

## 스트레스해소법에 따른 한부모가정 부모의 스트레스와 생활만족도와의 관계 연구

- 중부권 소도시를 중심으로 -

오 승 하\*, 조 성 제\*\*

## A Research on Relationships between Stress Level of Parents in Single Parent Families and Life Satisfaction in accordance with Stress Removing Methods

- Centering on Small Towns in Midsection Sphere -

Seung-ha Oh\*, Sung-Je Cho\*\*

**요 약** 본 연구는 스트레스해소법에 따른 한부모가정 부모의 스트레스와 생활만족도와의 관계를 파악하고자 한다. 연구대상은 2013년 3월1일부터 7월31일까지 중부권 소도시를 중심으로 한부모가정 부모 260명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 자료분석은 빈도분석, 요인분석, t-test, 일원변량분석, 상관분석, 회귀분석을 실시하였으며, 실증분석은 유의수준 5%에서 검증하였다. 연구결과 스트레스는 경제, 신체, 사회 및 일상, 가족, 심리요인 순으로 높게 나타났고, 스트레스요인의 해소법과 조절효과에 따른 해소정도가 생활만족도에 유의미한 영향을 나타냈다. 그리고 하위요인은 재정, 정서, 인지적 순으로 유의미하게 나타났다. 연구의 시사점은 생활만족도 증진에 스트레스해소법이 유의미함으로, 한부모가정 부모에 대한 기초적인 지원정책수립과 프로그램개발의 자료가 될 것으로 사료된다.

주요어 : 한부모, 가정, 스트레스, 해소법, 생활만족도

**ABSTRACT** This research aims to identify relationships between stress level of parents in single parent families and life satisfaction in accordance with methods of getting rid of stress. Subject of the research were 260 parents in single parent families, centering on small towns in midsection sphere based on answers to questionnaire executed from March 1, 2013 to July 31, 2013. Collected data were analyzed by executing frequency analysis, factor analysis, t-test, one-way ANOVA, correlation analysis, regression analysis, etc. and an empirical verification was performed at 5% of significance level. From the result of the research, stress level appeared according to factors in a sequence of economic power, physical strength, social relation, family, mentality, etc. and significant influence to life satisfaction was found depending on factors such as stress removing methods and controlling effect. And minor factors were shown in a sequence of finance, emotion and acknowledgement. Suggestive points of the research are thought to be significance of stress removing method to the enhancement of life satisfaction, which will be a good material for the establishment of fundamental supporting plans and development of programs for single parent families.

**Key Words** : single parent, family, stress, removing method, life satisfaction

---

\* Corresponding Author : Department of Education at Dongbang Graduate University (sung6996@naver.com)

\*\* Department of Education at Dongbang Graduate University

Received : January 05, 2014

Revised : January 20, 2014

Accepted : January 29, 2014

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성

최근 우리나라의 가족형태는 산업화와 경제발전 및 도시화가 급속히 이루어지면서 가족제도에서도 과거 혈연중심의 대가족 체계에서 벗어나 부부와 자녀가 중심이 되는 핵가족구조로 변화하고 있다. 가족구조의 변화에 대하여 도미향[1]은 사회의 불안정과 각종 산업재해 및 교통사고로 인한 가족구성원의 상실, 이혼, 사별, 별거 등으로 가족의 형태가 다양해지고 있으며, 특히, 배우자와 이혼하는 비율이 증가하면서 한부모 가족이 증가하고 있는 것이 현실이라고 하였다. 그리고 황은숙[2]은 한부모가정 부모는 정서적으로 상실감, 실패감, 불안감, 좌절감, 분노감, 우울감을 느끼며, 경제적 고충 속에서 자녀를 양육하고, 이혼, 사별 등으로 변화된 가족환경체계에 적응하지 못해 어려움을 겪고 있다고 한다. 이런 한부모가정은 한쪽 부모와 자녀로 구성된 가정을 의미하며, 이전에는 편부모가정으로 불리었으나 편(偏)이 반, 절반, 한쪽이란 의미를 담고 있어 부정적으로 작용한다는 지적에 따라서 한부모가정이란 용어로 순화하여 사용하기에 이르고 있다[3].

