

# 여성의 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향: 취업 여부의 조건부 간접효과

강은선\*, 이창식\*\*

서산시가족센터 전문상담사\* 한서대학교 사회복지학과 교수\*\*

## Effect of women's parenting stress on parenting efficacy through mental health and hope: conditional indirect effect of employment status

Eun Sun Kang\*, Chang Seek Lee\*\*

Dr. & Professional Counselor, Seosan City Family Center\*  
Professor, Dept. of Social welfare, Hanseo University\*\*

**요약** 본 연구는 자녀를 양육하는 여성을 대상으로 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 취업 여부가 조절 매개하는지를 확인하고 정신건강과 희망을 활용하여 양육효능감을 증진시킬 수 있는 방안을 제시하는 데 연구의 목적이 있다. 조사 지역은 전국을 대상으로 하였으며, 조사 대상의 표집은 의도적 표집 방법을 적용하였고, 자료수집은 설문조사로 하였다. 최종 분석에 활용된 전체 대상자의 수는 300명이었다. 자료는 빈도 분석, 신뢰도 분석, 상관관계 분석 및 조절된 매개효과분석을 적용하여 분석하였다. 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 상관분석 결과 양육 스트레스는 정신건강, 희망, 취업 여부 및 양육 효능감과 부적인 상관관계를 보였다. 반면 양육 스트레스를 제외한 다른 변수들은 서로 정적인 상관관계를 보였다. 둘째, 취업 여부는 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 조절 매개하였다. 즉, 취업 여부는 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 부적 영향을 감소시키는 완충 역할을 하였다. 이러한 결과를 토대로 양육 효능감을 보호할 수 있는 방안을 제안하였다.

**주제어** 양육 스트레스, 양육 효능감, 정신건강, 희망, 취업여부, 조건부 간접효과, 프로세스 매크로

**Abstract** This study aims to determine whether employment status moderates and mediates the effect of parenting stress on parenting efficacy through mental health and hope targeting women raising children and to find ways to improve parenting efficacy by utilizing mental health and hope. The survey was conducted nationwide, a purposive sampling method was used to select the survey subjects, and data were collected through a survey. The total number of subjects used in the final analysis was 300 women. Data were analyzed by applying frequency analysis, reliability analysis, correlation analysis, and moderated mediation effect analysis. The results of the study are as follows. First, as a result of correlation analysis, parenting stress showed a negative correlation with mental health, hope, employment status, and parenting efficacy. On the other hand, other variables except parenting stress showed positive correlations with each other. Second, employment status moderated and mediated the effect of parenting stress on parenting efficacy through mental health and hope. In other words, employment status played a buffering role in reducing the negative impact of parenting stress on parenting efficacy through mental health and hope. Based on these results, a plan to protect parenting efficacy was proposed.

**Key Words** parenting stress, parenting efficacy, mental health, hope, employment status, conditional indirect effect, SPSS PROCESS macro

Received 23 Mar 2024, Revised 04 Apr 2024

Accepted 11 Apr 2024

Corresponding Author: Chang Seek Lee

(Hanseo University)

Email: lee1246@hanmail.net

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. 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.

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

2022년 기준으로 한국은 OECD 국가 중 합계 출산율이 1.0을 밑도는 국가이다. 2022년 출산율 0.78은 역대 OECD 국가가 기록한 가장 낮은 출산율임과 동시에 세계 최초로 국가 단위 출산율이 0.8 미만인 기록이다(<https://www.oecd.org/>, 2023.05). 이러한 저출산의 원인을 본 연구에서는 양육 스트레스와 양육 효능감의 관련성에서 찾아보고, 이들 변인들 간 관계를 심층적으로 접근하고자 하였다.

다수의 연구에서 어머니의 자녀 양육과정에서 발생하는 스트레스와 자신감 상실 등은 정신건강에 부정적인 영향을 주는 것으로 보고되었다[1,2]. 따라서 본 연구에서는 정신건강을 매개변인으로 설정하여 양육 스트레스와 양육 효능감의 관계에서 정신건강이 매개변인으로 작용하는지, 그리고 정신건강이 희망과 더불어 이중 매개 역할을 하는지에 관심을 두었다. 또한 양육 스트레스는 정신건강 특히, 우울에 영향을 미친다는 연구가 다수 발표되었고[3], 정신건강이 양육 효능감에 정적인 영향을 미친다는 선행연구도 있다[4,5]. 이러한 연구 결과를 볼 때 정신건강은 양육 스트레스 및 양육 효능감 간의 관계에서 매개 역할을 하는 것으로 추측된다. 반면 정신건강과 희망이 양육 스트레스와 양육 효능감의 관계에서 이중 매개하는지에 대한 연구는 아직 부족하여 이에 대한 연구가 필요하다.

희망은 긍정심리학에서 가장 많이 연구된 변인 중 하나이며 많은 연구에서 매개 및 조절변인으로 활용되고 있다. 본 연구에서는 희망이 양육 스트레스와 양육 효능감의 관계에서 매개 역할을 하는지, 또한 정신건강과 함께 이중 매개 역할을 하는지에 초점을 두었다. 선행연구에 의하면 양육 스트레스가 희망에 부적인 영향을 미친다는 보고가 있다[6]. 반면 희망이 양육 효능감에 정적인 영향을 미친다는 연구는 전무하다. 다만 희망이 진로 자기효능감에 정적인 영향을 미친다는 연구[7]와 진로 결정 자기효능감에 정적인 영향을 미친다는 연구[8]가 있어 이를 토대로 희망이 양육 스트레스와 양육 효능감의 관계에서 매개 역할을 하는지에 확인하고자 하였다.

