



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2022년 02월  
석사학위 논문

코로나19 팬데믹 상황에서  
어머니의 양육경험에 대한  
질적 사례 연구

조선대학교 대학원  
상담심리학과  
이 민 지

코로나19 팬데믹 상황에서  
어머니의 양육경험에 대한  
질적 사례 연구

A Case Study  
about Mothers' Parenting Experience  
in the COVID-19 Pandemic

2022년 2월 25일

조선대학교 대학원

상담심리학과

이민지

코로나19 팬데믹 상황에서  
어머니의 양육경험에 대한  
질적 사례 연구

지도교수      오 지 현

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2021년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 민 지

이민지의 석사학위논문을 인준함

위원장	조선대학교 교	수	<u>권해수</u> (인)
위 원	조선대학교 교	수	<u>정승아</u> (인)
위 원	조선대학교 교	수	<u>오지현</u> (인)

2021년 12월

조선대학교 대학원

## 목 차

I . 서론 .....	1
A. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
B. 연구문제 .....	6
II . 이론적 배경 .....	7
A. 현 시대의 맥락, 코로나19 .....	7
1. 코로나19의 정의 .....	7
2. 사회재난, 코로나19 .....	8
3. 코로나19와 양육자 .....	8
B. 코로나19와 양육경험 .....	10
III . 연구방법 .....	13
A. 질적 사례연구 .....	13
B. 연구 참여자 .....	15
C. 자료수집 방법과 분석 절차 .....	18
D. 연구의 타당성과 윤리적 고려 .....	20
IV . 연구 결과 .....	21
A. 사례 내 분석 .....	21

1. 참여자1 .....	21
2. 참여자2 .....	33
3. 참여자3 .....	44
4. 참여자4 .....	55
B. 사례 간 분석 .....	65
1. 사례 간 유사점 .....	65
2. 사례 간 차이점 .....	67
V. 논의 및 결론 .....	73
참고문헌 .....	83
부록 .....	89

## 표 목 차

<표 1> 연구 참여자 기본정보 .....	17
<표 2> 사례 간 분석 .....	72



## ABSTRACT

### A Case Study about Mothers' Parenting Experience in the COVID-19 Pandemic

Lee Min Ji

Advisor : Prof. Oh, Ji Hyun Ph. D.

Department of Counseling Psychology,  
Graduate School of Chosun University

This study is a qualitative case study about mother's parenting experience in the COVID-19 pandemic. Participants in the study were four mothers with children aged between 3 and 6 years of living in Gwangju City. This study was conducted August 2021 to October 2021 through in-depth interviews, and data analysis was conducted using the in-case analysis and case-to-case analysis method suggested by Creswell(2013).

The similarities that appeared through the analysis process between cases are as follows. First, the participants chose home childcare out of fear of COVID-19, but as they faced various limitations, they decided to attend school again. Second, participants were able to adapt to the COVID-19 pandemic through the assistance of people around them. Third, participants said that COVID-19 reduced travel and experience opportunities. Fourth, Participants showed signs of adapting to the COVID-19 pandemic while gradually becoming insensitive.

The differences that appeared through the analysis process between cases are as follows. First, among the employment mothers, participants who experienced career breaks perceived the meaning of work more

positively. Second, the difficulty of nurturing experienced by participants with poor social support resources was greater. Third, in the case of participants raising children with developmental disabilities, they were more concerned about the child's development than the infection of COVID-19 and had to play more roles.

Based on the results of this study, the meaning of the mother's parenting experience in the COVID-19 pandemic discovered by the researcher is as follows. First, the heavy responsibility and burden of mothers stood out, and mothers living in the COVID-19 situation were forced to become superwomen. Second, in an untact situation caused by COVID-19, the imbalance between the degree of social exchange and emotional support resources was revealed more clearly.

This study will explain the need for a new parent education program that reflects the context of the era facing the disaster situation of COVID-19, and will serve as the basis for psychological counseling and parent education programs that support parents.

\* Keywords : COVID-19, mother's parenting experience, A case study.

# 1. 서론

## A. 연구의 필요성 및 목적

신종 코로나바이러스 감염증-19(코로나19)은 2019년 12월 중국 우한시에서 첫 발발하여 이후 약 3개월 만에 전 세계적으로 급속히 전파되었고, 이에 세계보건기구(WHO)는 2020년 3월 11일, 세계적으로 전염병이 대유행하는 상태를 의미하는, 감염병의 최고 위험 단계인 세계적 범유행(pandemic) 단계를 선언하였다.

코로나19는 우리의 일상에서 크고 작은 많은 변화를 가져왔다. 2년여가 지난 지금도 여전히 매일 산발적으로 추가적인 확진자가 발생하고 있는 만큼, 국회입법조사처(2020)는 코로나19가 완전히 종식되기 전까지 일상생활의 모든 영역에서 자유로울 수 없음을 밝혔다. 코로나19의 대유행은 지금까지도 지속되고 있으며 전 세계의 사회 전반에 걸쳐 여전히 지대한 영향을 미치고 있다. 국경 폐쇄, 여행 금지, 격리, 사회적 거리두기, 의료 체계 붕괴, 등교 중지를 포함하여 사회·경제적 분야에도 극심한 혼란을 야기하고 있는 것이다(강애란, 2020; 나주석, 2020). 이것은 누구에게나 동일하게 찾아온 상황이자 급격한 변화이며, 특정한 대상이나 계층에만 제한적으로 영향을 주는 환경이 아니다.

우리나라는 <재난 및 안전관리기본법>을 통해 코로나19를 ‘사회재난’에 포함시켰다(법제처 국가법령정보센터, 2020). 재난은 ‘갑작스러운 지역사회의 기본 조직과 정상기능을 파괴시키는 불행한 사건으로 인해 일상적인 능력으로 처리할 수 없는 피해를 입고 생명, 재산, 경제, 생활 시설, 주거환경 등에서 외부의 도움 없이는 극복할 수 없는 상태’ (강석훈, 2015)를 의미한다. 사회 재난은 부주의나 고의, 기술상의 문제, 국가기반체계의 마비 등 사회 환경의 변화로 인해 사회에 심각한 위협을 주는 재난으로 정의된다.

이러한 재난은 자연적으로 발생하여 통제가 불가능하고, 사회와 사회 구성원들에게 해로운 영향을 미친다. 재난은 집단적 스트레스를 야기하고, 피해 당사자와 그들의 가족 뿐 아니라 사회 전반에 걸쳐 전체적인 파장을 일으킨

다(Kinston & Rosser, 1974). 재난은 인명과 재산피해 뿐만 아니라 개개인의 정서에도 악영향을 미치며, 그러한 사실은 더욱 우리의 사회를 공포의 도가니로 몰아넣는다(양혜진, 2020).

코로나19를 사회 재난으로 분류하고 대처하고자 하는 국가차원의 노력과, 이전과 달라진 사회적 분위기와 문화적 현상은 코로나19라는 시대적인 맥락의 중요성과 심각성을 반영한다. 인간의 발달이나 적응은 가족관계에 의해 영향을 받고, 이러한 가족관계는 사회적·경제적 사건에 영향 받는다(Bronfenbrenner, 1979; Belsky, 1984)는 것을 고려할 때, 우리의 일상과 직결된 코로나19에 대한 이해와 연구는 필수적이다.

재난은 아동의 일상과 삶의 질에 직접적인 영향을 주는데(권지성, 주소희, 2016; Sirgy & Wu, 2009, 2020 재인용), 아동기는 결정적인 발달이 이루어지는 시기이며, 성인기 이후에도 지속적으로 영향을 끼치기에 중요하다(이정숙, 김성재, 2009). 이렇듯 재난상황에서 아동의 발달에 대한 관심과 개입의 필요성은 더욱 커지며, 동시에 그러한 아동을 돌보는 양육자의 중요성 또한 증대된다. 아동은 스스로 자신의 건강과 안전을 지켜나가기 어렵고, 능동적으로 적절한 행동을 취하기에는 발달적으로 미성숙하기 때문에 양육자라는 성인에 의존할 수밖에 없음(최은영, 2020)을 고려할 때, 재난적 상황에서 양육자의 역할은 중요할 수밖에 없는 것이다.

코로나19와 같은 신종 감염병의 대유행은 유례가 없는 새로운 위험으로서 대응 선례도 없어 대책 마련이 어렵고, 더욱 알 수 없는 위험인 만큼 두려움을 유발한다(문정화, 김수진, 성기옥, 2021). 재난적 상황은 안전감과 예측가능성의 상실, 사회적 유대와 지지의 상실, 자존감과 희망의 상실 등을 야기하고, 극심한 스트레스와 불안, 분노와 죄책감을 유발한다는 선행연구(손지훈, 2020)는 이번 코로나19로 인해 개인이 겪고 있는 심리적 어려움을 설명한다.

동시에, 코로나19 감염을 예방하기 위한 목적으로 제정된 새로운 정책과 변화된 사회문화적인 분위기 또한 우리에게 많은 영향을 주고 있다. 특히 고강도 거리두기로 인한 보육기관의 무력화는 아이를 양육하는 과정에 직접적인 영향을 미쳤음을 예상할 수 있다. 기관 이용 중지에도 따라 보육·교육 기

관이 담당하던 역할은 양육자에게 가중되었고, 가정은 어느 때보다도 아이들의 발달과 건강을 지원하기 위한 중추적인 역할을 도맡게 되었다(정익중, 2020).

특히 다음의 연구들은 코로나19가 우리의 가정에 주는 영향력을 무시할 수 없음을 강조한다. 뉴스는 양육자들이 어린이집과 교육기관의 폐쇄로 인해 자녀양육에 대한 스트레스를 호소하고 있다는 사실을 연이어 보도한다(연합뉴스, 2020). 코로나19로 인한 심리적 어려움은 미혼자보다 기혼자가 더 높게 나타났으며(Islam, Fredous, & Potenza, 2020), 사회적 거리두기 기간 동안 가정폭력과 이혼율이 증가하였다(Kelly & Mogan, 2020; Prasso, 2020). 특히 임신한 여성이나 어린 아동의 부모들이 코로나19 감염에 대한 우려를 더 높게 보고함과(APA, 2020), 어린 아동의 부모의 스트레스가 증가하였다는(Brown, Doom, Lechuga-Peña, Watamura, & Koppels, 2020; 2020 재인용) 연구 역시 코로나19라는 맥락으로 인해 가정의 기능에 적신호가 켜졌음을 증명한다.

그러나 해외의 연구들은 코로나19의 긍정적인 측면을 설명하기도 했다. 영국의 연구는 가족과 함께하는 시간이 증대되어 더 강한 유대감을 형성할 수 있었음을 발견하였고(Roshgadol, 2020), 터키에서 진행된 연구는 사회적으로 단절되었던 기간 동안 각 가정들에 부부관계와 가정생활을 개선할 수 있는 긍정적인 기회가 주어졌음을 보고했다(Alhas, 2020). 일본에서는 자살률이 감소되었는데, 이를 재택근무 및 등교연기 조치로 인해 가정에서 아동과 함께 보내는 시간이 많아지고 시간적인 압박과 스트레스에서 벗어나 여유가 생겼기 때문으로 보았다(Blair, 2020). 이러한 연구들은 해외에서 진행되었기에 우리나라와는 다른 문화적 요인이 작용했을 가능성을 무시할 수는 없으나, 코로나19가 줄 수 있는 새로운 의미가 있을 수 있음을 시사한다.

코로나19의 시대를 살아가고 있는 양육자의 중요성이 대두되며 양육경험과 관련된 많은 선행연구들이 진행되었다. 초등학생 어머니를 대상으로 진행된 선행연구에서는 코로나19의 상황이 아동, 어머니, 가족에게도 위기를 초래하고 증폭시키는 계기가 되었음을 탐색하였고(문설화, 오은미, 유선영, 2021), 코로나19의 경험이 어머니의 양육행동과 아동의 사회적 기술에 부적절한 영

향을 미칠 수 있음을 설명하기도 하였다(양송이, 2021).

본 연구에서는 부모 중에서도 ‘어머니’의 양육경험에 집중하고자 한다. 시대의 변화에 따라 현대 사회에서는 아버지의 양육자로서의 역할 또한 강조되고 있으나(송하나, 2006), 여전히 어머니를 주 양육자로 생각하는 사회적 분위기가 남아있고, 어머니와 아버지가 질적으로 다른 자극과 영향을 줌을 참고할 수 있어야 한다(Geiger, 1996; Pruett, 2000). 또한 코로나19 발발 이후에 어머니의 휴직/휴가, 유연근무제 이용 비율이 아버지의 이용 비율보다 상대적으로 높았다(조숙인, 2020)는 선행연구를 고려하여, 본 연구의 연구 참여자를 어머니로 설정하였다.

기존의 연구들은 코로나19 팬데믹 상황에서 어머니의 양육경험을 이해하기 위해 수치와 비율을 활용한 양적인 탐색을 선택하거나(이조은, 2021; 조숙인, 2020), 어머니의 양육행동이 아동의 특정 영역에 미치는 영향력을 양적으로 탐색(박이슬, 2021; 배은정, 2020; 양송이, 2021)하는 것에 그쳤다. 그러나 경험이라는 것은 단순히 수량화 될 수 있는 분야가 아니며, 코로나19의 영향력을 확인하는 것은 코로나19의 중요성만을 강조할 뿐, 코로나19라는 재난적 상황 속을 살아가는 어머니의 양육경험을 실제적으로 이해하기 힘들다는 한계가 있다.

이러한 선행연구의 제한점을 극복하기 위해 질적인 접근법을 활용하여 어머니의 양육경험을 탐색한 연구 또한 진행되었으나, 맞벌이 가정의 어머니, 장애아동 어머니, 전업주부 어머니 등 특정한 대상만을 제한적으로 다루고 있다(박경자, 2021; 이조은, 2021; 정선훈, 2021). 그러나 코로나19라는 상황은 특정한 대상에만 제한적으로 영향을 미치는 것이 아니며, 현 시대의 모두가 동일한 시간적 배경을 공유하고 있음을 고려 할 때, 코로나19가 우리의 삶에 미치는 의미를 탐색하기 위해서는 여러 사례를 동시에 들여다보는 관점 또한 필요하다. 특정 대상에만 국한하지 않고 여러 사례의 경험을 탐구하는 것은 각각의 사례에서 나타나는 고유한 의미와, 여러 사례에서 공통적으로 드러나는 의미를 동시에 찾아낼 수 있는 기회를 제공하기에 유의미하다.

우리는 더 이상 코로나19가 발생하기 전으로 돌아갈 수 없으며, 이미 변화하고 있는 사회적 분위기에 적응하고 살아야한다. 그를 위해서는 이 시대

적인 맥락이 우리의 삶 속에서 어떠한 의미를 지니고 있는지를 이해할 수 있어야 한다. 때문에 본 연구에서는 코로나19의 장기화를 고려하여, 이 코로나19라는 시대적 맥락이 각 사례에 미친 영향과, 그 속에 숨어있는 의미는 무엇인지 발견하고자 한다.

본 연구에서는 목적을 달성하기 위한 방법론으로 질적 사례연구의 방법을 채택하였다. 질적 연구의 한 방식인 사례연구(Case Study)는 사례에 대한 심층적 관찰 및 분석을 지향한다. 사례연구는 현실에서 벌어지는 사건을 대상으로 하며, 사건과 관련된 행동들을 통제할 수 없을 때 선호된다. ‘사례’란 개인의 일상적 경험 그 자체이며, 생생한 삶의 현장과 의미를 담은 이야기이다(김석우, 최태진, 2007). 사례연구에서의 사례는 제한성, 맥락성, 구체성, 복잡성, 현재성이라는 특성을 갖는다. 사례는 다른 사례들과 구분되는 명확한 경계를 보이는 제한성을 가져야 한다. 사례는 맥락과는 분리되어서 이해될 수 없고, 사례는 구체적인 정보를 내포하고 있어야 하며 연구자를 이를 발견할 수 있어야 한다. 사례는 여러 요인들이 복잡하게 얽혀 상호작용하는 현상이기에 양적인 연구로는 제한적으로 설명될 수밖에 없고, 과거나 미래가 아닌 현재의 시점을 공유하는 것이다.

본 연구의 목적은 양육자의 양육경험을 구체적으로 살펴보고, 그 과정에서 코로나19라는 시대적 맥락이 지니는 의미를 이해하는 것이다. 연구자가 통제할 수 없고 이미 일어난 현상인 코로나19라는 시대적인 맥락이 반영된 특수한 사례를 이해하기 위해 질적 사례연구방법이 적절하다(유기웅 등, 2012). 코로나19는 전례 없는 시대적 맥락으로 비교적 최근에 발생하였고 지금까지도 우리에게 영향을 주는 요인이기에 여전히 많은 연구가 필요한 분야이며, 개인에게 주는 파급력이 크고 더 이상 우리의 삶과 분리해서 생각할 수 없다. 때문에 복잡하게 얽힌 맥락과 현상의 상호작용을 이해하고, 깊이 있게 이해하기 위해 본 연구방법은 적합하다(이용우, 양호정, 2017; 전주람, 2016). 특히 본 연구에서는 여러 사례에서 나타나는 양육경험을 구체적으로 이해하고자 하는 연구목적에 따라 다중사례연구의 방법을 채택하고, 사례 간 분석을 통해 연구 참여자들의 경험에 중요한 일치점이 있는지를 확인하고자 하였다.

## B. 연구문제

본 연구의 목적은 코로나19라는 팬데믹 상황을 살아가는 어머니의 양육경험을 구체적으로 탐색하는 것이다. 본 연구에서는 양적연구로는 알기 어려운 개별적인 사례를 면밀하게 들여다봄으로써, 코로나19가 주는 의미와 그 시대를 살아가는 어머니의 양육경험은 어떠한지에 대한 함의를 제시하고자 한다.

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 사례 내 분석을 통해 드러난 코로나19를 살아가는 어머니의 양육경험은 어떠하며 그 의미는 무엇인가?

둘째, 사례 간 분석을 통해 드러난 코로나19를 살아가는 어머니의 양육경험은 어떠하며 그 의미는 무엇인가?



## II . 이론적 배경

### A. 현 시대의 맥락, 코로나 19

#### 1. 코로나19의 정의

신종 코로나바이러스 감염증-19(코로나19)는 2019년 12월 중국 우한시에서 첫 발발 이후 약 3개월 만에 전 세계적으로 급속히 전파되었고, 이에 세계보건기구(WHO)는 2020년 3월 11일, 세계적으로 전염병이 대유행하는 상태를 의미하는, 감염병의 최고 위험 단계인 세계적 범유행(pandemic) 단계를 선언하였다.

코로나19는 확진자의 비말을 통해 감염되기 때문에 확진자를 격리하고 그 동선을 추적하는 방안을 통해 바이러스의 확산을 억제해 왔고, ‘사회적 거리두기’와 ‘생활 속 거리두기’를 시행하며 개인이 방역 수칙을 철저히 지킬 수 있도록 했다. 그러나 여전히 매일 산발적으로 추가적인 확진자가 발생하고 있는 만큼, 국회입법조사처(2020)는 코로나19가 완전히 종식되기 전까지 일상생활의 모든 영역에서 자유로울 수 없음을 밝혔다.

코로나19의 대유행은 지금까지도 지속되고 있으며 전 세계의 사회 전반에 걸쳐 여전히 지대한 영향을 미치고 있다. 국경 폐쇄, 여행 금지, 격리, 사회적 거리두기, 의료 체계 붕괴, 등교 중지를 포함하여 사회·경제적 분야에도 극심한 혼란을 야기하고 있는 것이다(강애란, 2020; 나주석, 2020). 코로나19가 야기한 갑작스럽고 예측하지 못한 변화는 개인의 정신건강을 위협하고 있으며(배정원, 2020; Swartz, 2020), 실제로 장기간으로 지속되는 코로나19의 범유행으로 인해 우리는 이와 관련한 스트레스를 경험하고 심리적인 문제를 겪고 있다. 세계보건기구(WHO, 2020)는 코로나19를 ‘전례 없는 정신보건 위기’라고 경고하였으며, 코로나19로 인한 스트레스에 대처하고 정신건강을 관리할 수 있는 방안을 조속히 지원할 수 있어야 함을 강조하였다(김남순, 2020). 코로나19가 우리의 삶에 미치는 영향력이 심각한 만큼, 코로나19에 대처하기 위한 많은 정책들이 시행되었으며 여전히 많은 정책들이 논의되고

있다.

이렇듯, 이전과 달라진 사회적 분위기와 문화적 현상은 코로나19라는 시대적인 맥락의 중요성과 심각성을 반영한다. 우리는 더 이상 코로나19가 발생하기 전으로 돌아갈 수 없으며, 이미 변화하고 있는 사회적 분위기에 적응하고 살아야 한다. 그를 위해서는 이 시대적인 맥락이 우리의 삶 속에서 어떠한 의미를 지니고 있는지를 이해할 수 있어야 한다.

## 2. 사회재난, 코로나19

우리나라는 <재난 및 안전관리기본법>을 통해 코로나19를 ‘사회재난’에 포함시켰다(법제처 국가법령정보센터, 2020). 재난은 ‘갑작스러운 지역사회의 기본 조직과 정상기능을 파괴시키는 불행한 사건으로 인해 일상적인 능력으로 처리할 수 없는 피해를 입고 생명, 재산, 경제, 생활 시설, 주거환경 등에서 외부의 도움 없이는 극복할 수 없는 상태’ (강석훈, 2015)를 의미한다. 사회 재난은 부주의나 고의, 기술상의 문제, 국가기반체계의 마비 등 사회 환경의 변화로 인해 사회에 심각한 위협을 주는 재난으로 정의된다.

이러한 재난은 자연적으로 발생하여 통제가 불가능하고, 사회와 사회 구성원들에게 해로운 영향을 미친다. 재난은 집단적 스트레스를 야기하고, 피해 당사자와 그들의 가족 뿐 아니라 사회전반에 걸쳐 전체적인 파장을 일으킨다(Kinston & Rosser, 1974). 재난은 인명과 재산피해 뿐만 아니라 개개인의 정서에도 악영향을 미치며, 그러한 사실은 더욱 우리의 사회를 공포의 도가니로 몰아넣는다(양혜진, 2020).

## 3. 코로나19와 양육자

코로나19로 인해 달라진 사회적 분위기와 문화적 현상은 코로나19라는 시대적인 맥락의 중요성과 심각성을 반영한다. 인간의 발달이나 적응은 가족관계에 의해 영향을 받고, 이러한 가족관계는 사회적·경제적 사건에 영향을 받는다(Bronfenbrenner, 1979; Belsky, 1984)는 것을 고려할 때, 우리의 일상과 직결된 코로나19에 대한 이해와 연구는 중요하다.

재난은 아동의 일상과 삶의 질에 직접적인 영향을 주는데(권지성, 주소희,

2016; Sirgy & Wu, 2009, 2020 재인용), 아동기는 결정적인 발달이 이루어지는 시기이며, 성인기 이후의 발달에도 지속적으로 영향을 끼칠 수 있기에 중요하다(이정숙, 김성재, 2009). 이렇듯 재난상황에서 아동의 발달에 대한 관심과 개입의 필요성은 더욱 커지며, 동시에 그러한 아동을 돌보는 양육자의 중요성 또한 증대된다. 아동은 스스로 자신의 건강과 안전을 지켜나가기 어렵고, 능동적으로 적절한 행동을 취하기에는 발달적으로 미성숙하기 때문에 양육자라는 성인에 의존할 수밖에 없음(최은영, 2020)을 고려할 때, 재난적 상황에서 양육자의 역할은 중요하다.

특히 다음의 연구들은 코로나19가 우리의 가정에 주는 영향력을 무시할 수 없음을 강조한다. 뉴스는 양육자들이 어린이집과 교육기관의 폐쇄로 인해 자녀양육에 대한 스트레스를 호소하고 있다는 사실을 연이어 보도한다(연합뉴스, 2020). 코로나19로 인한 심리적 어려움은 미혼자보다 기혼자가 더 높게 나타났으며(Islam, Fredous, & Potenza, 2020), 사회적 거리두기 기간 동안 가정폭력과 이혼율이 증가하였다(Kelly & Mogan, 2020; Prasso, 2020). 특히 임신한 여성이나 어린 아동의 부모들이 코로나19 감염에 대한 우려를 더 높게 보고함과(APA, 2020), 어린 아동의 부모의 스트레스가 증가하였다는(Brown, Doom, Lechuga-Peña, Watamura, & Koppels, 2020; 2020 재인용) 연구 역시 코로나19라는 맥락으로 인해 가정의 기능에 적신호가 켜졌음을 증명한다.

그러나 해외의 연구들은 코로나19의 긍정적인 측면을 설명하기도 했다. 영국의 연구는 가족과 함께하는 시간이 증대되어 더 강한 유대감을 형성할 수 있었음을 발견하였고(Roshgadol, 2020), 터키에서 진행된 연구는 사회적으로 단절되었던 기간 동안 각 가정들에 부부관계와 가정생활을 개선할 수 있는 긍정적인 기회가 주어졌음을 보고했다(Alhas, 2020). 일본에서는 자살률이 감소되었는데, 이를 재택근무 및 등교연기 조치로 인해 가정에서 아동과 함께 보내는 시간이 많아지고 시간적인 압박과 스트레스에서 벗어나 여유가 생겼기 때문으로 보았다(Blair, 2020). 이러한 연구들은 해외에서 진행되었기에 우리나라와는 다른 문화적 요인이 작용했을 가능성을 무시할 수는 없으나, 코로나19가 줄 수 있는 새로운 의미가 있을 수 있음을 시사한다.

시대의 변화에 따라 현대 사회에서는 아버지의 양육자로서의 역할 또한 강조되고 있으나(송하나, 2006), 여전히 어머니를 주 양육자로 생각하는 사회적 분위기가 남아있고, 어머니와 아버지가 질적으로 다른 자극과 영향을 줌을 참고할 수 있어야 한다(Geiger, 1996; Pruett, 2000). 또한 코로나19 발발 이후에 어머니의 휴직/휴가, 유연근무제 이용 비율이 아버지의 이용 비율보다 상대적으로 높았다(조숙인, 2020)는 선행연구를 고려할 때, 코로나19를 살아가는 ‘어머니’의 양육경험에 대한 이해와 연구는 중요하다.

