

초산부의 신체상, 자기효능감이 양육스트레스에 미치는 융복합적 영향

김보미, 김은희
경북전문대학 간호학과

Convergent Influence of Body Image, Self Efficacy on Parenting Stress of Primipara Women

Bo-Mi Kim, Eun-Hee Kim
Dept. of Nursing, Kyungbuk College

요 약 본 연구는 초산부의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스의 관계를 확인하고 초산부의 양육스트레스에 미치는 요인을 파악하기 위한 연구이다. 자료 수집은 U시 소재의 2개 산부인과 전문병원에서 분만 한 초산부 134대상으로 설문지를 이용하여 2017년 1월 1일부터 3월 31일까지 실시하였다. 수집한 자료는 SPSS/WIN 22.0 program을 이용하여 기술통계, 상관관계, 다중회귀분석을 하였다. 연구 결과 신체상, 자기효능감, 양육스트레스는 유의한 상관관계가 있었으며, 초산부의 양육스트레스에 영향을 미치는 유의한 변수는 퇴원 후 지지자, 신체상, 가족의지지로 전체 설명력은 29.5%이었다. 따라서 초산부의 양육스트레스에 미치는 요인을 바탕으로 양육스트레스를 감소시키며, 양육스트레스에 대처할 수 있는 능력을 향상시킬 수 있는 프로그램의 개발이 필요하다. 또한 더 나아가 초산부가 지각하는 폭넓은 범위의 양육스트레스 원인 탐색 후 초산부를 위한 중재프로그램 개발이 필요하다.

주제어 : 신체상, 자기효능감, 양육스트레스, 초산부, 융복합적 영향

Abstract The purpose of this study is to identify the relationships among Body Image and Self Efficacy, Parenting Stress and influencing factors on Parenting Stress of Primipara Women. Data were collected from 134 Primipara Women in U city from January 1 to March 31, 2017. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and stepwise multiple regression. Significant correlations were found among Body Image and Self Efficacy, Parenting Stress. Meaningful variables that influenced Parenting Stress were Post-discharge supporter, Body Image and Support of family, and the total explanation power was 29.5%. In conclusion, development of Parenting Stress Coping program to decrease the Parenting stress of Primipara Women based on the convergent influencing factors is needed, and further development of program for Parenting Stress Coping for the Primipara Women ion the related factors is also needed.

Key Words : Body Image, Self Efficacy, Parenting Stress, Primipara Women, Convergent Influence

Received 17 July 2017, Revised 12 September 2017
Accepted 20 October 2017, Published 28 October 2017
Corresponding Author: Bo-Mi Kim(Kyungbuk College)
Email: point99930@naver.com

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. 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.

ISSN: 1738-1916

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라 2015년 출생율은 1.24명, 2014년은 1.21명으로 출산율이 심각하게 저하되고 있다[1]. 이러한 저출산의 원인은 자녀양육 비용부담, 일·가정양립 곤란, 출산과 양육에 대한 부담 등이 있다[2]. 또한 일·가정양립 곤란과 여성의 출산과 양육에 대한 부담은 가족 전체의 스트레스 반응으로 나타나게 되어 아동에게는 인지적·사회적·정서적 발달에 직접적인 영향을 미치게 될 뿐만 아니라, 높은 양육스트레스를 가진 여성은 후속출산에 부정적인 인식을 가지는 것으로 보고되고 있다[3].

양육스트레스란 자녀의 출생으로 인한 부정적인 측면에서 접근하는 개념으로 자녀가 태어남에 따라 느끼게 되는 스트레스나 실제적인 양육에서 겪는 어려움[4], 또는 자녀 출생으로 인해 가사분담이 증가되고 부부간의 갈등이 스트레스로 나타나는 반응이다[5]. 이처럼 양육스트레스는 양육이라는 구체적인 상황에서 발생하는 스트레스이며 가족체계가 직면하는 발달과정 속에서 예상되는 스트레스이다[6]. 하지만 이러한 양육 스트레스는 전통적으로 영유아의 주된 돌봄 제공자로 인식되는 여성에게서 더 많이 나타나고 있을 뿐 아니라[7, 8], 산욕기간 동안 산모의 신체적 정신적 기능을 제정립하여야 하는 시기에 스트레스 원인으로 작용하게 되어 모성경험을 부정적으로 인지하게 되며[7], 스트레스에 대한 개인 대처 역치를 넘어 우울증을 발생시키며, 이러한 스트레스로 인해 자녀 양육 시 문제 발생 빈도를 증가시키고 있다[9]. 따라서 본 연구에서는 여성으로서의 새로운 역할전환으로 나타나는 신체상과 산모가 지각하는 자기효능감, 양육 스트레스의 관계를 모색해보고 양육스트레스에 미치는 영향요인을 알아보고자 한다.

