

주요개념 : 부모자녀관계, 스트레스

## 영유아기 부모-자녀관계에서의 스트레스\*

이 자 형\*\*

### I. 들어가서 말

부모와 자녀 그리고 스트레스라는 용어는 매우 친숙하고 쉬운 것 같으면서도 어렵다. 부모-자녀 관계에서 부모에게는 자녀를 양육하는 역할이 기대되는데 이 일이 쉽지 않아 부모는 스트레스를 받게 된다. 따라서 부모-자녀의 건강을 고려할 때 이렇게 스트레스를 받는 부모를 대상으로 중재하는 것은 중요하다. 또한 그들은 스트레스를 혼자서 해결할 수 없으므로, 이러한 스트레스는 개인, 가족 전체 또 더 나아가 사회적 맥락에서 논의되고 해결을 위한 방안이 제시되어야 할 것이다.

### II. 부모-자녀 관계

#### 1. 현대 사회와 가족

산업화·도시화가 급속하게 진행되는 현대 사회에서는 기존의 질서가 새롭게 형성되고 가족의 구조와 기능에도 변화가 일어난다. 특히 핵가족화

현상은 가족 구조면에서 부모-자녀 관계를 부부관계 못지않게 중요한 가족관계의 축으로 변화시켰고, 심지어는 부부가 자녀를 위해 또는 직업을 이유로 떨어져 사는 '별거 가족'의 경우까지 등장하고 있다. 기능면에서의 가족 관계는 사회 변화와 더불어 권위적 일방적인 관계에서 민주적 평등한 관계의 상호 의존 관계로 변화하고 있다. 한편 부모-자녀 관계는 변하지 않고 자녀를 위한다고 하지만 부모 중심의 무리한 요구를 강요하면서 스트레스를 주고받고 있다.

#### 1) 어머니의 취업

여성의 교육 및 사회 참여 기회가 증대됨에 따라 여성의 경제 활동 비율은 꾸준히 증가되고 있다. 여성 취업자 수는 1980년 522만 명에서 1990년에는 738만 명으로, 그리고 2000년에는 900만 명으로 증가하였다. 이들 전체 여성 취업자들 중에서 기혼 여성이 차지하는 비율은 1980년에는 40.0%, 1990년에는 46.8%, 2000년에는 48.7%, 그리고 2003년에는 48.9%로 계속 증가하였다(한국여성

\* 본 연구는 2005년 부모·자녀건강학회 춘계학술대회에서 발표된 종설논문임.

\*\* 이화여자대학교 간호과학대학 교수  
교신처자 : jahlee@ewha.ac.kr

개발원, 2003). 또한 결혼과 육아기라고 할 수 있는 20대 후반과 30대 전·후반 여성의 경제 활동 참가율은 2003년 현재 각각 60.5%, 49.8%, 58.2%를 나타내 자녀 양육 시기에 여성의 경제활동 참여가 매우 활발함을 보여준다. 정부에서도 여성의 경제 활동 참여를 확대하기 위한 정책을 표방하므로 어린 자녀를 둔 어머니의 취업은 계속 늘어날 전망이다.

영유아기 자녀를 둔 어머니의 취업은 여성에게 많은 부담을 안겨 주게 된다. 취업모는 일과 가족 간의 균형을 유지하면서 직업 역할, 어머니 역할, 주부 역할 등 다양한 역할을 수행해야만 한다. 그 중에서도 취업모가 가장 어려움을 겪는 역할이 바로 어머니 역할이라고 할 수 있다. 취업모를 대상으로 한 조사에서 대상자의 80% 이상이 자녀 양육 상의 문제를 안고 있다고 응답한 것을 볼 때 여성의 취업 여부가 자녀 양육과 직결되는 문제인 것으로 보인다. 특히 영아기의 어린 자녀를 둔 경우에는 문제가 심각하다고 볼 수 있다. 자녀 양육에 있어서 아버지 역할의 중요성이 강조되고 있지만 실제적으로는 어머니가 자녀양육의 대부분을 담당하고 있음이 많은 연구에서 확인되었다.

## 2) 취업모의 어머니 역할 인식

어머니는 아기가 이 세상에 태어나서 처음으로 접하는 사람으로서 어머니를 통해 사회화의 기초가 형성되며 모든 욕구 충족이 가능하다. 사회가 변화함에 따라 어머니 역할에 대한 인식도 변화하고 있지만 자녀양육에 대한 책임은 아직도 어머니 역할의 많은 비중을 차지하고 있다.

구조-기능적 역할 이론에서는 역할 분담이 가족 내에서 성(性)을 중심으로 이루어져 남성과 여성의 역할이 상호보완 되어 가족의 기능이 원활해진다고 보았다. Parsons와 Bales(1955)는 남자의 역할은 도구적 역할로, 여자의 역할은 표현적 역할

로 구분하였다. 표현적 역할이란 사랑을 나타내고, 따스함과 다른 가족 구성원에 대한 정서적인 배려를 뜻한다. 전통적인 관점으로 볼 때 어머니 역할의 기능은 가족 구성원의 중재자이며, 안락하게 하는 안위자이다. 취업 부부에 관한 연구에서 가사와 자녀양육은 여전히 부인이 주로 수행하고 남편은 가끔 참여하며 주로 전형적인 남자의 일반 수행하여 성별에 따라 역할이 구분되어 있음이 나타났다(이미숙, 1995; 이성희, 김태현, 1989). 이와 같이 부부의 역할에 분리를 나타내는 것은 전통적인 역할관이 지속되고 있음을 의미한다.

Hall(1972)은 취업모의 역할을 동시적 역할(simultaneous roles)과 연속적 역할(sequential roles)개념으로 나누어 설명하였다. 취업모 가족에 있어서 부인은 동시적 역할을 수행해야 하는 반면, 남편은 연속적 역할을 수행한다고 보았다. 취업모가 직면하는 중요한 역할 문제는 특정한 역할 내 갈등이라기보다는 다중역할에서 오는 역할 간의 갈등 때문에 야기된다는 것이다. 취업모는 직장에서 일을 하면서도 자녀를 돌보고 그 외의 가사를 동시적으로 돌봐야 하는 이중고에 시달리게 된다. 반면에 취업부의 경우에는 취업모에 비해 수행해야 할 역할이 상대적으로 적을뿐더러 직업인, 아버지, 남편 등과 같은 다중역할을 수행해야 할 경우에도 그 역할들을 동시에 수행해야 하는 경우가 거의 발생하지 않기 때문에 연속적인 특징을 갖는다. Broman(1991)의 연구에 의하면 취업부의 경우 취업 변인이 심리적 건강 향상에 기여하지만, 취업모의 경우에는 직업역할보다는 부부역할 및 가족역할 변인이 심리적 복지 향상에 기여한다. 따라서 취업모의 스트레스는 직업역할에서 오는 어려움보다 어머니 역할, 부인 역할 등 가족 내 역할 상의 어려움과 직접적으로 관련이 있다는 것이다. 이상에서와 같이 취업모는 여러 역할 중에서도 어머니 역할, 부인 역할 등 가족 내 역할

에 따른 어려움과 갈등이 많고, 자녀양육에 있어서 전통적인 역할 인식이 남아있음을 알 수 있다. 따라서 취업모의 스트레스는 부모-자녀 관계와 양육스트레스에 영향을 미칠 것으로 생각된다.