코로나19는 우리의 일상생활에 많은 변화를 가져왔고, 개인의 정서적 측면에 많은 영향을 미치고 있다. 본 연구에서는 코로나19가 어머니의 양육경험에도 영향을 줄 수 있음을 예상하고, 그 과정에서 코로나19가 갖는 의미를 구체적으로 탐색하고자 한다. 코로나19라는 시대적인 맥락은 단순한 변수 이상의 의미를 지니며 각각의 사례의 특수성에 따라 다른 의미로 나타날 수 있다. 그렇기에 본 연구는 질적인 접근방식을 취하여 연구자의 선입견을 배제하고 사례에 반영되는 의미를 있는 그대로 전달하고자 한다.

## B. 코로나19와 양육경험

양육경험이란 자녀를 양육함에 있어서 생애주기 및 발달단계별로 나타나는 긍정적·부정적 영향, 외부 환경이 미친 영향, 자녀가 성장하는 모습 등에 대한 다양한 경험이라고 말할 수 있다(김종민, 2012). 양육경험은 양육행동과 양육태도, 부모-자녀 관계를 포함하며, 부모가 자녀에게 보이게 되는 행동 이외에도 자녀를 양육하는 과정에서 하는 모든 경험을 의미할 수 있다. Becker(1964)는 양육행동을 부모가 자녀를 양육하는 과정에 있어 보이게 되는 보편적인 태도 및 행동으로 정의하였고, 이는 자녀의 성격과 행동, 정서, 인지 발달에 중요한 영향을 미친다고 하였다. 양육행동은 부모의 성격이나 가치관 이외에도 사회문화적인 맥락에 의해서 영향을 받고(이혜인, 2015), 가족의 분위기, 자녀의 특성, 가족 구성원의 정서, 경제적 수준 등을 포함한 복합적인 원인에 의해 영향 받는다(마혜정, 2004; 정종희, 2007).

양육에 대한 부모의 책임과 역할이 늘어나는 상황에서 부모는 심리적으로 취약해지며(E. S. Pyun, 2004), 어머니가 경험하는 스트레스가 높을수록 거부적이고 강압적인 양육행동을 보이게 된다(Abidin, 1990). 어머니의 양육에 대한 부담감과 스트레스는 아동의 부정적 정서에 대한 반응에 유의한 영향을 미치고, 어머니의 사회적 고립 또한 양육행동에 부정적인 영향을 준다(전미순, 이영애, 2009). 부모의 정서적인 불안정성과 양육스트레스가 아동의 정서표현에 대한 부모의 반응에 부정적인 영향을 준다는 연구(이지영, 이강이, 2021) 또한 이와 맥을 같이 한다. 어머니의 다양한 경험들이 스트레스를 촉발하고 어머니가 정서적으로 어려움을 느낄 때, 아동을 대하는 태도와 양육 행동에까지 영향을 끼치게 되는 것이다(김선주, 임선아, 2020; 김은선, 정지현, 2020; 임희수, 2001; 장선희, 2018). 이러한 연구들을 종합적으로 고려할 때, 상황적 맥락이 부모의 정서에 영향을 주고 이것이 결과적으로 아동을 양육하는 행동에 영향을 줄을 예상할 수 있다. 즉, 코로나19가 부모에게 극심한 스트레스를 줄 수 있고 양육에 대한 과도한 책임감과 부담감을 느끼게 하는 재난적 상황임을 고려할 때, 코로나19라는 상황적 맥락은 부모의 양육 경험에 직접적 혹은 간접적으로 영향을 주게 되는 것이다.

다음과 같은 선행연구는 코로나19가 가정에 미친 영향력을 설명한다. 코로나19 발생 이후 양육 유형의 변화를 조사한 선행연구에 따르면, 설문에 참여한 59%가 자녀 양육을 위한 서비스 이용에 변화를 겪었으며 이 중 73.3%는 가정 내 양육으로 전환하였다(최윤경, 2020). 코로나19 이후, 아동과 청소년의 일상변화를 조사한 연구에서는 하루 평균 수면시간이 증가하고(41분), 운동시간은 감소하였으며(21분) ‘과다 미디어’ 집단이 대폭 증가했음을 보고하였다(정익중, 2020). 육아정책연구소(2020)는 코로나19이후, 맞벌이 가구가 자녀 돌봄을 위해 주로 사용하는 서비스와 자녀 돌봄 공백 상황을 조사하였고, 자녀의 연령이 어릴수록 개별 육아 지원 서비스의 의존도가 높음을 확인하였다.

그러나 이와 같은 선행연구는 코로나19의 영향력을 양적으로만 검증하였다는 한계가 있다. 경험은 삶의 이야기이며, 그것은 단순히 수치로 환원될 수 있는 것이 아니다. 우리가 어떠한 현상의 본질을 이해하고 구체적으로 설명

하기 위해서는 질적인 관점으로 그것을 들여다보는 것이 필요하다.

코로나19의 상황 속에서 어머니의 양육경험을 이해하는 것의 중요성이 대두되면서 지금까지 진행되었던 연구의 제한점을 극복하기 위해 질적인 접근법을 활용한 선행연구도 진행되었다. 연구자들은 코로나19로 인해 가정양육을 하게 된 부모의 경험에 주목하거나(이병호, 석민아, 문인경, 2020), 일과 양육을 양립하는 어머니의 양육 경험을 현상학적으로 탐구하였다(정선훈, 2021). 영아를 가정양육하고 있는 어머니를 대상으로 진행된 선행연구에서는 코로나19와 가정양육이 단순히 부정적이지만 않고 이중적이고 복합적인 모습으로 드러남을 설명하며(이조은, 2021) 양적인 연구로는 밝혀낼 수 없었던 부분을 조명하기도 했다. 그러나 이러한 선행연구는 맞벌이 가정의 어머니, 장애아동 어머니, 전업주부 어머니 등 특정한 대상에게만 초점을 맞추어 진행되었다는 한계가 있다.

코로나19라는 상황은 특정한 대상에만 제한적으로 영향을 미치는 것이 아니다. 현 시대의 모두가 동일한 시간적 배경을 공유하고 있음을 고려 할 때, 코로나19가 우리의 삶에 미치는 의미를 탐색하기 위해서는 여러 사례를 동시에 들여다보는 관점 또한 필요하다. 특정 대상에만 국한하지 않고 여러 사례의 경험을 탐구하는 것은 각각의 사례에서 나타나는 고유한 의미와, 여러 사례에서 공통적으로 드러나는 의미를 동시에 찾아낼 수 있는 기회를 제공하기에 유의미하다.

우리는 더 이상 코로나19가 발생하기 전으로 돌아갈 수 없으며, 이미 변화하고 있는 사회적 분위기에 적응하고 살아가야한다. 그를 위해서는 이 시대적인 맥락이 우리의 삶 속에서 어떠한 의미를 지니고 있는지를 이해할 수 있어야 한다. 때문에 본 연구에서는 코로나19의 장기화를 고려하여, 코로나19라는 사회적 재난이 어머니들의 양육경험에 미친 영향과, 그 속에 숨어있는 의미는 무엇인지 발견하고자 한다.

### III. 연구방법

#### A. 질적 사례연구

질적 연구는 연구자가 연구 참여자에게 어떠한 인위적 조치나 강요, 통제를 가하지 않은 상황을 자연스럽게 탐구하는 것을 말한다(김영석, 김한별, 유기웅, 정종원, 2012). 질적 연구에서는 현상 자체의 깊은 이해를 추구하며, 연구 과정에서 발견된 연구 참여자들의 관점과 현상을 주관적인 인식론에 근본을 두고 그 의미를 탐구한다(Yin, 2013). 질적 연구 방법에는 내러티브 연구, 현상학적 연구, 사례연구, 근거이론 연구, 전기 및 문화기술지 등의 여러 방법이 있다(Creswell, 2017). 그 중에서도 본 연구에서는 사례연구의 방법을 채택하였다.

질적 연구의 한 방식인 사례연구(Case Study)는 사례에 대한 심층적 관찰 및 분석을 지향한다. 사례연구는 현실에서 벌어지는 사건을 대상으로 하며, 사건과 관련된 행동들을 통제할 수 없을 때 선호된다. ‘사례’란 개인의 일상적 경험 그 자체이며, 생생한 삶의 현장과 의미를 담은 이야기이다(김석우, 최태진, 2007). 각각의 사례들은 서로 대체 불가능한 고유한 속성을 가지며, 분할단위로 나누어질 수 없다. 그렇기에 사례연구는 사회적 현상 가운데에서 학문적으로 정립되지 않은 분야에 대해 연구를 할 때 적용되고(Yin, 2013), 연구자가 각 사례에서 상세하고 심층적인 자료를 수집하는 것을 의미한다(Creswell, 2012). Yin(2003)은 사례연구가 실제적인 맥락 안에서 이루어지는 동시대에 일어난 현상에 대한 실증적인 탐구라고 설명하였으며, Merriam(1988)은 하나의 사건이나 현상, 사회적인 단위에 대해 집중적이고 전체적인 설명과 분석을 제공할 수 있는 방법이라고 하였다.

사례가 지닌 개별적이고 특수한 성질을 반영하듯, 사례연구에서 자료를 수집하거나 분석하는 방법과 관련한 제한은 없으며, 사례연구에 대한 정의 역시 학자마다 다르다. Bromley(1986)는 사례연구를 특정한 실재를 기술하고 분석하는 방법론으로 설명하며, 대상이나 상황, 사건, 상태 그 어떠한 것도

연구의 초점이 될 수 있다고 말한다. Steake(1994)는 단일 사례의 특수성을 강조하며, 사람들의 일상 경험에서 찾을 수 있는 경계와 체계에 대한 연구방법론이라고 설명했다. Yin(2005)은 사례연구가 인식론적인 연구에 제한되지 않는 포괄적인 접근방법이라고 설명하였고, Merriam(2009)은 사례연구에 대해 경계가 있는 체계를 심층적으로 분석하기 위한 방법론이라고 말한다. Wolcot(1992)은 참여관찰을 통한 현장 연구를 강조하며 사례연구가 현장 중심 연구에 대한 하나의 최종적인 결과물이 될 수 있음을 주장하였고, Creswell(2007)은 다양한 정보와 심층적인 자료가 사례연구의 강점이 될 수 있다고 말하며, 경계 체계를 연구하는 질적인 연구방법임을 설명하였다. 이렇게 사례연구에 대한 학자들의 정의에는 차이가 있으나, 그 정의들은 중요한 공통점을 공유한다. 바로 연구대상으로서의 사례가 갖는 특수성에 주목한다는 것이다.

사례연구에서의 사례는 제한성, 맥락성, 구체성, 복잡성, 현재성이라는 특성을 갖는다. 사례는 다른 사례들과 구분되는 명확한 경계를 보이는 제한성을 가져야 한다. 사례는 맥락과는 분리되어서 이해될 수 없고, 사례는 구체적인 정보를 내포하고 있어야 하며 연구자를 이를 발견할 수 있어야 한다. 사례는 과거나 미래가 아닌 현재의 시점을 공유하며, 여러 요인들이 복잡하게 얽혀 상호작용하는 현상이기에 양적인 연구로는 제한적으로 설명될 수밖에 없다.

본 연구의 목적은 양육자의 양육경험이 지닌 특징을 구체적으로 살펴보고, 그 과정에서 코로나19라는 시대적 맥락이 지니는 의미를 이해하는 것이다. 연구자가 통제할 수 없고 이미 일어난 현상인 코로나19라는 시대적인 맥락이 반영된 특수한 사례를 이해하기 위해 질적 사례연구방법이 적절하다고 판단된다(유기웅 등, 2012). 코로나19는 전례 없는 시대적 맥락으로 비교적 최근에 발생하였고 지금까지도 우리에게 영향을 주는 요인이기에 여전히 많은 연구가 필요한 분야이며, 개인에게 주는 파급력이 크고 더 이상 우리의 삶과 분리해서 생각할 수 없다. 때문에 복잡하게 얽힌 맥락과 현상의 상호작용을 이해하고, 깊이 있게 이해하기 위해 본 연구방법은 적합하다(이용우, 양호정, 2017; 전주람, 2016).



사례연구는 다양한 유형의 방법을 포함하는데, 본 연구에서는 다중 사례연구의 방법을 채택하였다. 다중 사례연구는 하나의 중심현상에 초점을 맞추되, 한 개 이상의 사례를 동시에 연구하여 중심현상에 대한 더 많은 이해를 얻을 수 있고, 해당 맥락 안의 사례를 심층적으로 들여다볼 수 있다는 장점이 있다(Yin, 2013). 본 연구의 목적은 코로나19를 살아가는 어머니의 양육경험을 구체적으로 이해하고자 하는 것이다. ‘전업모’와 ‘취업모’ 그리고 ‘발달장애 아동의 모’의 양육경험이 다를 수 있음을 고려할 때, 여러 사례를 동시에 들여다볼 수 있는 다중 사례의 방법은 적합하다. 연구자는 사례 내 분석을 통해 각 사례가 갖는 의미를 면밀하게 분석하고, 사례 간 분석을 통해 연구 참여자들의 경험에서 찾아낼 수 있는 중요한 일치점 혹은 차이점을 확인하였다.

## B. 연구 참여자

본 연구의 목적은 코로나19의 시대를 살아가고 있는 어머니들의 양육경험을 구체적으로 탐구하는 것이다. 특히 만3세~만6세 사이의 유아기 자녀를 둔 어머니를 연구 참여자로 설정하고 모집하였다. 유아기는 부모와의 안정적인 애착관계가 절대적인 영아기를 벗어난 시기로, 새로운 환경에 노출되고 적응할 수 있어야 하는 시기이다. 동시에 학령기 이전에 해당하는 단계에 해당하며, 여전히 부모의 양육이 주는 영향력이 지대한 시기라고 할 수 있다. 유아기는 양육자와의 이차관계에서 벗어나 다양한 사회적 관계를 형성하게 되고, 가정이 아닌 다른 사회적 공간에서 적응하며 경험의 장을 넓혀 간다. 유아의 경험은 앞으로의 발달에 있어 중요한 영향을 미침을 고려하여, 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육경험에 주목하였다.

참여자를 선정하기에 앞서, 연구자는 다양한 특성이 반영된 사례를 선정하고자 했다. 그 결과, 전업모의 사례와 취업모의 사례, 경력단절을 경험한 후 재취업을 한 어머니의 사례, 발달장애아동을 양육하는 어머니의 사례를 수집할 수 있었다. 본 연구는 다수의 사례를 선정하여 일반화를 시키는 목적이

아닌, 소수의 사례를 깊이 있게 탐구하는 데에 그 목적이 있음을 고려하여 연구에 대한 충분한 설명을 듣고 자발적인 의사를 밝힌 4명의 어머니를 선정하여 연구를 진행하였다.

본격적인 연구를 시작하기에 앞서 연구 참여자들에게는 미리 전화와 이메일로 연구 주제 및 목적, 연구 진행 방식에 대해 구체적으로 설명하고 사전 안내문과 질문지를 배부하여 연구에 대한 이해를 도왔다. 이후 참여자들에게 직접 서면으로 연구에 대한 동의를 받고, 사례 당 2회에서 3회의 면담을 진행하여 자료를 수집하였다. 면담은 코로나19로 인해 부득이하게 전화상담과 대면상담을 혼용하여 이루어졌으며, 그렇게 수집된 자료는 전사하여 반복적으로 분석하였다. 연구 참여자의 익명성을 보호하기 위해 각각의 사례들에 임의로 순서를 부여하여 참여자 1, 2, 3, 4로 표기하고 주제에서 벗어나는 내용들은 일부 삭제하였다.

연구 참여자들의 맥락을 소개하면 다음과 같다.

참여자1은 33세의 맞벌이 모이며, 놀이치료사이다. 자녀의 나이는 만5세(2016. 06월생, 여아)이다. 참여자1의 가족은 평소 대화 및 정서적 상호작용이 활발하고, 자녀의 특성에 대해 비교적 잘 이해하고 있으며, 부부의 양육가치관을 일치시키기 위한 대화 또한 활발하게 하는 편이라고 보고하였다. 참여자1은 아이를 양육함에 있어 가장 중요한 것이 타인을 배려하는 마음과 다양한 경험이라고 생각하며, 코로나19 이전에는 아이에게 다양한 경험의 기회를 제공하기 위해 매주 가족 여행을 갈 수 있도록 노력하였다고 말하였다.

참여자2는 40세의 맞벌이 모이며, 어린이집 교사이다. 자녀의 나이는 만5세(2016. 06월생, 남아)이다. 참여자2는 자녀의 출산으로 인해 장기간의 경력 단절 후 재취업을 결심하였고 연구 참여 당시 근무를 시작한 지 2년차에 해당하는 상황이었다. 참여자2가 재취업을 하고 얼마 지나지 않아 코로나19가 발발하였으며, 그로 인한 걱정이 있었으나 현재까지 일과 가정을 양립하고 있는 상황이다. 참여자2는 전업주부로 가정에서 아이를 양육하기만 하였을 때를 회상하며 답답한 감정을 표현하였고, 현재 다니고 있는 직장이 주는 긍정적 에너지와 의미에 대해 자주 언급하는 모습을 보였다.

참여자3은 42세의 전업주부이다. 자녀는 1남 1녀로, 첫째의 나이는 만6세

(2015. 09월생, 남아)이며 정상발달 아동이고, 둘째의 나이는 만4세(2017.10월생, 여아)이며 언어지연을 보여 올해 6월부터 언어치료와 놀이치료 센터에 다니고 있는 상황이다. 참여자3의 본가는 부산이며, 원가족과 친구 모두 부산에 거주하고 있다. 참여자3은 결혼과 동시에 광주라는 타지로 이사를 왔고 아직까지 정서적으로 교류가 가능한 사회적 관계를 형성하지 못해 힘들어하고 있다. 참여자3은 간절하게 사회적 관계를 원하고 있으나, 코로나19로 인해 사회적 관계의 형성 기회를 갖고 있지 못함을 호소하였다. 동시에 순한 기질의 첫째와, 언어지연이 있는 까다로운 기질의 둘째를 비교하며, 현재 둘째의 양육에 있어 어려움과 한계에 대해 여러 번 이야기를 하며 눈물을 보였다.

참여자4는 44세의 전업주부이며, 자녀의 나이는 만6세(2015. 05월생, 남아)이다. 자녀는 언어지연과 발달지연을 보이고 지적장애 진단을 받았으며 놀이치료, 언어치료, 감각통합치료를 포함하여 다수의 치료를 받고 있는 상황으로 모가 직접 아동을 여러 센터에 데리고 다니고 있다. 참여자4는 언어로 정서를 표현하지 못하는 자녀에 대해 아쉬워하며 “워낙에 부족한”이라고 표현하였으며, 자녀의 잦은 배변 실수가 엄청난 스트레스원이며 아닌 척 하려고 하지만 보고 있는 것이 너무 힘들다고 설명하면서 눈물을 보였다.

연구 참여자의 기본정보는 다음의 <표 1>과 같다.

<표 1> 연구 참여자 기본정보

참여자 구분	참여자 연령	아동성별	아동연령	형제자매
1 취업모 (놀이치료사) 경력단절 후,	33세	여	만 5세	외동
2 취업모 (어린이집 교사)	40세	남	만 5세	여동생 (만 3세)
3 전업모	42세	남	만 6세	여동생 (만4세, 언어지연)
4 전업모	44세	남 (지적장애)	만 6세	외동

## C. 자료수집 방법과 분석 절차

연구 참여자를 모집하기 위해 광주광역시 소재의 어린이집과 유치원에 연락하여 연구 목적과 방법 등에 대한 구체적인 설명 후 메일을 통해 안내문을 발부하였다. 이에 참여 의사를 밝힌 연구 참여자와 개별적으로 접촉하였고, 연구 참여자들의 지인을 통해 더 많은 연구 참여자를 모집할 수 있는 눈덩이 표집 방법을 통해 또 다른 연구 참여자를 모집하고자 했다. 최종적으로 선정된 연구 참여자는 총 4명이었다.

본 연구에서의 자료 수집은 연구 참여자들의 생생한 경험을 구체적으로 이해하기 위한 개인 별 심층면담의 방법을 사용하여 이루어졌다. 심층면담은 2021년 8월부터 2021년 10월까지 약 3개월에 걸쳐 이루어졌으며, 각각 2~3회, 1시간에서 1시간 50분까지 진행되었다. 면담은 대면상담을 위주로 진행하되, 코로나19의 감염에 대한 위험성과 연구 참여자들의 개인적인 문제로 부득이하게 대면 상담이 불가능한 경우에는 전화를 이용한 매체상담의 방법을 활용하기도 하였다.

연구자는 연구를 시작하기에 앞서, 연구 참여자에게 다시 한 번 연구에 대한 목적을 구체적으로 안내하고, 연구에 참여하는 도중 참여 의사를 철회할 수 있음을 알렸다. 동시에 면담 내용이 녹음되고 그 내용은 연구를 위해 활용될 수 있음과, 개인정보는 철저히 보호되며, 모든 자료들은 연구가 끝난 후에 폐기됨을 설명하였다. 연구 참여자들은 위의 내용이 담긴 안내문을 확인하고 연구 참여 동의서에 자발적으로 서명하였다. 연구 참여자들에게는 연구 참여에 대한 대가로 모-아 상호작용 검사(MIM)와 부모양육태도 검사(PAT) 및 해석상담을 무료로 제공하였다.

면담은 반구조화 된 개방형 질문지에 의거하여 진행하되, 연구 참여자의 자유로운 이야기를 위주로 진행되었다. 모든 면담은 본 연구자가 직접 실시하였고, 연구 참여자의 동의하에 녹음된 면담 내용을 전사하여 연구 자료로 활용하였다.

질적 연구에서 자료를 분석하는 과정은 방대한 자료에서의 내용을 발췌하고 범주화하는 행위의 반복이다. 범주화된 내용들 간의 연결고리를 찾아 반

복된 패턴으로 분류하여 범주간의 관련성을 찾아내는 것이다(Seidman, 2015). 이를 위한 절대적인 기준이나 규정된 지침은 존재하지 않으나, 연구자와 연구 목적의 특성에 따라 유연하게 적용될 수 있는 일정부분 구조화된 틀이 제공될 수 있다(홍지영, 2017). 본 연구에서는 자료를 분석하기 위해 사례 내 분석(within case analysis)과 사례 간 분석(between case analysis)방법을 채택했다. 사례 내 분석은 연구 참여자 한명 한명을 개별적인 사례로 설정하여, 각각의 사례의 경험을 파악하는 것이다(김세연, 2019). 연구자는 사례 내 분석방법을 통해 각각의 사례가 갖고 있는 고유한 특성과 그들만이 경험한 의미에 집중하고자 했다. 사례 간 분석을 통해서 사례 내 분석 과정에서 얻어졌던 결과를 바탕으로, 각 사례의 전반에서 나타나는 양육경험의 내용들을 범주화 시켜 유사한 특성을 모아 보다 큰 범주의 주제로 묘사하고, 독특하게 드러나는 주제 또한 확인해보았다.

사례 내 분석과 사례 간 분석을 위해서는 일차적으로 개방 코딩(open coding)을 실시하였다. 개방 코딩은 사건과 사건들이 갖는 의미를 지속적으로 비교하여 찾아낸 개념들을 일정 범주 안에 넣고 그 안에서 새롭게 생성되는 속성들의 패턴이나 동일성을 알아보는 방식이다(Glaser, 2014). 전사한 자료를 꼼꼼히 읽으며 여러 의미단위들을 일차적으로 추출 한 후, 그렇게 찾아 낸 의미단위들을 범주화하여 묶고 비슷한 범주와 그렇지 않은 범주들을 확인하여 사례를 온전하게 반영할 수 있도록 하였다.

자료의 분석 과정은 Creswell(2013)이 제시한 질적 연구 자료 분석에의 일반적 절차에 따라 진행하였다. 자료의 조직화를 위해 전체 면담 내용의 축어록을 풀어 데이터 파일로 저장하였다. 읽기와 메모하기 단계에서는 면담 과정에서 연구 참여자가 강조하였던 부분이나 중요하게 생각되는 부분에 중점을 두어 기록하였다. 자료를 코드와 주제로 기술하기 단계에서는 각 연구 참여자들이 갖고 있는 고유한 맥락을 고려하여 코딩하였다. 다음으로는 코딩된 내용을 토대로 코로나19의 영향력과 양육경험의 특성에서 발견할 수 있는 의미 단위를 찾아 분류하는 과정을 거쳤다. 코딩 과정을 통해 발견할 수 있었던 사례 간 유사한 주제를 찾아내 핵심 범주를 도출하고, 사례 간 분석을 통해 각각의 사례에서 독특하게 나타난 부분을 발견하고 그 의미를 이해하고자

했다. 이러한 과정을 통해 도출해 낸 결과는 시각적인 표의 형태로 제시하고, 연구 참여자가 실제로 사용한 단어를 그대로 인용하여 각 사례를 생생하게 전달하고자 했다.

## D. 연구의 타당성과 윤리적 고려

질적 연구에서 연구의 타당성을 확보하기 위해서는 연구자와 연구 참여자, 독자가 함께 구성해야 한다(조용환, 2011). 따라서 본 연구자는 ‘연구 참여자 확인’을 통해 타당도를 확보하기 위해 작성한 축어록을 연구 참여자와 공유하며 연구 참여자가 말하고자 하는 바가 잘 반영되었는지 확인하였다. 또 ‘외부 감수자’를 통해 타당도를 확보하고자, 연구의 진행과 결과 도출 과정에서 질적 연구 경험이 있는 교수 1인과 지속적인 논의를 하였다. 동시에 본 연구자의 선입견과 편견을 최대한 배제하고, 각각의 사례가 갖는 있는 그대로의 의미를 도출해내고자, 동료연구자 3인과 함께 자료를 분석하고 자료에 대해 반복적으로 논의하였다.

질적 연구의 특성 상, 연구 참여자들의 개인적인 이야기가 반영이 되기에 윤리적인 부분은 매우 중요하다. 본 연구자는 연구 윤리를 준수하기 위해 연구 참여자들의 자발성을 매우 중시하였으며, 연구가 시작되기 이전에 반복적으로 연구의 목적과 주제에 대해 자세히 알리고자 하였다. 연구 참여자들은 면담의 내용이 녹음되고 연구의 목적을 위해 활용됨을 인지하였으며, 수집된 자료들은 철저하게 비밀이 유지되며, 연구 종료 이후에는 폐기됨을 알았다. 면담내용에서 이름이나 기관명 등 개인정보와 관련된 부분은 연구자만이 알아볼 수 있도록 기호화하여 분석하였고, 연구 참여자들에게는 임의로 번호를 부여하여 코딩하였다.

