Journal of Convergence for Information Technology
Vol. 9. No. 9, pp. 185-194, 2019
e-ISSN 2586-4440
DOI : https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.9.185

취업모의 우울감에 미치는 영향 요인분석

박기순[1], 박소영[2*]
[1]한세대학교 일반대학원 사회복지행정학과 학생, [2]서울한영대학교 일반대학원 사회복지학과 학생

The Analysis of Factors Affecting Depression in Working Mothers

Ki-Soon Park[1], So-Young Park[2*]
[1]Student, Department of Social Welfare, Graduate School of Hansei University
[2]Student, Department of Social Welfare, Graduate School of Seoul Hanyong University

요 약 취업모의 우울감에 대한 연구목적은 사회적 지지와 양육스트레스 및 주관적 행복감 변인들이 자녀를 양육하고 있는 취업모의 우울감에 어떤 영향을 미치는지 규명하고, 그들의 우울감을 감소시킬 수 있는 대안점을 살펴보고자 하며, 이를 토대로 실천적 프로그램을 제공하는 것이다. 본 연구에서는 취업모의 우울감에 영향을 미치는 요인들은 어떤 변수들이 존재하는지 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 이용하였다. 연구결과를 살펴보면, 1단계에서 사회적 지지의 하위요인인 친가 지지는 우울감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서 양육스트레스는 취업모의 우울감에 정적인 영향을 미쳤다. 3단계에서 주관적 행복감은 취업모의 우울감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 취업모의 사회적 지지, 양육스트레스, 주관적 행복감과 같은 변수들의 관계를 밝히고, 이 결과를 바탕으로 취업모의 우울감을 낮출 수 있는 시사점을 논하였다.

주제어 : 취업모, 사회적 지지, 양육스트레스, 주관적 행복감, 우울감

Abstract The purpose of this study was to investigate the effects of social support, parenting stress, and subjective hapiness on the depression of working mothers who are raising their children and to investigate alternatives to reduce their depression, and provide a practical program based on the study. In this study, we used hierarchical regression analysis to examine the variables that affect the depression of the working mothers. The results of this study showed that in the first stage, support of family, which is a sub factor of social support has a negative effect on depression. In the second stage, parenting stress had a significant effect on the depression of the working mothers. In the third stage, subjective hapiness has a negative effect on the depression of the working mothers. The relationship between variables such as social support, parenting stress, and subjective hapiness of these mothers were revealed, and the implications of lowering the depression of mothers were discussed based on the result of this study.

Key Words : Working mothers, Social support, Parenting stress, Subjective hapiness, Depression

1. 서론

영유아기는 생애초기의 전반적인 발달이 가장 빠르게 이루어지는 중요한 시기이므로 경험과 환경은 발달 전반에 결정적인 영향을 미친다[1]. 특히 영·유아는 주 양육자와의 애착 형성을 통해 신뢰감과 자율성을 획득하는 과업을 수행하고, 이 결과는 사회정서발달 및 대인관계의 기초[2-4]를 형성해 주어 삶의 전반적인 사회성 형성의 기반을 마련하는 중요한 시기가 된다[5]. 따라서 생애 초기 영유아의 양육을 담당하는 주 양육자인 모의 역할이 중요하다 하겠다.

그러나 여성의 사회진출 증가와 핵가족화로 자녀 양육에 필요한 교육과 준비가 부족한 상황에 자녀의 출산은 부모에게 양육의 어려움을 겪게 하고, 이로 인해[6,7] 많은 심리적

*Corresponding Author : So-Young Park(qkrth22@hanmir.com)
Received July 18, 2019
Revised August 28, 2019
Accepted September 20, 2019
Published September 28, 2019

문제를 겪게 되는 계기가 된다. 특히, 양육의 많은 비중을 담당하고 있는 여성은 양육의 책임과 부담으로 복잡하고 다양한 정서적 변화를 경험하게 된다.

과거에는 출산을 하면 다양한 인적자원을 통해 양육방법을 다양하게 제공 받을 수 있는 사회구조였으나 급변하는 사회변화로 핵가족화와 여성의 사회진출이 증가하면서 주 양육자인 여성은 양육과 일의 역할을 수행해야 하는 이중적인 부담을 겪고 있다. 근래에 들어와 인식의 변화로 부의 양육부담이 증가하고 있으나 아직까지 양육의 책임이 모에 집중되어 있는 것이 현실이다. 특히, 양육과 일을 함께하는 취업모는 절대적인 시간 부족으로 양육에 대한 책임과 부담이 동반되어 심리적 상처, 신체적 피로, 불안 등을 느끼게 되기 때문에 모에게 자녀 양육은 스트레스로 작용할 수 있다[8-10].

양육스트레스는 부모 역할을 수행함으로써 느끼는 부담감을 인지하는 정도를 의미하며, 양육성가심, 생활제한, 양육죄책감[11] 등의 지속적으로 진행되는 일상적인 스트레스와 관련이 깊다고 할 수 있다[12,13]. 특히, 영유아기 여성은 출산과 함께 신체적·심리적으로 큰 변화를 경험하고, 새로운 역할의 적응과 양육의 부담은 다른 연령대의 자녀를 가진 어머니에 비해 양육스트레스를 많이 경험하는 것으로 보고되고 있다[14,15]. 게다가, 취업모의 경우 절대적인 시간 부족으로 자녀에게 적절한 발달적 자극과 애정을 온전히 베풀어 주지 못하는 것에 대한 죄책감까지 경험하게 되면서 스트레스는 가중되게 된다. 또한 스트레스를 일으키게 된다.

양육스트레스로 인해 자주 언급되는 질환은 우울이다[16,18]. 많은 선행연구에서도 양육스트레스와 우울 간 정적상관관계를 보고[19,20]하고 있으며, 양육스트레스가 우울감에 미치는 영향[21-24] 등을 통해 그 심각성이 입증되었다. 즉, 모의 우울감의 문제는 개인의 삶과 자녀발달, 또한 가족 전체의 관계에도 영향을 미치는 심각한 문제라 할 수 있다[25].