한편 어머니의 취업 여부가 양육 효능감에 도움이 된다는 연구는 일부 이루어졌으나 연구 결과는 혼재되어 있다. 선행연구에 의하면 취업한 어머니가 취업에 대한 만족도가 높을 때 취업한 어머니의 양육 효능감은 높은 것으로 나타났다. 반면 취업 여부가 양육 효능감이나 자녀에게 미치는 영향에서 차이가 없다는 연구가 다수 보고되었다[9-11]. 따라서 취업 여부가 자녀의 양육 효능감을 증가시키는지, 아니면 감소시키는지에 대한 보다 많은 연구가 필요하다. 그러나 희망이 양육 효능감에 미치는 영향을 취업 여부가 조절하는지, 또한 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 취업 여부가 조절 매개하는지에 대한 연구는 아직 이루어지지 않았다.

따라서 본 연구에서는 자녀를 양육하는 여성을 대상으로 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 취업 여부가 조절 매개하는지를 확인하고자 한다.

연구의 목적을 달성하기 위하여 다음의 연구 문제들을 설정하였다. 첫째, 양육 스트레스, 정신건강, 희망, 취업 여부 및 양육 효능감의 상관관계는 어떠한가? 둘째, 취업 여부는 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 조절 매개하는가?

## 2. 이론적 배경

### 2.1 양육 스트레스와 양육 효능감과의 관계

양육 효능감이란 부모가 자녀를 잘 양육할 수 있을 것이라 믿는 자신감과 부모로서 가지는 자신의 양육적 능력에 대한 이해를 의미한다[12]. 또 양육 효능감이란 자기효능감(self-efficacy)을 부모의 양육 차원으로 적용한 것으로[13], 부모가 자녀를 애정을 가지고 돌볼 수 있게 하고 규칙을 준수하며 올바른 행동을 하도록 훈육할 수 있게 하는 능력이다. 그리고 양육 효능감은 자녀를 지원하고 지지하는 실제적인 부모의 역할 행동에 영향을 미치는 주요인이다[14]. 일반적으로 양육 효능감은 어머니의 높은 양육 행동에서 나타나는데 이는 자녀와 긍정적 상호작용을 하도록 하여 자녀의 신체, 인지, 사회, 정서적 발달에 바람직한 영향을 준다[15].

양육 효능감이 높은 부모는 자녀 요구에 민감한 반응을 하고 애정 표현을 많이 하며, 자녀의 자율성에 관한 칭찬이나 격려 같은 긍정적인 행동을 보인다[16]. 또 양육 효능감이 높은 부모는 적절한 융통성 등의 긍정적 양육 행동을 보이며 양육 효능감이 낮은 부모는 부모 역할에 대한 낮은 자신감 등의 부정적 양육 행동을 보인다[17].

양육 스트레스는 자녀를 키우면서 부모가 인지하는 부담감 또는 곤란의 정도를 의미하며[18], 가족생활 중에 발달적인 맥락상 어느 정도는 예상되는 스트레스이다. 또한 양육 스트레스는 가족 체계가 직면하는 발달과정 속에서의 발생하는 스트레스이며[19], 자녀 양육으로 인해 신체적 피로감, 경제적 부담을 느끼고 자신의 정체감을 유지하는 것에 불만을 느끼며 자유롭지 못한 생활에 심리적 부담감을 느끼는 상태이다[20]. 뿐만 아니라 양육 스트레스는 시간 흐름에 따라서 개인·가족이 변화하여 가는 과정에서 가족 체계 안의 긴장 및 압력으로 인하여 부모가 인지하는 곤란 정도 또는 부담감이다[21].

부모가 자녀를 양육할 때 경험하는 심리적·정서적 부담감인 양육 스트레스는 다양한 형태로 발생되기 때문에 양육에 관련된 변인으로 중요하게 다뤄져 왔다[22]. 초등학교 학부모들의 양육 스트레스와 양육 효능감을 직접·간접적으로 다루어 온 국내외 연구들을 살펴보면 다음과 같은 일관된 결과들을 보인다. 양육 스트레스는 부모의 무기력 감정을 불러일으키고 양육 효능감을 감소시켜 자녀에게 부정적인 영향을 미치며[23], 이는 부모-자녀의 부정적인 상호작용으로 이어져 양육 효능감을 낮춘다[24]. 또한 양육에 대한 부모의 스트레스는 부모의 심리와 건강에 부정적인 영향을 미쳐 양육 행동에서 역기능적인 결과를 유발한다[20]. 이는 양육 스트레스가 부모에게 큰 부담감을 줄 뿐만 아니라 부모는 자녀를 양육하는 과정에서 자녀가 진정 원하는 것이 무엇인지, 자녀의 행동에 어떻게 반응해야 하는지 알지 못해 어려움을 가지기 때문이다[24]. 이러한 경험이 계속 반복되면 부모는 자신 스스로가 부모의 역할을 제대로 하지 못한다는 자책감으로 인해 양육 스트레스를 받게 되며, 이는 양육 효능감에 부정적인 영향을 미쳤다[24].