## IV. 연구결과

### A. 사례 내 분석

#### 1. 참여자1

##### a. 코로나와 정서적 경험

###### (1) 실감 나지 않음 : 나와는 관련 없는 일이라고 생각

“사실 좀 그때는 대수롭지 않게 그랬던 것 같아요. 그냥 메르스처럼. 그쪽 관련된 사람들이나 아니면 좀 약간 수도권 쪽 일. 이런 식으로 받아들였던 것 같아요.”

우한폐렴이라는 이름으로 코로나19 신규 확진자가 국내에서 처음 보도가 될 당시에는 대수롭지 않게 생각했다. 참여자1은 코로나19에 대해 그동안 겪어왔던 다양한 감염병과 같은 것으로 생각했고, 해당 지역의 사람들에게만 닥친, 나와는 관계없는 일이라고 받아들였다.

###### (2) 확진자의 급증과 감염에 대한 걱정

“놀러 나가볼까 싶으면 먼저 그 지역 확진자 찾아보고. 두 명만 나왔다고 해도 그 지역은 아예 완전히 꺼려지고.”

“이제 모르고 마트를 다녀왔는데, 거기에 일주일 전에 확진자가 다녀갔다고 하면 그때부터 되게 긴장하고 그랬던 것 같아요.”

참여자1은 대구 경북 지역을 중심으로 코로나 1차 대유행이 진행되고 있을 때에도 코로나19의 심각성에 대해 크게 실감하지 못했다. 오히려 전국적으로 다수의 신규 확진자가 늘어나는 상황보다 더 크게 다가왔던 것은, 거주지 근

처 지역에서 발생하는 소수의 신규 확진자였다. 대수롭지 않을 거라고 생각했던 코로나는 아주 빠른 속도로 일상을 잠식했다. 안전안내문자는 하루에도 몇 번씩 울리며 새로 생기는 확진자를 안내했고, 새롭게 생긴 확진자의 정보를 접할 때마다 코로나19의 심각성을 살갓으로 느끼며 실감할 수 있었다.

감염에 대한 걱정과 불안감은 언제나 존재했고, 그러한 걱정으로 인해 생활 반경은 현저하게 축소되었다. 코로나19가 발생하기 전, 가족들과 함께 매주 여행을 다녔던 참여자1은 감염에 대한 걱정으로 외출을 극히 제한할 수밖에 없었다. 확진자가 나온 지역에 방문하는 것을 과하게 꺼리게 되고, 외출하기 전에는 항상 신규 확진자의 동선을 확인하였으며, 혹여나 자신의 동선과 확진자의 동선이 겹치지 않았는지 매번 확인하며 긴장하고 걱정하였다. 전례 없던 상황에 대한 공포심은 일상 속 어디에나 가득했고, 어떠한 방역 매뉴얼도 존재하지 않는 현실은 참여자1의 불안감을 더욱 증폭시켰다.

### (3) 불안하기에 선택하였던 가정교육, 그로 인해 경험한 부정적 정서들

“이제 낮잠을 재워서라도 한숨 돌리고 싶은데. 아이는 계속 놀고 싶어 하는데 제 체력은 여기까지다하면 아이한테 짜증을 내기도 하고. 예민해질 수 있는 상황이었던 것 같아요.”

“같이 하는 시간이 길어지니까, 아이도 따분하다 보니까 징징거리게 되고. 저도 계속 같이 에너지를 써야 하니까 아이가 징징거리는 걸 그거를 받아주다가 화가 났던 것 같아요.”

코로나19 발생 초기, 참여자1은 지역 내에 신규 확진자가 한 명이라도 나왔다는 소식을 접하면 일주일 동안 가정교육을 선택하고는 했다. 고등학교 교사인 배우자와, 놀이치료사인 참여자1의 직업적 특성 상 감염에 대해 더욱 조심스러웠기 때문이다.

자녀를 돌볼 수 있는 시간을 확보하고 배우자와 총총하게 시간을 맞추기 위해 심혈을 기울이고 조모에게도 도움을 요청했지만, 다양한 지지자원에도 불구하고 일과 가정을 양립해야 하는 상황은 버겁기만 했다. 아이를 보육하는 공간과, 부부가 각자의 업무를 수행하는 공간이 분리되지 않으면서 일과



아이를 이중으로 신경 써야 하는 상황이 발생했고, 아이와 함께 보내는 시간이 길어질수록 에너지가 소진되는 것을 느낄 수 있었다.

놀 수 있는 자원이 한정적인 집 안에서 아이는 쉽게 질려하고 징징거렸고, 모는 지칠수록 그런 아이의 모습을 감당하기 어려웠다. 체력적인 한계를 느낄수록 심리적으로도 쉽게 피로해졌으며, 정서적으로 예민해져 아이에게 짜증을 내는 스스로의 모습을 보기도 했다.

#### (4) 막연함

“끝을 예측할 수 없는 상황이라서 더 막연하고”

많은 것들이 제한된 상황, 그 끝이 보이지 않음을 반복적으로 느끼며 참여자1은 막연한 감정을 이야기했다. 예측할 수 없는 코로나19의 특성으로 인해 긴장의 끈을 놓을 수 없는 현실은 버겁기만 했고, 기약 없는 현실이 주는 막연한 감정은 참여자1을 더욱 지치게 했다.

#### (5) 아이에게 미안함

직장은 참여자1에게 또 다른 위험부담이었다. 더 많은 사람들과 접촉하게 되는 상황, 참여자1의 작은 움직임이 타인에게도 큰 영향력을 줄 수 있다는 사실은 코로나 상황에 대해 더욱 예민하고 조심하게 반응하도록 만들었다. 동시에 직장에서 모든 좋은 에너지를 쓰고 와서 지친 채 귀가하는 스스로의 모습을 보며, 나의 아이에게 그만큼 해주지 못한다는 생각에 슬퍼하면서도, 에너지를 더 잘 조절하고 분배해야겠다고 생각하기도 하였다.

코로나19의 상황에서 참여자1은 아이에게 많은 것들을 경험시키지 못하는 것에 대해서도 미안해했다. 아이의 성장과 발달에 있어 경험이 정말 중요하다고 생각하는 참여자1은, 돌아오지 않는 지금 이 시간이 덧없이 흘러가고 있음이 안타깝고, 더 많은 것들을 해주지 못해 아쉽다고 말했다.

#### (6) 안타까움

코로나19가 참여자1에게 남긴 가장 큰 감정은 안타까움이었다. 내 아이의

소중한 다섯 살이 통째로 사라진 느낌, 다시 돌아오지 않을 시간인데 그 시간을 충분히 누리게 하지 못했다는 생각이 너무도 큰 아쉬움으로 남았다. 추억의 앨범 속 텅 비어버린 기간. 코로나가 깊게 침습해버린 그 기간 동안 아이와 나누었던 추억은 마스크를 쓴 기억으로 가려졌다. 코로나19의 장기화에 따라 생활방역에 익숙해지고, 처음에 비해 적응해가면서 조금씩 더 많은 것들을 되찾아가고 있는 있으나, 짙은 아쉬움은 여전히 해결되지 못하고 모의 가슴 속을 먹먹하게 자리하고 있었다. 코로나19로 인해 축소된 활동 반경과, 아이에게 다양한 경험의 기회를 줄 수 없는 현실이 밉고 안타까웠다. 어린이 집에 등원하지 않은 친구들에 대해 이야기하며 아쉬워하는 아이의 모습을 볼 때마다 안타까움은 더욱 커졌다. 아이가 생활방역을 잘 지키는 모습을 보면서 참여자1은 기특함과 동시에 안타까움을 느꼈다고 이야기했다. 외출 할 때 마스크를 잊어버렸다면 걱정하거나, 외출 후 엄마에게 손을 씻으라고 먼저 이야기를 하는 아이의 모습을 보면서 “좀 더 아이다워도 괜찮은데” 라고 생각하며 안타까워했다.

## b. 코로나로 인한 우리 가족 일상의 변화

### (1) 코로나 초기 - 감염에 대한 지나친 걱정과 외출 제한

코로나19의 위험성과 심각성을 인지했던 초반, 참여자1은 일과 직장을 제외한 모든 움직임에 주의를 기울였다. 코로나19가 발발하기 이전, 매주 가던 가족여행은커녕, 집 근처의 마트에 가는 것도 조심하게 되었다.

### (2) 가정보육에서 다시 등원을 시키기까지

“처음에는 놀래가지고 무조건 안 보내고 그랬는데, 계속 그래도 답이 없다보니까는 나중에는 보내면서도 이게 맞나.”

코로나 확산세가 끝날 기미가 보이지 않고, 아이의 보육을 오롯이 혼자 감당하는 상황이 쉽지 않아 등원을 결정하였지만 모의 걱정은 끝이지 않았다. 여전히 코로나19는 우리 일상을 질게 잠식하고 있었고, 산발적인 신규 확진

자가 지속적으로 발생하는 상황이었다. 모는 자신의 선택에 대해 끊임없이 의심하고 걱정하면서도 아이를 등원시킬 수밖에 없었고, 등원시키는 것에 대해 아이에게 미안해했다.

한편 어린이집에는 여전히 나오지 않는 아이들이 대부분이었다. 아이는 함께 놀던 아이들이 등원하지 않는 사실에 대해 모에게 전달하며 아쉬움을 표현했고, 모는 이런 아이의 모습을 보면서 자신만 아이를 등원시키는 것 같아 속상해했다.

### (3) 가정교육의 한계

“집에 있다고 해서 이제 설 수 있는 그런 상황은 아니었고. 뭐 수업도 들어야 하고 이제 아이도 돌봐야 하고.”

“어린이집에서는 나름 골고루 맞춘 식단이 제공되는데 집에서는 그게 항상 가능하지가 없으니까. 과자나 이런 거를 많이 먹게 되고 과자, 아이스크림 이런 것도. 귀찮아서 그냥 주다 보니까. 그런 것도 달라졌던 것 같아요.”

어린이집을 가지 못하는 상황에 대해서 아이는 좋아하고 심리적으로 긴장하지 않고 이완되는 모습을 보였으나, 시간이 지날수록 가정교육이 갖고 있는 단점이 눈에 띄게 드러났다. 참여자1은 어린이집이라는 사회적 공간에서 아이가 정해진 규칙을 지키면서 배우는 자기조절의 경험과, 또래관계 속에서 느낄 수 있는 많은 것들이 중요하다고 말했다. 그러나 ‘집’으로 제한된 환경에서는 그러한 경험을 충분히 제공해줄 수 없었다.

가정보육이 가져온 변화는 아동의 식습관에도 영향을 미쳤다. 어린이집에서는 다양한 영양소를 고려해 맞춘 식단이 제공되었지만, 많은 역할을 부담해야 하는 참여자1은 가정 내에서 그런 것들을 하나하나 신경 쓸 수 없었다. 식단은 간소화되거나 다른 것들로 대체되었고, 기존에 좀 더 꼼꼼하게 신경 쓰며 아동을 챙기던 참여자1은 ‘귀찮음’을 느끼며 과자와 같은 군것질거리들을 아이에게 제공하게 되었다.

뿐만 아니라, 가정교육을 하며 심리적·신체적으로 소진되어 감을 느낀 참여자1은 아이에게 미디어 노출을 허락하게 되었다. 조부모가 아이를 돌보는

동안에도 아이는 무분별하게 영상 매체에 노출되는 시간이 상승했다. 기존에 영상 시청과 관련하여 참여자1과 했던 약속을 잘 지키던 아이는 영상 매체에 노출되는 시간이 길어질수록 시청을 그만두는 것을 어려워했고, 3-4시간씩 영상을 보게 되면서 참여자1은 아이의 시력이나 건강에 대한 걱정도 하게 되었다. 참여자1은 아이가 무분별하게 영상에 노출되는 시간을 줄일 수 있도록 고민했고, 조모가 아이와 함께 놀이를 할 수 있도록 다양한 매체를 먼저 준비하여 제공하면서 아동의 영상 시청 시간과 놀이 시간을 조율 할 수 있도록 노력했다.

#### (4) 재택근무와 온라인 수업

가정보육을 선택했던 당시, 교사인 배우자는 주로 집에서 온라인 수업을 진행하였고, 대학원생이었던 참여자1은 집에서 온라인 수업을 수강하고 있었기에, 맞벌이를 하면서도 아이를 집에서 돌볼 수 있는 상황을 만들 수 있었다. 부부는 아이를 가정에서 보육하기 위해 스케줄 조정에 대한 많은 이야기를 나누었다. 배우자와 함께 매우 촘촘하게 시간을 나누고, 도저히 두 사람이 돌볼 수 없는 상황이라면 조모에게 도움을 요청하여 아이가 혼자 있는 시간을 최대한 줄일 수 있도록 하였다. 감염을 예방하기 위해 실시되었던 비대면 수업이, 참여자1의 가족에게는 아이를 위한 시간을 낼 수 있는 하나의 자원이 되었던 셈이다.

#### (5) 실내 위주의 활동

“밖에서는 시간도 빨리빨리 가고, 재미있는 요소들을 많이 찾을 수가 있는데.

지금은 그런 게 한정되다보니까.”

“아이들은 따분하고 재미없을 수 있고, 부모들은 약간 쉬어도 쉬는 느낌이 아닐 수 있는.”

코로나19 이전에는 야외에서 주로 여가 시간을 보내던 참여자1은 활동반경이 제한되면서 코로나19의 영향력을 더욱 실감했다. 아이를 밖에 풀어놓고

마음껏 놀게 할 수 없고, 놀이동산과 같이 재미있는 자극들이 많은 야외의 시설을 이용할 수 없게 되면서 참여자1은 아이에게 다양하고 재미있는 경험을 제공해 줄 수 없음에 대해 아쉬워했다. 동시에 집이라는 공간 안에서 아이의 에너지를 감당해야 하는 것에 대해 설명하며, 자신의 가족 뿐 아니라 다른 집 역시 아이와의 놀이를 하나의 숙제처럼 여길 수 있을 것 같다고 말했다.

#### (6) 예측 불가능한 코로나 - ‘다음’ 을 기약하기 어려워진 현실

“예전에는 아이한테, 우리 몇 밤 자면 어린이집 끝나고 주말에 항상 놀러 갔었던 것처럼 놀러 갈 거야. 이렇게 안내를 해주는 편이었는데, 상황이 이제 어떻게 될지 모르니까 미리 안내해주는 그런 말이 썩 사라진 거예요.”

“갑자기 확진자가 나왔다고 하면 예약했던 걸 다 취소해야 하는 상황이니깐. 그런데 그거에 대해서 열 밤 자면 갈 수 있어, 이런 말도 기약할 수 없으니깐.”

참여자1은 달라진 아이와의 대화 패턴에 대해 이야기했다. 산발적으로 발생하는 코로나19 신규 확진자와 확진자의 동선을 예측하기 어려운 특징으로 인해, 혹시나 싶은 감염 가능성에 대한 걱정이 항상 존재했다. 그렇기에 약속했던 야외 활동을 갑작스럽게 취소하거나, 상황이 관찮아졌다고 판단이 될 때 충동적으로 야외 활동을 하게 되는 상황이 반복되면서 아이에게 미리 안내를 해주지 못하게 되었다.

코로나19의 예측 불가능성은 결과적으로 아이에게 ‘다음’ 을 기약하는 것을 어렵게 만들었다. 예정되어 있던 일정이 취소가 되었다는 사실을 아이에게 알려줄 때마다, 아쉬워하는 아이를 보며 참여자1 역시 미안함과 아쉬움을 느꼈다.

#### (7) 아동이 경험하는 정서의 변화

“00이도 즐겁다, 이런 표현보다 아쉽다, 심심하다. 이런 표현이 많이 늘어난 것 같아요.”

킥보드, 자전거 타기 등 활동적인 놀이를 좋아하던 아이에게 실내라는 공간은 다소 좁게 느껴졌다. 가끔 야외를 나가는 했으나, 집 근처에서 반려견을 산책시키는 것으로 한정되는 활동과 반복적인 패턴은 아이의 욕구를 충족시키기에 부족하기만 했다. 놀 수 있는 것이 한정적인 실내와, 다양한 경험을 하지 못해 반복적으로 되풀이되는 일상은 아이에게 ‘심심함’으로 느껴졌고, 자연스럽게 이러한 것을 표현하는 모습이 잦아지게 되었다.

### (8) 다양한 경험의 기회를 빼앗기다

“사실 여름에 물놀이 한 번 못 시켜준 거가 괜한 부모 마음에 되게 아쉬움이거든요.”

“예전에 비해 많은 것들을 경험하고 있지 못하는”

참여자1은 코로나19로 인해 하지 못했던 것 중 가장 큰 것으로 여행을 꼽았다. 바다, 계곡, 수영장 어디에도 가지 못하고 집 안 화장실의 욕조에서 하는 물놀이를 만족해야만 했던 경험을 떠올리며, 아이가 좋아하는 경험을 시켜주지 못하는 현실에 대해 안타까워했다.

여행을 가는 기회를 빼앗긴 상황 속, 일상생활에서 그에 상응하는 재미를 찾고자 노력하며 아이와 시간을 보내려고 했다. 그러나 색다른 경험이나 아이의 경험치를 올릴 수 있는 활동을 할 수 없어 아쉬웠고, 그러한 경험을 위한 마땅한 대안을 찾는 것조차 어려웠다.

참여자1에게 여행은 추억 만들기 이상의 의미가 있었다. 반복되는 일상 속 활력을 불어넣는 특별한 이벤트이자, 아이와 함께 기쁨과 설렘을 공유할 수 있는 소중한 순간이었다. 동시에 앨범 속 사진을 보면서, 아이가 이렇게 사랑받았음을 기억할 수 있게끔 돕는 매체이기도 했다. 코로나는 이러한 경험의 기회를 앗아갔고, 많은 것들을 ‘취소’하고 ‘포기’하게 했다.

### c. 코로나를 받아들이기까지

### (1) 활발한 가족 간 정서적 상호작용

참여자1의 가족은 평소 가족 간 정서적 상호작용이 활발한 편이었다. 참여자1은 자신의 정서에 대해 정확하게 인식하고 적절하게 표현하고자 하였고, 아이의 정서 표현 역시 중요하게 여겨 감정 반응을 많이 해줄 수 있도록 노력하는 편이라고 이야기했다. 이러한 참여자1의 태도는 배우자에게도 영향을 미쳤고, 부부는 아이의 양육 방식과 가치관에 대한 대화 역시 활발하게 나누었다.

코로나19를 겪어내면서도 참여자1의 가족들은 정서적인 대화를 곧잘 나누곤 했다. 일과 가정을 양립해야 하는 상황 속에서 한 번씩 가족끼리 즐거운 놀이 시간을 보내는 기회가 있을 때마다, 참여자1은 가족들에게 함께 하는 시간의 소중함과 즐거움에 대해 솔직하게 표현했다. 정서적 경험에 대한 솔직한 표현과 가족 간 공감은 코로나19의 상황 속에서도 서로 신뢰하고 정서적으로 안정될 수 있는 하나의 지지기반이 되었다.

### (2) 배우자와 조모의 조력

보육 기관이 나눠들었던 양육에 대한 부담감을 오롯이 가정 내에서 감당해야 하는 상황이 도래하면서, 참여자1은 체력적인 한계를 경험했다. 가족들의 세 끼를 책임져야 하는 현실의 반복과 감당해야 하는 역할이 늘어나는 상황들은 버겁기만 했다. 그런 상황에서 참여자1이 일과 가정을 양립할 수 있도록 도왔던 자원은 배우자와 조모였다. 코로나19 상황으로 인해 근무 장소와 시간을 융통성 있게 활용할 수 있었던 배우자와, 근거리에 거주하고 있던 조모의 조력으로 참여자1은 간헐적인 가정보육 시기를 견뎌낼 수 있었다.

### (3) 방역 매뉴얼과 불안 감소

“코로나의 심각성이 변했다기보다는, 어떻게 방역을 해 나가면 된다는 매뉴얼 같은 게 좀 정해져 있어서 그래도 괜찮은데.”

코로나19 초기에는 전례 없는 상황에 대해 걱정하고 불안해하는 것 밖에 할 수 없었다. 그러나 현재는 코로나19에 대한 전반적인 이해의 수준이 높아

졌다. 동시에, 조금씩 안정화되는 방역 매뉴얼은 참여자1의 부담감을 감소시켰다. 참여자1은 거리두기와 생활방역수칙을 주의하며 일상으로의 복귀를 시도할 수 있었다.

#### (4) 아이의 눈높이에 맞춰 코로나19 설명하기

“눈에 안 보이는 세균이 요즘 많아졌는데, 그게 00이 코랑 입으로 들어가게 되면 계속 기침도 나고 좋아하는 아이스크림을 먹을 수가 없게 되니까. 마스크를 해야 되고. 식당 안에도 사람들이 많아서 세균이 움직이다가 코랑 입으로 또 들어올 수 있으니까 집에서 먹어야 한다고.”

거리두기, 등원중지 등 코로나19로 인해 새로 맞이하게 된 생활상의 변화는 아이들에게도 낯설고 갑작스러웠다. 참여자1은 그러한 코로나19 상황을 아이가 받아들이고 이해할 수 있도록 설명했다. 아이는 크게 거부반응을 보이지거나 떼를 쓰지는 않았으나, 코로나19 발생 이전에 자유롭게 다닐 수 있었던 여행이나 외출이 제한되는 것에 대해서는 아쉬워하는 모습을 보였다.

#### (5) 생활방역을 잘 지키는 아이의 모습

참여자1은 코로나19에 대한 설명과 함께 생활방역수칙을 지켜야 하는 이유에 대해서도 설명했다. 병균을 예방하기 위해 지켜야 하는 개인위생 수칙은 기존에도 습관처럼 지켜왔던 것들이라 부담스럽지 않기도 했다. 집 앞 슈퍼를 나가더라도 꼭 챙겨야 하는 마스크는 새롭게 신경을 써야 했던 부분이지만 다행히 아이는 거부감을 보이지 않았다. 걱정과 달리 방역수칙을 잘 지키는 아이의 모습, 되려 참여자1의 마스크 착용과 손 씻기를 챙기는 아이의 모습을 보면서 참여자1은 기특하면서도 안타까움을 느꼈다.

### d. 워드 코로나, 우리는 살아가는 중

#### (1) 코로나에 대처하는 새로운 생활습관 형성

감염에 대한 걱정과 거리두기는 코로나19로 인한 가장 큰 변화였다. 매주



새로운 경험과 추억을 쌓기 위해 근교로라도 여행을 다녔던 참여자1의 가족은 제한된 생활반경에 적응하며 새로운 대안을 찾는 모습을 보였다.

참여자1은 일상생활에서 재미있는 에피소드를 찾으려고 했다. 반려견을 산책하거나 세차를 하면서 아이에게 아이스크림을 하나 사주는 것과 같이 일상생활에서 아주 가벼울 수 있는 순간이었지만, 아이와 함께 그 순간에 집중하여 충분히 즐거워할 수 있었다.

아이는 집이라는 제한되어 있는 공간 안에서 놀이를 하면서 심심하다고 표현하는 모습을 보이기도 했으나, 색칠 공부를 하다가도 새로운 아이디어가 떠오르면 그것을 오려 인형 놀이를 하는 등, 같은 놀잇감으로 다양한 놀이를 생각해내는 새로운 모습을 보여주기도 했다.

## (2) 아이들의 성장과 코로나에 대한 이해

“아이가 6살이 되기도 했고. 이런 상황이 길어지다 보니까 이 상황에 대해서 인지하고 받아들이는 게 더 가능했던 것 같기도 해요.”

참여자1은 신규 확진자가 생기면서 다른 친구들과 함께 가기로 했던 키즈 카페를 못 가게 되었던 상황을 회상하며, 그 상황을 덤덤하게 받아들이는 아이에 대해 이야기했다. 참여자1이 키즈카페에 가지 못하는 이유를 아이에게 충분하게 설명하며 “대신에 집에서 다른 재미있는 걸 찾아야 할 것 같다”라고 말하자 아이는 “그래. 그러면 그렇게 하자.”라고 답하면서 그 상황을 이해하고 받아들이는 모습을 보였다. 아이가 화를 내거나 슬퍼할 것이라고 예상하였던 참여자1은 예상외의 아이의 모습에 미안하면서도 놀랐다고 했다. 어른들이 코로나19의 상황에 적응해나가는 것처럼, 아이들 역시 그러한 상황을 인식하고 적응해가고 있는 것이다.

## (3) “함께”의 소중함 인식

참여자1은 오랜만에 다른 가족들과 모여 함께 시간을 보낼 수 있었던 경험을 회상하며, 그러한 경험이 주는 특별함에 대해 이야기했다. 코로나19 이전에는 너무도 당연하게 누릴 수 있었던 것들이, 결코 사소하지 않았음을 알

수 있었다. 또래 속에서 해맑게 웃으며 즐거워하는 아이를 보면서 참여자1 역시 즐거웠고, 아이가 또래 속에서 어떤 역할을 담당하고 있는지를 확인하며 나의 아이에 대한 이해를 넓힐 수 있었다.

#### (4) 천천히 재생되는 일상

“예전처럼 확진자가 한 두명 나왔다고 해서 아이 어린이집을 안 보내는 건 아니고.”

“사람이 없는 곳을 찾아가거나. 일부러 조금 떨어진 곳을 예약하는 식으로. 안전 불감증까지는 아닌데, 그래도 상황에 맞춰서 최대한 할 수 있는 것을 조금 하려고 찾는 것 같아요.”

코로나19에 대한 이해가 부족하고 막연한 불안감으로 가득했던 초기와 달리, 코로나19의 장기화가 진행되면서 참여자1은 좀 더 무던해질 수 있었다. 감염에 대한 걱정과 불안은 여전히 짝짝하게 남아 있었지만, 거리두기와 마스크 착용 등 생활방역을 신경 쓰면서 많은 것들을 되찾고자 했다. 부부는 출근을 하고 아이는 어린이집에 등원하면서, 잃어버렸다고 생각했던 경험의 기회들을 되찾으면서, 오랜 기간 비어있던 추억의 앨범을 조심스럽게, 조금씩 채워나가고 있다.

#### (5) 마스크로 가려진 추억과 여전히 답답함

“내 아이의 다섯 살이 그냥 좀 없어졌다는 느낌.

사진을 찍어도 마스크를 쓰고 찍으니까.”

“그럼에도 아직 자유롭지 못함에 대한 답답함은 여전히죠.”

