



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](#)

2024년 02월
석사학위 논문

어머니가 지각한 원부모
자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의
관계에서 자기수용과 긍정심리자본의
순차적 매개효과

조선대학교 대학원

상담심리학과

이지연

어머니가 지각한 원부모
자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의
관계에서 자기수용과 긍정심리자본의
순차적 매개효과

The Sequential Mediating Effect of Mother' s Self-Acceptance and
Positive Psychological Capital in the Relationship between
Mother' s Perceived Experience of Supporting Autonomy by One' s
Original Parents and Emotion Coaching Parenting

2024년 2월 23일

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 지 연

어머니가 지각한 원부모
자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의
관계에서 자기수용과 긍정심리자본의
순차적 매개효과

지도교수 오 지 현

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2023년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

이 지 연

이지연의 석사학위논문을 인준함

위원장 정승아 (인)

위 원 오지현 (인)

위 원 김나래 (인)

2023년 12월

조선대학교 대학원

목 차

I . 서론	1
A. 연구의 필요성 및 목적	1
B. 연구문제	7
II . 이론적 배경	8
A. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도	8
1. 감정코칭 양육태도	8
2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도 간의 관계	13
B. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용과 감정코칭 양육태도	17
1. 자기수용	17
2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용과 감정코칭 양육태도 간의 관계	19
C. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도	24
1. 긍정심리자본	24
2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도 간의 관계	28
D. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도	31

Ⅲ. 연구방법	33
A. 연구대상	33
B. 측정도구	35
C. 연구절차	38
D. 분석방법	38
Ⅳ. 연구결과	39
A. 기술통계 및 상관분석	39
1. 측정 변인들의 기술통계	39
2. 측정 변인들의 상관분석	40
B. 매개효과 및 순차적 매개효과 가설 검증	41
1. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육 태도의 관계에서 자기수용의 매개효과	41
2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육 태도의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과	43
3. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육 태도의 관계에서 자기수용과 긍정심리자본의 순차적 매개효과 ...	45
Ⅴ. 논의 및 결론	47
참고문헌	53
부록	73

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특성	34
<표 2> 어머니의 긍정심리자본 척도 문항번호 및 신뢰도	36
<표 3> 어머니의 감정코칭 양육태도 척도 문항번호 및 신뢰도	37
<표 4> 측정 변인 간 기술통계	39
<표 5> 주요 변인 간 상관관계 분석	40
<표 6> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계 에서 자기수용의 매개효과 분석	42
<표 7> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계 에서 긍정심리자본의 매개효과 분석	44
<표 8> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계 에서 자기수용과 긍정심리자본의 순차적 매개효과 분석	46

그 립 목 차

[그림 1] 연구모형	7
[그림 2] 경로계수 분석	46

ABSTRACT

The Sequential Mediating Effect of Mother' s Self-Acceptance and Positive Psychological Capital in the Relationship between Mother' s Perceived Experience of Supporting Autonomy by One' s Original Parents and Emotion Coaching Parenting

Lee Ji Yeon

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

Department of Counseling Psychology,
Graduate School of Chosun University

This study attempted to investigate the sequential mediating effect of self-acceptance and positive psychological capital in the relationship between the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents and emotion coaching parenting. The survey was conducted on mothers raising infant children located in South Korea. The questionnaire includes the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents, self-acceptance, positive psychological capital, and emotion coaching parenting. Data analysis was conducted using SPSS 27 and SPSS Macro version 4.1 to verify the sequential mediating effect of self-acceptance and positive psychological capital in the relationship between the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents and emotion coaching parenting. The results are summarized as follows. First, the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents, self-acceptance, positive psychological capital, and emotion coaching parenting were correlated with each other. Second, self-acceptance mediated the relationship between the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents and emotion

coaching parenting. Third, positive psychological capital mediated the relationship between the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents and emotion coaching parenting. Fourth, self-acceptance and positive psychological capital sequentially mediated the relationship between the mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents and emotion coaching parenting. Based on the results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key word : mother's perceived experience of supporting autonomy by one's original parents, self-acceptance, positive psychological capital, emotion coaching parenting

I. 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

동서고금을 막론하고 자녀를 잘 키우고 싶다는 생각은 보편적인 부모의 바람 중 하나일 것이다. 부모는 자녀를 양육하면서 기쁨을 얻지만, 동시에 올바르게 양육해야 한다는 부담감도 경험한다. 특히, 현재에 이르러 여성의 사회 진출과 청년들의 경제적 압박 등으로 인한 비혼 및 만혼으로 인구 절벽 현상이 나타나고 있어 한 가정당 자녀를 한 명 이상 낳지 않는 추세가 지속되고 있다(통계청, 2021). 또한 가족구조가 핵가족화로 변화하며 자녀에 대한 부모의 관심은 증가했다. 그러나 이는 자녀에 대한 과보호 및 통제가 증가했다고도 해석해볼 수 있다(주정현, 2004). 이러한 현상과 더불어 개인주의, 무한경쟁사회 등의 사회 분위기로 인해 자녀의 학업이나 능력 향상에만 집중된 양육을 보이는 부모가 늘고 있다. 그러나, 개인이 사회의 일원으로서 건강하게 기능하기 위해서는 정서의 중요성을 무시할 수 없다.

정서를 명확하게 인식하고 적절히 표현하는 것은 사회 안에서 유능감을 느끼는데에 기초가 되며, 정서를 잘 조절하는 아동의 사회성과 학업수행능력 등이 그렇지 않은 아동에 비해 더 우수하다고 하였다(Katz & Gottman, 1997; Calkins & Keane, 2004). 따라서 유아의 사회적 능력을 향상시키는데 영향을 미치는 요인을 밝혀 사회적으로 유능한 인간으로서 성장하도록 노력하는 것이 중요하다.

그중 어머니는 자녀에게 가장 직접적이고 지속적인 영향을 주는 주양육자로서, 자녀의 성장과 밀접한 관계를 맺고 있는 대상이라고 할 수 있다(임해영, 문혁준, 2007). 어머니는 자녀가 자라는 동안 광범위한 자극을 제공해주며(박성덕, 서연실, 2016), 자녀는 어머니로부터 다양한 사회적 행동을 배운다(노서연, 2003). 정서 사회화 모델에 따르면 자녀는 주양육자와의 상호작용을 통해 감정을 표현하고 조절하는 바람직한 방법을 학습하고(Eisenberg, Cumberland, & Spinrad, 1998), 부모가 자신의 정서에 대해 반응하는 태도를 관찰함으로써 자신의 정서표현이 어떤 결과를 야기하는지 경험한다고 하였다(Dunn, Brown, & Bearsall, 1991). 자녀의 정서표현에 대한 부모의 반응은 자녀의 정서표현 양가성 및 정서표현신념(노지영, 정윤경, 2010), 정서조절전략(배주희, 2011), 정서지능(이지선, 정옥분,

2002), 사회적 유능감(김진영, 홍상욱, 2022) 등에 영향을 준다는 선행연구들을 통해 유아기 자녀의 정서사회성 발달에 영향을 주는 중요한 환경적 요인으로는 어머니의 정서관련 양육태도임을 알 수 있다.

최근 정서관련 양육태도 중 하나로 감정코칭 양육태도가 주목받고 있다. 감정코칭 양육태도는 자녀와의 상호작용 방법을 제공하는 실제적인 양육방식이라고 보고된다(박유정, 2008). 감정코칭 양육태도는 자녀와의 상호작용에서 자녀의 감정에 반응하는 부모의 양육태도로서 특히 자녀의 분노, 슬픔, 두려움 등의 부정적 감정을 수용하고 소화할 수 있도록 돕는 코치역할을 하는 양육태도로 정의된다(Gottman, 남은영, 2007). 감정코칭형 부모는 자녀의 감정을 무시하지 않고 모두 수용하고 인정하며, 감정표현을 지지하지만 부적절한 행동은 제한하고 자녀의 감정조절 방법과 적절한 분출구를 찾는 방법을 가르치어 부정적 감정을 극복할 수 있게 해준다는 특징이 있다.

감정코칭 양육태도는 ‘코칭’이라는 단어가 뜻하는 의미처럼 인본주의적 이론과 밀접하다(최미숙, 2019). 코칭은 모든 사람의 내면에는 무한한 가능성이 있으며, 개인이 지닌 문제의 해결책은 그 사람의 내부에 있다는 믿음에서 기인한다. 코칭을 하는 사람이 답을 내려주거나 가르치는 것이 아니라, 코칭을 받는 사람이 스스로 답을 찾을 수 있도록 옆에서 지지해주는 것이 코칭의 기본철학이다. 이러한 관점에서 자녀의 정서표현에 대한 부모의 긍정적 반응인 감정코칭형 양육이 주목받고 있다. 반면 지금까지 이와 관련된 연구는 대부분 감정코칭 부모훈련 프로그램의 개발과 효과성 검증을 중점으로 진행되었으며(김미애, 2014; 박연주, 2013; 김종남, 2012; 이규연, 2012; 서유리안나, 2010), 어머니의 감정코칭 양육태도에 영향을 주는 요인에 관한 연구는 미비한 실정이다. 따라서 어머니의 감정코칭 양육태도를 예측하는 개인 내적 요인을 탐색하고 변수들 간의 관련성에 대한 통합적인 모형을 규명할 필요가 있겠다.

전생애적 관점(life span perspective)과 생태학적 관점(ecological perspective)을 바탕으로 부모의 양육행동에 영향을 미치는 가족체계의 중요성이 대두되면서(Luster & Okagaki, 1993), 어렸을 때의 경험을 비롯하여 현재 가족관계 등 다양한 요인들의 누적효과나 매개 또는 중재효과에 대한 관심이 커지기 시작하였다(송수진, 2015 재인용). 어머니는 주 양육자이자 자녀와 가장 밀접한 관계를 맺는 대상이며, 대부분의 선행연구에서 어머니가 지각한 원부모 경험이 양육태도에 전이되는 것으로 보고하고 있다(Belsky & Vondra, 1993; Neppl, Conger,

Scaramella, & Ontai, 2009). 그 중 원부모의 자율성 지지 경험은 어머니의 긍정적인 양육태도에 정적인 영향을 준다(권영임, 2011; 성미혜, 주경숙, 2007; 이진선, 정문자, 2007; 전주혜, 박정윤, 김양희, 장영은, 어성연, 2010; 하민경, 2019; 장영심, 조영심, 2014). 자율성 지지란 인간의 기본심리욕구 중 하나인 자율성을 충족시키는 양육방식으로서, 자녀의 자기주도성을 격려하고 선택권을 줌으로써 자녀가 하고자 하는 일과 선택을 격려하고 지지하는 양육태도를 의미한다(Grolnick, Ryan, & Deci, 1991). 자율성 지지는 개인에게 큰 영향을 주는 사회적 지지이자 자녀의 심리적 발달에 중요한 영향을 미친다(구자은, 2000). 또한, 자율성을 지지 받은 개인은 심리적 자원이 많으며, 강점을 활용하고, 능동적이고 독립적인 모습을 보인다고 하였다(Ryan & Deci, 2000; 한동현, 서영정, 조영아, 2019; Schaefer, 1959). 자율성 지지는 자녀의 자율성은 지지하되 부모가 한계를 설정해 주어 자녀가 선택을 해야 하는 상황에서 두려움을 느끼지 않도록 하는 것을 포함한다(문경용, 2023). Jousmet 외(2008)은 자율성을 지지할 때는 요구할 행동에 대해 기본적인 설명을 제공하고, 자녀의 입장에서 감정을 이해해야 하고 선택할 기회를 제공해야 하며 또한, 능동성은 격려하되 통제적인 말과 행동은 줄여야 함을 강조하였다.

정은미와 김리진(2022)은 원부모의 자율성 지지가 어머니가 감정코칭 양육태도에 영향을 주는 예측변수임을 밝혔다. 이와 유사한 맥락으로 원부모의 자율성 지지 경험이 어머니의 긍정적인 양육태도에 영향을 미친다는 선행연구가 있다. 예를 들면, 권영임(2011)의 연구에서는 원부모의 자율성 지지 경험은 온정적인 양육태도에 영향을 주는 것으로 나타났고, 성미혜와 주경숙(2007)은 초산모를 대상으로 한 연구에서도 아동기 때 원부모로부터 자율성을 지지받았을수록 자신의 자녀에게도 긍정적인 양육태도를 보인다고 했다. 독립성을 지지받은 어머니는 자녀에게 부정적인 양육태도를 적게 보이는 반면(이진선, 정문자, 2007), 합리적인 지도와 적절한 한계설정 등 온정적인 양육을 보인다(전주혜, 박정윤, 김양희, 장영은, 어성연, 2010; 장영심, 조영심, 2014; 하민경, 2019). 따라서 원부모의 자율성 지지 경험이 많은 어머니는 자신의 자녀를 양육할 때에도 이러한 긍정적 자원을 사용하여 감정코칭 양육태도로 이어질 가능성을 예측해 볼 수 있겠다.

또한, 원부모 경험과 어머니의 양육태도의 관계를 살펴본 연구는 주로 자녀가치(신건호, 심혜숙, 2018), 부모성찰(최아영, 2017), 결혼만족도(장은주, 2018) 등 인지적 차원의 요인을 매개로 한 연구가 수행되어왔으나, 본 연구에서는 어머니가

지각한 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계를 매개하는 변인으로 자기 수용에 주목하고자 한다.

자기수용은 다양한 문화와 시대에 걸쳐 논의되어 온 개념이자 Rogers의 인간중심상담의 핵심 개념으로서 자신의 긍정적인 면뿐만 아니라 부정적인 면까지 조건 없이 있는 그대로의 자신을 받아들이고 인정하는 것을 뜻한다(김사라형선, 2005). 자기수용 수준이 높을수록 주관적·인지적·정서적 안녕감이 높아지고, 자신에 대해 긍정적이고 부정적인 지각을 모두 수용할 수 있기 때문에 적응적인 심리적 기능을 가지며 자기 자신을 수용하는 것을 넘어 타인까지 수용하여 긍정적인 대인관계를 형성하는 반면, 자기수용 수준이 낮은 개인은 실제적 자아와 이상적 자아 간의 차이가 크기 때문에 정서적 어려움을 경험한다(Carson & Langer, 2006). 자기수용 수준이 높은 부모는 보다 높은 정서인식명확성을 예측하기 때문에(김유빈, 이영순, 2021; 류지희, 이승연, 2020; 한명희, 2006), 자녀와 부모 자신의 감정을 있는 그대로 인식하는 것이 가능하다. 부정적인 감정을 경험하고 있는 자녀의 현상학적 장(phenomenal field)을 무조건적으로 존중하며, 감정의 반영과 명명화를 통해 자녀가 자신의 감정에 대해 인식할 수 있도록 도울 수 있을 것이라 예상된다. 다시 말해, 원부모에게 자율성을 지지받았다고 지각하는 어머니는 자신의 내적 세계를 자유롭게 탐색하는 기회를 충분히 얻음으로써 자신의 심리적 상태를 확인하고, 타인의 가치에 따라 옳고 그름을 판단하지 않으며 자신의 내적 가치에 맞추어 생각하고 행동함으로써 자신을 온전히 수용할 수 있게 된다. 이러한 자기수용은 어머니가 자녀의 감정을 있는 그대로 수용할 수 있도록 하며, 자신과 자녀의 감정을 왜곡없이 있는 그대로 인식할 수 있기 때문에 어머니의 자기수용은 감정코칭 양육태도에 영향을 미칠 것임을 예상해볼 수 있다.

나아가 본 연구는 어머니가 지각한 원부모의 자율성 지지 경험, 자기수용, 감정코칭 양육태도 간의 관계에서 긍정심리자본의 매개 역할을 규명하는 데에 초점을 두었다. 긍정심리자본은 최근 긍정심리학에서 많은 관심을 받고 있는 개념이다. 긍정심리자본은 개인이 목표를 달성할 수 있을 것이라는 긍정적인 믿음과 발전을 추구하는 긍정적인 심리상태를 의미하며, 자기효능감, 회복탄력성, 낙관성, 희망의 네 가지 하위요인으로 이루어진다. 이 네 가지 요인은 모두 업무나 목표달성을 위한 인지 및 동기부여 경향과 관련이 있다는 공통점이 있다(Luthans et al., 2007). 부모의 긍정심리자본은 자기정체성을 형성하는 기초가 되며, 교육과 양육에서 전문성과 만족감을 향상시킨다(조운서, 2014). 또한, 고영남(2019)은 부모의

긍정심리자본이 자녀의 주관적 안녕감에 영향을 미친다고 하였다.

