는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 믿음 또는 당면한 과제를 잘 해결할 수 있다는 자기기대를 가리킨다. 즉, 구체적인 상황에 대처하기

위해 자신이 소유하고 있는 기술과 행동을 얼마나 잘 조직하여 과업을 성공적으로 수행할 수 있는가에 대한 개인의 판단이다. 특히 자기효능감은 예측할 수 없는 상황이나 스트레스를 직면할 때 그 역할이 중요시된다. 특정한 과업이나 상황에 효능감을 가진 사람들은 스트레스가 크다 해도, 그 과업을 수행하려는 동기력을 가지고, 성공을 예상하며 과업수행을 지속하는 특징을 보인다. 다시 말하면, 문제 상황에 직면할 때 자기효능감이 높으면 그 상황을 극복하기 위해 자신감을 가지고 적극적으로 대처하는 반면, 자기효능감이 낮으면 문제 상황을 회피하거나 포기하는 특징을 보인다. 따라서 인지된 자기효능감이 과제 수행에 미치는 영향은 매우 커서, 개인이 추구하는 행위의 방향과 강도 뿐 아니라 개인의 사고양식과 정서반응에도 영향을 미친다. 효능감에 대한 신념은 행동의 주된 근원이며, 인간의 삶은 개인이 가지고 있는 효능감에 대한 기대에 의해 유도된다고 하였다.

Johnson과 Mash(1989)는 여러 연구들을 통해 양육효능감이 자녀를 잘 양육하며 부모가 자녀의 어려움이나 문제해결에 확신을 가지며 부모로서 능력이 있다고 지각하는 정도라고 정의하였다. 그리고 이러한 효능감을 바탕으로 부모역할 수행차원에서 볼 때 부모로서의 효능감은 부모로서 자녀를 잘 양육하고 훈육하며 자녀와 문제가 생겨도 이를 잘 해결할 수 있는 능력이 있다는 자신에 대한 기대를 의미하고 적절한 부모역할 수행에 있어서 부모로서의 효능감이 매우 중요한 역할을 한다고 하였다.

Mondell과 Tyler(1981)는 어머니와 자녀의 문제해결 상황과 놀이상황을 관찰하여 어머니의 지각된 효능감과 양육행동 간의 관계를 연구하였다. 이들은 부모효능감이 높을수록 자녀에게 따뜻하고 긍정적인 태도를 취하며, 자녀의 능력과 자원을 인정하여 문제해결 상황에서 적절한 도움을 줄 수 있다고 하였다. 즉, 어머니의 지각된 효능감은 상황에 따라 보다 적절하고, 융통성이 있으며 일관된 양육행동의 특성과 연관된다고 하며, 양육효능감

이 높은 부모는 바람직한 양육행동과 부모와 자녀간의 긍정적 상호작용을 통해 궁극적으로 아동의 신체적, 정서적, 심리적 발달을 긍정적으로 이끌고 반면, 양육효능감이 낮은 부모는 부적절한 양육행동을 나타낼 뿐만 아니라 아동의 긍정적 발달을 방해한다고 하였다(Coleman & Karraer, 1997).

국내 연구자 안지영(2001)은 2-3세 자녀를 둔 어머니 양육효능감에 대해 연구에서 양육효능감이란 부모로서 자신의 수행능력에 대한 기대와 판단으로, 부모역할에 적응을 돕고 자녀양육과 연관되는 문제나 어려움을 잘 관리해 나가도록 동기를 주며, 양육행동의 근원으로 중요한 작용을 하는 인지적 특성으로 어머니의 자기평가로 정의하였다. 김인희(2011)는 양육효능감은 좋은 부모가 되기 위해 양육을 제공하는 전반적인 능력이나 지식, 행동 등을 포함한다고 하였다.

양육효능감은 어머니가 자녀를 양육함에 있어 매우 중요하다. 어머니의 양육에 대한 신념과 능력이 유아와 양육행동에도 지대한 영향력을 가지게 되는 것이다. 어머니의 양육효능감이 자녀의 성별이나 연령, 출생순위, 기질, 부모의 학력이나 취업, 결혼만족도, 자녀 양육 경험, 그리고 가정 수입이나 주변인의 지지에 영향을 받는다(김혜진, 2003; 문혜련, 1998; 신숙재, 1997; 안지영, 2001; 정옥분, 2001; 최형성, 2002; Goldstein & Toss, 1989). 선행연구자들은 어머니의 학력이 높을수록 더 높은 양육효능감을 보았다. 또한 비취업모가 취업모보다 양육효능감이 더 높고, 역할만족도가 높다고 보고하고 있으나 이러한 결과들이 일관성 있는 것은 아니다.(김영주, 2008; 류기자, 2006; 문혁준, 1999; 2005; 송미혜, 2006; 송연숙). 송연숙·김영주(2008), 이경하(2009)는 자녀가 어릴수록 양육효능감이 높다고 하였다.

이때까지의 국내외 선행연구들을 통해 종합해 볼 때, 어머니의 양육효능감이 높을수록 어머니는 자녀에게 수용적이며 따뜻하고 긍정적인 양육태도를 보였으며 양육효능감이 낮을수록 강압적이며 체벌적이고 엄격한 부모의

양육태도를 보았다. 따라서 양육효능감이 높을수록 어머니의 긍정정서가 높다고 볼 수 있다.

2. 양육스트레스

가. 스트레스

현대사회에서 살아가는 사람들은 다양한 스트레스 속에 살아가고 있다. 스트레스라는 말은 캐나다의 의학자 H Selye(1974)가 처음으로 사용한 말로 ‘팽팽하게 죄다, 바짝 잡아당기다’의 뜻을 가진 라틴어 ‘stringere’에서 유래된 개념으로 시대에 따라 그 의미가 다르게 사용되어져 왔다(최혜경, 2005).

17세기에는 ‘스트레스’라는 말이 어려움, 곤란, 역경 또는 고생을 의미하였고, 18-19세기에는 힘, 압력 또는 긴장을 뜻하는 물리학과 공학의 용어로 사용했으며 1956년 이후 생활스트레스(The Stress of Life)가 여러 학자들에게 관심 있는 주제로 부각되기 시작하였다(김미숙, 2005) 현재는 의학 또는 심리학의 용어로 주로 사용되고 있다(양병환, 1997).

정순진(2007)은 스트레스란 물체나 인간에서 작용하는 힘, 압력, 강한 영향력을 의미하며 특히 외부압력에 저항해서 통합성을 유지하기 위한 긴장을 불러일으킨다는 개념이다. 즉, 개인을 둘러싸고 있는 환경의 개입이 정도이상이어서 개인의 능력한계를 벗어날 때 발생하는 개인과 환경의 불균형·부적합 상태라고 하였다.

박안나(2003)는 스트레스는 환경적 사건이 유기체의 존재와 안녕을 위협

하는 일련의 과정으로 볼 수 있으며 이러한 스트레스 상황은 대체로 개인에게 욕구 충족의 효율성을 저하시키고 걱정, 근심을 느끼게 하며 심한 경우에는 자아기능을 저하시키고 분노와 무기력, 수치감 등의 부정적 감정을 갖게 한다고 하였다(2007).

나. 양육스트레스

부모의 자녀 양육스트레스는 아동과 부모 자신 및 배우자의 특성이나 일상생활에서 빈번하게 발생하는 생활사건에 의해 영향을 받으며 부모에게 중요한 생활사건에 의해 발생하는 다른 스트레스보다 더 비중 있는 스트레스 원이 된다(이상만, 2004). Abidin(1990)은 오랜 기간 동안 많은 임상 경험과 문헌 연구들을 토대로 하여 부모의 양육스트레스를 설명하였다. 그는 부모들이 자녀를 양육할 때 자녀의 특성에 따라 다르게 행동하고 부모 역할을 수행하는 부모 자신의 능력과 부모, 자녀의 기질적인 성향에 따라 양육스트레스를 다르게 지각한다고 하였다. 그리고 이러한 연구들을 통해 일상생활에서 부모의 역할을 수행할 때 느끼는 스트레스를 양육스트레스라 정의하였다.

김기현·강희경(1997)은 양육스트레스를 자녀의 출생 및 양육 그리고 육체적 피로, 경제적 부담으로 인해 여성이 수행하는 부모역할에 대한 부담감 및 디스트레스와 타인 양육에 대한 죄책감으로 보았으며 자녀와의 생활에서 일상적으로 일어나는 어려움이 반복되어 어머니에게 성가심이나 짜증, 어려움을 주는 것으로 지각되는 정서라고 하였다. 그리고 양육스트레스는 어머니 자신과 영유아기 자녀에게 영향을 줄 수 있다는 점에서 중요한 요인이라고 할 수 있다(최윤경, 2011).

즉, 양육스트레스란 자녀의 출생으로 인해 어머니가 수행하는 부모역할

수행과정에서 경험하는 스트레스로서 일상적으로 일어나는 반복된 어려움이며, 부모역할에 대한 경제적, 신체적, 심리적 부담감이라고 정의할 수 있겠다(민은홍, 2008).

양육스트레스에 관한 인구학적인 연구에서는, 어머니의 변인 중에서 어머니의 연령과 학력, 경제적 수준, 취업유무, 교육열, 결혼생활만족도(김기현, 김리진·윤종희, 2000; 김문경, 2002; 남유리, 1989; 문혁준, 2004; 박성혜, 2002; 박정희·장성혜, 2003; 시미희, 2010; 신숙재, 1997; 양미선, 2000; 엄지원, 2011)에 관련된 연구들이 있어 대체적으로 위에 언급된 변인들이 높을수록 어머니의 양육스트레스가 낮은 것으로 보고되었다. 반면 어린이의 변인 중에서는 자녀의 성별, 형제관계, 출생순위, 자녀의 기질(고성혜, 1994; 강희경, 1998; 김문경, 2002; 김혜성, 2001; 박삼수, 2004; 시미희, 2010, 신숙재, 1998; 양미선, 2000; 엄지원, 2011; 차삼숙, 2005) 등으로 인해 다양한 결과로 양육스트레스에 영향을 미친다고 보고하고 있다. 그 외의 변인 중에는 사회적지지, 교육신념, 양육효능감이 높을수록 양육스트레스는 감소되며 양육행동, 양육태도에 따라 양육스트레스에 영향의 정도가 다르다고 보고하고 있다(엄지원, 2011). 그러나 자녀가 어릴수록 스트레스가 높다(김미숙, 문혁준, 2005; 유우영, 이숙, 1998)는 연구결과가 있지만 양미선(2000)의 연구에서는 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스는 높지 않은 것으로 나타났다. 민은홍(2008)은 자녀의 월령에 따른 양육스트레스는 유의한 차이를 나타내지 않았다고 하였지만 자녀의 성별과 자녀가 한명일 때보다 둘째 이상의 자녀를 둔 어머니가 높은 수준의 양육스트레스를 지각한다는 보고도 있다.

이런 연구들을 종합해 볼 때 어머니의 양육스트레스를 더 높을수록 양육태도와 역할에 어려움을 주는 부정적인 정서가 많다고 볼 수 있을 것이다.

3. 긍정정서

가. 정서 및 긍정정서

정서는 의사소통 행위과정에서 매우 중요하게 인식되어져 왔다. 영어의 'emotion'은 라틴어인 'emotus'에서 나온 것으로 '운동'이라는 뜻을 가지고 있다. 사람들은 정서를 통해 특정한 행위나 신호를 교환하기도 한다. 정서는 환경적 자극에 대한 복합적이고 연쇄적인 반응으로서 정서적 의식, 정서적 느낌, 행동성향 및 행동 등을 포함하는 환경적 자극에 의해 유발되는 지각 혹은 느낌이라고 할 수 있다(송현주, 2008). 즉, 생리적 반응과 행동 변화를 수반하는 주관적인 느낌의 상태로서 얼굴 표정, 몸짓, 자세, 언어 등과 같은 정서적 의사소통 전부를 포함하는 것으로 볼 수 있다(임혜진, 2005). 정서 발달에 관한 정의는 학자들마다 조금씩 다르지만 대부분의 학자들은 기쁨과 슬픔의 정서는 인간이 태어나면서부터 자연적으로 가지게 되지만 그것은 아직 분화가 되지 않은 상태이며 연령이 높아지는 절차에 따라 분화가 일어나는 것이다. 셰이버와 그의 동료들(Shaver, et al., 1987)은 213개의 정서단어를 수집하여 전형성을 기준으로 135개를 추출한 뒤에 작업을 통하여 두 개의 큰 범주인 긍정정서와 부정적 정서로 나누었다.

