



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](#)

교육학 석사 학위 논문

유아 어머니가 지각한 양육효능감과  
사회적 지지가 부모소진에 미치는  
영향



2022년 8월

부경대학교 대학원

유아교육학과

남 지 혜

교육학석사학위논문

유아 어머니가 지각한 양육효능감과  
사회적 지지가 부모소진에 미치는  
영향

지도교수 이희영

이 논문을 교육학석사 학위논문으로 제출함.

2022년 8월

부경대학교 대학원

유아교육학과

남지혜

남지혜의 교육학석사 학위논문을

인준함.



주심 교육학박사 황희숙 (인)

위원 교육학박사 이경화 (인)

위원 철학박사 이희영 (인)

# 목 차

## I. 서론 .....1

- 1. 연구의 필요성 및 목적 .....1
- 2. 연구 문제 .....5
- 3. 용어 정의 .....5

## II. 이론적 배경 .....7

- 1. 부모소진 .....7
- 2. 양육 효능감 .....10
- 3. 사회적 지지 .....14
- 4. 양육 효능감과 사회적 지지 및 부모 소진과의 관계.....18

## III. 연구 방법 ..... 26

- 1. 연구대상 .....27
- 2. 연구도구 .....28
- 3. 연구절차 .....32
- 4. 자료분석 .....33

IV. 연구 결과 .....30

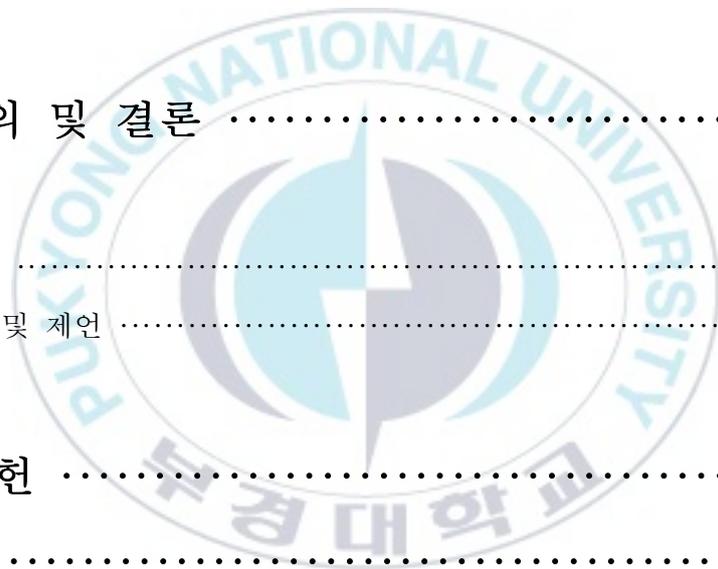
1. 유아 어머니의 양육스트레스, 사회적 지지,  
부모소진의 일반적 경향성 .....30
2. 유아어머니의 양육효능감이 부모소진에 미치는 영향 .....32
3. 유아 어머니의 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향 .....34

V. 논의 및 결론 .....37

1. 논의 .....37
2. 결론 및 제언 .....41

참고문헌 .....42

부록 .....52



Influence of parenting efficacy and social support perceived by mothers  
with preschoolers on parental burnout.

Nam Ji Hye

*Department of Early Childhood Education*

*Pukyong National University*

### **Abstract**

The objective of this study was to analyze the effects of parenting efficacy and social support of mothers with preschoolers on parental burnout. The research questions were as follows:

<Research Question 1> What is the effect of parenting efficacy on parental burnout?

<Research Question 2> What is the effect of social support on parental burnout?

To solve these research questions, a survey research was conducted with 250 infant mothers that enrolled in private kindergartens in Busan. The research instruments used in order to measure the parenting efficacy were POSOC which had been modified and supplemented by Sin Sook-jae (1997), and the index of Park Dong-sook (2019) which had been modified and supplemented index developed by Park Ji-won (1985), was used to measure social support. To measure parent burnout, this researcher used index that modified to suit parents. The data collected in this study were analyzed using the SPSS 25.0 in the following manner.

Pearson's integral correlation analysis was performed for the relationship between variables, and multiple regression analysis was performed. Before

performing multiple regression analysis, the Durbin-Watson value was confirmed to confirm the independence of the residuals, and next, the VIF value was confirmed to confirm whether there was multicollinearity.

The results were as follows.

First, in the relationship between parenting efficacy, social support, and parental burnout of infant mothers, a positive relationship in which social support increases can be seen. However, as parenting efficacy and social support increase, it shows a negative correlation that decreases parental exhaustion.

Second, it can be seen that the anxiety and frustration felt by infant mothers in raising their children can be resolved through the improvement of parenting efficacy. However, it can be seen that lower parenting efficacy leads to parental exhaustion. These points were meaningful in that they could be basic data for parent education in the future.

Third, it can be seen that evaluation support among the sub-variables of social support has a significant effect on parental exhaustion. In particular, it can be seen that it does not show the moderating effect of parental exhaustion of evaluative support, which is a specific sub-variable of social support.

There is a lack of research on parental exhaustion in domestic studies, so practical comparative analysis is impossible. However, basic research results could be obtained through comparative analysis of teacher efficacy and psychological burnout, which are similar concepts. Based on these research results, it is expected to be used as additional research data to draw conclusive conclusions.

# I. 서론

## 1. 연구의 목적 및 필요성

우리 사회가 당면한 가장 심각한 문제 중 하나인 저 출산은 고령화와 더불어 고도의 산업사회 및 지식정보사회로 진입하는 국가가 공통적으로 겪는 현상이자 해결해야 할 중요한 사회문제이다. 우리나라의 출산율은 1971년 4.54명을 정점으로 1983년 2.06명으로 수치가 떨어진 이후 1.178명을 기록한 2002년을 기점으로 19년간 저 출산 현상이 지속적으로 진행되고 있다. 저 출산 문제의 원인은 다양하나, 결혼과 출산 후 여성의 경력단절과 여러 환경적 요인으로 발생하는 양육 스트레스가 대표적인 원인으로 지적되고 있다.

양육 스트레스란 부모의 역할을 수행하는 과정에서 아버지와 어머니가 경험하는 스트레스로 일시적 혹은 순간적으로 발생하는 근심, 걱정이 아니라 지속적으로 유지되는 일상적 스트레스 상태를 말한다(박진성, 신현정, 박애순, 2008). 양육 스트레스는 어머니의 심리적 안전감에 방해가 될 뿐만 아니라 자녀에 대한 태도, 자녀와의 상호작용에도 부정적인 영향을 미치기 때문에 자녀와 부모 모두에게 장·단기적으로 부정적인 결과를 초래한다(이정숙·두정일, 2008). 또한 양육스트레스는 양육행동의 변화뿐만 아니라 유아학대를 유발할 가능성도 있으며, 심지어 이로 인해 아동에게 정서적으로 수용할 수 없는 명령과 비난을 가함으로써 부모·자녀의 정상적인 관계가 손상되는 사태를 초래하기도 한다(박영준·성효정, 2014; 김성자, 2012). 이처럼 양육 스트레스는 우리사회의 심각한 저 출산 현상의 원인이 될 뿐

만 아니라 자녀 출생 후에도 부모의 양육태도나 양육행동을 통해 가족기능과 부모 및 자녀의 정신적 건강을 위협할 수 있다(권정미·박영준, 2014).

이러한 양육 스트레스가 만성적으로 지속되면서 누적되면 부모소진으로 연결될 수 있다. 부모소진은 양육이라는 특정 맥락에서 발생한 스트레스에 관한 것으로, 양육 과정에서 요구되는 부모역할과 이 과정에서 경험하는 양육 스트레스를 성공적으로 다루기 위해 필요한 자원이 만성적으로 불균형을 이루어 발생하는 증후군으로 설명된다(Mikolajczak & Roskam, 2018). 즉, 부모소진은 일상적으로 부모가 자녀를 양육하면서 보람, 만족감, 기쁨 등을 느끼기도 하지만, 심리적·경제적 부담과 신체적 피로감을 느끼며 개인 생활과 여가 활용의 기회가 제약됨에 따라 나타나게 되는 만성적인 스트레스를 말한다. 부모에게 나타나는 소진은 부모자신의 양육태도 뿐만 아니라 자녀들의 양육과도 연결되기 때문에 중요하다(한은아 외, 2011).

그동안 소진을 주제로 한 많은 연구가 수행되었으며 연구는 주로 간호사, 교사 등을 포함한 감정노동 종사자들을 대상으로 하였으나(배현민·최지영, 2021; 한승후·김희숙, 2015), 최근 들어 학업소진과 부모소진으로 연구 범위가 확대되고 있다. 본 연구는 이 중 부모소진과 관련된다.

모든 부모들이 자녀를 양육하는데 있어서 여러 요인들로 인해 스트레스 환경에 노출되어 있다. 이러한 스트레스가 적절하게 관리되지 않고 만성화될 경우 앞서 언급한 부모의 소진으로 이어질 수 있다. 하지만 양육 스트레스를 경험하는 모든 부모가 소진을 경험하는 것은 아니다. 다시 말하면, 동일하게 어려운 양육 환경에 처해 있음에도 불구하고 어떤 부모는 자녀를 양육함에 있어서 적응적인 태도를 유지할 수 있다는 것이다.

그러면 왜 이러한 차이가 발생하는가? 이는 부정적인 양육 환경의 위협으로부터 개인을 지켜주는 다양한 보호요인에 대한 개인차가 존재하기 때문이다(박현선, 1998). 보호요인은 크게 개인적 요인과 사회적 요인으로 구

분할 수 있다. 직업 유형에 따라 영향을 미치는 보호요인에도 차이가 존재하지만, 개인적 요인으로 효능감이 많이 언급되어져 왔다. 관련 연구로 윤수정과 김현미(2021)는 보육교사를 대상으로 하여 심리적 소진을 야기하는 스트레스 상황에서 보육교사의 자기효능감에 따라 각자가 경험하는 소진의 정도가 달라짐을 밝혔다. 즉, 보육교사의 자기효능감은 직무에서 오는 스트레스를 유연하게 받아들이며 문제해결력을 높여 직무에 만족감을 높여주면서 교사 역할 수행에서 오는 소진의 정도를 조절하는 역할을 한다는 것이다. 자기효능감과 더불어 교사 효능감 또한 소진의 중요한 보호요인임이 많은 연구(예; 송소원 외, 2010; 이경화 외, 2011)를 통해 밝혀졌다. 하지만 효능감의 한 유형인 양육효능감이 소진의 한 유형인 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 연구를 찾아보기 어렵다.

양육효능감은 유아의 심리·사회적 적응과 인지능력 등을 포함한 유아의 전반적인 발달에 영향을 미친다는 점에서 최근 많은 관심을 받고 있다(최형성, 2005; Coleman & Karraker, 1998; Dumka, et al, 1996; Johnston & Mash, 1989). 양육효능감이란 아동의 적절한 발달과 관련된 가치 있는 행동을 수행하는 부모의 능력에 대한 믿음과 부모로서 유능하고 효과적으로 수행할 수 있는 정도에 대한 부모의 기대와 효율적으로 양육의 과업을 완수하는 능력에 대한 부모의 믿음을 말한다(홍정아, 2010). 부모의 양육효능감이 높을수록 자녀와의 상호작용에 용이하며 상대적으로 부모의 양육효능감이 낮을수록 자녀를 대하는 태도로 인해 자녀에게 부정적 영향을 끼친다. 특히 자녀양육으로 인한 심리적·신체적 피로감은 부모의 정체감 상실의 위기를 초래하기도 한다(Webster-Stratton, 1998). 따라서 양육효능감은 양육의 질을 결정하는 중요한 역할을 한다(정계숙·김미정·하은실, 2012). 이런 점에서 양육효능감이 부모소진에 미치는 영향을 살펴보는 것은 중요한 의미를 가질 것으로 보인다. 자기효능감이나 교사효능감이 심리적 소진에

미치는 영향에 관한 연구 결과에 근거해 볼 때 양육효능감은 부모소진의 보호요인으로 작용할 것으로 보인다.

한편, 사회적 지지는 개인 외 변인의 대표적인 보호 요인 중 하나로 많은 연구의 대상이 되어왔다. 사회적 지지란 한 개인을 둘러싸고 있는 친척, 가족, 이웃, 동료, 상사, 친척, 전문가 등 대인관계로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적인 도움과 자원을 말한다(박지원, 1985). 사회적 지지는 정보적 지지, 정서적 지지, 물질적 지지, 평가적 지지로 구분되는데, 정보적 지지는 ‘개인의 문제에 이용할 수 있는 정보를 제공하는 것’, 정서적 지지는 ‘존경, 애정, 신뢰, 관심의 행동’에 관련된 요인이며, 물질적 지지는 ‘시간, 돈, 물건, 노동 등을 제공하는 것’, 평가적 지지는 ‘인정, 칭찬, 존중’ 등과 관련된 요인을 말한다.