많은 연구에서 긍정심리자본이 감정코칭 양육태도에 유의한 선행변수임을 밝혀왔다. 선행연구를 토대로 긍정심리자본이 높은 어머니는 자녀의 부정적 정서에 대해 지지적인 반응을 보이고, 갈등 상황에서 회피하거나 공격적인 대처 행동을 적게 보이고 적극적인 대인관계를 가지며, 자녀의 행동에 대해 적절한 한계설정을 보이고, 자녀와의 상호작용에서 긍정적인 감정을 느끼고 자녀에게 적절한 도움을 주는 등의 양육태도를 취할 것으로 예상된다(양다솜, 2020; 김지영, 2008; 심순애, 2007; 원영숙, 2009). 이는 어머니가 원부모의 자율성 지지를 낮게 지각하는 상황에서도 개인 내적 자원이 충족될 경우 높은 수준의 감정코칭 양육태도로 나타날 것임을 시사한다. 이와 더불어 어머니가 원부모로부터 자율성을 지지받았다는 경험을 높게 지각할수록 어머니는 자신의 욕구, 정서, 소망, 신념들을 확인하고 이에 따라 자신에게 맞는 행동을 선택할 수 있게 된다(이찬희, 조영아, 2015). 즉, 자신의 감정과 행동, 정체감 등에 대해 무조건적인 긍정적 존중을 받으며 자신을 스스로 긍정하고, 본연의 특성을 있는 그대로 받아들이는 자기수용이 가능해진다는 것이다.

자기수용이 높으면 우울이 감소되고 자아탄력성 수준이 더 높게 나타났다(Besser & Davis, 2003). 또, 자기수용이 높은 사람은 심리적 안녕감이 더 높으며 부정적인 정서 반응을 경험하지 않을 수 있다고 하였다(Chamberlain & Haaga, 2001). 이지련(2020)은 부모의 자율성 지지와 자아탄력성 관계에서 자기수용이 부분매개한다는 사실을 밝혔다. 따라서 자기수용이 높은 어머니는 삶에서 경험하게 될 무수한 선택들에 주저하지 않고 기꺼이 도전하며, 실패하더라도 좌절이나 우울 등 부정적인 감정에 오래 머무르지 않고 회복할 것으로 사료된다. 다시 말해 자기수용은 목표달성을 위한 인지상태와 동기부여 경향을 적절히 설명해주는 상위개념인 긍정심리자본에 정적인 영향을 줄 것으로 추론해 볼 수 있다.

종합하면 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 자기수용을 높이고, 긍정심리자본 수준을 향상시켜 감정코칭 양육태도에 긍정적인 영향을 미치는 순차적 매개모형을 예상해볼 수 있다. 지금까지 어머니가 지각한 원부모 경험과 정서 관련 양육태도의 관련성을 분석한 연구가 진행되어왔으나 ‘왜, 어떻게’ 관련 되어 있는지에 대한 통합적 모형 검증 연구는 부족한 편이다. 이에 유아기 자녀의 건강한 정서 발달을 위해 자녀의 발달에 가장 큰 영향을 미치는 주 양육자인 어머니의 원부모 경험으로부터 개인 내적 자원을 거쳐 다시 자녀에게 향하는 양육태도로 나

아가는 경로를 종합적으로 살펴볼 필요가 있다. 따라서 본 연구는 과거 가정과 관련된 변인인 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 사회 변인인 감정코칭 양육태도에 미치는 영향에서 개인 내적 변인인 자기수용과 긍정심리자본의 순차적 매개효과를 검증함으로써, 유아기 자녀를 양육하는 어머니의 감정코칭 양육태도 수준 향상을 위한 실제적인 개입 방안을 마련하는 데 기여하고자 한다.

B. 연구문제

본 연구에서 검증하고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제1

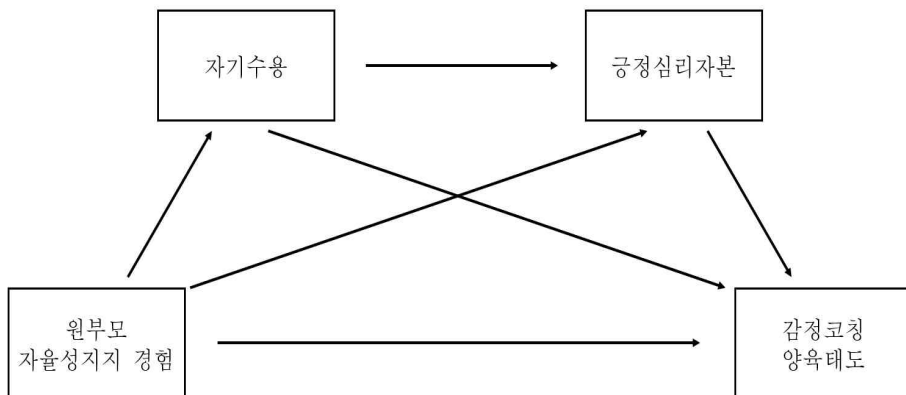
어머니의 자기수용은 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계를 매개하는가?

연구문제2

어머니의 긍정심리자본은 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계를 매개하는가?

연구문제3

어머니의 자기수용과 긍정심리자본은 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계를 순차적으로 매개하는가?



[그림 1] 연구모형

Ⅱ. 이론적 배경

A. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도

1. 감정코칭 양육태도

양육태도는 부모가 자녀를 대하는 보편적인 태도를 뜻한다. 부모의 양육태도는 자녀의 자기존중감(박희정, 2009; 정계련, 2008), 자아정체감(공계숙, 2005; 이선화, 2003), 성격(양계희, 2011; 이강옥, 이미현, 한복환, 2009)에 영향을 미치기 때문에 중요하다. 그러나 양육태도는 포괄적이고 많은 의미를 내포하고 있기 때문에 자녀에게 표현하는 정서적 반응까지 온전히 설명하기에는 한계가 존재한다. 기존 양육행동의 하위요소는 정보, 기술, 의사소통방식으로 구성되어 보다 행동적 측면에 초점을 맞추고 있는 반면, 정서관련 양육행동은 자녀의 정서표현에 대한 어머니의 정서관련 신념, 정서 반응 및 태도에 초점을 두고 있다(오지현, 최아영, 2018). 긍정적이고 온정적인 양육태도를 지닌 부모들은 자녀의 슬픔, 분노, 두려움과 같은 부정적 정서를 인식하는데 초점을 두기 보다 단순히 자녀에게 따뜻한 행동을 보인다. 또한, 성취에 대한 격려를 주로 하는 부모들은 자녀들에게 격려 및 인정의 표현은 자주 하지만 정서와 관련된 문제 상황에 대한 실제적인 지침은 제시하지 못한다(김소라, 2016, 재인용). 이에 비해 감정코칭 양육태도를 지닌 부모는 부정적인 정서를 인정해주고 이를 자녀와 친밀해질 수 있는 기회로 여기며 진정한 가이드라인을 제공한다(Gottman et al., 1996). 자녀의 정서표현에 대한 부모의 반응은 유아기와 아동기 자녀의 정서사회성 발달에 직접적인 영향을 주는 대표적인 정서 관련 양육태도이다(Eisenberg, Cumberland, & Spinard, 1998). 부모가 본인의 정서를 자녀에게 표현하고 자녀의 정서 반응에도 반응하며 자녀와 정서적인 대화를 나누는 태도인 정서관련 양육태도에 주목할 필요성이 점차 제기되었고, 자녀의 정서표현에 대한 부모의 반응은 자녀의 정서표현 양가성 및 정서표현신념(노지영, 정윤경, 2010), 정서조절전략(배주희, 2011), 정서지능(이지선, 정옥분, 2002), 사회적 유능감(김진영, 홍상옥, 2022) 등에 영향을 준다는 사실이 밝혀지며 정서관련 양육태도의 중요성을 더욱 강조하였다.

한편, Gottman은 부모가 자녀의 감정에 반응하는 양육유형을 축소전환형(Dismissing), 억압형(Disapproving), 방임형(Laissez Faire), 감정코칭형(Emotion Coaching)으로 분류했다(Gottman et al., 2007). 첫 번째, 축소전환형(Dismissing) 부모는 자녀의 감정을 대수롭지 않은 것으로 최소화하고 다른 곳으로 관심을 돌리며 부정적 감정이 사라지도록 격려한다. 자녀가 표현하고자 하는 내용에 관심을 기울이거나 의사소통하려고 노력하는 등의 모습은 보이지 않으며 기분을 전환시키려는 방략만을 사용한다. 부모가 축소전환형의 양육태도를 사용했을 때, 자녀는 부정적 감정은 보상을 위한 것으로 생각하게 되어 떼쓰는 아이로 성장한다. 또한, 감정 해결 방식과 감정 조절 방법을 학습할 수 없게 되어 사회성에 문제가 생기고 자신의 감정이 비정상적인가 의구심을 가지는 등 신뢰하지 못하게 되어 자신감과 자존감이 낮아진다.

두 번째, 억압형(Disapproving) 부모는 자녀가 부정적인 감정을 느끼지 못하게 한다는 점에서 축소전환형의 부모와 비슷하지만 꾸짖거나 훈계로 그러한 감정을 느끼지 못하게 한다는 점에서 차이를 지닌다. 억압형 부모는 바른 기준이나 옳은 행동만을 강조하고 때로는 행동의 옳고 그름과 상관없이 자녀의 감정을 판단하고 비판하는 등 감정표현에 대해 처벌적인 반응을 보인다. 또한, 감정은 억제되어야 하는 것으로 생각하기 때문에 권위에 대한 자녀의 복종에도 관심을 가진다. 부모가 억압형의 양육태도를 사용했을 때, 자녀는 부정적 감정을 표현하지 못하게 되고 성장할수록 분노와 공격성 등 부정적인 감정이 커진다. 즉, 감정을 인정받지 못해 자존감이 낮으며 반항적인 성향이 두드러질 수 있고 감정을 억압하는 경험 외에 조절해보는 경험을 갖지 못하여 자율성이 저하되는 등 수동적인 모습이 나타난다.

세 번째, 방임형(Laissez Faire) 부모는 자녀의 감정은 수용하지만, 행동에 대한 지침을 제공하지 않고 감정에 관해 가르치지 않는 무책임한 모습을 보인다. 즉, 지나친 관대함으로 적절한 한계가 없으며 자녀가 경험하는 문제에 관한 해결을 돕지 않는다. 부모가 방임형의 양육태도를 사용했을 때, 자녀는 부모를 불신하여 반복하여 확인하려는 모습을 보이고 감정이해 및 해결을 하는 경험이 부족하여 감정조절에 어려움을 겪는다. 또한, 또래 관계를 맺는 것을 어려워하고 고집이 세고 비타협적인 모습이 나타난다.

네 번째, 감정코칭형(Emotion Coaching) 부모는 방임형과 마찬가지로 자녀의 감정을 수용한다. 그러나 이와 동시에 자녀의 감정을 읽어주고 공감하며 현재 직면

하고 있는 문제를 스스로 해결할 수 있도록 지도한다는 점에서 차이를 지닌다. 자녀가 감정을 표현할 때 이를 비생산적으로 여기지 않고 인내심을 보이며 자녀의 미세한 감정도 예민하게 포착한다. 즉, 부모가 자녀에게 공감하여 안도감을 느끼게 해주고 행동에는 적절한 한계를 설정해주는 감정코칭형 양육태도를 사용할 때 자녀는 자신의 감정을 신뢰하게 되고 감정을 조절할 수 있게 되며 문제를 해결하는 방법을 터득할 수 있게 된다. 요컨대, 감정코칭 양육태도는 자녀의 정서조절(오지현, 김지윤, 2017), 감정인식 및 조절(박찬옥, 황지영, 2019) 등에 긍정적인 영향을 준다.

위의 네 가지 정서 관련 양육태도는 부모의 상위정서(meta-emotion), 즉 부모가 정서에 대해 어떠한 인식을 가지고 있는지에 따라 달라진다. 축소전환형(Dismissing)은 자녀의 감정이 비합리적이고 부정적 감정은 해로운 것이며 감정에 초점을 맞추는 것은 되려 문제를 더 악화시킨다는 믿음에 기인한다. 또한, 감정에 좋은 감정과 나쁜 감정 등 옳고 그름이 있다고 여기며 부모 자신조차 부정적인 감정을 불편해하여 직면하는 데에 어려움을 경험하며 감정 대응을 어떻게 해야할지 알지 못한다. 억압형(Disapproving)은 부정적 감정을 그릇된 성격으로 인해 생겨나는 것으로 여기며, 부정적 감정은 그 자체로 비생산적이고 부모를 조종하기 위한 수단으로 사용된다는 믿음에서 비롯된다. 방임형(Laissez Faire)은 감정을 분출하는 자체로 모든 어려움이 해결된다는 생각과 함께 자녀가 부정적 감정을 경험할 때 이를 스스로 이겨내야 하는 것으로 여기며 부모는 위로 외에는 해줄 것이 없다는 믿음에 기인한다. 감정코칭형(Emotion Coaching)은 자녀가 부정적인 감정을 표출하는 상황을 곧 친밀도를 높이기 위한 기회로 여기고, 자녀의 감정을 파악하고 감정에 초점을 맞추어 대응하는 것이 의미 있다고 생각하며 공감, 경청, 감정조절 등을 배우는 기회가 될 수 있다는 믿음에서 비롯된다.

본 연구는 부모의 긍정적 양육행동으로 감정코칭에 주목하였다. 감정코칭 양육태도란 감정을 삶의 일부분으로 인식하는 것을 전제로 하여 자녀의 모든 감정은 수용하되 행동에는 분명한 제한을 두고 자녀가 스스로 자신의 문제를 바람직한 방향으로 해결할 수 있도록 이끄는 양육태도를 말한다(황영진, 2023; 최성애, 조벽, 2012). 감정코칭 양육태도는 ‘코칭’이라는 단어가 뜻하는 것처럼 인본주의적 이론에 근접하고 있다(최미숙, 2019). 코칭은 모든 사람의 내면에는 무한한 가능성이 있다는 믿음과 그 사람이 지닌 문제의 해답은 그 사람의 내부에 있다는 믿음에서 시작되었다. 코칭을 하는 사람이 먼저 답을 주거나 가르치려 노력하는 것이 아

니라, 코칭을 받는 사람이 스스로 답을 찾을 수 있도록 옆에서 동반자 역할을 하는 것이 코칭의 기본 철학이다.

Gottman의 감정코칭 양육태도는 Ginott의 인본주의 부모교육모델에 기반을 두고 있기 때문에 감정코칭형 부모는 자녀의 감정을 무시하지 않고 모두 수용하며 인정한다. 특히 자녀의 감정 중 분노·슬픔·두려움 등을 부정적인 감정까지 수용하고 자녀가 스스로 자신의 감정을 소화할 수 있도록 돕는 코치 역할을 하는 양육태도이며(박지영, 2014; Gottman, 남은영, 2007), 이를 표현할 수 있도록 지지하지만 부적절한 행동은 제한하고 자녀의 감정조절 방법과 적절한 분출구를 찾는 방법을 가르쳐 부정적 감정을 극복할 수 있도록 이끈다. 요컨대, 감정코칭 양육태도는 다른 유형의 정서 관련 양육태도와는 달리 애정-수용, 통제-거부 등에 그치지 않고 감정을 다루는 방법에 대해 부모가 길잡이 역할을 해준다는 점에서 차별점을 지닌다.

자녀 양육에 부모가 길잡이로서 기능함은 Vygotsky 이론의 개념 중 하나인 ‘비계 설정(scaffolding)’ 과 유사한 것으로 보여진다. 부모는 자녀의 수준에 맞는 교육 방법을 사용하여 자녀가 문제 해결 방법을 스스로 찾도록 하여 자녀가 자신의 성공을 본인 노력의 결과로 받아들일 수 있도록 한다. 따라서 자녀에게 감정을 가르침에 있어 감정코칭 양육태도는 부모가 견지해야 하는 바람직한 태도라고 할 수 있겠다(박연주, 2013).

자녀의 부정적인 감정에 대해 부모가 처벌적이고 스트레스 반응을 보일수록 자녀의 또래수용도가 낮았던 반면, 부모가 자녀의 감정 표현을 격려하고 정서에 초점을 두는 반응을 보일수록 또래수용도가 높게 나타났다(강희연, 강문희, 1999). 유인숙(2015)은 그림책을 활용한 감정코칭 부모교육이 자녀의 부정적 정서에 대한 어머니의 지지적 반응태도를 향상시키고, 비지지적 반응은 감소시켰으며, 프로그램에 참여한 어머니들의 자녀의 정서조절능력은 향상되었다고 하였다. 이지은(2014)은 3-5세 유아의 부정적 정서에 대한 어머니의 지지적 반응이 많을수록 유아의 정서조절이 증가한 반면, 유아의 부정적 정서에 대한 어머니의 비지지적 반응이 많을수록 정서조절이 감소한다고 보고했다. 한편, 신경과학 분야의 연구가 활발해지며 편도체가 인간이 경험하는 다양한 정서를 통제하는 핵심 부분이라는 사실이 밝혀졌다(장현갑, 1997). 살아가는 동안 끊임없이 조금씩 발달하는 대뇌피질과 달리 편도체는 출생할 때부터 이미 성숙한 구조를 가지기 때문에 유아기부터 정서 경험이 바르게 각인되어야 한다는 점을 시사한다(김명찬, 2016). 즉, 자녀의

부정적 정서에 대한 부모의 처벌적 반응은 정서 강도를 더욱 가중시키며, 자녀의 기억 속에 부정적인 영향력을 행사함으로써 또 다른 정서상황에서 자녀가 부정적 정서를 더 강도 높게 경험하게 할 확률을 높인다는 것이다.