긍정정서란 joy나 happiness로 표현될 수 있다. joy는 기쁨을 가져다주는 근원이 되는 것이고, happiness는 단기간 또는 수초 간 지속되는 강한 정서로서 행복, 만족, 기쁨으로 표현된다. 부정적 정서는 공포로 대변되는데, 공포는 급격한 재난 혹은 위험을 의미하는 고대 영어 'fear'에서 유래했다. 공포하는 정서는 실제적인 것이든 혹은 상상의 것이든 위험에 처했을 때

그 대상으로부터 도피하려는 반응으로서의 정서이다(임혜진, 2005).

긍정정서는 인간의 긍정적인 측면을 과학적으로 연구하고 인간의 행복과 성장을 지원하는 학문으로 기준에 따라 다양한 측면으로 구분된다. 유쾌한 정도에 따라서 황홀감, 환희감, 고양감, 행복감, 만족감, 안락감, 편안감, 이완감, 안도감 등으로 분류된다. 또한 긍정정서를 유발하는 대상에 따라서 분류할 수 있는데, 타인에 대해서는 애정감, 친밀감, 유대감, 귀여움, 사랑스러움, 신뢰감, 존경감, 등을 경험할 수 있으며, 자기 자신에 대해서는 자긍심, 자존감, 자신감, 수용감, 등의 긍정정서를 경험한다. 어떤 대상에 대해서는 열광적 흥미, 즐거움, 재미, 유쾌감, 심미감, 경외감 등이 경험되기도 한다(권석만, 2009). 유기체가 접근하고 싶거나 또는 좋아하거나 유익하다고 생각되는 자극에 직면했을 때 일어나는 정서를 말한다(유상애, 2008). 이런 긍정정서는 문제해결 상황에서 창의성과 융통성을 증진시키고 의사결정을 할 때에는 효율성과 완벽성을 높이는 것으로 나타났다(정옥분 외, 2007; Carnevale & Isen, 1986; Estrada, Isen, & Young, 1997).

긍정정서나 부정 정서는 건전한 애착발달의 형성, 원만한 형제관계, 대인관계, 동정심의 발달 사회적 규범의 준수, 주의집중, 창의성, 신체적 건강 등 긍정적 성애의 발달에 있어서 매우 중요한 역할을 한다. 긍정정서는 긍정적 발달을 촉진시키지만 부정적 정서는 여러 가지 부정적 결과를 초래한다(이현수, 2011). 또한 긍정정서는 사람이 열광적이고 활동적이고, 민활함을 느끼는 정도를 반영한다. 높은 긍정정서는 높은 에너지, 완전한 집중, 즐거운 일 등의 상태를 의미하는 반면, 반대로 부정적 정서는 분노, 매스꺼움, 죄의식, 공포, 신경증을 포함한 다양한 혐오적 정서 상태가 포함되는 주관적인 고통과 불쾌한 일의 일반적인 차원을 말한다(이은경, 2005).

셀리그만 박사는 그의 저서 <긍정심리학, 2006>에서 긍정정서는 과거에 대한 것일 수도 있고, 현재나 미래에 대한 것일 수도 하였다. 미래에 대한

긍정정서에는 낙관주의, 희망, 신념, 신뢰가 포함되고 현재에 대한 긍정정서로는 기쁨, 황홀경, 평온함, 열의, 정열, 즐거움, 몰입이 있다. 그리고 과거에 대한 긍정정서에는 만족, 안도감, 성취감, 자부심, 평정이 포함된다고 피력하였다. 이에, 본 연구에서는 셀리그만 박사의 이러한 부분의 근거하여 긍정정서를 과거에 대한 긍정정서에 해당하는 생활만족도, 현재에 대한 긍정정서에 해당하는 ITAS, 미래지향적 정서에 해당되는 낙관성을 살펴보았다.

나. 긍정적 정서의 확장과 수립 이론(broaden-and-build theory)

Fredrickson은 정서에 대한 이론적 한계를 극복하고 긍정적 정서의 독특한 효과를 좀 더 잘 이해하기 위해 확장과 수립 이론이라는 새로운 이론적 모델을 만들었다. 이 이론에 따르면 즐거움, 흥미, 만족, 자부심, 사랑 등의 독립된 긍정적 정서는 현상적으로 구분될지라도 모두 순간적인 사고-행동 레퍼토리를 확장하고 개인적의 신체적, 지적, 사회적, 심리적 자원 등을 영구적으로 형성한다(이현수, 2008). 긍정적 정서가 발생하는 경우는 일반적으로 삶에 위협적이지 않은 상황에서 순간적으로 사고-행동 레퍼토리를 좁혀서 빠르고 단호한 행동을 촉진하는 심리적 과정은 필요 없을 것이다. 대신에 즐거움, 흥미, 만족감, 자부심, 사랑과 같은 긍정적 감정들은 보완적인 효과를 가지고 있는 것으로 나타났다. 그러한 감정들은 사람의 순간 사고-행동 레퍼토리를 확장하고, 떠오르는 사고와 행동들을 더 많이 나열할 수 있게 한다. 흥미, 만족감, 자부심, 사랑과 같은 다른 긍정적 정서들도 유사하게 신체적, 사회적 자원에서부터 지적, 심리적 자원까지 개인적 자원을 증가시키는 것으로 밝혀졌다(Fredrickson, 1998). 또한 Fredrickson은 긍정적 정서 자체는 일시적으로 경험된 후 사라지지만, 그 과정에서 형성된 개

인적 자원들은 오랫동안 지속되어 개인을 더 나은 방향으로 변화와 발전시키며, 이를 통해서 다음 순간의 긍정적 정서 경험이 다시 증가한다고 주장했다.

Fredrickson 과 Branigan(2000)은 긍정적 정서가 사고-행동의 레퍼토리를 확장시킨다는 가설을 실험을 통하여 증명하였다. 참가자들에게 즐거움, 만족, 공포, 분노 등, 구체적인 정서를 유발하는 짧은 영화를 보여주고 통제 집단에는 정서적이지 않은 영화를 보여준 후, 참가자들의 사고-행동 레퍼토리의 폭을 측정했다. 그 결과 두 가지 긍정적 정서 조건의 사람들(즐거움과 만족감)은 두 가지 부정적 정서 조건의 사람들(공포와 분노)과 통제 집단의 사람들보다 더 많은 행동들을 나열하였다(Fredrickson, Mancuso, Branigan, & Tugade, 2000).

위와 같이 긍정적 정서의 확장과 수립 이론에 대한 연구들은 긍정적 정서가 사고 패턴을 확장하고 유연하게 사고할 수 있게 함으로써 어머니의 일상생활에서 갖는 스트레스를 보다 적극적이고 긍정적인 대처를 할 수 있게 될 것이라고 예측한다.

4. 양육효능감, 양육스트레스, 긍정정서의 관계

부모의 신념과 가치는 자녀의 일상생활을 형성하고 조절하는 중요한 변인이 되고 신념과 가치를 형성하는데 부모의 개인적인 특성과 부모의 인식의 정도에 따라 부모의 행동을 이해 할 수 있을 것이다. 실제능력에서 차이가 없다고 하더라도 개인의 수행에서 차이를 가져오는 인지적 요인으로 양육효능감을 찾아볼 수가 있다(이영미, 2011). 부모들의 자녀 양육을 수행

하는데 필요한 양육효능감은 부모와 자녀사이에서 일어나는 행동을 예측케 하며(Johnston & Mash, 1989), 부모의 양육행동에 영향을 미침으로써 유아의 발달에 직간접적인 영향을 미친다.

선행연구에 의하면, 양육효능감이 높을수록 긍정적인 영향을 미치며 스트레스를 감소시킨다는 연구가 있다(김현미, 2004; 손금분, 2011; 신숙재, 1997; 송미혜, 2006; 이정하, 2009).

또한 이 양육효능감은 긍정정서와도 관련 있다고 예측할 수 있다. 황지영(2010)의 연구에서 자기효능감이 높을수록 긍정정서를 높이고 부정 정서를 낮춘다고 하였다. 이는 양육효능감은 양육에 대한 자기효능감이므로 곧 양육효능감이 긍정정서를 높인다고 할 수 있다. 또한 긍정정서는 스트레스를 감소시킨다는 연구결과도 있다. Tugade, Fredrickson 및 Barrett(2004)는 심리학적 탄력성과 긍정정서 및 대처에 대한 연구를 실시하였다. 이들의 연구 결과에 의하면 탄력적 성격은 긍정정서를 예언해주며, 탄력적 성격은 스트레스와 관련된 부정정서, 즉, 분노, 두려움, 불안, 슬픔 등으로 인한 심혈관 반응(혈압, 심박수 등)의 지속시간과 부적 상관관계가 있다 그리고 긍정정서는 탄력성이 스트레스로 인한 심혈관계 반응의 지속시간에 미치는 영향을 매개한다. 또한 긍정정서표현을 잘하는 사람은 스트레스 상황에 덜 혼란스러워하며 보다 주도적이며 미래지향적이고 철저히 준비한다고 하였다.(Fredrickson, 1998).

이태훈(2005)과 조윤정(2010)은 긍정정서는 스트레스 대처능력에 효과적이며 스트레스가 해소되었다고 그들의 연구에서 밝힌 바 있다. 긍정정서가 높을수록 스트레스에 대해 문제 자체를 해결하거나 주위의 사람들에게 조언을 구하는 등 적극적으로 노력하는 경향이 높음을 알 수 있다고 하였다. 긍정정서 그 자체는 장기간 지속되지 못하지만 그에 의해 창출된 심리적 자원은 장기간 지속되며 개인이 스트레스 사태에 직면하여 도움을 필요로

할 때에는 그 사태를 해결하는 데 큰 도움을 준다. 이 심리적 자원은 스트레스 극복을 촉진시키고 심리적 회복을 촉진시킨다. 이현수(2008)는 긍정적 정동은 창의적 문제해결 능력을 촉진시키며 스트레스 원을 보다 쉽게 해결해서 건강에 긍정적 영향을 주며 긍정적 정동수준이 높은 사람은 일상생활에서 스트레스를 적게 받는다고 하였다.

이때까지의 선행연구를 정리하면 어머니의 양육효능감과 양육스트레스 간에 어머니의 긍정정서의 매개효과를 살펴볼 필요가 있다.



Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 부산광역시 9개구 소재 17개의 어린이집에 다니는 영아 1개월에서 36개월의 자녀를 둔 어머니들 257명이었다. 연구대상의 특성은 <표 1>에 제시한 바와 같다.

이를 구체적으로 살펴보면 첫째, 어머니의 연령은 25세 이상 30세 미만 이 32명(12.5%)이었으며 30세 이상 35세 미만은 130명(50.6%)로 절반을 차지하였으며 35세 이상 40세 미만은 66명(25.7%)이었다. 그리고 40세 이상 45세 미만의 어머니는 25명(9.7%), 45세 이상은 4명으로 1.6%였다. 둘째, 어머니의 학력은 고졸 45명(17.5%), 전문대졸 74명(28.8%), 대졸 114명(44.4%) 대학원 이상의 학력을 가진 어머니는 24명(9.3%)이었다. 그리고 셋째, 어머니의 직업은 판매서비스직을 가진 어머니는 8명(3.1%), 단순노무 및 생산직에 일하는 어머니는 2명(0.8%), 사무직 42명(16.3%)이었으나 관리직에 근무하는 어머니는 없었다. 전문직 44명(17.1%), 자영업 13명(5.1%)이었고 전업주부로 양육에만 전념하는 어머니는 132명(51.4%)로 절반을 넘었다. 그리고 기타의 직업을 가진 어머니는 16명(6.2%)이었다. 넷째, 가정의 총수입을 살펴볼 때 100만원 미만의 수입이 있는 가정은 12명(4.7%)이었고 101만원 이상 200만원 미만의 수입은 41명(16.0%)이며 201만원 이상 300만원 미만의 수입이 있는 가정은 81명(31.5%)이었다. 301만원 이상 400만원 미만의 가정수입은 61명(23.7%), 401만원 이상 500만원 미만은 35명(13.6%)이었고 501만원 이상의 수입이 있는 가정은 27명(10.5%)로 본 연구

의 대상들은 서민이 주류를 이루고 있음을 알 수 있다.