사회적 지지가 연구자들의 주목을 받는 이유는 사회적 지지가 스트레스 요인과 상호작용할 때 완충 효과를 가지기 때문이다(배은정, 2012). 스트레스 상황에서 사회적 지지가 제공되면 개인에게 부족한 자원이 보충됨으로써 스트레스 상황을 해결하는 데 도움이 되고, 그 결과 스트레스 상황의 부정적 영향이 감소되는 것이다. 이처럼 사회적 지지는 대인관계 시 상대로부터 얻는 긍정적 자원으로 개인의 심리적 적응을 뒷받침하고, 직면한 문제를 해결하는 능력 등을 강화시키는 보호적 성격이 매우 강하다(이형순·박성희, 2019). 또한 유경숙(2020)은 유아교사를 대상으로 하여 사회적 지지가 소진에 부적 영향을 미침을 밝혔다. 이 외에도 많은 연구(예; 박성호, 2001; 서은희, 2002; 엄소형, 2014)가 사회적 지지를 통해 소진을 낮추는 효과가 있음을 밝혔다. 이러한 선행 연구에 기초해 볼 때 부모들 또한 자신을 지원해 주는 자원이 존재하고, 긍정적인 피드백을 받게 된다면 소진을 줄일 수 있을 것이다. 하지만 현재까지 사회적 지지가 부모 소진에 미치는 영향에 대해서는 알려진 바가 없다.

이상의 내용에 근거해서 본 연구에서는 최근 많은 관심을 받고 있는 부모 소진의 보호요인으로 작용할 것으로 예상되는 양육효능감과 사회적 지지의 영향을 살펴보고자 한다. 본 연구의 결과는 부모가 겪고 있는 양육 스트레스가 소진으로 연결되지 않도록 보호해 줄 수 있는 요인을 밝힘으로써 향후 부모 상담이나 부모 교육 프로그램 개발에 유용한 정보를 제공해 줄 수 있을 것으로 기대된다.

## 2. 연구문제

연구 필요성과 연구목적을 실현하기 위하여 아래와 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 양육효능감이 부모소진에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 2. 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향은 어떠한가?

## 3. 용어의 정의

### 가. 부모 소진

부모 소진(Parents Burnout)은 자녀 및 가족의 강한 욕구를 충족시키기 위한 노력으로부터 신체적 정서적으로 지친 것을 말한다(Procaccini &

Kiefaber, 1983). 다시 말해서 부모소진은 부모가 실망하고 지나친 약속으로 속박하며 대처할 수 없는 것들이 증가하면서 부모로서의 어려운 모든 일들에 의하여 그들의 에너지를 회복할 수 없음을 느낄 때 일어난다는 것을 말한다(McCarthy, 2007). 본 연구에서는 부모소진에 대해 우리나라 실정에 맞게 사용된 한은아(2010)의 부모소진 척도를 통해 얻은 점수를 의미한다.

#### 나. 양육 효능감

양육효능감은 부모 자신이 자녀를 양육하는데 있어서 성공적으로 부모 역할을 할 수 있다고 믿는 유능감이다(Johnston & Mash, 1990). 본 연구에서는 양육효능감에 대해 우리나라 실정에 맞게 사용된 황현주(2020)의 ‘양육 효능감’ 척도를 사용해 측정된 점수를 의미한다.

#### 다. 사회적지지

본 연구에서 사회적 지지는 자녀를 양육하는 어머니가 타인과의 상호작용으로부터 받는 긍정적 도움으로 물질적, 정보적, 평가적, 정서적 지지를 모두 포함한다. 즉, 사회적 지지는 사회적 네트워크에서 관계를 맺으며 살아가는 인간에게 신체적, 물질적, 정신적 욕구를 충족시키는 행위를 의미한다. 본 연구에서는 선행연구에서 널리 사용되었던 박지원(1989)의 사회적 지지 척도를 통해 얻은 점수를 의미한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 부모소진

#### 가. 소진의 정의

1974년 Freudenberger의 논문에서 소진을 언급하면서 소진에 대한 연구가 시작되었다. 그는 소진(Burnout)에 대해 직무에서 기대했던 성과나 보상이 없어 좌절감을 겪은 상태로 정의하였다. 이것은 자신이 가지고 있는 열정과 에너지가 소각된 상태를 말하며 스트레스에 의한 정신·기력의 쇠약, 기력이 소진됨을 의미한다. Maslach(1982)의 정서적 고갈(Emotional Exhaustion), 비인간화(Depersonalization), 개인적 성취감의 결여(Reduced Personal Accomplishment)에 대한 주장과 Corey(2002)의 반복적인 압력의 결과로 발생하는 신체적·정서적·정신적 피로상태를 모두를 소진이라 정의하였다. 또한 Maslach와 Jackson(1981)은 타인과 교류로 발생하는 관계적인 사람들 사이에서 나타나는 정서적 탈진과 냉소 증상이라 설명한다.

한편 Cherniss(1980) 소진의 발전적 과정을 3단계로 기술된 것을 보면 첫 단계에서는 자원과 욕구 간의 불균형 상태의 스트레스가 나타나고, 둘째 단계는 즉각적인 감정의 반응인 기장 단계로 불균형 상태에 대한 불안, 긴장, 피로, 감정의 고갈로 나타난다. 마지막 단계로는 대처기제로 자신의 욕구를 충족시키기 위해 클라이언트에게 무관심하거나 냉소적이고 경직된 반응을 보이게 된다. 이러한 과정은 에너지가 고갈되면서

하나의 최악한 심리적 상태가 된다. 이어서 불만과 부정적 생각의 증대, 일에 대한 비효율성과 같은 부정적 결과를 가져온다.

위와 같은 개념들을 토대로 소진에 대해 종합해보면 육체적·정신적으로 매우 지치고 고갈된 상태를 나타내며 이로 인해 개인의 생활에 부정적 영향을 끼쳐 자신과 관련된 일에 대해 무능감과 연결이 되어 좋지 못한 결과로 이어진다.

과거부터 현재까지 소진과 관련된 연구들은 꾸준히 국내에서 진행되어 왔다. 하지만 부모소진과 관련된 연구보다는 대부분이 직무와 관련되어 있는 소진으로만 구성되어있었다. 이러한 점들을 미루어 보았을 때 국내 연구에서는 어머니의 양육행동과 소진간의 관련성을 제시한 장성오와 김용미(2011)의 연구를 제외하고는 유아기 자녀를 둔 어머니를 대상으로 한 연구는 없으며 양육불안, 양육부담, 우울, 스트레스, 심리적 안녕등 유사한 맥락의 심리적 변인들에 대한 연구결과를 통해 어머니의 양육소진에 대해 살펴볼 필요가 있다(최은아, 고희선, 2016).

#### **나. 양육스트레스와 부모소진과의 관계**

국내에서는 대부분은 직무스트레스와 학업과 관련된 심리적 소진과 관련된 연구들이 이루어 졌으며 부모 소진과 관련된 선행연구들이 활발히 이루어지지 않았다. 부모 소진도 일종의 심리적 소진의 한 형태이며 직무와 학업스트레스로 발생하는 소진도 같은 형태이기 때문에 직무스트레스를 통해 부모소진을 알아볼 필요가 있는 것이다.

최근 몇 년간 주목 받아온 직무와 학업스트레스에 연구들을 보면 직장인들은 동료와 상사와의 갈등으로 발생하는 무기력감 학생들은 학업에 대한 요구로 인해 발생하는 심리적 소진을 경험한다(한은하 2010).

특히 학업스트레스로 인한 소진을 개인적 차원과 환경적 차원에서 구분 지어 볼 수 있듯이 직무스트레스도 맥락을 같이 한다. 직무스트레스는 개인적 차원에서 환경이 주는 개인적 욕구를 채우지 못하는 경우, 환경적면에서는 개인의 능력이상의 직무를 요하는 경우와 상호간의 상충 등 직무환경에서 유발되는 생리적인 불균형 상태가 직무스트레스를 발생 시킨다(이희영, 2007). 특히 교사의 직무스트레스에 관한 대부분의 연구들을 보면 직무스트레스 요인들은 아이들과의 활동, 업무관련, 행정적 지원, 대인관계 경제적 안정, 개인관련 요인 등으로 보고 있다(고미란, 2003; 김남희, 1993; 박순자, 2001; 반영란). 이중 고미란(2003)과 박순자(2001) 연구에서는 교사들의 과다한 업무가 가장 큰 스트레스로 드러났으며, 오히려 교수-학습활동활동으로 인한 스트레스는 후순위로 나타났다. 직무에 불만족하는 직원들은 조직 내의 갈등을 유발하고 이러한 갈등이 해결되지 못했을 때는 직무스트레스 수위가 높아지게 된다(박계영, 2007). 결국 이러한 형태들은 자신의 일을 성공적으로 수행하기 위해 내·외부적 요인으로 발생하는 스트레스로 인해 심리적 소진으로 이어지게 된다. 이러한 점들을 미루어 보았을 때 부모역할을 직무에 대입시켜 보면 양육역시 사람을 상대로 역할을 수행하는 것이라는 맥락에서 비슷함을 알 수 있다.

부모 소진은 양육이라는 특정맥락에서 발생하는 것으로서 신체적·정서적·정신적 피로 상태가 지속적으로 이루어져 정신적 문제로 이어질 수 있어 자녀양육과 밀접한 관계를 맺고 있다(한은아, 2010). 특히, 부모들은 지속적으로 노력했음에도 자녀가 기대에 부응하지 못하면 스스로 부정적 평가를 하게 된다(이가현, 2018). 이러한 태도는 결국 스스로 불행하다고 느끼게 하면서 소진으로 이어지게 된다(Trochim, 1993). McCarthy(2007)에 따르면 가족 간의 관계에서 발생하는 대처할 수 없

는 일들과 일상에서 발생하는 만성적 스트레스에 대해 그들의 에너지를 회복할 수 없을 때 소진이 발생한다고 한다. 여기서 부모소진이라 함은 자녀 및 가족의 강한 욕구를 충족시키기 위한 노력으로부터 신체적·정서적으로 지친 것을 의미하며(Procaccini & Kiefaber, 1983), 스트레스가 오랜 기간 누적되어 신체적·심리적으로 탈진이 된 상태이다(Skovholt, 2001).

한편 최근 Mikolajczak(2020)연구에서 요인분석 결과를 보면 부모소진은 직업소진 및 우울과는 다른 요인으로 분류됨을 확인되었다. 이것은 부모소진이 직업 소진 및 우울로 발생하는 문제로는 설명할 수 없는 방임 및 폭력적 양육방식을 예측한다는 것을 확인할 수 있다. 또한 Brinda(2020)에서도 보면 부모소진의 심각성을 보여주기 위해 생물학적 연구를 실시를 통해 부모소진이 신체 건강에 장기적인 부정적 영향을 미칠 수 있음을 시사했다. 이러한 선행 연구 결과들을 통해 앞으로 부모소진 특성 파악과 변인 관련 연구가 활발히 이루어져야 할 필요성을 확인할 수 있다.

## 2. 부모의 양육 효능감

### 가. 양육 효능감의 정의

Bandura의 ‘자기 효능감(self-efficacy)이론’으로 시작된 양육 효능감은 주어진 과업을 성공적으로 수행하고 당면한 과제를 잘 이해할 수 있는 자기에 대한 기대라고 정의 된다. 즉, 자신이 이루고자 하는 결과를 얻기 위해서 그 상황에 맞게 적합한 행동이나 모습으로 성공적으로 해나

갈 수 있다는 자기 믿음이다. 또한 자기 효능감의 개념은 자신이 이루고자 하는 결과를 얻기 위하여 적합한 행동이나 모습을 성공적으로 할 수 있다는 믿음, 자신에게 주어진 과제나 목표를 잘 처리할 수 있다는 자기 기대이다.

지금까지 양육 효능감에 대한 학자들의 개념은 국내외에서 다양하게 이루어져왔다. 특히 양육 효능감에 대해 명확하게 구분하는데 어려움이 있지만 대체로 양육효능감은 부모역할에 대한 자신감, 혹은 부모 역할에 대한 어려움을 극복하는 능력이 있다는 믿음이라고 정의하고 있으며, 두 가지 모두를 포함하는 개념으로도 정의하고 있음을 알 수 있다 (이정신, 2009).