## 2. 부모의 역할

전통적으로 아버지는 가족의 가장으로서 대외적인 역할을 담당하게 되고, 어머니는 가정주부로서 가사일과 육아 등을 맡게 되는 기능적 역할과 표현적 역할로 구분되어 왔다(Parsons & Bales, 1955). 그러나 사회가 변화함에 따라 이러한 역할 구분은 현대의 젊은 부모들로부터 서서히 변화하고 있으나 한편으로는 여전히 자녀 양육은 어머니 혼자만의 역할이며 자녀의 성장 발달을 위해서는 어머니의 보호와 교육이 가장 중요하다고 생각하는 인식이 공존하고 있다.

영유아기는 변화가 가장 빠른 속도로 이루어지는 시기이다. 부모는 자녀의 연령이 증가함에 따라 신체적인 도움을 주는 사람에서 문화적인 기대에 따라 적절한 행동을 할 수 있도록 심리적 도움을 주는 사람으로 변화하게 된다. 또한 자녀에 대한 통제도 신체적인 방법에서 심리적이고 언어적인 방법으로 변화된다. 이와 같이 영아기와 유아기는 부모 역할에 있어서 다소 차이를 보이므로 구분하여 살펴보고자 한다.

### 1) 영아기의 부모역할

아기의 탄생은 부모에게 한없는 기쁨인 동시에 많은 부담과 어려움을 안겨준다. 이 시기의 자녀는 절대적으로 무력하고 의존적인 존재로서 24시간 보호와 양육이 필요하다.

신생아기에는 아기의 신체적 안정과 성장을 위한 배려가 가장 중요한 일로서 생리적 보호에 집중된다. 백일 전후부터는 사회적 상호작용도 활발

해 지고 신체 활동과 감각 경험도 즐기게 되므로 부모의 역할도 이에 따라 변해가게 된다. 영아기는 눈 맞추기와 웅얼이 등 아기와의 놀이가 시작되고, 체중과 신장 등 신체 성장이 가장 빠른 시기인 동시에 앉기, 기기, 서기와 걷기 등의 행동을 학습하고 울음, 웅얼이, 단어 등으로 언어 발달을 하는 시기이다. 또한 생후 1년 동안 자신을 지속적으로 돌보고 먹이고 말을 걸고 안아주는 사람과의 특별한 관계, 애착을 기본으로 한 기본적 신뢰감을 형성하는 결정적 시기이다. 그러므로 영아기 자녀를 둔 부모는 영아의 발달 특징을 알고, 신뢰감 형성을 위해 노력해야 한다.

그러므로 이 시기에는 부모와 영아의 상호작용의 질이 매우 중요하다. 부모는 일관성 있는 태도로 안아주고, 이야기를 걸어주며 웃어주고 사랑을 표현해야 한다.

#### (1) 양육하고 보호한다.

영아는 다른 사람의 보살핌 없이는 생존이 불가능하고 자신의 욕구를 만족시킬 수 없기 때문에 영아기 자녀의 부모역할 중 가장 중요한 것은 양육자·보호자로서의 역할이다. 부모는 영아의 생존과 건강을 위해 신경과 관심을 쏟으면서 많은 시간을 보내게 된다. 영아가 점차 이동능력을 갖게 되고 활발하게 움직이게 되면 영아를 돌보고 보호하기가 힘들다고 느끼게 된다. 이때 주된 역할은 영아가 다치거나 아프지 않도록 보호하고 양육하는 역할이다.

#### (2) 신뢰감 형성을 돕는다.

에릭슨은 영아기가 기본적 신뢰감 형성기라고 제시하였다. 이 시기에 부모가 민감하고 일관성 있게 영아의 욕구를 충족시켜 주면 영아는 부모에 대해 안정된 애착과 기본적 신뢰감을 형성하게 되고, 이것은 모든 인간관계의 기초가 된다. 반대로 무관심하고 일관성 없이 영아를 돌보는 경우에는 타인에 대해 불신감을 발달시키게 된다.

### (3) 발달 자극을 제공한다.

피아제는 영아기를 감각운동기라 하고, 풍부한 감각적 경험이 필요함을 강조하였다. 영아는 주위의 모든 사물에 대해 호기심을 가지고 탐색하는데, 이러한 활동을 통해 학습이 이루어진다. 영아가 스스로 주변 환경을 탐색하게 하고 호기심과 흥미를 끝만한 놀이 환경과 자료를 준비해 줌으로써 마음껏 만지고 느끼고 움직일 수 있는 기회를 다양하게 제공해 주는 것이 필요하다. 따라서 영아에게 흥미 있고 매력적인 환경을 조성해 주고 동시에 풍부한 감각자극을 제공해 줌으로써 인지 발달이 촉진될 수 있다.

영아기는 감각 운동적 지능의 발달기이기 때문에 풍부한 감각적 경험과 다양한 동작 경험을 하도록 환경을 꾸며주는 일이 중요하다. 실제로 영아들에게 이러한 경험을 중요하게 제공해 주려면 부모의 많은 노력이 필요하다.

## 2) 유아기의 부모 역할

유아기 아동은 빠른 신체, 언어, 인지 발달을 이루면서 기본적인 생활 습관을 습득하고 행동반경이 넓어지며 환경에 대한 호기심을 갖고 탐구한다. 특히, 부모로부터 자신을 독립적인 개인으로 인식하여 자아가 형성되고 자율성이 형성되고, 언어가 발달하며 또래 친구와 관계를 맺고 교류를 하게 되는 친사회적 행동도 발달하게 된다.