자녀의 특성을 볼 때 본 연구의 대상 자녀는 1개월에서 36개월의 영아로서 첫째, 남아는 130(50.6%)이며 여아는 127명(49.4%)이었다. 둘째, 어린이의 출생순위를 살펴볼 때 첫째아이인 경우 105명(40.9%)이었고, 둘째아이는 121명(47.1%), 셋째아이는 29명(11.3%), 넷째이상은 2명으로 0.8%이었다.

<표 1> 연구 대상 아동과 어머니의 사회·인구학적 배경변인

구분		빈도(명)	백분율(%)	전체
연령	25세 이상~30세 미만	32	12.5	257(100)
	30세 이상~35세 미만	130	50.6	
	35세 이상~40세 미만	66	25.7	
	40세 이상~45세 미만	25	9.7	
	45세 이상	4	1.6	
학력	고졸	45	17.5	
	전문대졸	74	28.8	
	대졸	114	44.4	
	대학원이상	24	9.3	
어머니 직업	판매서비스직	8	3.1	
	단순노무, 생산직	2	0.8	
	사무직	42	16.3	
	관리직	0	0	
	전문직	44	17.1	
	자영업	13	5.1	
	전업주부	132	51.4	
	기타	16	6.2	
경제수준	100만원 미만	12	4.7	
	101~200만원	41	16.0	
	201~300만원	81	31.5	
	301~400만원	61	23.7	
	401~500만원	35	13.6	
	501만원 이상	27	10.5	

영아	성별	남	130	50.6
		여	127	49.4
		전체	257	100
	출생순위	첫째	105	40.9
		둘째	121	47.1
		셋째	29	11.3
		넷째이상	2	0.8

2. 연구도구

가. 양육효능감 척도

어머니의 양육효능감을 측정하기 위하여 Gross와 Rocissano(1989)가 개발하고 이수진(2011)이 번안한 Toddler Care Questionnaire 척도를 사용하였다. Gross와 그의 동료들(1989)의 도구는 Bandura의 자기효능감을 근거로 하고 있으며 어머니가 자녀양육에 관련된 다양한 과제나 상황을 효과적으로 처리할 수 있다는 양육효능감에 대하여 측정하고 있다. 이 척도는 총 36개 문항으로 이루어져있으나 본 연구에서는 하위요인 중 교육의 신뢰도를 높이기 위하여 문항 25번을 제거하였다. 이 척도는 Likert 식 5점 척도로, 높은 점수일수록 높은 양육효능감을 나타내는 것이며 가능한 점수의 범위는 36점-180점이다.

본 연구에서 사용한 양육효능감 척도의 내적합치도를 이용한 신뢰도 (Cronbach's α) 계수는 .93이었다. 양육효능감의 하위요인별 문항 수와 신뢰도 계수는 <표 2>와 같다.

<표 2> 양육효능감 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
의사소통능력	8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19	12	.89
교육	20,21,22,23,26,27	6	.75
건강하게 양육하는 능력	28,29,30,31,32,33,34,35,36	9	.84
발달지원	1,2,3,4,5,6,7,24	8	.81
전체	1-35	35	.93

나. 양육스트레스 척도

어머니의 양육스트레스는 Crnic과 Greenberg(1990)가 개발하고 이를 안지영(2001)이 번안, 수정한 'Parenting Daily Hassles'(PDH) 척도를 사용하였다. 이 척도는 Likert 식 5점 척도로, 점수가 높을수록 일상생활에서 자녀 양육과 연관되어 일어나는 일들을 어머니가 성가시게 느끼는 것을 의미한다. 문항의 예로는 “아이가 어질러 놓은 장난감이나 음식물을 계속 치워야 한다”, “아이가 집안일을 하는데 끊임없이 걸리거나 거른다”, “아이로 인해 개인적으로 자유롭지 못하다”, “공공장소에서 아이를 다루기가 어렵다” 등이다.

본 연구에서 사용된 양육스트레스 척도의 내적합치도를 이용한 신뢰도(Cronbach's α) 계수는 .91로 <표 4>과 같다.

<표 4> 양육스트레스 척도의 문항구성 및 신뢰도

요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
스트레스	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	18	.91

다. 긍정정서 척도

셀리그만 박사는 긍정정서에는 과거, 현재, 미래의 정서가 있다고 말하였다. 본 연구에서는 이러한 구분에 근거하여 과거, 현재, 미래의 긍정정서를 측정하는 기존의 세 가지 척도들을 재구성하여 사용하였다.

과거 긍정정서를 측정하기 위하여 Diener, Emmons, Larsen, Griffin(1985)에 의해 개발되고 이를 장현주(2009)가 번안한 생활만족도 척도를 사용하였으며, 현재 긍정감정 상태를 측정하기 위하여, Diener, Smith와 Fufita(1995)가 개발하고 이를 조은향(2008)이 번안한 Intensity and Time Affect Survey(ITAS) 척도를 사용하였다. 현재감정상태 ITAS척도는 여섯 차원의 정서가 포함되어 있으며, 각 정서마다 4개의 문항으로 측정되어 총 24개의 정서표현 단어로 구성되어있다. 본 연구에서는 연구의 목적에 따라 긍정정서만을 발췌하여 사용했으며, 예비조사 결과 지문에 대한 어머니들이 쉽게 이해하고 체크를 하기 위해 7점 척도를 5점 척도로 수정하여 사용하였다. 그리고 미래 긍정정서인 낙관성을 측정하기 위해 Scheier와 동료들(1994)이 개정하고 이를 권혜경(2004)이 번안한 삶의 지향성 검사(Reevaluation of Life Orientation Test: LOT-R) 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 10문항으로 구성되어 있으며 미래에 대한 일반화된 긍정적인 기대로서의 성향적 낙관성을 측정한다. LOT-R은 6개의 낙관성 측정 문항(1,3,4,7,9,10)과 낙관성 측정을 위한 질문지임을 인식하지 못하게 하는 4개의 여과 문항(2,5,6,8)으로 구성되어 있다. 낙관성 측정 6문항은 3개의 긍정적 문항(1,4,10)과 3개의 부정적 문항(3,7,9)으로 이루어져 있고, 부정적인 문항은 역 채점 하였다. 본 척도 즉, 긍정감정상태(ITAS), 생활만족도, 낙관성 척도는 모두 Likert 5점 평정척도로서 점수가 높을수록 현재, 과거,

미래의 긍정정서가 각각 높은 것으로 의미한다.

각 하위요인의 내적합치도를 이용한 신뢰도(Cronbach's α) 계수는 생활만족도 .87, 긍정감정 상태는 .86, 낙관성은 .77로 나타났으며 긍정정서 전체의 내적합치도를 이용한 신뢰도(Cronbach's α) 계수는 .88로 나타났다.

긍정정서의 하위영역별 내용과 문항 수 그리고 하위 요인별 신뢰도는 <표 3>와 같다.

<표 3> 긍정정서 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항 수	Cronbach's α
생활만족도	1,2,3,4,5	5	.87
긍정감정상태	2,5,8,11,14,17,20,23	8	.86
낙관성	14,15,16,17,18,19,20,21,22,23	10	.77
전체	1 ~ 23	23	.88

3. 연구방법 및 절차

가. 예비검사

본 검사를 실시하기 위해 앞서, 측정도구의 적합성을 알아보기 위하여 예비조사를 실시하였다. 예비 조사는 2월 말에서 3월 초에 부산광역시 2개구에 소재하는 어린이집에 다니는 영아를 둔 21명의 어머니를 대상으로 이루어졌다. 조사 결과, 설문에 응답하는 시간은 약 20분 정도 소요되었으며 구성양식 및 질문의 의미가 불명확한 몇 개의 문항을 수정하였다. 예를 들어, 낙관성 척도에서 ‘만약 나에게 나쁜 일이 생긴다면 그렇게 될 것이다’의 문

장을 ‘나에게 앞으로 일어날 어떤 일이 잘못될 것 같다고 생각하며, 그 일은 잘못될 것이다.’, ‘나에게 긴장을 푸는 것은 쉬운 일이다’의 문장을 ‘나는 쉽게 긴장을 풀 수 있다.’로 수정하였다. 양육스트레스 척도에서는 모든 항목에 주어를 넣어서 설문지를 읽는 어머니가 본인의 스트레스로 쉽게 이해할 수 있도록 했다. 양육효능감 척도에서 ‘나는 아이가 어떤 상황에서 흔히 즐거워하는지 알고 있다.’라는 문장을 ‘나는 아이가 주로 어떤 상황에서 즐거워하는지 알고 있다.’로 수정하였다.

나. 본 검사

본 검사는 2012년 2월부터 3월까지 이루어졌다. 연구대상 표집을 위해 부산광역시 소재 17개의 어린이집을 무작위로 선정하여 1~36개월의 영아를 둔 어머니를 대상으로 369부의 설문지를 배부하였다. 회수된 설문지는 304부였으나 응답이 누락되었거나 불성실한 47부를 제거하여 총 257부를 분석에 사용하였다.

4. 자료 분석

본 연구에서 수집된 설문자료는 SPSS 18.0 통계프로그램을 사용하여 분석하였다.

첫째, 연구대상 영아 및 어머니의 인구통계학적 변인의 빈도와 백분율을 산출하고, 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 평균 및 표준편차를 산출하기 위하여 기술통계를 실시하였다.

둘째, 어머니의 양육효능감과 긍정정서 및 양육스트레스 간의 관련성을

알아보고자 Pearson의 상관분석(Correlation Analysis)을 실시하였다.

셋째, 어머니의 양육효능감과 양육스트레스에 대한 긍정정서의 매개효과를 알아보기로 Barron과 Kenny(1986)의 3단계 매개효과 검증절차에 따라 중다회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다.



IV. 연구결과 및 해석

1. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적인 경향

영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 양육스트레스, 어머니의 긍정정서에 대한 전반적인 경향을 알아보기 위해 각 변인의 평균 및 표준편차를 산출하였으며, 결과는 <표 5>에 제시되어 있다.

어머니의 양육효능감의 총점은 ($M=3.85$, $SD=0.40$)로 나타났으며, 각 하위요인의 점수는 의사소통은 $4.01(SD=0.47)$ 점, 교육은 $3.61(SD=0.48)$ 점, 건강하게 양육하는 능력은 $3.96(SD=0.45)$ 점, 발달지원은 $3.68(SD=0.43)$ 점으로 확인되었다.

어머니의 양육스트레스의 평균 점수는 $2.54(SD=0.67)$ 점으로 나타났으며, 어머니의 긍정정서의 총점은 $3.59(SD=0.42)$ 점이었다. 하위요인별로 살펴보면, 생활만족도는 $3.32(SD=0.67)$ 점이었고 긍정감정 상태는 $3.74(SD=0.54)$ 점, 낙관성은 $3.60(SD=0.59)$ 으로 나타났다.

<표 5> 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적 경향 (N=257)

변인	하위요인(문항수)	M	SD
어머니의 양육효능감	의사소통(12)	4.01	0.47
	교육(6)	3.61	0.48
	건강하게 양육하는 능력(9)	3.96	0.45

	발달지원(8)	3.68	0.43
	전체(35)	3.85	0.40
어머니의 양육스트레스		2.54	0.67
	생활만족도(5)	3.32	0.67
어머니의 긍정정서	긍정감정상태(8)	3.74	0.54
	낙관성(10)	3.60	0.59
	전체(23)	3.59	0.42

2. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스간의 상관관계

어머니의 양육효능감과 어머니의 긍정정서가 어머니의 양육스트레스와 어떠한 관계를 갖는지 알아보기 위해 Pearson의 상관계수를 산출한 결과는 <표 6>와 같다.