신체상은 그 자신의 신체에 대해 가지고 있는 상으로 과거와 현재의 감각을 표현하는 방법을 말한다[10]. 여성은 신체와 자기를 동등하게 생각하며 자신의 신체를 아름답게 보이기 위해 많은 노력을 하지만[11], 임신과 분만이란 과정을 거치면서 신체상에 대한 자신감이 점점 떨어지면서 스트레스로 지각하게 되어 산후 우울에까지 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[12]. 이러한 신체상은 산후 우울의 과정 중 양육스트레스로 나타나기도 하는데 본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 신체상과 양육

스트레스와의 관계를 확인하고, 양육스트레스에 미치는 요인으로 탐색해 보고자 한다.

자기효능감은 개인이 결과를 얻는데 필요한 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신감을 의미하여[13], 본 연구에서의 자기효능감은 영아의 성장과 발달을 위해 필요한 돌보기에 대해 어머니 스스로가 영아돌보기를 성공적으로 수행할 수 있다는 의미로 해석된다[14]. 이러한 자기효능감은 대체적으로 초산모에게서 낮게 측정되는데, 그 이유는 처음 영아를 대면함으로써 영아의 행동 이해나 실제적·기술적 측면에서 양육행동에 대한 자신감이 낮게 측정되기 때문이다[15, 16]. 따라서 본 연구에서는 초산모의 자기효능감을 측정하고, 양육스트레스와의 관계 확인을 통해 양육스트레스에 미치는 요인으로 탐색해 보고자 한다.

초산부의 양육스트레스와 관련된 선행연구를 살펴보면 초산부와 경산부의 양육스트레스를 함께 살펴 본 연구가 대다수였고[3, 5, 6, 7, 8, 9], 초산부를 대상으로 신체상, 자기효능감, 양육스트레스를 살펴본 연구는 없는 실정이었다. 또한 초산부에 겪는 양육스트레스는 둘째 자녀 출산의 거부감, 적대감을 유발하여 부모-자녀 간 상호작용을 악화시키게 된다[17]는 선행연구를 바탕으로 본 연구에서는 초산부를 대상으로 신체상, 자기효능감, 양육스트레스 정도를 파악하고 이들 간의 상관관계를 확인하며 초산부의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인들을 규명함으로써 초산부의 양육스트레스 감소를 위한 중재개발의 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 초산부의 신체상, 자기효능감이 양육스트레스에 미치는 영향요인을 보는 연구이며, 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성을 파악하고, 일반적 특성에 따른 양육스트레스 정도를 파악한다.
- 2) 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스 정도를 파악한다.
- 3) 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스 정도의 관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 양육스트레스에 미치는 융복합적인 영향요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구의 대상자는 U시 소재 2개의 산부인과 전문병원에서 38주에서 42주 미만인 정상신생아를 분만한 산모로, 출산 후 6주 이내의 여성으로 연구의 목적을 이해하고 설문에 참여하기로 서면 동의한 134명이다. 본 연구의 적절한 대상자 수를 산출하기 위해 G*Power3.1.9.2 program 프로그램을 이용하였다. 다중회귀분석에서 유의수준 .05, 효과크기는 중간크기인 0.15, 검정력은 0.85로 적용하여[18] 계산하였을 때 131명이었으나, 탈락률을 고려하여 140부를 배부 하였다. 질문한 설문지에 대한 답변 중 부적절한 응답과 미 회수된 설문지 9부를 제외한 134부를 최종 분석에 활용하여 필요한 표본수를 충족하였다.

2.2 연구도구

본 연구의 도구에서는 구조화된 설문지를 사용하였다. 신체상 20문항, 자기효능감(긍정적, 부정적) 15문항, 양육스트레스(스트레스 요인) 24문항, 일반적 사항 9문항으로 총 68개 문항으로 구성되었다.