유아에게 필요한 것은 부모의 따뜻한 관심과 애정이 일관되고 지속적으로 이루어지는 것이다. 이를 통하여 유아는 안정되고, 타인에 대해 너그럽고 친밀한 관계를 지속하고 세상에 대해 낙관적으로 된다. 부모는 적절한 행동, 가치, 태도를 기르기 위해 자녀와 더욱 활발히 상호작용 해야 한다. 부모의 상호작용 방식과 양육 및 통제 방법에 따라 유아의 발달 과업 성취도가 달라지기도 한다. 특히 유아기는 모든 면에서 인생의 기초가 다

져지는 중요한 시기이므로 유아의 왕성한 탐색 욕구를 충족시켜줄 수 있는 풍부하고도 안전한 환경의 마련, 자율성 발달에 따른 일관성 있는 일상생활 습관 지도, 지적 능력 발달에 따른 학습 환경의 제공, 주도성 발달에 따른 긍정적 자아개념 및 사회성 발달 도모 등 부모의 역할이 매우 다양하며 중요하다.

### (1) 양육한다.

유아의 생리적 욕구를 충족시키고 보호하는 차원을 넘어서 건강하게 발달하고 적응할 수 있도록 양육해야 한다. 유아는 자조능력이 발달하면서 자기주장이 강해지고 반항과 거부를 하게 되는데, 이때 지나치게 간섭하지 말고 적절한 제한을 가하여 일관성 있고 긍정적인 태도로 양육해야 한다.

### (2) 훈육한다.

자녀에게 기본적인 규칙과 제한을 두며, 이를 잘 지키게 하기 위해 훈육하게 된다. 훈육은 유아를 지도하는 구체적인 행동으로서 부모는 어떤 형태로든지 자녀의 행동을 통제하게 된다. 상과 벌은 가장 흔한 훈육의 형태로서, 자녀를 바르게 훈육하기 위하여 사용하는데 지나친 벌은 거부감을 주거나 마음에 상처를 남기기 쉽다. 유아가 바람직한 행동을 수행하도록 여러 가지 긍정적인 훈육 방법을 사용해야 한다.

### (3) 자아 개념 발달을 촉진한다.

자아 개념은 유아가 성장하면서 경험을 통하여 습득한 자기 자신에 대한 개념으로서 자신이 속한 환경에서 의미 있는 사람들과의 상호작용을 통하여 발달하게 된다. 유아는 자아 개념을 통하여 모든 것을 이해하고 평가하기 때문에 유아 행동의 중요한 기초가 된다. 그러므로 부모는 유아가 긍정적인 자아 개념을 형성하도록 자녀의 의견을 수용하고 존중함으로써 긍정적인 경험을 풍부하게 제공해 주어야 한다.

### (4) 자율성 발달을 돕는다.

두 돌을 전후하여 유아는 언어로 자신의 의사표현을 간단하게 할 수 있으며, 이동능력이 발달하고 자신이 부모나 타인에게 영향을 미칠 수 있다는 사실을 알기 시작한다. 유아는 활발하게 주위를 탐색하고자 하며 이를 저지하려는 부모와의 사이에서 갈등을 경험할 수 있다. 이 시기의 자기주장은 '제1반항기'라는 특징에서 드러난다. 이때 부모가 지나치게 유아의 요구를 제한하지 않으면서, 주위를 탐색하도록 적당하게 인정하고 격려해 주면 유아는 자율성을 발달시키게 된다. 그러나 부모가 탐색을 막고 지나치게 행동을 제한하면 수치심이 생기고, 자신의 능력에 대해 회의가 생긴다.

(5) 주도성 발달을 돕는다

유아기에는 이동능력이 발달함에 따라 자신의 환경을 능동적으로 탐색하고자 하는 욕구가 나타나게 된다. 이 때 유아가 새로운 일을 시도하여 성공하게 되면 주도성이 발달되어 새로운 시도를 계속 확대하게 된다. 그러나 자주 금지 당하거나 실패를 맛보게 되면 수치심과 자신의 능력에 대한 회의를 갖게 된다. 부모는 새로운 환경을 주도적으로 탐색해 볼 수 있도록 다양한 경험을 제공해 주며, 유아가 시도하는 것에 대해 관심을 보이고, 도움이 필요한 경우에는 지원해 줌으로써 주도성을 발달시키는데 협조해야 한다.

(6) 학습경험을 제공한다.

유아에게 필요한 학습경험으로는 자조기술(배변 훈련, 숟가락과 젓가락 사용법, 혼자 옷 입는 일 등)의 발달과 사회, 언어, 인지 발달에 관련된 것이다. 배변훈련은 유아가 준비 될 때까지 기다려 주고 부드러운 분위기에서 행해져야 하며, 성공했을 때에는 많은 칭찬으로 격려해 주고 실패에 대해서는 덮어 주는 것이 좋다. 또한 배설물에 대해 너무 민감하게 반응하거나 부정적인 표현은 피해야 하며, 훈련을 실시하는 중에 배설이 자연스러운 과정임을 느끼게 하는 것이 중요하다.

유아는 환경과의 경험을 통해 많은 것을 학습할 수 있다. 부모는 유아의 흥미와 능력에 적합한 학습경험을 풍부하게 제공해 줌으로써 유아의 발달을 촉진해야 한다. 신체적인 측면에서 매우 활발하게 활동하기 시작하므로 신체를 움직이는 경험을 충분히 제공해 주어야 하며, 신체발달을 저해하는 요인들을 제거해야 함은 물론 보다 나은 생활 환경을 마련해 주어야 한다. 후기에는 운동력과 활동력이 매우 왕성하기 때문에 놀이터와 같이 마음껏 뛰어놀 수 있는 공간에서 놀 수 있는 충분한 기회를 제공하는 것도 무척 바람직하다. 그러나 재미있는 활동인 경우 자신의 신체적 한계를 넘어서까지 계속하려고 하므로 피곤을 느끼지 않도록 적절한 시간에 쉬 수 있게 조절해 주어야 한다.

(7) 사회 발달을 돕는다.

부모와의 관계뿐 아니라 또래와도 잘 어울릴 수 있도록 상호작용의 경험을 제공해 주는 것이 필요하다. 또한 유아기에 인식하는 방법, 성인과 대화할 때의 태도, 자신의 의사를 정확하게 표현하는 방법 등을 학습할 수 있도록 한다. 역할놀이나 소꿉놀이 등 함께 하는 놀이과정 등에서 학습할 수 있도록 경험을 제공해 주어야 한다.