따라서 양육스트레스와 우울감은 반드시 극복해야 할 문제이고, 이를 해결하기 위한 방안으로 스트레스 과정모델을 적용한 대처자원[26]에 대한 연구가 계속되고 있다. 이 대처자원은 스트레스를 다른 매개를 통해 직, 간접으로 영향을 주어 감소시키는 것을 말하는데 그 매개변인 중 사회적 지지와 본인 내면의 행복감을 들 수 있다[27].

사회적 지지는 다양한 관계로부터 받는 긍정적 자원으로 가족, 친구, 이웃 등의 비공식적 지지와 지역사회 내의 단체나 기관, 복지서비스 체계로부터 받는 공식적 지지로 나눌 수 있고, 또한 개인이 대인관계로부터 받는 실제적 도움을 의미하는 객관적 사회적 지지와 자신이 받은 지지를 지각하는 정도로 주변 사람들로부터 도움을 받을 수 있다는 믿음을 의미하는 지각된 사회적 지지로 구분된다[28]. 이러한 긍정적 자원은 스트레스 시 문제해결 능력을 강화시켜 스트레스를 완화하는 중요성을 인정받고 있다[29,30]. 실제로 여성은 결혼이라는 과정을 통해 새로운 관계망이 형성되고 그 관계 속에서 받는 지지는 긍정적 자원으로 결혼과 양육생활에 가장 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있다[31].

양육스트레스와 우울과의 관계에서 사회적지지의 매개효과를 검증한 연구를 살펴보면, Kim et al.[5]의 연구에서는 양육스트레스와 우울과의 정적상관관계를 나타나고 있음을 입증하였다[17]. 또한 Kim[1]의 연구에서는 부의 양육참여와 사회적지지가 양육스트레스와의 관계에 부분매개하고 있음을 나타내고 있다[18].

그러나 많은 선행연구들이 양육스트레스와 우울과의 관계에 대한 연구에서 특정 아동대상(장애아동, 다문화가정아동)을 양육하는 과정에서 발생하는 스트레스에 집중되어 있으며, 우울이 양육에 미치는 연구로 우울로 인해 발생하는 양육스트레스로 아동에게 미치는 영양에 대한 연구가 대부분이다. 또한 외적자원의 사회적지지 중에서도 부의 역할에 따른 영향에 대한 연구가 많다. 따라서 양육스트레스에 영향을 미치는 다양한 매개에 따른 우울의 변화에 대한 연구가 필요하다 하겠다.

스트레스 사건을 경험하더라도 우울을 인지하는 정도가 개인마다 차이가 있다. 즉, 자녀의 가치와 자녀 양육의 의미를 어떻게 부여하는지에 따른 개인 스스로의 평가에 따라 양육의 행동이 달라질 수 있다는 것이다[32].

그중 행복감은 생활에서 만족과 기쁨, 보람을 느끼는 마음으로 개인이 스스로에 대해 내리는 평가다. 즉, 현재 상황을 본인이 어떤 의미를 부여하고 어떻게 대처해 나가는가에 대한 스스로 내리는 긍정적 평가라 하겠다. Park[10]의 양육스트레스와 우울과의 관계에서 사회적 지지와 내적 자원 중 자아존중감의 매개효과의 연구결과에서 내적자원인 자아존중감을 통한 사회적지지의 이중매개효과가 나타남을 검증하였다[27]. Lee[33]의 취업모를 대상으로 한 연구에서도 사회적지지는 우울에 직접적인 영향을 미치지 못하나 자아존중감을 통해 간접적 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 이렇듯 내적자원과 사회적 지지에 대한 변화는 양육스트레스와 우울을 감소시키는 중요한 변인이 될 것이다.

그러나 많은 선행연구들에서 내적자원을 자아존중감, 자아탄력성 등의 연구에 집중되어 있다. 따라서 주관적 평가

를 내려 상황에 적응할 수 있는 내적자원 중 주관적 행복감에 대한 대체자원으로서의 중요성을 입증할 필요가 있겠다.

본 연구는 영유아기 자녀를 둔 취업모의 사회적 지지, 양육스트레스, 행복감으로 인한 우울감 정도를 파악하고자 한다. 이와 함께 우울감에 미치는 영향에 있어 긍정요인과 부정요인을 살펴봄으로써 우울감을 감소시킬 수 있는 프로그램을 개발하여 다양한 분야에서 활용할 수 있도록 기초자료를 제공하고자 한다. 본 연구에서는 이를 바탕으로 다음과 같은 연구문제를 제기하고자 한다.

첫째, 취업모의 사회적 지지는 우울감에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 취업모의 양육스트레스는 우울감에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 취업모의 주관적 행복감은 우울감에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 주요 변수는 우울감에 영향을 미치는 과정에서 위계적으로 차이가 있을 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구모형

본 연구는 취업모의 사회적지지, 양육스트레스, 주관적 행복감이 우울감에 미치는 영향을 검증하기 위하여 Fig. 1과 같은 연구모형을 설정하였다.

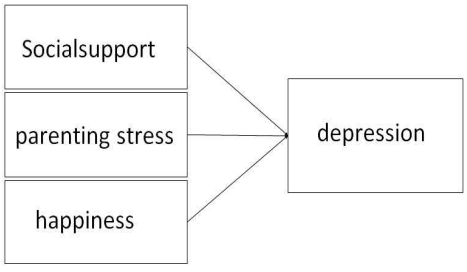


Fig. 1. Proposed Model

2.2 조사대상 및 자료수집

본 연구는 한국아동패널연구 7차년도 자료를 활용하였다. 한국아동패널연구는 2008년도 4월에서 7월 사이 출생한 신생아가구 중 2,150명의 신생아가구를 표본으로 추출하였으며 표본추출방법은 층화다단계법을 적용하였다. 한국아동패널연구는 아동의 발달에 영향을 미칠 수 있는 지역사회와 육아정책에 관한 종단자료를 수집하여 제공하는 것을 목적으로 하고 있다.