첫째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 어머니의 긍정정서의 상관관계는 어머니의 양육효능감 및 각 하위요인(의사소통능력, 교육, 건강하게 양육하는 능력, 발달지원)은 어머니의 긍정정서 및 각 하위요인(생활만족도, 긍정감정 상태, 낙관성)과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 어머니의 양육효능감이 높아질수록 어머니의 긍정정서가 높아진다고 볼 수 있다.

둘째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 어머니의 양육스트레스의 상관관계는 어머니의 양육효능감은 어머니의 양육스트레스에 부적 상관

관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 어머니의 양육효능감이 높아질수록 어머니의 스트레스 수준은 감소되는 것으로 볼 수 있다. 또한 어머니의 양육효능감의 모든 하위요인과 양육스트레스는 부적상관을 보여, 어머니의 의사소통, 교육, 건강하게 양육하는 능력, 발달지원 효능감이 높을수록 양육스트레스의 수준은 감소하는 것으로 해석할 수 있다.

셋째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 긍정정서와 어머니의 양육스트레스의 상관관계는 어머니의 긍정정서 및 각 하위요인(생활만족도, 긍정감정상태, 낙관성)이 어머니의 양육스트레스와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 어머니의 긍정정서가 높을수록 어머니의 양육스트레스 수준이 감소되는 것으로 볼 수 있다. 또한 어머니의 긍정정서의 모든 하위요인과 양육스트레스는 부적상관을 보여, 어머니가 긍정 감정상태, 생활만족도, 낙관성을 높이 지각할수록 양육스트레스의 수준은 감소하는 것으로 해석할 수 있다.

<표 6> 어머니의 양육효능감, 긍정정서와 양육효능감의 상관관계(N=257)

요인	a	b	c	d	e	f	g	h	i
양육효능감 총점	1.0								
의사소통능력	.90**	1.0							
교육	.80**	.72**	1.0						
건강하게 양육하는 능력	.82**	.72**	.67	1.0					
발달지원	.83*	.75*	.71*	.64	1.0				
긍정정서총점	.56**	.51**	.43**	.39**	.48**	1.0			
생활만족도	.35**	.31**	.30**	.19**	.32**	.75*	1.0		
긍정감정상태	.43**	.40**	.29**	.31**	.38**	.78*	.51	1.0	
낙관성	.52**	.48**	.41**	.38**	.43**	.83	.58	.51	1.0
양육스트레스	-.34**	-.30**	-.15**	-.30**	-.37**	-.43**	-.37**	-.37**	-.30**

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

a. 양육효능감 총점, b. 의사소통 능력, c. 교육, d. 강하게 양육하는 능력, e. 발달지원,
f. 긍정정서총점, g. 생활만족도, h. 긍정감정상태, I. 낙관성, j. 양육스트레스

3. 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과

영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감이 어머니의 긍정정서를 매개로 양육스트레스에 영향을 미치는지 알아보기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 3단계의 매개효과 절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였다.

어머니의 양육스트레스에 대한 어머니의 긍정정서의 매개적 변인의 역할을 확인하기 위한 첫 번째 단계로 독립변인(양육효능감)이 매개변인(긍정정서)에 미치는 영향을 회귀 분석하여 그 결과를 독립변인에 유의한 관계를 갖는지 살펴보았고, 두 번째 단계에서는 종속변인(양육스트레스)을 독립변인에 회귀 분석을 실시하여 그 결과 독립변인에 유의한 관계를 갖는지 살펴보고 마지막 단계에서는 종속변인을 독립변인과 매개변인에 동시에 회귀 분석을 실시하여, 그 결과 매개변인이 종속변인과 유의한 관계를 갖는 동시에 독립변인의 종속변인에 대한 효과가 두 번째 단계의 효과보다 적을 때 독립변인→매개변인→종속변인의 관계가 성립됨을 살펴보았다.

한편, 세 번째 단계 회귀분석에서 매개변인이 통제되었을 때 독립변인의 종속변인에 대한 효과가 유의하지 않으면 독립변수가 오직 매개변인을 통해서만 영향을 주는 것이므로 완전매개효과(perfect mediating effect)를 갖게 된다. 반면에 세 번째 단계 회귀분석에서 종속변인에 대한 독립변인의 효과가 유의하게 나타나고, 세 번째 단계에서의 종속변인에 대한 독립변인

의 효과가 두 번째 단계에서의 종속변인에 대한 독립변인의 효과보다 작아지면 독립변인이 종속변인에 직접적인 영향과 매개변인을 통한 간접적인 영향을 모두 미치는 것이므로 부분매개효과(partial mediating effect)를 갖게 된다(Baron과 Kenny, 1986).

1 단계는 독립변인 → 매개변인

2 단계 : 독립변인 → 종속변인

3 단계 : 독립, 매개변인 → 종속변인

이러한 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 절차에 따라 어머니의 양육효능감과 어머니의 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과를 검증한 결과는 아래 <표 7>와 같다. 독립변인들 간의 다중공선성의 가능성을 파악하기 위해 공차한계(Tolerance)와 분산팽창요인(VIF) 지수를 살펴보았다. 또한 독립변인 간의 상관계수가 다소 높았으므로 중다회귀분석을 실시하기에 앞서 독립변인 간의 다중공선성의 가능성을 알아본 결과, 공차 한계는 .825~.923, VIF 지수는 1.223~2.332의 분포를 보여 공차한계(Tolerance) 값이 0.1보다 크고, 분산팽창요인(VIF) 값이 10보다 작게 나타났으므로 독립변인 간의 다중공선성의 위험은 배제된 것으로 볼 수 있다.

먼저 어머니의 양육효능감과 양육스트레스에 대한 긍정정서의 매개효과를 살펴본 결과, 독립변인인 어머니의 양육효능감과 매개변인인 어머니의 긍정정서를 함께 투입하였을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 양육효능감($\beta = -.36$, $p < .001$ → $\beta = -.18$, $p < .01$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta = -.34$, $p < .001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 13%에서 어머니의 긍정정서가 추가 투입된

후 21%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

다음으로, 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 하위요인별 매개효과를 살펴본 결과는 아래와 같다.

생활만족도인 경우, 독립변인인 어머니의 양육효능감과 매개변인인 생활만족도를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 양육효능감($\beta=.36, p<.001 \rightarrow \beta=-.27, p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.28, p<.001$)의 영향력은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 13%에서 어머니의 생활만족도를 추가 투입된 후 20%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

긍정감정상태의 경우, 독립변인인 어머니의 양육효능감과 매개변인인 긍정감정상태를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 양육효능감($\beta=.36, p<.001 \rightarrow \beta=-.25, p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.27, p<.001$)의 부분 매개효과를 확인할 수 있었다.

어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 13%에서 어머니의 긍정감정상태를 추가 투입된 후 19%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

낙관성의 경우, 독립변인인 어머니의 양육효능감과 매개변인인 낙관성을 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니

의 양육효능감($\beta=.36$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.28$, $p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.16$, $p<.05$)의 영향력은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 13%에서 어머니의 낙관성을 추가 투입된 후 15%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

<표 7> 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정적 정서의 매개 효과 (N=257)

매개 변인	단계	매개효과 검증	B	β	t	R ²	F
긍정 정서 전체	1	양육효능감→긍정정서총점	.38	.54	10.33***	.30	106.78***
	2	양육효능감→양육스트레스	-.31	-.36	-6.18***	.13	38.13***
	3	양육효능감→양육스트레스	-.15	-.18	-2.67**	.21	33.90***
		긍정정서총점→양육스트레스	-.42	-.34	-5.09***		
생활 만족도	1	양육효능감 →생활만족도	.08	.33	5.56***	.11	30.93***
	2	양육효능감→양육스트레스	-.31	-.36	-6.18***	.13	38.13***
	3	양육효능감→양육스트레스	-.01	-.10	-1.53	.09	12.12***
		생활만족도→양육스트레스	-.08	-.25	-3.92***		
긍정 감정 상태	1	양육효능감→긍정감정상태	.13	.42	7.29***	.17	53.10***
	2	양육효능감→양육스트레스	-.31	-.36	-6.18***	.13	38.13***
	3	양육효능감→양육스트레스	-.22	-.25	-4.02***	.19	29.60***
		긍정감정상태→양육스트레스	-.75	-.27	-4.30***		
낙관성	1	양육효능감→낙관성	.18	.51	9.53***	.26	90.85***
	2	양육효능감→양육스트레스	-.31	-.36	-6.18***	.13	38.13***
	3	양육효능감→양육스트레스	-.24	-.28	-4.16***	.15	22.06***

낙관성충점→양육스트레스	- .40	-.16	-2.31*
--------------	-------	------	--------

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

가. 어머니의 의사소통 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개효과

어머니의 양육효능감의 하위요인인 의사소통 효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과를 검증한 결과는 아래 <표 8>와 같다. 독립변인인 어머니의 의사소통 효능감과 매개변인인 어머니의 긍정정서를 함께 투입하였을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 의사소통 효능감($\beta = -.30$ $p < .001 \rightarrow \beta = -.10$ n.s.)의 영향력은 더 이상 유의하지 않았으므로, 어머니의 긍정정서의 매개 효과를 확인할 수 있었다. 즉, 어머니의 긍정정서가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 완전 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

다음으로, 어머니의 의사소통 효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 하위요인별 매개효과를 검증한 결과, 생활만족도의 경우, 독립변인인 어머니의 의사소통 효능감과 매개변인인 생활만족도를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 의사소통 효능감($\beta = .30$ $p < .001 \rightarrow \beta = -.20$, $p < .01$)의 영향력은 감소하였으며, 의사소통 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta = -.28$, $p < .001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 생활만족도를 추가 투입된 후 17%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

긍정감정 상태의 경우, 독립변인인 어머니의 의사소통효능감과 매개변인인 긍정감정 상태를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 의사소통 효능감($\beta=.30, p<.001 \rightarrow \beta=-.18, p<.01$)의 영향력은 감소하였으며, 의사소통 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.30, p<.001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 긍정감정 상태를 추가 투입된 후 16%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

낙관성의 경우, 독립변인인 어머니의 의사소통효능감과 매개변인인 낙관성을 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 의사소통 효능감($\beta=.30, p<.001 \rightarrow \beta=-.19, p<.01$)의 영향력은 감소하였으며, 의사소통 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.16, p<.01$)는 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 낙관성을 추가 투입된 후 12%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

<표 8> 어머니의 의사소통과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정적 정서의 매개 효과 (N=257)

매개 변인	단 계	매개효과 검증	B	β	t	R ²	F
긍정 정서	1	의사소통→긍정정서총점	.90	.51	9.53***	.26	90.85***
	2	의사소통→양육스트레스	-.64	-.30	-4.95***	.09	24.47***
전체	3	의사소통→양육스트레스	-.22	-.10	-1.52	.20	30.94***

긍정정서총점→양육스트레스		-47	-.38	-5.85***		
생활 만족도	1 의사소통→생활만족도	.19	.31***	5.28	.10	27.85***
	2 의사소통→양육스트레스	-.64	-.30	-4.95***	.09	24.47***
	3 의사소통→양육스트레스	-.43	-.20	-3.32**		
	생활만족도→양육스트레스	-1.11	-.31	-5.09***	.17	26.39***
긍정 감정 상태	1 의사소통→긍정감정상태	.31	.40	6.94***	.16	48.15***
	2 의사소통→양육스트레스	-.64	-.30***	-4.95***	.09	24.47***
	3 의사소통→양육스트레스	-.38	-.18	-2.81**		
	긍정감정상태→양육스트레스	-.84	-.30	-4.80***	.16	24.81***
낙관성	1 의사소통→낙관성	.40	.48	8.61***	.26	74.20***
	2 의사소통→양육스트레스	-.64	-.30***	-4.95***	.09	24.47***
	3 의사소통→양육스트레스	-.43	-.19	-2.97**		
	낙관성→양육스트레스	-.52	-.21**	-3.08	.12	17.37***

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

나. 어머니의 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과

어머니의 양육효능감의 하위요인인 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과를 검증한 결과는 아래 <표 9>와 같다.

