

ISSN 1229-8565 (print)                      ISSN 2287-5190 (on-line)  
한국지역사회생활과학회지              26(3) : 457~469, 2015  
Korean J Community Living Sci        26(3) : 457~469, 2015  
<http://dx.doi.org/10.7856/kjcls.2015.26.3.457>

## 손자녀 양육에 참여하는 조모의 건강증진행위가 속박감에 미치는 영향

서미애·박옥임<sup>1)†</sup>·문희<sup>2)</sup>·김진희<sup>3)</sup>

성가롤로병원·순천대학교 사회복지학부<sup>1)</sup>·광양보건대학교 간호과<sup>2)</sup>·전남대학교 생활환경복지학과<sup>3)</sup>

### Effects of Health-Promoting Behaviors of Grandmothers Participating in Their Grandchildren's Nurture on Entrapment

Mi Ae Seo · Ok Im Park<sup>1)†</sup> · Hee Moon<sup>2)</sup> · Jin Hee Kim<sup>3)</sup>

St. Carollo General Hospital, Suncheon, Korea

Division of Social Welfare, Suncheon National University, Suncheon, Korea<sup>1)</sup>

Dept. of Nursing, Gwangyang Health College, Gwangyang, Korea<sup>2)</sup>

Dept. of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea<sup>3)</sup>

#### ABSTRACT

This study examines the effects of health-promoting behaviors of grandmothers participating in their infant grandchildren's nurture and provides data for enhancing the quality of their lives. The sample included 218 consenting subjects who understood the purpose of the study. These subjects resided in three cities in Jeollanam-do, Korea, and were grandmothers entrusted by their adult children with a considerable amount of nurturing for their preschool-aged grandchildren under the age of six. First, the subjects scored an average of 3.05 for health-promoting behaviors and 2.42 for entrapment. Second, the entrapment measurement based on general characteristics showed a higher level of entrapment for those with better health, a lower education level, no religion, male grandchildren to nurture, and unsatisfactory compensation. Third, health-promoting behaviors and entrapment ( $r = -.304$ ) were negatively correlated. Fourth, the analysis results for effects of health-promoting behaviors of grandmothers on entrapment based on general characteristics of grandmothers as a control variable reveal a significant effect of health-promoting behaviors on entrapment. In other words, the greater the employment of health-promoting behaviors, the less likely the entrapment was to be perceived. Fifth, the results for effects of subcriteria for health-promoting behaviors on entrapment reveal a decrease in entrapment when the subjects engaged in an appropriate level of physical activity with a relaxed state of mind.

접수일: 2015년 3월 31일    심사일: 2015년 4월 23일    게재확정일: 2015년 8월 3일

†Corresponding Author: Ok Im Park    Tel: 82-61-750-3671    E-mail: parkok@sunchon.ac.kr

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

These results suggest that health-promoting behaviors of grandmothers participating in their infant grandchildren's nurture are likely to influence entrapment and thus that grandmothers should make efforts to actively engage in health-promoting behaviors to reduce any maladaptive effects on nurturing. Social support and related programs should be fostered to enable grandmothers to better practice health-promoting behaviors while nurturing their grandchildren.

Key words: grandmothers, health-promoting behaviors, entrapment

## I. 서론

여성의 경제활동 증가와 자녀양육을 위한 사회적 지원이 부족한 현 시점에서, 자녀양육의 대안으로 조모들이 차지하는 양육비중과 역할이 커지고 있다. 조모들이 손자녀의 양육을 주로 맡게 되는 이유는, 전통적으로 혈연 중심적인 우리 문화의 특성에 따라 조부모 자신들이 일차적인 자녀양육의 자로서 양육책임감을 자연스럽게 갖게 되는 데서 찾아볼 수 있다. 취업모 역시 자신을 대신해 안정적 보육환경을 제공해 줄 가장 적절한 대체자원으로서 조모를 선호하는 데서 기인한다고 볼 수 있다. 특히 우리나라는 자녀가 어릴수록 보육시설 등과 같은 공적 보육체계보다는 혈연관계에 의한 사적 보육체계를 더 선호하고 있기 때문이다(Kim 2001). 이러한 시기에 조모들의 손자녀 돌봄은 뜻하지 않는 과업을 맡는 것으로서, 편안한 노후의 삶을 지향하는 조모들에게 '생애 어긋난 단계'(Burton 1992)로서의 새로운 부담감을 갖도록 한다.

이처럼 조모들이 손자녀 양육에 참여하는 빈도가 증가함에 따라 '황혼육아'라는 신조어가 생겨나기도 했는데, 손자녀를 양육하는 조모들의 상당수가 신체적·정신적·사회적인 어려움을 겪고 있는 것으로 많은 연구들에서 보고되고 있다. 손자녀를 양육하는 조모에 대한 연구동향을 살펴보면, 손자녀 양육 조부모의 인구학적 요인이나 실태를 살펴보는 연구들이 진행되어 왔으며, 조부모의 양육스트레스와 심리적 안녕 및 생활만족도와와의 관계를 살펴보는 연구들(Burnette 2009)과 관련된 연구들이 주로 이루어져 왔다.

특히 노인은 노화와 관련하여 생리적 기능저하·

퇴행적인 변화로 전체 노인의 85.9%가 만성퇴행성 질환을 지니고 있는데(Bae 2011), 이를 바탕으로 양육을 병행한 신체적 건강악화, 배우자 및 자녀와의 갈등, 우울, 외로움과 소진, 경제적 어려움, 사회적 고립 등 손자녀 양육과 관련된 다양한 스트레스를 경험하며 이로 인해 신체적·정서적·사회적 안녕에 부정적 영향을 받게 되는 것으로 나타났다(Lee 2004; Kim 2011a; Kim 2011c; Bae 2012). 이러한 조모의 양육부담감으로부터 건강을 유지, 증진하기 위해서는 건강증진행위라는 중재적 개입이 필요하다.

우리나라는 건강증진을 위해 1995년 국민건강증진법을 제정하고, 국민건강증진종합계획에서 4가지 영역을 가지고 예방중심의 건강관리와 인구 집단별 건강증진 사업을 추진하였으며, 노인복지법을 통해 노인의 건강과 생활안정을 위한 필요한 조치를 강구함으로써 노인의 보건복지증진에 기여하였다(Ministry of Health and Welfare 2007).

건강증진을 위해서는 건강증진행위를 실천해야 한다. 건강증진행위는 건강을 보호하고 증진시키기 위해 취해진 행위로서 목표 지향적 활동의 한 형태이며 다차원적이고, 개인적이며, 자발적인 건강행위이자 행위예측을 위해 가장 중요한 가치를 지닌 개념이다. 따라서 우리는 고령사회를 준비하는 노인에게 동기를 유발할 수 있는 계기를 만들어 주고 적극적으로 건강행위를 실천할 수 있도록 하여 신체적, 심리적, 사회적 상실을 회복시켜 건강하고 성공적인 노년기를 맞이하도록 해야 할 책임이 있다고 할 수 있다(Min 2011).