코로나19 발생 초기에 경험하였던 막연한 답답함은 비교적 많이 나아진 편이라고 설명하면서도, 참여자1은 여전히 많은 것들을 신경 써야 하고 조심해야 하는 상황들에 대해 이야기하며 여전히 답답함이 남아있다고 말했다. 코로나19의 장기화에 따라 많은 측면들은 익숙해졌지만, 아직도 사라지지 않는 불안감과 여러 제약들은 눈에 보이지 않는 족쇄처럼 일상생활을 붙들고 있는

것이다.

## (6) 백신이라는 새로운 불안감

“백신에 대한 불안감. 주사는 안 무서운데, 주사를 맞고 죽을까봐 무서워, 그랬거든요 제가.”

코로나 19의 초기와 달리, 새롭게 생긴 불안감은 백신과 관련한 것이었다. 참여자1은 백신의 부작용에 대한 걱정을 언급하며, 뉴스 기사를 읽으며 불안해했던 모습에 대해 이야기했다. 완전히 검증되지 않았다고 생각하면서도, 당장의 일상생활을 위해서라면 맞지 않을 수 없었다. 코로나19의 장기화에 따라 많은 것들이 변화하고, 그러한 흐름에 따라 하게 되는 걱정들 역시 변화하고 있음을 이야기했다.

## 2. 참여자2

### a. 코로나와 정서적 경험

#### (1) 실감 나지 않음 : 대수롭지 않게 생각

“신종 플루도 있고 막 했었잖아요. 그래서 그런 비슷한 게 또 왔나보다 하고  
그냥 대수롭지 않게 생각했던 것 같아요.”

우한폐렴이라는 이름으로 코로나19 신규 확진자가 국내에서 처음 보도가 될 당시, 참여자 2는 코로나19를 기존에 경험해 온 많은 감염병과 비슷한 것으로 인식하여 심각하게 생각하지 않았다. 독감이나 신종플루처럼 금방 해결이 될 수 있는, 대수롭지 않은 질병 중 하나라고만 생각했다.

#### (2) 확진자의 급증과 감염에 대한 걱정

“너무 근처에서 확진자가 나왔다고 하니까.

이게 뭐지, 이런 생각에 집하고 직장만.  
 아이들 데리고 진짜 바로 집 들어가버리고.”

참여자2가 코로나19의 파급력을 실감한 것은 동네 근처에서 코로나19 신규 확진자가 나왔다는 소식을 접하면서였다. 코앞에 있는 장소에서 발생한 코로나19 신규 확진자는 일상생활을 위협했다. 감염에 대한 불안감으로 인해 색다른 장소나 멀리 여행을 가는 것은 물론, 바로 근처의 마트를 다니는 것조차 조심스러웠다. 특히, 어린이집 교사인 참여자2는 어린이집에 나오지 않는 아이들의 빈자리를 시각적으로 확인하면서 코로나19의 심각성을 직접적으로 느낄 수 있었다.

### (3) 직업 지속과 관련한 고민

“아이들이 있으니까. 그때는 잠깐 일을 괜히 시작했나, 이런 생각도 하고.  
 고민을 정말 많이 했던 것 같아요.”

출산과 육아로 인한 경력단절 후, 재취업을 한 지 얼마 되지 않은 시기에 코로나19의 심각성을 살갓으로 느끼면서 참여자2는 일을 지속할 수 있을지의 여부를 고민하게 되었다. 장기간의 경력 단절 후에 시작한 일이었기에 고민은 더 클 수밖에 없었다, 어린이집 교사라는 직업적 특성 상 학기의 마무리까지는 해야겠다고 생각하며 시작했던 일이었다. 그러나 코로나19와 함께, 전혀 예상하지 못했던 사건이 반복되는 상황은 엄마로서의 의무감과 책임감을 자극했다. 참여자2는 친정 엄마의 조력을 받을 수 있었으나, 갑작스럽게 닥쳐온 코로나19 팬데믹 상황은 혼란스럽기만 했다.

### (4) 불안하기에 선택하였던 가정보육, 그로 인해 경험한 부정적 정서들

해치워야 하는 일을 급하게 하고 있을 때, 아이가 신경 쓰이게 하는 상황이 발생하면 참여자2는 아이들에게 버럭 소리를 지르게 되기도 했다. 퇴근 후 집에 오면 여전히 마무리해야 하는 것들이 남아 있는데, 집안일과 아이들의 양육을 전부 해내기에는 시간이 너무 부족하다고 느꼈다. 완벽하지는 않

아도 계획대로 하루를 채우고 싶은 참여자2의 마음과는 달리, 제한 된 시간 내에 해내야 하는 것들이 너무 많았다. 참여자2는 시간에 쫓기며 아이를 다 그치기도 했다.

그러나 대부분의 경우에 참여자2는 하루 종일 아이를 돌볼 수는 없었다. 출근을 해야 하는 시간 동안 참여자2는 조모의 도움을 받았다. 조모는 참여자2와 같은 아파트에 살고 있었기 때문에 비교적 부담감 없이 조모와 교류할 수 있었다. 그렇게 아이를 맡기는 기간 동안에도 참여자2는 마음이 불편하고 미안했고, 근무를 하면서도 아이들이 신경이 쓰였다고 말했다.

### (5) 막연함

“이제 진짜 언제쯤 끝나려나. 그래도 얼마 있으면 끝나겠지 하는데 이제 점점 길어지니까 이러다 또 내년까지도 힘들까하는 그런 생각 있잖아요.”

“(취소가 되는 상황에 대해) 처음에는 조금 속상하고 그랬는데,

이게 반복이 되니까 중간에 짜증도 좀 나는 거예요.

지금은 아예 이런 거 자체를 만들지 않으니까.

예약하지도 않고 이제 그냥 아예 반 포기를 하게 되는.”

코로나19의 장기화는 막연하기만 했다. 언젠가 끝날 것이라고 믿었으나, 끝날 것이라고 믿고 버텼으나, 코로나19의 장기화는 여전히 끝나지 않고 지속되고 있다.

그러한 막연함 속에서 반복되는 제한은 참여자2를 자포자기하게 만들었다. 처음에는 아이에게 즐거운 경험을 줄 수 없다는 사실에 아쉽고 속상해했으나, 반복되는 취소와 제약에 결국 짜증이라는 부정적 감정을 느끼게 됐다. 그럼에도 불구하고 나아지지 않는 현실은 결국 많은 것들을 포기하고 마음을 내려놓게 만들었다. 반복되는 실망에 지쳐, 더 이상은 바라거나 기대하지 않게 된 것이다.

### (6) 아이에게 미안함과 안타까움

“처음에는 조금만 버티면 갈 수 있지 않을까 이렇게 얘기했는데

요즘은 그런 기약조차도 하기 힘든 거예요.”

“우리가 이렇게 모두 모이면 안 되니까 그냥 조금만 참았다가 하면 안 될까, 그렇게 이야기.”

코로나19의 장기화 속에서 참여자2는 아이에게 미안한 감정을 느꼈다. 아이가 좋아하는 것들을 계속 참으라고 말 할 수밖에 없는 현실, 확실한 약속과 기약을 할 수 없는 상황은 여전히 아쉽고, 그러한 생활에 익숙해져야 한다는 것에 대해 미안함을 느끼고 있다.

휴가 계획을 세우고 예약했던 것들을 전부 취소했던 상황을 떠올리며, 참여자2는 기회가 된다면 언제든지, 얼마든지 데리고 가고 싶다고 이야기 했다. 그러나 시간이 지날수록 심각해지는 상황이 너무 안타까웠고, 다른 것으로 대체하기 힘든 부분이라고 생각하기 때문에 아쉬움은 더 크게 느껴졌다.

## **b. 코로나로 인한 우리 가족 일상의 변화**

### **(1) 초기 : 감염에 대한 지나친 걱정과 외출 제한**

“공기 중에 떠다니는 그런 거에 막 이렇게 감염된다는 소리가 있었잖아요. 손잡이도 최대한 안 잡게, 버튼에도 손대지 않게. 집에 들어오면 바로 손 씻자고 항상 교육하고.”

코로나19 초기에 집 근처에서 신규 확진자가 나왔다는 소식을 접하면서 참여자2는 감염에 대한 극도의 불안감을 느꼈다. 참여자2 자신도 집과 직장만을 오가며 동선을 최소화했고, 아이들이 하원을 하지마자 집으로 곧바로 들어올 정도로 조심스러워했다.

코로나19에 대해 뉴스에서 보도되는 이야기, 다른 사람들이 나누는 이야기에 예민하게 반응하며 신경 썼다. 엘리베이터 손잡이도 최대한 잡지 않도록 아이들에게 교육하고, 귀가 후에는 무조건 곧바로 손을 씻도록 반복적으로 지도했다. 엘리베이터에서 아이들이 다른 것들을 만지지 않도록 하면서 참여자2는 다른 것들도 신경 써야 했다. 주민들의 생활방역을 위해 항상 비치되

어 있는 손 소독제가 아이들의 눈높이에 있었기 때문이다. 손 소독제가 아이들의 눈에 들어가면 화상을 입은 것처럼 부정적으로 작용할 수 있다는 이야기를 한 번 듣게 된 이후로, 참여자2는 손 소독제를 볼 때마다 그 입구를 반대쪽으로 돌려 아이들이 혹시나 누르더라도 눈으로 들어가지 않도록 예방하고자 했다. 가는 곳마다 신경을 써야 하는 것들이 너무 많았다. 코로나19 이전에는 걱정할 필요가 없었던 것들을 새롭게 신경 쓰고 걱정해야 했다. 사소한 부분들은 하나 둘 모여 더 이상 사소하지 않게 느껴질 만큼 몸집을 부풀렸고, 외출을 할 때마다 신경 써야 하는 것들을 챙기면서 예민하게 긴장하게 되었다.

## (2) 가정보육에서 다시 등원을 시키기까지

“아무래도 저는 이제 애들을 맡겨놓고 밖을 나가버리잖아요.

저는 크게 고생하고 이런 건 없는데 아무래도 마음은 불편하잖아요.”

일을 하고 있는 참여자2는 가정보육 기간에도 주로 아이를 돌볼 수는 없었다. 코로나19가 발발하고 그 확산세가 너무도 버거워 공포로 다가왔던 몇 달의 기간 동안, 참여자2는 조모와 배우자의 도움을 받았다.

배우자가 쉬는 날에는 배우자가 보육을 도맡고, 배우자 역시 출근을 해야 하는 날에는 조모의 집에 아이들을 맡겨놓을 수밖에 없었다. 참여자2는 고마움과 미안함을 느꼈고, 일을 하면서도 계속 신경이 쓰였던 상황이라고 설명했다. 참여자2의 남동생 역시 맞벌이였기에, 조모는 세 명의 아이들을 한 번에 돌봐야했던 상황이었다. 아이들은 함께 모여 있으면서 더 즐거워하고 좋아했지만, 장기간동안 아이를 돌봐야 했던 조모에게는 녹록치 않은 상황이었던 것이다.

## (3) 가까운 곳에 있는 가족들과 잦은 교류

“바깥 생활을 못 하니까 거의 집에서 생활을 하고.

그래도 이제 할머니랑 이모 집으로 가는 거는 가능하잖아요.”

코로나19 이전에는 주로 야외에서 보냈던 여가시간을 이제 ‘집 안’에서 보내게 되었다. 같은 장소에서 아이들은 쉽게 지루해졌다. 같은 놀이라도 다른 장소에서 하면 또 다른 재미가 될 수 있을 것이라는 생각에 참여자2는 아이들을 데리고 가까운 친지들의 집을 방문하게 되었다. 여가시간에 할머니와 이모 등 가까운 곳에 있는 친인척들의 집을 방문하는 횟수가 잦아졌고, 조부모 역시 참여자2의 집에 방문하는 횟수가 늘어났다. 참여자2는 실내에서 좀 더 즐거운 시간을 보낼 수 있도록 미리 여러 장난감을 준비하기도 하면서 가족 간 상호작용의 빈도와 깊이가 더 깊어진 것 같다고 이야기했다.

#### (4) 또래관계 경험의 감소와 아동의 아쉬움

“오늘은 애들이 많이 안 왔다고, 이 말을 하더라고요.

원체 친구 좋아하고 노는 걸 좋아하는 아이라 되게 아쉬워하고.”

“제 친구들이 임신이랑 출산을 비슷한 시기에 했거든요. 그래서 육아를 좀 같이 했거든요. 한 집에 모여서 같이 맛있는 것도 해 먹고 애들끼리 같이 놀고. 그런 걸 많이 했는데, 지금은 그러지 못하니까. 그래서 놀다 보면 00이가 한 번씩 누구네는 뭐 하고 있을까? 그런 이야기를 하면서 아쉬워하죠.”

참여자2는 아이가 등원을 해도 친구들이 많이 나오지 않았던 장면, 아이가 또래 친구들과 만날 수 있는 경험이 현저히 줄어든 시기를 회상하며 속상해했다. 특히 비슷한 시기에 임신과 출산을 함께 하였기에 자주 어울리며 교류하던 친구들을 떠올렸다. 아이들이 함께 모여 서로의 생활습관을 모델링하고, 어울려 놀기도 했던 그 기회를 잃어버린 것 같았다. 또래관계에서 배울 수 있는 많은 것들과 즐거움을 느끼게 해 줄 수 없는 것 같아 속상하다고 말했다.

#### (5) 제한설정의 반복과 엄마의 화

“한 번 말해도 애들이 바로 듣는 게 아니니까. 그럴 때는 저도 모르게 신경이 좀 날카로워지는 거예요. 괜히 화도 한 번 내고.”



불안하고 조심하는 참여자2의 마음과 달리, 아이들의 천진난만함은 가끔 참여자2를 지치게 만들기도 했다. 한 번 주의를 줘도 귀 기울여 듣지 않는 아이들에게 여러 번 반복적으로 설명을 하고 주의를 주다가 결국 참여자2는 지쳐 폭발하게 되고 화를 내게 되었다. 특히 코로나19 신규 확진자가 많이 나오거나, 주변 지역에서 나오는 날에는 더욱 예민하게 되어 아이들에게 더 날카롭게 반응을 하게 되었다고 이야기했다.

한 번씩 크게 화를 내는 자신의 모습을 보면서 참여자2는 ‘다른 사람이 되는 것 같은 느낌’을 받았다고 이야기하며, 아이가 그런 상황으로 인해 주눅이 들고 상처를 받지 않았을까 걱정하며 후회하는 모습을 보이기도 했다.

#### (6) 빼앗긴 경험의 기회

“아무래도 여행 같은 걸 가는 거. 저희는 여행도 되게 자주 갔었거든요. 그런 부분은 다른 걸로 대체하기가 힘들긴 하더라고요. 그게 되게 아쉽고.”

참여자2는 코로나19로 인해 하지 못했던 것들을 회상하며 가장 아쉬운 부분으로 여행을 가지 못하는 것을 꼽았다. 감염 자체에 대한 공포심과, 직장 생활로 인해 더욱 조심스러울 수밖에 없었기에 코로나19의 확산 이후 장거리 여행은 꿈만 같은 이야기가 되어 버렸다. 워낙 활동적이고 야외에서 할 수 있는 경험을 좋아하던 아이인 만큼, 참여자2의 속상함과 아쉬움은 배가 되었던 것 같다고 말했다.

### c. 코로나를 받아들이기까지

#### (1) 직장에서 얻은 새로운 에너지

“거의 5-6년 만에 다시 일을 시작한 시점이었거든요. 집에만 갇혀 있다가 새로운 사람들을 만나고. 코로나로 힘든 것도 있기는 한데 그거는 잠깐이고.

집에만 있으면서 되게 힘들었거든요.

그래서 오히려 정신적으로 더 잘 지냈던 것 같아요.”

“이렇게 직장에 나오면 좀 스트레스가 풀리기도 하고,  
동료들 만나서 이야기도 하고.”

참여자2는 장기간의 경력 단절 후 다시 시작한 일에서 새로운 에너지를 얻을 수 있었다. 기존에 전업주부로 아이들의 양육을 전담하고 집에서만 지내던 시기를 떠올리며 ‘갈혀있던’ 이라고 표현한 참여자2는, 자신이 나와서 일을 하는 것이 여러모로 모두에게 도움이 되었던 것 같다고 말했다. 만약 일을 하지 않고, 휴원 시기 동안 하루 종일 아이들을 데리고 있어야 하는 상황을 감당했어야 했다면, 자신이 얼마나 버틸 수 있었을지 모르겠다며 근무를 지속할 수 있었던 스스로에 대해 운이 좋았다고 표현했다.

직장에서 근무를 하게 된 이후로 부정적인 정서를 극복하는 참여자2의 방법도 달라졌다. 기존에는 아무 생각도 하고 싶지 않아 잠으로 푸는 일이 많았으나, 요즘은 직장에서 처리했어야 하는 서류나 일을 마무리하면서 생각을 다른 쪽으로 돌릴 수 있게 한다고 말했다.

재취업으로 인해 일과 가정을 양립해야 하는 상황이었으나, 참여자2는 오히려 직장이라는 공간에서 사회적 관계를 형성하고 답답함을 해소하면서 코로나19 상황에 적응할 수 있었다.

## **(2) 배우자, 조모, 직장동료의 조력**

참여자2는 경력 단절 후 새로 시작한 일자리, 코로나19라는 전례 없는 상황 등, 무엇보다 안정되지 않았던 시기를 보냈다. 그녀에게 큰 힘이 되어 주었던 것은 같은 고민을 나눌 수 있는 직장동료와, 시간적으로 조율이 가능했던 배우자 그리고 같은 아파트에 살고 있는 조모였다. 갑작스러운 상황의 변화로 인해 많이 당황하고 혼란스러웠으나, 그러한 지지자원들이 있었기에 참여자2는 그 시기를 이겨내고 일과 가정을 양립할 수 있었다고 말했다.

## **(3) 아이의 높은 적응력**

“아이가 힘들어했으면 아마 저도 직장을 그만두지 않았을까 생각해요.”  
“다행히도 00이가 어딜 가든 적응을 잘 해주는 스타일이어서.

너무 적응을 잘 해주니까 제가 좀 안심을 했죠.”

어린이집에서 유치원으로 전환되는 시기였던 아이의 상황과, 코로나19라는 낯선 상황이 겹치지면서 참여자2의 걱정과 불안은 더욱 컸다. 아이가 새로운 상황에 적응을 잘 해줄 수 있을지, 어른에게도 버거운 이 변화를 잘 받아들이고 적응할 수 있을지 걱정했으나, 참여자2의 걱정이 무색할 만큼 아이는 잘 적응하는 모습을 보였다. 아이의 높은 적응력에 참여자2는 좀 더 안심할 수 있었다.

#### (4) 아이의 눈높이에 맞춘 설명

“코로나 병균들이 많이 있어서 조심해야 한다는 식으로 그냥 얘기를 했던 것 같아요. 코로나 괴물이 갈 때까지만 참으면 된다고.”

참여자2는 코로나에 대한 구체적인 설명을 아이에게 해 준 것 같지는 않다고 회상하였다. 아이가 어린이집에서 코로나19에 대한 설명을 듣고, 그것을 참여자2에게 이야기해 준 적이 있다고 말하며, 간혹 코로나19에 대한 설명이나 인식이 필요할 때에는 ‘코로나 괴물’이라는 비유를 사용하였다고 했다. 참여자2는 당시의 상황을 회상하면서, 코로나19 초기에는 무슨 이야기를 해도 코로나와 연관이 되었고 일상생활과 분리해서 생각할 수 없었지만, 현재에는 비교적 그런 이야기들을 하고 있지 않음을 설명하였다. 코로나19로 인한 변화에 적응하고 익숙해지고 있는 것이다. 코로나19는 일상에 깊게 스며들어, 그것에 다소 둔감해지게 되었다. 낯설게 다가왔던 변화는 더 이상 새롭지 않았고, 어느 순간 조금씩, 그러한 변화들을 자연스럽게 받아들이고 있었다.

#### (5) 생활방역을 잘 지키는 아이의 모습

참여자2는 어른들에 비해 아이들이 마스크를 더 잘 챙기고 잘 쓰는 것 같다고 말했다. 3일 정도는 힘들어하는 것 같지만, 그 이후에는 힘들다는 소리도 하지 않고 마스크를 잘 착용하고 있는 아이들의 모습을 설명하며, 기특하

면서도 안쓰럽다고 이야기했다.

## d. 워드 코로나, 우리는 살아가는 중

### (1) 몸에 베어가는 생활방역

“처음에는 아이들 때문에 머리가 무겁고,  
 그런데 이제는 너무 장기화가 되어버려서,  
 솔직히 지금은 그런 게 좀 없어요. 좀 무더진다고 하잖아요.  
 이제 막 그렇게까지 머리 무겁고 그러지는 않는 것 같아요.”

참여자2는 외출 시에 마스크를 착용하고, 접촉을 조심하는 것, 외출 후에는 반드시 손과 발을 씻는 등의 생활방역을 지키는 것을 포함하여 많은 것들에 익숙해졌다고 말했다. 처음에는 하나하나 신경을 쓰면서 챙겨야 하는 것들이었지만, 장기간의 반복 끝에 습관이 된 것처럼 몸에 베어버린 생활방역은 이제는 너무도 자연스러운 부분이 되었다.

### (2) 아이들의 성장과 코로나 상황에 대한 이해 및 적응

“이런 생활에 계속 익숙해지는 것 같아요.  
 애들도 이제 2년 되는 거잖아요.”

참여자2는 아이들도 코로나19로 인한 많은 변화에 익숙해지고 있다고 말했다. 코로나19에 대한 이야기를 입에 달고 살았던 초기의 모습과 지금의 모습을 비교하며, 2년이 되어가는 지금, 아이들도 코로나19라는 상황에 대해 인지하고 받아들이고 있음을 말했다.

### (3) 웃음을 잃지 않는 아이

“집에서만 논다고 힘들어하지는 않아요.  
 집에서 노는 것도 좋아하고, 잘 놀고.  
 제가 느끼는 밖에서의 생활하고 안에서의 생활하고 크게 차이는 없어요.”

친구들과 마음 편히 못 노는 아쉬움은 있으나, 아이는 여전히 웃음을 잃지 않고 잘 놀며 적응하고 있었다. 참여자2는 집에서 노는 아이의 모습을 지켜 보고, 놀이를 먼저 제안하고 선택하는 아이의 모습을 보면서 아이의 성격과 특성에 대한 이해도 할 수 있었던 것 같다고 이야기했다. 아이와 함께 보내는 시간이 증가하고, 아이의 놀이장면과 물리적 거리가 가까워지면서 좀 더 자세히 아이를 바라볼 수 있었던 것이다.

#### (4) 대체할 수 있는 활동 찾기

“또 다른 재미를 찾고 있으니까. 집에서 할 수 있는 활동들도 많더라고요. 또 시골에 사시는 할머니 할아버지를 방문하는 횟수도 잦아지고, 거기 가서 또 다른 것들을 하고 있어요.”

기존에 많이 다녔던 여행을 자유롭게 다니지 못하게 된 상황과, 외출이 어려워진 현실 등은 가족의 주 활동공간을 집 안으로 제한했다. 참여자2는 이런 상황 속에서 새로운 재미를 찾게 되었다고 말했다. 특히 시골에 있는 조부모 댁을 자주 가게 된 것이 기억나는 변화 중 하나였다. 집 안에서 할 수 있는 경험에는 한계가 있고 최소한의 바깥 공기라도 쐬게끔 해주고 싶은 마음이었다. 거리두기를 신경 쓰지 않아도 될 정도로 한적한 공간과, 밖에서 할 수 있는 다양한 경험들, 조부모님과과의 잦은 교류 등은 코로나19로 인해 새롭게 발견한 또 다른 재미였다.

#### (5) 코로나 이전에 대한 그리움

“그래도 그 전에 있던 생활들이 많이 그리기도 하고 그런 것 같아요.”

생활 방역과 코로나19로 인한 다른 생활사건의 변화에는 점차 익숙해지고 있으나, 여전히 아쉬운 감정들은 쉽게 사라지지 않았다. 참여자2는 마트에도 마음 놓고 다니지 못했던 초기와는 달리, 적응해갈수록 좀 더 많은 생활들을 되찾았지만 여전히 코로나19가 있기 전의 생활을 그리워했다. 코로나19로 인

해 잃어버린 여행의 기회를 되찾고 싶고, 사소하게 신경 써야 하는 것들에게서 자유롭고 싶은 바람은 쉬이 달래지지 않는 부분이었다.

### 3. 참여자3

#### a. 코로나와 정서적 경험

##### (1) 실감 나지 않음

참여자3은 작년부터 올해까지 있었던 일들을 구체적으로 기억하며 설명할 수 있을 정도로 코로나19를 크게 받아들였다. 그러나 그 심각성을 크게 인지하지 못했던 코로나19의 첫 발발 당시는 생생하게 기억하지 못했다.

##### (2) 확진자의 급증 : 감염에 대한 걱정

“거의 집에만 있었어요.

00이가 안 아팠으면 좋겠어서 이렇게 있는 거라고.

주입식 비슷하게 계속 설명하고.

소독제도 종류별대로 다 사서 갈 때마다 뿌리게 하고.

문 여는 것도 조심했어야 했으니까.”

“그냥 무조건 생존이구나. 걸리면 죽는다고 생각이 들었으니까.”

코로나19에 대한 충분한 이해가 부족했던 초기, 참여자3은 극한의 공포를 느끼며 어떠한 외부 활동도 하지 못했다. 나가면 무조건 걸린다는 생각에 외출을 극히 제한하고 감염에 대한 지나친 근심과 걱정으로 모든 것을 조심하면서 생활했다고 말했다. 참여자3은 잔뜩 움츠려 들고 더 나가지 않고 집 안에서 두 아이를 오롯이 혼자 감당하고 끌어안으며 그 시기를 보냈다.

##### (3) 관계 욕구에 대한 간절함

“나는 사람이 만나고 싶은데.

육아도 힘든 건 맞는데, 사람이 만나고 싶은데 못하니까.”

“타지에 있는 언니가 유일한데,  
 코로나로 막 만날 수가 없고. 작년에 겨우 두 번, 올해도 두 번 만났어요.”

타지에서 결혼생활을 시작했던 참여자3은 정서적인 교류를 할 수 있는 관계에 대한 욕구를 항상 가지고 있었다. 이러한 참여자3의 욕구는 코로나19의 발발과 동시에 더욱 충족하기 어려워졌다. 친구들과 가족들은 고향에 있고, 그들을 제외한 유일한 정서적 교류 대상 또한 다른 지역에 있었기 때문에 참여자3의 욕구는 더욱 결핍되기만 했다. 관계 욕구에 대한 간절함으로 학원을 알아보기도 했지만 코로나19 대확산이 나아지지 않아 학원에도 갈 수 없었다. 전업주부인 참여자3은 사회적 관계를 형성할 수 있는 기회를 만들기 어려웠고, 코로나19가 더해져 관계에 대한 욕구는 더욱 간절해졌다.