선행연구를 종합하면 부모의 양육 스트레스는 필

연적인 것이며, 이로 인한 양육 효능감을 보호할 수 있는 방안 연구가 지속될 필요가 있다.

## 2.2 정신건강과 희망의 이중 매개역할

정신건강이란 용어는 본래 정신질환의 유무를 지칭하기 위하여 정신병리학적인 개념으로부터 출발하였으나 최근에는 정상적인 개인의 정신 상태를 나타내는 일반적인 용어로 사용되고 있다[25]. 미국 정신 위생국민위원회는 정신건강에 대하여 정신병에 걸리지 않은 상태뿐만이 아니라 더 나아가 만족스러운 인간관계를 형성하고 유지하여 나갈 수 있는 능력이라 설명하였다. 즉, 모든 개인적·사회적 적응을 포함하여 곤란한 생활 조건에서도 원만하게 처리해 나갈 수 있는 건전하고 균형 잡힌 성격 발달을 의미한다[26].

양육 스트레스와 정신건강의 관련성을 연구한 선행연구를 고찰하면 스트레스와 정신건강은 밀접한 관련성을 보여준다. 청소년들은 성인이 되기 위한 발달과정 중에서 큰 스트레스를 경험하면서 정신건강에 깊숙이 관여하는데, 이를 통해 양육 스트레스가 정신건강에 부적인 영향을 미침을 알 수 있다[27]. 또한 양육 스트레스가 높아질수록 심리적 스트레스 역시 높아짐으로 부모의 양육 스트레스는 정신건강에 부적인 영향을 미치게 된다. 이는 양육 스트레스가 부모, 자녀의 정신건강에 영향을 미치는 중요한 요인이라는 점을 의미한다.

한편 희망은 좋은 결과가 나올 것 같다는 낙관성으로 개인의 심리적 문제를 극복할 수 있는 추진력이자 힘이며[28], 인지적인 관점에서 흘러가는 사고 또는 인지적인 상태[29], 적응 결과의 중요한 예언자 역할을 한다[30].

양육 스트레스와 희망의 관계를 고찰해 보면, 스트레스에 대처하는 방법은 희망 수준이 높은 사람과 낮은 사람 간 차이를 나타냈다[31]. 일상생활 속의 스트레스에 직면했을 때 제일 큰 힘이 되는 자원은 자신이 소유한 희망인데 이 희망은 개인이 처해 있는 상황이나 소유한 힘, 낙약함과 관계없이 긍정적 결과를 취하기 위한 개인적 경험을 유발한다[29]. 그뿐만 아니라 목표 수행에 장애가 발생할 경우 희망 수준이 높은 사람이 삶에 낙관이 있기 마련으로 지각하는 반면, 희망 수준이 낮은 사람은 자신에게만 생겨난 장애로

지각한다[31]. 즉, 희망 수준이 높은 사람들은 스트레스 때문에 목표 달성이 힘들어지며 부정적 피드백을 받게 되어도 내면의 정신건강을 잘 조절함으로써 ‘나는 열정적으로 목표를 향해 나갈 수 있어’, ‘나는 목표 달성을 위해 다양한 방법을 강구할 수 있어’, ‘나 이 일을 해낼 수 있으며 어떠한 장애물도 극복할 수 있어’ 등과 같은 내적인 메시지를 통하여 다양하고도 효과적인 대안을 생성하도록 계속적으로 동기화한다[31].

선행연구에서 양육 스트레스는 정신건강과 희망에 영향을 미치고, 정신건강과 희망은 양육 효능감에 영향을 주어 정신건강과 희망이 양육 스트레스와 양육 효능감의 관계에서 매개 역할을 하는 것으로 예측되어 이를 검증하고자 하였다.

### 2.3 취업 여부의 조절역할

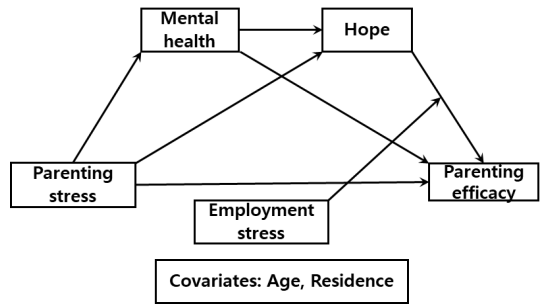
전업주부가 취업주부에 비해 스트레스 정도가 높다는 연구 결과[32-35]와 전업주부가 취업주부에 비해 우울 정도가 높다는 연구 결과[36]가 있다. 또한 취업주부가 전업주부에 비하여 건강한 심리 상태를 유지하며 부부의 갈등 정도도 낮아서 전업주부보다 한층 원만한 관계를 형성하는 것으로 나타났다.