이처럼 가족체계의 변화에 따른 사회구조에서는 그들이 편안하게 생활할 수 있도록 환경이 미처 조성되어 있지 않고 있으며, 부정적인 이미지로 다가오고 있는 것이 현실이다. 또한, 아직은 우리나라의 사회 환경, 경제여건, 자녀양육, 정부의 지원정책 등에서 자유롭지 못하다. 이는 곧 다양한 스트레스 증가와 생활만족도 저하요인이 되고 있는 것이다.

최근 한부모와 관련된 나라지표와 통계청 인구주택 총 조사의 장래가구 추계를 살펴보면 다음과 같다. 한부모의 가구 수는 2005년 1,370천 가구에서 2010년 1,594천 가구, 2011년 1,639가구로 증가하고 있으며, 전체 가구에서 한부모가구가 차지하는 비율은 '05년 8.6%에서 '10년 9.2%, '11년 9.3%로 증가하고 있다. 또한, 한부모가구

의 형성 원인 중 사별이 29.7%, 이혼 32.8%, 미혼모와 미혼부가 11.6%로 사별 외의 요인으로 한부모가정이 형성되는 비율이 점차 높아지고 있음을 확인 할 수 있다[4]. 이는 곧 다양한 우리가정의 평등한 가족문화를 저해하는 다양한 사회적 문제의 발생과 스트레스로 작용하고 있는 것이다.

지금 이 순간에도 한부모의 스트레스는 일상 생활 속에서 여러 가지 문제로 인하여 어려움에 직면하게 되고 제대로 적응하지 못하면 불안이나 짜증을 내기도 하고 건강을 해치기도 한다. 이러한 과정에서 스트레스를 느끼고 있는 것이다[5]. 또한, 정부의 한부모가정 지원정책과 관심은 그들이 스트레스로부터 조금이나마 해소될 수 있는 요인으로 볼 수 있다. 그러나 수혜조건도 현실성이 없으며, 복지내용도 충분하지 않아 생활안정과 만족도의 증진에 기여하는 데는 많은 사회적 어려움과 문제점이 있다. 이러한 문제점을 해결하기 위하여 한부모 스트레스에 대한 연구가 시작 되었다[6,7,8,9,10]. 한부모 스트레스에 대한 연구는 스트레스와 삶의 질에 미치는 영향으로 분류할 수 있다.

스트레스 연구에서 호유연[6]과 남희수[7]는 한부모 가정에서 스트레스에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 그 결과는 사회적 지지가 양육 스트레스를 감소시키는데 긍정적인 역할을 하는 것으로 나타났다. 그리고 저소득 모자가정 스트레스가 어떻게 직·간접적으로 작용하는지를 분석하였다. 이 연구에서는 안정된 생활유지 및 경제생활 보장이며, 자활과 자립에 의한 빈곤탈출 강화 및 저소득층의 다양한 욕구를 반영한 시책 추진이라고 하였다. 그 이후 김오남[8]은 편모와 그 청소년 자녀를 대상으로 가족스트레스와 심리복지의 일반적 경향과 편모와 자녀간의 차이 및 상관을 분석하였다. 이 연구에서는 심리복지 증진을 위한 가족자원의 중요성을 올바르게 인식하고 스트레스를 감소시킬 수 있는 방안의 모색과 사회교육기관에서 교육과 훈련, 정보전달의 필요성을 시사하고 있다.

삶의 질에 미치는 영향에 대한 연구에서는 김은영[9]은 여성 한부모가족과 남성 한부모 가족간의 특성을 살펴보고 그 차이를 비교함과 더불어 한부모가족 안에 포함된 저소득 가구를 추려내어 법정 저소득 한부모가족과 일반한부모 가족을 비교 연구하였다. 그 결과 저소득 한부모 가정이 경제적 심각성이 매우 높은 것으로 나타났다. 그 이후 김미숙[10]은 한부모가족 여성의 일과 가정 양립에 따른 환경적 및 심리사회적 요인이 그들의 삶의 질에 미치는 영향과 정책 방안을 연구 하였다. 그 결과 건강상태가 좋을수록, 자녀수가 적을수록, 사회 환경이 좋을수록 그리고 일과 가정의 갈등이 적을수록, 일과 가정의 양립이 지향 일수록 삶의 질이 높은 것으로 나타났으며, 일과 가정의 양립이 유지될 수 있도록 다양한 건강프로그램을 실시하여야 한다고 주장하고 있다.