Leerkes와 Burney(2007)은 양육 효능감을 자녀를 잘 양육하며 훈육하여 자녀와의 문제가 발생하더라도 적절하게 해결할 수 있다는 부모 스스로의 양육능력에 대한 자신감이라고 정의를 내렸다. Mash와 Johnston(1983)는 부모로서 능력이 있다는 정도와 자녀를 다룰 수 있는 능력, 양육에 대한 익숙함으로 정의하였다. 또한 Gross와 Rocigsano(1988)은 부모 역할 과정에서 발생하는 다양한 상황과 과제를 효과적으로 관리할 수 있다는 부모의 믿음이라고 정의하였다.

한편, 국내 학자들의 양육 효능감에 대한 정의를 살펴보면, 최형성과 정옥분 (2001)은 어머니의 양육 효능감 척도 개발의 연구에서 양육 효능감에 대해 자녀를 적절하게 양육하기 위해 요구되는 부모 역할 수행 능력에 관한 부모 스스로의 신념으로 정의하였다. 조경희와 도미향 (2016)은 양육 효능감을 부모가 자녀를 양육하는데 있어 양육행동에 대한 지식을 갖출 뿐 아니라 양육과정에서 겪게 되는 어려움을 극복하고 부모로서 갖는 양육에 대한 자신감, 능력에 대한 스스로의 믿음이라고 보았다. 또한 남재희(2004)는 양육 효능감을 부모가 자신의 자녀에 대해

양육자로서의 역할을 바람직하게 수행할 수 있다는 자신감과 신념에 대한 인지능력으로 정의하였다. 이처럼 양육 효능감은 자녀 양육에서 발생하는 문제를 잘 관리할 수 있는 동기부여를 할 뿐 만아니라 부모 역할을 원만히 잘 감당할 수 있게 해 주는 촉매제 역할을 한다.

이상의 내용을 종합하면, 양육 효능감에 대한 정의는 학자마다 차이가 있지만 본 연구에서는 양육 효능감을 자녀양육과정에서 겪는 어려움을 극복해낼 수 있는 능력이며, 자녀를 긍정적 방향으로 나아갈 수 있다는 자신의 믿음이라고 정의 하겠다.

#### 나. 양육 효능감의 관련 선행연구

최근 부모와 관련된 연구들 중 양육 효능감에 대한 연구가 활발히 진행 중에 있다. 그중 양육 효능감에 대한 연구들을 살펴보면 양육 신념과 양육 효능감에 관한 연구(안지영, 2001; 정혜인, 2003; 전은영, 2004; 임경령, 2006; 홍성임, 2006)와 자녀의 기질과 양육 효능감에 관한연구(최형성, 2002; 이윤진, 2006; 손소정, 2007), 부모의 양육 스트레스와 양육 효능감에 관한 연구(신숙재, 1997; 안지영, 2001; 류기자, 2006; 송미혜, 2006; 이호영, 2006; 손소정, 2007; 이경하, 2009), 사회적 지원과 양육 효능감에 관한 연구(서혜영, 1991; Melson, Lad & Hau, 1993; Shapiro와 Mangelsdorf, 1994; 신숙재, 1997; 이은혜, 1997; 백종화, 2001; 양정화, 2002; 최형성, 2002; 류기자, 2006; 송미혜, 2006; 이윤진, 2006; 서민교, 2007)들이 있다.

양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향을 직접적으로 연구한 결과물이 없기 때문에 관련 연구라고 할 수 있는 자기 효능감과 교사 효능감이 이러한 양육 효능감 연구와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 이런 점

으로 보았을 때 교사 효능감에 대해 우선 살펴 볼 필요가 있다.

교사 효능감은 자신의 역량을 학습자에게 도움을 줄 수 있다는 믿을 의미한다. 즉, 교사들이 자신의 신념에 의해 학생들의 학습활동에 미치는 교사 영향력이라고 할 수 있으며 이러한 교사 효능감은 학습자의 성취에 일관성 있고 지속적으로 영향을 줄 수 있게 된다.

한편 교사의 효능감과 함께 학습자의 적절한 수업활동, 노력 그리고 끈기 등의 정도와는 정적 상관관계가 있다(신미정, 2015). 교사의 효능감이 높을 경우 새롭고 다양한 수업을 통해 학생들의 성취도를 높게 하면서 자기 효능감을 향상시키는데 영향을 줄 수 있다. 따라서 다면적으로 교사의 효능감을 높일 수 있도록 방안을 모색하는 것은 교육의 효과를 증대 시키는데 있어 중요한 일이다(황희숙, 2007). 하지만 직무과정에서 발생하는 스트레스로 교사의 효능감이 낮아지게 되면 학습자들에게 민감하고 융통성 있는 대처를 하지 못하게 되고 결국 문제를 해결하지 못하는 상황으로 이어진다(Gibson & Dembo, 1984).

교사 효능감과 마찬가지로 양육 효능감도 주어진 환경 안에서 아이에게 긍정적·부정적 영향을 준다. 좋은 부모 역할을 감당하기 위해서는 양육효능감이 필요하고 이것은 아이에게 긍정적 영향을 줄 수 있다. 양육 효능감은 부모의 심리적 성숙, 공감능력과 관련이 있으며 부모가 자녀 양육에서 발생하는 문제들로 인해 어려움을 겪더라도 심리적으로 성숙되고 자녀를 공감해줄 수 있다면 어떠한 어려움도 극복할 수 있을 것이다. 다시 말해서 부모로서의 양육 효능감이 높은 부모는 양육으로 인한 다양한 스트레스에 노출 될 때 적절한 대처행동을 시도할 수 있다(안지영, 2001). 또한 더 높은 수준의 양육 효능감을 가지고 있으면 행복감의 수준도 높은 것으로 나타났다(민정원, 김정원, 2018). 양육 효능감을 높이기 위해서는 스트레스를 줄이는 것인데, 이것을 실현시킬 수 있는 가

장 효율적인 방법이 부모 효능감을 높이는 것이라 하였다(손수민, 2010). 이와 반대로 양육 효능감이 낮은 부모는 공감보다는 훈육을 더 중요하게 생각한다(박주영, 2019). 결국 부모 역할에 대한 자신감을 갖지 못하므로 자녀 양육에 적극적으로 참여하지 못하고 합리적 지도를 덜 하는 경향이 있다(김현미, 도현심, 2004). 또한 양육 효능감에 관한 김수경(2010) 연구에 따르면 양육 효능감이 높은 부모는 자녀의 요구에서 민감한 반응을 하며 칭찬과 격려와 같은 긍정적 행동을 보여주지만 양육 효능감이 낮아질수록 부모 역할의 자신감을 갖지 못하는 부정적 양육행동이 나타나는 결과를 알 수 있다(김미숙·문혁준, 2005).

부모 스스로 자신의 능력에 대한 믿음을 나타내는 양육 효능감은 자녀 발달에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며 긍정적 양육행동을 결정짓는다. 부모는 자녀가 발달할 수 있는 적절한 환경을 제공해주고 적극적으로 자녀 교육에 참여하면 자녀의 발달에 좋은 영향을 미칠 수 있다.

### 3. 사회적 지지

#### 가. 사회적 지지의 정의

인간은 삶을 살아가면서 여러 관계를 맺으며 살아간다. 특히 자신이 소속된 집단 내에서 사람들과 애정 어린 관계를 맺고 자신의 입지를 넓히고자하는 욕구를 가진다. 이 처럼 인간은 타인으로부터의 관심과 사랑을 받고자 하는 욕구를 가지고 있음을 알 수 있다. 하지만 이는 자신이 추구하고자 하는 방향과 정반대 방향으로 흘러가는 경향이 있으며

이것은 결국 불안과 우울과 같은 심리적 스트레스로 작용하게 된다. 이러한 문제는 어머니들이 가족체계를 넘어 개인의 삶에 많은 문제들을 야기 하고 있기 때문에 이러한 문제를 해결할 수 있는 사회적 지지의 중요성이 대두되고 있다.

특히 사회적 지지는 개인의 좌절과 심리적 문제해결 능력을 강화시켜 주고 스트레스의 완충제로서 작용하고 있다는 점에서 중요성이 부각되고 있다(박지원, 1985; Cobe, 1985).

사회적 지지는 1970년대 중반 의학, 심리학에 대한 관심이 높아지면서 (Caplan & Killiea, 1976), 사회적 지지에 대해 학자들 마다 다양하게 정의를 내리고 있다. Thoits(1982)는 대인관계를 통해 얻을 수 있는 모든 지지적인 자원으로 간주하였고, Gottlieb(1983)은 사회적 지지에 대해 정서적인 영향 뿐 만 아니라 언어적·비언어적 정보제공 또는 충고 등의 기능적, 구조적 지지를 통해 도움을 주는 것으로 정의하였다. 또한 House(1981)는 사회적 지지에 대해 유효한 원조, 정서적 관심, 환경에 대한 정보 및 평가를 하는 대인적 관계라고 정의하였다.

한편, 국내연구에서는 사회적 지지를 일반적으로 타인에게서 제공되는 모든 형태의 물질적, 심리적, 정보적인 도움을 의미하며, 우리가 타인과 관계를 맺고 살아가는 동안 본인 이외의 다른 사람들과 주고받는 모든 형태의 상호작용을 의미한다고 넓은 의미로 해석하였다(유우영, 이숙, 1998).

사회적 지지에 대한 정의가 학자들마다 상이하듯이 사회적 지지 요소에 대한 정의도 다양하다. Cobb(1976)는 사회적 지지에 대해 사랑과 관심을 받고 있다는 느낌을 주는 믿음인 정서적 지지, 가치 있는 존재라는 인식인 자존감의 지지, 사회적 체계에 소속되어 있음을 느끼는 소속의 지지 등 세 가지 형태로 구분했다(류기자, 2006, 재인용). 또한,

Hoberman(1983)은 사회관계를 통해 받는 정보, 물질적 지원 등과 같은 모든 긍정적 지원의 형태를 사회적 지지라고 정의하면서 이를 물질적 지지, 정보적 지지, 정서적 지지, 자존감의 지지로 구분하였다. 이와 비슷한 맥락으로 박지원(1985)은 사회적 지지를 정서적, 물질적, 평가적 지지로 구분하였는데, 정서적 지지는 애정, 존경, 신뢰, 관심과 같은 인간의 행위이며, 정보적 지지는 한 개인이 어려운 상황에 직면했을 때 문제를 대처해 나갈 수 있는 정보, 충고, 지도 등으로 말한다. 또한 물질적 정보는 필요시에 제공되는 돈, 물건, 서비스 등의 직접적인 도움을 뜻하며, 마지막으로 평가적 지지는 개인의 행동을 인정해주거나 비판하는 등의 평가와 관련된 정보를 제공하는 것이라고 하였다.

일반적으로 사회적 지지를 측정할 때, 사회적 관계의 양과 빈도를 의미하는 구조적 측면과 관계의 내용과 질을 언급하는 기능적 측면으로 분류할 수 있다(Wills, 1985). 사회적 지지의 구조적 측면은 타인과의 관계구조에서 객관적인 측면을 의미하는 것이며, 한 예로 친구와의 만남의 횟수, 어느 정도 집단에 소속되어 있는지, 주변에 얼마나 많은 친구가 있는지를 나타내는 것을 말한다. 기능적 측면은 개인이 맺고 있는 질을 개인이 주관적으로 어떻게 지각하고 평가하는지를 측정하여 사회적 지지의 지수로 보는 것이다(Heller et al, 1986).

하지만 이렇게 이분법적으로 사회적 지지를 구분지어 놓은 것처럼 보이지만 실제적인 현실 상황에서는 이 둘을 분리시키는 것은 어려울 것이다. 단순히 이론적 구분은 스트레스에 대한 완충효과를 이해하기 위해 개념적 틀로서 작용한다.

따라서 본 연구에서의 사회적 지지는 개인의 삶과 가족의 안녕을, 더 넓게는 사회적 관계에서 제공받는 모든 정서적, 물질적, 정보적, 평가적 자원을 의미하고 있으며, 이를 실질적 지각된 인지평가를 통해 사회적

지지를 정의하고자 한다.

#### 나. 사회적 지지의 관련 선행연구

어머니의 자녀와 건강한 유대관계를 형성하기 위해서는 어머니의 정신적, 정서적 건강이 우선시 되어야하며 이것은 사회가 부모를 보듬어 야하며, 사회가 부모를 지원해 주어야 가능하다(Bowlby, 1994). 부모에게 있어 타인으로부터 받는 사회적 지지는 부모와 자녀와의 관계에 유익한 영향을 주며, 특히 어머니가 받는 사회적 지지는 유아의 유능감을 향상시키는 중요한 역할을 한다. 즉 어머니의 영유아기 자녀를 양육하고 있는 어머니에게 외부로부터의 지지는 양육 상황에 많은 영향을 줄 수 있음을 알 수 있다(박동숙, 2019).