(8) 인지 발달을 돕는다.

유아는 전조작기에 해당되므로 부모는 유아가 사물과 사건을 어떻게 보는지 그 특성을 고려해 세심한 환경 조성과 적절한 자극을 주어야 한다. 언어 발달 측면에서는 유아의 언어에 대해 민감하게 반응해 주고, 잘못을 수정해 줌으로써 촉진자로서의 역할을 수행해야 한다. 유아의 언어적 상호작용을 통한 기본개념 형성을 위해 사물의 이름을 반복해서 말해 줘야 한다. 또한 사물의 이름과 그 사물이 가진 기능과 특성들에 대해 관심과 흥미를 갖도록 하기 위하여 유아가 말할 때 강화해 주고, 올바른 언어 모델자로서의 역할을 해야 한다.

### 3) 아버지의 특별한 역할

우리에게는 아직도 어머니가 아기의 주된 양육자라는 인습이 깊이 자리 잡고 있다. 즉 어머니가 가장 적합한 부모라는 생각을 한다. 그러나 남자들에게도 아이를 양육할 수 있는 능력이 있으며, 아이도 어머니에게 하는 것과 똑같이 아버지에게도 애착 관계를 형성한다.

자녀의 발달에 미치는 아버지의 특별한 역할과 중요성이 있다.

#### (1) 자녀의 지적 발달

어른들은 잘 구별하지 못해도, 아이들은 어머니와 아버지의 차이를 매우 예민하게 구별하며, 이 차이는 아이에게 매우 자극적이다. 아버지와 어머니가 비슷한 방식으로 아기를 보살피는 것 같지만, 한 사람은 목소리가 굵고 낮으며, 움직임도 다르다. 또한 체취가 다르고, 피부 느낌이 다르며, 안는 자세도 다르다. 그러므로 아기는 사람에 따라 각기 다른 욕구를 채워준다는 것을 배우게 된다.

아이들은 배고프거나 피곤할 때 어머니를 찾으며, 자극적이고 활동적인 놀이를 하고 싶을 때에는 아버지를 더 찾는다. 아버지들은 어머니보다 신체적인 활동에 더 적극적이다. 아기 양육에 적극적으로 깊이 참여하는 아버지들은 아기가 새로운 사물을 탐색하고 조사하도록 자극하는 경향이 있다.

어머니, 아버지 모두와 좋은 관계를 맺고 있는 아이들은 아버지와 긴밀한 관계를 맺지 못한 아이들에 비해 호기심과 탐구심이 더 강하여 주변을 좀 더 적극적으로 탐색하고, 사물을 조작하는 능력 또한 더 빠르며, 복잡하고 새로운 자극에 더 자신감 있게 대처한다.

#### (2) 자녀의 사회성 발달

부모 모두와 긍정적인 관계를 발달시킨 아이들은 자신의 주변을 보다 편안하고 안정되게 느끼며 다른 사람이 안아주는 것을 좋아한다. 그러나 불

안정한 아이들은 낮을 심하게 가리며 어머니에게 짜증스럽게 매달린다. 어린 아이들은 누군가가 와서 먹여주고 젖은 기저귀를 갈아주기만 기다리는 수동적인 존재가 아니다. 아기들은 태어날 때 자신의 환경을 탐색하고, 영향을 미치도록 동기화되어 있다.

신생아도 기본적인 사회능력이 있으며, 다양한 사람들에게 여러 가지 반응을 보인다. 신생아들은 어머니뿐 아니라 아버지와도 상호작용을 통해 적극적으로 학습하는 사회적 존재이다. 가정에서 아버지와 어머니의 행동을 비교하면, 아버지들은 아기와 자발적인 놀이를 하는 데 많은 시간을 보내는 반면, 어머니들은 아기를 달래고 돌보는 일을 하는 데 더 많은 시간을 보낸다.

#### (3) 자녀의 자율성과 독립심의 성취

아버지가 아이와 규칙적인 관계를 맺는다면, 어머니에 비해 자율성과 독립성의 발달에 더 많은 영향을 준다고 한다. 어떤 어머니들은 다칠 것을 지나치게 염려한 나머지, 아기가 자신의 생활 주변을 탐색하고 새로운 행동을 익히려는 시도와 노력을 과잉으로 간섭함으로써 자율성과 독립성 발달에 방해가 되기도 한다.

아버지와 아기의 상호작용은 앞으로의 아기 발달에 큰 영향을 미친다. 여기서의 상호작용이란 먹이고, 기저귀 갈아주고, 아기와 같이 있는 것만을 의미하는 것은 아니다. 아기의 웅얼어나 서툰 단어에 기뻐하며, 반응해주고, 함께 움직인다거나 부모가 집안 일하는 것을 관찰하게 하는 등의 일대 일 활동을 말한다.

#### (4) 자아 존중감의 발달

규칙적인 시간에 집에 들어오는 아버지들은 많지만 아이와 긴밀한 상호작용을 하는 아버지들은 흔하지 않다. 아이들이 출, 퇴근 시간에 지나치는 아버지만을 본다면 아이들은 성인 남자에 대해 왜곡된 생각을 하게 될 것이다. 이런 경우 아버지를

긍정적으로 묘사하지만, 정작 자신에 대해서는 무가치하게 생각한다. 왜냐하면 그렇게 바쁘고 중요한 아버지가 자신들과는 별 관계가 없기 때문이다. 아이들은 어른인 부모가 함께 시간을 보내고 돌아올 때 스스로를 가치 있다고 느끼게 된다.

아버지가 양육에 적극적으로 참여하고, 아이에 대해 긍정적으로 기대를 할 때 어린 아이는 성 역할 정체감, 자아 존중감, 지적, 사회적 능력의 발달에 더 좋은 영향을 미친다. 아이들마다 개인차는 있지만, 어머니 아버지 모두에게 격려와 지지를 받는 아이들은 자기 자신을 편안하게 받아들이고, 자신감을 발달시켜 나간다.

### Ⅲ. 자녀 발달 단계에 따른 부모의 스트레스

#### 1. 자녀 양육 스트레스

부모 역할을 수행하는 것도 스트레스다. 자녀의 존재는 부모에게 기쁨과 만족을 주기도 하지만 한편 자녀에 대한 책임과 이에 따른 부담이 동반되기 때문에 자녀 양육은 스트레스로 작용하여 부정적인 영향을 미치기도 한다. Crnic과 Booth(1991)는 양육스트레스를 유아의 발달과 행동에 관련된 부모의 인식과 개인적 성격과의 상호작용을 통해 복잡하게 만들어지는 변화와 과정으로 설명하고 이와 같은 변화 과정에서 경험하게 되는 스트레스는 정상적인 생활의 일부로 인식된다고 하였다.