2.2.1 신체상

신체상은 신체 전반에 대한 신체상을 측정하기 위해 선행연구를 바탕으로 Ahn[19]이 수정 보완한 도구를 사용하였다. 5점 Likert 척도로 '매우 그렇다' 5점부터 '전혀 그렇지 않다' 1점으로 점수가 높을수록 자신의 신체상이 긍정적임을 의미한다. 본 도구의 신뢰도는 Ahn[19]의 연구에서는 Cronbach's $\alpha=.91$ 이었고, 본 연구의 Cronbach's $\alpha=.80$ 이었다.

2.2.2 자기효능감

자기효능감은 어머니 역할수행에 대한 자신감을 측정하는 도구로 Yang[20]이 개발하고, Kim[21] 이 산모의 자가 간호와 신생아 양육에 관해 수정한 도구를 사용 하였다. 본 도구는 4점 Likert 척도로 '매우 그렇다' 4점부터 '전혀 그렇지 않다' 1점으로 점수가 높을수록 산모의 자기효능감이 높은 것을 의미하며 본 도구의 신뢰도는 Yang[20]의 연구에서는Cronbach's $\alpha=.77$ 이었고, Kim[21]의 연구에서는Cronbach's $\alpha=.90$, 본 연구의 Cronbach's $\alpha=.84$ 이었다.

2.2.3 양육스트레스

양육스트레스는 산육기간 동안 산모가 인지하는 양육과 관련된 스트레스를 측정하는 것으로 Lee[22]이 개발한 도구에서 산후 조리원에서 조리 중인 산모에게 적합하지 않다고 판단되는 문항을 제외한 Kim[21]의 도구를 사용 하였다. 본 연구의 대상자는 분만 후 기간이 짧은 산모들이기 때문에 현재와 미래의 아기양육과 관련된 스트레스 정도를 표기하도록 하였다. 본 도구는 4점 Likert 척도로 '그렇다' 4점부터 '그렇지 않다' 1점으로 점수가 높을수록 양육스트레스가 높은 것을 의미하며 본 도구의 신뢰도는 Lee[22]의 연구에서는Cronbach's $\alpha=.90$ 이었고, Kim[21]의 연구에서는Cronbach's $\alpha=.90$, 본 연구의 Cronbach's $\alpha=.90$ 이었다.

2.3 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구의 자료 수집 기간은 2017년 1월 1일부터 동년 3월 31일 까지 하였다. 연구대상자는 U시 소재2개의 산부인과 전문병원에서 38주에서 42주 미만인 정상신생아를 분만한 산모로, 출산 후 6주 이내의 여성으로 연구의 목적을 이해하고 설문에 참여하기로 서면 동의한 134명이다. 본 연구자가 대상자에게 직접 연구의 목적과 방법, 사생활 보호를 위해 익명성, 참여와 철회에 관한 자율성, 설문지 내용 들을 설명 한 후 연구 참여를 수락한 산모에게 서면 동의서를 받고 설문지를 배부하여 직접 기입하도록 하였다. 자료 수집 후 참여자의 사생활·개인 정보를 보호하기 위해 통계자료를 암호화 하였다.

2.4 자료 분석

본 연구의 수집된 자료의 분석은 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하였고, 구체적인 방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적인 특성은 실수와 백분율 및 평균과 표준편차, 일반적 특성에 따른 양육스트레스는 t-test, ANOVA로 사후 검정은 sheffe's test로 분석하였다.
- 2) 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스는 평균 평점과 표준편차로 분석하였다.
- 3) 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.
- 4) 대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인은

stepwise multiple regression으로 분석하였다.

3. 결과

3.1 대상자의 일반적 특성과 그에 따른 양육 스트레스

대상의 일반적 특성에서 연령은 31-35세(57.5%)가 가장 많았고, 종교는 무교(56.7%)가 가장 많았다. 최종 학력은 대졸(73.9%)이 가장 많았고, 임신만족도는 상(59.7)이 가장 많았다. 남편과의 관계는 매우 좋음(47.8%)이 가장 많았고, 남편의 지지정도는 상(56.7%)이 가장 많았다. 임신기간 동안 다른 가족들의 지지 정도는 중(48.5%)이 가장 많았고, 가정 수입은 보통(53.7%)이 가장 많았고, 퇴원후의 아기를 돌봐줄 지지자는 있음(67.9%)이 많았다.