한편 Oh(2006)는 손자녀를 양육하는 것은 뜻하지 않은 새로운 역할을 맡게 되어 여러 가지 부담감을 가질 수 있고, 연령으로 인한 체력저하, 세대 간의 차

이로 가족갈등, 양육으로 인한 건강문제의 발생 또는 악화를 예측할 수 있으며, 노년기는 가사와 육아에서 벗어나 친구나 친척 관계에서 사교적 활동을 추구하는 시기로서 손자녀 양육으로 인한 활동 제한은 고립감과 같은 심리적 반응을 가져올 수 있다고 보고한 바 있다. 부모들은 자녀 양육으로 시간적, 공간적, 심리적 제약을 받게 되어 개인생활의 어려움을 느끼게 되고, 개인적 성취, 욕구 충족을 위한 활동에 많은 제약을 받게 됨으로써 심한 스트레스를 받게 된다 (Song & Song 2007). 또한 조모들은 취미활동, 운동 또는 문화강좌 등을 다니며 여생을 보내고 싶어 하는 경우가 가장 많지만 양육수행으로 인해 몸의 피로, 자신의 건강을 돌볼 여유가 없거나 훈육의 어려움, 개인생활 감소와 외출하기 힘들어져 고립되고 있다 (Kim 2005).

이러한 규제받고 제한된 상황에서 지각되는 정서가 속박감이라고 할 수 있고, 자신의 현재 상황으로부터 벗어나려고 매우 동기화되어 있음에도 불구하고 벗어날 수 없다고 느낀 것이라 할 수 있다 (Brown et al. 1995; Gilbert & Allan 1998; Gilbert et al. 2004). 이 속박감은 우울이 발생하는 과정을 설명함에 있어서 적용되어 왔는데 즉, 스트레스 사건으로부터 탈출하고자 하였으나 탈출할 수 없게 되어 매여 있다고 지각하게 되면 우울이 유발되는 것으로 설명하고 있다 (Cheon 2006). 그래서 초기 속박감에 관한 연구들은 스트레스로 인한 우울과의 관련성을 통해 속박감을 보여주려는 시도를 하였다. 우울 환자와 정상인의 비교를 통해 우울 집단이 속박감의 수준이 더 높았고 속박감이 우울과 유의한 상관관계가 있음을 보고하였다 (Gilbert & Allan 1998). 청소년기 여성을 대상으로 개인의 인지적, 성격적 특성의 상호작용 가능성을 제시하면서 지각된 속박감과 같은 부정적 정서가 정신적, 신체적 건강과 관계될 수 있음을 보고한 바 있다 (Cheon 2006).

이와 같이 속박감은 정신적·신체적인 부정적 지각을 포함하고 있기 때문에 손자녀 양육하는 조모의 특성과의 상호작용 가능성을 제기할 수 있다. 하지만 아직까지 손자녀를 양육하는 조모를 대상으로 한 속박감에 대한 연구는 거의 이루어지지 않는 상태이다.

따라서 본 연구에서는 영유아기 손자녀 양육에 참여하는 조모를 대상으로, 노년기에 맞게 되는 양육으로부터 건강을 증진시키기 위한 행위가 속박감에 미치는 영향을 확인하여 손자녀 양육조모에 대한 이해를 높이고 내적·외적 속박감을 느끼는 손자녀 양육조모의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 기초자료를 제공하는데 이 연구의 목적을 둔다.

이러한 연구 목적을 위해 설정된 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 손자녀 양육에 참여하는 조모의 건강증진행위와 속박감의 수준은 어떠한가?
- 연구문제 2. 손자녀 양육에 참여하는 조모의 일반적인 특성에 따른 속박감의 차이는 있는가?
- 연구문제 3. 손자녀 양육에 참여하는 조모의 건강증진행위가 속박감에 미치는 영향은 어떠한가?

## II. 이론적 배경

### 1. 노인의 건강증진행위

과거에는 노인은 질병에 걸리기 쉽고, 의존적이며, 자신의 익숙해진 생활습관을 변화시킬 수 없다는 잘못된 편견으로 인해 노인의 생활양식을 변화시키는 건강증진에 대한 논의는 별로 이뤄지지 않았다 (Oh & Park 2005). 그러나 노인의 평균수명 연장, 최근 생활수준 및 의식 수준 향상으로 건강에 대한 관심이 증가됨에 따라 노년기에도 인간적이며, 만족스러운 삶의 수준을 유지 하면서 사는 것이 의미를 갖게 되어 건강관리의 목표는 노화라고 하는 조건에서 최대한으로 자립성을 보호, 유지하는 것이라고 볼 수 있다 (Pender 1987; Oh & Park 2005).

평상시의 건강한 생활습관이 건강유지에 중요하고, 질병을 예방하는 것이 질병을 치료하는 것보다는 더 경제적이라는 견해가 보고되고 노인의 건강증진에 대한 논의 및 관심이 증가하면서 (Oh & Park 2005), 1980년 미국 정부는 'Healthy People 2000'에서 노인이 건강을 증진시키는데 있어 중요한 요소로 단순한 수명 연장이 아니라 기능적 독립성을 개선하

는 것이라고 하였고, 2002년 '제 2차 세계고령화회의'에서도 노년기의 삶의 질을 향상·유지하기 위한 방법 중 하나로 '전 생애과정 동안의 건강과 안녕의 증진'을 제시하였다(Nam 2005). 즉, 노인에게 있어서 건강증진행위의 궁극적 목표는 개인이 건강위험에 영향을 주는 활동에 대해 개인이 조절하는 행위이며, 개인의 안녕정도, 자아실현, 개인의 욕구충족을 유지하고 증진하려는 예방적·증진적 건강행위라고 일컫는다(Jeong & Kim 2009).

건강증진행위는 다양한 하위 범주로 나뉘고 있다. 건강증진행위는 자아실현(목적의식, 자기발전 추구, 가치 인식의 경험, 만족), 건강책임(자신의 건강에 책임, 건강관련 교육, 전문가 도움), 운동(규칙적인 운동패턴), 영양(음식양상, 음식선택), 대인관계지지(관계유지, 친밀감), 스트레스 관리(스트레스원 인식, 스트레스 조절, 이완유지)가 포함된 6가지 영역으로 분류하고 있다(Seo 2007). 인간의 행위는 특수한 개인적인 심리상황에서 나타나기 때문에 개별적으로 설명되어야 하며, 그들이 살고 있는 사회문화적 요소를 고려하여 이해해야 한다고 하면서 한국노인의 건강행위 사정도구를 개발하였다. 이 도구는 체력유지하기, 적절하게 일하기, 적당하게 몸을 움직이기, 몸의 휴식, 노인다운 마음유지, 평안한 마음 유지하기, 관계망 형성, 신앙생활하기의 8가지 하위요인으로 구성되어 있다(Choi & Kim 1999).