기존 선행연구들의 문제점은 한부모가족 각 구성원을 대상으로 단편적 주제의 연구를 진행하였다. 그러나 한부모를 대상으로 한 스트레스와 해소법 및 개선을 통한 생활만족도 증진을 위한 연구는 없었다. 그 이유는 한부모들이 사회적 인식과 무시하는 편견 사회적 환경으로부터 자유롭게 나서지 못하고 자신을 숨기고자하는 것도 한 요인으로 작용한다고 볼 수 있다.

본 연구의 필요성은 스트레스해소법에 따른 한부모가정 부모의 스트레스와 생활만족도와와의 관계에 관한 상관성 연구가 요구된다.

그래서 본 연구의 목적은 한부모가정 부모를 대상으로 인구사회학적 특성, 일반적인 사항, 사회 및 일상생활, 가족, 경제, 심리, 신체적 스트레스의 경향을 살펴보고, 그 다음으로 스트레스 해소법을 변수로 이용하여 연구하고자 한다. 연구의 내용은 스트레스부터 건강한 생활만족도를 향상시키는데, 어느 정도 상관관계가 형성되고, 유의한 영향을 미치고 있는지를 파악하고자 한다.

## 1.2 연구 문제

연구의 구체적인 문제는 다음과 같다.

첫째, 인구사회학적 특성요인은 어떠한가?

둘째, 한부모가정 부모의 스트레스는 어떠한가?

셋째, 한부모가정 부모의 스트레스해소법에 따른 생활만족도는 어떠한가?

넷째, 한부모가정 부모의 스트레스와 생활만족도 하위요인과의 관계는 어떠한가?

## II. 연구방법

### 2.1 연구대상 및 설문방법

#### 2.1.1 연구대상

연구대상자는 중부권에 위치하고, 생활여건 및 생활수준 그리고 문화여건 등이 유사한 소도시를 중심으로 연구지역을 한정하였다. 이 지역에서 한부모가정을 이루며, 자녀를 부양하고 있는 부모를 연구대상으로 하였다. 즉, 남자 87명 여자 173명 총 260명을 표집 하여, 2013년 3월1일부터 7월31일까지 설문조사를 실시하였다.

#### 2.1.2 설문방법

설문조사는 연구대상자에게 설문조사를 실시하기 전에 본 설문조사의 취지 및 질문지 작성 방법에 대하여 충분히 설명한 후 개별적 자기기입법으로 실시하였다. 점수부여 방식은 리커트척도의 5점 척도로서 스트레스 그리고 스트레스 해소법과 생활만족도 증진요인으로 “전혀그렇지않다”(1점), “그렇지않다”(2점), “보통이다”(3점), “그렇다”(4점), “매우그렇다”(5점)로 구분하였다. 점수가 높을수록 스트레스해소법과 생활만족도 향상에 대한 유의한 태도가 긍정적이며, 점수가 낮을수록 스트레스해소법과 생활만족도에 향상에 대한 유의한 태도가 부정적임을 의미한다.

## 2.2 연구설계와 가설

### 2.2.1 연구설계

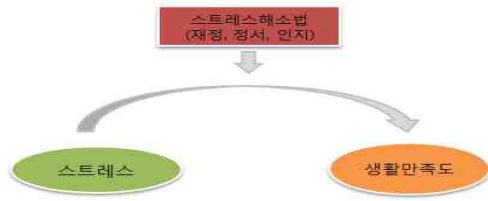


그림 1. 연구설계

Fig 1. Study Design

### 2.2.2 연구가설

연구가설은 한부모가정 부모의 스트레스가 스트레스해소법에 따라 영향을 받을 것이다. 또한, 스트레스해소법의 조절효과에 따라 생활만족도가 다르게 나타날 것이다.

## 2.3 연구도구

### 2.3.1 인구사회학적 특성요인

조사도구는 사회 재적용 평가척도[11]를 기준으로 김오남[8] 문항을 수정·보완하여 실시하였으며, 인구사회학적 변수로는 성별, 자녀, 연령, 한부모가 된 사유, 홀로된 기간, 종교, 수입원 등을 측정하였다. 자녀는 취학전, 초중고, 대학생, 직장인군으로 하였고, 연령은 20대, 30대, 40대, 50대 이상으로 구분하여 실시하였다. 종교는 불교, 기독교, 천주교, 원불교, 없다 로 구분하였으며, 한부모가 된 사유는 미혼모·부, 이혼, 사별, 별거, 가출 등으로 분류 하였다.