위의 선행연구들은 자녀의 정서적 성장에 감정코칭 양육태도의 중요성은 매우 중요함을 시사한다. 감정코칭 양육태도는 총 5단계로 이루어지는데, 1단계는 아이의 감정을 있는 그대로 인식해주는 동시에 부모 자신의 감정도 인식해야 한다. 2단계는 아이의 감정적인 순간을 친밀감 형성과 배움의 기회로 여기는 것이다. 3단계는 아이의 감정을 설명할 단어를 함께 찾아 이름을 붙여주며 아이가 자신의 감정을 표현하도록 돕는다. 4단계는 아이의 감정을 들어주고 대화하며 공감하는 것이다. 그것이 부정적인 감정일지라도 모두 공감해주고, 적절한 질문과 태도로 아이가 자신의 감정을 잘 묘사할 수 있도록 돕는다. 마지막 5단계는 아이가 스스로 문제를 해결하도록 이끌고 행동에 한계를 설정해주는 단계이다. 대화를 통해 아이의 감정을 먼저 공감했다면 아이가 원하는 목표를 확인하고 함께 해결책을 고민하고 평가하여 아이 스스로 해결책을 선택할 수 있도록 돕는다.

2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 간의 관계

전생애적 관점(life span perspective)과 생태학적 관점(ecological perspective)을 바탕으로 부모의 양육태도에 영향을 미치는 가족체계의 중요성이 대두되기 시작하면서(Luster & Okagaki, 1993), 어렸을 때의 경험을 비롯하여 현재 가족관계 등 다양한 요인들의 누적효과나 매개 또는 중재효과에 대한 관심이 커지기 시작하였다(송수진, 2015, 재인용). 어머니는 주 양육자이자 자녀와 가장 밀접한 관계를 맺는 대상이다. 어머니는 자녀 양육에 있어 가장 중요한 역할을 맡으며 자녀의 성장에 직접적이고 지속적인 영향력을 미친다(임해영, 2007). 또한, 어머니는 아동이 처음으로 정서적 경험을 나누는 대상이자 정서를 학습하는 최초의 환경으로서(Lewis & Saarni, 1985) 중요성을 지니기 때문에 어머니의 원부모 경험에 주목할 필요가 있다.

어머니가 지각한 원부모 경험이 양육태도에 미치는 영향을 살펴본 선행연구들은 대부분 원부모 경험이 현재 어머니가 보이는 양육태도에 전이되는 것으로 보고하고 있다. 즉, 많은 부모들이 자신의 부모가 나타내었던 양육태도를 반복하여 자신의 자녀를 양육한다는 것을 뜻한다. 예컨대, 어머니가 원부모의 양육 경험을 긍정적으로 지각하고 있는 경우 자신의 자녀에게도 이와 비슷한 긍정적인 양육태도를 보이는 반면, 부정적으로 지각하는 경우 부정적인 양육태도를 보인다고 하였다(Belsky & Vondra, 1993; Neppl, Conger, Scaramella, & Ontai, 2009). 따라서 어머니가 지각한 원부모 경험은 자녀에게 표현되는 본인의 양육태도를 예견할 수 있다는 점에서 중요성을 지닌다. 특히, 어머니의 정서에 관한 신념과 가치관 역시 어머니가 아동기에 경험했던 원부모의 양육으로부터 많은 영향을 받는다(박지선, 오지현, 2017). 마찬가지로 어머니가 원부모로부터 수용된 경험이 많을수록 감정코칭 반응이 증가하였으며(오지현, 2016), 긍정적인 양육행동으로 이어진다고 하였다(권영임, 2011).

한편, 자율성 지지란 인간의 기본심리욕구 중 가장 근본적인 차원인 자율성을 충족시키는 양육방식으로서, 부모가 자녀의 자기주도성을 격려하고 선택권을 줌으로써 자녀 스스로 선택할 수 있도록 하고 자녀가 하고자 하는 일을 격려하고 지지해주는 양육행동을 의미한다(Grolnick, Ryan, & Deci, 1991). 이는 통제 및 과보

호와 반대되는 개념으로서 부모가 원하는 방향으로 유도하거나 압력을 행사하기보다는 자녀가 스스로 선택할 수 있게 격려하는 것을 뜻한다(임지현, 2004). 자율성 지지는 Ryan과 Deci의 자기결정이론(self-determination theory)에서 언급되는 기본심리욕구 중 하나인 자율성으로부터 도출된 개념이다. 자기결정이론에 따르면, 인간은 심리적 성장과 만족감을 위하여 자율성, 유능성, 관계성으로 이루어진 기본심리욕구를 지니고 있으며, 이 세 가지 기본심리욕구는 심리적 안녕감의 증진으로 이어진다고 하였다. 자율성은 개인의 행위의 원인이 자신의 내부에 있음을 지각하고 행동을 스스로 조절하며 자신의 생각을 반영하는 행동을 의미한다. 즉, 스스로 목표를 세우고 행동하며 자신에게 중요하며 가치 있는 것이 무엇인가를 결정할 수 있는 자유를 의미한다. 유능성과 관계성 욕구의 충족 역시 자율적인 행동을 바탕으로 이루어지기 때문에 자율성이 세 가지 욕구 중 가장 중요하다고 할 수 있을 것이다(Ryan & Deci, 2002).

이러한 측면에서 보았을 때, 자율성 지지는 양육관계의 핵심 요소로서, 개인의 통합감이나 행복감, 긍정적 기능을 촉진한다(Ryan, 1995; Ryan & Deci, 2000). 반면, 의존적인 양육 경험을 가진 사람들은 안정적이지 않은 자존감을 지니며 더 많은 내사(introjection)를 하고 행복감이 더 낮기 때문에(Roth et al., 2009), 긍정적인 대인관계를 형성하는데 필요한 심리적 자원이 더 적을 수 있다. 다시 말해, 부모가 표현하는 자율성 지지는 개인의 심리적 발달에 가장 많은 영향을 주는 사회적 지지이며(구자은, 2000), 부모가 제공하는 관여 및 구조와 관련이 있다.

자율성을 지지하는 부모는 자녀의 시각에서 그들의 관점을 수용하고 선택과 결정의 기회를 제공함으로써 자녀 개인의 흥미와 가치를 실현할 수 있게 해준다(김혜린, 2023). 즉, 자율성을 지지하는 부모는 자녀의 생각과 감정을 수용하고, 의미 있는 선택권을 제공함으로써 자녀의 주도성을 키워주고 동시에 합리적인 규칙을 설명해주어 자발적으로 행동할 기회를 제공한다(Joussemet, Landry, & Koestner, 2008; Liew, Kwok, Chang, & Yeh, 2014). 자율성을 지지한다는 것은 자녀의 원하는 것이 무엇이든지 허용하고 지지하는 과허용과는 다르다. 부모의 자율성지지는 자녀의 자율성은 지지하되 그 한계는 명확히 설정해주고, 광범위한 선택항목에서 자녀가 두려움을 느끼지 않도록 하여 안전함을 경험할 수 있도록 하는 것이 포함된다(문경용, 2023). 또한, 자율성을 지지할 때에는 부모가 자녀에게 요구하는 행동이나 지침에 대한 기본적인 설명이 제공되어야 하고, 자녀의 입장에서 감정을 이해해주어야 한다. 선택할 기회를 제공한 후에는 자녀의 능동성을 격려함

과 동시에 통제적인 말과 행동은 줄여야 한다(Joussmet et al., 2008).

선행연구에 따르면, 부모의 자율성 지지가 높다고 지각한 대학생일수록 자신의 강점을 적극 활용하고(한동헌, 서영정, 조영아, 2019), 대학생이 지각한 자율성 지지는 자기주도학습과 창의성에 유의한 영향을 미쳤다(문지영, 2022; 조혜경, 2018). 또한, 부모가 자녀를 애정적-자율적으로 양육할수록 자녀는 능동적이고 독립적이며 자신뿐만 아니라 타인에게 적대감이 없다고 하였으며(Schaefer, 1959), 어머니의 자율성 지지는 유아의 실행기능을 매개로 하여 유아가 자신과 타인의 정서를 정확히 인식하고 상황에 적절하게 정서를 조절하며 타인의 감정에도 공감할 수 있는 능력인 정서적 유능성을 높이는데 영향을 주었다(문지현, 신나나, 2017; 이병래, 1997; Saarni, 1997; 박영애, 김경은, 2005 재인용). 이처럼 원부모의 자율성 지지는 자녀가 삶에서 기능적인 행동을 하는데 중요한 밑거름이 된다는 것을 알 수 있으며, 자녀가 어머니가 되어 다시 본인의 자녀를 양육할 때 보이는 양육 태도에도 긍정적인 영향을 미칠 것으로 예상해 볼 수 있다.

원부모의 자율성 지지 경험이 어머니의 긍정적인 양육태도에 영향을 미친다는 선행연구를 살펴보면, 원부모의 자율성 지지 경험은 온정적인 양육태도에 영향을 준다(권영임, 2011). 초산모를 대상으로 한 연구에서도 아동기 때 원부모로부터 과잉보호 받지 않고 자율성을 지지 받은 경험이 많을수록 긍정적인 양육태도를 보였다(성미혜, 주경숙, 2007). 또, 독립성을 격려받은 어머니는 자녀에게 허용·방임과 거부·제재적 양육행동을 적게 보였으며(이진선, 정문자, 2007), 아동기 때 부모로부터 독립성을 부여받은 어머니는 자신의 자녀에게도 합리적인 지도와 적절한 한계설정을 한다고 하였다(전주혜, 박정운, 김양희, 장영은, 어성연, 2010). 원부모 중 특히 원모의 독립성 조장은 온정적 양육행동에 영향을 미쳤으며(하민경, 2019), 자율적 양육태도와는 정적인 상관, 거부·통제적인 태도와는 부적 상관, 나타났다(장영심, 조영심, 2014).

반면, 과보호를 보이는 부모는 자녀에 대해 지나친 통제와 간섭을 하고, 의존성을 조장하며 외부의 영향으로부터 자녀를 과하게 보호하기 때문에(Parker, 1983), 과보호는 자녀의 주체성과 자율성을 박탈하고 다양한 경험으로부터 얻어지는 유능감을 경험할 수 없게 함으로써 결론적으로 인지적 편견의 향상과 부정적 사고의 유발로 이어질 수 있다(Silove et al., 1991). 과보호와 관련된 선행연구에서도 과보호를 받은 아동은 공격성과 위축이 증가하기 때문에(이숙, 최정미, 2006), 당면한 문제에 능동적으로 기능하는 데에 어려움이 있을 것으로 예상되며, 이와 더

불어 원부모로부터 과보호적 양육을 받는다고 지각한 자녀들은 자신의 정서를 효율적으로 조절하지 못하며(김성희, 정옥분, 2011), 정서를 발산적·회피적·공격적인 방식으로 나타낸다(임희수, 박성연, 2002). 이와 관련한 많은 선행연구에서도 부모의 과보호는 자녀의 우울 및 불안과 유의미한 관련이 있다는 것을 증명하였다(김혜영, 2000; 이소미, 2002; 문세민, 2005; 조은주, 이은희, 2013; Blatt et al., 1979; Holmbeck et al., 2002; Campos et al., 2010).

요컨대, 이러한 선행연구들은 자신의 부모로부터 자율성을 지지 받아 긍정적인 자원이 생긴 어머니는 자신의 자녀를 양육할 때에도 이러한 자원을 사용하여 긍정적인 양육태도로 나타날 것임을 시사한다. 또한, 감정코칭 양육태도는 인본주의 부모교육모델을 기반으로 하고 있기 때문에 원부모의 수용적이고 지지적인 경험과 관련이 높다. 즉, 원부모로부터 자율성 지지 경험이 많은 어머니일수록 자녀의 정서표현에 대해 지지적이고 수용적인 태도를 보일 가능성이 높을 것으로 예상된다.

B. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용과 감정코칭 양육태도

1. 자기수용

수용이란 사적 경험에 대해 회피하거나 통제하려는 시도 혹은 방어적인 태도를 취하지 않고 있는 그대로의 사건을 기꺼이 경험하는 것을 의미한다(Forsyth, Parker, & Finlay, 2003). 그중 자신이 스스로를 수용한다는 뜻의 자기수용에 대해 Rogers는 기본적인 감각자료(sensory data)의 왜곡됨 없이, 자기 자신의 감정, 동기, 사회적 및 개인적인 경험들을 지각할 수 있는 능력을 의미한다고 하였다(김윤희, 2008). 여러 선행연구에서 자기수용은 자기 자신을 있는 그대로 만족스럽게 받아들이고 인정하는 것(MacInnes, 2006), 자신의 긍정적인 면뿐만 아니라 부정적인 면까지 조건 없이 있는 그대로의 자신을 받아들이고 인정하는 것(김사라형선, 2005), 타인의 비난이나 칭찬을 객관적으로 수용하고, 자신의 감정이나 동기, 능력에 대한 한계를 부인하거나 왜곡하지 않고 받아들이는 것(Berger, 1952) 등으로 정의되었다.

Rogers(1959)의 현상학적 성격이론에서는 실제적 자아와 이상적 자아 간의 일치를 중요하게 생각한다. 이 이론에서는 실제적 자아와 이상적 자아 간의 차이가 큰 사람은 그 사이에서 괴리감과 불안정감을 더 느낀다고 주장하였다. 이러한 불일치 상태에서는 긍정적인 경험을 할지라도 왜곡된 방식으로 지각하기 때문에 적응적인 문제를 보이게 되는 반면, 일관되고 통합된 자기를 가진 사람은 자신에 대한 긍정적·부정적 지각을 모두 수용할 수 있으며 적응적인 심리적 기능을 가진다고 하였다. 욕구단계이론을 주장한 Maslow(1970)는 인간은 궁극적으로 자기실현의 욕구를 가지고 있으며, 자기실현의 욕구를 충족한 인간의 특성으로서 자기수용을 언급하였다.

Ellis와 Harper(1975)는 자기수용을 외부의 조건과 상관없이 자신을 온전히 긍정적으로 수용하는 것이라고 정의했다. 외부 조건에는 자신이 유능하고 바르게 행동하는지 혹은 그렇지 않은지, 타인이 자신을 인정해주는지에 관한 여부 등이 포함된다. 자기수용이 높은 사람은 타인의 칭찬 혹은 비난에 의해 자신에 대한 생각

이 변하지 않으며 실패를 경험하더라도 전적인 실패감이나 무능함을 느끼기보다 건강하고 적응적인 정서를 경험한다(Scott, 2007).

이처럼 자기수용은 다양한 문화와 시대에 걸쳐 종교적, 심리학적 측면에서 논의 되어 왔다(정은미, 2019). 자기수용은 주관적 안녕감, 인지적 안녕감, 정서적 안녕감에 중요한 영향을 미치며(김금미, 2010), 자기수용의 부재는 통제되지 않는 분노와 우울을 포함한 다양한 정서적 어려움을 초래한다(Carson & Langer, 2006).

Chamberlain과 Haaga(2001)는 자기수용 수준이 높은 사람은 부정적인 사건을 경험할지라도 개인의 자기 가치감을 덜 위협하기 때문에 심리적 안녕감이 높다고 하였고, 자기 자신만을 인정하고 받아들이는 것에서 그치지 않고 타인까지 수용할 수 있게 됨으로써 부정적인 대인관계 상황에서도 마찬가지로 우울과 불안 같은 부정적 정서를 덜 경험한다고 하였다. 또한, 타인을 더 잘 수용하고 행복과 삶에 대한 만족도가 높으며(김사라형선, 2005; 김지윤, 이동귀, 2013), 부정적인 감정을 긍정적인 감정으로 바꾸는 원동력이 됨으로써 부정적인 감정의 영향을 줄이는 데 도움이 된다고 하였다(Taylor & Combs, 1952). 이와 같은 연구 결과는 삶을 살아가는 데에 있어서 자기수용이 중요하다는 점을 뒷받침한다.