노인의 건강증진행위 실천과 관련된 선행연구들을 살펴보면, 노인의 건강증진행위 실천은 성별, 연령, 교육수준, 종교유무, 경제상태, 동거형태, 사회적 상태 등과 같은 일반적 특성의 변수들과 우울, 지각된 자기효능감, 지각된 유익성, 지각된 장애성, 주관적 건강상태 등의 개인적 주관성과 관련된 변수들에 의해 영향을 받는다고 하였다(Kim 2011c).

일반적 특성과 노인의 건강증진행위와의 관계에 대한 연구결과를 보면, 연령, 교육정도과 경제 상태에 따른 건강증진행위의 차이가 있으며(Song & Lee 2000), Kim(2011c)은 용돈, 보유질환 개수, 연령, 교육정도, 동거가족 형태, 종교에 따른 건강증진행위의 차이가 있으며, Min(2011)은 성별, 연령, 종교유무, 건강상태, 생활수준, 결혼상태, 동거가족 유형에 따

라, Kim(2009)은 교육정도, 월 용돈에 따라 건강증진행위에 유의한 차이가 나타났으며, 건강증진행위의 하부영역 중에서는 체력유지하기와 노인다운 마음유지하기가 가장 높았으며 관계망 형성과 신앙 생활하기는 가장 낮게 나타났다.

Park(2011)은 연령, 성별, 교육정도, 결혼상태, 종교, 동거형태, 생활비, 월수입, 월 용돈, 직업유무에 따라 건강증진행위에 차이가 있다고 보고하였다. Kim(2011c)은 실버타운 거주 노인을 대상으로 건강증진행위 실천 정도 및 유형을 파악한 연구에선 적극적인 건강증진행위 실천군, 인구학적 특성으로 월 용돈이 높고, 운동, 대인관계지지를 잘 할수록, 지각된 자기효능감이 높고 우울과 지각된 장애성이 낮을수록 건강증진행위 실천점수가 높았다.

이상의 선행연구들의 보고를 통해 성별, 연령, 교육정도, 경제상태, 월 평균용돈, 직업, 동거현황, 배우자 유무, 종교, 주관적 건강상태 등을 통해 노인의 일반적 특성, 신체적, 정신적 측면이 건강증진행위와 관련성이 높을 것으로 판단된다.

## 2. 노인의 속박감

속박감이란 우울과 같은 고통스러운 감정이나 스트레스 사건이나 역경같이 현재 처해진 어려운 상황으로부터 벗어나고자 하는 강한 욕구가 있지만 벗어날 수 있는 어떤 방법도 보이지 않는다고 느끼는 주관적인 지각을 의미한다(Gilbert & Allan 1998). 속박감은 규제받고 제한된 상황에서 지각되는 정서를 의미하며, 자신의 현재 상황으로부터 벗어나려고 매우 동기화되어 있음에도 불구하고 벗어날 수 없다고 느끼는 것을 지각하는 정도를 말한다(Brown et al. 1995; Gilbert et al. 2004; Cheon 2006).

속박감과 관련된 연구를 보면, 학습장애, 청각장애, 자폐증, 정서 행동장애 등을 가지고 있어 특수교육을 받은 아동의 어머니를 대상으로 양육스트레스, 패배감, 속박감, 우울, 무쾌감증을 측정한 연구를 하여 대상자의 양육스트레스와 속박감은 유의한 상관관계가 있음을 보고하였고(Wilner & Goldstein 2001), Alzheimer 치매환자의 돌봄 제공자를 대상으로 하여 속박감, 돌봄 역할에 대한 수치심 및 죄책감,

우울 등의 관계를 탐색한 연구에서 속박감과 우울의 상관성이 매우 높았다고 보고하였다(Martin et al. 2006).

스트레스 경험이 우울을 유발하는데 중요하지만, 스트레스 경험으로부터 유발되는 속박감이나 굴욕감이 우울과 더욱 밀접히 관련되어 있을 수 있다고 하였다(Brown et al. 1995). Cheon(2006)은 속박감으로 부터 탈출하고자 하였으나 탈출할 수 없게 되어 매여 있다고 지각하게 되면 우울이 유발되는 것으로 설명하였다.

최근에는 속박감에 대한 연구가 우울환자 집단만이 아닌 스트레스 상황에 놓여있는 정상인을 대상으로 확대되어 수행되었는데, 속박감에 관한 국내 연구로 Cheon(2006)은 청소년기 여성의 지각된 속박감 유형과 건강을 제시하면서 시작하였다. 이 연구에 의하면 우리나라 청소년기 여성의 지각된 속박감 유형을 6가지 유형으로 도출함으로써 부모님의 지나친 간섭과 제약, 학업과 대학 지향적 사회적 가치로부터 벗어날 수 없는 교육현실, 성적 및 학업에서의 불안감과 자신의 부족함에 비해 이에 부응하지 못함, 경제적·심리적 지지를 제공하지 못하는 가정환경과 교육환경에 대한 원망과 자신의 처지에 대한 비판적 태도, 가족으로부터의 지나친 간섭과 개인생활 침해 및 과잉보호, 다른 사람들의 시선과 말과 행동을 지나치게 의식, 부모나 교사로부터 자신의 의견이 반영되지 않거나 자신의 의견을 피력할 수 있는 기회조차 무시될 때, 친구와 부모 및 교사와의 갈등 등에서 성취 지향적인 자신의 성향에 비해 이에 부응하지 못함에 대해서 속박감을 보이는 것으로 나타났다.

부부의 외적 속박감 및 상대적 지위 지각에 따른 분노표현과 결혼만족도의 연구에서 부인의 외적 속박감이 높을수록 분노억압이 더 많았고, 남편의 외적 속박감 역시 높을수록 분노표출이 높아지는 것으로 나타났다(Kwon & Lee 2008). 여중생을 대상으로 분노표현, 속박감 및 정신신체 건강에 대해 연구한 결과 고기질 분노군이며 분노표현에 있어서 분노억제 표출형에서 속박감, 우울, 정신신체 증상이 높은 것으로 나타났다(Kim 2013).

이와 같이 속박감에 대한 연구는 점차 정상인을

대상으로 확대되어 수행되고 있고 분노, 우울 등의 정신건강문제를 이해하는 중요한 개념이기 때문에 이에 대한 연구가 활발히 이루어질 필요가 있다고 사료된다. 특히 손자녀를 양육하는 조모들은 심리, 정서적으로도 많은 어려움을 겪고 있는 것으로 선행연구들에서 밝히고 있어 손자녀를 양육하는 대부분의 조모들은 평온한 노후를 보내야 할 시기에 자신의 기대와는 달리, 자발적이든 비자발적이든 간에 손자녀의 일차적 양육자가 되면서 스스로가 상당한 수준의 어려움과 양육스트레스를 겪게 되고, 그 결과 신체적·사회적·심리적으로 부정적인 영향을 받을 가능성이 높다(Lee 2004; Kim 2006; Kim 2011b).