#### 1) 영아 부모의 스트레스

##### (1) 자녀의 출생

들만의 생활에 익숙해 있던 부부에게 아기가 생기면, 이 생명의 탄생은 기쁨인 동시에 스트레스의 시작이라고 할 수 있다. 아기로 인해서 집안 일이 두 배가 되고 잠자는 시간이 뒤틀려서 들

보는 부모가 애를 먹는다. 또한 필요한 용품 등을 구입하느라 가게에도 부담이 크다.

특히 첫아이를 갖게 된 부모는 기뻐하면서도 어떻게 하면 아기를 잘 기를 수 있을까하는 생각으로 스트레스를 겪게 된다. 여러 가지 책, 이웃이나 친척들의 조언을 듣기도 하지만, 서로 다른 말을 하거나 지키기 어려운 경우도 있어 방법을 찾기 어렵다.

Holmes와 Rahe(1967)는 사람들이 일상생활에서 부딪치는 여러 가지 일들로부터 생기는 스트레스에 순위를 매겼는데 아기의 출산이 전체의 14위를 차지하고 있다. 또한 아기가 생김으로 인해서 어머니 자신의 생활 습관이 침해당하는 데 따르는 스트레스는 29위에 해당한다.

〈스트레스 순위〉 - Holmes and Rahe

순위	생활 속의 사건	평균치
1	배우자의 사망	100
2	이혼	73
3	별거	65
4	감옥에 갇힘	63
5	가까운 가족의 사망	63
7	결혼	50
12	임신	40
14	출산	39

첫아이를 양육하는 부모들은 아기 키우는 것에 대해 잘 알지 못하는 데서 오는 스트레스와 아기로 인한 생활상의 변화에 적응해야 하는 스트레스, 그리고 아기가 성장함에 따라 민감하게 대처해야 하는 상황 등에 스트레스를 느끼게 된다. 대부분의 사람들은 무의식적으로 자기가 성장한 방식대로 자신의 아이를 양육하기 쉬우며 새로운 방식을 사용한다 해도 일정한 기준이 없기 때문에

혼란을 겪게 된다(Spoke, 1990).

어떤 경우에는 한 아이를 키우며 어머니와 아버지가 서로 다른 양육 방식을 고집하는 상황이 발생할 수 있다. 이런 경우에 아이가 혼란을 일으키는 것은 물론이고 부부간의 갈등이 생겨 심각한 지경에 이를 수 있다. 이것은 어떤 양육 방식이 더 좋은 것인가를 가리기에 앞서 중요하게 생각해 보아야 할 점이다. 바람직한 양육 방식은 지나친 권위를 내세워 아이의 행동이나 의견을 억누르고, 아이의 연령과 개성을 무시하지 않으면서 부모 자신의 신념대로 키우는 것이다. 부모 나름대로 몇 가지의 규범을 정해 놓고, 이 정해진 규범에 대해서는 엄격하면서 나머지 것들에 대해서는 아이의 태도와 의견을 존중하는 것이 바로 민주적 양육 방법이다.

### (2) 첫아이와 과잉기대

첫아이를 기르는 부모는 대개 아이에 대해 지나치게 신경 쓰고 간섭하며 많은 것을 기대하게 된다. 이런 경우 부모뿐 아니라 아이 역시 심각한 스트레스에 시달린다. 첫아이는 초보 어머니, 아버지의 기대와 간섭을 받으면서 성장한다. 혼자 잘 노는 때에도 아이에게 무엇인가를 가르치면서 그것을 해보라고 시키거나 아이를 지나치게 감싸며 키우는 것은 별로 나쁠 것 같지 않지만, 오래 지속되면 아이는 수줍어하고 소극적인 성격으로 자랄 뿐 아니라 부모에게 실망감을 안겨주게 된다(Spoke, 1990).

요즘에는 자녀수가 적기 때문에 자녀 모두에게 지나친 기대를 표현하는 경향이 있다. 또한 부모가 자신의 성장 과정에 열등감이 있거나 첫아이가 남자 아이인 경우에도 아이에게 지나친 압력과 간섭이 가해진다. 아이를 통해 대리만족을 얻고자 하는 보상심리가 아이에 대한 지나친 기대로 나타나기 때문에 어린 자녀를 몇 개의 학원에 보내는 현상이 나타나기도 한다.

그러나 모든 아이들이 부모가 원하는 방향으로 재능을 발휘하거나 능력을 갖고 있는 것은 아니다. 부모의 지나친 기대가 바로 부모 자신의 스트레스인 것이다. 부모의 좌절은 어떻게 해서든 아이에게 전달되기 마련이고, 이러한 부모의 좌절은 아이의 열등감으로 나타나게 되는 악순환을 하게 된다.

### (3) 출산 후 부부관계

새롭게 부모가 된 사람들은 이전에 누렸던 남편과 아내 둘만의 의사소통 시간을 더 이상 가질 수 없게 된다. 아기는 낮과 밤이 뒤바뀌어 생활하고, 잠잘 때에도 깊게 잠들지 못하여 자주 깨기 때문에 부모들은 지쳐서 부부간에 이야기하는 시간을 거의 갖지 못한다.

가족이 세 사람으로 늘어나면서 복잡한 형태의 가족관계가 되고 문제는 다양해진다. 어머니는 대부분의 시간을 아기만 돌보며 생활해야 하고, 소외감을 느끼는 아버지는 가정 밖으로 댄들면서 전처럼 관심을 가져주지 않는 아내의 태도를 불평한다. 부부사이에는 틈이 생기고 각자는 스트레스에 시달리게 되는 것이다.

아기의 출생으로 인해 생기는 이 문제를 해결하기 위해서는 역할 재조정이 필요하다. 즉 남편이 가사 일에 참여하는 비율을 높여야 하며, 아내는 피곤하더라도 남편과 함께 하는 시간을 늘리고 남편의 도움을 구하도록 노력해야 한다.

### (4) 맞벌이와 자녀양육

맞벌이 부부의 증가와 여성의 사회적 진출 확대 현상은 사회의 변화와 함께 아이에게도 영향을 미친다. 직장에 다니는 어머니들은 아이를 보살피 줄 사람을 구하거나 탁아 시설에 아이를 맡긴다. 이도 저도 구하지 못하는 상황의 어머니들 중에는 아이가 나오지 못하도록 방문을 잠그고 나갔다가 참변을 당한 경우도 있다.