독립변인인 어머니의 교육효능감과 매개변인인 어머니의 긍정정서를 함께 투입하였을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 교육효능감($\beta=-.23$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.06$ n.s.)의 영향력은 더 이상 유의하지 않았으므로, 어머니의 긍정정서의 매개 효과를 확인할 수 있었다. 즉, 어머니의 긍정정서가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 완전 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

다음으로, 어머니의 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 하위요인별 매개효과를 검정한 결과, 생활만족도의 경우, 독립변인인 어머니의 교육효능감과 매개변인인 생활만족도를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 교육효능감($\beta=.23$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.14$, $p<.05$)의 영향력은 감소하였으며, 교육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.33$, $p<.001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 5%에서 어머니의 생활만족도를 추가 투입된 후 15%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

긍정감정상태의 경우, 독립변인인 어머니의 의사소통효능감과 매개변인인 긍정감정상태를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 교육효능감($\beta=.23$, $p<.001 \rightarrow \beta=-.14$, $p<.05$)의 영향력은 감소하였으며, 교육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.33$, $p<.001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 5%에서 어머니의 긍정감정상태를 추가 투입된 후 16%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

낙관성의 경우, 독립변인인 어머니의 교육효능감과 매개변인인 낙관성을 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 교육효능감($\beta=.23$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.12$, n.s.)의 영향력은 더 이상 유의하지 않았으므로, 어머니의 긍정정서의 매개 효과를 확인할 수 있었다. 즉, 어머니의 긍정정서가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 완전 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

**<표 9> 어머니의 교육효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니
긍정적 정서의 매개 효과** (N=257)

매개 변인	단 계	매개효과 검증	B	β	t	R ²	F
긍정 정서 전체	1	교육→긍정정서총점	1.41	.42	7.35***	.18	54.03***
	2	교육→양육스트레스	-.95	-.23	-3.75***	.05	14.06***
	3	교육→양육스트레스	-.24	-.06	-.92	.19	30.04***
		긍정정서총점→양육스트레스	-.51	-.41	-6.61***		
생활 만족도	1	교육→생활만족도	.32	.27	4.56***	.08	20.78***
	2	교육→양육스트레스	-.95	-.23	-3.75***	.05	14.06***
	3	교육→양육스트레스	-.57	-.14	-2.29*	.15	23.04***
		생활만족도→양육스트레스	-1.20	-.33	-5.51***		
긍정 감정 상태	1	교육→긍정감정상태	-.40	.27	4.73***	.07	19.65***
	2	교육→양육스트레스	-.95	-.23	-3.75***	.05	14.06***
	3	교육→양육스트레스	-.58	-.14	-2.33*	.16	23.36***
		긍정감정상태→양육스트레스	-.93	-.33	-5.57***		
낙관성	1	교육→낙관성	.70	.43	7.54***	.18	56.79***
	2	교육→양육스트레스	-.95	-.23	-3.75***	.05	14.06***
	3	교육→양육스트레스	-.51	-.12	-1.87	.10	14.47***
		낙관성→양육스트레스	-.63	-.25	-3.76***		

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

다. 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스 의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과

어머니의 양육효능감의 하위요인인 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과를 검증한 결과는 아래 <표

10>와 같다.

독립변인인 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 매개변인인 어머니의 긍정정서를 함께 투입하였을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감($\beta = -.30$, $p < .001 \rightarrow \beta = -.16$, $p < .01$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta = -.37$, $p < .001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 긍정정서가 추가 투입된 후 21%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

다음으로, 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 하위요인별 매개효과를 검정한 결과는 다음과 같다.

생활만족도의 경우, 독립변인인 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 매개변인인 생활만족도를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감($\beta = .30$, $p < .001 \rightarrow \beta = .24$, $p < .001$)의 영향력은 감소하였으며, 건강하게 양육하는 능력의 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta = -.32$, $p < .001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 생활만족도를 추가 투입된 후 19%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

긍정감정상태의 경우, 독립변인인 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 매개변인인 긍정감정상태를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능

감($\beta=.30, p<.001 \rightarrow \beta=-.21, p<.01$)의 영향력은 감소하였으며, 건강하게 양육하는 능력의 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.31, p<.01$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 긍정감정상태를 추가 투입된 후 17%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

낙관성의 경우, 독립변인인 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 매개변인인 낙관성을 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감($\beta=.30, p<.001 \rightarrow \beta=-.22, p<.01$)의 영향력은 감소하였으며, 건강하게 양육하는 능력의 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.22, p<.01$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 9%에서 어머니의 낙관성을 추가 투입된 후 13%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

<표 10> 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니의 긍정정서의 매개 효과 (N=257)

매개 변인	단 계	매개효과 검증	B	β	t	R ²	F
긍정 정서 전체	1	건강양육능력→긍정정서총점	.92	.39	6.69***	.15	44.76***
	2	건강양육능력→양육스트레스	-.89	-.30	-5.08***	.09	25.81***
	3	건강양육능력→양육스트레스 긍정정서총점→양육스트레스	-.47 -.46	-.16 -.37	-2.63** -6.17***	.21	33.79***
생활 만족도	1	건강양육능력→생활만족도	.15	.19	3.02**	.04	9.11**
	2	건강양육능력→양육스트레스	-.89	-.30	-5.08***	.09	25.81***
	3	건강양육능력→양육스트레스	-.72	-.24	-4.24***	.19	30.39***

		생활만족도→양육스트레스	-1.17	-.32	-5.64***		
긍정 감정 상태	1	건강양육능력→긍정감정상태	.33	.31	5.27***	.10	27.79***
	2	건강양육능력→양육스트레스	-.89	-.30	-5.08***	.09	25.81***
	3	건강양육능력→양육스트레스	-.61	-.21	-3.46**		
		긍정감정상태→양육스트레스	-.86	-.31	-5.10**	.17	27.15***
낙관성	1	건강양육능력→낙관성	.44	.38	6.60***	.15	43.56***
	2	건강양육능력→양육스트레스	-.89	-.30	-5.08***	.09	25.81***
	3	건강양육능력→양육스트레스	-.65	-.22	-3.49**		
		낙관성→양육스트레스	-.55	-.22	-3.40**	.13	19.24***

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

라. 어머니의 발달지원효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개효과

어머니의 양육효능감의 하위요인인 발달지원효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과를 검증한 결과는 아래 <표 11>와 같다.

독립변인인 어머니의 발달지원효능감과 매개변인인 어머니의 긍정정서를 함께 투입하였을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 발달지원 효능감($\beta=-.37$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.21$, $p<.01$)의 영향력은 감소하였으며, 양육효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.33$, $p<.001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 14%에서 어머니의 긍정정서가 추가 투입된 후 22%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

다음으로, 어머니의 발달지원효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정

서의 하위요인별 매개효과를 검정한 결과는 다음과 같다.

생활만족도의 경우, 독립변인인 어머니의 발달지원효능감과 매개변인인 생활만족도를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감($\beta=.37$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.28$, $p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 발달지원 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.28$, $p<.001$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 14%에서 어머니의 생활만족도를 추가 투입된 후 21%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육 효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

긍정감정상태의 경우, 독립변인인 어머니의 발달지원효능감과 매개변인인 긍정감정 상태를 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 발달지원 효능감($\beta=.37$, $p<.001 \rightarrow \beta=-.27$, $p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 발달지원 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.27$, $p<.01$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 14%에서 어머니의 긍정감정 상태를 추가 투입된 후 20%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

낙관성의 경우, 독립변인인 어머니의 발달지원효능감과 매개변인인 낙관성을 함께 투입했을 때, 어머니의 양육스트레스에 유의한 영향을 미치던 어머니의 건강하게 양육하는 능력의 효능감($\beta=.37$ $p<.001 \rightarrow \beta=-.30$, $p<.001$)의 영향력은 감소하였으며, 건강하게 양육하는 능력의 효능감 변인의 영향력을 통제하고도 어머니의 긍정정서($\beta=-.17$, $p<.01$)의 영향은 유의한 것으로 나타났다. 또한 어머니의 양육스트레스에 대한 설명력은 14%에

서 어머니의 낙관성을 추가 투입된 후 16%로 향상되었다. 즉, 어머니의 양육효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향에서 어머니의 긍정정서는 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다.

<표 11> 어머니의 발달지원의 효능감과 양육스트레스의 관계에서 어머니 긍정정서의 매개 효과 (N=257)

매개 변인	단계	매개효과 검증	B	β	t	R ²	F
긍정 정서 전체	1	발달지원→긍정정서총점	1.22	.48	8.84***	.24	78.16***
	2	발달지원→양육스트레스	-1.15	-.37	-6.41***	.14	41.12***
	3	발달지원→양육스트레스	-.66	-.21	-3.35**	.22	36.45***
		긍정정서총점→양육스트레스	-.41	-.33	-5.25***		
생활 만족도	1	발달지원→생활만족도	.28	.32	5.45***	.10	29.68***
	2	발달지원→양육스트레스	-1.15	-.37	-6.41***	.14	41.12***
	3	발달지원→양육스트레스	-.88	-.28	-4.80***	.21	33.31***
		생활만족도→양육스트레스	-1.00	-.28	-4.70***		
긍정 감정 상태	1	발달지원→긍정감정상태	.42	.38	6.56***	.14	43.00***
	2	발달지원→양육스트레스	-1.15	-.37	-6.41***	.14	41.12***
	3	발달지원→양육스트레스	-.84	-.27	-4.47***	.20	31.78***
		긍정감정상태→양육스트레스	-.75	-.27	-4.41***		
낙관성	1	발달지원→낙관성	.52	.43	7.54***	.18	56.91***
	2	발달지원→양육스트레스	-1.15	-.37	-6.41***	.14	41.12***
	3	발달지원→양육스트레스	-.93	-.30	-4.71***	.16	24.74***
		낙관성→양육스트레스	-.44	-.17	-2.71**		

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

IV. 논의 및 결론

본 연구는 영아기 자녀를 양육하는 어머니들을 대상으로 양육효능감, 긍정정서, 그리고 양육스트레스 간의 관계를 탐색하고, 양육효능감이 긍정정서를 매개로 양육스트레스에 미치는 영향을 검증해 보고자 하였다. 먼저, 양육효능감, 양육스트레스, 긍정정서에 관한 문헌 및 선행연구를 고찰하였고, 부산시내의 어린이집에 다니는 영아를 둔 어머니 257명을 대상으로 설문지를 배부 회수하여 연구를 수행하였다.

본 연구의 연구문제에 따른 결과에 대한 요약 및 논의는 다음과 같다.

1. 요약 및 논의

첫째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스의 전반적인 경향을 알아본 결과, 어머니의 양육효능감(총점)의 평균 3.85점으로 중간 값보다 다소 높게 나타났다. 어머니의 양육효능감의 하위요인은 의사소통효능감이 가장 높은 것으로 나타났으며, 다음으로 건강하게 양육하는 능력, 발달지원, 교육의 순으로 나타났다. 본 연구에서 의사소통 효능감과 건강하게 양육하는 능력의 효능감이 다른 하위요인에 비해 높게 나타난 것은 본 연구와 동일한 척도를 사용한 이경하(2009)의 연구결과와 일치한다. 영아기는 신체적 발달과 의사소통의 수단이 되는 언어발달이 급격하게 일어나는 성장의 급등기이다. 따라서 이러한 결과는 이 시기의 어머니들이 영아의 신체 및 언어 발달을 지원하기 위한 양육지식을 적극적으로 습득하게 되고 더불어 건강 및 언어적 상호작용에 세심하게 주의를

기울이는 과정에서 이러한 양육효능감을 많이 지각했기 때문으로 추측해 볼 수 있다.

어머니의 양육스트레스는 평균 2.54점으로 중간 값 이하로 나타났다. 이는 자녀가 어릴수록 스트레스가 높다는 김미숙, 문혁준(2005)의 연구결과들과 상반되며, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스가 높지 않은 것으로 나타난 선행연구결과들(김영주·송연숙, 2007; 이경하, 2009)과 맥을 같이 한다. 부모들은 자녀를 양육함에 있어 자녀가 무엇을 원하는지, 자녀의 행동에 어떻게 반응해야 하는지 알지 못해 어려움을 겪는 경우가 많고 이러한 경험이 지속될 때 자책감으로 인해 양육스트레스를 받는다. 또한 선행연구들(김영주, 송연숙, 2007; 이영환, 오미연, 2006)에 의하면 부모의 자녀양육에 대한 지식이 많을수록 자녀양육으로 인한 스트레스를 줄일 수 있으며 보다 효과적인 양육을 수행할 수 있다고 한다. 따라서 영아를 둔 어머니들의 양육스트레스가 중간값 이하로 나타난 것은 어머니들이 과거에 비해 영유아의 전반적인 발달에 대한 지식과 정보를 미디어, 인터넷, 서적, 강연, 등 다양한 경로를 통해 접할 기회가 많아지고 이로 인해 바람직한 양육환경 조성 및 긍정적인 양육태도를 보일 가능성이 높아진 것에서 기인하는 것으로 추측해 볼 수 있다.