사회적 지지는 자녀 양육 시 발생하는 양육 스트레스에도 영향을 주는데(김상림, 박창현, 2016), 손수민(2010) 연구를 보면 양육에 대한 정신적 지지가 어머니의 양육 스트레스와 높은 부적 상관관계를 보여주고 있으며, 외부의 지지와 양육의 고충과 어려움에 대한 이해와 공감은 양육스트레스를 줄어든다고 연구에서 보여준다. 한편 어머니가 지각하는 사회적지지가 양육태도 및 양육스트레스 완화에 미치는 긍정적 영향력을 제공하는 다수의 논문 (황현주, 1997; 김은숙, 2003; 정현수, 2003; 송미혜, 2006) 연구를 보면 양육스트레스 완화에 긍정적 영향을 미치기 위해서는 가족 외적 지지보다는 내적 지지가 중요하다고 하였다. 또한 가족의 내적 또한 사회적 지지와 정신건강과의 관계에 주목한 연구들을 살펴보면, 사회적 지지가 높은 경우 우울의 유병률 낮게 나타났으며, 사회적 지지가 낮으면 우울 유병률이 높게 나타나 사회적 지지가 우울에도 영향을 미치는 것을 볼 수 있다(박은옥, 2011). 하지만 지속적

지지가 아닌 일시적 지지로 인해 발생하는 양육스트레스는 자녀를 양육하는 양육행동에 영향을 미치며 자녀의 정서 및 행동 발달과 부모와의 상호작용에 영향을 미친다. 즉, 양육스트레스가 높은 부모는 자녀와의 상호작용에서 더 명령적이고 훈육이 처벌적 행동으로 이어지고 이것은 결국 자녀의 문제행동으로 연결된다(Snyderk, 2002).

이처럼 사회적 지지는 어머니의 양육스트레스에 직·간접적으로 영향을 주어 양육에서 오는 스트레스 완화의 긍정적 역할을 한다고 할 수 있다. Belsky(1984)도 사회적 지지를 많이 받는 어머니의 양육태도는 자녀에 대해 덜 지배적이며, 긍정적 태도를 보인다고 언급한다. Kulik와 Tsoref(2010)연구에서도 양육과정에서 주변의 도움을 받는 것은 타인과 양육을 나누는 것에 대한 어머니의 전반적인 태도를 변화시켜 더 유연한 사고를 할 수 있다고 한다.

이러한 점들을 종합해 보았을 때 사회적 지지는 어머니의 양육스트레스를 감소시키는데 도움을 주고 있으며, 사회적 지지에 대한 만족은 자녀와의 관계에 긍정적인 영향을 주어 어머니 자신의 능력에 대한 자신감을 회복시켜줄 수 있음을 시사해준다.

#### 4. 양육 효능감과 사회적 지지 및 부모소진과의 관계

자녀 양육은 부모에게 심리적 안정감을 주고 자신의 삶을 되돌아 볼 기회가 되며, 자녀와의 상호작용을 통해서 새로운 흥미와 관심을 가질 수 있다는 점에서 긍정적으로 평가되고 있다. 하지만 자녀에 대한 부모로서의 책임과 부담이 동반되기 때문에 부모에게 자녀양육은 스트레스

로 작용되기도 한다(Crnic & Booth, 1991). 또한 양육으로 인해 심리적, 육체적 소진은 개인생활에 부정적 영향을 초래하여 정체감 상실과 같이 삶의 방향을 잃어버리기도 한다.

양육스트레스에 관한 다수의 연구에서 양육스트레스로 인해 부모의 취약성을 보완하고 부모와 자녀간의 발생하는 여러 문제들을 해결해 나가는 데 주춧돌 역할을 할 수 있는 것이 사회적 지지라는 점을 강조하고 있다. 사회적 지지에 대한 개념과 정의는 학자들마다 바라보는 관점이 다양한데 Cohen과 Wills(1985)에 의하면 “개인이 타인이나 외부환경으로부터 물질적 지원과 같은 서비스를 제공받고 문제해결을 위한 도움을 받는 것을 의미”하며 이는 개인이 맺고 있는 인간관계의 질을 어떻게 평가하고 지각하고 있는가를 살펴보는 주관적인 지각에 중점을 둔다하겠다(황해익, 송연숙, 1997). 또한 일반적으로 사회적 지지는 대인관계에서 경험하는 물질적 혹은 정보적 도움, 정서적 안정, 가치 인정 등 다양하게 기술될 수 있다. House(1981)는 정서적·정보적·도구적 지지와 자신감을 심어주거나 타인에게 비취진 자신을 평가하게 하는 평가적 지지로 구분하였으며, 성영혜(1993)과 박지원(1985)은 사회적 지지의 구성요소로 정보·정서·물질·평가적 지지를 제안하고 있다.

사회적 지지는 부모가 사회나 가정에 겪는 스트레스에서 완충제 역할을 감당하면서 자녀 양육에 관한 직·간접적 도움을 준다. 부모는 항상 육체적 피로, 심리적 불안함, 경제적 문제와 같은 불확실성의 노출로 부모간의 갈등의 야기됨과 함께 자녀 양육에 부적절한 행동으로 이어진다. 하지만 사회적 지지는 부모가 바람직한 부모역할을 감당할 수 있도록 정서적 도움을 주거나 정보나 자문 및 양육을 위한 도구적인 지원을 함으로써 어머니의 심리적 적응에 미치는 부정적 영향을 감소시키며, 긍정적인 자녀의 발달을 도모할 수 있다(심숙영, 2016). 또한 부모의 무

능함이나 부적절한 양육행동을 완화 시켜줄 수 있다(서민교, 2007). 이것은 부모의 자녀양육에 대한 자신감을 회복시켜 부정적 사고에서 긍정적 사고로 전환하여 양육 효능감을 높일 수 있다. 일반적으로 양육효능감은 부모의 바람직한 행동으로부터 자녀와 긍정적 상호작용(안지영, 2001)을 보이며, 양육 효능감이 높아질수록 긍정적 양육행동을 보이며 양육효능감이 낮아질수록 부정적 행동이 나타나는 결과를 알 수 있다(김미숙·문혁준, 2005).

Bowlby(1951)는 어머니와 유아의 건강한 관계를 위해서는 사회적 네트워크 요인의 중요성을 강조하며, 사회가 유아를 귀하게 여긴다면 부모도 동일하게 품고 지원을 해야 함을 역설하였다. 그 만큼 사회적 지지가 부모의 역할을 잘 감당할 수 있는 중요한 도구이며, 부모의 삶에 잠재적 영향을 미치는 요인으로 부모-자녀 관계에 긍정적인 영향을 준다(임원신, 2011). Bowlby(1951)는 연령과 상관없이 어려운 상황에 도움을 주는 사람에 대한 믿음이 있을 때가 가장 행복한 순간으로 강조하면서 인간의 사회적 작용의 중요성을 지적한다.

한편, 박동숙(2020)의 사회적 지지와 스트레스와의 연구 관계들을 살펴보면 가장 가까운 지지자인 남편의 가사 도움보다 양육에 관한 협조와 지지가 어머니 양육 스트레스와 높은 부적 상관관계를 보여준다. 이것은 어머니가 일상적인 가사 스트레스보다 양육에 대한 스트레스가 높다는 것을 보여주고, 타인에 대한 지지와 공감을 얻을 때 비로소 양육 스트레스가 줄어들 수 있을 나타낸다. 본 연구자의 연구에서도 사회적 지지와 부모소진의 부적 상관관계를 보여주는 것으로 보아 양육스트레스가 높으면 부모소진이 높아지며, 사회적 지지가 뒷받침이 되면 부모소진도 낮아지는 결과를 알 수 있었다. 이러한 점들을 종합해 보았을 때 사회적 지지는 양육과정에서 어머니에게는 없어서는 안되는 필수적

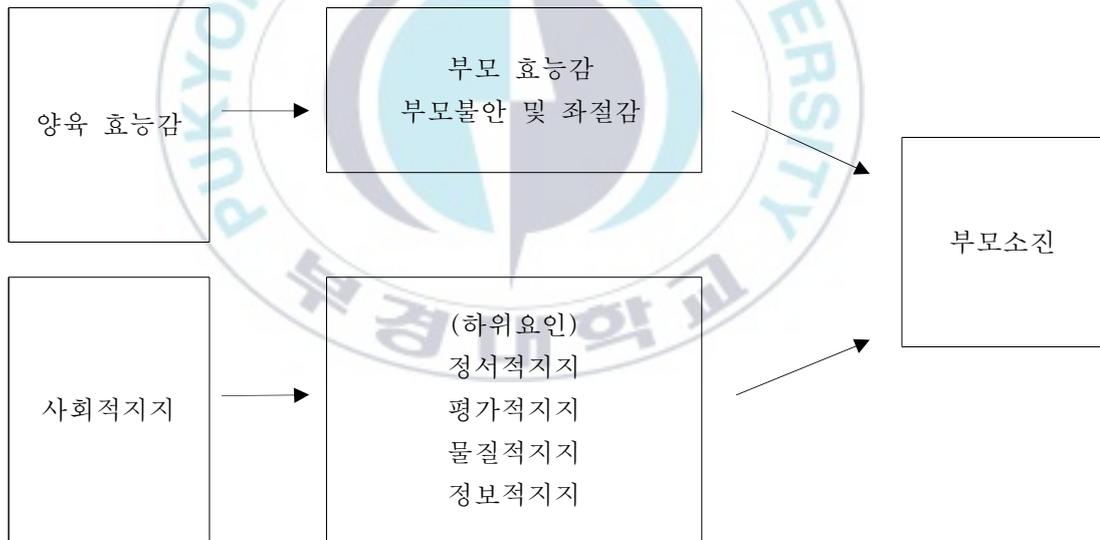
요소이며 자녀 성장과 발달에 있어서 환경의 질적 차이를 만들어내는  
요인임을 시사한다.



### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구모형

본 연구는 유아 어머니의 양육효능감과 사회적지지가 부모소진에 미치는 영향에 관한 관계를 분석하고자 하였다. 이를 연구모형으로 제시하면 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연구모형

## 2. 연구대상

본 연구의 대상은 부산시에 소재한 유아교육기관에 재원 중인 유아 어머니 250명이다. 연구대상의 표집은 연구의 목적과 취지를 알고 협조요청이 가능한 유치원 2곳과 어린이집 2곳 총 4곳이고, 표집방법은 임의로 선정한 지역과 조사자가 원하는 사람을 표본으로 선정하는 편의표본추출법을 사용하였다. 유아 어머니 250명에서 배부한 설문지 중에서 218부(87.20%)를 회수하였고, 그 중에서 불성실하게 응답한 5부를 제외한 213부가 최종으로 연구대상이 되었다. 본 연구대상의 일반적인 특성을 연령, 교육수준, 자녀 연령 및 성별로 구분하여 살펴보면 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구대상의 일반적 특성

구 분	빈도(N)	백분율(%)
어머니 연령	35세 이하	39.4
	36세 이상 40세 이하	39.4
	41세 이상	21.1
어머니 교육수준	고등학교 졸업	3.8
	전문대학 졸업	23.9
	대학교 졸업	62.9
	대학원 졸업	9.4
유아 연령	만5세	37.1
	만4세	32.9
	만3세	30.0

유아 성별	남자	99	46.5
	여자	114	53.5
전체		213	100.0%

### 3. 연구도구

#### 가. 양육 효능감

어머니의 양육 효능감을 측정하기 위해 황현주(2020)의 어머니 양육 효능감 척도를 사용하였다. 이 척도는 Giband-Wallston과 Wandersman (1978)의 Parenting Sense of Competence(PSOC)를 바탕으로 신숙재(1997)가 수정, 보완한 척도이다. 이 척도는 인지적 영역 중심의 부모로서 효능감(Parenting Sense of Competence-Efficacy area: PSCE)과 정서적 영역중심의 부모로서의 좌절감 및 불안감의 2개의 하위요인으로 총 14문항으로 구성되어 있다. 문항은 양육효능감의 긍정적 측면과 부정적 측면의 질문으로 형성이 된다. 각 문항에 대해 리커트(Likert) 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’면 1점, ‘매우 그렇다’면 5점으로 평정하고 점수가 높을수록 양육효능감이 높은 것으로 해석한다. 본 연구의 참여자를 대상으로 하여 얻은 신뢰도 계수는 .87이었다.