아이를 돌보는 손길이 부족한 보육시설에서 성



장한 어린이는 신체 발달, 지능 발달, 정서 발달 등의 측면에서 장애를 가질 수 있다는 연구 결과들이 있다. 또한 생후 2년 동안의 보살핌에 의해 아이의 성격이 결정된다는 주장도 있다. 아기가 가지는 욕구에 부모가 무감각하거나, 제때에 적절한 대응을 하지 않으면 아이의 성격은 우울해지거나 무감동해지기 쉽다는 것이다. 그러나 이와 반대되는 연구 결과들도 있다. 즉 탁아시설 등에서 남의 손에 의해 양육된 아이가 반드시 심리적, 정서적 문제를 갖는 것은 아니며, 잘 훈련받은 교사나 보모들이 양육을 담당한다면 문제가 발생할 가능성이 줄어든다는 것이다.

맛벌이 부모들이 당면하는 또 한 가지 문제는, 아이에게 미안함과 죄책감을 느끼기 때문에 아이의 요구를 무조건 받아주기 쉽다는 것이다. 그러다 보면 아이의 기본 습관이 대부분 형성되는 중요한 시기에 투정이 심하고 버릇이 없는 아이의 행동을 묵인하며 지내기 쉽다.

지나친 죄책감은 아이에게 나쁜 영향을 미치며, 어머니 자신이 두 가지 역할을 적절하게 수행하지 못하게 방해할 수 있으므로 지나친 죄책감은 갖지 않는 것이 좋다.

## 2) 유아 부모의 스트레스

### (1) 양육 문제

유아로 성장한 자녀는 여러 면에서 부모 역할에 변화를 유도한다. 말을 배워서 자신의 감정을 표현하기 시작하고 마음에 내키지 않을 때는 고집을 부리기도 한다. 행동 범위가 넓어짐에 따라 부모가 제한을 주어야 할 상황이 종종 발생한다.

이 시기의 부모들은 대부분 자녀를 어떻게 훈육해야 하는지에 대해 고민한다. 어떤 양육 방식이 바람직한 방법인지, 그 방법은 구체적으로 어떤 것인지, 자녀에게 저주는 것이 좋은 방법인지, 아니면 권위를 내세워 이겨야 하는 것인지, 벌은

효과적인지, 칭찬은 어떻게 해야 하는지 등등 양육 방식에 대한 크고 작은 문제들을 고민하고 걱정하게 된다. 이런 의문은 유아기에 접어들면서 부정 많이 생기며, 자녀가 성장하면서 계속해서 지니게 되는 스트레스의 주요한 내용이라고 할 수 있다.

### (2) 교육 문제

유아기 자녀를 둔 부모는 많은 계획을 세운다. 자녀의 교육을 위해 저축이나 보험 등에 신경을 쓰고, 학교에 들어가기 전에 기초적인 학습 지도를 시켜야 되지 않을까 같고, 또 특기 교육 하나쯤은 시켜야 한다고 생각한다.

다른 사람으로부터 '아이가 참 똑똑하네요. 학교에 들어가면 공부 잘 하겠어요.'라는 말을 들으면 부모는 기분이 좋다. 내 아이만큼은 다른 아이들보다 우수했으면 하는 생각이 모든 부모들에게 지배적인 것도 사실이다. 바램이 많을수록 부모들은 자녀의 교육과 관련된 스트레스를 많이 갖고 있다.

### (3) 자녀 행동 문제

지나치게 공격적이거나 싸움을 자주 하는 아이, 소심하고 위축된 모습을 보이는 아이, 주의가 산만하고 집중력이 없는 아이, 고집이 세거나 짜증을 잘 내는 아이 등 아이들의 행동에는 많은 문제가 생길 수 있다.

부모는 자녀가 영아기에서 유아기로 접어들게 되면서 좀 더 뚜렷하게 자녀 행동상의 문제에 직면하게 되고, 자녀의 문제 행동을 어떻게 바로잡아야 할지 몰라 근심하게 된다. 뿐만 아니라 그러한 행동 문제에 의해 부모 스스로 느끼는 우울이나 좌절 등도 스트레스의 한 요인이 된다. 부모는 자신에게 문제가 있는 것은 아닌지, 부모로서 제대로 하고 있는지, 또는 자녀의 문제를 영영 바로 잡을 수 없는 것은 아닌지 등의 여러 가지 생각들로 복잡하기만 하다.

## 2. 양육스트레스와 관련된 선행 연구

양육스트레스와 관련하여 영유아의 특성, 어머니의 특성 및 생활스트레스의 세 요인으로 나누어 살펴보았다.

양육스트레스는 주 양육자의 특성 뿐 아니라 영유아의 특성에 의해 유발될 수 있다. 즉 영유아 특성에 따라 상황의 변화를 다르게 받아들이고 다르게 대처하는데, 그러한 대처 방식의 차이가 양육자인 어머니의 행동에 영향을 주게 된다.

영유아의 성별과 양육스트레스를 다룬 연구는 일관된 결과를 얻지 못하였다. Crnic과 Greenberg (1990)의 5세아의 어머니를 대상으로 한 연구에서는 남아의 어머니가 여아의 어머니보다 아동의 행동 특성으로 인한 스트레스를 보다 많이 지각하였다. 이와 같은 결과를 보고한 국내 연구(신숙재, 1997; 홍희란, 2002)도 있었으나, 영유아의 성별에 따른 양육스트레스의 차이가 나타나지 않은 연구(김기현, 1997)도 있었다.

영유아의 연령과 관련된 연구에서 영아기는 성인의 끊임없는 신체적 보살핌과 주의를 필요로 하는 시기이므로 어머니의 일상 스트레스가 높게 나타났다(Crnic & Greenberg, 1990). 또한 국내도 임선희(1999)와 유우영, 최진아, 이숙(1998)의 연구에서 자녀 연령이 낮은 집단 어머니의 양육스트레스가 더 높게 나타났다.

자녀수와 스트레스와의 관계는 취업모의 경우(김리진, 2000), 또한 어머니의 취업 여부에 관계 없이 자녀수가 많을수록 스트레스 점수가 높게 나타났다(조혜송, 1997).