자기수용을 하기 위해서는 통찰을 통해 자신을 객관적으로 보아야 한다. 자신의 시각뿐 아니라 타인의 시각으로도 자신을 바라보며 문제 요소를 이해하고 인정하는데, 문제를 과소평가 혹은 과대평가 하지 않도록 있는 그대로 바라보며 이를 구체화하고 폭넓게 이해해야 한다고 하였다. 이런 과정을 통해 자기수용의 단계를 완성할 수 있게 된다(권수영, 2017). 이어서 자기수용의 특성을 살펴보면, 우선 자신을 있는 그대로 인정하고 받아들이는 것이다. 또한 강점과 약점, 신체 조건을 비롯하여 심리적 현상 역시 있는 그대로 인식하고 인정하며 자신에 대한 긍정적인 평가와 만족감, 가치감 등을 갖는다. 자신이나 타인의 평가에 관계없이 스스로를 온전하게 받아들이고 궁극적으로는 자신이 경험하고 있는 현실과 더불어 자기 가족의 됄됨이까지도 받아들일 수 있다(임전옥, 장성숙, 2012).

2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용과 감정코칭 양육태도의 간의 관계

감정코칭 양육태도는 인본주의에 기반한 양육태도이자 부모의 상위정서철학(parental meta-emotion philosophy : PME)이 자녀의 정서에 반응하는 양육태도로 발현될 때 가장 바람직한 양육태도로 여겨지는 유형이다. 상위정서(meta-emotion)란 ‘정서에 대한 정서’를 의미하는데, 여기에서 확장된 개념 중 부모의 상위정서철학이다. 부모의 상위정서철학에는 부모 자신의 정서를 지각하고 수용하는 것과 이것을 표현하는 것, 자녀의 정서에 대한 지각과 수용, 정서 표현에 대한 격려, 문제 해결적인 대응, 정서에 대한 일반적인 신념 등이 포함된다(Gottman, 1996). 이를 통해, 부모의 상위정서철학은 정서표현에 관한 신념에도 영향을 줄 것으로 예상되는데(배지우, 2010), 최해연과 민경환(2005)는 정서표현에 대한 신념 중 정서표현에 대한 부정적 신념은 정서표현의 억제에 영향을 미치고, 부정적 신념의 하위요소 중 하나인 정서-관계적 신념은 감정표현이 대인관계속에서 수용되지 않을 것이라는 부정적 기대를 반영한다고 하였다.

요컨대, 부모가 자신의 정서가 대인관계에서 수용될 것이라는 긍정적인 기대를 할수록 부모의 상위정서철학 수준에 정적인 영향을 미칠 것이고, 이는 다시 감정코칭 양육태도로 발현되어 자녀가 표현하는 정서에 바람직한 대처를 할 수 있을 것으로 예상된다. 그러나 대인관계와 같은 사회적인 상황에서 거절이나 실패를 경험하지 않는 것은 현실적으로 매우 불가능하기에 외부 환경의 변화와 관계없이 안정적으로 작용할 개인 내적 변인이 필요하며, 이에 본 연구에서는 개인 내적 변인 중 자기수용에 주목하였다.

자기수용은 심리적 안녕감을 구성하는 하위요인 중 하나로(Ryff, 1989), 타인의 평가와 관계없이 자신의 존재를 존중하는 것이며, 인간의 가치를 상대적으로 평가하지 않고 존재만으로도 온전한 가치가 있다고 인정하는 개념이다. 자신을 전반적으로 수용하는 것에는 심리적 현상과 더불어 열등감이나 우울 등 자신의 부정적 정서들까지 그대로 인식하고 받아들여 함으로써 적응적인 대인관계를 맺을 수 있도록 돕는다(임전옥, 장성숙, 2012). 한편, Fromm(1949)는 자기를 사랑하는 마음이 확장되어 타인을 사랑할 수 있다고 하였고, 자신에 대한 수용의 향상은 타인에게 호의적인 태도에 정적인 영향을 미쳤다(Sheerer & Stock, 1949; 최수지,

2019 재인용). Epstein과 Feist(1988) 역시 인간에게 있어서 타인을 수용하는 것은 자연스러우며, 스스로에 대해 기쁜 감정을 가질 때 타인을 긍정적으로 바라보는 경향이 있다고 하였다. 국내 연구에서는 자기수용을 하게 되었을 때 상대방까지 수용할 수 있게 되어 상호신뢰를 쌓는 중요한 계기가 된다고 하였다(차명숙, 2005). 즉, 이는 자기에 대한 이해와 수용을 바탕으로 타인과 환경, 세계를 수용할 수 있다는 의미로 해석할 수 있겠으며 상담자가 자기수용과 높은 수준의 자각, 자기 신뢰로 일치성을 보이고 통합적일 때, 내담자를 무조건적으로 수용하고 내담자의 내적 참조 틀을 바탕으로 공감적 이해가 가능하다고 한 인본주의 상담이론과도 일치한다. 요컨대, 어머니가 본인을 이해하고 수용하는 것이 선행될 때 자녀의 감정을 수용하는 것 또한 가능하다는 점을 시사한다. 또한, 부모 상위정서철학의 하위요인에는 부모 본인의 정서에 대한 지각과 수용뿐만 아니라 자녀의 정서에 대한 지각과 수용이 포함되는데, 이를 통해서도 어머니의 자기수용이 타인수용을 넘어 감정코칭 양육태도에 영향을 미칠 것이라는 예상을 가능케 한다.

높은 자기수용 수준은 타인수용 뿐만 아니라 공감(박성희, 2004; 신경일, 1994), 정서적 유능성(이병래, 1997; Saarni, 1997), 정서인식명확성(김유빈, 이영순, 2021; 류지희, 이승연, 2020; 한명희, 2006) 등에 영향을 미친다. 이와 같은 변인들은 타인의 감정을 이해하고 자신과 타인의 감정을 정확하게 인식하고 조절하는데 영향을 주는 요소로서, 긍정적인 대인관계로 이끄는 예측인자이다. 먼저, 높은 자기수용 수준은 대인관계 유능성에 정적인 영향을 미치는데(양도연, 천성문, 2020; 유희정, 2019), 대인관계 유능성은 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 갈등이나 문제를 효율적으로 해결하여 계속해서 관계를 유지할 수 있는 능력을 의미한다. 여기에는 타인과 관계를 형성하고 상호작용하는 능력, 다른 사람을 정서적으로 지지하는 능력, 다른 사람과의 갈등을 관리하는 능력 등이 포함된다(Burhmester, Furman, Wittenberg, & Reis, 1988). 대인관계 유능성은 타인과의 관계에서 자신의 입장과 타인의 입장을 동시에 고려하면서 상호작용을 할 수 있게 하므로 중요하며(우옥수, 이자영, 2020), 대인관계 유능성 수준이 높을수록 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 유지할 수 있다고 하였다(유하정, 2022). 즉, 대인관계 유능성이 높은 어머니는 자녀의 입장을 고려하고 자녀의 정서를 지지할 수 있으며, 자녀와의 갈등을 적절히 관리할 수 있는 능력을 지니고 있을 것이므로 자기수용 수준이 높은 어머니는 긍정적인 정서 수용 양육태도를 보일 것으로 추측할 수 있다.

다음으로 자기수용은 정서인식명확성에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(김유빈, 이영순, 2021; 류지희, 이승연, 2020; 한명희, 2006). 정서인식명확성은 자신의 내부에서 경험하는 정서를 있는 그대로 인식하고, 타인의 정서까지 정확하게 파악하는 능력을 의미한다(박경옥, 2006; Swinkels & Giuliano, 1995). 정서인식명확성은 정서의 종류를 구별하고 주로 경험하는 정서가 무엇인지 빠르게 파악할 수 있도록 하는데 도움을 주기 때문에(Borden & Berenbaum, 2011; Coffey, Barenbaum, & Kerns, 2003), 정서인식명확성 수준이 높은 사람은 이를 효과적으로 표현하고 반응할 수 있게 된다(Salovey et al., 1995). Rogers(1975)는 자신의 정서를 명료하게 이해함으로써 타인의 정서를 더 잘 공감할 수 있다고 하였다. 또한, 최문정과 이수림(2019)은 적절한 정서반응에 자신과 타인의 정서를 명확하게 인식하는 것이 선행되어야 하며 이를 위해서 자신과 타인을 있는 그대로 수용하는 것이 중요하다고 하였다.

이와 마찬가지로 자기수용이 높은 부모에게서는 정서인식명확성 수준이 높을 것으로 예측되어(김유빈, 이영순, 2021; 류지희, 이승연, 2020; 한명희, 2006), 자녀와 부모 자신의 감정을 있는 그대로 인식하는 것이 가능하다. 자녀가 부정적인 감정을 경험하고 있는 현상학적 장(phenomenal field)을 무조건적으로 존중하며, 감정의 반영과 명명화를 통해 자녀가 자신의 감정에 대해 인식할 수 있도록 돕는다. 이 같은 과정을 통해 자녀가 자신의 행동에 책임감을 경험할 수 있도록 의사결정을 촉진하게 되고, 적절한 제한설정을 통해 안전감을 줌으로써 자녀 본인의 유기체적 경험을 지각하고 수용할 수 있도록 한다. 다시 말해, 부모의 높은 자기수용은 현상학적 상담이론에 빗대어 봤을 때 부모가 한 명의 상담자로서 자녀의 감정 표현을 다루어나가는 기본이 된다는 것이다. 또한, 자기수용이 잘 되는 어머니일수록 자녀의 정서표현에 건강하게 반응하고 문제 해결을 위한 적극성을 보이며 자녀 역시 잘 수용한다는 선행연구들 역시 이를 뒷받침한다고 사료된다(김광웅, 2007; 임전옥, 장성숙, 2012).

요컨대, 위와 같은 선행연구들은 어머니의 자기수용은 자녀를 수용하는 것에 정적인 영향을 미치며, 자녀에 대한 공감, 정서적 유능성, 대인관계 유능성 등을 통해 원만한 부모-자녀 관계를 이룰 수 있다는 결론을 도출하였다. 특히 대인관계 유능성이 높은 어머니는 이는 다시 여러 요인들을 통해 바람직한 정서 수용 양육태도인 감정코칭 양육태도로서 발현될 것임을 예상할 수 있다.

한편, Symonds(1939)가 현재 본인이 스스로를 대하는 태도는 자신의 부모가 자

신을 대했던 태도에서 기인한다고 주장한 것처럼 부모의 양육태도는 자녀의 자기 수용 수준에 영향을 주는 요인이다(임전옥, 장성숙, 2012). 세상을 자유롭게 탐색할 수 있을 때 인간은 비로소 자율감을 경험하며 자신의 욕구, 정서, 소망, 신념들을 확인할 수 있고 이에 따라 자신의 행동을 선택할 수 있게 된다(이찬희, 조영아, 2015).

Rogers는 인간이 각자 경험을 통해 가치를 형성한다고 하였으며, 아동은 연약한 존재로서 본인에게 가장 영향력 있는 대상인 부모를 통해 가치의 조건화를 형성한다고 하였다. 아동은 부모로부터 긍정적 존중을 받고자 하는 기본 욕구를 가지고 있으나 부모가 그들의 가치 판단에 따라 자녀를 조건적으로 존중한다면, 아동은 자기가 하는 경험을 왜곡하고 부정하게 된다(노안영, 2016). 또, 자기수용은 부모와의 애착경험을 기반으로 형성된 내적작동모델의 영향을 받는다(김지혜, 김해란, 2020). 안정 애착을 형성한 개인은 수용적인 내적작동모델을 형성하여 본인을 긍정적으로 수용하는 반면, 불안정 애착을 형성한 개인은 자신을 부정적으로 평가하여 자기수용에 어려움을 겪는다. 즉, 자율성을 지지하지 않는 환경에서 자란 자녀는 감정, 행동, 정체감 등을 부모로부터 수용 받을 수 있는 것과 그렇지 않은 것으로 구별하고 수용 받지 못할 것으로 생각되는 특성을 부모와의 관계를 위협하는 위협요인으로 간주하고 배제하거나 억압한다(Rogers, 2012).

부모가 자녀의 자율성을 대하는 태도는 자녀의 자기수용 정도에 영향을 미친다는 선행연구가 있다(박정임, 1987; 김윤희, 2008; 문민정, 2008; Medinnus, 1965). 부모의 양육태도를 사랑, 자율, 성취, 합리적이라고 지각하는 청소년들의 자기수용 수준이 부모의 양육태도를 적대, 통제, 비합리적이라고 지각하는 청소년들부터 높았고(박정임, 1987), 부모의 거부나 과보호 수준이 낮고 온정 수준이 높을수록 자녀의 자기수용이 향상되었고, 이것이 자녀의 정서경험과 삶의 만족에 긍정적 영향을 준다는 연구도 있다(김윤희, 2008). 초등학교 자녀를 대상으로 한 연구에서도 자녀가 부모의 양육태도를 거부적으로 느낄수록 자기수용이 낮아진 반면, 애정적으로 느낄수록 자기수용이 높았다(문민정, 2008). 다시 말해, 부모에게 무시나 거절을 당하지 않고 존중받은 사람일수록 자기수용이 높다는 것을 의미한다(Medinnus, 1965). 이는 부모와 성공적인 분리개별화를 이룬 개인은 자율성을 획득하여 타인과 환경에 휘둘리지 않고, 독립적이고 구별된 자기표상을 갖추고 자기정체성을 획득할 수 있다는 선행연구와도 일치한다(조성희, 2020). 요컨대, 부모가 자녀의 자율성을 지지하면서 자녀의 조망을 이해하고 자녀의 선택을 자유롭게

게 용인함과 동시에 부모의 애정과 관심이 자녀의 특정 행동이나 사고에 따라 달라지지 않는다는 무조건적인 긍정적 존중을 전달하게 되면 자녀가 자신의 행동이나 감정을 온전히 탐색할 수 있으며 결과적으로 통합된 개념인 자기수용을 형성할 수 있게 된다. 가정에서의 긍정적인 경험은 자기수용적인 태도를 형성하는 밑바탕이 되며(황예은, 이지민, 2023), 자기수용 수준이 높을수록 합리적인 사고를 바탕으로 적절한 대처능력을 겸비하게 되며(Davies, 2006) 동시에 낮은 불안과 우울, 높은 자율과 성취를 지님으로써 대인관계에 긍정적인 영향을 미친다(김사라형선, 2012, 이해령, 2011). 이를 통해 원부모로부터 자율성 지지를 경험한 어머니는 높은 자기수용 수준을 가지고 자신의 자녀와 건강하고 원만한 관계를 형성할 수 있을 것으로 추측된다.

결론적으로, 원부모에게 자율성을 지지받았다고 지각하는 어머니는 자신의 내적 세계를 자유롭게 탐색하는 기회를 충분히 얻음으로써 자신의 내적 가치에 맞추어 생각하고 행동함으로써 자신을 온전히 수용할 수 있게 된다. 이러한 자기수용을 토대로 어머니는 자녀의 감정을 있는 그대로 수용할 수 있을 것이고, 자신과 자녀의 감정을 왜곡 없이 있는 그대로 인식할 수 있기 때문에 어머니의 자기수용은 감정코칭 양육태도에 영향을 미칠 것임을 예측해볼 수 있다.

C. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도

1. 긍정심리자본

긍정심리자본(positive psychological capital)은 1990년대 후반에 창시된 긍정심리학의 영향으로, Luthans 등(2004)에 의해 처음으로 제안된 개념으로서, 개인이 목표를 달성할 수 있을 것이라는 긍정적인 믿음과 함께 자신의 발전을 추구하는 긍정적인 심리상태를 의미한다(Luthans, Youssef, & Avolio, 2007). 또한, 이는 개인이 가진 가치에 대하여 스스로 긍정적인 평가를 하는 정도를 의미하며, 일상적인 상황뿐만 아니라 도전적인 상황에서도 자아개념을 긍정적으로 이끄는 심리적인 메커니즘이다(고정리, 2022; Luthans, 2002).

긍정심리자본은 자기효능감, 회복탄력성, 낙관성, 희망으로 이루어진 하나의 상위개념이다. 개별적인 심리 변수들이 하나의 다차원적인 개념을 구성할 때, 변수들의 상호작용이 더 큰 상위의 심리적 자원(psychological resource)을 형성하게 된다는 것은 심리적 자원이론을 통해 설명이 가능하다(Luthans et al., 2007). 즉, 긍정심리자본을 이루는 네 가지 변수가 개별적으로 작동할 때보다 통합적인 하나의 자원으로서 이해될 때, 더 큰 상승작용을 나타낸다는 것이다.

긍정심리자본의 주요 변수로 포함되기 위해서는 인간의 긍정성과 관련이 있어야 하고, 이론적인 근거 이외에 성과향상을 위한 조직적인 관리가 가능해야 하며, 무엇보다 개발가능성이 열려 있는 가변적이고 상태적인 특성을 만족시켜야 한다(Luthans, 2002). 긍정심리자본의 하위 요소들은 선행연구를 통해 개발과 측정이 가능하다는 것이 증명되었다. Bandura(1997, 2000)는 자기효능감을 향상시킬 수 있는 전략들을 제안하였으며 이를 실질적으로 증명하였다. 회복탄력성 역시 개발이 가능하다는 논의가 되었으며(Masten & Read, 2002), 복원력을 측정하는 척도가 Wagnild와 Young(1993)에 의해 개발되었다. 낙관성은 Carver와 Scheier(2005)가 처음 용어를 사용하고 이것의 개발을 위한 전략들을 논의하였으며, 희망은 희망상태척도(State-hope scale)을 개발하여 검증한 결과, 개발 가능한 개념이라는 결론이 나온 바 있다(Snyder et al., 1996; Snyder, 2000). 또한, 긍정심리자본의 네

가지 하위요인 간에는 상당한 개념적이고 실증적인 공통영역이 존재하며, 긍정심리자본이라는 개념의 실증연구를 통하여 기본적인 판별타당성이 제시되기도 하였다.