<표 2> 양육 효능감 척도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
부모효능감	8	1, 2, 3, 7, 8, 11, 12, 13	.83
부모불안 및 좌절감	6	4, 5, 6, 9, 10, 14	.84
전체	14		.87

#### 나. 사회적 지지

사회적 지지 척도는 사회적 지지를 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지 척도를 수정·보완한 박동숙(2019)의 척도를 사용하였다. 이 척도는 정서적 지지, 평가적 지지, 물질적 지지, 정보적 지지의 4개 하위 척도로 구성되어 있다. 정서적 지지는 '그들은 내가 사랑과 돌봄을 받고 있다고 느끼게 해준다'의 질문으로 누군가로부터 관심과 신뢰를 받는 정도, 평가적 지지는 '그들은 내가 취한 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가해 준다'와 같은 질문으로 자기평가와 관련된 정보 등을 사회적 구성원을 통해 어느 정도 제공 받고 있는지 지각하는 정도, 물질적 지지 영역은 '그들은 내가 필요하다고 하면 아무리 큰돈이라고 해도 마련해 준다'의 질문으로 일을 대신해 돈과 물건과 같이 도움이 필요할 때 직접적이거나 물질적으로 도움을 받을 수 있는 정도이다. 마지막으로 정보적 지지는 사람이 문제 대처에 사용할 수 있는 정보 등을

제공 받는 정도로 ‘그들은 나에게 생긴 문제의 원인을 찾아내는데 도움이 되는 정보를 제공해 준다’와 같은 문항으로 구성되었다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’를 5점으로 하는 리커트 (Likert) 5점 척도로 구성되어 있으며, 하위요인별로 6문항씩 총 24문항으로 구성되어 있다. 본 척도의 하위 요인별 문항 내용 및 신뢰도 계수는 <표 3>와 같다.

<표 3> 사회적 지지 척도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
정서적 지지	9	1, 6, 7, 9, 10, 11, 16, 21, 23	.92
평가적 지지	5	2, 4, 5, 12, 19	.91
물질적 지지	4	3, 13, 20, 24	.87
정보적 지지	7	8, 14, 15, 17, 18, 22, 25	.94
전체	25		.97

#### 다. 부모 소진

부모소진 척도는 선행연구에서 널리 사용되었던 박지원(1989)의 사회

적 지지 척도를 사용하였다. 이 척도는 고갈, 냉담, 자존감 결여의 세 개 하위 요인으로 구성되어 있다. 고갈은 ‘나는 자녀를 돌보는 일을 하는데 완전히 지쳤다’, 냉담에는 ‘나는 현재 자녀를 돌보는 일에 대한 관심이 줄었다’, ‘나는 자녀를 돌보는 일에 대한 중요성이 의심스럽다’, 자존감결여는 ‘나는 자녀를 돌보는 일을 하는데 소극적이다’의 질문 등으로 총 15개 문항으로 구성되어 있다. 그중 본 연구에서의 질문지 10,11,12,13,14,15 문항은 효능감 나타내고 있지만 역 문항으로 구성되어 있어 반대로 환산하여 분석되었으며 자존감결여로 표기한다. 신뢰도 계수는 고갈 .87 냉담 .81 자존감결여 .87로 나타났다. 각 문항들은 ‘전혀 그렇지 않다(1) ~ 매우 그렇다(5)’에 응답하도록 만든 리커트(Likert) 5점 척도로 구성되어 있다. 본 척도의 하위 요인별 신뢰도 계수는 고갈 .87, 냉담 .81, 자존감 결여 .87 전체 .84로 나타났다.

<표 4> 부모소진 척도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's $\alpha$
고갈	5	1, 2, 3, 4, 5	.87
냉담	4	6, 7, 8, 9	.81
자존감 결여	5	10, 11, 12, 13, 14, 15	.87
전체	15		.84

## 4. 연구절차

### 가. 예비조사

본 조사를 실행하기 전 설문지의 문항의 이해도나 설문지 작성에 걸리는 소요 시간과 설문지를 함에 있어 어려움을 파악하기 위해 예비조사를 실시하였다. 예비조사는 6월 1일부터 7월 30일까지 부산광역시에 위치한 유치원 2곳의 학부모 240명을 대상으로 실행하였다. 예비조사 연구 결과 소요 시간은 10~15분 정도였으며, 설문조사를 실시하는 과정에서 문제점이 나타나지 않아 이후 본 조사에 사용하였다.

### 나. 본 조사

본 조사는 부산광역시에 소재하고 있는 사립 유치원 학부모를 대상으로 2021년 6월 1일부터 7월 30일까지 실시하였다. 연구의 목적을 달성하기 위해서 본 연구의 대상은 부산광역시에 소재한 유아교육기관에 재원 중인 유아 어머니 250명을 대상으로 설문지를 배부하였다. 먼저 각 기관장에게 본 설문지의 내용을 설명하고 동의를 얻은 후, 학부모들에게 설문지를 직접 방문, 구글 폼, 이메일(E-mail)을 통해 조사를 실행하였다. 배부한 설문지 중에서 218부(87.20%)를 회수하였고, 그 중에서 불성실하게 응답한 5부를 제외한 213부가 최종으로 연구대상이 되어 통계 처리되었다.

## 5. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 Window용 SPSS 25.0를 이용하여 분석하였다. 먼저, 유아어머니의 양육스트레스, 사회적지지, 부모소진의 일반적 경향성은 평균과 표준편차를 통하여 살펴보고, 변인 간의 관계는 Pearson의 적률상관분석을 실시하였고, 그리고 다중회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석을 실시하기 전 잔차의 독립성을 확인하기 위해 Durbin-Watson 값을 확인하였고, 다음으로 다중공선성이 있는지 확인하기 위해 VIF 값을 확인하였다.

첫째, <연구문제 1> ‘양육효능감이 부모소진에 미치는 영향은 어떠한가?’를 살펴보기 위하여, 먼저 유아 어머니를 대상으로 수집한 양육 효능감의 각 하위 척도별로 기술 통계량(평균, 표준편차, 왜도, 첨도)을 산출하였다. 이어서 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진간의 관계를 알아보기 위해서 상관분석을 수행하였다. 그리고 다중공선성 및 잔차의 독립성에서는 Durbin-Watson값 2.25로 2에 근접하였고, VIF값은 1로 10을 넘지 않은 것으로 보아 다중공선성은 문제되지 않음을 확인하였다.

둘째, <연구문제 2> ‘사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향은 어떠한가?’를 살펴보기 위하여, 사회적 지지의 하위요소를 포함한 전체 총 점수를 단순회귀분석으로 실시하여 산출하였다. 하위변인에는 정서적, 물질적, 평가적지지가 투입하였다. 그리고 다중공선성 및 잔차의 독립성에서는 Durbin-Watson값 2.18로 2에 근접하였고, VIF값은 1로 10을 넘지 않은 것으로 보아 다중공선성은 문제되지 않음을 확인하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 예비분석: 유아 어머니의 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진의 일반적경향성

유아 어머니의 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진에 대한 일반적인 경향과 정규분포를 확인하기 위해 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 확인하였다. 측정변수의 왜도가 2를 넘지 않으며, 첨도가 7을 넘지 않으면 정규분포를 가정할 수 있다 (West, Finch & Curran, 1995). 그 결과는 다음 표 5와 같다.

<표 5> 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진의 일반적 경향성 (N=213)

	구 분	평균	표준편차	왜도	첨도
양육 효능감	부모 효능감	3.54	.58	-.58	1.64
	부모불안 및 좌절감	2.33	.84	.32	-.63
	전체	3.60	.60	-.22	-.42
사회적 지지	정서적 지지	3.89	.74	-.91	1.52
	정보적 지지	3.82	.81	-.80	.73
	물질적 지지	3.74	.84	-.71	.33
	평가적 지지	3.78	.76	-.98	1.87
	전체	3.82	.74	-.86	1.19
부모소진	고갈	2.66	.99	.22	-.70
	냉담	1.61	.72	1.16	.65
	자존감결여	2.49	.73	1.03	2.06
	전체	2.31	.57	.22	-.55

위의 <표 5>에서 먼저 유아 어머니 양육 효능감 전체 평균은 3.60(SD=.60)으로 나타났고, 다음으로 사회적 지지 전체 평균은 3.82(SD=.74)로 나타났다. 마지막으로 부모소진 전체 평균은 2.31(SD=.57)로 나타났다. 본 연구모형의 측정변수에 대한 표본의 분포경향을 살펴본 결과 왜도에 있어서는 모든 변수가 2이하로 나타나 정규분포를 가정하고 있었고, 첨도에 있어서는 모든 변수가 7이하를 나타내고 있어 정규분포를 가정하고 있었다. 따라서 본 연구모형은 정규분포를 나타내고 있음을 알 수 있다.

이어서 유아 어머니의 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진 간의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 결과는 다음 <표 6>과 같다.

<표 6> 양육 효능감, 사회적 지지, 부모소진 간의 관계 (N=293)

구분	부모 효능감	부모불 안 및 좌절감	양육 효능 감	정서 적 지지	정보 적 지지	물질 적 지지	평가 적 지지	사회 적 지지	고갈	냉담	자존 감 결여	부모 소진
부모 효능감	1.00											
부모불 안 및 좌절감	-.50**	1.00										
양육 효능감	.85**	-.88**	1.00									
정서적 지지	.49**	-.42**	.52**	1.00								
정보적 지지	.46**	-.40**	.50**	.93**	1.00							
물질적 지지	.42**	-.31**	.42**	.82**	.81**	1.00						
평가적 지지	.49**	-.43**	.53**	.88**	.89**	.72**	1.00					
사회적 지지	.50**	-.42**	.53**	.98**	.97**	.88**	.93**	1.00				
고갈	-.26**	.62**	-.52**	-.30**	-.30**	-.17*	-.33**	-.30**	1.00			
냉담	-.32**	.55**	-.51**	-.29**	-.27**	-.23**	-.27**	-.29**	.45**	1.00		
자존감 결여	-.53**	.32**	-.48**	-.35**	-.35**	-.40**	-.34**	-.38**	.10	.20**	1.00	

부모소 진	-.53**	.70**	-.71**	-.45**	-.44**	-.38**	-.45**	-.46**	.78**	.69**	.63**	1.00
----------	--------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	-------	-------	-------	------

\*\*p<.01

위의 <표 6>에서 양육 효능감, 놀이몰입, 문제행동 간의 관계를 살펴보면, 먼저, 유아 어머니의 양육 효능감과 사회적 지지는 정적 상관관계( $r=.53, p<.01$ )로 나타났다. 다음으로 양육 효능감과 부모소진은 부적 상관관계( $r=-.71, p<.01$ )로 나타났다. 마지막으로 사회적 지지와 부모소진은 부적 상관관계( $r=-.46, p<.01$ )로 나타났다. 이를 통해 양육 효능감이 높을수록 사회적 지지는 높아지지만, 부모소진은 낮아지는 것을 알 수 있다. 그리고 사회적 지지가 높을수록 부모소진은 낮아지는 것을 알 수 있다.

## 2. 유아 어머니의 양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향

### 가. 유아 어머니의 양육 효능감 총점이 부모소진에 미치는 영향

먼저 유아 어머니의 양육 효능감 총점이 부모소진에 미치는 영향을 살펴보기 위하여 다중공선성 및 잔차의 독립성 여부를 살펴본 결과 Durbin-Watson값은 2.25로 2에 근접하였고, VIF값은 1로 10을 넘지 않는 것으로 나타났다. 단순회귀 분석을 실시한 결과는 다음 표 6과 같다.

<표 7> 양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향

독립변인	B	S.E	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
(상수)	1.17					219.82***
양육 효능감	-.68	.05	-.71	-14.83***	.51	

\*\*\*p<.001

위의 <표 7>에서 제시한 바와 같이 유아 어머니의 양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과, 양육 효능감은 부모소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=-.68, t=-14.83, p<.001). 그리고 양육 효능감의 부모소진에 대한 설명력은 51%로 유의미하며, 회귀모형에 대한 적합도 검증도 양호한 것(F=219.82, p<.001)으로 나타났다. 이러한 결과는 통하여 유아 어머니의 양육 효능감이 높아지면 부모소진도 낮아지는 것을 알 수 있다.