본 연구에서는 7차 년도까지 표본이 유지된 취업모 652명을 조사대상으로 선정하여 취업모의 사회적지지나 양육스트레스, 주관적 행복감이 우울감에 미치는 영향을 검증하기 위한 목적으로 최종 조사 분석에 사용하였다.

2.3 측정도구

2.3.1 사회적 지지

취업모의 사회적 지지에 관련된 척도는 Lee & Chin[34]가 개발한 척도를 사용하였다. 취업모의 사회적 지지는 4개의 하위영역으로 구성되었으며, 정서적 지지 2문항, 도구적 지지 3문항, 사교적 지지 4문항, 정보적 지지 4문항으로 외가, 친가, 친구동료, 이웃의 지지를 묻는 것으로 구성되었다. 응답범주는 리커트 5점 척도이며 '전혀 그렇지 않다 1점'부터 '매우 그렇다 5점'로 설계되어 있으며 점수가 높을수록 사회적 지지가 높은 것을 나타낸다. 척도의 내적일관성을 파악하기 위한 Cronbach's alpha 계수는 친가 지지 .942, 외가 지지 .925, 친구동료 지지 .932, 이웃 지지 .977로 높게 나타났다. 각 문항의 처리는 합산하여 평균값으로 사용하였다.

2.3.2 양육스트레스

취업모의 양육스트레스는 Kim & Cho[35]이 개발한 척도 중 '부모역할수행에 대한 부담감 및 디 스트레스'를 발췌하여 한국아동패널연구에서 2007년 예비조사를 통해 문항을 확정하여 사용하였다. 원 도구에서 자녀양육으로 인한 일상적 스트레스, 부모역할 수행에 대한 부담감 및 디스트레스, 타인양육에 대한 죄책감 등 3개의 하위요인으로 구성되었다. 양육스트레스에 대한 척도는 총11개 문항으로 리커트 5점 척도를 사용하여 '전혀 그렇지 않다 1점'부터 '매우 그렇다 5점'으로 설계되어 있으며 점수가 높을수록 부모역할에 대한 부담감과 양육스트레스가 높은 것을 나타낸다. 척도의 내적일관성을 파악하기 위한 Cronbach's alpha 계수는 .888로 높게 나타났다. 각 문항의 처리는 합산하여 평균값으로 사용하였다.

2.3.3 주관적 행복감

주관적 행복감에 해당하는 척도는 Lyubomirsky & Lepper[36]이 개발한 척도를 한국아동패널연구진이 번역하여 문항을 확정한 것으로 전반적으로 나는 '아주 행복한 사람이다', '다른 사람과 비교했을 때 나는 매우 행복하다', '무슨 일이 있어도 개의치 않고 즐겁게 지내는 편이다', '어떤 사람들을 전반적으로 아주 불행하다, 특별히 우울한 일이 없음에도 불구하고 행복하지 않게 보인다. 나는 전혀 그

렇지 않다'로 4개의 설문문항으로 구성되어 있다. 응답범주는 리커트 7점 척도이며 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높은 것을 나타낸다. 척도의 내적일관성을 파악하기 위한 Cronbach's alpha 계수는 .868로 나타났다. 각 문항의 처리는 합산하여 평균값으로 사용하였다.

2.3.4 우울감

취업모의 우울감에 관한 척도는 Kessler et al.[37]이 개발한 Kessler 우울척도를 사용하였다. 설문문항은 6개 문항으로 구성되어 있으며 '불안하셨습니까?', '무기력하셨습니까?', '매사에 힘드셨습니까?', '너무 슬퍼서 뭘 해도 기운이 나지 않으셨습니까?' 등으로 질문 문항의 응답범주는 리커트 5점 척도로 '전혀 안 느낌 1점'부터 '항상 느낌 5점'으로 점수가 높을수록 우울감이 높다고 할 수 있다. 척도의 내적일관성을 파악하기 위한 Cronbach's alpha 계수는 .909로 높게 나타났다.각 문항의 처리는 합산하여 평균값으로 사용하였다.

2.4 분석방법

자료 분석방법은 취업모의 사회적 지지와 양육스트레스, 주관적 행복감, 우울감과 관련된 변수들의 특성과 상관관계, 위계효과를 살펴보기 위해 SPSS 19.0 프로그램을 이용하여 분석을 진행하였다.

첫째, 취업모의 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 주요 변수의 평균과 표준편차 및 왜도, 첨도를 검증하기 위해 기술통계량 분석을 실시하였다. 둘째, 취업모의 사회적 지지와 양육스트레스, 행복감, 우울감 간의 관계를 설명하기 위해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 변수의 차원별 영향력을 파악하기 위한 위계적 회귀분석(Hierarchical Regression Analysis)을 통해 독립변수가 우울감에 미치는 영향요인을 검증하였다.

3. 연구결과

3.1 조사대상자의 인구사회학적 특성

연구대상자의 인구사회학적 특성을 파악해보면 Table 1과 같다. 먼저 아동의 성별은 '남학생'이 325명(49.81%), 여학생 327명(50.2%)이며, 취업모의 연령은 '40세 미만'이 514명(78.8%)으로 제일 많았으며, 다음으로 '40세 이상' 138명(21.2%)으로 나타났다. 취업모의 학력은 '대학교졸업'으로 응답한 대상자가 257명(39.4%)으로 가장 많이 차지하고 다음으로 '전문대 졸업' 177명(27.7%) 순으로 나타났다. 취업모의 직업은 '정규직'이 432명(66.3%)으로 가장 높았고, '자영업, 기타'로 응답한 대상자가 133명(20.4%). 비정규직 87명(13.3%) 순이다. 가구형태는 '부모와 자녀'로 이루어진 가구 형태가 580명(89%)으로 가장 높았고 '조부모, 부모, 자녀'로 응답한 대상자가 54명(8.3%) 순이다. 마지막으로 취업모의 일자리 만족도는 '만족한다'로 응답한 대상자가 448명(68.7%)으로 가장 높았고, '보통이다'가 180명(27.6%)으로 취업모의 일자리에 대한 만족감은 전반적으로 높았다.