따라서 스트레스 경험에서 유발되는 속박감은 심리적 부적응을 유발시킬 것으로 예측되는 만큼, 영유아 손자녀를 양육하는 조모를 대상으로 속박감과 관련한 다양한 변인과의 관계를 확인하는 연구가 필요할 것으로 사료된다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상

이 연구의 조사대상자는 전라남도 S시, K시, B군 등에 거주하는 만 6세 미만(학령전)의 영유아기 손자녀를 양육하는데 참여하는 조모로서 성인자녀를 대신해 손자녀를 돌보며 양육책임을 맡고 있는 조모를 대상으로 하였고, 설문지 조사방법을 활용하여 자료를 수집하였다.

가정 내에서 0세~만 1세 영아 손자녀를 보육하는 조모의 경우, 대부분 가정에서 손자녀를 돌보고 있기 때문에 표집 틀을 구하기가 어려워 snow ball 표집을 실시하였다. 보육시설을 이용하는 만 2세~만 6세 손자녀를 돌보는 조모의 경우, 이 연구의 목적과 내용에 동의하고 조사협조를 수락한 총 13곳의 보육시설(어린이집, 가정보육시설, 유치원)에 연구자가 방문하여, 시설장 및 담당교사로부터 조모가 손자녀를 양육하는 가정의 리스트를 제공받은 후, 손자녀의 등·하원 시 보육시설을 방문하는 조모들을 대상으로 연구목적에 동의한 경우에 한해 연구자가 면대면(face to face) 조사를 실시하였다. 일부 조모들의 경우 손

자녀 등·하원 지도를 하면서 면접 조사에 동시에 응해야하는 상황을 어려워하였기 때문에, 이러한 경우에는 설문지를 조모에게 배부하여 가정에서 작성하도록 한 뒤 보육시설 실무자를 통해 받거나, 연구자가 회수날짜에 조모에게 직접 전달받았다.

조사기간은 2013년 10월 8일부터 2013년 11월 8일까지 실시되었으며, 총 225부의 설문지가 회수되었으나, 불성실한 응답과 무응답 등 분석에 부적절한 설문지 7부를 제외한 총 218부를 결과 분석에 이용하였다.

## 2. 연구도구

### 1) 건강증진행위

한국노인의 생활적 맥락에서 행하고 있는 건강행위를 사정하기 위해 Choi & Kim(1999)가 개발한 도구를 총 33문항을 사용하였다. Likert 형 4점 척도로 '전혀 그렇지 않다'는 1점에서 '매우 그렇다'는 4점으로 측정되었으며 점수가 높을수록 건강증진행위를 더 많이 실천함을 의미한다. 측정도구의 타당도를 검증하기 위해 요인분석을 실시한 결과, 건강증진행위는 적절하게 일하기, 관계망형성, 체력유지, 적당한 신체활동, 노인다운 편안한 마음 갖기, 신앙생활하기의 총 6개의 요인으로 분류되었다. 이 연구의 신뢰도 계수는 0.93으로 나타났으며, 적절하게 일하기 0.85, 관계망 형성 0.85, 체력유지 0.82, 적당한 신체활동하기 0.79, 노인다운 편안한 마음 갖기 0.90, 신앙생활하기 0.84로 나타났다.

### 2) 속박감 척도

Gilbert & Allan(1998)이 개발한 속박감 척도(The entrapment scale)를 이용하였다. 이 도구는 총 16문항이며 외적 요인으로 인해 탈출동기가 유발된다고 지각하는 정도를 의미하는 외적 속박감 10문항과 내적 감정이나 생각에 의해 탈출동기가 유발된다고 지각하는 정도를 의미하는 내적 속박감 6문항으로 구성되었다. Likert 형 5점 척도로 구성되어 있으며 '전혀 그렇지 않다'는 1점에서 '매우 그렇다'는 5점으로 측정되었으며 점수가 높을수록 속박정도가 높은 것

을 의미한다. 이 연구에서의 신뢰도계수는 전체 속박감의 척도는 0.97, 외적 속박감 0.94, 내적 속박감 0.94로 나타났다.

### 3) 조사대상자의 일반적 특성

이 연구에서는 연령, 배우자, 주관적 건강상태, 최종학력, 종교, 양육손자녀 수, 양육손자녀 성별, 양육손자녀 연령, 양육손자녀 관계, 손자녀 돌보는 장소, 손자녀 양육기간, 손자녀 양육 수고비 등 14문항을 사용하였다.

## 3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Win 18.0 Program을 이용하였으며 분석방법은 다음과 같다. 조사대상자의 인구학적 특성은 빈도와 백분율을 산출하였고 손자녀를 양육하는 조모의 건강증진행위와 속박감의 정도는 평균과 표준편차를 구하였다. 조사대상자의 일반적 특성에 따른 속박감의 차이는 t-test와 일원변량분석(one-way ANOVA)을 하였으며 Duncan 사후검정을 이용하였다. 조사대상자들의 건강증진행위와 속박감의 관계를 확인하기 위해 상관관계분석과 속박감에 미치는 건강증진행위의 영향력을 파악하기 위하여 위계적 회귀분석을 하였다.

## IV. 결과 및 고찰

### 1. 조사대상자의 일반적 특성

조사 대상자의 연령은 60대가 47.2%, 50대가 46.3%, 70대가 6.4% 순으로 평균연령이 60.56세로 대부분을 차지하고 있어 주로 예비노인들이 손자녀를 돌보고 있는 것으로 나타났다. 배우자 유무는 있음이 77.5%, 없음이 22.5%으로 나타났다. 주관적 건강상태는 보통이 61.9%로 가장 많았고 좋은 편임은 20.6%, 나쁜 편임은 17.4%로 나타났다. 최종학력은 초등학교 졸업이 33.5%로 나타났으며 중학교 졸업은 26.1%, 고등학교 졸업은 26.1%, 전문대학 졸업이상은 14.2%로 나타났다. 조모의 종교는 있음이 62.4%, 없음은 37.6%였고 양육손자녀 수를 보면 1명이 48.2%로 가장 많이 차지하고 있으며 2명은 44.0%, 3명 이상은

7.8%으로 1~2명의 자녀수가 가장 비율이 높았다. 양육손자녀 성별에서 비율은 남자와 여자 모두 50.0%로 같았다. 양육손자녀 연령은 만 1세~3세미만은 45.0%, 만 3세 이상은 39.0%, 만 1세 미만은 16.1%로 나타났다. 양육손자녀 관계에선 외손자녀가 60.1%, 친손자녀는 39.9%로 나타났고 손자녀 돌보는 장소를 살펴보면 조모의 본인의 집이 56.9%로 가장 많았으며, 본인집과 자녀집이 32.5%, 자녀와 같이 거주가 10.6%순으로 나타났다. 손자녀 양육기간은 만 1년~3년이 44.5%로 가장 많았으며 만 3년 이상이 31.2%, 만 1년 미만은 24.3%순으로 나타났다. 마지막으로 손자녀 양육 수고비를 살펴보면 대체로 만족함이 56.4%였고 별로 만족 못함이 30.3%, 전혀 만족 못함은 6.9%, 매우 만족함은 6.4%로 나타났다.