#### 나. 유아 어머니의 양육 효능감 하위변인이 부모소진에 미치는 영향

유아 어머니의 양육 효능감의 하위변인이 부모소진에 미치는 영향을 알아보기 전에, 다중공선성 및 잔차의 독립성 여부를 살펴본 결과 Durbin-Watson값은 2.26으로 2에 근접하였고, VIF값은 1.33으로 10을 넘지 않는 것으로 나타났다. 다중회귀분석을 실시한 결과는 다음 표 7과 같다.

<표 8> 양육 효능감 하위변인이 부모소진에 미치는 영향

독립변인	B	S.E	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> 변화 량	F
(상수)	2.19						
부모불안 및 좌절감	.40	.04	.59	10.84***	.50	.50	121.32***
부모 효능감	-.23	.05	-.23	-4.27***	.54	.04	

\*\*\* $p < .001$

위의 <표 8>에서 제시한 바와 같이 유아 어머니의 양육 효능감 하위변인이 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과, 양육 효능감 하위변인 중에서 부모불안 및 좌절감은 부모소진에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.40, t=10.84,  $p < .001$ ). 그리고 부모효능감은 부모소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=-.23, t=-4.27,  $p < .001$ ). 부모 불안 및 좌절감 그리고 부모 효능감의 부모소진에 대한 설명력은 54%로 유의미하며, 회귀모형에 대한 적합도 검증도 양호한 것(F=121.32,  $p < .001$ )으로 나타났다. 이러한 결과는 통하여 유아 어머니의 양육 효능감 하위변인 중에서 부모 불안 및 좌절감이 높아지면 부모소진이 높아지고, 부모효능감이 높아지면 부모소진이 낮아지는 것을 알 수 있다.

### 3. 유아 어머니의 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향

#### 가. 유아 어머니의 사회적 지지 총점이 부모소진에 미치는 영향

유아 어머니의 사회적 지지 총점이 부모소진에 미치는 영향을 알아보기 전에,

다중공선성 및 잔차의 독립성 여부를 살펴본 결과 Durbin-Watson값은 2.18로 2에 근접하였고, VIF값은 1로 10을 넘지 않는 것으로 나타났다. 단순회귀분석을 실시한 결과는 다음 <표 9>과 같다.

<표 9> 사회적 지지 총점이 부모소진에 미치는 영향

독립변인	B	S.E	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> 변화량	F
(상수)	3.67						56.24***
사회적 지지	-.36	.05	-.46	-7.50***	.21	.21	

\*\*\*p<.001

위의 <표 9>에서 제시한 바와 같이 유아 어머니의 사회적 지지 총점이 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과, 사회적 지지 총점은 부모소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=-.36, t=-7.50, p<.001). 그리고 사회적 지지 총점의 부모소진에 대한 설명력은 21%로 유의미하며, 회귀모형에 대한 적합도 검증도 양호한 것(F=56.24, p<.001)으로 나타났다. 이러한 결과는 통하여 유아 어머니의 사회적 지지 총점이 높아지면 부모소진이 낮아지는 것을 알 수 있다.

#### 나. 유아 어머니의 사회적 지지의 하위변인이 부모소진에 미치는 영향

유아 어머니의 사회적 지지 하위변인이 부모소진에 미치는 영향을 알아보기 전에, 다중공선성 및 잔차의 독립성 여부를 살펴본 결과 Durbin-Watson값은 2.18로 2에 근접하였고, VIF값은 1로 10을 넘지 않는 것으로 나타났다. 다중회귀분석을 실시한 결과는 다음 표 7과 같다.

<표 10> 사회적 지지 하위변인이 부모소진에 미치는 영향

독립변인	<i>B</i>	<i>S.E</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sup>2</sup> 변화량	<i>F</i>
(상수)	3.60						54.53***
평가적 지지	-.34	.05	-.45	-7.38***	.21	.21	

\*\*\**p*<.001

위의 <표 10>에서 제시한 바와 같이 유아 어머니의 사회적 지지 하위변인이 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과, 사회적 지지 하위변인 중에서 평가적 지지는 부모소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(*B*=-.34, *t*=-7.38, *p*<.001). 그리고 평가적 지지의 부모소진에 대한 설명력은 21%로 유의미하며, 회귀모형에 대한 적합도 검증도 양호한 것(*F*=54.53, *p*<.001)으로 나타났다. 이러한 결과는 통하여 유아 어머니의 사회적 지지 하위변인 중에서 평가적 지지가 높아지면 부모소진이 낮아지는 것을 알 수 있다.

## V. 논의 및 결론

### 1. 논의

본 연구는 유아 부모를 대상으로 양육 효능감과 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향을 분석하고자 하는 목적으로 수행되었다. 본 연구를 통해 얻은 연구 결과를 중심으로 논의하면 아래와 같다.

먼저 <연구문제 1>에 따라 양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향에 대한 결과를 살펴보면 양육 효능감은 부모소진에 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이런 점으로 보았을 때 유아 어머니의 양육 효능감이 높아지면 부모소진도 낮아지는 것을 알 수 있으며, 양육 효능감이 부모소진에 영향을 주는 것을 알 수 있다. 이러한 연구 결과는 양육 효능감이 자녀양육에 영향을 미치는 부분이 송미혜·송연숙·김영주(2021)의 연구 결과와 맥을 같이 하고 있다. 또한 일반적으로 양육 효능감은 부모의 기대로부터 시작되는데, 김미숙과 문혁준(2005)에 따르면 양육 효능감이 높아질수록 적절한 융통성의 긍정적 양육행동을 보이며 양육 효능감이 낮아질수록 부모역할의 자신감을 갖지 못하는 부정적 양육행동이 나타난다고 말하고 있다. 이것은 부모 역할에 대한 확고한 효능감을 지닌 부모들은 자녀의 긍정적 발달을 촉진시킨다는 연구(Teti & Gelfand, 1991)가 뒷받침한다. 이와 같은 맥락에서 유아 어머니가 자녀 양육과정에서 발생하는 심리적 부담감과 소진은 효능감을 통해 이를 경감시키고 극복할 수 있는 요인이 된다. 하지만 본 연구에서 양육 효능감을 독립변인으로 해서 부모소진과 관련된 연구가 없기 때문에 실질적 비교가 불가능하다. 그렇지만 이와 유사 개념

인 교사 효능감이 심리적 소진에 미치는 영향에 관한 연구와 비교를 통해서 결과를 도출 할 수 있었다. 이러한 점들로 미루어 보았을 때 그러한 개념의 연장선상에 나온 양육효능감이 심리적 소진의 연장선상으로 나온 부모소진에 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 하나의 연구만으로 확정적으로 말하기는 어렵지만 양육효능감이 부모소진 감소에 효과가 있을 것으로 보인다. 하지만 추가적 연구를 통해서 보다 많은 연구로 확정적 결론을 도출하기 위해서는 추가적인 연구가 필요하다.

양육 효능감이 구체적으로 하위변인에 따라서 부모소진에 어떤 영향을 미치는지를 살펴본 결과는 부모 좌절감과 부모효능감은 모두 부모소진 감소에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 설명력은 54%로 유의미한 결과가 나왔으며 부모 불안 및 좌절감이 높아지면 부모소진이 높아지고, 부모 효능감이 높아지면 부모소진이 낮아지는 것을 알 수 있다.

결국 이러한 결과는 자녀 양육으로 발생하는 스트레스가 부모소진의 원인이 되고 한편 이것을 적절히 다룰 수 있는 자원이 부족하게 된다면 어머니는 소진과 같은 부정적 경험을 하게 될 것으로 예상된다. 이러한 연구는 부모들이 양육할 때 나타나는 어려운 점들이 자녀에게 부정적 영향을 끼칠 수 있는 어려움을 경험하는 것으로 나타나지만 양육효능감이 이를 극복해내고 있다는 송미혜·송연숙·김영주(2007)의 연구 결과와 맥락을 같이 한다. 따라서 선행연구들과 본 연구 결과를 종합해 보면, 부모가 자녀 양육에 있어서 여러 가지 어려움을 느끼고 있다는 것을 추측할 수 있다. 이에 따라 양육현장에 있는 많은 부모들이 어려운 문제들을 잘 대처할 수 있도록 하기 위해서는 양육 효능감을 증진 시킬 수 있는 교육프로그램의 개발, 외부적 기관과 부모가 협력하여 부모문제를 해결해 나갈 수 있도록 하는 프로그램의 개발, 심리전문가와 원활한 접촉할 수 있도록 하는 멘토링 지원 관계 구축 등이 필요함을 시사한다.

두 번째로 <연구문제 2> 유아 어머니의 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향에 대한 결과를 살펴보면 사회적 지지는 부모소진에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것은 사회적 지지가 높아지면 부모소진도 낮아지는 것을 알 수 있으며, 사회적 지지가 부모소진에 영향을 주는 것을 알 수 있다. 이러한 연구 결과는 사회적 지지가 부모의 정서문제를 감소시키는 조절효과 기능을 한다고 보여주는 고은비(2016)의 연구 결과와 맥을 같이 하고 있다. 부모는 유아자녀를 양육하는 과정에서 발생하는 여러 환경적 요인과 개별적 요인으로 인해 소진을 경험하게 된다. 이에 주변인들의 지지와 동료, 지역사회, 특히 배우자의 지지와 관심과 같은 사회적 지지는 자녀양육에 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 예측해볼 수 있다. 또한 사회적 지지는 개인의 안녕감을 회복시켜 사회와의 바람직한 상호작용을 도모(김혜금, 조혜영, 2015)하고 어머니의 심리적 적응에 미치는 부정적인 영향을 감소시키며, 긍정적인 자녀의 발달을 도모할 수 있다(심숙영, 2016).

여러 가지 내·외부적 관계망은 어머니의 유아 양육과정에 발생하는 여러 변화에 대한 적응에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다고 보고한다(Wallace & Vaux, 1993). 이는 당장 어머니에게 부여되는 긍정의 효과로 아이도 정적 경험을 하게 되는 긍정효과를 가지게 되어 내적 자기 통제력과 높은 자아 존중감을 보여 일상에서 보다 건강하게 적응한다고 보고되고 있다(Belle, Dill, & Burr, 1991). 이와 같은 맥락에서 보면 사회관계망에서 부적응, 내적통제력 부족, 심리적 피로감은 부모 소진을 경험하게 되는 요인이지만 사회적 지지는 소진을 적게 경험할 수 있게 해주는 완충제 역할을 감당한다.

사회적 지지의 하위변인 중 평가적 지지가 부모소진에 유의미한 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 평가적 지지의 부모소진에 대한 설명력은 21%이며 비교적 양호하게 나타났다. 평가적 지지는 자신의 행동에 대해 인정해

주거나 비판하는 등의 평가와 관련된 정보를 제공하는 것이다 이러한 결과는 평가적 지지가 높아지면 부모소진이 낮아지는 것을 알 수 있다.

평가적 지지는 다른 사람으로부터 긍정적인 평가와 그들로 하여금 도움을 받을 수 있다는 믿음이며 자신이 처한 상황을 보다 객관적이고 정확하게 파악하여 대처방안을 찾아갈 수 있는 원천이 될 수 있다. 이와 같은 맥락에서 사회적 지지의 하위 변인 중 평가적 지지는 자녀양육에서 발생하는 부정적 감정들을 통제하여 자녀 양육효능감과 자아 존중감을 높이고 결국 이것은 부모소진을 약화시킬 수 있음을 예측해 볼 수 있다. 이것은 박동숙(2010)연구에서 평가적 지지가 양육 효능감과 높은 정적 상관을 나타내는 것과 맥을 같이한다. 하지만 Cobb(1976)에 따르면 개인에게 지지가 제공되었더라도 개인마다 필요로 하는 지지의 정도와 양이 다르다. 즉 평가적 지지 이용가능성을 높이 지각하는 사람들은 스트레스와 같은 부정적 상황에 대한 평가를 바꿔서 어려움을 극복할 수 있다는 것이다(Lazarus & Folkman, 1984/1991; Wethington & Kessler, 1986).

이와 같은 결과로 선행연구들과 본 연구의 결과를 종합해 보면, 부모들은 자녀 양육에서 발생하는 여러 가지 요인들로 인해 부모소진을 경험하고 있지만 사회적 지지는 부모 소진 감소에 영향을 미치는 것을 예측해 볼 수 있다. 또한 부모가 자녀 양육에 있어서 여러 육체적 심리적 위기를 경험하게 되는데 개인의 외적인 변인인 사회적 지지가 위기를 극복할 수 있는 완충 역할을 감당하여 현 상황을 잘 적응해 나갈 수 있는 역할을 할 것으로 기대할 수 있다.

## 2. 결론 및 제언

본 연구의 결과와 이상의 논의를 통해 볼 때 도출한 본 연구의 결론은 다음과 같다.