Table 1. Demographic and sociological characteristics

Classification		N	%
Child's Gender	Male	325	49.8
	Female	327	50.2
Mother's Age	Under 40	514	78.8
	Over 40	138	21.2
Mother's Education	Under high school	167	25.6
	College	177	27.1
	University	257	39.4
	Graduate School	51	7.8
Mother's occupation	Permanent employment	432	66.3
	Temporary employment	87	13.3
	self-employment	133	20.4
Monthly income	Less then 3million won	46	7.1
	3million won~4million won	92	14.1
	4million won~5million won	163	25.0
	More then 5million won	349	53.5
	Missing	2	.3
Family type	Parent and children	580	89
	Grandparents, Parent and children	54	8.3
	Other	18	2.8
Job Satisfaction	Low	24	3.7
	Middel	180	27.6
	High	448	68.7

3.2 주요 변수들의 기술통계량

취업모의 사회적 지지, 양육스트레스, 행복감과 우울 변인들 간의 기술통계량 분석한 결과는 Table 2에 제시하였다. 주요 변수들의 평균값과 표준편차(sd)를 분석한 결과, 취업모의 사회적 지지에서 친가 지지는 평균값이 3.440(표준편차=.821), 외가 지지는 평균값이 4.049(표준편차=.622), 친구 지지는 평균값이 3.496(표준편차=671)로 높게 나타났지만 이웃 지지는 평균값이 2.735(표준편차=1.028)로 다소 낮게 나타났다. 양육스트레스는 평균값이

2.533(표준편차=.642), 행복감은 평균값이 5.261(표준편차=.1.033), 우울감은 평균값이 1.878(표준편차=.706)으로 낮음을 보여주고 있다. 취업모의 사회적 지지, 양육스트레스, 행복감과 종속변수인 우울감 변수의 정규성을 확인한 결과 왜도와 첨도값이 절대값이 각각 3과 10보다 작아 정규분포를 이루고 있다.

Table 2. Characteristics of Major Variables (n=652)

variables		Min.	Max.	Mean	S.D.	Skewness	Kurtosis
1)	1-1)	1	5	3.440	.821	-.534	-.037
	1-2)	1.15	5	4.049	.622	-.772	1.332
	1-3)	1	5	3.496	.671	-.351	.627
	1-4)	1	5	2.735	1.028	-.181	-.850
2)		1	4.73	2.533	.642	.104	.155
3)		1	7	5.261	1.033	-.492	.128
4)		1	4.17	1.878	.706	.655	.066

1) Socialsupport, 1-1)Paternal side, 1-2) Maternal side 1-3) Frends, 1-4) Neighbor 2) Parenting stress 3) Happiness 4)Depression

3.3 주요 변수들 간의 상관관계

주요 변수 간 상관분석은 Table 3과 같다. 분석에 여 사용된 변수들의 다중공선성을 살펴본 결과 유의확률이 .08 이상 나타나는 변수는 없었으며 상관관계는 통계적으로 유의하게 나타났다.

Table 3. Correlation among Major Variables

variables		coefficient						
		1-1)	1-2)	1-3)	1-4)	2)	3)	4)
1)	1-1)	1						
	1-2)	.347**	1					
	1-3)	.322**	.354**	1				
	1-4)	.265**	.100*	.401**	1			
2)		-.177**	-.119**	-.113**	-.138**	1		
3)		.187**	.172**	.161**	.030	-.491**	1	
4)		-.162**	-.080*	-.107**	-.072	.598**	-.593**	1
M		3.440	4.049	3.496	2.735	2.533	5.261	1.878
SD		.821	.622	.671	1.028	.642	1.033	.706

1) Social support, 1-1) Paternal side, 1-2) Maternal side, 1-3) Frends, 1-4) Neighbor 2) Parenting stress 3) Happiness, 4)Depression

먼저, 종속변수인 우울감은 사회적 지지 중 친가의 지지(r=-.162, p<.01), 외가 지지(r=-.080, p<.05), 친구동료 지지(r=-107, p<.01), 주관적 행복감(r=-.593, p<.01)과는 부적인 상관관계를 보여주고 있으며 취업모의 양육스트레스(r=.598, p<.01)와는 정적인 상관관계를 보여주고 있다. 다음으로 취업모의 양육스트레스는 사회적 지지에서 친가 지지(r=-.177, p<.01), 외가 지지(r=-.119, p<.01), 친구동료 지지(r=-.113, p<.01), 이웃 지지(r=-.138, p<.01)와는 부의 상관관계를, 주관적 행복감은 사회적 지지에서 친가 지지(r=.187, p<.01)와 외가의 지지(r=.172, p<.01), 친구동료 지지(r=.161, p<.01)는 정의 상관관계를, 양육스트레스(r=-.491, p<.01)와의 부의 상관관계 보였다.

이러한 결과는 취업모의 우울감은 높을수록 주관적 행복감이 낮다는 것이며 취업모의 양육스트레스가 놓을수록 우울감도 높다는 것을 의미한다. 사회적 지지에서 친가의 지지나 외가 지지, 친구나 동료의 지지가 높을수록 양육스트레스나 우울감이 낮아지고 주관적 행복감이 높아지는 상관관계를 보여준다.

3.4 위계적 회귀분석 검증

본 연구의 주요 변수인 사회적 지지, 양육스트레스, 주관적 행복감, 우울감에 미치는 영향력과 설명모형을 구축하기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과는 Table 4와 같다. 각 단계에서 투입된 변수들은 1단계에서는 통제변수인 인구사회학적 특성 변수와 사회적 지지 변수를 투입하였으며, 2단계에서는 양육스트레스 변수를 3단계에서는 주관적 행복감 변수를 투입하였다. Table 4에서 살펴보면 통제변수를 통제하고 사회적지지 변수를 투입한 1단계에서는 취업모의 일자리 만족도(ß=-.159, t=-3.905, p<.001)와 사회적지지 중 친가의 지지(ß=-.116, t=-2.634, p<.001)는 우울감에 부의 영향을 주었다. 이는 일자리 만족도가 높을수록 친가의 지지가 높을수록 취업모의 우울감이 낮아진다는 것이다. 일자리 만족도와 친가의 지지는 우울감에 미치는 영향력을 6.2% 정도 설명하고 있다.