### 2.3.2 한부모 스트레스 특성요인

조사도구는 사회 재적용 평가척도[11]를 기준으로 김오남[8] 문항을 수정·보완하여 실시하였으며, 한부모가정 부모의 스트레스에 관하여 사회 및 일상생활에 대한 스트레스 11문항, 가족에 대한 스트레스 7문항, 경제와 심리에 대한 스트레스는 각각 9문항, 신체적 스트레스는 8문항으로 개발 구성하여 답변에 응답하도록 하였다.

### 2.3.3 한부모 스트레스해소법 특성요인

조사도구는 남희수[7] 문항을 기본으로 수정·보완하였다. 스트레스해소법은 가족관계, 자기개발, 여가활동, 상담 및 종교단체, 성적육구, 음주와 흡연유무 등을 9문항으로 구분하여 해소법 내용을 설문조사를 실시하였다.

### 2.3.4 한부모 생활만족도 특성요인

조사도구는 사회 재적용 평가척도[11]를 기준으로 재정적, 정서적, 인지적 요인으로 분류하였다. 한부모의 생활만족도 향상에 영향을 미치고 있다고 사료되는 내용을 개발하여 9개 답변항목에 응답하도록 하였다.

### 2.3.5 자료 분석방법

자료 분석은 모두 유의수준 5%에서 검증하였으며, SPSSWIN 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 인구학적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석, 생활만족도에 대한 문항들의 타당도 검증을 위하여 요인분석을 실시하였다. 스트레스와 스트레스해소정도, 생활만족도에 대한 각 문항의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$ 의 계수로 판단하였다. 인구사회학적 특성에 따른 생활만족도의 차이를 알아보기 위하여 t-test와 일원변량분석을 실시하였으며, 다중범위 검정을 통하여  $p < .05$ 에서 유의한 차이를 검정하였다. 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향을 알아보기 위하여 상관분석과 다중회귀분석을 실시하였고, 조절효과를 검증하기 위하여 위계적회귀분석을 실시하였다.

### 2.3.6 생활만족도의 요인분석

한부모가정 부모의 생활만족도의 요인분석을 실시한 결과는 Table 1.과 같다.

한부모가정 부모의 생활만족도에 대한 타당도 검증을 위해서 주성분분석방법과 직교회전방법인 VARIMAX를 사용하여 요인분석을 실시하였다. 본 연구에서는 KMO 값이 0.759로 적당하므로 변수 쌍들의 상관관계가 다른 변수에 의해

표 1. 생활만족도의 요인분석

Table 1. Factor analysis of life satisfaction

Division	Factors			
	1	2	3	
Financial	Retirement preparation.	.802		
	Independence condition and will.	.781		
	Daily life and the economy.	.764		
	Leisure Activities.	.705		
Emotional	There is no prejudice .	.756		
	Opposite sex and sexual desire.	.697		
	Peace of mind.	.515		
Cognitive	Get help.	.873		
	Government support policy.	.780		
Eigenvalues		2.701	1.565	1.506
Bunsanyul		30.012	17.394	16.736
Cumulative bunsanyul		30.012	47.406	64.142

잘 설명되는 것으로 판단할 수 있다. 또한, 요인 분석의 적합성 여부를 나타내는 Bartlett의 구형성 검정치는 근사 카이제곱값이 639.142로 유의수준이 .000으로 나타나 요인분석 사용이 적합하다는 것을 알 수 있다.

요인을 추출하기 위한 방법으로는 각 요인이 기준변수의 정보를 어느 정도 설명하는지를 나타내는 고유값을 이용하여, 고유값이 1.0 이상인 요인에 한하며 요인적재량이 0.5이상인 항목들을 기준으로 설정하여 요인수를 3개로 결정하였다. 그 결과 요인 1은 고유값이 2.701, 설명비가 30.01%로 나타나 재정적 요인을, 요인 2는 고유값이 1.565, 설명비가 17.39%로 나타나 정서적 요인을, 요인 3은 고유값이 1.506, 설명비가 16.73%로 나타나 인지적 요인을 설명해 주고 있다.