첫째, 양육 효능감이 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 양육 효능감은 부모소진에 부적영향을 미치는 것으로 나타났으며, 양육 효능감의 하위변인 중에서 부모불안 및 좌절감이 높아지면 부모소진이 높아지고, 부모 효능감이 높아지면 부모소진이 낮아지는 것으로 나타났다.

둘째, 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향을 살펴본 결과 사회적 지지는 부모소진에 부적영향을 미치는 것으로 나타났으며, 사회적 지지 하위 변인 중에서는 평가적 지지가 부모소진에 유의미한 영향을 끼치고 있음을 알 수 있다.

끝으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 부산시에 소재한 유치원에 다니는 만 3~5세 유아 학부모 250명을 대상으로 하였기 때문에 그 결과를 일반화하는 데에 한계가 있다. 그러므로 지역을 확대하여 추가적으로 광범위한 연구를 할 필요성이 있다.

둘째, 본 연구는 만 5세 미만 자녀를 양육하고 있는 어머니를 대상으로 연구를 하였다. 부모소진은 자녀 양육에 참여하는 아버지와 어머니 모두가 경험하는 과정이다. 하지만 본 연구에서는 주 양육자인 어머니를 대상으로 하여 자료를 수집하였다. 이에 후속 연구에서는 자녀의 연령에는 제한을 두지 않고 주 양육자를 아버지와 어머니 모두를 설정하여 연구를 수행 한다면 부모소진의 특성에 대해 보다 구체적으로 살펴볼 수 있을 것으로 기대된다.

## 참고문헌

- 김기현(2000) 맞벌이 부부의 양육스트레스에 영향을 미치는 생태적 관련 변인 탐색: 장애 아동 어머니의 스트레스와 대처행동. 단국대학교 대학원 석사 학위논문.
- 김남희(1992). 유치원의 조직풍토와 교사의 직무스트레스에 관한연구. 한국교원대학교 대학원 석사학위 논문.
- 고미란(2003). 공립 유치원 교사의 직무스트레스와 대처방법에 관한 연구. 원광대 교육대학원 석사학위 논문.
- 고성혜(1994). 어머니가 지각한 양육 스트레스에 관한 연구. **한국 청소년 연구**, 한국청소년개발원.
- 고유빈·하은혜(2010). 어머니의 우울증상과 자녀 우울증상의 상관과 어머니의 표출감정의 매개효과, **놀이치료연구**, 13(2): 63-80.
- 고유미(2010). 어머니의 양육스트레스 및 회복탄력성과 유아의 자기통제력간의 관계. 경원대학교 아동복지학과 석사학위 논문.
- 고은비(2016). 영유아 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김성자·김갑숙(2012). 해결중심이론을 적용한 모-자 집단 미술치료가 모의 양육스트레스에 미치는 효과, **예술심리치료연구**, 8(3): 89-109.
- 김미옥·이애영·남현아(2016). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 우울과의 관계에서 사회적지지의 매개효과. **학습자 중심 교과교육연구**. 16(12): 769-783

- 김미숙, 문혁준(2005). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스 및 양육효능감과 양육행동과의 관계. **Family and Environment Research**, 43(8), 25-35.
- 김상림, 박창현 (2016). 아버지 양육참여와 사회적 지지가 영아기 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향 - 어머니 심리 특성의 매개효과. **한국지역사회생활과학회지**, 27(3), 451-464.
- 김은주, 서영희(2012). 영아기 자녀를 둔 전업주부의 육아경험연구. **육아지원연구**, 7(1), 93-113.
- 김지영(2015) 영아 어머니의 양육태도와 양육스트레스, **스트레스 연구**, 23(2): 91-100.
- 김현미, 도현심(2004). 어머니의 양육스트레스, 양육 효능감 및 양육행동과 아동의 사회적 능력간의 관계. **아동학회지**, 25(6),279-298.
- 남재희(2004). 어머니의 양육효능감과 양육태도 및 자기조절능력간의 관계 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 도경민(2018) 영유아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감과 아버지의 양육 참여가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향, 부경대학교 대학원 석사학위논문.
- 류기자(2006). 영어를 둔 어머니의 양육스트레스 및 사회적지지가 양육효능감에 미치는 영향. 울산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 민정원, 김정원(2018). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육효능감이 행복감에 미치는 영향. **열린부모교육연구**, 10(3), 29-51
- 정옥분(2014). **영·유아 발달의 이해(개정판)**. 서울: 학지사.
- 반영란(1999). 초등학교 병설유치원 교사의 직무스트레스와 대처방안. 영남대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박경희(1995). 사회적 지지가 사회복지사의 직무스트레스에 미치는 영향

- 에 관한 연구. 석사학위 논문, 서울대학교 대학원.
- 박계영(2007). 병설유치원 중일반 담당교사의 전문성 인식과 직무스트레스와의 관계. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박동숙(2020). 영·유아 어머니의 사회적 지지와 양육 효능감의 관계에서 자아 존중감의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사논문.
- 박수경(2002). 자폐자녀를 가진 어머니의 양육 스트레스 대처방안에 관한 연구: 참여관찰법을 사용하여. 경기대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박수연(2010). 부모의 양육스트레스와 유아의 일상적 스트레스에 관한 연구. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박순자(2001). 공립유치원의 조직풍토와 교사의 직무스트레스와의 관계. 원광대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 박주영(2019). 초등 자녀를 둔 어머니의 긍정적 착각이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 양육 효능감의 매개효과. 부산대학교 교육대학원 석사 학위논문.
- 방한별(2007). 기혼남성의 양육태도와 공격성향이 아동특성에 미치는 영향. 경운대학교 사회복지대학원 석사논문.
- 배희분, 옥선화, 양경선(2013). 가족식사 빈도가 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향: 부모와의 의사소통의 매개효과 검증. **한국청소년학회**, 20(4), 125-149.
- 손수민(2010). 영아기 어머니의 부모효능감, 가정 및 사회적 지원이 양육 스트레스에 미치는 영향. **한국유아교육·보육복지연구**,14,267-288.
- 송미혜, 송연숙, 김영주(2007). 유아기 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. **열린유아교육 연구**, 12(5), 165-183.
- 성영혜(1993). 부모의 사회적 지지체계가 아동의 행동에 미치는 영향에

- 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 신미정(2015). 보육교사의 직무만족도, 교사효능감 및 직무성과 간의 관계. 광주교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신숙재(1997). 어머니 양육스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육 행동에 미치는 영향, 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이선경(1997). 아동의 적응에 영향을 미치는 위기요인과 보호요인의 이론적 과정모델. 숙명여자대학교 아동복지학과 박사학위 논문.
- 이윤주, 김진숙(2012) 영유아기 자녀를 둔 기혼여성의 양육스트레스와 우울의 관계: 자아 존중감 안정성의 조절효과와 매개효과. **한국상담학회**, 13(5), 2229-2249.
- 이정신(2009). 양육스트레스와 사회적 지원이 어머니 양육효능감에 미치는 영향. 수원대학교 아동복지학과 석사학위 논문.
- 안인순(2002). 저소득 편모의 자녀양육 스트레스에 영향을 미치는 용인에 관한 연구. 한림대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 안지영(2001). 2~3세 자녀를 둔 어머니의 양육신념, 양육효능감 및 스트레스가 양육행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원박사 학위 논문.
- 이윤석(2010). 취업한 기혼 남녀의 일과 가족 전이; 부정적 전이와 긍정적 전이의 통합적 접근. **한국인구학**, 33(2), 1-31.
- 임원신(2011). 가정의 소득수준, 어머니의 우울 및 관계적 변인(사회적지지, 부부관계, 정서적 부모자녀관계)이 유아의 사회성에 미치는 영향. **아동교육보육행정연구**, 15(4), 53-71.
- 유희아(1996). 어머니의 비합리적 신념이 자녀교육관, 양육태도 및 양육 스트레스에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사논문.
- 유우영(1998). 유아의 사회적 적응에 영향을 미치는 어머니 양육관련 변

- 인의 인과관계. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 유우영, 최진아, 이숙 (1998). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 사회적지지. **한국가정관리학회지**, 16(1), 51-61.
- 윤아람, 정남운 (2011). 상담자 소진: 개관. **한국심리학회지: 상담 및 심리 치료**, 23(2), 231-256.
- 장미나, 한경혜(2015) 일·가족·여가활동 시간 비율로 살펴본 맞벌이 부부의 역할분배 유형과 유형별 일상정서경험. **가족과 문화**, 27(2), 98-129.
- 정계숙, 김미정, 하은실(2012) 어머니의 행복감 및 양육효능감과 유아의 자아탄력성과 관계. **열린유아교육연구**, 17(1), 73-97.
- 장미아(1996). 유치원 교사의 직무스트레스와 대처방법. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조영암(2019). 장애자녀 어머니가 지각한 가족건강성과 삶의 만족도의 관계: 장애수용의 매개효과 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장성오, 김용미(2011). 어머니의 양육스트레스와 소진이 양육효능감과 양육행동에 미치는 영향. **발도로프교육연구**, 3(1), 91-111.
- 장재영(2015). 어머니 양육스트레스가 후속출산계획에 미치는 영향 : 첫 자녀 문제행동의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 최정혜(2018). 유아기 자녀를 둔 부모의 자녀 양육관에 대한 소고. **현대교육연구**, 30(2), 131-146.
- 최윤희·문혁준(2016), 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 온정적 양육행동의 관계에서 가족상호작용의 매개효과, **유아교육학논문집**, 21(6): 417-435.

- 최미리, 이양출 (2012). 노인의 여가 스포츠활동 참가에 따른 생활스트레스와 우울의 관계에서 회복탄력성의 완충효과. **한국체육학회지, 인문과학**, 51(1), 75-90.
- 홍정아(2010). 영아의 성별, 월령 및 어머니의 양육지식, 양육효능감과 영아 발달과의 관계. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 현인순(2018). 장애자녀 어머니의 양육스트레스가 양육유능감에 미치는 영향, 성결대학교 대학원 박사학위논문.
- 황희숙, 이희영, 이경화, 이정화, 신경숙, 윤경미 외(2008). **아동발달과 교육**. 서울: 학지사.
- 황현주(2020). 양육스트레스와 양육효능감의 관계에서 가족탄력성 조절효과 및 의사소통 매개효과 연구. 신라대학교 대학원 박사학위논문.
- 황해익, 송연숙 (1997). 사회적 지지 및 능력에 대한 아동, 부모, 교사 지각에 관한 연구. **유아교육논총**, 7(1), p113-140.
- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(4), 298-301.
- Ball, J. A. (1987). *Reactions to motherhood: The role of post-natal care*. Cambridge University Press.
- Bele, D., Dill, D., & Burr, R. (1991). Children's network orientations, *Journal of Community Psychology*, 19(4), 362-372
- Belsky, J.(1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55, 83-90.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health*. World Health Organization Monograph (Serial No. 2).
- Brinda, M. E., I. Roskam, and M. Mikolajczak. 2020. *Hair Cortisol*

*Concentration as a Biomarker of Parental Burnout.*

Psychoneuroendocrinology.117: 104681.

<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2020.104681>

- Caplan, G, & Killilea, M. (1976). *Support system and mutual help: Multidisciplinary explorations*. New York: Grune & Stratton.
- Cherniss, C. (1980). *Staff burnout : Job stress in the human services*. Beverley Hills: Sage Publications.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Corey, M. S. & Corey, G. (2002). *Becoming a helper*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole..
- Crinic, K. A., & Booth, C. I. (1991). Mothers' and Fathers' Perceptions of Daily Hassles of Parenting Across Early Childhood. *Journal of Marriage and Family*, 53(4), 1042-1050.
- Deater-deckard & Scarr (1996). Child Care Quality and Children's Behavioral Adjustment: A Four-Year Longitudinal Study. *Journal of child psychology and pschiartry and allied disciplines*, 37(8), 937-948.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Environmental Issues*, 30, 159-165.
- Gottlieb, B. (1983). *Social support strategies: Guidelines for mental health practice*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Gross & Rocigsano(1988). Maternal confidence during toddlerhood:

- Comparing preterm and fullterm group. *Research in Nursing & Health*, 12, 1-9.
- House, J. (1981). *Social structure and personality* In M. Rosenberg & R. Turner (Eds), *Social Psychology; Sociological perspectives*. NY; Basic Books.
- Jessor, R (1991). Risk Behavior in Adolescence: *A psychosocial Framework for Understanding and Action* *Journal of Adolescent Health*, 12: pp. 597-605.
- Kulik, L., & Tsoref, H. (2010). The entrance to the maternal garden: environmental and personal variables that explain maternal gatekeeping.
- Lazarus, R. S & Folkman S.(1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Slinger Publishing Co.
- Leerkes, E. M., Burney, R. V (2007). The development of parenting efficacy among new mothers and father. *Infancy*, 12(1), 45-46.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1987). Parental perceptions of children behavior problems, parenting self-esteem, and mother's reported stress on younger and older hyperactive and normal children. *Journal of Consulting and clinical Psychology*, 5(1), 86-99.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco : Jossey-Bass.
- McCarthy, H. (2017), "How to Avoid the Syndrome of Parent BurnOut", <<http://rainbowkids.com/adoption-stories/how-to-avoid-parent-burnout>>

avoid-the-syndrome-of-parent-burn-out-2021>.