2단계에서는 통제변수를 통제하고 양육스트레스 변수를 투입함에 따라 양육스트레스(ß=.586, t=17.573, p<.001)는 우울감에 정의 영향을 주었다. 이는 양육스트레스가 높을수록 취업모의 우울감이 높다는 것을 설명한다. 양육스트레스는 우울감에 미치는 영향력을 38%정도 설명하고 있으므로 높은 설명력을 보이고 있다. 2단계에서 변화된 설명력은 31.8%로 유의미한 변화를 보이고 있다.

3단계에서는 주관적 행복감을 변수를 투입함에 따라 주관적 행복감(ß=-.391, t=-11.090, p<.001)은 우울감에 부의 영향을 주었다. 1단계, 2단계에서 투입된 변수들은 일자리 만족도(ß=-.081, t=-2.661, p<.001)는 부의 영향을 보였고, 양육스트레스(ß=.400, t=11.535, p<.001)는 정의 영향을 보였다. 주관적 행복감은 우울감에 미치는 영향력을

48.5% 정도 설명하고 있으므로 매우 높은 설명력을 보이고 있으며, 3단계에서 변화된 설명력은 10.5%로 유의미한 변화를 보이고 있다. 개별 독립변수가 종속변수인 우울감에 미치는 영향력과 기여도, 통계적 유의성을 검정한 결과, 상대적인 영향력의 크기(*Beta*)를 살펴보면 양육스트레스, 주관적 행복감 변수의 순으로 높았다. 결론적으로 양육스트레스가 높을수록 주관적인 행복감이 낮을수록 취업모의 우울감은 높은 것으로 분석되었다. 즉 취업모의 양육스트레스와 주관적 행복감은 우울감에 미치는 영향력을 높았으며, 이는 통계적으로 유의미하였다.

Table 4. Hierarchical Regression Analysis of depression

variable		Model 1		Model 2		Model 3	
		B(β)	*t*	*B(β)*	*t*	*B(β)*	*t*
(constant)		3.075	12.108**	.764	3.120**	2.198	8.518**
Child's Gender		.041(-.032)	-.806	.003(.002)	.055	.020(.014)	.486
Mother's Age		-.057(.030)	1.477	-.083(-.047)	-1.439	-015(-.009)	-.291
Mother's Education		-.008(-.011)	-.254	.027(.036)	1.022	.034(.044)	1.398
Mother's occupation 1		.035(.017)	.403	.029(.014)	.418	.022(.011)	.349
Mother's occupation 2		.003(.002)	.045	.115(.065)	1.940	.102(.058)	1.879
Monthly income		-.019(-.025)	.0577	-.017(-.022)	-.635	.014(.019)	.574
Family type 1		-.047(-.019)	-.463	.055(.022)	.667	.057(.023)	.761
Family type 2		.036(.008)	.191	.017(.004)	.114	-.028(-.006)	-.204
Job Satisfaction		-.207(-.159)	-3.905***	-.147(-.113)	-3.400***	-.106(-.081)	-2.661***
Social support	Paternal side	-.101(-.116)	-2.634***	-.037(-.043)	-1.186	-.019(-.022)	-.673
	Maternal side	.012(.010)	.225	.034(.029)	.794	.053(.046)	1.386
	frends	-.054(-.050)	-1.053	-.045(-.042)	-1.090	-.010(-.009)	-.268
	neighbor	-.016(-.024)	-.528	.017(.024)	.655	-.001(-.002)	-.055
parenting stress				.646(.586)	17.573***	.442(.400)	11.535***
happiness						-.269(-.391)	-11.090***
R^2		.062		.380		.485	
R^2change		.062		.318		.105	
Adjusted R^2		.42		.366		.473	
F change		3.075		308.817		122.989	
Durbin Watson		1.836					

*p<.05, **p<.01, ***p<.001, Dummy Variable: 1) Mother's occupation 1, Mother's occupation 2, 2) Family type 1, Family type 2

4. 결론 및 제언

영유아를 키우면서 주 양육자는 다양한 스트레스를 경험하게 된다. 스트레스로 인해 많은 문제가 발생하나 그 중 우울감이 가장 특징적인 증상이라 할 수 있다. 특히 취업모의 경우 새로운 환경 변화에 대한 적응, 일과 육아의 병행에 따르는 책임감 증가와 죄책감 등 다양한 현상, 급작스러운 환경의 변화에 따라 스트레스가 증가되며 이로 인해 우울감을 느끼게 되는 것이다. 따라서 본 연구는 사회적 지지, 양육스트레스, 주관적 행복감, 우울에 미치는 영향력에 대해 분석을 실시한 결과 첫째, 취업모의 사회적 지지는 우울감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 종속변수인 우울감은 사회적 지지 중 친가의 지지, 외가 지지, 친구동료 지지, 이웃 지지, 주관적 행복감과는 부적인 상관관계를 보여주고 있음을 알 수 있었다. 시대의 변화로 1.2.세대가 자녀를 함께 양육하는 환경에서 핵가족화 됨에 따라 부모는 스스로 자녀양육을 해나가야 하는 상황에 놓이게 되면서 양육에 대한 책임은 온전히 부모, 특히 모의 역할이 되어버렸다. 이런 상황에서 취업 모는 일과 양육의 두 가지 모두 책임져야 하는 상황에 놓이게 되는 어려움으로 인한 스트레스가 가중되었고, 우울감을 겪게 되었다.

Cindy et al.[38]은 어머니를 위한 사회적 지지는 스트레스를 감소시켜 아동의 건강한 발달을 지지하는데 중요하다고 보고하고 있다. 이는 본 연구결과에서도 나타난 것처럼 사회적 지지는 스트레스 완화와 우울감소에 효과가 있음을 설명해 준다. 즉 가족 및 사회의 지지를 통해 완화 혹은

긍정적 변화를 기대할 수 있게 되는 것이다.