## 2. 조사대상자의 건강증진행위와 속박감 수준

조사대상자의 건강증진행위와 속박감의 수준은 Table 1과 같다. 건강증진행위 수준은 4점 만점에 3.05점이었으며 하위영역 중 '적절하게 일하기'가 3.22점으로 가장 높았고, '관계망 형성' 3.08점, '노인으로서 편안한 마음 갖기' 3.04점, '적당한 신체활동과 신앙생활하기'는 3.01점이었고 '체력유지하기'가 2.91점으로 가장 낮았다.

이 연구 결과 영유아기 손자녀를 양육하는데 참여하는 조모의 건강증진행위는 4점 만점에 3.05점으로 조사되었으며 이는 지역사회 거주노인을 대상으로

한 Kim(2009)의 연구결과인 3.11점 보다는 약간 낮았고 저소득층 노인을 대상으로 연구를 진행한 Min(2011)의 연구결과인 2.85점, 취업노인을 대상으로 한 Kim(2005)의 연구결과인 2.69점 보다는 조금 높은 것으로 조사되었다. 건강증진행위의 하위영역 중에서는 '적절하게 일하기'가 3.22점으로 가장 높았고 '관계망 형성' 3.08점, '노인으로서 편안한 마음 갖기' 3.04점, '신앙생활하기' 3.01점, '적당한 신체활동하기'는 3.01점 순이었다. 동일한 측정도구를 사용한 선행연구와 비교하면, Kim(2009)의 연구는 '체력유지하기'와 '노인다운 마음유지하기'가 3.23점으로 가장 높게 나타났으며, '적절하게 일하기' 3.20점, '편안한 마음가지기' 3.13점, '몸의 휴식' 3.11점, '신앙생활하기' 3.03점, '관계망 유지하기' 2.78점 순으로 나타났다. 노인에게 있어서 삶의 질을 개선유지 및 정서적 안녕을 위해서는 건강증진행위의 중요성을 보여주는 것으로 사료된다.

손자녀를 양육하는 조모의 속박감은 평균 5점 만점에 2.42점으로 대상자들이 느끼는 속박감수준은 중간 정도인 것으로 조사되었다. 조부모들의 손자녀를 양육하는 동기에 대한 연구들을 살펴보면 현대 사회 조부모는 대부분이 맞벌이하는 성인자녀를 돕기 위하여 손자녀를 양육하는 것으로 조사되었는데(Bae et al. 2008) 이 연구 역시 조사대상이 조모의 손자녀 양육동기가 자녀의 이혼, 질병, 사망처럼 부정적인 원인이라기 보다는 맞벌이 하는 성인 자녀의 손자녀

Table 1. Means scores obtained for health promotion behavior and entrapment

variables	Mean ± SD
Health promotion behavior	3.05 ± .31
Adequate work	3.22 ± .43
Establishment of relation network	3.08 ± .43
Maintenance of physical strength	2.91 ± .55
Adequate activity	3.01 ± .44
Easy mind	3.04 ± .33
Religious life	3.01 ± .45
Entrapment	2.42 ± .81
External entrapment	2.49 ± .82
Internal entrapment	2.29 ± .87

를 양육하기 때문에 속박감이 높게 나타나지 않은 것으로 사료된다. 속박감의 하위영역으로 외적 속박감은 2.49점, 내적 속박감은 2.29점으로 내적 속박감보다는 외적 속박감 수준이 더 높은 것으로 나타났는데 이는 양육동기가 비록 자녀의 경제활동을 위한 것일지라도 조모들에게 손자녀 양육은 노년을 여유롭고 편히 보내고자 하는 자신의 자유로운 개인생활을 억압하는 것으로 받아들여지기 때문인 것으로 사료된다. 또한 영유아기 손자녀의 돌봄은 조모들에게 신체적이나 정신적으로 많은 노동력과 관심이 요구되기 때문에 육아로 인한 과중한 부담은 사회적 고립과 같은 결과를 초래할 수 있기 때문인 것으로 사료된다.

### 3. 조사대상자의 일반적 특성에 따른 속박감의 차이

조사대상자의 일반적 특성에 따른 속박감의 차이는 Table 2와 같다. 속박감은 건강상태(F=12.132, p=0.000), 학력(F=2.888 p=0.037), 종교(t=-1.939 p=0.050), 양육손자녀의 성별(t=-2.236, p=0.026), 양육수고비에 대한 만족(F=10.089, p=0.000) 등에 따라서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 건강상태가 좋지 않은 집단과 초졸이하의 집단, 종교가 없는 집단, 손자를 돌보는 집단, 손자녀의 양육수고비에 대한 만족도가 낮은 집단인 경우 그렇지 않은 집단에 비해 속박감은 높은 수준으로 나타났다.

Table 2. Difference of entrapment by general characteristics

Variables		Entrapment	External entrapment	Internal entrapment
		Mean ± SD	Mean ± SD	Mean ± SD
Health status	Unhealthy	2.80 ± .78	2.89 ± .77	2.65 ± .87
	Moderate	2.46 ± .77	2.53 ± .78	2.34 ± .82
	Healthy	1.98 ± .77	2.05 ± .79	1.86 ± .82
t/F(p)		12.132***	12.290***	9.805***
post-hoc		c<b<a	c<b<a	c<b,a
Educational level	≤ Elem. school	2.63 ± .74	2.68 ± .74	2.55 ± .78
	Middle school	2.39 ± .79	2.46 ± .79	2.25 ± .85
	High school	2.27 ± .88	2.34 ± .89	2.15 ± .93
	≥ College	2.26 ± .81	2.39 ± .85	2.04 ± .85
t/F(p)		2.888*	2.210	3.753*
post-hoc		c,d<a		c,d<a
Religion	Have	2.34 ± .82	2.42 ± .84	2.20 ± .85
	None	2.56 ± .79	2.61 ± .80	2.46 ± .88
t/F(p)		-1.939*	-1.707	-2.141*
Grandchildren gender	Female	2.30 ± .75	2.37 ± .76	2.18 ± .81
	Male	2.54 ± .85	2.62 ± .86	2.42 ± .91
t/F(p)		-2.236**	-2.260**	-2.008*
Satisfaction with compensation	Never(low)	2.60 ± .82	2.63 ± .84	2.54 ± .88
	Rarely	2.77 ± .73	2.83 ± .72	2.67 ± .82
	Often	2.29 ± .77	2.38 ± .78	2.14 ± .82
	Always(High)	1.72 ± .83	1.77 ± .88	1.64 ± .78
t/F(p)		10.089***	9.336***	9.561***

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



일반적 특성 중 건강상태는 건강상태가 좋지 않은 집단이 속박감의 수준이 높은 것으로 나타났는데, 이는 손자녀를 돌보는 조모의 돌봄만족감을 연구한 Kim(2010)의 연구와 일치한다. 또한 학력이 낮은 집단이 속박감의 수준이 높은 것으로 확인되었는데 이는 조모의 교육수준이 낮은 집단이 삶의 만족도가 낮아지면서 우울이 증가되고(Kim 2011b) 나이가 조모 자신이 스트레스를 조절할 수 있는 능력을 가지고 있지 않기 때문에 속박감이 높게 나타난 것으로 사료된다. 그리고 종교를 가지고 있지 않은 조모들이 속박감 수준이 높은 것으로 나타났는데 이는 Kim(2012)의 연구에서 조모들이 경험하는 양육스트레스를 완충시켜줄 수 있는 자원인 종교 활동을 통해 마음의 편안함을 느끼며 안정을 취하고, 사회적 고립감을 감소시켜 조모의 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타나, 이 연구에서도 종교유무에 따라 조모들의 속박감 수준에 영향이 미친 것으로 볼 수 있다. 양육수고비의 경우 만족할수록 속박감은 감소하는 것으로 나타났는데 이는 손자녀 양육으로 인해 성인자녀에게 받고 있는 일정금액의 수고비는 다른 일을 하는 것보다 의미 있고 가치 있는 일이라 생각하기 때문인 것으로 (Kim 2011a) 사료된다.