(1) 자기효능감

자기효능감은 주어진 과업을 수행하기 위해 필요한 행동의 과정으로서 자신이 내적의 인지적인 자원을 동원할 수 있다고 생각하는 믿음으로 정의된다(Bandura, 1997). 자기효능감은 주어진 상황 내에서 목표에 도달하기 위해 자신의 능력에 효과적으로 반응하는 것으로, 과업을 달성하는데 필요한 역량이 자신의 능력 내에 있다고 확신할 때 열정적으로 상황에 접근하여 더 큰 노력을 기울이게 돕는다.

자기효능감이 높은 개인은 맡은 과업을 더욱 원활하게 이행할 수 있고, 조직과 학습 상황에서 더욱 높은 성취를 보일 수 있으며 학업 동기에도 정적인 상관을 나타냈다(Bandura & Locke, 2003). 또한, 자기효능감 수준이 높은 사람은 그렇지 않은 사람보다 어려움에 직면했을 때 더 큰 노력을 하고 인내심을 보인다는 특징이 있고(Zimmerman, 2000), 우울증과 걱정을 낮추고 자존감과 삶의 질을 향상시킨다고 하였다(Setiyowati & Setiawan).

(2) 회복탄력성

회복탄력성은 스트레스 상황처럼 좌절을 겪는 상황에서 그것을 극복하고 다시 회복하여 앞으로 맞이할 상황에 대해 더 긍정적이고 유연하게 대처할 수 있는 능력으로 정의된다(Luthans, Avey, Avolio, & Peterson, 2010; Luthans et al, 2007). 회복탄력성은 개인이 역경이나 위험한 상황에 직면했을 때, 어떻게 긍정적으로 대처할 것인가를 생각하며 환경에 성공적으로 적응하고자 하는 태도이며, 긍정적인 적응 방식의 일종으로서 평범한 대부분의 사람이 개발하고 학습할 수 있는 역량으로 이해된다(Masten & Reed, 2002).

회복탄력성이 높은 개인은 실패나 좌절을 두려워하지 않고 성공을 향해 지속적으로 노력한다(Luthans et al., 2007; Nelson & Cooper, 2007).

(3) 낙관성

낙관성은 어떠한 일에 대한 현실적 감각을 잃지 않으면서 동시에 미래에 대한 긍정적인 태도와 신념을 가질 수 있는 정도를 의미한다. 낙관성에 대하여

Seligman(1990)은 현재의 역경과 좌절에도 불구하고 미래를 긍정적으로 기대하는 특성이며, 실패와 좌절은 일시적인 영향을 주는 반면 성공과 희망은 지속적으로 자신에게 긍정적인 영향을 준다고 생각하는 방식이나 태도라고 하였다. 긍정심리학에서는 낙관성을 역경에 부딪혔을 때 좌절하거나 포기하지 않고 극복해 나아갈 수 있도록 하는 힘의 원천으로 보았으며, 인간이 지닌 심리 자원의 핵심이라고 하였다(Peterson & Bossio, 2001).

즉, 낙관성이 높은 개인은 긍정적인 사건들의 발생을 내재적이고 영구적인 요인들의 결과로 간주하지만, 부정적인 사건의 발생은 외부적이고 일시적인 상황 요인들의 결과로 귀인하는 경향이 있다(Luthans & Youssef, 2007). 낙관성이 높은 사람도 다른 사람들과 마찬가지로 삶에서 어려움과 위기를 경험하지만, 이를 대수롭지 않게 여기기 때문이 아니라 효과적으로 극복하는 방법을 알고 대처하기 때문에 역경을 쉽게 극복하는 것처럼 보일 수 있다.

(4) 희망

희망은 목표를 성취할 수 있고 계획들을 성공적으로 수행할 것이라는 믿음을 바탕으로 목표 달성에 대한 긍정적인 동기부여 상태로 정의된다(Synder et al., 1991). 희망은 목표에 도달하기까지 다양한 방법을 생각해 낼 수 있는 경로사고(pathway thinking)와 목표 달성을 위해 경로사고를 지속할 수 있다는 신념인 주도사고(agentive thinking)로 구성된다(Synder, Lopez, Shorey, Rand, & Feldman, 2003). 특히 주도사고는 자기효능감과 낙관성에 기반을 두며, 자신이 설정한 목표를 성취할 수 있다는 개인의 능력에 대한 믿음을 반영하는데(Reeve, 2009), 이는 목표를 달성하는 것에 어려움이 있다 하더라도 에너지를 제공하여 지속적인 행동을 이끌어내는 동기부여적 속성을 지닌다(Magaletta & Oliver, 1999; Synder, 1994; Synder, 2002).

희망 수준이 높은 개인은 대안적인 경로 생성이 요구될 때, 융통성과 효율성을 가지고 상황에 대처하는 모습을 보이는 반면, 그렇지 않은 개인은 융통성 있게 대처하지 못하며 비효율적으로 반응하는 것으로 보고된다.

이처럼 이 네 가지 요인이 공통적으로 업무와 목표달성을 위한 인지 및 동기부여 경향과 관련이 있고, 결과에 긍정적인 기여를 한다는 유사성을 기반으로 이들을 하나의 개념으로 통합해서 이해하려는 노력이 지속적으로 이루어지고 있다(Stajkovic, 2006; Luthans et al, 2007). 자기효능감이 높은 사람은 도전적인 목

표를 받아들이고 그를 달성하는데 필요한 노력을 기울일 것으로 예상된다. 그러나 자기효능감뿐만 아니라 다른 요인들까지 모두 높은 사람이라면 도전적인 목표를 달성하기 위해서 하위목표를 구체화하고 이러한 목표들을 달성하기 위한 새로운 대안들을 준비할 수 있으며(배서영, 2017), 예기치 못한 상황을 맞닥뜨려 좌절하더라도 금세 원래의 상태로 회복하여 나아갈 수 있다는 것이다.

이렇게 긍정심리자본은 궁극적으로 개인의 행동이나 동기부여를 잘 설명할 수 있기 때문에(Luthans et al., 2007), 경영학, 체육학, 간호학, 관광학, 교육학 등의 학문 분야에서 활발히 연구가 진행되고 있다(윤정경, 2020). 조운서(2014)는 긍정심리자본이 교사나 부모로 하여금 자기정체성을 형성하는 기초가 되어주며, 교육과 양육에서 전문성 및 만족감을 향상시킨다고 하였다. 고영남(2019)은 부모가 가지는 긍정심리자본이 자녀의 주관적 안녕감에 영향을 미친다고 하였으며, 유아의 학업과 교육기관에의 적응, 생활 등에도 직접적인 영향을 미친다고 하였다(주영효, 박균열, 엄준용, 2015). 이처럼 어머니의 긍정심리자본 수준이 높을 때 자녀에게까지 긍정적인 영향을 미친다는 연구 결과들을 통해 긍정심리자본이 의미 있는 예측변수임을 알 수 있다.

2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도 간의 관계

어머니의 심리적인 요인은 양육태도에 영향을 미친다(Belsky, 1984). 특히, 자녀의 정서표현에 관한 연구들을 살펴보면, 높은 스트레스를 지닌 어머니는 자녀의 부정적 정서표현에 비지지적인 태도를 보인다고 하였고(Fabes & Eisenberg, 1992), 또 다른 연구에서도 우울과 스트레스 성향이 높을수록 부정적 정서표현에 대한 격려는 낮게, 처벌적인 반응은 높게 나타난다고 하였다(정운주, 2006). 정서 관련 양육태도는 부모-자녀 관계의 질을 결정하는 중요한 요인임에도 불구하고, 높은 우울과 스트레스처럼 부정적 정서를 지닌 어머니는 자녀에게 부정적이고 통제적인 정서반응을 많이 하게 됨으로써 원만한 부모-자녀 관계 형성에 어려움을 겪는다(여은진, 이경옥, 2009; 정애리, 유순화, 2018).

이와는 달리, 자기효능감이 높은 어머니는 자녀의 부정적 정서에 대해 지지적인 반응을, 그렇지 않은 어머니는 자녀의 부정적 정서에 대해 비지지적인 반응을 보였다(양다솜, 2020). 또, 회복탄력성이 높은 개인은 지각하는 스트레스 수준이 낮았으며, 스트레스에 대해 회피적이거나 공격적인 대처 행동을 적게 보였으며(김지영, 2008), 낙관적이며 긍정적인 태도를 가지고 있기에 개방적이고 적극적인 대인 관계를 가진다고 하였다(심순애, 2007). 낙관성이 높은 어머니는 일상에서 말투와 표정을 통하여 자녀의 양육방식에 간접적인 영향을 미치며(김성수, 2006), 할 수 있는 것과 할 수 없는 것을 제한하는 한계설정과도 유의한 상관을 나타냈다(원영숙, 2009). 희망 수준이 높은 사람은 타인과의 상호작용에서 즐거움을 느끼며, 문제 상황에서도 타인에게 적극적으로 도움을 주거나 요청하는 등 대인관계를 적합하게 활용한다(Sarason et al., 1990). 이와 같은 연구결과를 통해, 긍정심리자본을 이루는 각각의 하위요인들이 자녀의 정서에 반응하는 어머니의 양육태도를 예측하는 요인이라는 것을 알 수 있다.

부모코칭역량은 부모가 부모 역할을 수행하기 위한 지식, 기술, 능력 등의 내적 특성을 가지고, 자녀의 잠재능력과 가능성은 최대한 발휘하여 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 지지하고 돕는 역할을 수행하는 것을 뜻한다(김희정, 2023; 도미향, 김근주, 이경주, 2019; 정대현, 신원애, 2012; Rychen, 2002). 감정코칭 양육태도는 코칭역량을 바탕으로 나타날 것으로 예상된다. 한편, 부모의 코칭역량은 여러 역

량으로 이루어져있는데, 관계역량 중 ‘자녀 양육에 대한 확신’, 의식역량 중 ‘양육을 위해 노력하는 어머니의 발전’, ‘자녀의 부정적인 반응에도 끊임없는 대화시도의 노력’, 성장역량 중 ‘자신에 대한 성실성’, ‘스스로의 의지와 동기에 따른 끊임없는 발전을 위한 노력’은 긍정심리자본의 하위요인들과 연관이 있는 것으로 보여진다. 부모코칭역량이 동일할 때 감정코칭형 부모가 다른 유형의 부모에 비해 긍정심리자본 수준이 높았다(김희정, 2023)는 연구 결과가 이를 뒷받침한다. 즉, 어머니의 긍정심리자본의 수준이 높을수록 감정코칭 양육태도에 정적인 영향을 줄 것으로 예상해볼 수 있다.

한편, 어머니의 긍정심리자본에 영향을 주는 요인 중 어머니가 원부모로부터 받은 자율성 지지 경험이 있을 것으로 예상된다. 가정은 자녀가 목표를 설정하고 문제를 해결하거나 선호를 표현하는 가장 중요한 환경이기 때문에 가정 내에서 자녀가 자율성을 충족할 수 있으려면 부모의 역할이 중요하게 작용한다고 하였다(방명애, 박현자, 2009). 자율성 지지란, 자녀가 자율성을 충족할 수 있도록 부모가 자녀에게 선택권을 주고 자녀가 하고자 하는 일을 격려하고 지지하는 양육태도를 뜻한다(Grolnick, Ryan, & Deci, 1991). 자율성을 충족하지 못한 개인은 기본심리욕구를 감내하려는 지속적인 노력을 해야 하고 이 과정에서 많은 심리적 자원을 사용해야 하므로 소진되는 경험을 하게 된다(양인옥, 2017). 또한, 자신의 한계나 책임을 수용하지 못하고 자책하거나 외부 환경의 영향을 크게 받기 때문에 스트레스 사건에 의해 부정적인 정서를 쉽게 느낀다(김보경, 민병배, 2006).

선행연구에 따르면 부모에게 자율성을 지지받은 자녀는 자기효능감 수준이 높았으며(김명숙, 2019), 삶에 대한 긍정적인 태도와 주도성이 향상되었다(김양희, 이우걸, 2017; Grolnick & Ryan, 1989). 또한, 부모가 자녀를 처벌할 때에 비해 자녀를 독립적인 존재로서 대할 때 자녀의 낙관성이 높다고 하였으며(Peterson & Bossio, 1991), 희망은 지지적인 성인과의 안전한 관계에서 발달되는 변인이라고 하였다(Shorey et al., 2003). 마찬가지로 부모의 자율성 지지 수준이 높았다고 지각한 대학생일수록 자신의 강점을 적극 활용하였으며(한동현, 서영정, 조영아, 2019), 부모의 양육태도가 긍정적이었을 때 자녀의 자아탄력성(조계연, 이은희, 2007), 자신감(이은미, 박인전, 2002), 자아존중감(김화경, 2009) 수준에 영향을 준다고 하였다.

이와 반대로 부모의 과보호는 부모가 자녀들의 문제를 빼앗아 자신이 처리해주는 것을 뜻하며, 자녀가 자율적인 문제 해결을 할 수 없도록 기회를 박탈한다고

하였다(이시은, 2009). Brain(1973)은 부모의 과보호적 양육태도는 유아가 위축되는 원인을 만든다고 했으며, 새로운 환경에서 느낄 수 있는 긴장을 효과적으로 다루지 못하게 하고 도피하도록 이끈다고 하였다(주정현, 2004 재인용). 선행연구에서도 자녀가 부모의 양육태도를 과보호적으로 느끼고 있는 경우에 자기효능감(박효정, 박주희, 2015; 유옥진, 2022), 회복탄력성(김원영, 서봉언, 김경식, 2017; 김현지, 오인수, 송지연, 2019; 심현정, 2023)에 부적인 영향을 미친다고 하였다. 또, 자율성을 지지받지 못한 아동은 타인에게 의존하는 방법을 배우기 때문에 고통이 유발될 것으로 예상되는 상황을 두려워하게 되며 이는 정서발달에 악영향을 미친다고 하였다(Gibler, Kalomiris, & Kiel, 2018). 마찬가지로 부모의 과보호는 청소년 자녀의 낮은 정서조절능력과 우울증에 영향을 준다고 하였다(Bett, Gullone, & Allen, 2009). 김린(2017)은 어머니가 자녀의 과제를 대신 해주는 등의 침해적 양육태도를 보일수록 자녀의 숙달동기가 낮아진다고 하였다.

위와 같은 선행연구들을 통해 어머니가 원부모로부터 자율성을 지지받은 경험이 많다고 지각할수록 어머니가 과업에 도전하는 원동력이 되었을 것이고, 과업을 성공했거나 혹은 그렇지 않았다고 하더라도 이를 극복해나가는 경험을 통해 어머니의 긍정심리자본에 정적인 영향을 줄 것으로 예측된다.

D. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용, 긍정심리자본과 감정코칭 양육태도

어머니가 원부모로부터 자율성을 지지받았다는 경험을 높게 지각할수록 어머니는 자신의 욕구, 정서, 소망, 신념들을 확인하고 이에 따라 자신에게 맞는 행동을 선택할 수 있게 된다(이찬희, 조영아, 2015). 즉, 자신의 감정과 행동, 정체감 등에 대해 무조건적인 긍정적 존중을 받으며 자신을 스스로 긍정하고 있는 그대로 받아들이는 자기수용이 가능해진다는 것이다. 또, 긍정심리자본이 높은 어머니는 부정적 정서에 대해 지지적인 반응을 보이고 공격적인 대처 행동을 적게 보였으며 자녀에게 보이는 한계설정에도 유의한 영향을 미쳤다(양다솜, 2020; 김지영, 2008; 원영숙, 2009).

한편, 자기수용은 정신건강에 결정적인 요인으로 긍정심리자본에 영향을 줄 것으로 예상된다. Chamberlain과 Haaga(2001)는 자기수용이 높은 사람이 그렇지 않은 사람보다 심리적 안녕감이 더 높다고 하였는데 그 이유는 부정적인 사건을 경험하더라도 개인의 자기 가치감을 덜 위협하기 때문이다. 또한, 자기수용의 수준이 높을 때 우울이 감소되며 심리적 안녕감이 증가된다고 하였다(Flett, Besser, Davis, & Hewitt, 2003). 국내 연구에서도 자기수용이 주관적·인지적·정서적 안녕감의 세 요인에 걸쳐 일관되게 중요하다고 나타났으며(김금미, 2010), 높은 수준의 자기수용이 아동의 우울에는 부적의 영향을, 심리적 안녕감에는 정적인 영향을 미친다고 하였다(김사라형선, 2005). 즉, 자기수용 수준이 높을수록 부정적인 정서를 경험하는 정도는 낮고, 심리적 안녕감 등 긍정적인 정서성을 가지게 된다.