둘째, 취업모의 양육스트레스는 우울감에 정의 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 양육스트레스가 높을수록 취업모의 우울감이 높다는 것을 설명한다. 또한, 취업모의 양육스트레스는 사회적 지지에서 부의 상관관계를 보여주고 있다. 출산 이후에도 일과 양육을 병행해야 하는 상황에 놓인 취업모는 양육에 투자하는 시간이 절대적으로 적으며, 자녀 양육 과정에서 경험하는 실제적인 어려움보다는, 자녀 양육을 힘든 것으로 인식하는데 전반적 우울감이 더 큰 영향을 미친다고 해석할 수 있다[39]. 사회의 일반적인 인식이 취업 모에게 일, 양육과 아내 등의 다양한 역할을 성공적으로 해내야만 하는 것처럼 생각하기에 취업모 스스로 양육도 일의 연장으로 느낄 수 있다는 것이다. 따라서 일과 양육의 균형을 이룰 수 있도록 돕는 적절한 개입이 이루어져야 한다.

셋째, 취업모의 주관적 행복감은 우울감에 부의 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한 주관적 행복감은 사회적 지지에서 친가 지지와 외가의 지지, 친구동료 지지는 정의 상관관계를, 양육스트레스와의 부의 상관관계 보였다.

따라서 양육이라는 문제에 대한 생각을 양육 스트레스가 아닌 아이의 상장 과정을 함께 이루어 나간다는 관점으로 바라보며 그 과정 안에서의 역할과 책임에 대한 보상을 기쁨과 보람으로 받는다면 본인뿐만 아니라 아이에게도 긍정적인 효과가 일어날 것은 분명한 사실이다.

또한 연구결과에서도 사회적 지지에서 친가의 지지나 외가의 지지, 친구나 동료의 지지가 높을수록 양육스트레스나 우울감이 낮아지고 주관적 행복감이 높아지는 상관관계를 보여주는 것으로 나타난 것처럼 긍정적인 사회적 지지가 병행된다면 행복감은 더 높아질 것이다. 이는 주관적 행복감에 외적자원인 긍정적 사회적지지가 병행된다면 우울감은 낮아지는 것으로 설명할 수 있다.

넷째, 주요변수는 우울감에 영향을 미치는 과정에서 위계적 차이가 있을 것이라는 연구결과는 개별 독립변수가 종속변수인 우울감에 미치는 영향력과 기여도, 통계적 유의성을 검정한 결과, 상대적인 영향력의 크기(*βeta*)를 살펴보면 양육스트레스, 주관적 행복감 변수의 순으로 높았다. 결론적으로 양육스트레스가 높을수록 주관적인 행복감이 낮을수록 취업모의 우울감은 높은 것으로 분석되었다. 이는 내적자원의 매개효과를 검증한 연구 Park[18] & Kee[33] 연구에서와 같은 맥락으로 볼 수 있겠다. 즉, 주관적 행복감은 스트레스와 우울을 감소시킬 수 있는 대체자원으로 활용도를 높음을 증명하였다 볼 수 있다. 즉 취업모의 양육스트레스와 주관적 행복감은 우울감에 미치는 영향력을 높았으며, 이는 통계적으로 유의미한 결과로 나타나 앞의 내용을 설명해 주었다.

이러한 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 핵가족화와 여성의 취업 증가로 변화 된 현대사회에서 여전히 양육의 책임을 모에게 집중되어 있는 사회적 인식을 개선하는 인식변화 교육이 필요하다 하겠다. 또한 모의 일방적인 양육이 아닌 부부의 협동으로 인한 양육의 기초 과정을 교육하여 양육과정에서 경험하는 스트레스 정도를 최소화하고, 긍정적인 스트레스 대처방안을 개발함으로 스스로 효율적인 스트레스 완화를 위해 노력하도록 도와야하겠다[18]. 둘째, 결과에서도 나타났듯이 양육스트레스와 우울감은 사회적 지지를 통해 완화될 수 있음을 알 수 있었다. 따라서 영·유아 자녀를 둔 주 양육자인 모 뿐만 아니라 주변의 지지체계 모두 참여할 수 있는 부모교육프로그램을 개발, 보급하여 긍정적인 지지체계를 지원하여 효과를 나타낼 수 있도록 해야 하겠다. 이 일을 담당하는 거점센터를 선정하여(예를 들어 건강가정지원센터, 다문화가정지원센터, 교육청, 지역사회 복지관 등) 프로그램개발, 진행을 추진하도록 하고, 지자체의 담당부서와 협약하여 홍보와 프로그램 진행에 대한 지원과 사후서비스에 대한 사례관리까지 체계적으로 진행될 수 있도록 해야할 것이다. 셋째, 이러한 양육스트레스에서 오는 우울감은 자녀를 둔 부모에게는 누구나 겪을 수 있는 일이므로, 예비부부, 예비부모를 대상으로 한 프로그램을 개발, 실시하여 양육에 대한 문제대처능력을 향상 시킬 수 있도록 해야 하겠다. 현재 일부 상담센터에서 진행되고 있는 예비부부, 예비부모 프로그램에 생애주기적 변화에 따른 환경에 대한 프로그램 외에 시기마다 발생할 수 있는 문제에 대한 사례를 연구하여 해결방안을 제시해주는 매뉴얼을 제공해 줄 수 있다. 이것을 위해 민간상담센터 및 사업장과 연계하여 솔루션 집단을 구축하여 다양한 프로그램과 사례를 모집해 체계화 시킬 수 있도록 해야 할 것이다. 또한 실행 기관을 전문기관이나 대학교를 대상으로 선정하여 통합 운영할 수 있도록 추진해 나갈 수 있을 것이다. 넷째, 우울을 호소할 경우, 양육스트레스의 정도를 파악하며 적절하고 빠르게 치료적 접근을 할 수 있도록 지역사회 기관(병원, 산후조리원, 상담센터, 종합사회복지관 등)과의 연계를 통해 조기발견과 중개자, 스트레스 해소를 위한 가이드 제공 등의 역할을 수행할 수 있도록 통합서비스 구축이 되어야 하겠다. 다섯째, 비공식적 지지뿐만 아니라 공식적인 지지체계의 마련과 현실적으로 실행할 수 있