- Mercer, R. T. (1985). The process of maternal role attainment over the first year. *Nursing research*, 34(4), 198-204.
- Milkolajczak, M., J. Gross, F. Stinglhamber, A. Lindahl Norberg, and I, Roskam. 2020. Is Parental Burnout Distinct from Job Burnout and Depressive Symptomatology? *Clinical Psychological Science*. 8(4): 673-689.
- Miller, B. C., & Myers-Walls, J. A. (1983). *Parenthood: Stresses and coping*
- Perlman B. & Hartman, E. A. 1982. Burn-out : *Summary and Future Research, Human Relations* Vol. 35, No. 4, p.293.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*: New York: Random House.
- Rutter, M(1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York : McGraw-Hill.
- Sheldon, S. B. (2002). Parents' social networks and belief as predictors of parent involvement. *The elementary school journal*, 102(4), 301-316
- Skovholt, T. M. 2001. *The Resilient Practitioner*. MA: Allyn & Bacon.
- Snyder, C. R., & Lopez, S, J(2002). *Handbook of positive psychology*, New York: Oxford University press.
- Teti. D. M., & Gelfand, D. M.(1991). Behavioral competence among

mothers of infants in the first year. The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62(5), 918-929.

Webster-Stratton, C, & Hammond, M. (1998). Maternal depression and its relationship to life Stress, perceptions of child behavior problems, parenting behavior, and conduct problem. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 16, 299-315.



## 부 록

<부록 1> 양육스트레스.....	53
<부록 2> 부모소진.....	54
<부록 3> 양육 효능감.....	55
<부록 4> 사회적 지지.....	57



# 유아 어머니의 양육 효능감과 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향에 관한 설문지

안녕하십니까?

저는 부경대학교 대학원에서 유아교육을 전공하고 있는 학생입니다.

코로나 19로 인해 힘든 시기에 있음에도 불구하고, 연구에 어머니의 도움이 필요하여 설문지를 부탁드립니다.

본 설문지는 어머니의 양육 스트레스와 소진을 연구하기 위한 것입니다. 질문을 읽으신 후 어머니에게 해당하는 부분에 대해 솔직하게 답변해주시면 됩니다.

응답해 주신 내용은 무기명으로 통계 처리되며, 연구 이외의 다른 목적으로는 사용하지 않을 것임을 약속 드립니다.

귀중한 시간 내어주심에 감사드립니다.

2021년 6월  
부경대학교 일반대학원 유아교육학과  
지도교수: 이희영  
연구자: 남지혜  
문의처: 010 9235 0363

## 1. 양육 스트레스

◆ 다음은 어머니가 자녀를 양육하며 느낄 수 있는 생각들에 관한 질문입니다. 각 질문을 읽으시고 해당하는 답변에 √표시 해주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	'매우 그렇다
1. 나는 종종 내가 잘 해내지 못할 것이라는 생각이 든다.					
2. 나는 자녀에게 필요한 것을 해주기 위해서 내가 예상했던 것보다 더 많은 것을 포기하고 있다.					
3. 나는 부모로서의 책임에 갇혀 있는 기분이 든다.					
4. 나는 자녀를 낳은 후에 새롭고 다양한 일들을 하지 못하게 되었다.					
5. 나는 자녀를 낳은 후에 내가 좋아하는 일들을 거의 하지 못하고 있는 기분이다.					
6. 나는 최근에 나를 위해 옷을 사고도 기쁘지 않다.					
7. 내 삶에 마음에 들지 않는 부분들이 꽤 있다.					
8. 자녀를 낳은 후 배우자와의 관계에서 예상했던 것보다 더 많은 문제들이 있다.					
9. 나는 외롭고 친구가 없는 것처럼 느껴진다.					
10. 나는 모임에 나가면 잘 즐기지 못한다.					
11. 나는 예전만큼 사람들에게 관심이 없다.					
12. 나는 예전처럼 즐겁지 않다.					

## 2. 부모소진

문항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	'매우 그렇다
1. 나는 자녀를 돌보는 일을 하는데 있어 정서적으로 지쳤음을 느낀다.					

2. 나는 저녁이 되면 완전히 지쳐있음을 느낀다.					
3. 나는 하루 종일 자녀를 돌보는 일에 긴장되어 있다.					
4. 나는 자녀를 돌보는 일을 하는데 완전히 지쳤다.					
5. 나는 아침에 일어나 자녀를 돌볼 생각에 피곤함을 느낀다.					
6. 나는 자녀를 돌보는 일에 대해 더욱 냉소적이 되었다.					
7. 나는 현재 자녀를 돌보는 일에 대한 관심이 줄었다					
8. 나는 자녀를 돌보는 일을 하는데 있어 소극적이다.					
9. 나는 자녀를 돌보는 일에 대한 중요성이 의심스럽다.					
10. 나는 자녀를 돌보는 일에서 생겨나는 문제들을 효과적으로 해결할 수 있다.					
11. 나는 현재 자녀를 돌보는 일에 효과적인 기여를 하고 있다고 느낀다.					
12. 내 생각에 나는 자녀를 잘 돌본다.					
13. 나는 자녀를 돌보는 것과 관련하여 무엇을 성취 했을 때 기쁨을 느낀다.					
14. 나는 현재 자녀를 돌보는 일과 관련하여 가치 있는 많은 일들을 이뤄왔다.					
15. 나는 자녀를 돌보는 일을 효과적으로 한다는 자신감이 있다.					

### 3. 양육 효능감

◆ 다음은 자녀 양육의 효능감에 대한 질문입니다. 해당되는 번호에 √표 하세요.					
문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 내 행동이 자녀에게 어떻게 영향을 주는	1	2	3	4	5

지 잘 알고 있다.					
2. 나는 자녀를 돌보는 데 있어 유능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5
3. 나는 자녀가 무엇을 힘들어하는지 누구보다도 잘 알고 있다.	1	2	3	4	5
4. 나는 자녀가 현재 보이고 있는 수준이 그 나이에 는 그럴 수 밖에 없다는 것을 알면서도 짜증이 난다.	1	2	3	4	5
5. 내가 자녀를 가르치고 이끌어 주려고 해도 자녀가 내 뜻대로 잘 따라오지 않아 좌절감을 느낀다.	1	2	3	4	5
6. 나는 좋은 부모가 될 수 없을 것 같아 걱정이 된다.	1	2	3	4	5
7. 나는 다른 사람들이 나로부터 좋은 부모역할을 배울 수 있는 괜찮은 부모라고 생각한다.	1	2	3	4	5
8. 나는 자녀와의 관계에서 생기는 문제를 잘 다룬다.	1	2	3	4	5
9. 나는 자녀가 나를 좋은 부모라고 보는지에 대해 자신이 없다.	1	2	3	4	5
10. 나는 부모로서 아무것도 이룬 것이 없다고 느낀다.	1	2	3	4	5
11. 나는 자녀가 잘못했을 때 자녀 자신이 잘못된 점을 깨달을 수 있도록 잘 설명하고 지도한다.	1	2	3	4	5
12. 나는 부모로서 해야 할 일을 잘하고 있다.	1	2	3	4	5
13. 나는 좋은 부모가 될 수 있는데 필요한 지식과 방법을 잘 알고 있다.	1	2	3	4	5
14. 부모로서 나는 양육에 대해 긴장하고 있으며 불안하다.	1	2	3	4	5

#### 4. 사회적 지지

◆ 어머니의 자녀 양육에 도움을 준다고 생각되는 사람들에 대해서 어떻게 느끼시는지 알기 위한 질문입니다. 각 문항을 읽으신 후 어머니의 의견과 일치하는 곳에 √표 해주십시오.

문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1. 그들은 내가 사랑과 돌봄을 받고 있다고 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
2. 그들은 내가 취한 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가해 준다.	1	2	3	4	5
3. 그들은 내가 필요하다고 하면 아무리 큰 돈이라고 해도 마련해 준다.	1	2	3	4	5
4. 그들은 내가 그들에게 필요하고 가치 있는 존재임을 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
5. 그들은 내가 하는 일에 자부심을 가질 수 있게 나의 일을 인정해 준다.	1	2	3	4	5
6. 그들은 함께 있으면 친밀감을 느끼게 해준다.	1	2	3	4	5
7. 그들은 나의 문제를 기꺼이 들어 준다.	1	2	3	4	5
8. 그들은 배울 점이 많은 존경할만한 사람들이다.	1	2	3	4	5
9. 그들이 자신이 직접 도움을 줄 수 없을 때는 다른 사람을 보내서라도 나를 도와준다.	1	2	3	4	5
10. 그들은 내가 마음 놓고 믿고 의지할 수 있는 사람들이다.	1	2	3	4	5
11. 그들은 나를 인격적으로 존중해준다.	1	2	3	4	5
12. 그들은 내가 잘했을 때는(좋은 결과를 얻었을 때는) 칭찬을 아끼지 않는다.	1	2	3	4	5

13. 그들은 무슨 일이건 대가(보상)를 바라지 않고 최선을 다해 나를 도와 준다.	1	2	3	4	5
14. 그들은 내가 어려운 상황(위기)에 직면했을 때 현명하게 문제를 해결할 수 있는 방안을 제시해준다.	1	2	3	4	5
15. 그들은 내가 의논할 문제가 생길 때마다 나를 위해 시간을 내주고 응해 준다.	1	2	3	4	5
16. 그들은 항상 나의 일에 관심을 갖고 걱정해 준다.	1	2	3	4	5
17. 그들은 내가 몰랐던 사실을 일깨워 주고 확실하게 해준다.	1	2	3	4	5
18. 그들은 내가 결단을 못 내리고 망설일 때 결단을 내리게끔 자극을 주고 용기를 준다.	1	2	3	4	5
19. 그들은 내가 현실을 이해하고 사회생활에 잘 적응할 수 있도록 건전한 충고를 한다.	1	2	3	4	5
20. 그들은 내가 필요로 하는 물건이 있으면 언제라도 빌려준다.	1	2	3	4	5
21. 그들은 나의 의견을 존중해 주고 대체로 받아들여 준다.	1	2	3	4	5
22. 그들은 나에게 생긴 문제의 원인을 찾아내는데 도움이 되는 정보를 제공해준다.	1	2	3	4	5
23. 그들은 내가 기분이 상해있을 때 나의 감정을 이해하고 기분을 전환시켜주려고 노력한다.	1	2	3	4	5
24. 그들은 내가 아플 때 나의 일을 대신해 준다.	1	2	3	4	5
25. 그들은 내가 어떤 선택을 해야만 할 때 합리적인 결정을 내릴 수 있게 조언을 해준다.	1	2	3	4	5

◆ 다음은 자료 분류를 위한 질문입니다. 해당되는 번호에 √하시거나 답을 간단히 적어주십시오.

1. 귀하의 나이는? 만 \_\_\_\_\_ 세

2. 귀하의 성별은? ① 남자 ② 여자

3. 귀하의 자녀의 수는? 총 \_\_\_\_\_ 명

4. 자녀의 성별은 무엇입니까?

첫째: \_\_\_\_\_ 남 \_\_\_\_\_ 여

둘째: \_\_\_\_\_ 남 \_\_\_\_\_ 여

셋째: \_\_\_\_\_ 남 \_\_\_\_\_ 여

5. 자녀의 나이는 만 몇 세입니까?

①첫째 만 \_\_\_\_\_ 세 ②둘째 만 \_\_\_\_\_ 세 ③셋째 만 \_\_\_\_\_ 세 ④넷째 만 \_\_\_\_\_ 세

6. 어머니의 교육정도는 어떠하십니까?

① 초등학교 졸업 ② 중학교 졸업 ③ 고등학교 졸업 ④ 전문대(2년) 졸업 ⑤ 대학교 (4년) 졸업

⑥ 대학원 이상 졸업

♣ 끝까지 응답해 주셔서 대단히 감사합니다 ♣