한편, 이지련(2020)의 연구에서는 부모의 자율성 지지와 자아탄력성 사이를 자기수용이 부분매개 하는 것으로 나타났다. 해외 연구에서도 자기수용은 개인의 자기효능감에 유의한 영향을 미칠 뿐만 아니라(Arli & Sutanto, 2018), 자기수용과 자기효능감이 서로 유의하게 연관되어있는 것으로 나타났다(Khurshid et al., 2021). Braun(2023)도 자기수용이 특히 부모의 자기효능감에 정적인 관계가 있다고 하였다. 또한, 자기수용이 높을 때 자아탄력성이 높게 나타났으며(Flett et al., 2003), 자기수용과 회복탄력성의 관계도 매우 유의한 정적 관계를 보였다(Putri, Sugiharto, & Awalya, 2022).

자기수용은 자신의 부정적인 면까지 조건 없이 있는 그대로를 받아들이고 인정

하는 태도이기 때문에(김사라형선, 2005), 자기수용이 높은 사람은 실패를 경험하더라도 비난으로 자기 자신에 대한 생각이 변하지 않고, 전적인 실패감이나 무능함을 느끼기보다 건강하고 적응적인 정서를 경험한다(Scott, 2007). 따라서 자기수용이 높은 어머니는 삶에서 경험하게 될 무수한 선택들에 주저하지 않고 기꺼이 도전하며, 실패하더라도 좌절이나 우울 등 부정적인 감정에 오래 머무르지 않고 원래 그 이상의 상태로 회복할 것으로 예상이 가능하다. 따라서 자기수용은 목표달성을 위한 인지상태와 인간의 동기부여 경향을 적절히 설명해주는 상위개념인 긍정심리자본에 정적인 영향을 미칠 것으로 추론해볼 수 있다는 것이다.

이렇듯 어머니의 감정코칭 양육태도에 원부모로부터 받은 자율성 지지 경험뿐만 아니라 어머니의 심리 내적 변인인 자기수용과 긍정심리자본이 중요한 영향을 미칠 수 있을 것이 예상이 가능함에도 불구하고, 자기수용이 긍정심리자본의 하위요인 혹은 인간의 긍정적인 정서와 연관되어 있다는 연구만 몇 편 존재할 뿐(이지련, 2020; 이해령, 2011; 김금미, 2010; 김윤희, 2008), 자기수용이 긍정심리자본에 영향을 미친다는 연구는 매우 미비하다. 또한, 어머니가 경험했던 원부모의 양육이 세습되어 자신의 양육태도로서 발현된다는 이론 및 여러 연구 결과에 근거하여 특히 원부모로부터 자율성을 지지받았던 경험이 자녀 감정의 자율성을 지지한다고도 할 수 있는 감정코칭 양육태도에 미치는 영향력에 대하여 구체적으로 살펴보는 연구들이 필요하다고 할 수 있다.

이에 본 연구에는 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용, 긍정심리자본, 감정코칭 양육태도 간의 관계를 살펴보고, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 자기수용과 긍정심리자본을 매개하여 감정코칭 양육태도에 영향을 미치는지를 검증하고자 한다. 이를 통해 유아기 자녀를 양육하고 있는 어머니들의 자기수용과 긍정심리자본을 증진시키기 위한 개입의 중요성을 강조할 수 있을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구대상

본 연구는 전국에 거주하는 만 3-5세 자녀를 양육하는 어머니 300명을 대상으로 실시되었다. 만 3-5세는 발달 연령상 유아기에 해당하는 연령으로서, 자신의 의지와 욕구를 표현하고 자율성이 증가하는 시기이자 유치원이나 어린이집 등 보육시설 생활을 시작하게 되면서 또래 관계가 확장되고 그로 인해 발생하는 여러 갈등 상황을 견디고 정서를 조절하는 능력이 점차적으로 요구되는 시기라고 할 수 있다. 따라서 유아기 자녀의 정서와 관련된 양육태도가 중요하다고 할 수 있기 때문에, 감성코칭 양육태도를 중점으로 유아기 자녀를 양육하는 어머니의 어떠한 심리적 변인이 서로를 매개하여 감성코칭 양육태도에 영향을 미치는지 알아보하고자 이와 같이 대상을 선정하였다. 연구에 참여한 어머니의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 인구통계학적 특성

구분		빈도	퍼센트
연령	만 25-29세	9	3.0
	만 30-34세	57	19.0
	만 35-39세	117	39.0
	만 40-44세	87	29.0
	만 45-49세	30	10.0
어머니 학력	고등학교 졸업 이하	3	1.0
	고등학교 졸업	36	12.0
	전문대 졸업	63	21.0
	대학교 졸업	173	57.7
	대학원 졸업 이상	25	8.3
취업 여부	전일제 취업	132	44.0
	시간제 취업	49	16.3
	미취업	119	39.7
성별	남아	151	50.3
	여아	149	49.7
자녀 출생 순위	첫째 (외동포함)	161	53.7
	둘째	110	36.7
	셋째	28	9.3
	넷째	1	0.3
연령	만 3세	118	39.3
	만 4세	133	44.3
	만 5세	49	16.3

B. 측정도구

1. 원부모의 자율성 지지 척도

본 연구에서 어머니가 지각한 원부모의 자율성 지지를 측정하기 위해 Grolnick, Ryan과 Deci(1991)가 개발한 POPS(Perceptions of Parents Scales)를 다시 노보혜, 박성연과 지연경(2011)이 번안하고 수정한 것으로 사용하였다. 척도 문항은 ‘매우 그렇지 않다(1점)’ 부터 ‘매우 그렇다(5점)’ 까지로 설정된 5점 리커트 척도 12문항으로 점수가 높을수록 부모로부터 자율성 지지를 많이 받았다고 지각함을 의미하며, 12번 문항은 예외적으로 역채점한다.

원척도의 신뢰도는 부의 자율성 지지가 .91, 모의 자율성 지지가 .93이었다. 본 연구에서는 원부와 원모로부터 받은 자율성 지지를 따로 측정하지 않고, 원부모로 통합하여 알아보았으며, 신뢰도(Cronbach' s α)는 .951이다.

2. 자기수용 척도

본 연구에서 어머니의 자기수용을 측정하기 위해 Chamberlain과 Haaga(2001)가 REBT(Rational Emotive Behavior Therapy)에 근거하여 개발하고, 2003년에 개정된 척도를 다시 문민정(2008)이 최종적으로 번안한 것을 사용하였다. 척도 문항은 ‘매우 그렇지 않다(1점)’ 부터 ‘매우 그렇다(5점)’ 까지로 설정된 5점 리커트 척도 20문항으로 점수가 높을수록 어머니의 자기수용 수준이 높다는 것을 의미하며, 1, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16번 문항은 역채점한다. 신뢰도(Cronbach' s α)는 .721이다.

3. 어머니의 긍정심리자본 척도

본 연구에서 어머니의 긍정심리자본을 측정하기 위해 Luthans, Youssef와 Avolio(2007)가 개발한 긍정심리자본척도(Psychological Capital Questionnaire)를 다시 임태홍(2014)이 번안하여 만든 ‘한국판 긍정심리자본 척도’를 사용하였다. 척도 문항은 ‘매우 그렇지 않다(1점)’부터 ‘매우 그렇다(5점)’까지로 설정된 5점 리커트 척도 18문항으로 점수가 높을수록 어머니의 긍정심리자본이 높다는 것을 의미한다. 이 측정도구는 긍정심리자본을 구성하는 하위요인인 ‘자기효능감’, ‘회복탄력성’, ‘낙관성’, ‘희망’을 각각 아래 <표 2>와 같이 나누어 측정하고 있으며, 신뢰도(Cronbach’s α)는 .944이다.

<표 2> 어머니의 긍정심리자본 척도 문항번호 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach’s α
자기효능감	1, 2, 3, 4, 5	5	.890
낙관주의	6, 7, 8, 9, 10	5	.857
희망	11, 12, 13, 14, 15	5	.889
회복탄력성	16, 17, 18	3	.903
전체		18	.944

4. 어머니의 감정코칭 양육태도 척도

본 연구에서는 어머니의 감정코칭 양육태도를 알아보기 위해 Gottman과 남은영 (2007)의 부모 감정코칭 양육태도 유형 척도를 사용하였다.

이 질문지는 총 81문항으로 구성되어, ‘예’, ‘아니오’로 응답하도록 되어있다. 채점은 4가지 양육태도 유형(축소전환형, 억압형, 방임형, 감정코칭형)의 문항별로 ‘예’에 응답한 항목의 개수를 더한 후, 유형별로 합산 점수를 각 유형의 문항수로 나누어 각 유형별 점수를 산출한다. ‘예’에는 1점, ‘아니오’에는 0점을 부과하여 점수가 높을수록 해당 유형에 가까움을 의미한다. 본 연구에서는 긍정적인 감정 수용 반응(감정코칭형)만을 4점 Likert척도로 수정하여 살펴볼 것이며, 원 도구의 신뢰도는 .78이었다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .840이었다.

<표 3> 어머니의 감정코칭 양육태도 척도 문항번호 및 신뢰도

요인	문항번호	문항수	Cronbach’s α
감정코칭형	16, 23, 27, 29, 30, 31, 32,	23	.840
	34, 35, 36, 37, 38, 39, 40,		
	51, 64, 71, 72, 73, 74, 75,		
	79, 81		

C. 연구절차

본 연구는 2023년 8월 초에 온라인 설문조사 전문기업(EMBRAIN)을 통해 설문을 실시하였다. EMBRAIN은 1998년부터 현재까지 이어져 온 기업으로 2023년 8월 초 기준 1,692,482명의 패널을 보유하고 있으며 남·여 성비와 연령대의 비율이 고르게 분포되어 있기에 본 기업을 선정하였다. 연구 참여 의사를 지닌 어머니들을 대상으로 연구 목적, 연구 내용, 개인정보보호 등이 기재된 설명문이 제시되었다. 최종 분석에 활용된 자료는 총 300명의 자료였다.

D. 분석방법

본 연구는 SPSS 27(IBM Co., Armonk, NY)과 SPSS Macro version 4.1(Hayes, 2017)을 사용하여 수집된 자료를 분석하였다. 매개효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑(Bootstapping)을 실시하였으며, 부트스트래핑 반복 횟수는 5,000번, 신뢰구간은 95%로 설정하였다. 본 연구에서의 가설 검정을 위한 분석 방법 및 절차는 다음과 같다.

첫째, 조사 대상의 인구통계학적 특성과 주요 변인의 특성을 파악하기 위해 빈도분석 및 기술통계분석을 실시하였다. 둘째, 각 변인의 척도에 대한 신뢰도 계수를 확인하기 위해 내적 신뢰도 계수(Cronbach' s a)값을 산출하였다. 셋째, 각 변인 및 하위 요인 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 적률상관관계분석을 실시하였다. 넷째, 단순매개효과를 검증하기 위해 PROCESS Macro Model 4를 활용하였다. 다섯째, 순차적 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS SPSS PROCESS Macro의 Model 6을 활용하였다.

IV. 연구결과

A. 기술통계 및 상관분석

1. 측정 변인들의 기술통계

본 연구에서 측정한 변인은 유아기 자녀를 둔 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용, 긍정심리자본, 감정코칭 양육태도이며 각 변인들의 일반적인 경향을 알아보기 위한 기술통계와 상관분석 결과를 <표1>에 제시하였다. Kline(2011)에 따르면 왜도(skewness)의 절댓값은 3 이상, 첨도(kurtosis)의 절댓값은 7 이상이면 자료가 정규성 가정에 위배되는 것으로 판단해 모형을 추정 불가능한 것으로 본다(임다훤, 설경옥, 2023 재인용). 이 연구의 기술통계 분석 결과에서 주요 변인들의 왜도는 -.407~.479, 첨도는 -.008~1.015로 나타나 왜도, 첨도 모두 절댓값이 각각 3과 7을 넘지 않아 정규성 가정을 충족하므로 모형을 추정할 수 있었다.

<표 4> 측정 변인 간 기술통계

	최솟값	최댓값	M	SD	왜도	첨도
자율성 지지	12	60	38.86	10.387	-.407	-0.008
자기수용	49	88	66.78	10.987	0.227	0.399
긍정심리자본	25	90	61.42	7.026	-0.300	0.125
감정코칭 양육태도	49	92	66.23	6.670	0.479	1.015

2. 측정 변인들의 상관분석

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지, 자기수용, 긍정심리자본, 감정코칭 양육태도 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 먼저 주요 변인들 간의 상관관계를 살펴보면, <표 5>에서 보는 바와 같이 모두 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 원부모 자율성 지지는 자기수용($r=.163, p<.01$), 긍정심리자본($r=.473, p<.01$)과 감정코칭 양육태도($r=.117, p<.05$)와 정적상관을 보였다. 자기수용은 긍정심리자본($r=.451, p<.01$)과 감정코칭 양육태도($r=.294, p<.01$)과 정적 상관을 보였다. 마지막으로 긍정심리자본은 감정코칭 양육태도($r=.295, p<.01$)와 정적 상관을 나타내었다.

<표 5> 주요 변인 간 상관관계 분석 (N=300)

	1	2	3	4
1. 자율성 지지	1			
2. 자기수용	.163**	1		
3. 긍정심리자본	.473**	.451**	1	
4. 감정코칭 양육태도	.117*	.294**	.295**	1

*. 상관관계가 0.05 수준에서 유의합니다(양측).

** . 상관관계가 0.01 수준에서 유의합니다(양측).

B. 매개효과 및 순차적 매개효과 가설 검증

1. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 자기수용의 매개효과

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도 간의 관계에서 자기수용의 매개효과를 확인하고자 The PROCESS macro for SPSS의 Model 4를 활용하여 분석한 결과를 <표6>에 제시하였다. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험은 자기수용($B=.1634, t=2.8592, p<.05$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 감성코칭 양육태도($B=.0712, t=1.2695, p>.05$)에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 자기수용은 감성코칭 양육태도($B=.2828, t=5.0450, p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 자기수용의 매개효과를 분석하였을 때, 총효과는 유의하였으나 직접효과는 유의하지 않았고 간접효과는 유의하게 나타났다.

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 감성코칭 양육태도에 영향을 미치는 데 있어서 자기수용의 간접효과 유의성 분석 결과, 간접효과의 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 유의한 것으로 나타났으며($Effect=.0462, CI[.0136, .0843]$) 이는 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 자기수용이 완전 매개하고 있음을 뜻한다.

<표 6> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용의 매개효과 분석

경로		B	se	t	p	LLCI	ULCI
자율성 지지	→ 자기수용	.1634	.0387	2.8592	.0045	.0345	.1866
자율성 지지	→ 감정코칭 양육태도	.0712	.0360	1.2695	.2053	-.0251	.1165
자기수용	→ 감정코칭 양육태도	.2828	.0532	5.0450	.0000	.1637	.3732
총효과, 직접효과							
구분		effect	se	t	p	LLCI	ULCI
	총효과	.1174	.0369	2.0403	.0422	.0027	.1481
	직접효과	.0457	.0360	1.2695	.2053	-.0251	.1165
간접효과							
경로		effect	BootSE	Boot LLCI	Boot ULCI		
	자율성 지지→자기수용 →감정코칭 양육태도	.0462	.0180	.0136	.0843		

Bootstrap sample = 5,000

2. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도 간의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과를 확인하고자 The PROCESS macro for SPSS의 Model 4를 활용하여 분석한 결과를 <표7>에 제시하였다. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험은 긍정심리자본($B=.4732, t=9.2735, p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 감성코칭 양육태도($B=-.0284, t=-.4515, p>.05$)에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 긍정심리자본은 감성코칭 양육태도($B=.3081, t=4.8959, p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과를 분석하였을 때, 총효과는 유의하였으나 직접효과는 유의하지 않았고 간접효과는 유의하게 나타났다.

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 감성코칭 양육태도에 영향을 미치는 데 있어서 긍정심리자본의 간접효과 유의성 분석 결과, 간접효과의 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 정적으로 유의한 것으로 나타났으며 ($Effect=.1458, CI[.0807, .2182]$), 이는 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감성코칭 양육태도의 관계에서 긍정심리자본이 완전 매개하고 있음을 뜻한다.