반면 장병옥[37]은 취업 주부가 가정과 직장에서의 이중 역할로 인해 시간 부족, 체력의 저하, 심리적 부담감을 느끼기 때문에 많은 스트레스를 경험하게 된다고 하였다. 특히 어린 자녀를 양육하는 취업 주부의 경우 사회적 지원이 미흡한 상황에서 대리양육자를 구하는 데 많은 어려움을 느끼게 되며 영유아기 자녀를 직접 돌보지 못하는 것에 대해 죄책감을 느끼게 된다[38]. 그러나 취업 주부가 전업주부에 비해 많은 역할을 부여받았음에도 불구하고 가정과 일이라는 두 가지의 긍정적인 성취 목표 때문에 보다 양호한 정신건강을 유지한다는 연구 결과도 있다[39]. 이는 여성의 취업은 그 자체로 긍정적인 심리적 건강의 원천이 되며 여성이 다른 역할에서 겪는 스트레스를 완충하는 역할을 함을 의미한다[40]. 즉, 취업 여부에 따라서 양육 효능감에 미치는 영향이 다를 수 있음을 의미한다. 이러한 선행연구 결과를 토대로 취업 여부는 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육효능감에 미치는 영향을 조절 매개하는지를 확인하고자 하였다.

## 3. 연구 방법

### 3.1 연구모형

선행연구를 바탕으로 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 취업 여부가 조절 매개하는지를 확인하기 위해 Hayes[41]가 제안한 SPSS PROCESS macro의 87번 모델을 적용하였고, 연구모형은 [Fig. 1]에 제시하였다.



[Fig. 1] Research model

### 3.2 조사 대상 및 자료수집 방법

조사 대상은 전국으로 하였으며, 자료수집은 2023년 4월 1개월 간 설문지를 활용하여 조사하였고, 최종적인 분석에 활용된 전체 대상자의 수는 총 300명이다.

조사대상자 성별은 전부 여성(100.0%)이었고, 결혼상태는 모두 기혼이었으며, 연령은 40~49세 이하(52.7%)가 가장 많았으며 그다음은 30~39세 이하(44.3%)이었다. 거주지는 전국에 분포하였는데 경기도가 34.3%로 가장 많았고, 서울특별시 21.0%, 서울특별시를 제외한 광역시 26.1%, 경기도를 제외한 도 18.6%였다. 취업 여부는 취업 50.0%, 비취업자인 전업주부가 50.0%였다.

### 3.3 조사도구

#### 3.3.1 양육 스트레스

어머니의 양육 스트레스를 측정하고자 Abidin[20]에 의해 개발된 양육 스트레스 검사(PSI: Parenting Stress Index)를 축소하여 사용한 이한우[48]의 척도 중에서 아동 특성 영역의 8문항과 부모 특성 영역의

16문항을 사용하였다. 본 연구에서 양육 스트레스 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .914였다.

### 3.3.2 정신건강

본 연구에서 정신건강은 Yesavage 등[43]과 기백석[44]이 개발한 우울척도를 모든 문항을 역산하여 사용하였다. 측정은 5점 Likert 척도로 하였으며, 점수가 높을수록 정신건강이 높다는 점을 나타낸다. 본 연구에서 정신건강 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .947이었다.

### 3.3.3 희망

희망은 Snyder[45]의 척도를 최유희, 이희경, 이동귀[52]가 타당화한 한국판 희망 척도(K-DHS)를 사용하였다. 측정은 5점 Likert 척도로 하였으며, 점수가 높을수록 희망이 높다는 점을 나타낸다. 본 연구에서 희망 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .924였다.

### 3.3.4 양육 효능감

어머니의 양육 효능감을 측정하고자 Gibaud-Wallston와 Wandersman[47]의 양육 효능감 척도(PSOC: Parenting Sense of Competence)을 신속재[48]가 번안 수정한 것을 사용하였다. 측정은 5점 Likert 척도로 하였으며, 점수가 높을수록 부모로서 효능감이 크다고 지각함을 나타낸다. 본 연구에서 양육효능감 척도의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ 는 .868이었다.

## 3.4 자료 분석

자료는 SPSS Win. 25.0과 Hayes[41]가 제안한 SPSS PROCESS macro 4.2를 활용하여 기술통계 분석, 신뢰도 분석, 상관 분석 및 조절된 매개효과 분석을 하였다. 조절된 매개효과 분석을 위해서 부트스트랩 샘플 수는 5,000개, 신뢰구간은 95%로 지정하였으며, 조건부 효과는 3개의 조건(M, M $\pm$ SD)을 기준으로 분석하였다. 조절된 매개효과 분석 시 독립변인(x)과 조절변인(w)은 평균 중심화하였다.

## 4. 연구 결과

### 4.1 변인 간 상관관계

양육 스트레스, 정신건강, 희망, 취업 여부 및 양육 효능감 간 상관관계를 파악하기 위해서 Pearson의 상관분석을 실시하였으며 분석 결과는 Table 1과 같다.

Table 1. Correlation and descriptive statistics analysis between major variables

Classification	1	2	3	4	5
1. Parenting stress	1				
2. Mental health	-.662**	1			
3. Hope	-.327**	.563**	1		
4. Employment status	-.105	.206**	.172**	1	
5. Parenting efficacy	-.399**	.367**	.473**	.018	1
M	2.2994	3.5311	3.3204	.5000	3.4096
SD	.56431	.85881	.67193	.50084	.53115