#### (4) 가정보육과 부정적 정서, 멘붕

“아이는 둘 다 너무 어리고, 남편은 회사에 있고.  
 주변에 아무도 없고. 그러니까 오롯이 저 혼자 해야 되는 거니까.”  
 “그렇다고 내가 데리고 있지도 못하겠으니까.  
 내가 혼자 다 보기가 싫으니까.”

참여자3은 자신을 <선녀와 나무꾼>에 비유하며 <손발이 잘린 채 감옥에 갇힌>상황이라고 설명하였다. 정서적으로 의지할 수 있는 자원 및 양육을 도와 줄 수 있는 주변인이 없는 현실은, 참여자3을 더욱 극한으로 모는 것만 같았다. 매 끼니의 식사와 간식만을 챙기는 것만으로도 큰일이었고, 아이의 안전과 위생을 책임지는 것도 큰 부담이었다. 함께 보내는 시간이 늘어나는 만큼 아이들이 서로 싸우는 일도 잦아졌다. 여력이 없어지니 양육태도도 변화했다. 아이를 양육하는 과정에 있어 적극적이고 엄격했던 참여자3은 아이가 떼를 쓸 때에도 아이를 일으키거나 적절한 제한 설정을 하지 않고 배우자에게 넘기게 되거나, 점차 방임에 가까운 형태를 보이게 되기도 했다.

#### (5) 우울, 무기력

“작년이 정말 피크였던 것 같아요, 우울한 게.  
 코로나가 같이 오면서 머리가 그렇게 빠질 정도로 육아스트레스가 컸던 것  
 같아요.”

지지자원 없이 홀로 두 아이를 양육해야 하는 참여자3의 상황은 코로나19  
 가 찾아오면서 더 버거워졌다. 많은 활동들이 제한되고 집 안에 갇혀있듯이  
 지내게 되는 날들이 반복되면서 참여자3은 기분 전환을 위한 수단을 확보할  
 수 없었고, 타지에 있는 가족들과 지인들과도 교류가 끊기게 되면서 우울감  
 은 더욱 짙어지기만 했다. 이러한 우울감은 참여자3을 무기력하게 만들었고,  
 심리적으로도 신체적으로도 소진 상태에 이르게 했다.

#### (6) 양육 스트레스와 죄책감

“둘째가 잠을 많이 설치고 보채고 그러니까 저도 잠을 못 자요.  
 그러다보니깐 무기력하고, 아이에 대한 원망도 있었고.”  
 “내가 적절한 자극을 줬다면 지금 덜 힘들 텐데. 내가 그 때 말을 안  
 시켜서 그렇구나, 자극을 안 줘서 지금 네가 이렇구나.  
 그래서 그거를 몸으로 다 표현을 했구나. 이런 생각이 다 나는 거예요.  
 그래서 새벽에 혼자 울면서.”

언어지연이 있는 둘째는 참여자3의 손과 발을 묶고 있는 다른 요소였다.  
 순하고 적응력이 좋았던 첫째와 달리, 예민하고 까다로운 기질이었던 둘째를  
 양육하면서 경험하고 있는 많은 어려움을 떠올리며 참여자3은 눈물을 보이기도  
 했다. 언어치료 센터를 다니고 있으면서 조금씩 더 나아지고 있으나, 여  
 전히 언어보다는 행동으로 표현하는 것이 많은 둘째아이를 이해하는 것은 참  
 여자3에게 또 다른 숙제였다. 생활방역을 함에 있어서도, 빠르게 이해하고  
 적응하는 첫째와 달리 아무리 설명해도 이해하지 못하는 둘째를 돌보는데 있  
 어 더 빨리 소진된다고 말했다. 동시에 자신의 양육스트레스로 인한 방임과  
 방치가 아이의 언어지연의 원인인 것 같다고 말하며 죄책감을 느꼈다.



## (7) 타인에 대한 불신

“작년부터는 그니까 사람을 못 믿겠다 해야 되나. 무증상자도 있다고 하고, 남이면 더 의심스럽고. 혹시 만나면 걸리는 게 아닐까.”

“밖에서도 누가 건너편에서 온다 그러면 그냥 부딪힐 수도 있고 스칠 수도 있는데. 이제는 그냥 아이를 내 옆으로 당기면서 이쪽으로 와, 이렇게.”

코로나19의 장기화와 높은 전염성은 다른 사람에 대한 불신으로 이어졌다. 참여자3의 주변에 코로나19에 걸린 사람이 있는 것은 아니었지만, 일을 하면서 외부의 다른 사람들과 접촉해야 하는 배우자나 어린이집 선생님 등, 참여자3이 확인 할 수 없는 ‘만일의 가능성’이 항상 마음 한구석에 불편하게 자리 잡고 있었다. 무증상자에 대한 걱정이 더해지면서 참여자3은 더 많은 것들을 염려하고 신경 쓰게 되었고, 사람 자체가 ‘병균’ 처럼 보이면서 피하게 되기도 했다고 말했다.

### b. 코로나로 인한 우리 가족 일상의 변화

#### (1) 초기 : 감염에 대한 지나친 걱정과 외출 제한

“코로나가 발발하고 3달 정도는 어린이집도 안 보내고  
고향도 못 가고 그랬었거든요.”

“나가서 누구랑 접촉하면 걸릴 것 같고 그랬으니까  
외부 접촉을 최소화하고.”

코로나19가 갑작스럽게 일상을 뒤흔치면서 참여자3은 극심한 공포와 불안에 압도되었다. 코로나19에 대한 충분한 이해가 되어 있지 않았던 만큼, 감염에 대해 지나치게 걱정하며 더욱 조심했다. 집 앞 마트를 가거나 놀이터에 가는 것 역시 거의 하지 않을 정도로 외출을 극도로 제한하였고, 어린이집에서 아이가 돌아올까봐 두려워 가정보육을 선택하게 되었다.

#### (2) 가정보육에서 다시 등원을 시키기까지

“혼자 다 하다 또 시간 되면 밥 차리고 간식 주고.

이러니까 너무 버거운 거예요.”

“5월 달부터는 계속. 2차 대확산, 3차 대확산. 그래도 그냥 계속 보냈어요.

내가 혼자 다 보기가 싫으니까.”

홀로 두 아이의 양육을 부담해야 하는 현실과, 주변에 쉽게 도움을 요청할 수 있는 자원이 없다는 것은 참여자3에게 너무도 버겁고 힘든 상황이었다. 매일 매일이 극한의 상황이었고 참여자3은 ‘멘붕’ 이 왔었다고 설명하며, 세 달이 지나자 더 이상 어떠한 에너지도 남지 않았다고 이야기했다. ‘멘붕’ 이 온 참여자3은 다시 등원시키기로 결정하였고, 이후에는 코로나 신규 확진자 수가 급증하여도 “어차피 다른 아이들은 안 올 테니까, 차라리 감염 걱정은 더 없겠네.” 라고 합리화하며 아이들을 계속 등원시켰다고 했다.

### (3) 가정보육의 한계와 미디어 노출의 증가

“저도 지치니까. 그래, 너 보고 싶은 거 봐라. 이러면 한 시간이 두 시간 되고. 두 시간이 또 세 시간되고. 또 힘들면 다시 틀기도 하고. 혼자서 아이를 볼 때는 그렇게 되더라고요.”

가정보육으로 인한 참여자3의 체력적 소진은 아이를 미디어에 무분별하게 노출시키는 장면으로 이어졌다. 아이의 에너지를 감당할 수 없고 아이와 함께 계속 놀아줄 수 있는 여력이 없었기에 자연스럽게 미디어를 허락하게 되었던 것이다.

### (4) 타지에 있는 가족들과 단절

“코로나 때문에 부산도 못 가고 그러니까. 그 전에는 한 번씩 가면 고모, 시댁, 친정 할머니 보고 이랬는데 작년에는 교류 자체가 힘들었으니까.”

코로나19로 인해 생활반경이 축소되면서, 참여자3은 타지에 있는 원가족들을 거의 만나지 못했다. 코로나19가 발생하기 이전에는 마음만 먹으면 갈 수

있는 곳이었으나, 막연한 불안감과 공포심은 심리적인 브레이크를 작동시켰다. 아이도 친인척들을 만나지 못하는 것에 대해 아쉬워했지만 참여자3이 해 줄 수 있는 것은 없었다.

#### (5) 더욱 실감하는 독박육아

“한 명이 열이 나면 두 명을 업고 가야 되는 상황인데, 주변에 누가 있으면 애 좀 봐 줘, 다녀올게. 이렇게라도 말하고 부탁할 수 있는데 저는 아무도 없는 거예요. 남편도 직장에 있으니까.”

“내가 도움을 요청하고 싶을 때 올 사람이 없고. 다 멀다고 안 오고. 내가 가려고 해도 애들이 신경 쓰이고, 코로나 때문에도 더 못 가겠고.”

남편은 일을 하기 때문에 당연히 자신이 홀로 양육을 감당해야 한다고 생각하는 참여자3은 코로나19를 겪으면서 더욱 더 독박육아를 실감했다. 심리적으로 지치고 힘들 때 생각나는 고향의 친구들을 쉽게 찾아갈 수 없는 현실, 양육을 도와줄 수 있는 주변의 가족들이나 자원이 없는 현실 속에서 참여자3은 한없이 비틀거리고 넘어졌다.

#### (6) 양육의 공간, 집에 갇혀 있는 나

“아이가 없다면 어땠을까. 제 친구들 중엔 딩크가 많은데 집에 있으면 또 할 게 되게 많대요. 근데 나는 집에 있으면 아이들이, 그 좁은 장소가. 할 수 있는 게 한정되어 있고 갑갑하니까.”

“나는 이제 앞으로 20년 동안은 계속 애만 보고 키워야 되나. 여기 갇혀 있다. 이런 생각이 드는 거예요. 그러니까 자꾸 나가고 싶고.”

사회적인 지지자원 없이 두 아이를 양육하는 과정에서 정신적, 신체적으로 소진을 경험하고 있던 참여자3의 어려움은 코로나19의 상황에서 더욱 극한으로 치솟았다. 아이가 없어 양육에서 자유로운 친구들의 모습과는 달리, 자신은 많은 것을 견디고 희생하고 있는 것 같았다. 아이가 다 자랄 때까지는 꿈쩍없이 ‘섬’에 묶여 있어야 한다는 생각에 괴로웠고, 괴로울수록 집이라는

공간은 더욱 답답하게 느껴졌다. 참여자3에게 집은 좁은 감옥이고, 반복되는 일상의 굴레와 같았다.

### (7) 사회적 관계를 형성하기 어려운 상황

“너무 혼자 있으면 사람이 생각이 안나요. 어차피 전화해봤자 못 만나는데 나보다는 잘 지내고 있겠지. 이렇게 생각하고. 눈물이 나고.”

참여자3에게 집은 너무 갑갑한 공간이었다. 아이로 인해 손발이 묶여있고, 그러한 참여자3의 손발이 되어 줄 수 있는 자원이 존재하지 않는다는 것. 그러한 상황 속에서 ‘내가 뭐 때문에 이려고 있지. 애 키우려고 여기에 있나.’ 라는 생각을 하며 힘들어했다. 그렇기에 참여자3은 항상 사회적 관계를 갈망했다.

아직 어린 아이들을 돌보아야 한다는 현실과 코로나19라는 상황은 새로운 사회적 관계를 형성하는 것을 더욱 어렵게 만들었다. 참여자3은 아이들이 마음에 걸려 새로운 직장을 구하지 못했고, 코로나19의 위험성을 염려하여 학원이라는 새로운 환경을 시도할 수 없었다. 자신의 그러한 행동이 가족들에게 피해를 줄까봐 두려웠기 때문이다.

아이를 통해 교류하게 되는 다른 아이의 엄마들은 일종의 벽처럼 느껴졌다. 그들에게 아이가 입보일까봐 걱정했고, 단순히 정보를 주고받거나 눈인사를 주고받는 것에 그쳐 정서적인 교류를 나눌 수 없었다.

### (8) 생활방역에 지나치게 신경 쓰는 모습

“집 앞에 놀이터를 가더라도 누가 만졌을지 모른다고 생각하니까는 휴대용 소독제를 좀 뿌려놓고. 매번 다 닦는 건 힘드니까 뿌리기라도 해야겠다.”

“밖에서 일어나는 일은 제가 터치를 못하니까.

아이가 들어오면 그냥 그 자체로 평균으로 보이는 거예요.”

어쩌다가 한 번씩 놀이터를 나갈 때에도 참여자3은 아이들이 닿을 수 있는 곳에 미리 소독제를 뿌리는 등, 기존에는 신경 쓸 필요가 없었던 많은 것들

을 세세하게 고려하게 되었다. 집 안에서 대부분의 시간을 보내는 참여자3은 집 밖에서 시간을 보내고 오는 가족들에 대해서도 불안해하며 신경을 쓰기도 했다. 배우자가 밖에서 어떤 사람들과 접촉을 하고, 그 사람들의 이동 동선은 어떠한지, 아이들이 어린이집에서 접촉하는 사람들은 안전한지 항상 걱정되고 불안했다. 그럴기에 참여자3은 아이들이 귀가할 때마다 문 밖에서 소독제를 엄청 뿌리고 들어오게 하거나, 들어오자마자 바로 샤워를 시키는 등 개인위생을 철저하게 지도했다. 둘째는 상황에 대한 이해도가 낮아 소리를 지르며 버둥거리거나, 씻기 싫어 도망을 가기도 했다. 참여자3은 이런 아이를 안아주고 억지로 씻길 수밖에 없었는데 이러한 시간 역시 참여자3의 체력적인 소진을 야기했던 하나의 원인이었다.

### c. 코로나를 받아들이기까지

#### (1) 뉴스가 주는 정보에 의존

같은 처지를 공유하고 있는 가까운 지인이나 사회적인 관계가 없었던 참여자3은 코로나19 발생 초기, 뉴스에 의존하여 코로나19에 대한 정보를 얻었다. 참여자3은 다른 지역에서 기하급수적으로 늘어나는 신규 확진자의 수, 코로나19의 높은 전염성과 위험도를 강조하는 뉴스를 반복적으로 확인하면서 코로나19에 대한 공포심이 더욱 커졌었던 것 같다고 이야기했다.

#### (2) 배우자, 어린이집 선생님의 조력

“남편이 희생을 하는 것처럼. 제가 애들이랑 자면 잠을 못 자니까 이제 (남편이)애들을 데리고 자면서 제가 많이 관촬아졌어요.”

“아이에 대해서 이야기 하고 그럴 때.

상담 전화가 오면 또 궁금한 걸 제가 물어보기도 하고.”

참여자3이 부정적인 감정을 표현하면 배우자는 그것을 받아주었고, 양육에 있어 힘들어 할 때에는 최대한 할 수 있는 것들을 하려고 하면서 조력하였다. 또 아이가 다니는 어린이집의 선생님과 아이에 대한 이야기를 하면서,

혼자서는 알지 못하는 것들을 조금씩 나누고 아이의 다른 모습에 대한 이야기를 들으면서 정보를 얻을 수 있었다고 말했다.

### (3) 마스크에 적응하는 아이

“마스크를 잘 해야 밖에 사람들이 있어도 나갈 수 있다는 걸 아니까.”

코로나19의 초기, 마스크가 익숙하지 않았던 시기에는 참여자3이 아이들이 마스크를 착용하는 것에 대해 반복적으로 강조하고 챙겨야 했다. 특히 둘째의 경우에는 마스크를 더 견디기 어려워했다. 씹우자마자 벗는 일도 다반사였기에, 참여자3은 마스크를 씹우기 위해 더 많은 애를 쓴곤 했다. 그러나 코로나19가 장기화가 된 현재, 아이들은 마스크에 조금씩 적응하는 모습을 보였다. 마스크 줄을 목에 걸어주면 스스로 마스크를 쓰는 모습은 아이들의 달라진 모습 중 하나였다. 마스크를 잘 쓰고 있어야 다른 사람들이 있어도 다닐 수 있음을 알고, 마스크를 착용하는 것에 조금씩 적응하였던 것이다.

### (4) 코로나에 대한 주입식 설명의 반복

“그냥 감기 같은 걸로 설명을 했던 것 같아요. 위생관념도 철저해졌어요.”

“코로나 때문에 못 간다.

00이가 안 아팠으면 좋겠어서 이렇게 있는 거라고.

계속 그렇게 주입식 비슷하게 설명해주고. 손 자주 씻게 하고.”

참여자3은 아이가 코로나19에 대해 쉽게 이해할 수 있도록 아이에게 좀 더 흔하고 익숙한 감기의 예를 들어 설명했다. 손을 잘 씻고 더러운 손으로 얼굴을 만지지 않으면 감기에 걸리지 않는 것처럼, 코로나19도 손발을 잘 씻고 그러면 안 걸릴 수 있다고 반복적으로 아이들에게 설명을 하고자 했다. 참여자3의 이러한 노력에도 불구하고, 아이들이 밖에서 다른 것들을 만지고 친구들과 스스럼없이 접촉하며 어울리는 것들은 하나하나 통제할 수 없는 부분이였다. 참여자3은 그렇기 때문에 소독제를 항상 들고 다니면서 뿌리게 되었다고 이야기했다.

**(5) 여전히 많은 것을 홀로 감당하는 모습**

코로나19가 장기화가 되면서 점차 둔감해지고 익숙해지는 것과는 별개로, 참여자3을 힘들게 하였던 상황은 다소 그대로인 편이었다. 참여자3의 주변에는 믿고 아이들을 맡기거나 함께 어울릴 수 있는 친지가 없고, 참여자3은 여전히 정서적으로 의지할 수 있는 사회적 관계를 간절히 바라고 있다.

**d. 워드 코로나, 우리는 살아가는 중**

**(1) 둔감해지는 현실**

집이라는 울타리 안에서 두 아이의 모든 것을 감당하기를 선택했던 코로나19의 발생 초기와 달리, 코로나19의 장기화에 따라 참여자3 역시 조금씩 둔감해지기도 했다. 아무 곳도 가지 못하고 집안에서 갇혀있다시피 생활하였던 초기와 달리, 참여자3은 아이들과 함께 마트, 미술관, 과학관 등 집안에서 할 수 없는 다양한 경험들을 할 수 있는 넓은 공간들을 방문하기도 했다. 코로나19의 발발 이전처럼 완전히 자유롭지는 못하나, 사람이 없는 시간대를 공략하거나 다른 사람들 간의 거리가 안정적으로 확보 되는 넓은 장소들을 위주로 조금씩 생활반경을 넓히게 되었다.

**(2) 코로나의 장기화와 아이들의 적응**

마스크를 알아서 잘 챙기고, 쓰는 아이들의 모습에서도 아이들의 적응력이 엿보였다. 특히 첫째의 경우에는 참여자3의 생활지도에 잘 따라주었는데, 이러한 아이의 모습은 참여자3을 좀 더 안심할 수 있도록 하기도 했다.

**(3) 코로나 상황보다 더 걱정되는 아이의 발달**

“코로나라도 선생님이 마스크를 벗었으면 좋겠는데.  
 선생님이 나보다 더 정확하게 잘 가르쳐줄 거데.”

언어발달이 느린 둘째는 올해 6월부터 언어치료와 놀이치료를 받고 있는

상황이다. 코로나19가 종식되지 않은 상황에서 상담센터라는 새로운 환경에 보내는 것을 선택한 참여자3은 코로나19에 대한 감염보다 아이의 발달에 대한 걱정을 더 많이 하는 모습이었다.

언어치료를 위해 센터에 내방하였을 때, 마스크를 끼고 있어 입모양이 보이지 않는 언어치료사들을 마주한 참여자3은 당황스러웠다고 말했다. 아이가 선생님의 입을 보면서 더 정확히 따라할 수 있기를 원하는데, 입술을 보는 것과 보지 못하는 것의 차이가 있을 것이라고 생각하는데 코로나19로 선택에서 필수가 된 마스크는 서로의 입을 가리고 있었기 때문이다.

센터에서 치료사들이 하기 어려운 부분은 참여자3의 또 다른 숙제가 되었다. 아이의 발음을 좀 더 연습시키고 확장시킬 수 있도록 해야 한다는 언어치료사의 말에 참여자3은 집에서 아이에게 그러한 자극을 주고자 하지만, 비전문가인 자신이 하는 것에는 한계가 있을 것 같아 아쉽기만 했다.

동시에 아이의 언어발달이 생각보다 더 늦어지고 있는 것 같아 불안했다. 참여자3은 자신이 기존에 생각했던 기간보다 더 오래 걸릴 수도 있을 것 같다는 걱정이 하나의 스트레스가 되었음을 설명하며, 기약이 없어 희망을 찾는 것도 어려워 자꾸 안 좋은 감정에 더 휩싸일 것 같다고 이야기하였다.

#### **(4) 여전히 많은 것을 걱정해야 하는 현실**

“불안하니까 어떻게든 설득을 시키고 그거에 연속이었어요.  
지금도 마찬가지고.”

참여자3은 일시정지가 되었던 일상을 다시 재생시키면서, 아이들에게 새로운 경험을 많이 시켜주고자 하는 만큼 집 밖에서 보내는 시간도 조금씩 늘리는 중이다. 그러나 코로나19가 완전히 종식되지 않은 상황이기에, 여전히 감염에 대한 불안감은 늘 일상과 맞닿아 있었다. 코로나19 이전에는 예약할 필요가 없었던 것들도 전부 예약제로 전환되어 자유롭게 누리기가 더 어려워졌고, 폐쇄된 기관들이 너무 많기 때문에 사전에 미리 확인해야 하는 것들이 늘어났다. 감염에 대한 걱정에서 완전히 자유로울 수 없기 때문에 여전히 많은 것들을 신경 쓰고 걱정해야 하는 것이다.



## 4. 참여자4

### a. 코로나와 정서적 경험

#### (1) 첫 발발 당시 : 금방 지나갈 거야.

“그 때 당시에는 그냥 조금만 참아보면은 좋아지겠지, 괜찮겠지.  
이런 이야기를 주로 하긴 했죠.”

‘우한폐렴’이라는 말로 처음 코로나19를 접하게 되었을 때, 참여자4는 그 심각성을 실감하지 못했다. 지금까지 거쳐 온 다른 여느 전염병과 다를것을 것이라고 생각하며, 금방 지나갈 테니 답답해도 조금만 참아보면 될 거라고 기대하기도 했다.

#### (2) 확진자의 급증 : 감염에 대한 걱정

“심할 정도로 아이 반 친구들이 안 나오고. 그 때 딱 한 명 나왔던 애는  
엄마가 맞벌이여가지고. 근데 전화해서 어머니 누구 혼자 있는데.  
이런 이야기를 했다고 하더라고요.”

참여자4뿐 아니라, 주변의 모든 엄마들이 위축되고 조심스러웠다. 산발적으로 계속 발생하는 신규 확진자와, 미디어에서 코로나19와 관련된 내용들을 반복적으로 다루면서 강조하는 사회적 분위기는 감염에 대한 걱정을 계속 부추겼고, 결과적으로 집이라는 울타리를 더욱 견고하게 세우도록 했다.

#### (3) 발달장애아동에 대한 의심과 걱정

“엄마들 만날 때마다 그런 이야기를 했어요. 우리 애들 어떡해.  
만약에 걸리면 우리는 어떻게 할 수 없어.  
격리되면 과연 따로 있을 수 있을까,”  
“처음에는 애들이 마스크도 다 안 쓰고 다닐 것 같고 불안했는데.”

참여자4의 걱정에서 가장 많은 부분을 차지하는 것은 아이에 대한 것이었다. 발달지연이 있는 나의 아이가 과연 새로운 변화에 잘 적응할 수 있을까. 아직 엄마의 손길이 너무도 필요한 아이이고, 엄마 없이는 모든 것을 잘 해 내지 못할 것 같은데. 참여자4의 눈에 아직 ‘내 아이’는 많이 부족하고 어리기만 했다. 그렇기 때문에 참여자4는 자가격리나 음압병실과 같은 상황을 상상해보며 만일의 상황에 대해 걱정하고 불안해했다.

#### (4) 가정교육과 부정적 정서, 화

“밖에서는 그래도 표현 잘 안하려고 노력을 하는데.  
 집에서는 거의 00이한테 화내는 것 밖에 없는데요.”

참여자4는 자주 표현하는 정서에 대해 이야기하면서, 주로 아이에게 화를 내는 모습밖에 기억나지 않는다고 말했다. 아이가 물건을 어지르거나 던지는 모습, 작은 구석에 종이를 찢어 밀어 넣는 행동들을 지켜보기 힘들었던 참여자4는 이러한 아이의 행동에 대해 반복적으로 제한 설정을 했다. 참여자4가 생각하기에 문제행동처럼 보이는 이러한 행동들이 쉽게 소거가 되지 않고, 한 번 이야기를 해도 곧바로 듣지 않는 아이의 모습에 답답하기도 하면서 화도 났다. 아이에게 좋게 말을 하려고 했지만, 반복되는 상황 속에서 참여자4가 지칠수록 표현은 거칠게 나갔고 아이에게 고통을 지르면서 화를 내게 되었다. 마음처럼 아이가 잘 따라주지 않고, 생각보다 더 많은 것들을 신경 써야 하는 상황에서 아이에게 그렇게 표현하는 스스로의 모습을 보면서, 참여자4는 놀라면서도 미안함을 느꼈다.

#### (5) 센터를 가지 못하는 것에 대한 불안

“코로나 처음 터졌을 때 그 모든 센터가 쉴 때는 진짜. 완전히 충격이 컸죠.”

유치원보다 센터에 의존하는 마음이 컸던 참여자4에게 모든 센터의 휴원은 큰 충격으로 다가왔다. 발달적으로 더디고 여러 자극이 필요한 아이에게 충

분한 자극과 경험을 제공해주지 못하게 되었다는 생각을 하면서 조금해지고 불안해졌다. 단순히 경험에 대한 측면뿐 아니라, 치료적으로, 발달적으로 적절한 자극을 줘야 할 것 같다는 강박과, 자신은 그것을 충분히 해줄 수 없을 거라는 걱정에 많이 힘들었다고 이야기했다.

## b. 코로나로 인한 우리 가족 일상의 변화

### (1) 초기 : 감염에 대한 지나친 걱정과 외출 제한

“모든 활동에 제한을 당하고 편하게 다닐 수 없고.