4. 건강증진행위와 속박감의 상관관계

이 연구에서 사용된 측정 변수들간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson's Correlation Coefficient를 구하여 분석한 결과는 Table 3과 같다. 건강증진행위와 속박감( $r=-0.304, p<0.001$ )은 역상관관계가 있는 것으로 나타났다. 속박감 중 외적 속박감( $r=0.290, p<0.001$ )과 건강증진행위는 정상관관계로 나타났으며, 내적 속박감( $r=-0.301, p<0.001$ )과 건강증진행위는 역상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 건강증진행위가 높을수록 속박감의 수준이 낮은 것으로 나타났다.

상관관계 분석에서 대상자의 건강증진행위와 속박감의 관계는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 속박감 중 외적 속박감과 건강증진행위는 정적 상관관계로 나타났으며, 내적 속박감과 건강증진행위는 부적상관관계가 있는 것으로 나타났다.

5. 건강증진행위가 속박감에 미치는 영향

건강증진행위가 대상자의 속박감에 미치는 영향력을 파악하기 위해 일반적 변수를 통제한 후 건강증진행위 변수를 독립변수로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 Table 4와 같다. 모형 1에서는 보통의 건강상태( $\beta=0.293, p=0.000$ ), 수고비에 대한 만족( $\beta=-0.253, p=0.000$ ), 건강상태 좋지 않음( $\beta$

Table 3. Correlation analysis

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	-									
2	.752***	-								
3	.795***	.559***	-							
4	.704***	.365***	.386***	-						
5	.758***	.490***	.460***	.532***	-					
6	.806***	.493***	.513***	.449***	.462***	-				
7	.667***	.450***	.416***	.327***	.390***	.551***	-			
8	-.304***	-.084	-.114	-.249***	-.266***	-.368***	-.299***	-		
9	.290***	-.070	-.100	-.247***	-.245***	-.363***	-.292***	.980***	-	
10	-.301***	-.098	-.127	-.232**	-.278***	-.344***	-.286***	.948***	.865***	-

\*\* p<.01, \*\*\* p<.001

1. health promotion behavior 2. adequate work 3. establishment of relation network 4.maintenance of physical strength 5. adequate activity 6. Easy mind 7. religious life 8. entrapment 9. external entrapment 10. internal entrapment

**Table 4.** A hierarchical regression analysis of entrapment

	Model 1			Model 2		
	$\beta$	t	p	$\beta$	t	p
Religion(0:have)	.085	1.378	.170	.058	.955	.341
Grandchildren gender(0:female)	.134	2.159	.032	.145	2.402	.017
Health status : moderate	.293	3.765	.000	.245	3.173	.002
Health status : Unhealthy	.245	3.198	.002	.187	2.448	.015
Educational level(0:middle school)	-.113	-1.821	.070	-.117	-1.935	.050
Satisfaction with compensation(0:never)	-.253	-4.033	.000	-.226	-3.674	.000
Health promoting behaviors				-.218	-3.462	.001
Adj R <sup>2</sup>		.182			.223	
$\Delta$ R <sup>2</sup>		-			.043**	
F		9.070			9.891	
P		.000			.000	

\*\* p&lt;0.01

**Table 5.** A hierarchical regression analysis of the efficacy factor

	Model 1			Model 2		
	$\beta$	t	p	$\beta$	t	p
Religion(0:have)	.085	1.378	.170	.041	.654	.514
Grandchildren gender(0:female)	.134	2.159	.032	.144	2.385	.018
Health status : moderate	.293	3.765	.000	.252	3.289	.001
Health status : Unhealthy	.245	3.198	.002	.214	2.840	.005
Educational level(0:middle school)	-.113	-1.821	.070	-.090	-1.478	.141
Satisfaction with compensation(0:never)	-.253	-4.033	.000	-.221	-3.614	.000
Adequate work				.137	1.609	.109
Establishment of relation network				.056	.787	.432
Maintenance of physical strength				-.010	-.124	.902
Adequate activity				-.128	-1.799	.050
Easy mind				-.237	-2.675	.008
Religious life				-.127	-1.554	.122
Adj R <sup>2</sup>		.182			.257	
$\Delta$ R <sup>2</sup>		-			.073***	
F		9.070			7.262	
P		.000			.000	

\*\*\* p&lt;.001

=0.245, p=0.002), 손자녀 성별( $\beta=0.134$ , p=0.032)이 통계적으로 유의미한 영향을 나타내고 있었으며 이들의 설명력은 18.2%이었다. 즉, 건강상태가 보통이거나 좋을수록, 그리고 손자녀 성별이 남아일수록 속

박감을 더 많이 지각하고 있었으며 양육수고비에 대해 만족할수록 속박감은 더 감소함을 알 수 있었다.

모형 2에서는 독립변수인 건강증진행위 변수를 추가하여 속박감에 대한 영향력을 분석한 결과 건강상

태 보통( $\beta=0.245$ ,  $p=0.002$ ), 수고비 만족( $\beta=-0.226$ ,  $p=0.000$ ), 건강증진행위( $\beta=-0.218$ ,  $p=0.001$ ), 건강상태 좋지 않음( $\beta=0.187$ ,  $p=0.015$ ), 손자녀 성별( $\beta=0.145$ ,  $p=0.017$ ), 학력( $\beta=-0.117$ ,  $p=0.050$ ) 순이었으며 건강증진행위 변수를 추가함으로써 전체 설명력은 22.3%가 되었으며 모형 1에 비해  $\Delta R^2$ 은 4.3% 증가하였다.

즉, 건강상태가 보통이거나 좋지 않을수록, 그리고 손자녀 성별이 남아일수록 속박감을 더 많이 지각하고 있었으며 양육수고비에 대해 만족할수록, 건강증진행위가 증가할수록, 그리고 학력이 높을수록 속박감은 감소함을 알 수 있었다.

건강증진행위의 하위요인들이 대상자의 속박감에 미치는 영향력을 파악하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 Table 5와 같다. 회귀분석에 대한 기본가정을 검토하기 위하여 독립변수들 간의 상관관계를 분석한 결과 0.06이하로 나타났고 분산팽창인자(VIF)는 기준인 10이하로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 파악되었다.