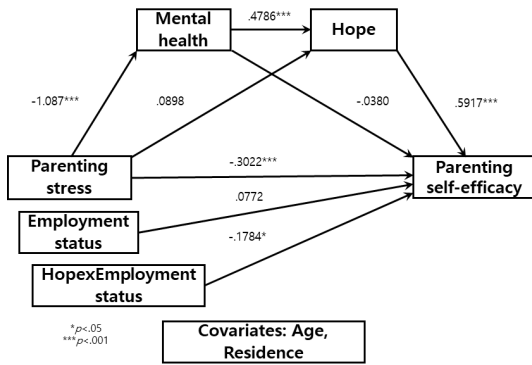
\*\* $p < .01$

양육 스트레스는 정신건강( $r = -.662, p < .01$ ), 희망( $r = -.327, p < .01$ ) 및 양육효능감( $r = -.399, p < .01$ )과 부적의 상관관계를 보였다. 정신건강은 희망( $r = .563, p < .01$ ), 취업 여부( $r = .206, p < .01$ ) 및 양육효능감( $r = .367, p < .01$ )과 정적인 상관관계를 보였다. 취업 여부와 양육 스트레스( $r = -.105, p > .05$ ) 및 양육효능감( $r = .018, p > .05$ )은 유의미한 상관관계를 나타내지 않았다. 양육 스트레스와 정신건강의 상관관계수가 가장 높았고, 다음으로 정신건강과 희망이었다.

기술통계 분석 결과 양육 스트레스(M=2.2994)는 중간값보다 낮았고, 정신건강(M=3.5311), 희망(M=3.3204), 양육효능감(M=3.4096)은 중간값보다 높았다. 취업 여부는 조사 대상은 50%는 취업상태였다.

### 4.2 취업 여부의 조절된 매개효과

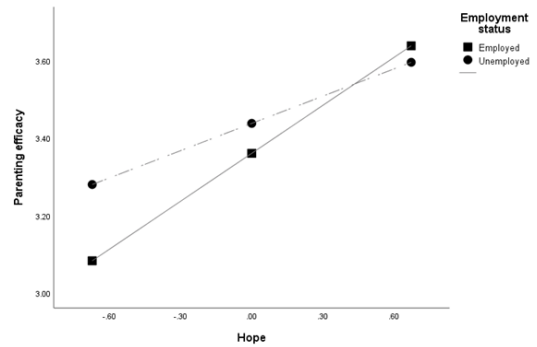
취업 여부의 조절된 매개효과를 확인하기 위해 Hayes[47]가 제안한 SPSS PROCESS macro 4.2의 모델 87번을 활용하여 분석하였다. 분석 결과는 [Fig. 2], [Fig. 3], Table 2, Table 3에 제시하였다. 분석 시 연령과 거주지는 통제하였고, 부트스트랩 신뢰 수준은 95%로, 샘플 수는 5,000개로 설정하였으며, 독립



[Fig. 2] Statistical model for the moderated mediation effect of employment status

변인 희망은 평균 중심화하였다.

첫째 매개변수 모형에서 양육 스트레스는 정신건강(M1)에 부적인 유의미한 영향을 주었다(-1.0087,  $p < .001$ ). 둘째 매개변수 모형에서 양육 스트레스는 희망(M2)에 유의미한 영향을 주지 않았으나(.0898,  $p > .05$ ).



[Fig. 3] Moderated effect of employment status

.05), 정신건강(M1)은 희망(M2)에 정적인 유의미한 영향을 주었다(.4786,  $p < .001$ ). 종속변수 모형에서 양육 스트레스는 양육 효능감에 부적인 유의미한 영향을 주었고(-.3022,  $p < .001$ ), 정신건강(M1)은 양육 효능감에 유의미한 영향을 주지 않았다(-.0380,  $p > .05$ ). 희망(M2)은 양육 효능감에 정적인 유의미한 영향을 주었고(.5917,  $p < .001$ ), 취업 여부는 양육 효능

Table 2. Analysis of the moderating effect of employment status

		Mediating variable model (DV: Mental health)			Mediating variable model (DV: Hope)			Dependent variable model (DV: Parenting efficacy)		
		Coeffect	SE	t	Coeffect	SE	t	Coeffect	SE	t
Constant		5.7675	.3639	15.8505***	-1.9074	.4259	-4.4787***	4.0830	.3671	11.1223***
IV	Stress	-1.0087	.0661	-15.2545***	.0898	.0761	1.1807	-.3022	.0616	-4.9062***
M 1	Mental health				.4786	.0500	9.5293***	-.0380	.0464	-.8196
M 2	Hope							.5917	.1247	4.7432***
Moderator	Employment							.0772	.0530	1.4570
Interaction	Hope × employment							-.1784	.0785	-2.2714*
Higher order test	R <sup>2</sup> change								.0122	
	F								5.1591*	
Covariates	Age	.0038	.0081	.4673	.0024	.0069	.3410	.0007	.0056	.1205
	Residence	-.0104	.0099	-1.1616	-.0120	.0077	-1.5514	.0005	.0063	.0738
Model Summary	R <sup>2</sup>	.4415			.3263			.3102		
	F	77.9992***			35.7182***			18.7627***		
Conditional effect of hope depending on employment status										
Employment status		Effect	SE	t	LLCI	ULCI				
Employed		.4133	.0598	6.9153***	.2957	.5309				
Unemployed		.2349	.0626	3.7513***	.1117	.3581				

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

감에 유의미한 영향을 주지 않았다(.0772,  $p > .05$ ). 상호작용항(희망×취업 여부)은 양육 효능감에 부적절한 유의미한 영향을 미쳐(-.1784,  $p < .05$ ) 취업 여부가 희망과 양육 효능감의 관계를 조절하였다.  $R^2$  증가에 따른 변화량도 유의미하였다( $F=5.1591$ ,  $p < .05$ ).