둘째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스 간의 상관관계를 살펴본 결과, 첫째, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감 및 각 하위요인(의사소통능력, 교육, 건강하게 양육하는 능력, 발달지원)은 어머니의 긍정정서 및 각 하위요인(생활만족도, 긍정감정상태, 낙관성)과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 양육효능감은 자녀양육에 대한 자기효능감이라 할 수 있으므로 본 연구의 결과는 자기효능감이 높을수록 긍정정서가 높아진다고 밝힌 김은희(2004), 황지영(2011)의 연구결과와 부분적으로 흐름을 같이 한다고 볼 수 있다. 둘째, 어머니의 양육효

능감 및 각 하위요인(의사소통능력, 교육, 건강하게 양육하는 능력, 발달지원)과 양육스트레스는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 기존의 선행연구 결과들(김은영, 2005; 김현미, 2004; 최형성, 2002; Coleman & Karraker, 1997, 2003)과 일치하는 것으로 어머니의 양육효능감이 높을수록 양육스트레스를 낮게 지각함을 의미한다. 양육효능감은 자녀양육의 상황에 대처하기 위해 부모자신이 소유하고 있는 양육기술과 행동을 얼마나 잘 조직하여 부모역할을 성공적으로 수행할 수 있는가에 대한 판단 혹은 믿음이다. 따라서 예측할 수 없는 상황이나 스트레스를 직면할 때 그 역할이 중요시 될 수 있다. 본 연구의 결과는 양육효능감이 높은 어머니들은 자녀와의 상호작용에서 오는 스트레스가 높을지라도 부모역할 수행에 대한 높은 동기력 및 성공적인 부모역할에 대한 기대로, 양육스트레스 상황을 극복하기 위해 자신감을 가지고 적극적으로 대처하기 때문으로 해석해 볼 수 있다. 셋째, 어머니의 긍정정서 및 각 하위요인(생활만족도, 긍정감정상태, 낙관성)과 양육스트레스는 부적상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 어머니의 긍정정서가 높을수록 양육스트레스가 감소된다는 의미로 본 연구의 결과는 긍정정서가 스트레스 대처능력을 고양시키고 스트레스를 해소시킨다는 연구들(이태훈, 2005; 조운정, 2010)과 동일한 맥락에서 이해될 수 있다.

마지막으로, 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감 및 각 하위요인은 어머니의 긍정정서 및 각 하위요인을 매개로 양육스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 어머니 양육효능감은 긍정정서를 통해 양육스트레스에 간접적으로도 영향을 미친다는 것이다. 다시 말해 어머니의 양육효능감이 높으면 양육스트레스가 감소되며, 아울러 어머니의 양육효능감이 높으면 어머니의 긍정정서가 높아지고 이러한 긍정정서로 인해 양육스트레스가 감소되는 것을 의미한다. 이는 양육효능감이 높을수록 양육스트레

스는 낮아진다고 보고한 송미혜(2006)의 연구 및 긍정정서는 스트레스 상황에서 적응적으로 대처하는 데 도움이 된다고 주장한 Folkman과 Mosowitz(2000)의 연구결과를 지지하는 것으로 볼 수 있다. 또한, 자기효능감이 개인의 사고양식과 정서반응에도 영향을 미친다는 Bandura(1997, 1982)의 주장에 비추어볼 때, 본 연구의 결과는 자녀양육에 대한 높은 자기효능감은 어머니의 긍정정서 유발에 영향을 미치고 증진된 긍정정서는 자녀양육과 관련한 문제 상황에서 어머니가 긍정적인 방식으로 사건을 재해석하고, 효과적인 양육기술과 행동을 활용하여 스트레스에 적극적으로 대처하도록 하는 심리적 자원으로 기능했기 때문으로 유추해 볼 수 있다.

한편, 양육효능감 및 각 하위요인이 양육스트레스에 영향을 미치는 과정에서 긍정정서 및 각 하위요인의 대부분은 부분매개 하는 것으로 나타났으나, 의사소통효능감이 양육스트레스에 영향을 미치는 과정에서 긍정정서는 완전 매개의 역할을 하는 것으로 나타났다. 이는 어머니의 의사소통에 대한 효능감이 높으면 어머니의 긍정정서가 높아지고 이로 인해 양육스트레스가 감소되는 것을 의미한다. 특히, 교육효능감은 양육스트레스에 영향을 미치는 과정에서 긍정정서 및 낙관성이 완전매개 하는 것으로 나타났다. 이는 어머니의 교육에 대한 효능감이 높으면 어머니의 긍정정서 및 낙관성이 높아지고 이로 인해 양육스트레스가 감소되는 것을 의미한다. 이러한 결과는 어머니가 교육적 측면에서 자녀를 잘 양육할 수 있다는 인식이 자녀의 가치관, 규범, 행동에 대한 지도경험을 통해 기쁨, 만족감, 낙관적인 기대와 같은 긍정정서를 증진시켜 양육스트레스가 감소되는 것으로 생각해 볼 수 있다. 이에 어머니의 양육효능감과 긍정정서는 양육스트레스를 경감시킬 수 있는 대처자원이 될 수 있을 것으로 기대한다.

2. 연구의 의의 및 제언

이상과 같은 논의 및 결론을 토대로 앞으로의 연구과제 및 방향에 대하여 제언을 하면 다음과 같다.

본 연구에서는 어머니의 양육효능감이 양육스트레스에 영향을 미치는 과정에서 매개적 역할을 하는 변인을 긍정정서 하나로 한정했다. 추후 연구에서는 어떤 변인들이 매개적 역할을 하는지 보다 폭 넓은 탐색이 이루어져야 할 것이다. 또한 양육효능감은 어머니의 양육행동과 밀접한 관련을 가지므로(Mondell & Tyler, 1981) 어머니의 양육효능감, 긍정정서, 양육스트레스, 양육행동이라는 일련의 변인들이 어떠한 방식으로 상호관련 되는지 구조모형을 검토하는 것도 필요할 것으로 사료된다.

본 연구에서는 어머니의 양육효능감과 긍정정서에 관련된 연구가 부족하여 구체적이고 심도 깊게 논의하는데 한계가 있었다. 그러나 이러한 제한점에도 불구하고, 기존의 연구들이 양육효능감, 어머니의 긍정정서, 양육스트레스의 단선적인 관계만을 다룬 것에 비해 본 연구에서는 어머니의 양육효능감과 양육스트레스의 관계에서 긍정정서의 매개효과를 살펴봄으로써 양육스트레스에 영향을 미치는 요인에 대한 구체적인 이해를 더했다는 점에서 의의가 있다 하겠다.

참 고 문 헌

- 강희경(1998). 3세 이하 자녀를 둔 전문사무직 취업모의 양육스트레스: 어머니 역할관과 지원체계를 중심으로. 경희대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 고성혜(1994). 어머니가 지각한 양육스트레스에 관한 연구. 한국청소년연구, 18, 21-37.
- 권석만(2009). 긍정심리학. 서울; 학지사.
- 권혜경(2004). 아동이 지각한 부모의 양육태도와 아동의 성격형성. 서강대학교 공공정책대학원 석사학위청구논문.
- 김기현(2000). 맞벌이 부부의 양육 스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련 변인 탐색. 경희대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 김기현·강희경(1997). 양육스트레스 척도의 개발. 대한가정학회지, 35(5), 141-150.
- 김리진·윤종희(2000). 직장보육시설을 이용하는 취업모의 양육스트레스에 관한 생태학적 연구: 만 6세 이하 자녀를 둔 전문직, 사무직 및 생산직 여성을 중심으로. 대한가정학회지, 38(12), 47-58.
- 김문경(2002). 4-6세 자녀를 둔 어머니의 자녀 양육 스트레스에 관한 연구. 상명대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 김미숙(2005). 어머니의 양육 스트레스와 양육 효능감이 양육행동에 미치는 영향: 유아기와 학령기 자녀를 둔 어머니를 대상으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 김민정(2011). 어머니의 양육효능감과 영아의 놀이성과의 관계 연구. 경원대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 김선희(2005). 유아의 탄력성에 대한 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 양육행동의 영향. **유아교육연구**, 25(4), 191-209.
- 김숙명(2012). 긍정심리치료가 우울성향 중학생의 낙관성, 스트레스 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. 경성대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김영신(2004). 부모-영아 놀이유형과 부모의 언어적, 비언어적 행동비교. 덕성여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김인희(2011). 어머니의 양육스트레스 및 양육효능감과 유아정서지능의 관계. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 김은영(2005). 양육스트레스, 양육효능감 및 훈육 방식과 아동의 심리적 적응문제간의 관계에 대한 경로분석. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김은희(2004). 노인의 사회적 지지와 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김진구·정상택(1999). **스트레스**. 서울; 형설출판사.
- 김진영·김정원·전선옥(2009). **개정 영유아를 위한 부모교육**. 서울; 창지사
- 김영주·송연숙(2007). 1세-3세 영유아를 둔 어머니의 양육지식과 양육스트레스. **열린 유아교육 연구**, 12(4) 475-493.
- 김주환·신우열·함정현 (2009). 긍정심리학 관점에서 커뮤니케이션이론 다시 보기. **커뮤니케이션 이론**, 5(1), 86-122.
- 김초록(2010). 자아탄력성과 긍정적 정서가 긍정적 대처에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김현미(2004). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 양육태도와 아동의 사회적 능력간의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구

논문.

김혜성(2001). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스와 자녀에 대한 사회 정서적 투자와의 관계. 경희대학교 대학원 석사학위청구 논문.

김혜진(2003). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 유아의 사회성 발달에 관한 연구. 인하대학교 교육대학원 석사학위청구논문.

김희정(2009). 대학생의 긍정적 정서, 몰입, 삶의 의미가 행복감에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위청구논문.

남유리(1989). 취업주부와 비취업주부의 스트레스 지각에 관한 비교연구: 취업주부는 서울시내 일부 교사를 중심으로. 이화여자대학교 대학원. 석사학위청구논문.

남재희(2004). 어머니의 양육효능감과 양육태도 및 자기조절 능력간의 관계 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위청구논문.

노현숙(2006). 낙관성과 스트레스지각이 갈등해결양식 및 이성 관계 만족도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위청구 논문.

류기자(2006). 영아를 둔 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. 울산대학교 교육대학원 석사학위청구논문.

문혁준(1999). 취업모의 사회 인구학적 특성과 부모 효능감이 자녀양육 태도에 미치는 영향. **대한 가정학회지**, 37(6), 97-107.

문혁준(2005). 취학 전 아동을 둔 어머니의 양육효능감 관련 변인 연구. **아동학회**, 26(5), 139-149.

문태형(2002). 어머니의 사고양식 및 양육효능감과 유아의 사회적 능력과의 관계. **아동학회지**, 23(6), 49-62.