아이가 하고 싶은 거, 해야 될 거, 가고 싶은 거. 이런 거를 다 규제를 당했죠.”

감염에 대한 극심한 공포 때문에 어린이집과 아이가 다니고 있었던 여러 센터, 문화센터 등을 보내는 것이 쉽지 않았다. 불특정다수의 사람들과의 접촉, 다른 사람들의 동선을 전부 파악하지 못하는 한계 등 감염에 대한 만일의 가능성 때문에 참여자4의 생활 반경은 많이 좁아졌다. 친구들도 만나면 안 될 것 같은 분위기와 전반적으로 팽배한 불안감으로 인해 사회적인 교류를 할 수 있는 기회도 제한되었고, 식당과 같이 많은 사람들이 모이는 장소에도 아예 가지 못했다. 주변의 누군가가 어디 여행을 다녀왔다는 이야기를 들으면, 속으로 ‘그걸 좀 참아보지, 굳이 이 시기에 가야 돼?’ 라는 생각이 들어 불편한 감정과 분노를 느끼기도 했다.

### (2) 가정보육에서 다시 등원을 시키기까지

“코로나가 처음 터졌을 때는 더 조심을 많이 했고.

밖에 돌아다닐 일도 안 만들고.

그런데 이게 너무 장기화가 되니까, 이제 어린이집이나 이런 곳을 진짜 보내야 할 것 같아서 그냥 보냈거든요.”

“계속 엄마를 붙잡고 뭐 해달라. 이런 요구 사항도 엄청 많았고.

다른 사람이 아무도 없었으니까. 지금도 마찬가지고요.

아이가 하도 저를 많이 찾으니까,  
 이제 아빠한테도 엄마라고 불러요. 센터 선생님도 엄마라고 부르고,  
 습관처럼 모든 게, 제일 먼저 나오는 소리가 엄마.”

아이가 아직 대소변을 정확하게 가리지 못하고, 언어적인 의사소통에 한계가 있기 때문에 참여자4는 아이를 다른 사람에게 맡기는 것이 늘 조심스러웠다. 가정보육을 하면서도 대부분의 시간 동안 혼자서 아이를 돌보았는데, 다른 사람이 아무도 없는 그 기간 동안 아이는 모든 것을 참여자4에게 의존했고, ‘엄마’라는 말이 입에 붙어 다른 사람들도 전부 ‘엄마’라고 부르는 모습을 보였다. 가정보육을 하는 과정에서 경험하는 신체적 및 심리적 소진도 어려웠지만, 아이에게 필요한 자극을 충분히 주지 못하는 것 같다는 생각이 참여자4를 더 괴롭게 했다. 더 늦으면 안 될 것 같다는 생각에 어린이집과 센터에 다시 아이를 보내게 되었다.

### (3) 가정보육의 한계와 미디어 노출 증가

“집을 너무 어지르면 저는 그걸 보는 게 좀 힘들거든요.  
 아이는 계속 어지르니까 수시로 그런 걸 치우게 되고.  
 그러다보면 아이한테 짜증이 나니까.  
 그걸 막기 위해 미디어 노출을 시켰죠.”

가정보육을 하면서 가족들의 하루 세 끼를 챙기는 것도 큰일이었지만 참여자4에게 가장 어려운 일은 아이가 집을 어지르는 것을 지켜보는 것이었다. 아이는 신체적으로 에너지를 분출할 수 있는 기회가 적어 집 안에서 그만큼의 에너지를 해소하려고 했다. 아이는 지나다니면서 손에 닿는 모든 책과 장난감을 꺼냈고, 참여자4는 그런 아이의 뒤를 쫓아다니면서 물건들을 다 정리하기를 반복했다. 그런 일상이 되풀이 되면서 참여자4는 아이한테 고향을 지르며 짜증을 내기도 했고, 이와 같은 상황을 막기 위해 아이에게 미디어 노출을 허용하게 되었다.

#### (4) 타지에 있는 가족들과 심리적 거리감

“저희 작은 오빠가 서울 쪽에 사는데, 아예 안 오더라고요.  
 애들도 학교에서 문제 생길 수 있고, 회사에서도 걸리면 끝장이다.  
 이렇게 하니까 오라고 할 수도 없어요.  
 그러면서 가족 간의 거리가 좀 많이 멀어진.”

다른 지역에 있는 가족들과의 교류는 거의 끊겨가고 있었다. 물리적인 거리는 그대로인데, 코로나19로 인해 지역 간의 이동이 제한되면서 두 지역 간의 거리가 더욱 멀어진 느낌이었다. 예전처럼 얼굴을 보고 많은 이야기를 나누며 서로를 느끼고 싶었으나, 당연했던 그런 모습들이 너무 어려워진 현실이었다. 한 사람이 속해있는 집단에 큰 파장을 일으킬 수 있다는 생각과 경각심은 가족 간의 교류를 더욱 어렵게 만들었고, 가족 간의 심리적인 거리감이 멀어진 느낌이었다.

#### (5) 1인 다역을 감당해야 하는 상황

“내 몸은 한 개인데 아이는 엄청 에너지가 많고.  
 또 저는 전문가가 아닌데.”

홀로 양육을 부담하고 있는 참여자4는 어린이집과 여러 센터에 의존하고 있는 것들이 많았다. 코로나19로 그 많은 기관들을 이용할 수 없게 되면서, 모든 역할은 참여자4의 몫이 되었다. 참여자4는 아이의 양육과 기본적인 안전 확보 이외에도 더 많은 것들을 해내야 하는 부담감을 느꼈다. 혼자서 모든 역할을 해내야 하는 상황과, 주어지는 모든 역할을 잘 수행해내지 못하는 현실은 더욱 버겁고 힘들게 느껴졌다.

#### (6) 아이의 손을 잡고 매일 등산과 산책을 반복

아이가 미디어에 노출되는 시간이 길어지면서 참여자4는 미디어 노출 시간을 줄일 수 있는 방안에 대해 고민했다. 어쩔 수 없이 아이에게 미디어를 허용했지만, 장시간의 미디어 노출이 주는 부정적인 영향을 항상 인식하고 있

었기 때문에 가능하다면 빨리 아이의 미디어 노출 시간을 줄이고 싶었다. 참여자4가 생각해 낸 방법은 매일 아침 아이와 함께 등산을 하는 것이었다. 참여자4는 아이의 손을 잡고 매일 아침저녁으로 등산과 산책을 반복했다. 아이가 신체활동을 하면서 에너지를 쏟을 수 있게 하고, 집 안에서만 있는 시간을 줄이기 위해 고안한 최선의 방안이었다.

### (7) 아이의 퇴행에 대한 걱정

“코로나 처음 터졌을 때 그 모든 센터가 쉴 때는 진짜. 완전히 충격이 컸죠. 아이가 대화도 완전히 안 될 거라는 생각, 내가 어떻게 다 해줄 수 있을까. 이런 생각이 들어서 힘들었죠. 아이가 퇴화될까 봐, 그런 마음에.”

코로나19는 여전히 일상의 많은 부분을 잠식하고 있었고, 감염에 대해 자유롭지 못했지만 참여자4는 아이를 다시 여러 센터에 보낼 수밖에 없었다. 적절한 시기에 적절한 자극을 줄 수 없을 것이라는 불안은 아이의 퇴행에 대한 걱정으로 이어졌기 때문이다. 참여자4가 평소 해주지 못하는 것들을 보완하기 위해 많은 센터를 다니고 있는 상황이었기에, 그러한 센터에 가지 못하는 사실에 머리가 무거웠고 두려웠다.

## c. 코로나를 받아들이기까지

### (1) 엄마로서의 의무감

“00이 자체만을 보고도 극복할 수밖에 없는 게.

부모. 엄마이기 때문에. 의무적인 것.”

발달장애를 갖고 있는 아이를 양육하는 과정은 녹록치 않았다. 머릿속은 아이에 대한 생각으로만 가득했고, 아이의 센터와 어린이집을 등원시키는 것도 오롯이 참여자4가 혼자 해내야 하는 일이었다. 코로나19의 확산세가 심각해지면서 아이가 다니고 있던 많은 센터들이 휴원을 하게 되고, 어린이집에도 보내지 못하는 상황이 닥쳤지만 참여자4는 ‘엄마이기 때문에’ 아이를 포

기하지 않고 아이 하나만을 보고 극복할 수밖에 없었다고 말했다.

## (2) 같은 경험을 하고 있는 엄마들의 지지

“주변 분들을 좀 잘 만난 것 같아요.

모임처럼 우리 아이들하고 엄마들하고 이렇게 모이는데,  
 그게 되게 힘이 돼요. 엄마들이 다 열심히 하고, 아이들한테 적극적으로  
 모든 정보를 같이 공유하고.”

참여자4와 비슷한 경험을 하고 있는 또래 엄마들과의 모임은 큰 힘이 되어 주었다. 아이가 전에 다녔던 유치원에서 만나게 된 엄마들은 아이들이 발달 장애를 갖고 있다는 공통분모로 더욱 응집력 있게 뭉쳤다. 혼자서 해결하기 힘든 부분은 함께 머리를 맞대고 고민하고, 아이들에게 좋은 경험이 있다면 아낌없이 공유했다. 아이들과 함께 여행을 가기도 하고, 얼굴을 보면서 시시콜콜한 대화를 하기도 하면서 작지만 소중한 즐거움을 느낄 수 있었다.

코로나19가 발발하였을 때도 각자가 알고 있는 정보들과 불안함, 걱정과 같은 것들을 자유롭게 나누면서 서로 의지하고 지지하기도 했다. 이러한 인연의 존재는 참여자4가 아이를 포기하지 않고 끝까지 신경을 쓰면서 버틸 수 있게 한 소중한 자원이었다.

## (3) 아이가 거부감 없이 마스크를 착용하도록 유의

“마스크에 대해서는 큰 거부감은 없었던 것 같아요. 왜냐하면 애가 타이트한 거는 답답해하고 지금도 못 쓰니까, 제가 일부러 살짝 큰 거를 해주거든요. (마스크 착용을)잊어버리거나 그래도 제가 신경 쓰고 계속 말하고 해주고 그랬으니까 지금은 잘 하는 것 같아요.”

참여자4의 걱정과는 달리, 아이는 생각보다 마스크를 착용하는 것에 대해 잘 받아들이는 모습이였다. 너무 답답하면 실내에서 마스크를 벗으려고 하기는 하지만, 대부분의 장면에서는 큰 거부감 없이 마스크를 잘 착용하고 있었다. 참여자4는 아이가 마스크를 답답하게 느끼지 않도록 일부러 좀 더 여유

있는 크기의 마스크를 챙겼고, 아이는 답답함을 느끼지 않아 참여자4의 지도에 따라 마스크를 잘 착용했다.

마스크의 필요성에 대한 설명도 시간의 흐름에 따라 조금씩 달라졌다. 초기에는 “다른 사람들이 다 쓰고 있으니깐, 우리도 해야 해.” 라고 설명하는데 그쳤다면, 코로나19의 장기화에 따라 아이가 점차 익숙해지고, 코로나19에 대한 이해도도 높아져서 기본 상식에 기반으로 하여 구체적인 설명을 해주게 되었다. 물론 눈에 보이지 않는 균에 대해 이해하는 것은 여전히 부족하지만, 반복적인 설명으로 인해 아이는 습관처럼 마스크 착용에 익숙해졌다.

#### (4) 코로나에 대한 주입식 설명의 반복

“여러 번 설명을 했죠. 그래도 관심 갖고 이렇게 하는 애들 몇이나 있지 싶어요. 조심하라고 해도 조심을 왜 해야 하는지 모르고.

눈에 보이지 않기 때문에 더 그런 거 같아요.”

“이제 지금은 습관처럼 되어버렸어요. 애가 그거를 이해를 한다기보다는 습관처럼 해요.”

참여자4는 코로나19에 대해서 장난스럽게 이야기를 하기도 하고, 손을 씻고 마스크를 써야 하는 이유에 대해서 자세히 설명해주기도 했다. 아이가 그것을 귀담아듣거나 전부 이해하지는 않는다고 생각하였지만 반복적으로 설명을 하며 아이가 익숙해질 수 있도록 했다. 지금도 그런 부분에 대해 관심이 없는 아동의 모습을 회상하며, 참여자4는 보이지 않는 것들에 대해 설명하는 것이 쉽지 않다고 덧붙였다.

#### (5) 기존에도 습관처럼 지키던 생활방역

“그렇게 큰 차이는 없는 것 같아요.

애가 옷에 먼지를 하도 많이 묻혔으니깐, 코로나 이전에도 나갔다 들어오면 무조건 옷 다 벗기고 샤워하고 그랬거든요.

그렇게 하다 보니까 자연스럽게 00이가 먼저 손 씻어, 이런 말도 하고.



아니면 옷 벗고 욕실로 들어가려는 그런 행동도 한 번씩 해요.”

마스크 착용을 제외한 다른 생활방역은 코로나19 이전과 비교하였을 때 크게 달라지지 않았다. 아이가 밖에서 신체활동을 많이 하고, 넘어지거나 옷에 먼지를 묻혀오는 경우가 잦았기 때문에, 참여자4는 코로나19 이전에도 개인 위생에 많이 신경을 쓰고 있는 편이었다. 그렇기 때문에 아이는 외출 후 손을 씻거나 샤워를 하는 것에 이미 익숙해져있었고, 자연스럽게 그것을 받아들였다고 말했다.

#### d. 위드 코로나, 우리는 살아가는 중

##### (1) 둔감해지는 현실

“처음엔 과민반응하고, 작은 것도 신경 쓰였는데 이제 지금은 그냥 익숙해져버리더라고요.”

엘리베이터 버튼, 문 손잡이와 같은 사소한 것들에 온갖 주의를 기울여 신경을 썼던 것은 아주 잠시였다. 아이에게 많은 경험을 주고자 하는 참여자4의 바람과, 발달장애 아이를 혼자서 양육하면서 경험하는 한계는, 다가온 현실을 직면하고 그것에 둔감해지도록 만들었다. 집 안에서 아이가 할 수 있는 경험에는 한계가 있고, 참여자4가 혼자서 아이에게 필요한 모든 자극을 줄 수는 없었기 때문이다.

##### (2) 코로나 상황보다 아이의 발달에 대한 걱정

“센터나 유치원을 보내면서도 사실 걱정은 되죠.

다른 어른들이나 아이들이 외부랑 어느 정도 노출되는지도 걱정이고.

저희만 조심한다고 되는 게 아니니까.”

“그래도 유치원보다 센터에 의존을 하게 되는 게.

한 번이라도 자극을 줘야할 것 같은 생각에.

나는 전문가가 아니기 때문에.”

코로나19에 대한 불안감은 여전하지만, 참여자4는 여러 센터에 아이를 보내는 것을 포기할 수 없었다. 놀이치료, 언어치료, 미술치료, 감각통합치료 등 다양한 센터에 아이를 보내면서 늘 다른 사람들의 동선이 신경 쓰였으나, 아이의 발달을 위해서라면 다양한 자극이 필수적이라고 생각했기 때문이다. 참여자4는 해당 분야의 전문가가 아닌 만큼 한계가 있을 거라고 생각했고, 적절한 시기에 적절한 자극을 충분히 제공해주고 싶은 마음은 코로나19로 인한 불안감보다 더 크게 참여자4를 자극했다.

### (3) 코로나로 인해 잃어버린 명절

“명절 문화가 아예 없어진 것 같아서 좀 속상하더라고요.

가족들이 예전처럼 다 모이기도 힘들고.

아이들한테도 명절이 어떤 날인지 경험시키고 설명하기가 힘드니까.

그런 거 전혀 없이 그냥 오늘은 유치원 안 가는 날. 이렇게 돼버리잖아요.

어떻게 보면 아이들한테는 일요일하고 똑같은 거죠.”

가족들이 모이는 것이 어려운 상황은 명절이라고 다르지 않았다. 여러 지역에 흩어져 있는 친지들을 만나지 못하는 기간이 길어지면서, 인원 제한 등과 같은 방역수칙을 여전히 신경 써야 하는 현실을 느끼면서, 참여자4는 코로나19가 명절을 빼앗아 간 느낌이라고 했다. 무엇보다 아이가 직접 경험을 하고 눈으로 확인하면서 이해할 수 있는 것들이 있는데, 명절이라는 특별한 날을 경험시키고 설명하기 어려워졌다는 것이 너무 아쉬웠다.

### (4) 백신을 맞았지만 여전히 쉽지 않은 가족 간 교류

“이번 추석에도 백신 2차까지 다 맞은 사람이 3명이나 있었는데도 그냥 서로 모이지 말자고 해서. 저희도 아예 안 가버렸거든요. 이래저래 친구 외가 양쪽 다 안 가버렸어요.”

코로나19의 장기화에 따라 우리는 적응하고 극복할 수 있는 다양한 방안을

생각해냈다. 그러나 코로나19가 완전히 종식되지 않은 지금, 여전히 어려움은 존재한다. 감염에 대한 최소한의 예방적 차원으로 백신이라는 대안을 선택하였으나, 눈에 보이지 않는 불안감은 여전히 남아 있다.

## B. 사례 간 분석

사례 간 분석 단계에서는 사례 내 분석 과정에서 얻어진 내용을 토대로 사례 간 유사점과 차이점을 분석하였다. 각 사례의 범주 내용을 분석한 후, 연구 참여자들의 이야기를 서로 비교하여 유사점과 차이점을 발견하고자 하였다. 차이점이 나타난 주제에 대해서는 각 참여자들의 갖고 있는 맥락의 독특성을 반영하여, 그러한 차이점이 나타나게 된 배경에 대하여 분석하였다.

### 1. 사례 간 유사점

#### a. 가정보육에서 다시 등원을 시키기까지

참여자들은 코로나19가 처음 발발했던 당시에는 그 심각성에 대해 실감하지 못했다. 그러나 아이의 어린이집에 다른 아이들이 많이 나오지 않는 모습 등을 직접 눈으로 확인하면서 코로나19 신규 확진자가 급증하는 것을 체감하고, 심각성을 피부로 느끼게 되었다.

정부에서 내려진 휴원 명령과 함께, 코로나19 감염에 대한 불안과 걱정으로 인해 참여자들은 가정보육을 선택했다. 사례마다 그 기간은 상이했으나, 가정보육이라는 것은 참여자 모두에게 큰 변화이자 도전이었음을 확인할 수 있었다. 양육에 대한 모든 책임을 부담하고, 생활반경이 현저하게 줄어든 그 시기동안 참여자들은 신체적인 소진과 정서적인 어려움을 경험했다. 동시에 여러 한계를 확인하며, 참여자들은 불안감을 떨치지 못한 채 다시 등원을 결정하게 되었다.

#### b. 주변인의 조력과 코로나 상황에 적응

코로나19로 인한 변화를 받아들이고 적응하기 위해 참여자들은 주변의 지지자원들과 더욱 굳건해졌다. 특히 같은 아파트나 같은 지역에 사는 등 물리적인 거리가 가까울수록 더욱 많이 의지하고 도움을 주고받을 수 있었다.

보육 기관을 이용하지 못했던 기간 동안 참여자들을 조력한 존재는 주로 배우자이거나 아이들의 조모였다. 양육이라는 과업을 주변인들과 나누어 들면서 참여자들은 일상생활을 지키며 그 시기를 무사히 지나올 수 있었다. 또 다른 지지자원으로는 비슷한 상황을 겪고 있는 동료나 친구였다. 참여자들은 함께 고민하고, 의지하면서 정서적인 위안을 얻을 수 있었다.

### c. 여행과 경험의 기회 감소

코로나19로 인한 변화를 떠올리면서, 참여자들은 공통적으로 여행을 가지 못하는 상황에 대한 아쉬움을 언급했다. 감염을 예방하기 위해 당연히 지켜야 하는 부분이라고 생각하지만, 가족들과 특별한 추억을 쌓지 못한다는 사실은 안타깝기만 했다. 아이들이 다양한 경험을 할 수 있는 기회를 잃어버린 것 같아 아이의 발달적인 측면에서도 걱정스러웠다. 일상생활 속에서 크고 작은 즐거움을 찾거나 새로운 놀이를 하며 시간을 보낼 수 있었지만, 그러한 활동으로는 대체할 수 없는 부분이 분명 존재했다. 참여자들은 코로나19의 장기화에 따라 많은 것을 받아들이고 익숙해지고 있었으나, 아이들에게 충분한 경험을 시켜주지 못하는 부분에 대해서는 여전히 아쉬워하고 있었다.

### d. 둔감함과 적응, 그 한 끝 차이

2020년 1월, 국내에서 첫 확진자가 나온 이후 지금까지도 코로나19는 종식되지 않고 계속 우리의 삶에 질게 베어 영향을 미치고 있다. 여러 번이 바이러스의 출현, 돌파감염 등의 새로운 문제가 연이어 나타나면서, 코로나19의 완전한 종식을 기대하는 것보다 공존을 준비해야 한다는 것을 의미하는 ‘위드 코로나(With Corona)’라는 개념이 대두된 만큼, 참여자들도 코로나19에 적응하는 모습이었다. 어른과 아이 모두 생활방역에 익숙해졌고, 코로나19에 대해 어느 정도 안일하게 생각하는 모습을 보이기도 했다. 참여자들은 더 이상 확진자의 동선 하나하나에 지나치게 민감하게 반응하지 않았고, 마스크

착용과 거리두기를 유의하면서도 아이들과 함께 야외에서 여가시간을 보내거나 새로운 추억을 쌓으려는 시도를 하기도 했다.

## 2. 사례 간 차이점

사례별로 범주화 한 의미단위를 살펴보면서 참여자들 간 독특하게 나타나는 경험의 의미를 찾을 수 있었다.

### a. 참여자1과 참여자2의 특성

참여자1과 참여자2는 일과 가정을 양립하는 취업모이다. 이 두 사례는 자녀를 양육함에 있어 도움을 요청할 수 있는 자원이 풍부한 편이었으며 아이 역시 정상발달의 아이들로 변화에 잘 적응하는 모습을 보였다. 참여자1과 참여자2는 직장을 갖고 있다는 공통분모를 가지고 있지만, 두 사례에서 ‘직장’은 다른 의미로 나타났다.

참여자1의 경우에는 직장에서 긍정적인 에너지를 많이 쓰게 되는 만큼, 퇴근 후에 아이에게 그만큼 해주지 못한다는 생각에 미안함을 느꼈다. 또 직장에 소속되어 있는 만큼 다른 사람들에게 피해를 줄까봐 코로나19의 감염에 대해 더 조심하였고, 다수의 사람들과 접촉할 가능성이 높아지는 만큼 불안해하기도 했다.

반면, 참여자2의 이야기에서는 직장이 지니는 긍정적인 의미가 강조되었다. 참여자2는 직장에서 만나는 동료들과 정서적인 교류를 하면서 새로운 에너지를 얻었고, 집이라는 제한된 공간이 아닌, 직장이라는 새로운 환경에서 기분전환을 할 수 있었다.

참여자2에게 직장이 좀 더 긍정적인 의미를 갖게 되었던 것은 참여자2의 경력단절과 관련이 있었다. 참여자2는 아이의 출산과 양육으로 인해 5-6년 동안의 경력단절을 경험했다. ‘집 안에만 갇혀’ 아이를 양육하는 그 시간은 너무나 답답했고, 응어리진 감정을 해소할 수 있는 마땅한 방법을 찾을 수 없었다. 지금이 아니면 일을 하기 더 힘들어진다는 주변인들의 말이 참여자2의 가슴에 꽃혔고, 잠깐이라도 괜찮으니 근무를 하면서 스트레스를 해소하고 싶은 마음에 시작하게 된 일이었다. 일과 가정을 양립해야 하는 상황 속, 몸

은 힘들었지만 오롯이 집 안에서 양육만을 전담하던 시기와 비교하여 심리적으로 훨씬 안정될 수 있었다. 직장 동료들의 정서적 지지와 배우자 및 조모의 양육 조력에 고마워하며, 참여자2는 자신의 상황에 대해 “운이 좋았죠.” 라고 표현하기도 했다.

### b. 참여자1과 참여자3의 특성

참여자1은 일과 가정을 양립하는 취업모이고, 참여자3은 전업으로 아동의 양육을 전담하는 전업모이다. 코로나19의 발발 초기에 두 참여자는 감염에 대한 두려움으로 인해 가정보육을 선택하였다는 공통점이 있었으나, 가정보육의 기간 동안 경험한 소진의 정도는 다르게 나타났다. 참여자1은 가정보육을 하면서 풍부한 지지자원을 통해 양육적인 도움을 받고 정서적으로 안정될 수 있었으나, 참여자3이 경험하는 정서적 어려움은 상대적으로 더욱 심화되었다.

참여자3은 코로나19 발생 이전에도 사회적 관계에 대한 간절한 욕구를 가지고 있었으나, 타 지역에서 시작하게 된 결혼생활과 두 아이를 양육해야 하는 상황 때문에 정서적인 교류를 할 수 있는 대상을 충분히 확보할 수 없었다. 이러한 상황은 코로나19의 발생 이후에 더욱 극대화되었고, 결과적으로 참여자3은 더욱 빠르게 소진되었던 것이다. 참여자3은 특히 발달장애가 있는 아이를 양육하면서 겪었던 신체적인 소진에 대해서도 이야기했다. 참여자3의 심리적 어려움은 양육태도에도 즉각적으로 영향을 미쳤고, 우울과 무기력감을 경험하면서는 방임에 가까운 모습을 보이게 되기도 했다.

코로나19로 인한 많은 제약과 불안감은 여전히 남아있지만, 참여자1은 코로나19의 장기화에 따라 조금씩 적응하는 모습을 보였다. 그러나 참여자3은 아이의 발달과 관련한 걱정, 사회적 관계를 형성하지 못하고 있음에 대한 어려움 등 여전히 많은 것을 걱정하면서 힘들어하고 있었다.

### c. 참여자1과 참여자4의 특성

참여자1은 일과 가정을 양립하는 취업모이고, 참여자4는 발달장애가 있는 아이를 양육하는 전업모이다. 두 참여자의 경험에서 가장 두드러지는 특징은

코로나19의 상황 속에서 주로 하였던 걱정에 대한 것이었다.