대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스 정도는 임신 만족도($F=13.47, p<.001$), 남편과의 관계($F=5.99, p=.001$), 남편의 지지($F=9.46, p<.001$), 가족의 지지($F=17.29, p<.001$), 가정수입 만족도($F=15.11, p<.001$), 퇴원 후 지지자($t=-5.36, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다<Table 1>.

3.2 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스 정도

대상자의 양육스트레스 정도는 평균평점이 2.38 ± 0.49 (척도 범위: 1~4)로 중간 정도로 나타났다. 대상자의 신체상 정도는 평균평점이 3.50 ± 0.48 (척도 범위: 1~5)로 중간정도로 나타났다. 대상자의 자기효능감 정도는 평균평점 2.87 ± 0.45 (척도 범위: 1~4)로 중간 정도로 나타났다<Table 2>.

<Table 1> Degree of Parenting Stress by General Characteristic

(n=134)

Characteristics	Categories	n(%)	Parenting Stress		
			M ± SD	t or F	p
Age(yr)	20-25	1(0.7)	37.00	2.12	.081
	26-30	24(17.9)	60.91±13.74		
	31-35	77(57.5)	55.57±11.13		
	35-40	24(17.9)	60.25±10.84		
	≥ 40	8(6.0)	57.37±12.99		
Religion	None	76(56.7)	56.68±12.73	1.49	.208
	Christian	18(13.4)	58.61±11.47		
	Catholic	10(7.5)	56.00±12.52		
	Buddhism	29(21.6)	57.55±8.83		
	Other	1(0.7)	85.00		
Degree of education	High school graduation	23(17.2)	60.86±13.70	1.37	.257
	University graduation	99(73.9)	56.39±11.66		
	More than a graduate school	12(9.0)	58.33±9.39		
Satisfaction of pregnancy	Well ^a	80(59.7)	53.47±11.25	13.47 a > b, b > c a > c	.000
	Normal ^b	51(38.1)	62.52±10.11		
	poorly ^c	3(2.2)	72.00±15.71		
Relationship with husband	Very good ^d	64(47.8)	54.23±11.53	5.99 a > d, b > d	.001
	Good ^b	59(44.0)	58.96±11.37		
	Normal ^c	8(6.0)	62.25±7.57		
	Poor ^d	3(2.2)	78.33±11.01		
Support of husband	Well ^a	76(56.7)	54.18±11.54	9.46 a > b, b > c	.000
	Normal ^b	48(35.8)	59.95±1.85		
	poorly ^c	10(7.5)	68.70±10.12		
Support of family	Well ^a	62(46.3)	52.19±9.98	17.29 a > b, b > c a > c	.000
	Normal ^b	65(48.5)	60.61±11.35		
	poorly ^c	7(5.2)	72.42±9.71		
Satisfaction of income	Well ^a	48(35.8)	50.58±9.56	15.11 a > b, b > c a > c	.000
	Normal ^b	72(53.7)	60.58±11.34		
	poorly ^c	14(10.4)	63.78±11.94		
Post-discharge supporter	Yes	91(67.9)	53.89±10.20	-5.36	.000
	No	43(32.1)	64.62±12.04		

<Table 2> Degree of Body Image, Self Efficacy, Parenting Stress (n=134)

Categories	Items	M ± SD	Min ~ Max	Ranges
Body Image	20	3.50 ±0.48	44.0 ~ 93.0	1~5
Self Efficacy	15	2.87 ±0.45	26.0 ~ 55.0	1~4
Parenting Stress	24	2.38 ±0.49	33.0 ~ 89.0	1~4

3.3 대상자의 신체상, 자기효능감, 양육스트레스의 관계

대상자의 신체상과 자기효능감 및 양육 스트레스의 관계를 살펴본 결과 신체상과 자기효능감($r=.08, p<.001$)로 낮은 상관관계로 나타났다. 자기효능감과 양육 스트레스($r=-.13, p<.001$)로 낮은 상관관계로 나타났다. 신체상과 양육스트레스($r=-.33, p<.001$)은 유의한 상관관계가 있었다<Table 3>.