- 문혜련(1998). 어머니의 사회적 지지체계와 양육스트레스에 따른 유아의 사회적 능력. 이화여자대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 민은홍(2008). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육지원과 양육스트레스의 관계. 경원대학교 교육대학원 석사학위청구논문.
- 박성연·케네스 루빈(2008). 걸음마기 아동의 성, 기질 및 어머니의 스트레스가 양육행동에 미치는 영향. **아동학회지**, 29(2), 109-124.
- 박성혜(2003). 유아의 일상적 스트레스에 영향을 미치는 미시체계 변인 탐색. 숙명여자대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 박삼수(2004). 맞벌이 부부의 자녀 양육 스트레스에 관한 연구. 청주대학교 행정대학원 석사학위청구논문.
- 박안나(2003). 스트레스 대처훈련이 아동의 일상적 생활 스트레스 감소와 스트레스 대처행동에 미치는 효과. 경북대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 박현주(2010). 자아탄력성이 내재화 및 외현화 문제에 미치는 영향: 인지적 정서조절과 긍정 및 부정정서의 매개효과. 연세대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 박정희·장영애(2003). 도시지역과 농촌지역 어머니의 자녀양육 스트레스에 대한 관련변인 연구. **대한가정학회지**, 41(3), 31-44.
- 배전호(2010). 양육효능감, 자기효능감, 자기조절감, 우울이 자녀의 생활만족도에 미치는 영향. 삼육대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 서희(2012). 어머니의 영아에 대한 애착수준 및 양육효능감이 영아발달에 미치는 영향. 경희대학교 교육대학원 석사학위청구논문.
- 손금분(2011). 어머니의 양육효능감과 양육행동이 모자간의 애착안정성에 미치는 영향. 충북대학교 교육대학원 석사학위청구논문.
- 송미혜(2006). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지와

- 양육효능감과 의 관계. 울산대학교 교육대학원 석사학위 청구 논문.
- 송연숙·김영주(2007). 양육신념에 따른 어머니의 양육스트레스, 사회적 지지, 양육효능감 연구. **아동교육**, 16(4), 107-117.
- 송현주(2008). 정서와 정치 커뮤니케이션 연구. **커뮤니케이션 이론**, 4(1), 32-76.
- 시미희(2010). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 비합리적 신념과의 관계. 부경대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 신숙재(1997). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 부모 효능감이 양육 행동에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위 청구논문.
- 안소현(2008). 뇌성마비유아 어머니의 양육스트레스, 정서표현성 및 양육 행동과 뇌성마비 유아의 정서적 부적응 행동과의 관계. 이화여자 대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 안지영(2001). 2-3세 자녀를 둔 어머니의 양육신념 효능감 및 스트레스가 양육행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 양미선(2000). 영아기 자녀를 둔 어머니의 산후 우울과 양육 스트레스와의 관계. 경희대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 엄지원(2011). 한국 영아 어머니의 양육스트레스 예측 변인: 사회 인구학적 특성, 어머니의 심리적 특성, 부부관련 특성, 사회적 지지를 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 유상애(2008). 미술치료가 아동의 행복감에 미치는 효과: 긍정적 정서와 부정적 정서 표현을 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 유우영(1998). 유아의 사회적 적응에 영향을 미치는 양육관련변인의 인간관

- 계. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 윤운성(1998). **영아.유아.아동 발달심리**. 서울: 교육아카데미.
- 이경하(2009). 어머니의 양육지식, 양육스트레스, 양육효능감이 영아발달에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이상만(2004). 취업모와 비취업모의 양육스트레스 차이에 관한 연구. 고려대학교 인문정보대학원 석사학위청구논문.
- 이수진(2011). 영아에 대한 어머니의 애착수준 및 어머니의 양육효능감이 영아발달에 미치는 영향. 경희대학교 교육대학원 석사학위청구논문.
- 이 숙(1988). 자녀가 지각한 부모의 양육태도 및 이에 영향을 주는 요인. 이화여자대학교 대학원. 박사학위청구논문.
- 이영미(2011). 유아의 일상생활, 자녀양육과 어머니 양육효능감에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 이영환 · 오미연(2006). 아버지와 어머니의 부모 효능감, 양육지식 및 민감성의 비교연구. **한국가정과학회지**, 9(3), 47-62.
- 이은경(2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이정순(2003). 아버지의 양육참여와 어머니의 양육스트레스에 대한 연구. **한국유아교육학회**. 23(3). 5-19.
- 이종목 · 이계윤 · 김광운(2003). **스트레스를 넘어 건강한 삶 가꾸기**. 서울: 학지사.
- 이태훈(2005). 긍정정서함양이 자아존중감, 스트레스 및 우울에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위청구논문.
- 이현수(2008). **긍정적 심리학**. 서울: 시그마프레스.
- 이현수(2011). **아동 및 영유아의 웰빙 발달심리학**. 서울: 대왕사.

- 임혜진(2005). 긍정정서(기쁨)와 부정정서(공포)를 느낄 때의 안면근육반응의 특징: 초등학생을 중심으로. 충남대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 장현주(2009). 미혼어머니의 생활만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 숭실대학교 사회복지대학원 석사학위 청구논문.
- 장희정(2005). 체벌에 대한 신념과 양육 스트레스가 체벌 행동을 매개로 아동 부적응에 미치는 영향: 모의 양육 효능감 중재를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정옥분 · 정순화 · 임정하(2007). **정서발달과 정서지능**. 서울: 학지사.
- 전은영(2004). 어머니의 양육신념 및 양육 효능감에 따른 유아의 자아개념과의 차이. 성신여자대학교 석사학위 청구논문.
- 조미숙(2010). 어머니의 양육효능감이 유아의 정서지능 및 자아개념에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조영숙(2008). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감, 양육행동과 유아의 자기조절능력간의 관련성 탐색. 성균관대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 조인경(2004). 어머니의 인식, 양육효능감, 유아의 인지 능력, 공유하는 정서와 어머니의 유관조절행동과의 관계. 이화여자대학교 박사학위 청구논문. 한국교원대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조윤정(2010). 청소년의 긍정적 사고가 성취동기와 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 한국교원대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조은향(2008). 삶의 의미추구와 의미발견의 관계에서 긍정 및 부정정서와 자아탄력성의 매개효과검증. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조하나(2002). 낙관성 수준에 따른 우호 적대상황에서의 대인관계도식차이.

- 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 차삼숙(2005). 유아기 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스에 관한 연구. 가톨릭대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 최윤경(2011). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 교육신념과의 관계: 충청남도 H지역을 중심으로. 경희대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 최형성(2002). 어머니의 사회적 지원 및 스트레스와 아동의 기질이 어머니의 양육 효능감에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 최형성 · 정옥분(2001). 어머니의 양육효능감 척도의 개발. 아동학회지, 22(3), 1-15.
- 최혜경(2005). 유아의 부모의 양육태도가 유아의 일상스트레스에 미치는 영향. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 하지영·서소정(2010). 영아의 기질과 발달수준 및 어머니의 양육특성 변인이 양육효능감에 미치는 영향. 한국아동학회, 31(2), 151-168.
- 하지영·서소정(2010). 영아기 기질과 발달수준 및 어머니의 양육특성변인인 양육효능감에 미치는 영향. 아동학회지, 13(2), 151-168.
- 황준식(1997). 가족스트레스와 질병과의 관계. 서울 : 한국건강가족운동본부 : 대한신심스트레스학회.
- 황지영(2011). 학생이 지각하는 교사신뢰, 자기효능감 및 자아존중감이 정서에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 황희숙 · 이희영 · 이경화 · 이정화 · 신경숙 · 윤경미 · 강승희 · 윤소정 · 황순영(2008). 아동발달과 교육. 서울: 학지사.

- 허현숙(2009). 초등학생들의 긍정정서에 영향을 주는 심리적 특성 탐색. 경희대학교 교육대학원. 석사학위 청구논문.
- Abidin, R. R.(1990). Introduction to the special issue: the stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 298-301.
- Abidin, R. R. (1990). Parenting Stress Index Short Form(PSI/SF). Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy: Mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-215
- Bandura, A. (1983). Perceived self-efficacy in cognitive development functioning. *Educational Psychologist*, 28(2). 117-148
- Bandura, A. (1986). Social foundation of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc
- Bandura, A. (1997). self-efficacy: The exercise of control. *American Psychologist*, 122-127.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A.(1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Belsy, J. (1984). The determinants of parenting: A process approach. *Child Development*, 55, 85-96.
- Berk. L. E. (2002). Infants and Children: Prenatal Through Middle Children. MA: Allyn & Bacon.
- Block, J, H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and

- ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins(Ed.). *Minnesota Symposia on Child Psychology*, 13(2), 39-101. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bugental, D. B., Blue, J., & Cruzcosa, M. (1989). Perceived control over caregiving outcomes: Implications for child abuse. *Developmental Psychology*, 25, 532-539.
- Burns, A., Brown, J., Sachs-Ericsson, N., Ashby Plant, E., Thomas Curtis, J., Fredrickson, B., et al. (2008). Upward spirals of positive emotion and coping: Replication, extension, and initial exploration of neurochemical substrates. *Personality and Individual Differences*, 44(2), 360-370.
- Carnevale, P. J. D., & Isen, A. M. (1986).The influence of positive affect and visual access on the discovery of integrative solutions in bilateral negotiation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 37, 1-13.
- Coleman, P. K., & Karraer, K. H. (1997). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18, 47-85.
- Coleman, P. K., & Karraer, K. H. (2003). Maternal self-efficacy beliefs, competence in parenting, and toddler's behavior and developmental status. *infant Mental health Uournal*, 24(2), 126-148.
- Csiszentmihalyi, M. (2000) *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass, 159, 164, 171.
- Deater-Decard, ., & Scarr, S. (1996). Parenting stress among

- dual-earner mothers and fathers: Are there gender difference? *Journal of Family Psychology*, 10, 45-59.
- Estrada, C. A., Isen, A. M., & Young, M. J. (1997). Positive affect facilitates integration of information and decrease anchoring in reasoning among physicians. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 72, 117-135.
- Folkman, S., & Mosowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55, 647-654.
- Fredrickson, B. L., (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Fredrickson, B. L.,(1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion*, 12(2), 191-220.
- Fredricson, B., et al. (2008). Upward spirals of positive emotion and coping: Replication, extension, and initial exploration of neuro chemical substrates. *Personality and Individual Differences*, 44(2), 360-370.
- Fredricson, B. L., (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.
- Fredricson, B. L., & Losada, M. (2005). Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing. *American Psychologist*, 60(7), 678-686.
- Goldstein, H. S. (1984). Parental composition, supervision, and conduct problems in youths 12-17 years old. *Journal of the*

- American Academy of Child Psychiatry*, 23, 679-784.
- Gross, D., Rocissano, L., & Roncoli, M. (1989). Maternal confidence during toddlerhood: Comparing preterm and fullterm groups. *Research in Nursing & Health*, 12, 1-9.
- Grolnick, Wendy S, Seal, Kathy, 그롤닉, 웬디 S, 실, 캐시(2011). **양육 딜레마**(전은진 역). 서울: 글담출판사.
- Hess, C. R., Teti, D. M., & Hussey Gardner, B. (2004). Self-efficacy and parenting of high-risk infants: The moderation role of parent knowledge of infant development. *Journal of Applied Development Psychology*, 25, 423-437.
- Johnston, C., & Mash, E. J., (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy, *Journal of Clinical Child Psychology*, 18(2), 167-175.
- Martin E. P. Seligman(2009). **긍정심리학**(김인자 역). 서울: 물푸레.
- Mondell, S., & tyler, F. B. (1981). Parental competence and styles of problem-solving/play behavior with children, *Developmental Psychology*, 17, 73-78.
- Scheier M., F. & Carver, C. S. (1987), Dispositional optimism and psychological well-being: the influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.
- Seligman, M. E. P. (2000). Positive Psychology. *Lowes of life Symposia Series*, 2, 415-430.
- Shaver, J., Schwartz, D., & O'conner, C. (1987). Emotion Knowledge: Further exploration of a prototype approach. *Journal of*

Personality and Social Psychology, 52, 1061-1086.

Snyder, J. (1991). Discipline as a mediator of the impact of stress and mood on child conduct problems. *Developmental Psychology*, 3, 263-276.



어머니용 질문지

어머니께

안녕하십니까?

저는 부경대학교 일반대학원에서 석사학위 논문을 준비하고 있는 유아교육 전공자 최 란입니다.

본 질문지는 석사 논문의 자료 수집을 위해 제작된 것으로 영아기 자녀를 둔 어머니의 긍정정서가 양육에 대한 자신감 및 스트레스에 어떤 영향을 미치는지 조사하여 자녀양육에 도움을 드리고자 연구하는 자료입니다. 각 질문에 대한 응답에는 정답이 없으며, 응답하신 사항들은 본 논문에 매우 중요한 자료가 될 것입니다. 또한 이 설문지 조사결과는 연구목적만을 위해서만 사용하게 될 것입니다.