취업 여부에 따른 희망의 조건부 효과를 보면 취업인 대상자인 경우 희망이 양육 효능감에 미치는 효과 즉, 조건부 효과가 .4133으로 정적인 유의미한 영향을 주었고( $p < .001$ ), 인 대상자인 경우 희망의 조건부 효과가 .2349로 정적인 유의미한 영향을 주었다( $p < .001$ ). 취업인 대상자와 인 대상자 간 희망의 조건부 효과 크기는 달랐다.

희망이 양육 효능감에 미치는 영향에서 취업 조절 효과를 그래프로 나타내면 [Fig. 3]과 같다. 취업한 조사 대상이 한 조사 대상보다 희망이 증가할 때 양육 효능감이 증가하는 기울기가 보다 가파른 것으로 나타났다. 즉, 취업한 대상들은 취업하지 않은 대상과 비교하여 희망이 증가할 때 상대적으로 양육 효능감이 더 증가함을 의미한다.

희망의 직접 효과와 조건부 간접효과 분석 결과는 Table 3과 같다. 양육 스트레스가 양육 효능감에 미치는 직접 효과는 -.3022로 부트스트랩 하한값(LLCI)에서 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되어 있지 않아 유의미하였고(-.4234~-1.1810), 양육 스트레스가 정신건강을 경유하여 양육 효능감에 미치는 간접효과는 .0384로 부트스트랩 하한값에서 상한값 사이에 0이 포함되어 있어서 유의미하지 않았다(-.0630~.1379).

양육 스트레스가 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 조건부 간접효과는 취업한 여성은 .0371(-.0334~.1133)과 미취업한 여성은 .0211(-.0222~.0736)로 부트스트랩 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되어 있어서 유의미하지 않았다. 조절된 매개효과 지수 또한 -.0160로 유의미하지 않아(-.0741~.0134), 취업한 여성과 그렇지 않은 여성 간에 차이가 없었다.

양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 조건부 간접효과는 취업한 여성은 -.1997(-.2891~-1.1236)과 미취업한 여성은 -.1130(-.2353~-1.0189)으로 부트스트랩 하한값에서 상한값 사이에 0이 포함되지 않아 모두 유의미하여 조절된 매개효과(조건부 간접효과)가 검증되었다. 조건부 간

접효과 간 차이를 의미하는 조절된 매개효과 지수는 .0858로 유의미하지 않았다(-.0208~.1828). 따라서 취업한 여성과 미취업한 여성 간 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향은 차이가 없었다.

Table 3. Direct effect and conditional indirect effect analysis

Direct effect (Parenting stress → Parenting efficacy)				
Effect	SE	<i>t</i>	LLCI	ULCI
-.3022	.0616	-4.9062***	-.4234	-.1810
Conditional and non-conditional indirect effects				
Parenting stress → Mental health → Parenting efficacy				
Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	
.0384	.0513	-.0630	.1379	
Parenting stress → Hope → Parenting efficacy				
Employment status	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
Employed	.0371	.0374	-.0334	.1133
Unemployed	.0211	.0236	-.0222	.0736
Moderated mediation effect index				
Employment status	Index	BootSE	BootLLCI	BootULCI
	-.0160	.0220	-.0741	.0134
Parenting stress → Mental health → Hope → Parenting efficacy				
Employment status	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
Employed	-.1997	.0424	-.2891	-.1236
Unemployed	-.1130	.0558	-.2353	-.0189
Moderated mediation effect index				
Employment status	Index	BootSE	BootLLCI	BootULCI
	.0858	.0523	-.0208	.1828

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

## 5. 논의 및 결론

연구의 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다. 첫째, 상관분석 결과 양육 스트레스는 정신건강, 희망, 취업 여부 및 양육 효능감과 부적절한 상관관계를 보였다. 반면 양육 스트레스를 제외한 다른 변수들은 정적인 상관관계를 보였다. 이러한 연구 결과는 스트레스는 일반적으로 긍정적 영향보다는 부정적 영향이

더 큰 것으로, 욕구 충족의 효율성을 저하시키고, 걱정 혹은 근심을 느끼게 하며, 심한 스트레스는 자아 기능을 저하하고 분노, 무기력, 수치감 등의 부정적 감정을 느끼게 한다는 연구[52]와 양육 스트레스를 많이 경험할수록 자책과 스스로에 대한 평가 절하를 하게 하여 자아 존중감과 자기효능감까지 부정적으로 영향을 미친다는 연구 결과[53]와 일맥상통하였다. 따라서 양육 스트레스는 양육 효능감 뿐만 아니라 정신건강에 부정적인 영향을 주는 것으로 밝혀져 저출산과 관련하여 스트레스를 저감시키는 대책이 중요함을 시사하였다.

둘째, 취업 여부는 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 영향을 조절 매개하였다. 이는 취업한 여성들이 희망이 낮을 때는 미취업한 여성들보다 양육 효능감이 낮았으나 희망이 증가하면서 상대적으로 양육 효능감이 더 가파르게 증가하였다. 이러한 결과는 취업은 자녀를 양육할 수 있는 다양한 경험 및 지식의 공유가 보다 확대될 것이고, 취업이 경제적인 수단을 증가시켜서 효능감을 증가시킬 수 있는 등 여러 방면에서 도움이 되므로 여성의 취업과 양육은 병행되는 것이 바람직함을 의미하였다.