<Table 3> Correlation of Body Image and Self Efficacy, Parenting Stress (n=134)

Variables	Body Image	Self Efficacy	Parenting Stress
	r(p)	r(p)	r(p)
Body Image	1	0.88 (<.001)	-.336 (<.001)
Self Efficacy		1	-.136 (<.001)
Parenting Stress			1

3.4 대상자의 양육스트레스에 미치는 융복합적 요인

대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 융복합적인 요인을 확인하기 위해 양육스트레스를 종속변수로 설정하였고, 양육스트레스 정도와 상관관계가 있었던 신체상, 대상자의 일반적인 특성에 따른 양육스트레스 정도에서 사후검정 결과 유의한 차이를 보였던 임신 만족도, 남편과의 관계, 남편의 지지, 가족의 지지, 가정수입 만족도, 퇴원 후 지지자를 가변수(dummy variable) 처리하여 독립변수로 설정해 단계적 다중 회귀분석을 실시하였다. 회귀 분석을 검정하기 위해 Durbin-Watson 값을 구하였고, 결과 1.293으로 오차의 자기 상관이 없었다. 독립변수 간의 다중공선성을 검증한 결과 공차한계(Tolerance)는

0.903 상을 보였고, 분산팽창인자(VIF)가 모두 1.061로 10 보다 작아 독립변수간의 다중 공선성 문제가 없었다. 양육 스트레스 모형 검증결과는 $F=12.51(p<.001)$ 로 회귀선이 모델에 적합하였다.

대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인으로는 퇴원 후 지지자, 신체상, 가족의 지지를 추가하니 29.5%로의 설명력을 나타냈다<Table 4>.

<Table 4> Factors Influencing Parenting Stress (n=134)

Variables	B	β	t	p
constant	79.84		11.92	<.001
Post-discharge supporter	7.86	.310	4.05	<.001
Body Image	-.368	-.298	-3.96	<.001
Support of family	14.13	.265	3.53	.001
Adj.R ² =29.5, F=12.51, p<.001				

4. 논의

본 연구의 목적은 초산부의 양육스트레스에 미치는 영향요인 규명을 통해 초산부의 양육스트레스를 감소시키는 전략 마련의 기초자료를 제공하기 위한 연구이다.

초산부의 신체상 평균평점은 3.50±0.48(척도범위: 1~5)로 산욕초기 산모의 신체상을 살펴본 연구[23]에서는 4.69±0.58(척도범위: 1~5), 다른 도구를 사용하여 분만 후 신체상을 살펴본 연구[12]에서는 3.80(척도범위: 1~5)으로 나타나 모두 본 연구보다 높게 측정되었다. 이는 일반적인 특성과 관련이 있으며[23], 신체상은 산욕기의 신체, 심리적인 변화를 알아보는 척도로 산후 기간에 따라 영향이 있을 것으로 예상된다. 또한, 분만 후 신체상을 살펴본 연구[12]에서는 신체상의 정도가 산후 6-8주의 산모가 1-3의 산모보다 높게 측정 하지만 본 연구에서는 출산 후 6주 이내의 여성을 대상으로 선정하였기 때문에 기존의 선행연구보다 신체상이 낮게 측정된 것이라 판단된다. 따라서 추후 지속적인 연구를 통해 출산 후 기간에 따른 신체상을 비교하는 반복적인 연구와 일반적 특성에 따른 신체상을 알아보는 추후연구가 필요함을 알 수 있다.

초산부의 자기효능감 평균평점은 2.87±0.45(척도범위: 1~4)로, 산욕초기 산모의 자기효능감의[23]의 연구에서

는 3.10 ± 0.4 (척도범위: 1~4)로 본 연구보다 높게 측정되었다. 이는 본 연구에서 사용된 자기효능감의 도구와 다른 도구를 사용하였고, 산육초기의 자기효능감을 살펴보기 위해 실시한[23]의 연구에서는 초산부와 경산부 모두 함께 측정하여 본 연구의 초산부를 대상으로 한 자기효능감과 차이가 나타났다. 같은 도구를 사용하여 산모의 자기효능감을 살펴 본 연구에서는[21]은 초산부의 평균 평점은 2.60으로 나타났고, 둘째를 출산한 산모의 평균 평점은 3.07, 셋째 이상을 출산한 산모의 평균 평점은 3.28로 나타났다. 따라서 본 연구의 초산부의 평균 평점과 유사하였으며, 분만 한 자녀의 수에 따라 자기효능감이 다르게 나타남을 알 수 있었다. 따라서 분만횟수에 의해 차이가 나타나는 자기효능감을 초산부에게서도 증가할 수 있도록 체계적인 사전 산모교육프로그램을 개발하고, 프로그램 효과를 검증할 수 있는 초산부의 자기효능감 실험 연구가 필요하다.