주 양육자인 어머니의 특성은 연령과 교육수준과 관련된 선행 연구에서, 젊은 어머니가 나이 든 어머니보다 자녀 양육에 대해 부정적 태도를 갖고 비현실적인 기대를 하고 양육 기술이 부족하여 양육스트레스를 더 많이 받을 가능성이 있다는 반면,

김기현(1997)의 연구에서는 어머니의 연령에 따른 양육스트레스의 차이가 없는 것으로 나타났다.

어머니의 교육수준에 따른 심리적 스트레스는 유의한 차이가 없다는 연구결과(옥선화, 정민자, 1992)가 제시된 반면, 고학력일수록 스트레스의 양도 적고, 심리적 손상도 적고 어머니로서의 역할 수행에 따른 부담을 덜 겪으며 자신감을 보인다는 연구결과(남유리, 1989; 유희정, 1992)도 제시되었다. 한편, 교육수준이 높을수록 자녀 양육스트레스가 높게 나타나는 연구결과(김리진, 2000)도 있어 일관되지 못하다.

어머니의 취업 유무와 스트레스와의 관계를 다룬 연구 결과는 일치되지 않는다. 취업모 가정에 취학 전 자녀가 있을 경우 어머니는 많은 양육스트레스와 긴장을 경험하게 되고 취업 주부가 더 많은 스트레스를 경험한다는 결과(김경아, 1990; 황인향, 1993)가 있으나 비취업 주부는 취업 주부에 비해 자신을 무가치하게 느끼며, 정신적 갈등과 심리적 불안을 경험하는 등 스트레스 수준이 높다(남유리, 1989; 박해미, 1994)는 결과도 보고되었다.

## IV. 부모의 스트레스 해결 방안

대부분의 부모들은 자녀에게 어떤 문제가 생겼거나, 자녀의 행동으로 인해 부모 자신이 괴로울 때에만 그 대처방안을 찾는다. 중요한 것은 자녀를 대하는 자신의 기본 태도를 항상 점검하는 일이다.

### 1. 민주적인 부모-자녀 관계를 형성한다.

자녀는 부모의 부속물이 아니며 아무리 어린 자녀라 하더라도 부모와 동일한 독립된 인격체로 존중받아야 할 존재라는 사실을 잊어서는 안 된다.

다. 부모는 자녀의 모든 행동을 통제해야 하거나, 모든 행동을 허용해 주는 사람이 아니다.

민주적인 부모-자녀 관계는 존중하고 양육하는 기술에 의해 형성된다. 자녀를 존중하고 이해한다고 해도 이를 적절한 행동으로 표현하기는 쉽지 않다. 유아기부터 부모-자녀 관계가 민주적으로 형성되면 자녀가 학교에 들어가고 청소년이 되어도 부모-자녀 관계는 원만할 것이다. 권장할 만한 적절한 양육기술은 다음과 같다.

- 벌 대신에 격려한다.
- 부모의 감정을 솔직하게 표현한다.
- 아이의 숨겨진 감정을 파악하고 적절한 반응을 한다.
- 일관성 있게 대한다.
- 긍정적인 반응을 한다.

## 2. 자녀 행동에 대해 바른 판단을 한다.

문제 행동이란 같은 또래의 아이들과는 다른 이상한 행동을 보인다거나, 그 행동이 일어나는 횟수가 많고 지속 기간이 길거나 정도가 보통 이상으로 심한 경우, 문제 행동의 수가 많은 경우라고 할 수 있다. 그러나 어떤 고정된 틀이 있어서, 이 틀을 기준으로 아동의 행동을 '문제'와 '정상'으로 구분하는 것은 바람직하지 않다. 문제 행동은 절대적이 아닌 상대적인 개념이다. 그러므로 아이의 행동을 관찰하는 사람의 주관에 많이 개입하며, 상황에 따라 다르게 평가될 수도 있다.

부모가 자녀의 행동을 판단하는 데에는 일관성과 객관성이 요구된다. 부모는 자신에게 자녀 행동 이외의 다른 스트레스 요인이 있는지 살펴보아야 한다. 가정이나 부모 자신에게 어떤 문제가 있을 때에는 타인, 특히 자녀의 행동을 판단하는 능력이 약해지고 자녀에 대한 반응도 제대로 이루어지지 않기 때문이다.

## 3. 아동발달을 이해한다.

자녀가 어느 시기에 있건 부모는 그 시기의 발달적 특성을 이해하고 있어야 한다. 발달의 일반적 특징을 알고 있다면 자녀의 행동을 이해하기 쉽고, 그에 따른 문제도 적절히 해결할 수 있기 때문이다.

자녀가 어떻게 성장하고 발달하는지, 그리고 자신은 어떻게 부모 역할을 수행해야 할지 알지 못하는 경우가 많다. 특히 부모로서 갖고 있는 희망과 기대는 크지만 실제의 역할 활동이 스스로 생각하기에 만족스럽지 못할 때 부모는 스트레스를 겪는다.

자녀의 발달을 이해하는 것은 바로 '바람직한 부모'가 되는 지름길이다.

## 4. 부모 자신이 성장한다.

부모는 바람직한 부모 역할을 배우고 기술을 익혀서 연습해야 한다. 자녀가 계속해서 성장하고 변화하듯이 부모도 한자리에 머물러 있을 수 없다. 부모 역시 자녀를 포용할 수 있게 끊임없이 변화해야 하며 변화된 모습은 발전적이어야 한다. 대부분의 부모는 현재의 모습에 불만족스러워 하면서도 변화를 두려워한다. 자녀에게는 행동의 변화를 요구하면서 부모는 그대로 머물러 있다.

자녀를 양육할 때 부모의 중요한 자세 중의 하나는 부모 자신의 양육 태도를 고쳐나가는 일이다.

## 5. 자녀와 효과적인 상호작용/의사소통 한다.

가족의 특징은 긴밀한 상호작용에 있다고 할 수 있다. 상호작용이란 생각, 감정 등을 주고받으며 서로의 행동에 영향을 주는 과정이다. 따라서 가족 개개인은 서로에게 영향을 주고받으면서 생

활한다. 아동의 성장 과정에서 중요한 것은 바로 가족간의 상호작용의 질이며, 가족 중에서도 부모(어머니)와의 상호작용이 가장 중요하다. 부모는 자녀와의 상호작용을 통해 의식적으로든 무의식적으로든 자녀의 지적 발달, 정서적 발달에 영향을 주게 된다.