모형 1에서는 건강상태 보통( $\beta=0.293$ ,  $p=0.000$ ), 수고비 만족( $\beta=-0.253$ ,  $p=0.000$ ), 건강상태 좋지 않음( $\beta=0.245$ ,  $p=0.002$ ), 손자녀 성별( $\beta=0.134$ ,  $p=0.032$ ) 순으로 통계적으로 유의한 영향을 나타내고 있었으며 이들의 설명력은 18.2%이었다. 모형 2에서는 독립변수인 건강증진행위 하위요인을 추가하여 속박감에 대한 영향력을 분석한 결과 건강상태 보통( $\beta=0.252$ ,  $p=0.001$ ), 노인으로서 편한 마음 갖기( $\beta=-0.237$ ,  $p=0.008$ ), 수고비 만족( $\beta=-0.221$ ,  $p=0.000$ ), 건강상태 좋지 않음( $\beta=0.214$ ,  $p=0.005$ ), 손자녀 성별( $\beta=0.144$ ,  $p=0.018$ ), 적당한 신체활동( $\beta=-0.128$ ,  $p=0.050$ ) 순이었으며 건강증진행위의 하위요인을 추가함으로써 전체 설명력은 25.7%가 되었으며 모형 1에 비해  $\Delta R^2$ 은 7.3% 증가하였다.

즉, 건강상태가 보통이거나 좋지 않을수록, 손자녀의 성별이 남아일수록 속박감은 증가하였고 노인다운 편안한 마음을 가질수록, 양육수고비에 만족할수록, 적당한 신체활동을 할수록 속박감은 감소함을 알 수 있었다.

## V. 요약 및 결론

이 연구는 영유아기 손자녀 양육에 참여하는 조모를 대상으로 건강증진행위가 속박감 감소에 미치는 영향을 분석함으로써 관련 요인들을 규명하였다. 이러한 연구결과는 이들 조모들에 대한 사회복지적 개입 방안을 구체화 할 수 있는 근거자료를 제시하며, 가족 내에서 조모의 바람직한 인적자원 활용을 위해 중요한 기초자료를 제공하였다는데 의의가 있다. 이 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 대상자의 건강증진행위 평균점수는 3.05점, 속박감 평균점수는 2.42점 이었다. 둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 속박감의 차이는 건강상태, 학력, 종교, 양육손자녀 성별, 양육수고비 만족도에 따라 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 셋째, 상관관계분석에서 건강증진행위와 속박감과의 관계는 부적 상관관계가 확인되었다. 넷째, 조모의 건강증진행위가 속박감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학력이 낮을수록, 건강상태가 보통이거나 좋지 않을수록, 손자녀가 여아보다 남아인 경우, 양육수고비에 대해 만족하지 않을수록, 손자녀를 양육하는 조모의 속박감의 수준은 높은 것으로 나타났다. 또한 건강증진행위가 많을수록 손자녀를 돌보는 조모의 속박감의 수준은 낮아지는 것으로 나타났다. 건강증진행위의 하위영역 중 편한 마음을 갖고 적당한 신체활동의 수준이 높을수록 속박감의 수준이 감소하는 것으로 나타났다.

조모의 건강증진행위 중 노인다운 마음을 지닐수록 속박감은 감소하는 것으로 나타났는데 이는 손자녀를 돌보는 조모는 손자녀 양육을 통해 가족에게 필요한 존재임을 인식하게 하여 자존감을 높일 수 있고 그 결과 손자녀 양육을 통해 노인의 고립감이 완화되고 정서적 안정감을 강화시킬 수 있기 때문인 것으로(Kim 2011b) 사료된다. 또한 적당한 신체활동이 증가할수록 속박감이 감소되는 것으로 나타났는데 영유아기 손자녀를 돌보면서 하루 종일 양육에 매달릴 경우 자신을 위한 개인시간이 부족하고 그 결과 속박감이 증가할 것이다. 따라서 조모의 건강관리를 위한 운동이나 친구들과의 사회적 접촉 등 조모가 원할 경

우 지역사회에 쉽게 이용할 수 있는 양육도우미, 시간제 기관이용 등 적극적인 지원시스템 구축이 필요하다고 사료된다. 따라서 향후 영유아기 손자녀를 양육하는 조모들의 건강을 위해 건강증진행위를 더욱더 활성화시키고 양육으로부터 오는 속박감에 대한 이해를 증진시키고, 스트레스에 대한 긍정적 적응을 도모하기 위한 프로그램의 개발이 요구된다.

이 연구는 노인의 건강증진행위가 중요함에도 불구하고, 손자녀를 양육한다는 특성으로 인해 간과되었던 의료예방적 행위인 건강증진행위에 초점을 두었다는 점에서 의미가 있다. 다수의 손자녀를 양육하는 조모의 연구는 스트레스 등 관계적 측면에 초점을 두고 있음에 반해, 이 연구는 노인의 실질적인 건강증진행위가 속박감을 감소함을 확인함에 따라 실제적 대안에 대한 정보를 제공하였다고 볼 수 있다.

이상의 연구 결과를 종합해 보면, 영유아기 손자녀를 양육하는데 참여하는 조모의 건강증진행위는 속박감에 역상관관계로 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 따라서 조모들이 손자녀를 양육하는데 있어서 부적응적인 영향을 줄이고 긍정적인 영향을 줄 수 있도록 개인의 꾸준한 건강관리와 신체적, 영적, 정서적인 측면으로 개인적인 노력이 필요할 것이며, 건강증진행위에 더욱더 현실적인 사회적 지지체계의 마련도 필요할 것으로 사료된다.

그럼에도 불구하고 이 연구는 전라남도 3개 지역에서 영유아 손자녀를 양육에 참여하는 조모를 대상으로 하였기 때문에 이 연구 결과를 다른 대상자나 타 지역에 일반화의 한계점이 있다. 또한 손자녀 양육에 참여하는 조모의 속박감에 대한 연구에 있어 양육상황을 고려하지 못하였다는 한계가 있다. 추후연구에서는 양육을 담당하는 손자녀의 수, 손자와 손녀의 비율, 양육을 담당하는 평균시간, 양육 뿐 아니라 가사일의 병행 여부 등 보다 면밀한 검토가 이루어져야 한다.

마지막으로 후속연구에 대한 제언을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 이 연구에서는 조모가 주로 손자녀 양육을 담당하고 있는 가족적 현실 및 선행연구 결과에 따라 여성노인인 조모들에 초점을 맞춰 건강증진행위 및 속박감을 살펴보았다. 그러나 가족관계의 상호적 측면을 고려해 볼 때, 배우자나 성인자녀들이

조모의 양육 상황에서 비롯된 가족관계를 어떻게 인식하고 있는지 살펴보는 것은, 조모 및 가족의 복지에 매우 중요할 것으로 사료된다. 따라서 후속연구에서는 배우자와 성인자녀의 건강증진행위 및 속박감을 조사하여 손자녀 조모와 어떤 차이점이나 공통점이 있는지 비교하여 살펴보는 연구가 수행될 필요가 있을 것이다.