초산부의 양육스트레스 평균 평점은 2.38 ± 0.49 (척도범위: 1~4)로 나타났다. 산육기 산모의 양육스트레스를 살펴본 Kim[21]의 연구에서는 2.15 ± 0.45 (척도범위: 1~4)로 본 연구와 유사하게 나타났다. 다른 도구를 사용하여 산모의 양육스트레스를 살펴본 Song[24]의 연구에서는 2.56 ± 0.58 (척도범위: 1~5)로 나타나 본 연구와 유사하였다. 또한 다른 도구를 사용하여 산육기간에 따라 양육스트레스를 비교한 Lee[22]의 연구에서는 산후 5-8주째가 2.65 (척도범위: 1~4)로 양육스트레스가 가장 큰 것으로 측정되며, 산후 기간에 따른 차이가 나타난다는 것을 뒷받침 하고 있지만, 본 연구에서는 산후 6주 이내의 산모들에게 제한하여 산후 기간에 따른 양육스트레스의 차이를 확인하지 못 하였다. 따라서 산후 기간의 차이를 고려한 반복적인 연구를 통해 양육스트레스를 알아보는 추후 연구가 필요할 것으로 사료된다.

대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스는 임신 만족도($F=13.47, p<.001$), 남편과의 관계($F=5.99, p<.001$), 남편의 지지($F=9.46, p<.001$), 가족의 지지($F=17.29, p<.001$), 가정수입 만족도($F=15.11, p<.001$), 퇴원 후 지지자($t=-5.36, p<.001$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 임신만족도가 높고, 남편과의 관계가 좋고, 남편과 가족의 지지가 좋고, 가정수입 만족도가 높고, 퇴원 후 지지자가 있을수록 양육스트레스가 적음을 의미한다. 따라서 양육스트레스는 과거 주 양육자로 인식되었던 여성

혼자만의 스트레스가 아니라 모든 가족 구성원들의 관심과 지지를 통한 자녀 양육으로 양육스트레스를 감소시킬 수 있음을 확인하였다. 따라서 지속적인 양육스트레스에 미치는 요인을 탐구하고, 양육스트레스를 감소시킬 수 있는 프로그램 개발 및 시행이 필요할 것으로 사료된다.

대상자의 신체상과 자기효능감($r=.08, p<.001$), 자기효능감과 양육스트레스($r=-.13, p<.001$)는 낮은 상관관계를 나타냈다. 신체상과 양육스트레스($r=-.33, p<.001$)은 유의한 상관관계가 있었다. 산육초기 산모의 신체상과 자기효능감이 부적 상관관계가 나타낸 Lee[23]의 연구와 자기효능감과 양육스트레스는 Kim[21]의 연구를 뒷받침하는 것으로 나타났으나 본 연구에서는 상관관계의 정도가 높게 측정되지 않았다. 본 연구에서는 산후조리원에서 여러 인력에 의해 돌봄을 받고 있는 초산부에게 어머니 역할수행에 대한 자신감을 묻는 자기효능감 도구를 사용하였기에 실제 산모들의 어머니 역할수행에 대해 자신감을 측정하기엔 다소 어려움이 있었다고 판단된다. 따라서 산후조리원에 몸조리 중인 산모들 보다는 가정에서 스스로 아기를 돌보는 산모들에게 자기효능감을 측정한다면, 신체상과 자기효능감, 자기효능감과 양육스트레스의 상관관계를 더욱 잘 파악할 수 있을 것으로 사료된다. 신체상과 양육스트레스의 관계를 살펴본 연구는 없어 직접적인 비교는 어려웠다. 본 연구를 통해 초산부의 신체상은 양육스트레스와 유의미한 관계를 나타내는 변수임을 확인하였다. 따라서 양육스트레스와 신체상의 관계를 지속적으로 연구하는 반복적인 연구가 필요함을 알 수 있었다.