<표 7> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과 분석

경로	B	se	t	p	LLCI	ULCI
자율성 지지 → 긍정심리자본	.4732	.0540	9.2735	.0000	.3943	.6068
자율성 지지 → 감정코칭 양육태도	-.0284	.0404	-.4515	.6519	-.0978	.0613
긍정심리자본 → 감정코칭 양육태도	.3081	.0382	4.8959	.0000	.1118	.2622
총효과, 직접효과						
구분	effect	se	t	p	LLCI	ULCI
총효과	.0754	.0369	2.0403	.0422	.0027	.1481
직접효과	-.0182	.0404	-.4515	.6919	-.0978	.0613
간접효과						
경로	effect	BootSE	Boot LLCI	Boot ULCI		
자율성 지지→긍정심리자본 →감정코칭 양육태도	.1458	.0351	.0807	.2182		

Bootstrap sample = 5,000

3. 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용과 긍정심리자본의 순차적 매개효과

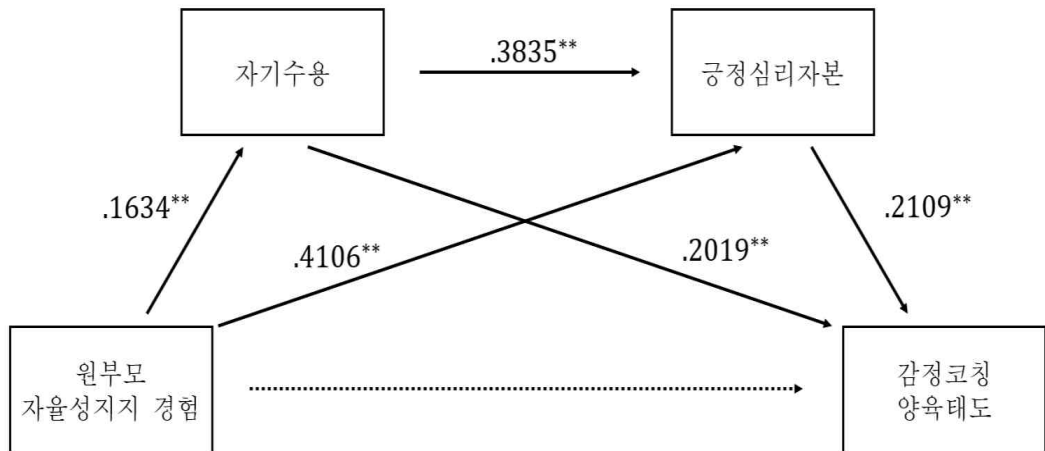
어머니가 지각한 원부모 자율성 지지와 감정코칭 양육태도 간의 관계에서 자기수용의 매개효과를 확인하고자 The PROCESS macro for SPSS의 Model 6를 활용하여 분석하였으며, 경로계수를 각각 <표 8>과 [그림2]에 제시하였다.

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지는 자기수용($B=.1634$, $t=2.8592$, $p<.01$), 긍정심리자본($B=.4106$, $t=8.7745$, $p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 감정코칭 양육태도($B=-.0154$, $t=-.2490$, $p>.05$)에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 자기수용은 긍정심리자본($B=.3835$, $t=8.1961$, $p<.01$), 감정코칭 양육태도($B=.2019$, $t=3.2987$, $p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 긍정심리자본은 감정코칭 양육태도($B=.2109$, $t=3.0775$, $p<.01$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지는 감정코칭 양육태도에 직접적 영향을 미치지 않았으나, 자기수용을 통해 감정코칭 양육태도에 영향을 미치고, 긍정심리자본을 통해서도 감정코칭 양육태도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

어머니가 지각한 원부모 자율성 지지가 감정코칭 양육태도에 영향을 미치는 데 있어서 자기수용과 긍정심리자본의 간접효과 유의성 분석 결과, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지가 자기수용을 거쳐 감정코칭 양육태도에 이르는 경로의 경우 간접효과 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 정적으로 유의한 것으로 나타났다(Effect=.0330, CI[.0072, .0670]). 그리고 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지가 긍정심리자본을 거쳐 감정코칭 양육태도에 이르는 경로의 경우 간접효과 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 정적으로 유의한 것으로 나타났다(Effect=.0866, CI[.0243, .1556]). 또한, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지가 자기수용과 긍정심리자본을 거쳐 감정코칭 양육태도에 이르는 경로의 경우 간접효과 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 유의한 것으로 나타났다(Effect=.0132, CI[.0020, .0309]). 이는 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용과 긍정심리자본이 순차적으로 완전 매개함을 나타낸다.

<표 8> 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용과 긍정심리자본의 순차적 매개효과 분석

경로	B	se	t	p	LLCI	ULCI
자율성 지지 → 자기수용	.1634	.0387	2.8592	.0045	.0345	.1866
자율성 지지 → 긍정심리자본	.4106	.0495	8.7745	.0000	.3369	.5317
자기수용 → 긍정심리자본	.3835	.0732	8.1961	.0000	.4557	.7437
자율성 지지 → 감정코칭 양육태도	-.0154	.0398	-.2490	.8035	-.0883	.0685
자기수용 → 감정코칭 양육태도	.2019	.0581	3.2987	.0011	.0773	.3060
긍정심리자본 → 감정코칭 양육태도	.2109	.0416	3.0775	.0023	.0462	.2100
총효과, 직접효과						
구분	effect	se	t	p	LLCI	ULCI
총효과	.1174	.0369	2.0403	.0422	.0027	.1481
직접효과	-.0099	.0398	-.2490	.8035	-.0883	.0685
간접효과						
경로	effect	BootSE	Boot LLCI	Boot ULCI		
자율성 지지→자기수용 →감정코칭 양육태도	.0330	.0153	.0072	.0670		
자율성 지지→긍정심리자본 →감정코칭 양육태도	.0866	.0332	.0243	.1556		
자율성 지지→자기수용→ 긍정심리자본→감정코칭 양육태도	.0132	.0075	.0020	.0309		



[그림 2] 경로계수 분석

V. 논의 및 결론

어머니가 자녀를 양육하는 태도는 어머니가 지각하고 있는 원부모의 양육과 어머니의 심리적인 요인에 의해 두루 영향을 받는다. 인간의 삶에서 정서의 중요성이 널리 입증되고 강조되면서 이와 관련한 감정코칭 양육태도가 주목받고 있으며, 프로그램이 개발되고 있는 실정이다. 그러나 감정은 자녀의 행동처럼 직관적으로 관찰이 가능한 영역이 아니기에 모호하게 느껴질 수 있으며, 더욱이 감정코칭 양육태도를 실천할 때 어머니의 정서에 대한 신념의 영향을 받기 때문에 이를 사용하는 것은 쉬운 일이 아닐 것으로 생각된다. 또한, 어머니가 지각하고 있는 원부모의 양육 경험은 어머니가 성장기에 겪은 과거의 사건이므로 돌이킬 수 없으며 이를 직접적으로 변화시키는 것은 불가능하다. 이에 본 연구는 유아기 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 개선과 향상이 가능한 심리 내적 요인인 자기수용과 긍정심리자본이 순차적으로 매개효과를 나타내는지 확인하였으며, 어머니의 심리 내적 요인들이 감정코칭 양육태도와 어떤 관계를 보이는지 확인하여 주 양육자인 어머니가 자녀를 양육함에 있어 실질적으로 활용 가능한 방법을 제시하고자 하였다. 주요 결과 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용이 완전 매개함이 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도에서 자기수용을 매개하는 경로만이 유의하다는 의미이므로 자기수용의 중요성을 시사한다. 이러한 결과는 원부모가 어머니의 자율성을 지지했을 때 어머니는 자신의 감정, 행동, 정체감 등을 온전히 탐색하고 수용할 수 있게 되고(Rogers, 2012), 자녀의 부정적 정서표현에 대해 건강하게 반응하고 현상학적 장을 존중하는 감정코칭 양육태도로 이어질 것이라는 선행연구들(김광웅, 2007; 임전옥, 장성숙, 2012)과 부분적으로 일치한다. 더불어 어머니의 자기성찰 역량이 감정코칭 반응에 영향을 준다는 선행연구(오지현, 김지윤, 2018)와도 일맥상통한다.

감정코칭 양육태도에 필요한 어머니의 역량 중 하나는 어머니 자신의 정서에 대한 자각, 수용, 조절 능력이다. 이를 통해 자녀의 정서표현을 명확하게 인식할 수 있으며 공감적 이해의 태도로 이어진다. 다시 말해, 자녀의 부정적 정서표현에 대

한 이해와 수용, 조절을 돕기 위해서는 어머니 스스로 자신의 부정적 정서에 대한 인식과 수용이 선행되어야 한다. 따라서 어머니의 자기수용 수준이 높다면 자신의 감정인식 명확성 수준이 높고(김유빈, 이영순, 2021; 류지희, 이승연, 2020), 적절한 감정표현 및 조절이 가능하도록 돕기 때문에 감정코칭 양육태도에 긍정적 영향을 주는 것으로 해석된다. 이러한 어머니의 자기수용에 원부모의 자율성 지지 경험이 중요함을 알 수 있다.

본 연구결과는 어머니가 원부모로부터 과보호 및 통제를 받는 등 자율성을 지지 받지 못한 환경에서 양육되었을 때, 이러한 양육태도가 다시 자녀에게 되풀이 되지 않도록 하기 위해서 어머니의 자기수용 수준의 향상에 주목할 필요성을 시사한다. 부모 역할을 적절히 수행하기 위해서 어머니가 자신에 대한 탐색과 이해를 하는 것은 중요하며(정옥분, 정순화, 2008), 어머니가 자신의 양육태도를 스스로 돌아보고 이를 객관적인 견해로 바라볼 수 있어야 하는 부모 성찰이 강조된다(강서로, 오지현, 2022). 이러한 부모성찰 역량 향상은 어머니의 자기수용으로 이어지고 이는 어머니가 원부모의 경험이 부정적이었더라도 자신의 자녀에게 감정코칭 양육을 할 수 있도록 돕는 중요한 요인이 될 것이다. 기존의 부모교육은 주로 일반적인 강의형태 및 매뉴얼의 방식으로 이루어졌으며, 영유아 자녀를 양육하는데 필요한 지식과 자녀의 문제행동에 관한 대처 방법 등 정보 제공이 우선시 되었고, 자녀의 도덕성과 자녀의 인성 함양과 같이 자녀 위주의 주제가 대부분이었다는 점에서 한계를 갖는다(김길숙, 2017). 개인 내부의 의식향상이 선행되고 양육에 대한 자신감이 향상되어야 비로소 긍정적인 양육태도로 발현된다고 하였으며(김보영, 2011), 지속적인 측면에서 바라봤을 때 자녀 양육에 대한 바람직한 가치관과 양육태도 형성을 위하여 심리 내적 변인의 향상을 위한 부모 교육이 동시에 이루어지는 것이 권장되므로(기은옥, 민선영, 2011) 좀 더 근본적인 개입이 동시에 필요함이 시사된다.

둘째, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 긍정심리자본이 완전 매개함이 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도에서 긍정심리자본을 매개하는 경로만이 유의하다는 의미이므로 긍정심리자본의 중요성을 시사한다. 이러한 결과는 원부모에게 자율성을 지지받은 경험이 많은 어머니일수록 삶에 대한 긍정적인 태도와 주도성이 향상되며(김양희, 이우결, 2017; Grolnick & Ryan, 1989), 자기효능감(김명숙, 2019), 회복탄력성(김화경, 2009), 낙관성(Peterson & Bossio, 1991), 희망

(Shorey et al., 2003)이 증가하여 감정코칭 양육태도로 이어질 것이라는 선행연구들과 맥을 같이한다(양다솜, 2020; 원영숙, 2009). 높은 수준의 긍정심리자본을 가진 어머니는 자녀가 부정적인 정서반응을 보일 때조차 자신의 양육에 확신을 가지고, 심리적 보상이 없는 상황일지라도 스스로의 의지와 동기부여로 더 나은 양육을 위한 노력이 이루어질 것임이 예상되기 때문에 어머니의 긍정심리자본은 감정코칭 양육태도에 영향을 미치는 요인으로 작용하고 있음을 추론할 수 있다.

요컨대, 개인의 삶에서 자녀를 양육한다는 것은 자녀를 신체적·정신적으로 성장시키고 동시에 어머니 본인 역시 부모로서 성장하는 과정을 거쳐야 한다. 어머니가 스스로 믿는 자기효능감, 부정적인 상황을 겪더라도 좌절을 이겨내고 극복하는 회복탄력성, 예상치 못한 역경 속에서도 이것이 일시적일 것이라고 믿으며 긍정적인 태도를 취하는 낙관성, 그리고 더 나은 해결 방법을 생각하려 하는 희망, 즉 긍정심리자본의 수준이 높을 경우, 개방적이고 적극적인 대인관계를 형성할 수 있으며 명확한 한계설정이 가능해지고 문제 상황 속에서도 자녀에게 적극적인 도움을 줄 수 있기 때문에 감정코칭 양육태도로 발현되는 것이 예상된다.

셋째, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계에서 자기수용과 긍정심리자본이 순차적으로 완전 매개함이 나타났다. 즉, 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험이 감정코칭 양육태도에 직접적으로 영향을 미치는 것이 아니라 자기수용과 긍정심리자본을 경유하는 것이 유의하다는 의미이므로 자기수용과 긍정심리자본의 중요성이 강조된다. 또한, 자기수용과 긍정심리자본이 순차적으로 매개한다는 것이 밝혀졌기 때문에 상담적인 개입의 방향과 목표를 세우는 데 도움이 될 수 있겠다. 이러한 결과는 자기수용 수준이 높은 개인은 심리적 안녕감이 높고, 부정적 사건에도 자기 가치감이 크게 위협 받지 않으며 건강하고 적응적인 정서를 경험한다는 선행연구들과 일치한다(Chamberlain & Haaga, 2001; Scott, 2007).

가족 체계의 변화로 부모와 자녀로만 이루어진 핵가족이 과거에 비해 현저히 증가하였고 이에 조부모 세대로부터 도움을 받지 못한 채 부모가 되는 현상이 지속되고 있다(서성희, 김수진, 2015). 부모 세대로부터 충족 받지 못하는 부모 교육을 세미나, 전문 서적 혹은 전문가가 진행하는 교육 등 여러 방법으로 채우려고 노력하지만, 오히려 방대한 양의 정보는 부모의 가치관을 혼란케 하고 불안을 야기한다는 문제가 있으며(김유민, 2023), 만약 지인이나 또래 부모, SNS 등을 통해 정보를 얻게 된다면 정보의 신뢰도를 장담할 수 없기 때문에 양육불안이 더욱 상

승하기도 한다(김선미, 2019). 만 3-5세 유아기의 자녀를 둔 어머니를 대상으로 한 연구에 따르면 어머니의 양육불안이 높을수록 자녀의 부정적 정서표현에 대해 비지지적인 반응을 더 많이 보인다는 연구결과를 통해(손영미, 2016) 어머니의 양육불안을 감소시키는 개입이 필요할 것으로 여겨진다. 긍정심리학에서는 문제가 발생하였을 때 인간의 부정적인 측면에 집중하기보다 긍정적 특성에 집중하고, 개인이 자신의 강점을 적절히 활용하여 문제를 극복하는 것을 바람직하다고 여긴다(권석만, 2008). 강점을 활용하는 것은 자존감을 형성하는데 기반이 되며 자기실현을 할 수 있도록 심리적인 성장에 영향을 미친다(박영아, 2016). 어머니가 자신의 강점을 활용하는 것을 긍정적인 자기 이해와 통찰을 제공하며, 양육효능감 향상으로 이어진다고 하였으며(김주영, 김세곤, 2014), 스트레스와 우울, 불안 등의 부정적 정서의 감소에도 영향을 미친다(하승수, 2012). 이에 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험, 자기수용, 긍정심리자본, 감정코칭 양육태도의 관계를 보완하거나 강화시킬 수 있다는 점에서 본 연구에서 직접적으로 연구된 변인은 아니었으나 어머니의 부모성찰 및 강점활용과 같은 변인을 향상시킬 수 있도록 조력하는 것이 필요하다고 보여진다.