### III. 연구결과

#### 3.1 인구사회학적 특성요인

한부모가정 부모의 인구사회학적 특성요인을 살펴본 연구과는 다음과 같다.

성별은 남자는 33.5%, ‘여자는 66.5%이었고, 현재 연령은 ‘40대, 50대 이상, 30대, 20대 순이었다. 한부모가 된 시기는 30대가 가장 많았으며,

한부모가 된 사유로는 이혼이 가장 많았다. 그리고 한부모 기간은 2-5년 미만이 가장 높게 나타났다. 종교는 없다는 응답자가 가장 많았고, 교육 정도는 고졸이 대부분이었다. 자녀수는 2명이 가장 많았으며, 자녀의 형태는 남매, 형제와 자매, 외동아들, 외동딸 순이었다. 가장 어린 자녀의 상태는 초,중,고생이 절반이었고, 주 수입원은 본인이 대부분이었다. 정신적인 도움을 가장 많이 받는 곳으로는 친구로 나타났고, 월수입은 150-200만원 미만이 가장 많았다. 정부의 정책적 지원에 대해 지원을 받고 있지 않다가 가장 많았고, 가장 필요한 정책적 지원으로는 자녀보육 및 교육비 지원확대가 가장 많았다. 거주지의 소유형태는 자가 가장 많았고, 음주를 하는 응답자는 63.1%, 흡연을 하는 응답자는 31.5%이었다. 직업은 자영업이 가장 많았으며, 직장 선택 시 가장 중요한 조건사항으로는 급여가 가장 많았다. 전배우자와의 관계는 관계가 단절되어 있다가 가장 많았으며, 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다.

#### 3.2 한부모 스트레스 특성요인

한부모가정 부모의 스트레스와 스트레스해소 정도, 생활만족도의 평균과 표준편차를 살펴본 결과는 Table 2.와 같다.

표 2. 스트레스와 정도분석

Table 2. Analysis of stressors and the degree

Division	Sub-factors	Mean	SD
Stress	Community and everyday life	2.87	.67
	Family	2.87	.71
	Economic	3.24	.83
	Psychological	2.81	.65
	Physical	3.02	.73
Degree of stress		2.57	.53
Life Satisfaction	Financial	2.75	.75
	Emotional	2.53	.61
	Cognitive	2.13	.72
Life Satisfaction		2.54	.53

한부모가정 부모의 스트레스에 대하여 사회 및 일상생활, 가족, 경제적, 심리적, 신체적으로 분류하여 연구를 하였다. 그 결과 경제적 스트레스, 신체적 스트레스, 사회 및 일상생활 스트레스, 가족 스트레스, 심리적 스트레스 순으로 스트레스가 높게 나타났다. 스트레스 해소정도의 평균은 2.57이었다. 생활만족도의 평균은 2.54로, 재정적요인, 정서적요인, 인지적요인 순으로 생활만족도가 높았다.

### 3.3 한부모 스트레스해소법 특성요인

한부모가정 부모의 스트레스가 생활만족도에 영향을 미칠 때 스트레스 해소정도의 조절효과를 살펴본 결과는 Table 3.과 같다.

표 3. 스트레스해소법의 조절효과  
Table 3. Moderating Effects of Stress

Division	Dependent variable : Life Satisfaction					
	1Step		2Step		3Step	
	B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$
(Constant)	4.126		3.050		2.998	
Community and everyday life	-.044	-.056	-.096	-.121	-.110	-.140
Family	-.044	-.058	-.004	-.005	.005	.007
Stress	-.211	-.331***	-.160	-.250***	-.174	-.272***
Economic						
Psychological	-.118	-.144	-.108	-.131	-.079	-.097
Physical	-.106	-.145*	-.112	-.153*	-.109	-.149*
Degree of stress			.364	.363**	.372	.371**
Community and everyday life					-.130	-.114
* Degree of resolution						
Family					.338	.275**
* Degree of resolution						
Economic					-.251	-.241**
* Degree of resolution						
Psychological					.045	.035
* Degree of resolution						
Physical					-.032	-.028
* Degree of resolution						
$R^2$		.398		.521		.553
$\Delta R^2$				.123		.032
adj $R^2$		.386		.509		.533
F		33.551***		45.821***		27.896***
$\Delta F$				64.940***		3.581**