대상자의 양육스트레스에 영향을 미치는 관련 요인은 일반적 특성에서 유의한 결과가 나타났던 퇴원 후 지지자와 신체상, 가족의 지지로 집단 간 차이검증과 회귀분석에서 유의한 요인으로 나타나 예측변인임을 알 수 있었다. 하지만 초산부의 양육스트레스에 영향을 미치는 일반적 특성이 많은 관련변인들로 나타나지 않았고, 자기효능감 또한 양육스트레스에 영향을 미치는 관련변인으로 나타나지 않았다. 하지만 양육스트레스를 살펴본 Kim[21]의 연구에서는 자기효능감이 관련변인으로 나타남에 따라 반복적인 연구와 탐색이 필요할 것으로 사료된다.

양육스트레스에 영향을 미치는 요인으로는 퇴원 후 지지자와 신체상, 가족의 지지 이었고 전체 29.5%로의

설명력을 나타내었다. 양육스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 퇴원 후 지지자로 퇴원 후 지지가 있는 경우엔 초산부가 지각하는 양육스트레스가 적음을 의미한다. 퇴원 후 지지자의 여부를 알아보는 연구를 넘어 구체적인 지지자를 살펴본다면 초산부의 양육스트레스를 감소시키기 위한 기초자료가 될 것이다. 신체상은 산모 스스로 지각하는 전반적인 몸 상태로 신체가 건강할수록 양육스트레스가 적음을 의미한다. 본 연구의 결과를 바탕으로 산모의 신체상을 증진시키는 프로그램 개발이 필요함을 알 수 있었다. 또한 가족의 지지도가 높을수록 양육스트레스는 적음을 의미하며, 본 연구에서 남편의 지지보다 가족들의 지지가 양육스트레스에 영향을 미치는 요인으로 드러남에 따라 산육기에 모든 가족들이 산모들에게 지지해 줄 수 있는 교육이 필요할 것으로 사료된다.

5. 결론

본 연구는 초산부의 신체상과 자기효능감을 중심으로 양육스트레스와의 관계를 파악하고, 양육스트레스에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위해 수행되었다. 연구 결과 초산부의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인은 퇴원 후 지지자와 신체상, 가족의 지지 이었고 전체 29.5%로의 설명력을 나타내었다.

본 연구는 초산부의 양육스트레스에 미치는 영향요인으로 퇴원 후 지지자와 신체상, 가족의 지지를 확인함으로써 초산부의 양육스트레스를 감소시키기 위한 기초자료로 활용할 수 있다는 점과 추후 초산부의 양육스트레스 관련요인을 바탕으로 양육스트레스로 인해 발생하는 산후우울증과, 스트레스 반응으로 나타나는 자녀 양육 시 문제발생 빈도를 감소시킬 수 있다는 점에서 의의가 있다. 이상의 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 일부 지역의 초산부를 대상으로 하여 모든 지역의 산모에게 일반화하기에는 제한이 있으므로 추후 확대 및 비교 연구를 제안한다.

둘째, 산후조리원에 몸조리 중인 산모들 보다는 가정에서 스스로 아기를 돌보는 산모들에게 신체상, 자아존중감과 양육스트레스를 측정하여 실제 산모가 체감하는 양육스트레스의 측정이 필요하다.