설문지 응답에 소요되는 시간은 10-15분 정도이며 모든 문항에 빠짐없이 응답해 주셔야만 연구에 도움이 되오니 빠짐없이 응답해 주시기를 부탁드립니다.

설문을 위해 귀중한 시간을 내어 주셔서 감사합니다.

2012년 2월

부경대학교 일반대학원 유아교육전공

지도교수 : 이 정 화

연구자 : 최 란

simile64@hanmail.net

♣ 일반사항

※ 다음은 어머니의 일반적인 사항입니다. 각 문항을 읽으시고 한 문항도 빠짐 없이 표시(○, √)하시거나 빈칸에 기입하시면 감사하겠습니다.

1. 어머니의 연령은 어떻게 되십니까?

- ① 25~30세 ② 30~35세 ③ 36~40세 ④ 40~45세 ⑤ 46세 이상

2. 어머니의 최종 학력은 어떻게 되십니까?

- ① 고졸 ② 전문대 ③ 대졸 ④ 대학원 이상

3. 어머니의 직업은 무엇입니까?

- ① 판매서비스직
② 단순노무 또는 생산직(생산직 노동자, 가내수공업)
③ 사무직(회사원, 은행원, 일반 공무원 등)
④ 관리직(기업체 간부, 고급 공무원 등)
⑤ 전문직(간호사, 교사, 교수, 의사, 변호사, 언론인, 약사, 연구원 등)
⑥ 자영업
⑦ 전업주부
⑧ 기타(직접 적어주세요 :)

4. 요즘 어머니의 가정의 총 수입은 월 평균 얼마입니까?

- ① 100만원 미만 ② 101만원~200만원
③ 대졸 201만원~300만원 ④ 301만원~400만원
⑤ 401만원~500만원 ⑥ 501만원 이상

♣ 양육효능감

※ 다음은 어머니로서 어떻게 생각하는지 알고자 하는 것입니다. 어머니의 생각이나 느낌을 가장 잘 표현하는 칸에 표시(○, √)해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 아이의 연령과 발달에 어떤 장난감이 적절한지 알고 있다.	1	2	3	4	5
2. 나는 아이의 언어발달을 격려하는 방법을 알고 발달을 도울 수 있다.	1	2	3	4	5
3. 나는 내 아이와 그 또래의 아이들이 공통적으로 무서워하는 것이 무엇인지 알고 있다.	1	2	3	4	5
4. 나는 여러 가지 활동(예: 손가락 사용, 블록 쌓기 등)을 통해 내 아이의 소 근육 및 손 협응 동작의 발달을 도울 수 있다.	1	2	3	4	5
5. 나는 여러 가지 활동(예: 걷기, 오르기 등)을 통해 내 아이의 대 근육 및 신체 협응 동작의 발달을 도울 수 있다.	1	2	3	4	5
6. 나는 아이에게 화장실 훈련(대소변 가리기 혹은 화장실 사용방법)을 할 수 있다.	1	2	3	4	5
7. 나는 식사기술(음식물과 식사도구 포함)의 발달을 이해하고 발달을 도울 수 있다.	1	2	3	4	5
8. 나는 아이가 어떤 상황에서 화를 내는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
9. 나는 아이가 충분히 놀고 탐색하도록 집을 안전하게 배치하고 만들 수 있다.	1	2	3	4	5

10. 나는 아이가 주로 어떤 상황에서 즐거워하는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
11. 나는 아이가 새로운 장난감을 좋아할지 또는 안 좋아할지 예측할 수 있다.	1	2	3	4	5
12. 나는 아이가 울거나 짜증을 낼 때 그 이유와 상황에 따라 다른 의미를 파악할 수 있다(예를 들어 피로, 배고픔, 두려움, 지루함, 좌절 등)	1	2	3	4	5
13. 나와 아이 둘 다 즐거워하는 활동에 자녀를 참여시킬 수 있다.	1	2	3	4	5
14. 나는 아이가 언제 나의 애정을 원하는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
15. 나는 아이에게 애정표현을 하는 것이 자연스럽게 편안하다.	1	2	3	4	5
16. 나는 아이가 미소 짓거나 웃도록 하는 방법을 알고 있다.	1	2	3	4	5
17. 나는 아이가 새로운 물건에 호기심을 갖도록 격려하고 흥미를 발전시킬 수 있다.	1	2	3	4	5
18. 나는 아이가 좋아하는 장난감과 놀이를 알고 있다.	1	2	3	4	5
19. 나는 아이가 다른 아이와 함께 놀도록 도와줄 수 있다.	1	2	3	4	5
20. 나는 아이가 새로운 상황(예: 새로운 돌봐주는 사람, 어린이집이나 놀이방에 가기, 휴가 등)에 적응하도록 도울 수 있다.	1	2	3	4	5

21. 나는 아이의 해서는 안 될 행동(예: 책 찢기, 중요한 물건 망가뜨리기 등의 행동)에 대해 허용범위와 제한선을 두고 있다.	1	2	3	4	5
22. 나는 아이의 교육과 생활지도에 있어 어떤 방식이 효과적인지 알고 있다.	1	2	3	4	5
23. 나는 규칙을 수정해야 할 때와 하지 말아야 할 때를 알고 있다.	1	2	3	4	5
24. 나는 내 아이가 문제행동을 보인 직후 다시 자녀에게 친근하고 우호적인 언어나 행동을 대할 수 있다.	1	2	3	4	5
25. 나의 양육방법이 아이의 버릇을 나쁘게 만드는지 아닌지에 대해 알고 있다.	1	2	3	4	5
26. 나는 아이가 다른 사람에게 하는 공격적인 행동(예: 때리거나 꼬집고 무는 행동)을 잘 다룰 수 있다.	1	2	3	4	5
27. 지역사회에서 나와 아이에게 필요한 지원을 받을 수 있는 서비스나 사람을 찾을 수 있다. 예를 들어 다른 부모나 아이들, 놀이집단, 서비스 기관(복지관 등), 유치원 등	1	2	3	4	5
28. 나는 아이의 매일의 수면스케줄을 알고 있다.	1	2	3	4	5
29. 나는 아이가 힘들어하지 않고 잠을 자게 할 수 있다.	1	2	3	4	5
30. 나는 아이가 자는 동안 잠자리를 지킨다.	1	2	3	4	5

31. 나는 아이가 위험해 보이는 행동을 하려할 때 제한선을 두고 있다. 예를 들어 성냥을 가지고 놀거나 전깃줄이나 가전제품 등	1	2	3	4	5
32. 나는 아이와 떨어져야 하는 상황을 잘 다룰 수 있다. 예를 들어 가게 갈 때, 일하러 갈 때, 볼 일 보러갈 때	1	2	3	4	5
33. 나는 아이가 어떤 음식을 먹고 어떤 음식을 먹지 않는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
34. 나는 아이가 낯선 사람이나 장소에서 어떻게 반응하는지 알고 있다.	1	2	3	4	5
35. 나는 아이가 갖는 문제나 불편함을 어떻게 해결해 주어야 하는지 알고 있다. 예를 들어, 피곤함, 배고픔, 아픔, 두려움, 좌절 등	1	2	3	4	5
36. 나는 집에서 응급상황이 아니 질병에 대해 어떻게 다루어야 하는지 알고 있다. 예를 들어 열, 설사, 작은 상처	1	2	3	4	5

♣ 긍정감정상태(ITAS)

※ 다음은 여러분의 정서 경험에 대한 질문입니다. 어머니께서 지난 한 달 동안 아래에 나오는 단어들을 얼마나 자주 느꼈는지 해당하는 번호에 ○표 해주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 애정	1	2	3	4	5
2. 기쁨	1	2	3	4	5
3. 사랑	1	2	3	4	5
4. 행복감	1	2	3	4	5
5. 마음이 가는	1	2	3	4	5
6. 만족감	1	2	3	4	5
7. 다정함	1	2	3	4	5
8. 자랑스러운	1	2	3	4	5

♣ 생활만족도

※ 아래에 있는 문항을 주의 깊게 읽고, 어머니가 지난 1년간 실제로 어떠했는지에 근거하여 가장 적절하다고 생각되는 숫자에 표시(○, √)해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다.	1	2	3	4	5
2. 나의 삶의 조건들은 매우 훌륭하다.	1	2	3	4	5
3. 나는 나의 삶에 만족한다.	1	2	3	4	5
4. 지금까지 살아오면서 내가 원했던 중요한 것들을 얻었다.	1	2	3	4	5
5. 만약 내가 인생을 다시 산다하더라도, 나는 거의 아무것도 바꾸지 않을 것이다.	1	2	3	4	5

♣ 낙관성

※ 아래에 있는 문항을 주의 깊게 읽고, 어머니가 지난 1년간 실제로 어떠했는지에 근거하여 가장 적절하다고 생각되는 숫자에 표시(○, √)해 주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 불안한 상황에서도, 나는 보통 최선의 결과가 나타나리라고 기대한다.	1	2	3	4	5
2. 나는 쉽게 긴장을 풀 수 있다.	1	2	3	4	5
3. 나에게 앞으로 일어날 어떤 일이 잘못될 것 같다고 생각하면, 그 일은 잘못될 것이다.*	1	2	3	4	5
4. 나는 항상 내 미래에 대해서 낙관적이다.	1	2	3	4	5
5. 나는 친구들과 함께 있는 것을 무척 즐긴다.	1	2	3	4	5
6. 나에게는 바쁘게 지내는 것이 중요하다.	1	2	3	4	5
7. 내 뜻대로 일이 진행되리라고 거의 기대하지 않는다.*	1	2	3	4	5
8. 나는 쉽게 당황하지 않는다.	1	2	3	4	5
9. 나에게 좋은 일이 일어나리라고는 거의 기대하지 않는다.*	1	2	3	4	5
10. 대체로 나에게 나쁜 일보다는 좋은 일이 더 일어날 것이라고 예측한다.	1	2	3	4	5

*는 역 문항임.

♣ 양육 스트레스

※ 다음은 어머니들이 아이를 키우면서 일상생활에서 일어 날 수 있는 일들입니다. 이러한 일들이 얼마나 자주 발생하는지, 그 때문에 얼마나 스트레스를 느끼시는지, 해당되는 곳에 ○표를 해 주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 아이가 장난감이나 음식물을 어지럽힌 것을 계속 치워야 한다.	1	2	3	4	5
2. 내 아이는 칭얼거리고 투덜거리고 불평한다.	1	2	3	4	5
3. 내 아이는 식성이 까다롭고 반찬 투정한다.	1	2	3	4	5
4. 내가 잔소리하기 전에는 아이는 시키는 대로 잘 하지 않는다.	1	2	3	4	5
5. 아이를 돌봐주는 사람을 구하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
6. 아이 때문에 내가 하고 싶은 일을 못한다.	1	2	3	4	5
7. 아이가 놀아달라고 조른다.	1	2	3	4	5
8. 아이가 잠자리에 들 시간에 자지 않으려고 한다.	1	2	3	4	5
9. 아이가 계속 따라 다녀 다른 일을 할 수가 없다.	1	2	3	4	5
10. 아이가 어디에서 뭘 하는지 계속 주의를 기울여야 한다.	1	2	3	4	5
11. 아이 때문에 어른들이 방해를 받는다.	1	2	3	4	5
12. 아이로 인해 느닷없이 내 계획을 바꿀 때가 있다.	1	2	3	4	5

13. 아이가 옷을 자주 더럽힌다.	1	2	3	4	5
14. 슈퍼마켓이나 식당 등 공공장소에서 아이를 다루기가 힘이 든다.	1	2	3	4	5
15. 외출할 때 제 시간에 집을 나서기 위해 아이를 준비시키려면 어렵다.	1	2	3	4	5
16. 아이를 두고 나가거나 할 때 아이가 잘 떨어지려 하지 않는다.	1	2	3	4	5
17. 아이가 친구들과 잘 지내지 못한다(싸우거나 외톨이거나.....)	1	2	3	4	5
18. 아이의 요구를 들어주기 위해 할 일이 많다.	1	2	3	4	5

※ 끝까지 작성해 주셔서 감사합니다. 빠진 문항이 없는지 다시, 한번 체크해 주십시오.