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

1단계에서 한부모가정 부모의 스트레스를 투입하여, 경제적 스트레스와 신체적 스트레스는 생활만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서 스트레스 해소정도를 추가로 투입한 결과  $R^2=0.521$ 로 설명력이 52.1%로 증가하였으며, 스트레스 해소정도, 경제적 스트레스, 신체적 스트레스 순으로 생활만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용을 추가로 투입하여  $R^2=0.553$ 으로 설명력이 55.3%로 증가하였으며, 스트레스 해소정도, 가족 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용, 경제적 스트레스, 경제적 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용, 신체적 스트레스 순으로 생활만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

### 3.4 한부모 생활만족도 하위특성요인

스트레스해소법에 따른 한부모가정 스트레스와 생활만족도와의 관계를 파악하고자 상관분석과 회귀분석을 실시하여 조절효과를 검증하였다. 이 특성의 하위요인을 재정적, 정서적, 인지적 요인으로 나누어 분석하였다.

#### 3.4.1 재정적요인 만족도

한부모가정 부모의 스트레스가 재정적 요인에 대한 만족도에 영향을 미칠 때 스트레스 해소정도의 조절효과를 살펴본 결과는 Table 4.와 같다.

1단계에서 한부모가정 부모의 스트레스를 투입하여, 경제적 스트레스와 신체적 스트레스는 재정적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서 스트레스 해소정도를 추가로 투입한 결과  $R^2=0.561$ 로 설명력이 56.1%로 증가하였으며, 경제적 스트레스, 스트레스 해소정도, 신체적 스트레스 순으로 재정적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 스트레스와

표 4. 재정적요인 만족도분석

Table 4. Analysis of financial satisfaction factors

Division	Dependent variable : Financial factors					
	1Step		2Step		3Step	
	B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$
(Constant)	5.145		3.891		3.816	
Community and everyday life						
Family	-.079	-.072	-.032	-.030	-.019	-.018
Stress						
Economic	-.350	-.389***	-.291	-.323***	-.311	-.344***
Psychological	-.090	-.078	-.078	-.068	-.036	-.034
Physical	-.255	-.246***	-.261	-.252***	-.251	-.247***
Degree of stress			.424	.299***	.437	.309***
Community and everyday life					-.142	-.089
* Degree of resolution					.405	.233**
Family						
* Degree of resolution						
Economic					-.376	-.255**
* Degree of resolution						
Psychological					.089	.049
* Degree of resolution						
Physical					-.046	-.030
* Degree of resolution						
$R^2$	.477		.561		.594	
$\Delta R^2$			.084		.033	
adj $R^2$	.467		.551		.576	
F	46.413***		53.905***		32.985***	
$\Delta F$			48.220***		4.020**	

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

스트레스 해소정도와의 상호작용을 추가로 투입하여  $R^2=0.594$ 로 설명력이 59.4%로 증가하였으며, 경제적 스트레스, 스트레스 해소정도, 경제적 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용, 신체적 스트레스, 가족 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용 순으로 재정적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3.4.2 정서적요인 만족도

한부모가정 부모의 스트레스가 정서적 요인에 대한 만족도에 영향을 미칠 때 스트레스 해소정도의 조절효과를 살펴본 결과는 Table 5와 같다.

1단계에서 한부모가정 부모의 스트레스를 투

입하여, 사회 및 일상생활 스트레스와 심리적 스트레스는 정서적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서 스트레스 해소정도를 추가로 투입한 결과  $R^2=0.273$ 으로 설명력이 27.3%로 증가하였으며, 사회 및 일상생활 스트레스, 스트레스 해소정도, 심리적 스트레스 순으로 정서적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 스트레스와 스트레스 해소정도와와의 상호작용을 추가로 투입하여  $R^2=0.291$ 로 설명력이 29.1%로 증가하였으나, 스트레스와 스트레스 해소정도와와의 상호작용은 유의수준 5%에서 정서적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