코로나19 발생 초기에 참여자1은 주로 돌봄 공백을 어떻게 채울 수 있을지에 대한 걱정을 많이 하였다. 직장이라는 환경에서 주어지는 역할을 수행해야하면서도 어머니로서 책임져야 하는 많은 것들이 존재하였고, 외부 환경에 노출되는 장면이 많은 만큼 감염에 대한 위험성 역시 더 높아졌기 때문에 더 많은 신경을 쓰며 조심하였다. 코로나19가 일상의 많은 부분을 잠식하고 그 영향력이 여전한 지금, 참여자1의 주된 걱정은 아이와 다양한 경험을 하지 못하는 상황에 대한 것이었다. 초기와 달리 조금씩 여행도 다니고 외출의 빈도도 늘어나고 있으나, 예측하지 못하는 상황에 대한 막연한 불안감과 여전히 남아있는 답답함은 한결같은 걱정거리였고, 내 아이의 다섯 살이 마스크에 가려진 채 지나가버렸다는 사실은 너무도 안타까웠다.

참여자4는 주로 아이의 발달과 관련한 걱정을 많이 하고 있었다. 코로나19 발생 초기에는 갑작스러운 변화와 위험에 대해 나의 아이가 과연 잘 적응하고 대처해나갈 수 있을까에 대해 걱정했다. 자가격리, 음압병실과 같은 상황이 더 이상 남의 일이 아닌 것 같았고 그러한 상황이 닥쳤을 때 나의 아이가 과연 ‘엄마 없이’ 잘 해낼 수 있을지 걱정했다. 코로나19의 장기화에 따라 초기의 고민은 다소 줄어들었지만, 아이의 발달과 관련한 다른 걱정이 시작되었다. 참여자4는 유치원보다 발달센터에 의존하는 마음이 더 컸기에, 모든 센터의 휴원은 큰 충격으로 다가왔다고 이야기했다. 자신은 전문가가 아니기 때문에 발달적으로 적절한 자극을 주고 있지 못하다는 걱정이 참여자4를 무겁게 짓눌렀고, 아이가 퇴행하고 더 나빠지지 않을까 노심초사하였다.

#### **d. 참여자2와 참여자3의 특성**

직장동료, 가까운 곳에 있는 가족, 친구 등 지지자원이 많은 참여자2와 달리, 참여자3은 어떠한 사회적 관계도 갖고 있지 못했다. 타지에서 결혼생활을 시작하면서 고향에 있는 가족들, 친구들과 멀리 떨어지게 되었으며 결혼과 동시에 경력이 단절된 현실은 실질적인 사회적 관계를 형성할 수 있는 기회를 앗아갔다. 두 아이를 낳고 양육을 하는 지금까지도 참여자3은 사회적 관계를 간절하게 원하고 있으나, 하루의 전부를 아이에게 헌신하는 일상으로

인해 참여자3의 욕구는 충족되기 어려웠다. 사회적 관계를 형성하기 위해 학원을 알아보려고도 했으나, 코로나19라는 새로운 시대적 변화로 인해 그러한 기회마저 박탈당한 기분이었다. 정서적으로 의지할 수 있는, 혹은 실질적인 도움을 받을 수 있는 자원이 부족한 현실은 참여자3으로 인해 코로나19의 파급력을 더욱 크게 실감하게 만들었다.

#### e. 참여자2와 참여자4의 특성

참여자2가 코로나19라는 급격한 변화에 적응하고 일과 가정을 양립할 수 있도록 도왔던 것은 여러 지지자원이었다. 그 중에서도 참여자2가 자주 언급했던 것은 경력단절 후에 새로 구하게 된 직장에서 만난 동료들이었다. 집이라는 제한된 공간이 아닌 직장이라는 새로운 공간에서 참여자2는 정체성을 찾고 에너지를 얻었으며, 직장 동료들과 고민을 나누면서 서로 정서적으로 지지하고 응원했다. 동시에 참여자2는 가까이 있는 가족들과 더 자주 만나면서 코로나19로 생긴 많은 제약 속에서도 새로운 재미를 찾아낼 수 있었고, 가족들과 더욱 강하게 밀착될 수 있었다.

참여자4는 어머니가 때문에 의무적으로 아이만을 보고 극복할 수밖에 없었다고 말했다. 발달장애가 있는 아이는 여전히 많은 부분이 부족하게 보였고, 참여자4는 사소한 것 하나하나 신경 쓰고 보살펴야 했다. 참여자4의 머릿속은 언제나 아이로 가득했고, 참여자4의 일상은 아이에게 모든 것이 맞추어져 있었다. 참여자4는 아이가 다니는 여러 센터의 일정을 홀로 관리하면서 아이의 등원과 하원을 책임졌고, 취미활동을 하거나 충분히 쉴 수 있는 시간 없이 아이의 돌봄에 모든 것을 쏟고 있었다.

#### f. 참여자3과 참여자4의 특성

##### (1) 친지들과의 물리적 거리감

참여자3과 참여자4의 원가족 또는 친지들은 다른 지역에서 거주 중이었다. 코로나19 팬데믹으로 인해 지역 간의 이동이 제한되고, 한 번에 모일 수 있는 인원수가 한정되면서 물리적으로 먼 거리에 있는 가족들과의 교류가 거의



끊기다시피 되었다. 특히 다 함께 모여 맛있는 것을 나누어 먹고 근황을 공유하던 소중한 명절이 사라져버린 것 같아 아쉬울 따름이었다. 참여자4는 명절이라는 특별한 날에도 여느 휴일과 다름없이 집 안에서 같은 활동을 반복하였던 장면을 떠올리며, 아이에게 명절이라는 날을 경험시키지 못하고 설명하지 못함에 대해 안타까워했다.

## (2) 발달장애가 있는 나의 아이

참여자3과 참여자4는 전업주부이며, 발달장애가 있는 아이를 양육하고 있다. 참여자3의 둘째 아이는 만4세의 여아로, 언어지연이 있어 올해 6월부터 언어치료와 놀이치료를 받고 있는 상황이며, 점차 말이 트이고 있다. 참여자4의 아이는 만6세의 남아로, 발달지연과 언어지연이 있으며 지적장애 진단을 받았다. 참여자4는 일찍이 아이가 진단을 받았을 때부터 현재까지 놀이치료, 언어치료, 감각통합치료, 미술치료 등 아이에게 필요하다고 판단되는 여러 센터를 전전하고 있다.

참여자3과 참여자4는 코로나19 상황에서 상담센터를 이용하는 것과 관련한 걱정과 아쉬움에 대해 이야기 했다. 코로나19를 예방하기 위해 마스크를 착용해야 했기 때문에 아이는 치료사의 얼굴표정과 입모양을 볼 수 없었고, 아이에게 줄 수 있는 언어적인 자극은 제한되었다. 어린이집이나 유치원이라는 보육기관 이외에도 센터라는 환경에서 불특정다수의 사람들에게 노출되는 상황은 감염에 대한 불안을 높이기도 했다. 그러나 전문가가 아닌 자신은 해내지 못할 것이라는 생각과, 아이의 발달에 필요한 충분한 자극을 주기 힘든 상황은 코로나19로 인한 걱정을 뒤로 하게 만들었다.

특히 참여자4는 센터를 가지 못하는 상황에 대해 더 크게 반응했다. 여러 센터를 다닌 기간이 오래 되었기도 하고, 하루에도 두세 군데의 센터를 다니는 만큼 센터에 많이 의존하고 있었기 때문이다. 참여자4의 눈에 비친 아이의 모습은 여전히 부족했다. 더 많은 자극이 필요하다는 생각은 참여자4를 더 조급하게 만들었고, 마음만큼 빨리 변하지 않는 아이의 모습에 많이 좌절하기도 했다. 아이의 문제행동이 더 자주 보일 때마다, 아이가 하는 배변실수가 잦아질 때마다 참여자4는 극심한 스트레스를 받았고 소진되었으며, 새

로운 센터를 찾는 모습을 보이기도 했다.

<표 2> 사례 간 분석

		참여자1	참여자2	참여자3	참여자4
사례 간 분석		풍부한 지지자원		타지에서 시작한 결혼생활	
		가족 간 활발한 정서적 상호작용	직장에서 얻은 새로운 에너지		‘엄마’ 이기에 아이만을 보며 극복하고자 함
		-	가까운 곳에 있는 가족들과 잦은 교류	타지에 있는 가족들과 단절	
		-		사회적 관계에 대한 간절함	-
		-		코로나 상황보다 큰 아이의 발달에 대한 걱정	
		-			여러 센터에 의존하는 모습

## V. 논의 및 결론

본 연구는 코로나19 팬데믹 상황을 살아가는 어머니들의 양육경험을 구체적으로 들여다보기 위한 질적 사례 연구이다. 특히 코로나19 상황 속에서 경험한 어머니의 정서와 코로나19로 인해 변화한 가족의 일상생활 모습, 코로나19의 장기화에 과정에서의 경험과 현재 시점에서 참여자들의 경험을 질적으로 탐색하였다. 연구 참여자는 만 3세에서 만 6세 사이의 유아기 자녀를 둔 ‘어머니’로, 자발적인 참여 의사를 밝힌 4명을 대상으로 하였다. 연구는 개인별 심층 면담의 방법을 사용하여 진행하였다. 면담은 미리 배부한 안내문 및 질문지를 토대로 진행하되, 연구 참여자의 자유로운 이야기를 위주로 진행되었다. 총 4개의 사례를 대상으로 사례 내 분석과 사례 간 분석을 진행한 결과, 각각의 사례에서 유사점과 차이점이 나타났다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

사례 간 나타난 유사점은 첫째, 연구 참여자들은 모두 코로나19의 감염에 대한 두려움으로 가정보육을 선택했지만 가정보육이 갖는 여러 한계를 확인하면서 다시 등원을 결정하게 되었다. 코로나19 상황에서 아이들을 등원시키는 것은 여전히 어머니에게 많은 불안을 느끼게 했으나, 언제까지고 가정보육을 지속할 수는 없었다. 참여자들은 가정 보육의 기간 동안 신체적인 소진과 정서적인 어려움을 경험하였는데, 이러한 결과는 가정의 돌봄 기능에 과부하가 발생하였음과(육아정책연구소, 2020), 코로나19 발생 이전보다 이후에 부모가 더 많은 역할을 담당하게 되면서 가중된 부담감을 경험함과 동시에, 양육에의 어려움 또한 증가하였다(배은정, 2020; 정익중, 2020)는 선행 연구들과 맥을 같이 한다.

둘째, 참여자들이 코로나19 상황에 적응할 수 있도록 도왔던 하나의 자원은 주변인들의 조력이었다. 코로나19의 장기화에 따라 조금씩 그러한 상황에 무던해지기도 했으나, 무던해지기까지의 과정에서 참여자들은 주변의 지지자원들과 더욱 굳건해졌다. 가정 보육을 하는 과정에서 주로 참여자들을 조력한 존재는 아이들의 조모나 배우자였다. 이러한 결과는 어머니 돌봄 다음으

로 조부모/친인척 돌봄의 형태가 많이 드러난다는 선행연구(최윤경, 2020)와 동일하다. 참여자들은 특히 같은 아파트나 같은 지역에 사는 등 지지자원과의 물리적인 거리가 가까울수록 더욱 많이 의지하고 도움을 주고받는 모습을 보였다.

셋째, 참여자들은 코로나19로 인해 여행과 경험의 기회가 감소하였다고 이야기했다. 아이들의 놀이는 제한된 공간에서 한정적으로 이루어졌고, 고강도 거리두기와 감염에 대한 걱정으로 인해 외출과 여행의 기회는 현저하게 줄어들었다. 코로나19가 아이들이 할 수 있는 다양한 경험의 기회를 앗아가고 있는 것이다. 유아기의 경험은 이후의 발달과 적응에 중요한 영향을 미친다. 피아제(Piaget)는 유아의 인지발달과정에서 환경과의 상호작용을 강조하며, 유아는 다양한 환경을 경험하면서 인지구조를 재구성하고 발달시킨다고 설명한다. 에릭슨(Erikson)은 유아가 또래와의 놀이 경험을 통해 심리·사회적인 발달을 이룩할 수 있다고 주장하며, 또래집단과 더불어 놀이 활동에 참여하면서 여러 과업을 달성하면서 성장한다고 하였다(송명자, 1995). 프리벨(F.Fröbel)은 “유아는 느끼고 경험하고 생각하고 인지한다. 그리고 창조하고 형성한다.” 라고 말하며 유아기의 경험과 놀이의 중요성을 강조하였다. 이와 더불어, 유아기의 아이들은 경험을 통해 발달하고, 놀이를 통해 정서적인 안정감을 획득하며 인지적 및 심리·사회적으로 성숙한다(임소희, 2015)는 선행연구를 고려할 때, 경험의 기회를 제한하는 코로나19는 아이들의 발달에 치명적인 영향을 줄 수 있다는 것을 예측할 수 있다.

또한 참여자들은 아이들의 적절한 발달을 촉진하기 위해서 필수적이라고 생각하는 경험의 기회를 많이 제공해주지 못하는 현실에 대해 부정적인 감정을 경험했다. 참여자들은 아이들에게 더 많은 경험을 제공하고 스스로의 답답함도 해소할 수 있도록 외출과 여행을 간절히 원했으나, 코로나19는 그것을 허락하지 않았다. 코로나19라는 전례 없는 새로운 위험 상황 속에서 참여자들은 움츠러들었고, 안전감과 예측 가능성을 상실하는 경험을 반복하며 희망을 잃어버리는 모습을 보이기도 했다. 이는 재난적 상황에서 흔히 나타나는 심리적인 변화를 설명하는 선행연구(손지훈, 2020)의 결과를 반영한다.

넷째, 참여자들은 코로나19의 상황을 인식하는 것에 있어 둔감해지면서 동

시에 적응하는 모습을 보였다. 코로나19의 완전한 종식을 기대하는 것보다 공존을 준비해야 함을 의미하는 ‘위드 코로나(With Corona)’ 개념이 대두될 정도로 코로나19의 장기화가 지속되고 있기 때문이었다. 어머니들은 아이의 손을 잡고 조금씩 야외에서도 여가생활을 보내고자 했고, 코로나19 초기와 달리 확진자의 유무에 지나치게 예민한 반응을 보이지 않게 되었다. 아이들은 필수가 된 마스크를 자연스럽게 받아들이고, 사회적 거리두기와 매장 취식 금지와 같은 방역 수칙을 무리 없이 수용하는 모습을 보였다. 코로나19 발생 이전만큼은 아니지만, 갑작스럽게 닥쳐온 코로나19 상황에서 갈피를 잡지 못하고 당황하기만 했던 지난 시간과는 다르게 각자의 자리에서 누릴 수 있는 것들을 조금씩 찾아가고 있는 것이다.

사례 간 차이점은 첫째, 일과 가정을 양립하고 있는 취업모인 참여자1과 참여자2가 경험하는 직장의 의미였다. 참여자2에게 직장은 새로운 에너지원이자 직장 동료들과 교류할 수 있는 장소였다. 참여자1이 일과 가정을 양립하는 상황에서 아이에게 몰입하여 에너지를 쏟지 못하는 것에 대해 미안함을 느끼는 것과 참여자2가 아이를 양육하는 것에 집중하기 위해 직업을 지속하는 것을 고민했던 것 등은 취업모가 다양한 역할에서 오는 갈등을 경험하고 (유성경, 임영선, 김태현, 2017) 그로 인해 심리적으로 취약할 수 있다(노성숙, 한영주, 유성경, 2012; 황혜원, 신정미, 2009)는 선행연구를 지지한다. 그러나 참여자2가 직장 생활을 하면서 다른 사회적 관계를 형성하고 긍정적인 에너지를 얻을 수 있었다는 것은 직장과 관련한 새로운 의미를 제시하며, 사회적 지지를 받으면 양육 스트레스가 경감될 수 있다는 연구(송영주 외, 2014)결과와 그 맥을 같이 한다.

둘째, 사회적 지지자원이 풍부한 참여자2와 비교적 그렇지 못한 참여자3이 가지는 사회적 관계에 대한 욕구에 차이가 있었다. 참여자3은 결혼과 동시에 다른 지역으로 이사를 오게 되면서 경력이 단절되고 사회적인 지지자원도 잃게 되었다. 참여자3은 항상 정서적인 교류를 간절히 바라고 있었지만 충족할 기회를 얻지 못했고, 코로나19라는 상황이 갑작스럽게 닥치면서 사회적 관계 욕구에 대한 좌절은 더욱 커졌다. 결과적으로 참여자3은 많은 것들을 혼자 감당하고 있다고 생각하게 되었고, 빠른 속도로 소진되었으며, 위드 코로나

라고 생각을 하면서도 여전히 많은 것들을 걱정하며 사회적 관계를 절실히 바라고 있는 모습이었다. 이는 사회적으로 고립되거나, 자신의 정체성을 형성해오던 여성들이 사회와 단절됨에 따라 겪는 고충이 가중된다는 선행연구(송영주, 2014; 엄경애, 2010)와 상실감과 외로움을 달래줄 수 있는 지지집단을 만들 수 없고 스트레스를 적절하게 해소할 수 없는 전업주부의 경우에 더욱 양육에의 어려움이 커진다는 선행연구(국민건강영양조사, 2018)를 지지한다.

셋째, 다른 사례들과 비교하여 참여자3과 참여자4가 보이는 특성이 있었다. 참여자3과 참여자4의 원가족 또는 친지들은 다른 지역에서 거주 중이었다. 참여자3과 참여자4는 코로나19로 인해 다른 지역에 있는 가족들과의 교류가 많이 단절되었다고 이야기하며 힘들어하거나 아쉬워했다. 동시에 이 두 사례는 발달장애 아동을 양육하고 있다는 공통점을 공유하고 있었다. 그렇기 때문에 이 두 사례는 코로나19의 상황 속에서 상담 및 치료센터를 다니는 경험에 대해 이야기하며, 코로나19 감염에 대한 걱정보다 더 우선하여 아이들의 발달에 대해 염려하는 모습을 보였다. 특히 언어치료센터에서 마스크를 벗을 수 없었기에, 센터에서 치료사가 충분히 다루지 못한 부분까지 참여자가 감당하게 되면서 경험한 어려움과 걱정 등에 대해 이야기 했다. 이와 같은 결과는 여러 복지관과 시설의 불가피한 폐쇄를 불러온 코로나19의 영향력과 그로 인한 어려움을 경험하는 장애아동 가정의 모습을 보고하고 있는 선행연구(김용길, 2020; 박경자, 2021)와 유사하다.

질적 연구는 귀납적인 성격을 가지며 연구자의 주관은 연구결과에 포함된다(전가일, 2021). 질적 사례 연구는 발견성을 지닌다. 독자들은 연구자가 연구결과를 통해 발견한 내용을 읽으며 현상에 대한 새로운 이해를 얻거나, 기존에 알고 있던 의미를 다시 한번 확인하고, 사례와 관련된 독자의 경험을 확장한다(유기웅 외, 2015). 질적 연구의 연구자는 직관과 통찰의 능력을 활용하여 독자적인 해석을 부여할 수 있다(고미영, 2013). 따라서 본 연구의 결과를 바탕으로 연구자가 발견한 코로나19 팬데믹 상황에서 어머니의 양육 경험에 대한 의미는 다음과 같다.

첫째, 어머니들의 막중한 책임감과 부담감이 두드러졌고 코로나19 상황을

살아가는 어머니들은 강제적으로 슈퍼우먼이 되어야 했다. 코로나19가 가져온 많은 변화와 제약으로 인해 어머니들은 아이들의 생존과 양육을 전담해야 했다. 아이들의 보호자임과 동시에 또래 친구가 되어주어야 했고, 교육자이자 모델링의 대상이 되어주어야 했다. 아이의 놀이를 확장하고 촉진하기 위한 방안을 강구해야 했고, 아이의 발달과 성장에도 지속적으로 신경을 기울이고 책임져야 했다. 발달장애아 자녀를 둔 어머니의 경우에는 치료사의 역할도 해내야 했다. 참여자들은 마스크로 가려진 세상을 아이들에게 경험시키기 위해, 더 많은 자극을 제공하기 위해 홀로 고군분투하고 전전긍긍해온 것이다. 특히 이러한 모습은 코로나19 이전에도 양육에 대한 부담감을 홀로 안고 있었던 전업모의 경우에 더욱 그러하였다. 참여자들은 자신이 경제 활동을 하지 않기 때문에 당연히 양육의 모든 부분을 감당해야 한다고 생각하거나, 어머니이기 때문에 직장을 그만두고 양육을 책임져야 한다고 생각하기도 했다.

이와 같은 결과는 아내가 일을 하더라도 가사와 양육을 아내의 책임이라고 생각하거나(박영희, 2018), 대개 일차 양육책임자는 어머니라고 생각하는 기혼남성들이 많은 사회적 분위기(이선아, 2014)를 설명하는 선행연구와, 아이는 엄마가 키워야 한다는 사회적인 관념에 따라 일을 그만두거나 양육에 대한 일차적인 책임을 담당하도록 사회문화적 요구를 받는 여성과 관련한 선행연구(노성숙, 한영주, 유성경, 2014)들과 어느 정도 맥을 같이 하는 부분이다.

코로나19라는 재난적 사건이 일상을 덮치고 그로 인해 훨씬 더 다양한 역할이 주어지는 상황에서도 어머니들은 오롯이 모든 역할을 감내하며 견디고 있었다. 헌신과 봉사의 이미지로 그려지는 전통적인 어머니상이 다시 한 번 강조되고 있는 것이다. 유교적 이념과 가부장적 사회로 인해 나타났던 양육에서의 남녀차별(김세서리아, 2009)이 코로나19라는 재난적 상황 속에서도 반복되고 있었다. 참여자들은 막중한 책임감과 부담감에 짓눌리면서도 “다른 사람이 아무도 없으니” 라고 생각하며 홀로 모든 것을 껴안았고, 빠른 속도로 소진되었다. 참여자들이 경험하는 체력적 한계와 심리·정서적 어려움은 아이들을 양육하는 과정에도 영향을 미치게 되었다.

둘째, 콘택트(Contact)의 양극화였다. 코로나19라는 상황은 같은 시대를 살아가고 있는 모두가 경험하는 맥락이지만, 그 안에서 각 사례가 보여주는 경험은 절대 동일하지 않았다. 본 연구자는 참여자1과 참여자2의 사례에서 나타난 풍부한 **지지자원**, 활발한 가족 간 **상호작용**, 직장 동료들과의 **소통**, 근거리에 있는 가족들과의 잦은 **교류**, 그리고 참여자3과 참여자4의 사례에서 나타난 멀리 떨어져 있는 가족들과의 **단절**, **사회적 교류**에 대한 간절함이라는 범주가 내포하고 있는 의미에 주목했다. 나누어진 범주들은 다시 “**관계와 접촉**”이라는 키워드로 통합될 수 있었다. 코로나19와 함께 익숙해진 줄로만 알았던 언택트(Untact)시대에서 콘택트(Contact)의 결핍을 경험하고 있었던 것이다.

연구자가 해석한 콘택트(Contact)는 단순히 물리적인 접촉의 개념에 한정되지 않는다. 정서적인 교류를 나누고 상호작용 할 수 있는 대상과의 만남을 의미하며, 그러한 사회적 관계를 형성할 수 있는 기회와 타인과의 연결을 의미한다. 인간은 사회적 동물로, 개인으로 존재하고 있다고 하더라도 홀로 살아갈 수 없다. 사회라는 집합 안에서 타인과의 상호작용을 통해 관계를 유지하고 어울리면서 스스로의 존재감과 가치감을 확인하는 사회적인 동물인 것이다(김윤서, 2021). 그러한 사회적 관계에 소속되어 서로 연결되어 있음을 느낄 수 있을 때, 충분한 사회적인 지지가 제공될 때, 비로소 개인은 정서적으로 안정되고 만족감을 느낀다.

사회적 지지란 한 개인이 자신이 속한 집단과 지속적으로 상호작용하며 다른 개인 또는 집단으로부터 자신이 당면한 문제를 해결하는데 도움을 받을 수 있는 물질적, 정신적 원조를 의미한다(정선영, 2003; Cohen & Hoberman, 1983; Cohen & Willis, 1985; Pearlin, 1989 ; 2016 재인용). 이러한 사회적 지지는 우울, 스트레스, 좌절과 같은 부적응적인 요소를 감소시키는 보호요인이며(유영선, 2012), 부정적인 사건의 영향을 감소시키는 반면 긍정적인 측면은 더욱 강화시키는 요인이다(Cohen & Willis, 1985). 사회적 지지수준은 어머니의 양육스트레스 수준에 직접적 혹은 간접적인 영향을 주는데(김상림, 박창현, 2016), 양육자가 자신의 사회적지지 수준에 대해 높게 인식할수록 양육스트레스의 수준은 낮아진다(Melson et al. 1993; Burchinal et al.



1996; Östberg & Hagekull 2000; 2016 재인용). 아버지의 양육참여와 사회적 지지는 어머니의 심리특성에 긍정적인 영향을 주고(김상림, 박창현, 2016), 충분한 사회적 지지는 어머니의 자아인식을 향상시킨다(김혜금, 조혜영, 2015)는 선행연구들은 어머니의 양육경험에 있어 적절한 사회적 지지자원을 형성하는 것이 중요함을 강조하는데, 코로나19 팬데믹과 같은 재난적 상황 속에서 사회적 관계와 사회적 지지의 중요성은 더욱 대두된다.

양육은 어머니와 아동의 관계로 설명될 수 있다. 가정은 그 자체로 하나의 사회적 집단이며, 더 큰 사회적 집단과 끊임없이 상호작용한다. 각각의 관계는 복잡하게 얽혀있기에 양육자인 어머니가 형성하고 있는 사회적 관계는 어머니의 양육경험에도 영향을 미친다. 본 연구의 결과에서도 알아볼 수 있듯, 적절한 사회적 관계를 형성하지 못하고 사회적 지지자원이 부족한 어머니는 상대적으로 양육경험에 있어서도 취약해질 수 있다는 것이다.

언택트(Untact) 문화는 코로나19의 장기화와 그것에 대처하기 위해 달라진 우리 시대의 모습 중 하나이다. 누구에게나 동일하게 찾아온 시대적 변화인 만큼 모두에게나 같은 어려움일 것이라고 예상하기 쉬우나, 사례 간 분석을 통해 콘택트(Contact)가 더 간절한 집단이 있을 거라는 것을 알 수 있었다. 다른 사례들에 비해 참여자3은 사회적 관계를 절실하게 원하고, 정서적인 교류를 할 수 있는 대상이 없음에 대한 어려움을 호소했다. 스스로의 상황을 “섬에 갇힌” 모습으로 비유하거나, “손발이 묶이고 잘린 채 감옥에 갇혀 있는” 느낌이라고 설명하는 모습에서 참여자3이 경험하는 심리적인 어려움과 관계에 대한 결핍을 엿볼 수 있었다. 실제로 참여자3은 관계 욕구의 간절함을 반복적으로 호소하였으며, 코로나19 이후에 더욱 많은 교류의 기회를 잃고 단절되었음을 설명하였다.