결론적으로 양육 스트레스가 정신건강과 희망을 경유하여 양육 효능감에 미치는 부적 영향은 취업한 여성과 취업하지 않은 여성 모두에게 나타났음을 확인하였다.

연구의 제한점으로 본 연구는 취업 여부에만 초점을 두었다. 직업의 종류에 따라서나 가정환경, 지역사회 상황, 개인적 특성 등 다양한 변인에 따라서 양육 스트레스가 양육 효능감에 미치는 영향력에 차이가 날 것이다. 이에 대한 후속 연구들이 활성화되길 기대한다.

## 참고문헌

[1] Kwon, J. H. Effect of psychosocial factors on postpartum depression: Validation of the stress vulnerability model for postpartum depression. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 16(2), 55-66.

[2] Yoon, J. Y., Jeong, I. K. (2013). Factors associated with postpartum depression: A prospective cohort study. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 43(2), 225-235.

[3] Kim, J. Y. (2005). Factors affecting depression among housewives with preschool children: Focusing on Daejeon Metropolitan City. Master's thesis, Daejeon University.

[4] Lee, S. Y. (2009). A study on factors affecting the economic preparation for retirement among urban-dwelling seniors. *Korean Social Science Research*, 28(1), 205-224.

[5] Kim, H. Y., Jang, H. J. (2002). A study on parental risk factors affecting each type of child abuse. *Children and Rights*, 6(2), 269-285.

[6] Taekho Kim, (2004). The mediating effects of hope and meaning in life in the resilience process of youth. *Journal of Counseling Studies*, 5(3), 743-772.

[7] Shin, J. I., Hyeon, C. S. (2008). The relationship between parental support, hope, career self-efficacy, and career preparation behavior. *East-West Psychiatry*, 11(2), 45-59.

[8] Seok, M. K. (2011). The impact of hope and self-identity on career decision self-efficacy and career attitude maturity. *University Life Studies*, 17(1), 40-58.

[9] Kim, Y. S. (1989). A study on the parenting attitudes of employed and non-employed mothers. Master's thesis, Ewha Womans University.

[10] Oh Sun-hwan. (1991). The relationship between a mother's parenting behavior as perceived by the child and the child's self-concept. Master's thesis, Ewha Womans University.

[11] Hock, E. (1980). Working and nonworking mothers and their infants: A comparative study of maternal caregiving characteristics and infant social behavior. *Merrill-Palmer quarterly of behavior and development*, 26(2), 79-101.

[12] Johnston, C., & Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of*



- Consulting and Clinical Psychology, 18, 167–175.
- [13] Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York.
- [14] Baek, J. H., Seong, J. H. (2011). Validation study of the Korean version of the Parenting Efficacy Scale (K-EGSCP). Parenting efficacy and related cognitive structure scales by domain. *Journal of the Korean Psychological Association*, 24(4), 135–150.
- [15] Park, S. Y., Ahn, J. Y. (2002). The effects of parenting beliefs, efficacy, and stress on parenting behavior among mothers of 2- to 3-year-old children. *Journal of the Korean Society of Home Economics*, 40(1), 53–68.
- [16] Kim, S. K. (2010). The effects of parenting stress, social support, and parenting efficacy on the parenting behavior of mothers of disabled children. Doctoral thesis, Kyungpook National University.
- [17] Kim, M. S., Moon, H. J. (2005). The relationship between parenting stress, parenting efficacy, and parenting behavior among mothers with young children. *Journal of the Korean Society of Home Economics*, 43(8), 25–35.
- [18] Joo-ok Lee. (2008). Comparison of parenting stress, parenting efficacy, and parenting behavior among mothers with infant and toddler children. *Journal of Early Childhood Education*, 11(3), 41–61.
- [19] Ko, S. H. (1994). A study on parenting stress perceived by mothers. *Korean Youth Studies No.* 18, 21–37.
- [20] Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of clinical child psychology*, 19(4), 298–301.
- [21] Crnic K. A. & Greenberg M.T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61(5), 1628–1637.
- [22] Seo, S. J. (2005). A comparative analysis study within groups according to the child rearing status of low birth rate families and mother's employment status. *Family and Quality of Life Research*, 23(2), 127–136.
- [23] Silver, E. J., Bauman, L. J., & Ireys, H. T. (1995). Relationships of self-esteem-and efficacy to psychological distress in mothers of children with chronic physical illnesses. *Health Psychology*, 14(4), 333.
- [24] Kim, Y. J., Song, M. H. and Song, Y. S. (2007). The impact of mother's parenting stress and social support on parenting efficacy in early childhood. *Open Early Childhood Education Research*, 12(5), 165–18.
- [25] Lee, H. W. (1985). Education and mental health. *Hanyang University Mental Health Research*, 3, 1–11.
- [26] Cho, E. S. (1983). *Mental hygiene*. Seoul: Kyohak Research Institute.
- [27] Lee, H. J. (2004). The impact of parenting stress on grandparents' mental health. Master's thesis, Ewha Womans University.
- [28] Gottschalk, L. (1985). Hydrological regionalization of Sweden. *Hydrological Sciences Journal*, 30(1), 65–83.
- [29] Breznitz, S. (1986). The effects of hope on coping with stress in dynamic of stress: Physiological, psychological and social perspectives. [Ed. M. H. Appley and R. Trumbull, New York Plenum, 295–306]
- [30] Bunston, T., Mings, D., Mackie, A., & Jones, D. (1995). Facilitating hopefulness: The determinants of hope. *Journal of psychosocial oncology*, 13(4), 79–103.
- [31] Snyder, C. R., LaPointe, A. B., Jeffrey Crowson, J., & Early, S. (1998). Preferences of high- and low-hope people for self-referential input. *Cognition & Emotion*, 12(6), 807–823.
- [32] Kim, H. J. (2005). A study on the job stress of teachers in charge of kindergarten afternoon reorganization all-day classes. Master's thesis, Ewha Womans University.
- [33] Min, E. H. (2008). The relationship between parenting support and parenting stress among mothers with young children. *Kyungwon Univer-*