표 5. 정서적요인 만족도분석

Table 5. Emotional satisfaction factor analysis

Division	Dependent variable : Emotional factors					
	1Step		2Step		3Step	
	B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$
(Constant)	3.839		2.97		2.907	
Community and everyday life						
Family	-.212	-.234*	-.2	-.281**	-.282	-.311*
Stress						
Economic	-.001	-.001	.03	.038	.042	.049
Psychological	-.070	-.065	-.01	-.03	-.035	-.048
Physical	-.204	-.217*	-.11	-.08*	-.155	-.165
Degree of stress			.028	.033	.02	.028
Community and everyday life					.319	.277***
* Degree of resolution						
Family					-.192	-.146
* Degree of resolution						
Economic					.224	.158
* Degree of resolution						
Psychological					-.142	-.118
* Degree of resolution						
Physical					.152	.103
* Degree of resolution						
$R^2$	.211		.273		.291	
$\Delta R^2$			.063		.018	
adj $R^2$	.195		.256		.260	
F	13.551***		15.843***		9.266***	
$\Delta F$			21.765***		1.272	

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

3.4.3 인지적요인 만족도

한부모가정 부모의 스트레스가 인지적 요인에 대한 만족도에 영향을 미칠 때 스트레스 해소정도의 조절효과를 살펴본 결과는 Table 6.과 같다.

1단계에서 한부모가정 부모의 스트레스를 투입하였으나, 추정된 회귀모형은 유의수준 5%에서 유의미하지 않았다. 2단계에서 스트레스 해소정도를 추가로 투입한 결과  $R^2=0.089$ 로 설명력이 8.9%로 증가하였으며, 스트레스 해소정도만 인지적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상호작용을 추가로 투입하여  $R^2=0.107$ 로 설명력이 10.7%로 증가하였으나, 스트레스와 스트레스 해소정도와의 상

표 6. 인지적요인 만족도분석  
Table 6. Factor analysis of cognitive satisfaction

Division	Dependent variable : Cognitive factors					
	1Step		2Step		3Step	
	B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$
(Constant)	2.48		1.47		1.49	
Community and everyday life	.12*	.121	.08*	.075	.10	.098
Family	-.03	-.038	-.00	-.001	-.00	-.001
Stress	-.14	-.167	-.00	-.111	-.10	-.126
Economic	-.04	-.038	-.00	-.030	-.04	-.042
Psychological	-.01	-.012	-.01	-.017	.00	.001
Physical						
Degree of stress			.34	.253***	.31*	.236***
Community and everyday life					-.00	-.005
* Degree of resolution						
Family					.37	.227
* Degree of resolution						
Economic					-.16	-.119
* Degree of resolution						
Psychological					-.20	-.118
* Degree of resolution						
Physical					.10	.067
* Degree of resolution						
$R^2$		.030		.089		.107
$\Delta R^2$				.060		.018
adj $R^2$		.010		.068		.067
F		1.548		4.134**		2.702**
$\Delta F$				16.591***		.985

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

호작용은 유의수준 5%에서 인지적 요인에 대한 만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 스트레스해소법에 따른 한부모가정 부모의 스트레스와 생활만족도의 관계를 분석하였다. 연구의 결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

첫째. 한부모의 인구나사회학적 특성은 경제, 자녀양육 및 교육부담 그리고 편견과 복지혜택, 직장, 전배우자와의 관계 등이 생활만족도에 영향을 미치고 있다. 결과는 인구나사회학적 특성에 따라 한부모의 만족도에 차이가 있다는 것이다. 이 의미는 남희수[7]와 김은영[9]의 안정된 생활 유지 및 경제생활보장과 자립, 다양한복지욕구, 경제적 심각성이 상당부분 일치하고 있다.

둘째. 한부모의 스트레스는 경제, 신체, 사회 및 일상생활, 가족, 심리 순으로 높게 나타나고 유의미한 영향을 미친 것으로 나타났다. 결과는 스트레스에 따라 한부모의 스트레스증상에 차이가 있다는 것이다. 이 의미는 호유연[6]과 남희수[7]의 한부모 가정에서 스트레스에 영향을 미치는 요인분석과 일정부분 일치한다.