REFERENCES

- [1] K, M, Kim, "Life Tables For Korea 2015", <http://kosis.kr/index/index.jsp>,(Decemder15, 2016)
- [2] S, S, Lee, "Strategies and Conditions for Successful Implementation of the 3rd Basic Plan for Aging Society and Population", Health Welfare Policy Forum, pp.6-17, 2016.
- [3] H, J, Jeon, "Influencing factors to child bearing intention of married nurses", master's thesis, Chung Ang University, 2016.
- [4] S, J, Park, "The first child born to the couple relationship changes", Center for Culture & Society, pp.141-180, 1991.
- [5] S, H, Lee, "The change of marital relationship by the transition to the parent", Korean Family Studies Association, Vol.2, pp.1-27, 1990.
- [6] S, H, Gho, "A Study on Parenting Stress Perceived by Mother", Studies on Korean Youth, Vol.18, pp.21-37, 1994.
- [7] H, M, Park, "A Study on Parental Stress based on the Parention of Young Children", master's thesis, E Hwa University, 1994.
- [8] S, J, Kim, I, S, Park, "Anlysis of Fatigue Perceived by the Mothers of Infants & Toddler", Child Health Nursing Research, Vol.9, No.1,pp.36-45, 2003.
- [9] S, H, Lee, S, I, Jeon, Y, M, Kim, J, H, Lee, Y, M, Choi, G, C, Lee, "The Relationship between Depressive Tendency in Postpartum Women and Factors such as Infant Temperment, Parenting Stress and Coping Style", The Journal of Korean Neuropsychair Association, Vol.37, No1, pp.95-103, 1988.
- [10] Stuart. "Principle and practice of Phychiatric Nursing", ST. Louis: Mosby,1983.
- [11] E. S. Park, "A study on burden and depression of the spouses talking care of CVA patients and their adaptation",doctoral dissertation, Han yang University, Seoul, 1999.
- [12] B. H. Kim, H. W. Jeon, Y. Jung, "Relationship between postpartum depression and body image in

- postpartum women”, Journal of Korean Academy of Nursing, Vol.32, No.6, pp.906-916, 2002.
- [13] Bandura A, “Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral Change”, Psychology Review Vol.84, No.2 pp. 191-215, 1986.
- [14] Y, M, Seo, “The Effect of education program on primiparas’ knowledge, confidence and accuracy of behavior in newborn care”, master’s thesis, Gyeongsang University, 1990.
- [15] E, S, Lee “study on the relationship between the primiparous’ self confidence on the maternal role and the sensitivity in mother-infant interaction on feeding context”, doctoral dissertation, E Hwa University, 1987.
- [16] Y, S, Park, “Transition to motherhood of primipara in postpartum period”, doctoral dissertation, Seoul University, 1991.
- [17] M, E, Kim, D, M, Park, “Parenting Stress, Depression and Verbal Abuse of Infant’s Mothers” Journal of Korean academy Child Health Nurse, Vol.15, No.4, pp.375-382, 2009.
- [18] Faul F, Erdfelder E, Buchner A, Lang AG., “Statistical power analyses using G*Power 3.1: tests for correlation and regression analyses”, Behavior Research Methods, Vol.41, No.4, pp.1149-1160, 2009.
- [19] J, H, Ahn, “Study on body image and self esteem for the Hemodialysis patient”, master’s thesis, dissertation, E Hwa University, 1996.
- [20] M, S, Yang, “Study on the self-confidence and nursing need of maternal role in primipara during postpartum period”. master’s thesis, dissertation, Cho sun University, 2002.
- [21] K, S, Kim, “ The Effect of Self-efficacy, Social Support on Postpartum Depression in Mothers”, doctoral dissertation, Kyung pook University, 2011.
- [22] J, Y, Lee, “Fatigue, parenting stress and sleep patterns of women according to period of postpartum”, master’s thesis, dissertation, Keimyung University, 2006.
- [23] J, W, Lee, Y, S, Eo, E, H, Moon, “Effects of Self

Efficacy, Body Image and Family Support on Postpartum Depression in Early Postpartum Mothers”, Journal of the Korea Academia - Industrial cooperation Society, Vol. 16, No.6, pp.4011-4020, 2015.

- [24] J, E, Song, S, B, Jang, Y, J, Son, “The Influencing Factors on Postpartum Fatigue in Parturient Women”, Korean Journal of Adult Nursing, Vol.19, No.4, pp.670-681, 2007.

김 보 미(Kim, Bo Mi)



- 2014년 2월 : 고신대학교 간호대학 (간호학석사)
- 2017년 2월 : 고신대학교 간호대학 (간호학박사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 경북전문대학 간호학과 조교수
- 관심분야 : 모성, 아동, 스트레스
- E-Mail : point99930@naver.com

김 은 희(Kim, Eun Hee)



- 2001년 2월 : 안동대학교 자연과학 대학 (이학박사)
- 2012년 3월 ~ 현재 : 경북전문대학 간호학과 부교수
- 관심분야 : 미생물, 아동, 스트레스
- E-Mail : keh@kbc.ac.kr