는 정책이 마련되어야 하겠다. 취업 모가 일과 양육의 균형을 유지할 수 있도록 출산 및 육아휴직 보장, 유연근무제 실시에 따른 정책적 강제성을 적용하여 현실적으로 적용될 수 있도록 하고, 아버지 역할 등에 대한 사회적 합의가 확산되어 취업 모가 일과 양육을 병행하는 것에 대한 실제적·심리적 부담을 줄이는 데 도움을 줄 수 있을 것이다. 이와 함께 보육기관에 대한 신뢰도 및 양질의 보육서비스에 대한 정책적 뒷받침되어야 할 것이다[39]. 여섯째, 양육스트레스에 관한 연구는 유아교육과, 교육학, 상담학분야의 연구들이 활발히 이루어지고 있다. 스트레스와 우울관계, 사회적지지의 내적자원에 대한 연구는 사회복지학에서도 중요한 키워드이다. 따라서 사회복지분야에서도 다양한 측면으로 연구가 계속 이루어져야 할 것이다.

위와같은 연구결과에도 불구하고 본 연구가 갖고 있는 한계점은 다음과 같다. 첫째, 취업모의 우울감에 미치는 영향요인은 다양하겠지만, 몇 개의 요인들로 한정하였다는 점이 있다. 이후 연구에서는 우울감에 미치는 영향을 다양한 범위까지 확대하여 연구가 이루어지길 기대한다. 둘째, 취업모의 우울감에 미치는 영향에 대한 양적연구의 한계점을 보완하여 질적연구와 병합한 통합적인 연구가 이루어지길 바란다. 셋째, 2차 자료인 패널데이터를 활용해 시간의 흐름에 따른 변화를 반영하지 못한 한계점을 갖고 있다. 이후 연구에서는 이점을 보완하여 연구가 진행되어야 할 것이다. 그럼에도 불구하고 본 연구에서 취업모의 우울감을 낮출 수 있는 요인으로 행복감과 사회적 지지를 선택하여 살펴보았다는 점에 의의가 있다.

REFERENCES

[1] H. J. Kim. (2017). A Single Case of Art Therapy for Reducing Parenting Stress and Depression in Mothers of Infants and Young Children. *The Korean Journal of Arts Therapy, 17(2)*, 1-16.

[2] https://www.e-sciencecentral.org/articles/pubreader/S0000019459

[3] P. Fonagy, G. Gergely, E. L. Jurist & M. Target. (2002). Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self New York: Other Press.

[4] K. E. Grossmann, K. Grossmann, E. Waters & Editors. (2005). Attachment from Infancy to Adulthood: The Major Longitudinal Studies New York: Guilford Press.

[5] M. O. Kim, A. Y. Lee & H. A Nam. (2016). Mediating Effects of Social Support on Relationship between Maternal Parenting Stress and Depression of Mother with Infancy and Early Childhood. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 16(12)*, 769-783.

[6] H. Y. Yi, G. S. Kim & M. N. Lee. (2018). The Effect of Maternal Depressive Symptoms on Parenting Styles : Focused on the Mediating Role of Parenting Stress. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 18(14)*, 109-126.

[7] J. Y. Kim. (2015). Child-rearing Attitude and Parenting Stress of Mothers with Infant. *The Korean journal of stress research, 23(2),* 91-100.

[8] K. A. Crnic & C. L. Booth. (1991). Mothers' and Fathers' Sperceptions of Daily Hassles of Parenting across early Childhood. *Journal of Marriage and the Family, 53(4)*, 1042-1050.

[9] https://www.e-sciencecentral.org/articles/pubreader/S0000019459

[10] J. H. Park. (2017). *The Mediating Effects of Self-Esteem and Social Support on the Relation Between Parenting Stress and Depression of Married Women with Young Children.* Department of Education Graduate School Keimyung University

[11] J. H. Park. (2019). *The Influences of Parenting Stress on the Depression of Parents with Young Children: The Moderating Effects of Family Resilience of the Current Family and Family-of-Ori*gin. Graduate School the Catholic University of Korea Seoul.

[12] R. J. Coplan, A. Bowker & S. M. Cooper. (2003). Parenting Daily Hassles, Child Temperament, and Social Adjustment in Preschool. *Early Childhood Research Quarterly, 18(3),* 376-395.

[13] K. H. Kim & B. H. Cho. (2000). An Ecological Approach to Analysis of Variables in the Parenting Stress of the Dual - Earner Mothers and Fathers. *The Korean Association of Child Studies, 21(4)*, 35-50.

[14] Y. Y. Woo, J. A. Choi & S. Lee. (1998). Parenting Stress and Social Support of Infant's Mothers. *Korean Home Management Association, 16(1),* 51-61.

[15] Y. S. Song & Y. J. Kim. (2008). The Effects of Parenting Stress and Parenting Knowledge on Parenting Self-Efficacy: A Comparative Study between Infant and Early Childhood Mothers. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education, 13(3)*, 181-203.

[16] Y. J. Lee & S. H. Noh. (2017). The Effect of Parents' Parenting Stress and Depression on Child's Problem Behavior. *Korean Society for Early Childhood*

Teacher Education, 21(4), 301-324.

[17] M. O. Kim, A. Y. Lee & H. A Nam. (2016). Mediating Effects of Social Support on Relationship between Maternal Parenting Stress and Depression of Mother with Infancy and Early Childhood. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 16(12)*, 769-783.

[18] J. H. Kim. (2014). *The Effect of Employment on Mothers' Child-rearing Stress-Focusing on the mediating effects of fathers' involvement in child-rearing and social support-*. Graduate School, The Catholic University of Korea a master's degree.