셋째, 한부모의 스트레스해소정도에 따라 해소정도, 경제, 신체 순으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결과는 생활만족도가 해소방법을 통하여 조절 및 향상되고 있는 것이다. 이 의미는 한부모의 이해 그리고 경제와 신체 및 편견을 중심으로, 해소법연구와 개발의 필요성이 절실하다는 것과 같은 의미이다.

넷째. 스트레스와 생활만족도 관계는 재정적은 스트레스, 스트레스해소, 스트레스와 스트레스해소와의 상호작용에서 모두 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 정서적은 스트레스, 스트레스해소가 유의미한 영향력을 미치는 것으로 나타났고, 인지적은 스트레스 해소만이 유의미한 영향력을 미치는 결과로 나



왔다. 이 의미는 황은숙[2]의 한부모는 대부분 정서적으로 상실감, 실패감, 불안감, 좌절감, 분노감, 우울감을 느끼며, 경제적 고충 속에서 자녀를 양육하고, 이혼, 사별 등 변화된 가족체계에 적응하지 못하고 있다고 밝히고 있는 것과 유사하다.

따라서 본 연구에 나타난 이 의미는 한부모 가정 부모의 스트레스와 스트레스해소법의 조절 효과가 유의미하게 작용함으로 인해 생활만족도가 높아진다는 것을 파악할 수 있다.

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 한부모의 경제와 신체 스트레스가 높게 파악되고 있어 이 결과 향후 한부모가정 지원 및 프로그램개발 대책과 개선이 시급한 것으로 사료된다. 둘째, 한부모는 사회적 편견 및 일상생활, 경제적 어려움, 자녀양육의 부담 및 가족, 정서적 및 심리적 혼란, 신체적문제 등의 스트레스는 해소법에 따라 생활만족도에 영향을 미치고 향상되었다. 한부모의 생활만족도 증진에 스트레스해소법이 유의미하게 작용하므로, 지원정책수립과 프로그램개발에 기초자료로 활용될 것으로 사료된다. 향후 한부모가정 부모와 스트레스해소법과 상관관계의 연구가 요구된다.

### References

[1] Other Do, mi-hyang, "Family jeongchaekron" shinjeong, p. 239, 2012.  
 [2] Hwang, eun-soog, "Study on the life condition of single parent family and support expansion plan" Society of Single Parent Families, p. 60, 2012.  
 [3] Hwang, eun-soog, "Single-parent home, children's education" Love Korea times single parents, pp. 25-26, 2013.  
 [4] Country Indicators, 2010.  
 [5] Chung, dong-hwa, "Psychosocial stress" Korea Research Information Co, p. 11, 2010.

[6] Ho, yu-yeon, "Single parents parenting stress and social support and the relationship" Department of Child Studies, Kyungwon University Graduate School, 2008.  
 [7] Nam, hui-su, "The impact of economic stress and family function of a low-income household of single mother family on the quality of life" Christian Department of Social Welfare, Ph.D. Baekseok University Graduate School, 2010.  
 [8] Kim, oh-nam, "Single Mothers' and Adolescents' Family Stress and Psychological Well-Being" Department of Home Economics, Chonnam National University Graduate School Ph.D, 2010.  
 [9] Kim, eun-young, "A study on the characteristics of single-parent family" Department of Social Welfare, Pyeongtaek University Graduate School, 2003.  
 [10] Kim, Mi-Sook, "A Study on Support Services and Improvement Plans for Single-parent Families" Department of Social Welfare, Soongsil University Graduate School, 2010.  
 [11] Thomas Homes and Richard Rahe, '(SRRS : Social Readjustment Rating Scale), America.  
 [12] Cha, ese-oil, "Social Science Research Methods" Beopmunsa, p. 251, 1980.

---

저자약력

---

오 승 하(Seung-ha Oh)

정회원



- 2012년 2월 : 극동대학교 사회 복지학과(석사)
- 2012년 3월~현재 : 동방대학원 대학교 교육학과 사회복지상담(박사과정)
- 2014년 현재 : 세경대학교 미술 치료과, 간호과 겸임교수

<관심분야> 한부모가정, 노인의 성, 노인상담

조 성 제(Sung-Je Cho)

정회원



- 1977년 2월 : 홍익대학교 전자 계산학과(이학박사)
- 2007년 3월~현재 : 동방대학원 대학교 교육학과 교수

<관심분야> 문화콘텐츠 개발, 정보보안