둘째, 연구방법상 표집방법에 따른 제한점을 살펴볼 수 있다. 조사원의 충분한 설명과 확인이 가능한 면대면 조사에 비해 자기보고식 조사는 응답자가 충분한 숙지 후 응답하였는지 여부를 확인하기 어렵기 때문에 수집된 자료의 신뢰성에 한계를 가질 수 있다. 추후 질적 조사 접근이 필요할 것이다.

셋째, 이 연구는 표본 선정 시 엄격한 방법을 통한 무작위 표집을 하지 못하고 연구자의 편의에 의해 일부 지역으로 한정된 조모들을 연구대상으로 하는 의도적 표집방법을 활용해 자료를 수집하였으므로 연구의 결과를 일반화하는데 제한이 있고, 거주하는 조모들의 경험을 반영하지 못한 한계가 있다. 도시 지역과 농어촌 지역 등 지역에 따라 조모의 건강증진행위 및 속박감의 차이가 있을 수 있으므로, 후속연구에서는 이를 아우르는 참여자를 선정하여 보다 포괄적 조사가 필요할 것이다.

## Reference

- Bae HS(2011) Physical health of the rural elderly, medical service, relationships with health-promoting behaviors. Master's thesis, Hanseo University
- Bae JH(2007) Focusing on the comparison between parenting grandparents and co-parenting grandparents. Soc Welfare Policy 29(4), 67-94
- Bae JH, Roh SK, Kweon KS(2008) Current practices of grandparents raising grandchildren and their needs for support. J Future Early Child Educ 15(1), 379-410
- Bae KL(2012) A study of the effect of social support on parenting grandparent's mental health. Master's thesis, Daegu Haany University
- Brown GW, Harris TO, Hepworth C(1995) Loss, humiliation and entrapment among women developing depression: a patient and non-patient comparison. Psychol Med 25, 7-21
- Burnette D(2009) Grandparent parenting in caribbean latino families: correlates of children's departure

- from care. *J Intergenerational Relat* 7, 274-290
- Burton LM(1992) Black grandparents rearing children of drug-addicted parents: stressors, outcomes and personal relationships. *Gerontol* 32, 744-751
- Cheon SH(2006) The perceived entrapment types and health of adolescent women. Doctor's thesis, Korea University
- Choi YH, Kim SH(1997) Development of health behavior assessment tool of the Korean elders. *J Korea Academy Nurs* 27(3), 601-613
- Choi YH, Kim SH(1999) A study on the evaluation of health behavior practice of the aged. Development of health behavior assessment tool of the Korean elders. *J Korea Ger soce* 19(1), 119-130
- Gilbert P, Allan S(1998) The role of defeat and entrapment(arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychol Med* 28, 585-598
- Gilbert P, Gilbert J, Irons C(2004) Life events, entrapment and arrested anger in depression. *J Affective Disord* 79, 149-160
- Jeong MS, Kim KH(2009) The influence of health promoting behavior and social support on psychological well-being of the elderly. *J Soc Sci* 8, 101-126
- Kim DJ(2012) A study on the effect of the stress out of rearing grandchildren on the quality of life of grandparents in families with only grandparents and grandchildren. Doctor's thesis, Seoul Christian University
- Kim EJ(2011a) A study on care-giving stress of grandmothers raising infant grandchildren : at double income households and working mother families. Master's thesis, Ewha Womans University
- Kim HS(2009) A study of influential factors on health promoting behavior among Korean seniors in community. Master's thesis, Soongsil University
- Kim MH(2005) A study on social support and depression of grandmothers raising grandchildren. Master's thesis, Uiduk University
- Kim MJ(2006) The experience of grandmothers who raise their grandchild. Master's thesis, Seoul National University
- Kim MS(2010) A study on the factors that have influence upon grandmother's caring satisfaction of grandchildren. Master's thesis, Kyonggi University
- Kim SR(2005) A study the subjective health status and health behaviors of working elderly person. Master's thesis, Ewha Womans University
- Kim YH(2011b) The story of grandparents caring for grandchildren in infancy. Master's thesis, Paichai University
- Kim SS(2011c) Investigation of the factors relative to the health promotion behavior practice of silvertown residents in Korea. Master's thesis, Korea University
- Kim SY(2013) A study on anger expression, entrapment, and psychosomatic health of female middle school students. Master's thesis, Korea University
- Kwon JH, Lee SY(2008) Anger expression and marital satisfaction in relation to perceptions of social rank and external entrapment in married couples. *Korean J Clinic Psychol* 27(1), 69-84
- Lee HJ(2004) Grandparent generation of grandparents parenting stress effects on mental health of grandparents. Master's thesis, Ewha Womans University
- Martin Y, Gilbert P, Mcewan K, Irons C(2006) The relation of entrapment, shame, guilt to depression, in careers of people with dementia. *Aging Mental Health* 10(2), 101-106
- Min KH(2011) A study of health behavior and life satisfaction of low-income elderly. Master's thesis, Hanyang University
- Ministry of Health and Welfare(2007) 2007 Elderly business guide. Available from <http://nl.go.kr/policy> r/[cited 2007.06.27]
- Nam GW(2005) The effect of health behavior, nutrition status and nutrition knowledge on the quality of life for elderly people in Korea aging society, Doctor's thesis, Kyonggi University
- Oh JN(2006) Care stress and quality of life of grandmothers caring for their grandchildren in employment mother's home. *Child Health Nurs Res* 12(3), 368-376
- Oh YJ, Park JS(2005) Development of the tailored health promotion program for rural elderly: based on the PRECEDE Model. *Korean J Health Educ Prom* 22(4), 179-202
- Park MH(2011) Health knowledge, health promoting behavior and desire for medical service of the elderly. Master's thesis, Chung-Ang University
- Pender NJ(1987) Health promotion in nursing practice (2nd ed.). Norwalk, CT: Appleton & Lange
- Seo OS(2007) The relationship between health promotive behavior and quality of life of single elderly female of rural area. Master's thesis, Hanseo University
- Song KY, Lee SY(2000) A survey on perceived health status and health promoting lifestyle patterns between Korean elderly and Korean-American elderly. *Korean J Fundamentals Nur* 7(3), 401-414
- Song MS, Song JS(2007) A study on parenting beliefs, parental satisfaction, and child rearing stress. *Korean Living Sci Assoc* 16(5) 933-944
- Statistics Korea(2013) Women's lives through statistics in 2013. Available from <http://kostat.go.kr>[cited 2013.06.27]
- Walker SN, Sechrist KR, Pender NJ(1987) The health promoting lifestyle profile: development and psychometric characteristics. *Nur Res* 36(2), 76-81
- Willner P, Goldstien RC(2001) Mediation of depression by perceptions of defeat and entrapment in high-stress mother. *Br J Med Psychol* 74, 473-485