본 연구자는 사례 간 분석 결과를 기반으로, 코로나19로 인한 언택트(Untact) 상황에서 사회적 교류의 정도와 정서적 지지자원의 불균형이 더욱 극명하게 드러나고 있음을 발견하였다. 코로나19 발발 이전에도 많은 사회적 관계를 형성하고 다양한 지지자원을 갖고 있던 참여자1과 참여자2는 코로나19 이후에도 여러 조력을 받아 잘 적응하는 모습을 보였다. 이들은 실제로 가까이 있는 가족들과 더욱 깊이 있는 상호작용을 할 수 있었다. 그러나

참여자3이 경험하고 있던 관계에 대한 결핍은 코로나19의 발발과 장기화에 따라 더욱 극대화되었고, 지금까지도 적절히 해소되지 못하고 있다. 관계와 교류 자원이 많았던 참여자들은 더 안정적으로 교류하고 연결될 수 있었던 반면, 기존에도 사회적 관계와 정서적 지지자원이 빈약했던 참여자는 정서적으로 더욱 취약해지고, 더 많은 결핍을 경험하고 있는 것이다.

각 참여자들이 경제적인 측면에서의 어려움을 언급하지 않았다는 점도 주목할 만하다. 지금까지는 주로 경제적으로 취약한 계층을 위한 심리·사회적 지원의 필요성이 대두되어 왔다. 그러나 각각의 참여자들은 경제적인 측면에서의 어려움보다 코로나19가 가져온 제약으로 인한 답답함과 막막함, 정서적인 어려움을 주로 언급하였다. 가장 많은 심리적 어려움을 호소하였던 참여자3의 경우에도 코로나19의 발발 이전에 가족들과 함께 매달 해외여행을 다니고 그 외의 여가생활도 즐길 만큼의 경제적 여유가 있음을 고려할 때, 경제적으로 취약하지 않은 집단이라고 하더라도 재난적 상황에서의 심리·사회적 지원이 필요함을 알 수 있었다.

이러한 발견은, 사회적 관계나 정서적 지원체계를 확보하지 못한 채 재난적 상황에 노출되어 있는 양육자를 위한 상담 및 심리지원 프로그램이 필요함을 강조한다. 그러나 기존의 부모 대상 프로그램은 대부분 양육기술을 향상시키기 위한 교육 위주로 제공되어 왔다. 실제로 선행연구들을 살펴보면 부모의 역할을 적절하게 수행하기 위한 교육(박선미, 2018), 부모의 성장과 훈련을 위한 교육(이정주, 이종연, 2014), 적절한 양육행동과 태도에 대한 교육(고경필, 2017) 등이 주로 이루어져 왔음을 알 수 있다. 물론 아이를 양육하는 과정에서 적절한 부모 역할과 태도를 함양하기 위한 교육은 중요하나, 이를 위해선 양육자의 정서적 안정이 필요함을 인식할 수 있어야 한다. 부모 교육 프로그램은 그 사회의 시대 문화적인 배경과 관련된 이론들을 반영하고(Weissbourd, 1987), 부모교육의 연구 주제는 다양한 맥락을 통해 영향 받음(Powell, 2006)을 고려할 때, 코로나19라는 재난적 상황을 마주한 현 시대의 맥락을 반영한 새로운 프로그램을 개발할 수 있어야 할 것이다. 예를 들어, 양육자가 자신만의 시간을 갖거나 심리적 안정감을 얻을 수 있도록 지원하는 프로그램이 필요할 수 있다. 코로나19라는 재난적 상황에서 참여자들

은 양육에 대한 막중한 부담감과 책임감을 감당해야만 했다. 참여자들은 감염병에 대한 불안감으로 인해 가정에서 많은 시간을 보내게 되었고, 다양한 역할을 수행해내야 했기에 자신만의 시간을 보내는 기회를 가질 수 없었다. 이는 결과적으로 참여자들의 소진을 야기하고 부정적 정서를 증가시켰으며 높은 양육스트레스를 경험하게 하였음을 고려할 때, 자신만의 시간을 확보하고 정서적으로 이완할 수 있는 기회를 갖도록 지원하는 노력이 필요하다.

동시에, 재난 상황에서의 양육자를 위한 부모교육의 필요성이 대두된다. 코로나19와 같은 감염병 재난은 앞으로도 언제든지 우리를 위협할 수 있다. 이러한 재난적 상황은 우리의 일상에 많은 변화를 가져오고, 양육자들은 다양한 측면의 어려움을 경험한다. 재난적 상황에 대한 이해와 수용을 조력하고, 아이들에게 어떻게 그러한 상황을 설명하고 이해시킬 수 있을지 알려주는 것은 재난 상황에서 양육자가 경험하는 어려움을 감소시킬 수 있다. 기존의 부모교육처럼 양육기술에만 초점을 맞춰 진행되는 교육이 아닌, 재난적 상황에서의 심리적 적응을 조력할 수 있는 교육이 제공되어야 할 것이다. 재난적 상황이 가정에 미치는 영향력과 그 과정에서 양육자가 경험하는 어려움이 무엇인지 밝혀진 지금, 이제는 그것에 대처할 수 있는 방안을 강구하고 대처할 수 있는 자원을 확보할 수 있어야 한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 연구 참여자들의 각 사례를 들여다보며 코로나19 팬데믹 상황에서 어머니의 양육경험이 어떠한지를 구체적으로 탐색하였다.

둘째, 기존의 코로나19 팬데믹 상황에서 어머니의 양육경험에 대한 선행연구가 특정한 대상에만 초점을 맞추어 진행되었음을 보완하여, 다중사례연구의 방법을 사용하여 다양한 사례의 특성을 살펴보았다. 또한, 질적 연구의 방법론을 사용하여 양적 연구의 접근법만으로는 이해할 수 없는 구체적인 장면을 생생하게 이해하고자 했다.

셋째, 사례 간 분석과정을 통해 기존의 연구에서 찾아낼 수 없었던 새로운 의미를 발견하고자 했다. 본 연구의 결과를 통해 언택트(Untact) 시대에서 콘택트(Contact)가 갖는 의미를 다시 생각해보고, 관계와 접촉의 양극화가

나타남을 발견할 수 있었다. 본 연구에서 나타난 사각지대는 소득 수준 및 경제적 측면보다는 코로나19 발발 이전에 맺고 있던 사회적 관계와 정서적 지지자원의 수준이 중요함을 나타내고 있었다.

넷째, 본 연구자가 발견한 결과는 재난적 상황에서 심리적 위기를 지원하는 부모 상담의 필요성을 강조한다. 양육자가 겪는 관계에 대한 결핍과 그로 인한 심리적 어려움은 언택트(Untact) 상황에서 더욱더 극대화된다. 그렇기에 충분한 사회적 관계를 형성하지 못해 ‘연결되지 못한’ 집단군을 위한 심리적 지원의 중요성이 더욱 증대되는 것이다.

## 참고 문헌

- 강경미, 이승연 (2016). 만 36개월 미만의 자녀를 어린이집에 보내는 전업주부들의 경험과 생각에 대한 질적 탐색. **육아지원연구**, 11(4), 197-172
- 강도연 (2015). **유아의 실행기능과 어머니의 정서사회화 행동이 유아의 정서조절능력에 미치는 영향**. 한국방송통신대학교 대학원 석사학위논문.
- 강선주, 임선아 (2020). 어머니의 양육스트레스와 유아의 정서조절능력의 관계에서 자녀의 부정적 정서표현에 대한 어머니 반응의 매개효과. **한국영유아보육학**, 123, 79-105.
- 강재정 (2018). **영아 자녀를 둔 전업주부의 행복감과 양육효능감에 대한 긍정 심리 미술치료 사례연구**. 대구사이버대학교 휴먼케어대학원 석사학위논문.
- 강지영 (2015). 사회적 지지의 양과 질이 삶의 만족도를 매개로 아동학대 및 방임에 미치는 영향: 정서적 지지와 물질적 지지를 중심으로. **한국복지패널 학술대회 논문집**, 8, 191-205.
- 김민이 (2021). **코로나19 팬데믹에서 초등학교 저학년 자녀 어머니의 부모 역할 경험 : 근거이론 연구**. 전남대학교 박사학위논문
- 김상림, 박창현 (2016). 아버지 양육참여와 사회적 지지가 영아기 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향: 어머니 심리특성의 매개효과. **한국지역사회생활과학회지**, 27(3), 451-464.
- 김세서리아 (2009). 한국 가족에서 모성과 여성의 일에 대한 철학적 고찰-자녀교육을 중심으로. **한국여성철학**, 12, 31-53.
- 김수연 (2020). 코로나 블루, 코로나 앵그리-여러분의 마음은 괜찮으신가요?. **여성우리**, 64, 14-17.
- 김승희, 이한나, 설동진 (2020). 코로나 19 (COVID-19) 이후 한부모 가족의 주거 스트레스 영향요인. **대한부동산학회지**, 57, 85-104.
- 김신애 (2020). 대학생의 개인 학습상담 경험에 관한 질적 사례 연구: 성적대별 차이를 중심으로. **학습자중심교과교육연구**, 20(3), 549-577.

- 김은선, 정지현 (2020). 취업모의 직무스트레스와 자녀의 부정정서표현에 대한 반응의 관계: 정서조절곤란의 매개효과. **인문사회과학연구**, 21(2), 583-603.
- 김혜금, 조혜영 (2015). 사회적 지지와 어머니의 양육스트레스, 자아인식 및 양육행동 간의 구조적 관계. **한국가정관리학회 학술발표대회 자료집**, 174-185.
- 김혜진 (2005). **맞벌이 가정의 어머니와 전업주부의 자녀양육 스트레스 비교 연구**. 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 문설화, 오은미, 유선영 (2021). COVID-19 팬데믹 상황에서 초등학생 어머니의 변화된 양육 경험. **Journal of Korean Academy of Community Health Nursing**, 32(2), 162-174.
- 문정화, 김수진, 성기옥 (2021). 코로나 19 두려움과 영향요인에 대한 탐색적 연구. **사회과학연구**, 32(1), 285-307.
- 박경자 (2021). 코로나-19 상황에서 장애아동 양육 경험에 대한 현상학적 연구. **상담심리교육복지**, 8, 245-259.
- 박명순 (2017). 어머니의 반응적 상호작용행동이 유아기 자녀의 사회-정서적 행동에 미치는 영향. **아동교육**, 26(1), 213-229.
- 박은주, 유성경 (2020). 워킹맘의 일-가정 갈등과 우울의 관계에서 마음챙김, 탈중심화, 경험회피의 매개효과. **상담학연구**, 21(3), 67-85.
- 배은정 (2021). **코로나19 대유행에 따른 유아의 일상생활 변화와 어머니의 코로나19에 대한 걱정이 양육스트레스에 미치는 영향**. 연세대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 서한욱 (2020). 코로나 19 사태로 인해 증가하는 아동학대 위험성: 초록웅산 어린이재단 대구광역시아동보호전문기관을 중심으로. **동광**, 115, 113-129.
- 송명자 (1995). 발달심리학 (제1판, pp.91-96). 서울: 학지사..
- 양송이 (2021). **코로나 팬데믹 시기에 어머니의 양육행동과 어머니-유아관계가 유아의 사회적 기술에 미치는 영향**. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 연은모, 윤해옥, 최효식 (2016). 가구 소득 수준에 따른 유아 자녀를 둔 부모의 부부갈등, 우울, 양육태도 간 관계: APIM 모형의 적용. **열린유아교육연구**, 21(2), 1-28.
- 양진희 (2016). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 사회적 지지와 양육스트레스 사이의 종단적 관계 분석. **유아교육연구**, 36(1), 385-402.
- 오지현 (2016) 어머니의 아동기 수용 경험, 사회적 지지와 감정코칭 반응이 아동의 정서조절 방식에 미치는 영향: 매개된 조절효과 검증. **아동학회지**, 37(4), 101-115.
- 위영희 (1998). 정서적 의사소통과 영아의 사회적 참조. **교육발전**, 17, 215-237.
- 유계숙, 김종우 (2020). 코로나바이러스감염증-19로 인한 기혼 성인 남녀의 스트레스 경험: 젠더와 계층의 교차성을 중심으로. **여성연구**, 5-32.
- 윤현경 (2010). **아버지의 정서적 공감과 양육참여가 유아의 정서지능에 미치는 영향**. 동덕여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이기숙, 김순환, 김민정 (2010). 유아의 성, 연령 및 가정의 사회경제적 요인이 어머니 양육유형과 유아의 사회성에 미치는 영향. **유아교육연구**, 30(4), 187-212.
- 이병호, 석민아, 문인경 (2020). 코로나바이러스 감염증-19 (COVID-19) 발생으로 가정양육에서 겪는 부모의 경험. **한국열린유아교육학회 학술대회 논문집**, 203-207.
- 이산하 (2021). **유아기 자녀를 둔 가족의 정서적 상호작용 경험에 대한 내러티브 탐구**. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 이선영, 안선희 (2016). 남편의 정서적 지지 및 어머니-교사협력이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. **가정과삶의질연구**, 34(6), 41-54.
- 이숙정 (2011). **주부의 자아존중감, 스트레스, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향에 관한 연구**. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은환 (2020). 코로나 19 세대, 정신건강 안녕한가!, **이슈 & 진단**, 1-25.
- 이정주, 이중연 (2014). 부모교육 프로그램의 연구동향. **상담학연구**, 15(2), 943-967.

- 이현지, 정영숙, 이상복 (2010). 장애아동 어머니의 양육경험과 교육태도가 삶의 만족도와 교육 만족도에 미치는 영향: 사회 지지의 매개효과. **정서·행동장애연구**, 26(1), 1-19.
- 이희연, 정미라 (2018). 어머니의 우울수준과 양육효능감이 유아의 정서적 공감에 미치는 영향: 취업여부에 따른 다집단 분석. **한국심리학회지: 여성**, 23(1), 91-109.
- 이희정 (2014). 저소득층 어머니 양육 스트레스의 종단적 변화와 예측변인: 양육행동과 또래관계 문제행동에 미치는 영향. **한국아동복지학**, 46, 115-141.
- 임소희 (2015). **미술교육에서 오감체험을 통한 놀이 프로그램에 대한 연구**. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임해진, 조유진 (2018). 영아 자녀를 둔 맞벌이 어머니들의 부모됨의 경험. **인지발달장애 학회지**, 9, 23-42.
- 전미순, 이영애 (2009). 모의 양육스트레스가 유아기 자녀의 부정적 정서에 대한 모 반응에 미치는 영향. **놀이치료연구-한국놀이치료학회**, 12(4), 97-116.
- 정익중 (2020). 코로나19로 인한 아동돌봄 문제에 대한 해외 대응과 그 시사점. **국제사회보장리뷰**, 47-59.
- 조설애, 정영숙 (2020). 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 영향: 남편의 민주적 자녀 양육으로 조절된 결혼 만족도의 매개 효과. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 26(4), 435-456.
- 조숙인 (2021) 코로나 19 상황 속 맞벌이 가구의 일·가정 양립 실태와 요구. **육아정책포럼**, 68, 18-28.
- 조옥진, 최지원 (2019). 미취학 자녀를 둔 워킹맘에 대한 이야기치료 사례 연구. **가족과 가족치료**, 27(4), 745-773.
- 최지현 (2020). 유아 부모교육 연구 주제의 시대적 분석. **상담심리교육복지**, 7, 259-270.
- Bariola, N. & Collins, c. (2021). The gendered politics of pandemic relief: Labor and family policies in Denmark, Germany, and the United States



- during COVID-19. *American Behavioral Scientist*, 65(3), 1-27.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 83-96.
- Blair, G. (2020). "Japan suicides decline as COVID-19 lockdown causes shift in stress factors". *The Guardian*. Retrived from <https://www.theguardian.com./world/2020/may/14/japan-suicides-fall-sharply-as-covid-19-lockdown-causes-shift-in-stress-factors>.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard university press.
- Cohen, S., &Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. S., &Cumberland, A. (1998). The socialization of emotion: Reply to commentaries. *Psychological Inquiry*, 9(4), 317-333.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., &Murphy, B. C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67(5), 2227-2247.
- Guy, B. & Arthur, B. (2020). Academic motherhood during COVID 19: Navigating our dual roles as educators and mothers. *Gender, Work & Organization*, 27(5), 887-899.
- Gottman, J. (1997). *The heart of parenting: How to Raise an Emotionallyntelligent Child*. NY: Simon and Schuster.
- Gottman, J. M, &Siver, N. (2015). *The seven principles for making marriage work: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Harmony.
- Islam, M. S., Ferdous, M. Z., &Potenza, M. N. (2020). Panic and generalized anxiety during the COVID-19 pandemic among Bangladeshi people: An online pilot survey early in the outbreak. *Journal of Affective Disorders*, 276, 30-37.
- Kelly, J., & Morgan, T. (2020). "Coronavirus: Domestic abuse calls up 25%

- since lockdown, charity says”. BBC News. Retrived from <https://www.bbc.com/news/uk-52157620>.
- Kinston, W., & Rosser, R. (1974). Disaster: Effects on mental and physical state. *Journal of Psychosomatic Research*, 18(6), 437-456.
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative Research and Case Study Application in Education*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Miller-McLemore, B. J. (1994). *Also a mother: Work and family as theological dilemma*. Nashville: Abingdon.
- Pyun, E. S. (2004). *The mother’s role of recognition and the parenting stress of working mothers having children from infants to preschoolers. Unpublished master’s thesis. Ewha Womans University, Seoul.*
- Roshgadol, J. (2020). “Quarantine quality time: 4 in 5 parents say Coronavirus lockdown has brought family closer together”. Study Finds: Enland. Retrived from <https://www.studyfinds.org/quarantine-quality-time-4-in-5-parents-say-coronavirus-lockdown-has-brought-family-closer-together>.
- Weissbourd, B. (1987). A brief history of family support programs. *America’s Family Support Programs*, 38-56.

## 부 록

- 부록 1. 연구 참여자 안내문
- 부록 2. 연구 참여자 질문지
- 부록 3. 연구 참여자 동의서
- 부록 4. 연구 참여자 기록지

## 부록 1. 연구 참여자 안내문

### 연구 참여자 안내문

안녕하십니까. 저는 조선대학교 대학원 상담심리학과 석사과정에 재학 중인 학생으로, 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육행동에 대한 연구를 진행하고 있습니다.

본 연구의 목적은 ‘코로나19’의 시대를 살아가고 있는 ‘어머니’에 중점을 두고, 어머니의 양육행동을 포괄적으로 살펴보는 것입니다. 본 연구자는, ‘코로나19’의 시대를 살아가는 어머니의 양육행동 경험이 지니는 특징을 구체적으로 살펴보고, 그 과정에서 코로나19가 지니는 의미와 그 영향력을 이해하고자 합니다. 이는 추후 자녀의 발달 및 부모의 대처 능력 향상을 위한 부모교육과 가족 집단 프로그램의 기초자료로 활용되는 데 도움이 될 것이며, 동시에 코로나19가 우리의 일상적인 생활에 미친 의미를 이해할 수 있기에 유의할 것입니다.

인터뷰는 총 2회, 회기 당 예상 소요 시간은 60~100분 정도입니다. 정확한 진행 날짜는 연구 참여자인 어머님과 함께 상의 후, 되도록 편한 시간에 진행하고자 합니다. 본 연구에 참여해주시는 모든 분들께는 양육 상담과 함께, 10만원 상당의 자녀와 어머님의 상호작용 검사(MIM)와 부모양육태도검사(PAT) 실시 및 해석을 무료로 진행해 드립니다. 검사 장면과 인터뷰 내용은 녹음될 수 있으나 모든 자료는 철저히 비밀이 보장되며, 연구를 위한 목적 이외에는 절대 사용되지 않음을 안내드립니다.

아래 해당되시는 어머님 중, 본 연구에 참여 의사가 있으신 분들의 많은 관심 부탁드립니다.

**(필수)** 자녀의 연령이 만3세~ 만6세에 해당하는 어머님 중,

(선택1) 전업 주부

(선택2) 맞벌이 또는 취업모

(선택3) 코로나19 이후 양육환경 등에 변화가 있으신 경우(ex. 재택근무, 가정보육, 실직 등)

(선택4) 발달장애 자녀를 둔 어머니

연구와 관련해 궁금하신 점이 있으실 경우, 아래 연락처로 연락 주시면 성심껏 답변해 드리겠습니다. 감사합니다.

조선대학교 일반대학원  
 석사과정 이민지  
 연락처 : 010 \*\*\*\* \*\*\*\*  
 지도교수 : 오지현

## 부록 2. 연구 참여자 질문지

### 인터뷰 질문지

아래 내용은 인터뷰 질문의 예시입니다. 어머님께서 실제로 경험하셨던 다양한 에피소드를 이야기 해 주시면 많은 도움이 될 것입니다. 진행은 자유롭게, 어머님께서 하시고 싶은 이야기에 맞추어 진행되오니, 편안한 마음으로 임해주시면 됩니다.

#### \* 코로나19와 관련한 질문

- ‘코로나’라는 단어를 보면 어떤 생각이 드시나요?
- ‘코로나19’로 인해 자녀를 양육함에 있어, 이전과 달라진 점이 있다면 어떤 것인가요?  
(ex. 돌봄 기관의 휴원, 양육시간, 양육환경, 주 양육자의 변경, 돌봄 서비스 등)
- ‘코로나19’ 이후, 가족과 함께 여가시간을 어떻게 보내시나요?
- ‘코로나19’ 이후, 자녀의 놀이장면에 변화가 있나요?
- 자녀에게 ‘코로나19’를 어떻게 설명해주셨나요?
- ‘코로나19’와 관련한 뉴스를 보실 때, 어떤 생각이 드시나요?

#### \* 양육행동과 관련한 질문

- 자녀는 기쁨/슬픔/분노 등의 감정을 어떤 식으로 표현하시나요?
- 자녀는 어떤 상황에서 그러한 정서를 표현하나요?
- 자녀가 긍정/부정의 감정을 표현할 때, 어머님께서서는 어떤 생각이 드시나요?
- 평소 가정 내에서 다른 가족 구성원들에게 자신의 감정을 잘 표현하시나요?
- 자녀의 훈육과 관련하여 어머님께서 하셨던 고민이 있다면 어떤 것인가요?
- 자녀를 양육함에 있어, 가장 어렵다고 느끼시는 부분과 그 이유는 무엇인가요?
- 자녀를 양육함에 있어, 어머님을 가장 지치게 하는 부분은 무엇일까요?
- 자녀를 양육함에 있어, 어머님께 힘이 되어 주는 게 있다면 무엇인가요?
- 자녀를 양육함에 있어 가장 중요한 것은 무엇이라고 생각하시나요?

#### \* 기타 질문

- 최근, 어떤 일에 대해 자녀와 함께 웃고 즐긴 경험이 있으시다면 이야기해주세요.
- 최근, 자녀가 걱정하는 일에 대해 함께 이야기를 나눈 경험이 있으시다면 이야기해주세요.
- 최근, 자녀에게 화를 내게 되었던 상황이 있었다면, 그 장면에 대해 말씀해주세요.
- 최근 2년을 돌아봤을 때, 가장 많이 하셨던 걱정이 있다면 무엇일까요?

### 부록 3. 연구 참여자 동의서

#### 연구 참여 동의서

연구제목 : 코로나19 팬데믹 상황에서 어머니의 양육경험

연구자 : 이 민 지

연락처 : 010-\*\*\*\*-\*\*\*\* / (메일 주소)

✓ 본인은 이 설명문을 읽었으며, 본 연구에 대한 충분한 설명을 듣고 이해하였습니다.

✓ 본인은 연구 참여자의 익명성이 확실히 보장되며, 연구 이외의 목적으로 사용되지 않음을 확인하였습니다.

✓ 본인은 인터뷰에 응하지 않을 권리가 있고, 자유의사에 따라 언제든지 연구 참여를 중단할 수 있음을 이해하였습니다.

✓ 본인은 검사장면 및 인터뷰내용이 녹음되는 것에 동의합니다.

✓ 본인은 본 연구에 참여하는 것을 자유의사에 따라 동의합니다.

본인 \_\_\_\_\_는(은) 본 연구에 참여할 것을 동의합니다.

참여자 \_\_\_\_\_ (인)    연구자 \_\_\_\_\_ (인)

2021년        월        일

**소 속    조선대학교 일반대학원 상담심리학과**

## 부록 4. 연구 참여자 기록지

### 인적사항 질문지

A. 아래의 해당 사항에 √ 또는 적절한 답을 적어주십시오.

1. 자녀의 성별 : 남자( ) 여자( )

2. 자녀의 출생년월 : 20   년    월

3. 현재 함께 살고 있는 가족 구성원에 모두 체크해주시오.

①어머니( ) ②아버지( ) ③형제자매( ) ④할아버지( )  
 ⑤할머니( ) ⑥기타( )※직접 적어주십시오

4. 부모님의 연령을 적어주십시오.

· 어머니 (       )세  
 · 아버지 (       )세

5. 부모님의 교육 정도를 나타내는 칸에 체크해주시오.

교육정도	어머니	아버지
① 초등학교 중퇴 또는 졸업		
② 중학교 중퇴 또는 졸업		
③ 고등학교 중퇴 또는 졸업		
④ 전문대(2년)졸업 또는 대학교 중퇴		
⑤ 대학교 졸업		
⑥ 대학원 졸업		

6. 부모님의 직업을 나타내는 칸에 체크해주시오.

직업	어머니	아버지
① 자영업 (장사, 개인택시 등)		
② 판매, 서비스직 (점원, 각종 세일즈 등)		
③ 기능, 숙련공 (운전사, 생산직 등)		
④ 일반 사무직 (회사원, 은행원 등)		
⑤ 경영, 관리직 (기업체 부장 이상 등)		
⑥ 국가 공무원 (일반 및 고위공무원 등)		

⑦ 전문직 (교사, 교수, 의사, 변호사 등)		
⑧ 농업, 어업		
⑨ 무직, 가정주부		
⑩ 기타 (직접 적어주십시오)		

7. 우리 집안의 소득 수준은 어디에 해당한다고 생각하십니까?

① 낮은 편이다 (     )    ② 중간 정도이다 (     )    ③ 높은 편이다 (     )

**\* 감사합니다 \***