[19] M. Y. Kim & D. Y. Park. (2009). Parenting Stress, Depression and Verbal Abuse of Infant's Mothers. *Child Health Nursing Research, 15(4)*, 375-382.

[20] Y. B. Ko & E. H. Ha. (2010). The Mediating Effects of Mothers Expressed Emotion in the Relationships between Mother`s and Child`s Depression. *The Korean Association For Play Therapy, 13(2)*, 63-80.

[21] Y. K. Moon. (2012). The Effect of Social Support on Infant Mother's Parenting Behavior : The Mediating Effects of Parenting Stress and Depression. *Korean Home Management Association, 30(3)*, 165-177.

[22] E. M. Yeon, H. O. Yoon & H. S. Choi. (2015). Longitudinal Relationship among Marital Conflict, Parenting Stress, and Depression Using Autoregressive Cross-lagged Modeling. *The Korea Association of Child Care and Education, 93*, 1-29.

[23] Y. J. Lee & J. S. Kim. (2012). The Relationship between Parenting Stress and Depression among Married Women with Young Children: The Mediating and Moderating Effects of Self-Esteem Stability. *Korea Journal of Counseling, 13(5)*, 2229-2249.

[24] R. G. Wahler & J. E. Dumas. (1989). Attentional Problems in Dysfunctional Mother-Child Interactions: An Interbehavioral Model. *Psychological Bulletin, 105(1)*, 116-130.

[25] A. Y. Farmer & S. L. Lee. (2011). The Effects of Parenting Stress, Perceived Mastery, and Maternal Depression on Parent-Child Interaction. *Journal of Social Service Research, 37(5)*, 516-525.

[26] R. S, Lazarus. (1993). Psychological Stress and Coping in Aging. *American Psychologist, 38(3)*, 245-254.

[27] J. H. Park. (2017). *The Mediating Effects of Self-Esteem and Social Support on the Relation Between Parenting Stress and Depression of Married Women with Young Children*. Department of Education Graduate School Keimyung University.

[28] E. Y. Seo. (2012). *The Relationships between Marital Conflicts and Children's Social Adjustments in Multicultural Families: The Mediating Effects of Social Support and Ego-Resilience*. Dankook University Department of Counseling Psychology Graduate School of Education.

[29] M. O. Kim, A. Y. Lee & H. A Nam. (2016). Mediating Effects of Social Support on Relationship between Maternal Parenting Stress and Depression of Mother with Infancy and Early Childhood. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction, 16(12)*, 769-783.

[30] M. Nagata, Y. Nagai, H. Sobajima, T. Ando & S. Honjo. (2003). Depression in the Mother and Maternal Attachment-Results from a Follow-up Study at 1 Year Postpartum. *Psychopathology, 36*, 142-151.

[31] J. Y. Shin & H. S. Park. (2010). The Effect of Parenting Stress on the Professional Help Seeking-Focused on the Mediation Effect of Social Support and Perceived Stigma. *Korean Association of Youth Welfare, 12(4)*, 231-256.

[32] D. R. Pillow, M. Barrera & L. Chassin. (1998). Using Cluster Analysis to Assess the Effects of Stressful life Events: Probing the Impact of Parental Alcoholism on Child Stress and Substance use. *Journal of Community Psychology, 26(4)*, 361-380.

[33] S. A. Lee. (2014). Effects of Parental Stress on Depression of Working Mothers: Focusing on the Mediating Effects of Self-Esteem and Social Support. Department of Social Welfare Graduate School Seoul National University a master's degree.

[34] Y. J. Lee & M. J. Chin. (2013). Social Capital and Parental Stress of Married Mothers with Young Children: Variations by Employment Status. *Family and Environment Research, 51(2)*, 229-239.

[35] K. H. Kim & B. H. Cho. (2000). An Ecological Approach to Analysis of Variables in the Parenting Stress of the Dual - Earner Mothers and Fathers. *The Korean Association of Child Studies*, 21(4), 35-50.

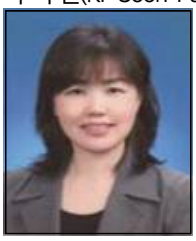
[36] H. S. Lyubomisky & S., Lepper. (1999). A Measure of Subjective Happiness; Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social indicators research, 46(2)*, 137-155.

[37] R. C. Kessler, G. Andrew, L. J. Cople, E. Hiripi, D. K., Mroczek & S. L. T. Normand. (2002). Short Screening Scales to Monitor Population Prevalences and Trends in Nonspecific Psychological Distress. *Psychological Medicine, 32(6)*, 959-976.

[38] Y. H. Cindy, C. Jessica, A. Carmen & S. K. Joy. (2014). Parenting Stress, Social Support, and Depression for Ethnic Minority Adolescent Mothers: Impact on Child Development. *Journal of Child Fam Stud, 23(2),* 255-262

[39] S. R. Park & H. J. Park. (2016). The Effects of Maternal Parenting Stress Trajectory on Affective Parenting and Socioemotional Development of Preschooler: Differences Between Employed and Unemployed Mothers. Korean J Child Stud, 37(5), 33-52.
DOI : 10.5723/kjcs.2016.37.5.33

박 기 순(Ki-Soon Park) [정회원]



· 2016년 2월 : 한세대학교 심리상담대학원 상담학 석사
· 2019년 2월 : 한세대학교 일반대학원 사회복지행정학박사 수료
· 2003년 7월~ 현재 : 무지개어린이집 원장

· 관심분야 : 영·유아, 아동, 청소년, 가족
· E-Mail: : mujigee@empal.com

박 소 영(So-Young Park) [정회원]

· 2017년 8월 : KC대학교 대학원 사회복지학 석사
· 2017년 9월 ~ 현재 : 서울한영대학교 대학원 사회복지학과 박사과정
· 2010년 10월 ~ 현재 : 몬테소리 동화나라어린이집 원장

· 관심분야 : 영·유아, 청소년, 노인
· E-Mail : qkrth22@hanmir.com