의사소통이 중요한 이유는 의사소통 과정이 변화를 가져오는 과정이기 때문이다. 의사소통은 동적인 과정이기 때문에, 부모-자녀간의 대화가 개선될 수 있는 가능성을 가진다. 즉 의사소통 과정은 변화하며 진행되는 과정이기 때문에, 의사소통을 하는 사람들 간의 관계도 역시 변화하게 된다. 의사소통의 개선을 통해 부모-자녀 관계가 개선되는 이유가 바로 여기에 있다.

## V. 맺음 말

어린시절 인생초기에 부모-자녀관계는 한 개인의 발달에 핵심이다. 부모는 이들 영유아의 성장 발달에 있어서 가장 많은 영향을 미치며 중요한 역할을 한다. 특히 오늘날 많은 부모들이 부모-자녀 관계는 민주적으로 변화하고 있으며, 부부가 함께 자녀 양육을 하고 있다고 생각하고 있으나 실제로는 변화하지 않고 전통사회보다 더 어려운 상황에 처해 있다고 볼 수 있다. 부모들은 사회 변화 발전에 부응하지 못한다는 압박감에 시달리고 부모는 부모대로 아이들은 아이들대로 스트레스를 받는 상황이다. 본고에서는 다루지 않았으나 특별히 입시 위주의 교육제도와 최근 무원칙한 조기교육, 과잉보호와 가정교육의 부재는 가히 심각한 사회 현상이라고 할 수 있다.

따라서 부모가 자녀 양육 및 교육에 원칙을 가지고 제반 스트레스에서 탈출하여 건강한 부모-자녀 관계를 이룩할 수 있도록 도와야 할 것이다. 끝으로 현대사회의 부모들의 스트레스를 해결하기

위한 방안으로서 사회적 지지 부분을 생략했음을 본고의 제한점으로 밝힌다.

## 참 고 문 헌

- 가족스트레스연구회 (1994). *엄마의 스트레스*. 서울: 창지사.
- 가족스트레스연구회 (1995). *아빠의 스트레스*. 서울: 창지사.
- 김경아 (1990). 기혼여성이 지각한 가정생활상의 Stress 수준 및 관련 변인 고찰. *한국가정관리학회지*, 8(2), 101-118.
- 김기현 (2000). *맞벌이 부부의 양육 스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련 변인 탐색*. 경희대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김리진 (2000). *직장보육시설을 이용하는 취업모의 양육스트레스에 관한 생태학적 연구*. 동덕여자대학교 석사학위 논문.
- 남유리 (1989). *취업주부와 비취업주부의 스트레스 지각에 관한 비교연구*. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 박혜미 (1994). *자녀양육행동과 관련된 부모의 스트레스 분석*. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 신숙재 (1998). 어머니의 양육 스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향. *아동학회지*, 19(1), 27-42.
- 옥선화, 정민자 (1992). *결혼과 가족*. 서울: 하우.
- 엄선희 (1999). *유아의 일상적 스트레스와 어머니의 자녀양육 스트레스에 관한 연구*. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 유안진, 김연진 (2003). *부모교육의 이론과 실제*. 서울: 동문사.
- 이숙, 우정희, 최진아, 이춘아 (2002). *부모교육*. 서울: 학지사.
- 유우영, 최진아, 이숙 (1998). *유아기 자녀를 둔 어*

- 머니의 양육스트레스와 사회적지지. 한국가정학회지, 16(1), 51-61.
- 유희정 (1992). 자녀교육과 부부관계. 여성한국사회연구회(편). 한국가족의 부부관계. 서울: 사회문화연구소 출판부.
- 이미숙 (1995). 부인의 취업유무와 직종에 따른 부부의 가사 및 자녀양육 수행에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이자형, 김혜영 (2004) 학령전기 자녀 아버지의 양육행동. 부모자녀건강학회지, 7(1), 50-60.
- 조혜승 (1996). 전업 주부와 취업 주부 자녀양육 스트레스. 연세대학교 석사학위 논문.
- 편은숙 (2004). 영유아기 자녀를 둔 취업모의 어머니 역할 인식과 자녀양육스트레스. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 한국여성개발원 (2003). 여성통계연보.
- 홍강의 (1998). 어린이의 스트레스와 부적응행동 및 대처방안. 제 6회 학술대회- 유능한 어린이로 키우기. 삼성복지재단.
- 홍희란 (2002). 부모의 양육스트레스와 유아의 일상적 스트레스와의 관계. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- 황인향 (1993). 취업주부의 가족자원과 자녀양육스트레스에 관한 연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- Broman, C. L. (1991). Gender, Work-family role, and Psychological well-being of Black. Journal of Marriage and the Family, 53, 509-520.
- Crnec, K. A., & Booth, C. L. (1991). Mother's and Father's Perception of Daily Hassles of Parenting across Early Childhood. Journal of Marriage and the Family, 53, 1042-1050.
- Crnec, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor Parenting Stress with Young Children. Child Development, 61, 1628-1637.
- Glass, J. L., & Estes, S. B. (1996). Workplace support, Child care, and Turnover intentions among employed Mothers of Infants. Journal of Family Issues, 17(3), 317-335.
- Hall, D. T. (1972). A Model of Coping with Role Conflict. Administrative Science Quarterly, 17(4), 471-486.
- Holmes, T. H. & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. Journal of Psychosomatic Research, 11, 213-218.

---

## ABSTRACT

Key Words : Parent-child relation, Stress

# Infant and Preschoolers Parents' Stress due to Parent-Child Relations

Lee, Ja Hyung\*

**Purpose:** This study was to investigate the stress of parents while they were rearing their children. **Method:** This study reviewed the preceding research related to parents' stress and breeding stress with consideration of modern society, family system and parents' role. **Results:** In the parent-child relationship, parents feel stressed when they found it difficult to come up with an expectation to the parents' role of rearing child. Therefore, considering the health of parents and children, it is important to mediate parents who are under stress. Moreover, since parents cannot handle this problem all alone, it should be discussed and solved not only by individual but also by family, and further by social context. The parent-child relationship in early infancy is a

core element to the development of an individual. Parents have influence on a child's development the most and play a big role. In particular, many parents these days believe that parent-child relationship is changing in a democratic way and a couple breeds their child together. However, in reality, the relationship has not been changed and is even regarded as more difficult situation than it was in the traditional society. Parents are oppressed with not being adapted to social changes and advance, and child also feels the same. **Conclusion:** Parents need education and support for child rearing without having any stresses. Health care provider consider this issues and to build a healthy parent-child relationship by helping parents.

---

\* Professor, College of Nursing Science, Ewha Womans University