- sity Master's thesis.
- [34] Song, M. H. (2006). Relationship between parenting stress, social support, and parenting efficacy among mothers with young children. Master's thesis, Ulsan University.
- [35] Garden Road. (2001). A study on married women's stress and coping strategies. Mokwon University Master's thesis.
- [36] Lee, S. Y., Jo, O. G. (2000). Comparison of gender role identity and depression levels of employed housewives and full-time housewives. *Journal of Humanities*, 13, 45-65.
- [37] Jang, B. O., Lee, J. W. (1986). A study on the perceived level of stress and adaptation methods of urban housewives. *Family and Quality of Life Research*, 4(1), 15-31.
- [38] Son, S. M. (2012). A study on comparison of parenting stress between employed and non-employed mothers with infant children and related variables. *Journal of Future Early Childhood Education*, 19(1), 331-357.
- [39] Gove, W. R., & Tudor, J. F. (1973). Adult sex roles and mental illness. *American Journal of Sociology*, 78(4), 812-835.
- [40] Jeon Young-ja. (1992). The relationship between role conflict, coping strategies, self-esteem, and psychological stress of professional housewives. Doctoral thesis, Kyunghee University.
- [41] Hayes, A. F., & Rockwood, N. J. (2017). Regression-based statistical mediation and moderation analysis in clinical research: Observations, recommendations, and implementation. *Behaviour Research and Therapy*, 98, 39-57.
- [42] Lee, H. W. (1998). A comparative study on parenting attitudes and parenting stress of parents of disabled children and non-disabled children.
- [43] Werner, P. D., Rose, T. L., & Yesavage, J. A. (1983). Reliability, accuracy, and decision-making strategy in clinical predictions of imminent dangerousness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(6), 815. 51(5), 730.
- [44] Ki, B. S. (1996). Preliminary study on standardization of the short version of the Korean version of the Elderly Depression Scale. *Neuropsychology*, 35(2), 298-307.
- [45] Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570.
- [46] Lee, D. G., Lee, H. K. & Choi, Y. H. (2008). Validation study of the Korean translation of Snyder's Hope Scale. *Journal of Korean Psychology*, 22(2), 1-16.
- [47] Gibaud-Wallston, J., & Wandersman, L. P. (1978). Parenting sense of competence scale. *Canadian Journal of Behavioral Science/Revue canadienne des sciences du comportement*.
- [48] Shin, S. J. (1997). The effects of mothers' parenting stress, social support, and parental efficacy on parenting behavior. Yonsei University Graduate School doctoral thesis.
- [49] Wolfram, H. J., & Gratton, L. (2014). Gender role self-concept, categorical gender, and transactional-transformational leadership: Implications for perceived workgroup performance. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 21(4), 338-353.
- [50] Grzywacz, J. G., & Bass, B. L. (2003). Work, family, and mental health: Testing different models of work&family fit. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 248-261.
- [51] McNall, L. A., Nicklin, J. M., & Masuda, A. D. (2010). A meta-analytic review of the consequences associated with work: family enrichment. *Journal of Business and Psychology*, 25, 381-396.
- [52] Kim, J. Lee, J. H. (2005). The relationship between father's parenting involvement as perceived by mother and mother's parenting stress. *Journal of Children's Studies*, 26(5), 245-261.
- [53] Won, S. K., Park, S. Y. & Seol, G. O. (2016). The

mediation of core self-evaluation in the relationship between parenting stress and marital satisfaction: Self-effect and partner-effect. *Journal of the Korean Psychological Association: Counseling and Psychotherapy*, 28(1), 245-266.

[54] Jang, J. H. (2008). Adolescent stress and mental health: The buffering effect of hope. Master's thesis, Kyungnam University.

[55] Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.

### 강 은 선 (Eun Sun Kang)



- 2021년 3월~현재: 서산시 가족센터 전문상담사
- 2024년 2월~현재: 충남 대한적십자 재난심리회복지원센터 재난심리회복지원상담활동가
- 관심분야: 정신건강
- E-mail: kl6331@hanmail.net

### 이 창 식 (Chang Seek Lee)



- 1993년 2월~현재: 한서대학교 교수
- 2010년 3월~현재: 한서대학교 다문화교육복지연구소 소장
- 관심분야: 평생교육, 느린학습자
- E-mail: lee1246@hanmail.net