종합하면, 최근 감정코칭 양육태도의 중요성이 강조되며 이와 관련한 프로그램 연구는 지속적으로 실시되었으나, 어떤 변인이 ‘왜, 어떻게’ 감정코칭 양육태도에 영향을 미치는지 구체적으로 탐색해본 연구는 매우 미흡한 실정이었다. 본 연구들과 고찰은 부모상담 및 교육현장에서 감정코칭 양육태도를 촉진하는 개입방안에 대한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

양육태도는 부모-자녀 간의 관계와 의사소통 방식 등을 집약할 것이며, 특히 감정코칭 양육태도는 정서 관련 신념과 태도에 초점을 두고 있기 때문에 단기간에 개선되거나 변화하기는 쉽지 않을 것으로 예상해볼 수 있다. 자기수용과 긍정심리자본이 각각 어머니가 지각한 원부모 자율성 지지 경험과 감정코칭 양육태도의 관계를 매개한다는 점은 유아기 자녀를 양육하는 어머니에게 있어서 자신의 장점과 단점 모두를 타인의 평가와 관계없이 있는 그대로 수용하는 것과, 도전적이고 불확실한 상황에서도 자아개념을 긍정적으로 이끄는 심리적 강점을 가지고 있는 것의 중요성을 나타낸다. 따라서, 감정코칭 양육태도에 대한 실제적인 코칭 및 교육과 지속적으로 감정코칭 양육태도가 원활하게 발휘될 수 있도록 하기 위해서는 부모의 자기수용과 긍정심리자본을 향상시켜야 하는데, 이를 위해 개인상담이나 유아기 자녀를 양육하는 부모를 대상으로 한 집단상담 등 보다 전문적인 개입에 대

한 방안을 모색할 필요가 있음을 시사한다. 지금까지 이루어진 자기수용 향상 프로그램은 초등학생(박홍석, 2020), 중학생(김은아, 2010), 20대 남녀(김범태, 정성진, 2023), 간호대학생(오순영, 2021), 직업군인(최송원, 김희숙, 2020) 등을 대상으로 하고 있었으며, 부모 대상의 프로그램 개발은 미흡했다. 긍정심리자본 향상 프로그램은 최근 지속적으로 개발되고 있는 추세였으며, 청소년 축구선수(이아름, 이윤주, 2022), 대학생(조윤서, 2016), 초·중등교사(홍지윤, 2023; 김하민, 2023), 요양병원 간호사(임미란, 2019) 등을 대상으로 하고 있었으나 역시 부모 대상의 프로그램 개발은 아직 이루어지지 않았다. 즉, 부모를 대상으로 한 자기수용과 긍정심리자본 프로그램 개발 또한 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

또한, 이러한 개입은 현재 자녀를 양육하고 있는 부모뿐만 아니라 부모가 될 예정이거나 계획이 있는 예비 부모를 대상으로도 이루어져야 할 것이다. 부모 역할에 관한 인식과 바람직한 자녀 양육을 위한 가치관 및 신념의 확립은 자녀를 양육하고 있는 부모에게도 중요하나 부모가 되기 이전에 확립할 것이 권장되며(정은미, 2017), 또한, 예방적 의미로서 예비 부모 교육의 필요성이 강조된다는(이수기, 박희숙, 2010) 선행연구들이 예비 부모 대상의 프로그램의 중요성을 뒷받침한다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 어머니를 대상으로만 연구를 진행하였기 때문에 그 외의 양육자에게 연구 결과를 적용하기엔 한계가 있다. 여전히 대다수의 사람들에게 어머니가 주 양육자로 인식되는 것은 사실이나 최근 3년 사이 남성 육아휴직자가 가파르게 증가한 만큼 남성의 육아 참여가 확대되었으며(여성가족부, 2023), 아버지-자녀 관계는 어머니-자녀 관계와는 차이가 있기 때문에(Cabrera et al., 2011), 아버지를 대상으로 연구를 진행하는 것도 좋을 것이다. 또한, 맞벌이를 하는 부모를 대신하여 조부모의 주간 양육이 확대되었고, 조부모는 시대적으로 부모에 비해 자율성을 지지 받은 경험이 현저히 적을 것으로 예상된다. 이에 조부모를 대상으로 손자녀의 양육에 미치는 영향을 알아보는 것도 의미 있을 것으로 생각되어 이를 후속 연구에 제언하는 바이다.

둘째, 본 연구에서 사용된 변인의 측정은 모두 자기보고식 설문지가 사용되었다는 점에서 한계가 있다. 특히, 모든 변인이 개인의 긍정적인 요인을 측정하였기 때문에 실제 정도보다 과도하게 보고되었을 가능성을 배제할 수 없다. 특히, 어머니가 지각한 원부모의 양육은 양육을 받은 시점으로부터 상당한 시간이 흐른 후

자녀의 입장이라고 할 수 있는 어머니의 보고에 의해서만 측정된 변인이므로 정확한 측정은 어려웠을 것으로 예상된다. 따라서 후속 연구에서는 측정하고자 하는 변수에 대해 더욱 객관적인 자료수집방법을 모색하여 추가하는 것을 제안한다.

셋째, 본 연구에서는 어머니가 양육에 있어서 어떻게 긍정적인 태도를 확립하고 있는지 측정하기 위해 긍정심리자본이라는 변인을 채택하였으나 이것만이 어머니의 양육태도에 온전히 영향을 미치는 것은 아닐 것으로 사료된다. 따라서 최근 들어 연구가 활발히 진행되고 있으며, 개인의 긍정적인 심리적 변인으로 제시되는 그릿(Grit)이나 마인드셋(mindset) 등의 개념을 통해 어머니의 긍정성을 다각도로 측정해보는 것을 제안한다.

마지막으로, 국내에서 자율성 지지에 관한 질적연구가 미비한 실정이므로 어머니가 지각하고 있는 원부모의 자율성 지지가 양육태도 뿐만 아니라 어머니 삶의 전반에 어떠한 영향을 미치고 있는지에 대해서 어머니 인터뷰를 통한 연구를 진행해보는 것도 의미가 있을 것으로 예상된다. 현상학 및 내러티브와 같은 질적 연구방법을 통해 개인이 원부모의 과보호 경험에 대해 어떻게 지각하고 느끼고 있는지, 그로 인해 자신의 성격 형성에 어떠한 영향을 미쳤고 어떤 삶의 형태를 가지고 살게 되었는지 등에 대해 개인의 경험을 구체적으로 살펴보는 것도 시사점이 있을 것으로 여겨져 이를 후속 연구에 제안한다.

참고 문헌

- 강서로, 오지현 (2022). 어머니의 아동기 과보호 경험과 부정적 양육행동의 관계에서 어머니의 자기분화를 통한 부모성찰의 조절된 매개효과. *아동학회지*, 43(3), 215-229.
- 강희연, 강문희 (1999). 유아의 부정적 정서에 대한 부모의 반응유형, 유아의 대처반응 및 또래수용간의 관계 연구. *아동학회지*, 20(3), 171-182.
- 고영남 (2019). 청소년의 감사성향과 주관적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 긍정심리자본의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 19(2), 1325-1345.
- 고정리 (2022). 유아교사가 인식한 긍정심리자본, 사회적지지, 행복감 간의 관계 분석. *학습자중심교과교육연구*, 22(2), 141-157.
- 공계숙 (2005). 중학생자녀가 지각한 부모의 양육태도와 자녀의 자아정체감과의 관계. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- 구자은 (2000). 자아탄력성, 긍정적 정서 및 사회적 지지와 청소년의 가정생활적응 및 학교생활적응과의 관계. 부산대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 권영임 (2011). 어머니의 아동기 경험이 자녀 양육태도에 미치는 영향에 대한 고찰. *아동교육*, 20(2), 85-96.
- 기은옥, 민선영 (2011). 부모역량 강화를 위한 부모교육 실천 사례 연구. *열린부모교육연구*, 3(2), 51-70.
- 김광웅 (2007). 자아존중감 및 자기수용과 스트레스 대처행동과의 관계. *한국심리학회지 : 상담 및 심리치료*, 19(4), 983-999.
- 김금미 (2010). 대학생의 행복과 자아수용 향상에 영향을 미치는 변인들. *한국심리학회지 : 상담 및 심리치료*, 22(3), 863-883.
- 김길숙 (2017). 부모교육 프로그램 개발현황 및 내용분석 연구. *열린부모교육연구*, 9(4), 273-292.
- 김린 (2017). 어머니의 침해적 양육행동이 유아의 숙달 동기에 미치는 영향. 연세대학교 박사학위논문.
- 김명숙 (2019). 부모의 구조제공이 중학생 자녀의 자율적 동기와 학업적 자기조절효능감을 매개로 학업참여에 미치는 영향: 부모의 자율성지지의 조절효과를 중심으로

- 로. *교육심리연구*, 33(1), 27-50.
- 김명찬 (2016). 관계적 질병으로서 수치심의 이해와 치료. *인간·환경·미래*, (16), 65-97.
- 김미애 (2014). 자살위기 청소년을 대상으로 한 감정코칭 집단상담 프로그램 효과 연구. *계명대학교 정책대학원 석사학위논문*.
- 김범태, 정성진 (2023). 자서전 쓰기 집단상담 프로그램이 자기수용, 긍정정서, 자기성찰, 삶의 기대에 미치는 효과. *융합학문과 기독교*, 4(1), 51-69.
- 김보경, 민병배 (2006). 청소년 우울과 지각된 부모 양육 행동, 기질 및 성격의 관계. *한국심리학회지 : 임상*, 25(1), 221-236.
- 김보영 (2011). 결혼이민여성의 부모역량 강화에 관한 실행연구. *전남대학교 대학원 박사학위논문*.
- 김사라형선 (2005). 어머니의 완벽주의와 아동의 정서 관계에서 아동의 무조건적 자기수용의 중재효과. *한양대학교 박사학위논문*.
- 김선미, 김정민 (2020). 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향 : 배우자 및 사회적 지지의 조절효과. *가정과삶의질연구*, 38(1), 93-109.
- 김선형 (2020). 유아기 자녀를 둔 어머니의 강점활용에 따른 양육효능감, 부모만족, 부모동기 간 차이 연구. *학습자중심교과교육연구*, 20(18), 259-278.
- 김성수 (2006). 어머니의 낙관성이 양육태도와 유아의 심리적 건강성 간의 관계에 미치는 효과. *영유아교육연구*, 9, 145-170.
- 김성희, 정옥분 (2011). 아동이 지각하는 어머니의 과보호와 아동의 정서조절능력 및 또래관계: 정서조절능력의 매개효과를 중심으로. *인간발달연구*, 18(3), 69-92.
- 김소라 (2016). 어머니의 상위정서, 유아의 부정적 정서에 대한 어머니의 반응, 유아의 자아탄력성, 유아의 문제행동 간의 관계. *한국방송통신대학교 석사학위논문*.
- 김양희, 이우결 (2017). 청소년의 진로결정과 스트레스에 있어 부모의 양육태도와 청소년의 동기가 미치는 영향. *한국교육학연구*, 23(4), 183-204.
- 김원영, 서봉언, 김경식 (2017). 과보호 양육, 자아탄력성 및 사회적 위축이 남녀 청소년의 우울에 미치는 영향. *청소년문화포럼*, 51, 41-69.

- 김유민 (2023). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 양육불안의 관계에서 사회비교 경향성과 양육효능감의 매개효과. 광운대학교 대학원 석사학위논문.
- 김유빈, 이영순 (2021). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계: 무조건적 자기수용과 정서인식 명확성의 매개효과. *재활심리연구*, 28(2), 41-58.
- 김윤희 (2008). 청소년이 지각한 부모의 양육태도가 스트레스와 정서경험, 삶의 만족에 미치는 영향 : 무조건적 자기수용과 자기위로능력을 매개로. 한양대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김은경, 하영례 (2010). 또래지위에 따른 어머니의 아동기 경험과 정서반응태도, 유아의 정서능력 및 또래유능성에서의 차이. *유아교육학논집*, 14(2), 171-192.
- 김은아 (2010). 에니어그램 프로그램이 중학생의 자기수용 및 타인수용에 미치는 효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김종남 (2012). 감정코칭 부모교육 프로그램이 자녀감정 교육방식에 미치는 효과. 경상대학교 대학원 석사학위논문.
- 김주영, 김세곤 (2014). 유아기 어머니의 에니어그램 성격유형에 따른 양육강점에 관한 연구. *한국가족복지학*, 19(3), 573-598.
- 김지영 (2008). 초등학생이 지각한 자아탄력성, 주관적 안녕감과 스트레스 지각수준 및 대처양식과의 관계. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김진영, 홍상욱 (2022). 유치원 아동어머니의 양육태도와 양육효능감이 자녀의 사회적 유능감에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 22(17), 811-824.
- 김하민 (2023). 심리적으로 소진된 중등교사의 긍정심리자본 향상을 위한 집단상담 프로그램 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김현지, 오인수, 송지연 (2019). 부모의 과보호가 청소년의 회복탄력성에 미치는 영향 : 자아정체감과 불안의 순차적 매개효과. *교육과학연구*, 50(1), 91-110.
- 김혜린 (2023). 초등학생이 인식한 부모와 교사의 자율성지지 및 통제와 학업행동의 관계에서 수행접근 목표복합체의 매개효과. 경북대학교 석사학위논문.
- 김혜영 (2000). 초기청소년이 지각한 부모양육행동이 심리사회적 부정응에 미치는 영향. *한국사회복지학회 학술발표대회지*, 2000(1), 205-223.
- 김화경 (2009). 부모의 양육태도와 고등학생의 자아존중감 및 자아탄력성과의 관계.

- 충남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김희정 (2023). 부모코칭역량이 유아의 사회정서능력에 미치는 영향 : 긍정심리자본의 매개효과와 감정코칭 양육태도의 조절효과. *학습자중심교과교육연구*, 23(13), 335-353.
- 노보혜, 박성연, 지연경 (2011). 사회경제적 지위, 어머니의 학습관여 및 양육행동과 아동의 자기결정동기 간의 관계. *아동학회지*, 32(4), 83-97.
- 노서연 (2003). 어머니의 부모역할 만족도 및 아동의 정서조절 능력과 사회적 유능성의 관계. 연세대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 노안영 (2005). 상담심리학의 이론과 실제. 학지사.
- 노지영, 정윤경 (2010). 자녀의 부정적 정서표현에 대한 어머니 반응에 따른 아동의 정서표현양가성과 정서표현신념. *한국심리학회지: 발달*, 23(2), 57-71.
- 도미향, 김근주, 이경주 (2019). 영유아기 부모코칭역량 척도 개발 연구. *코칭연구*, 12(2), 135-154.
- 류지희, 이승연 (2020). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 무조건적 자기수용과 정서인식 명확성의 매개효과. *청소년학연구*, 27(11), 147-172.
- 문경용 (2023). 부모와 교수자의 자율성지지와 대학생의 창의적 자기신념 간의 관계에서 자율성, 유능성, 관계성의 매개효과. 성균관대학교 박사학위논문.
- 문민정 (2008). 아동이 지각한 부모의 양육태도가 자기수용능력 및 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문세민 (2005). 어머니의 양육행동과 아동의 위축 행동 및 우울. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 문지영 (2022). 간호대학생의 창의성이 자기주도학습능력에 미치는 영향 : 교수의 자율성지지와 교수-학생 상호작용의 매개효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 22(2), 400-410.
- 문지현, 신나나 (2017). 어머니의 자율성 지지가 유아의 정서적 유능성과 사회적 유능성에 미치는 영향 : 유아의 실행기능의 매개효과. *아동학회지*, 38(6), 17-33.
- 박경옥 (2006). 정서강도와 정서인식의 명확성, 정서조절양식이 대인관계에 미치는 영향. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 박성덕, 서연실 (2016). 어머니가 인지한 아버지 양육참여 및 부부갈등과 양육스트레

- 스와의 관계 : 사회적 지지의 조절된 매개효과를 중심으로. *유아교육연구*, 36(2), 193-212.
- 박연주 (2013). 감정코칭 프로그램이 초등학생의 자기조절력, 자아존중감 및 대인관계 능력에 미치는 영향. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박영아 (2016). 유아기 자녀를 둔 어머니의 성격 강점과 양육 행동 간의 관계: 양육 효능감의 매개효과. *한국영유아보육학*, 96, 79-99.
- 박영애, 김정은 (2005). 아동과 청소년의 정서적 유능성과 사회적 적응간의 관계. *한국생활과학회지*, 14(1), 15-25.
- 박유정 (2008). 유아의 기질이 정서지능에 미치는 영향 및 감정코칭 매개효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박정임 (1987). 부모의 양육태도에 대한 자녀의 지각과 자아수용과의 상관 연구. 전북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박지선, 오지현 (2017). 슬픔과 분노에 대한 어머니의 상위정서철학 내용분석. *한국놀이치료학회지*, 20(1), 1-25.
- 박지영 (2014). 중학생의 성별, 부모의 감정코칭 양육태도 유형 및 자아탄력성의 관계. 충북대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 박찬옥, 황지영 (2019). 감정코칭을 통한 외톨이 유아의 또래관계 형성을 위한 협력적 실행연구. *유아교육학논집*, 23(1), 233-263.
- 박홍석 (2021). 노자상담프로그램이 초등학생의 행복감과 무조건적 자기수용에 미치는 영향. *한국초등상담교육학회 학술대회*, 2021(1), 313-344.
- 박효정, 박주희 (2015). 부모의 심리적 통제와 남녀 중학생의 자기효능감이 사회불안에 미치는 영향. *미래청소년학회지*, 12(3), 21-39.
- 박희정 (2009). 초중학생 자녀가 지각한 부모의 양육태도가 자기조절능력과 자아존중감에 미치는 영향. 동신대학교 사회개발대학원 석사학위논문.
- 방명애, 박현자 (2009). 발달지체유아의 자기결정에 관련된 자신의 행동에 대한 특수교사와 발달지체유아 어머니의 인식. *유아특수교육연구*, 9(1), 181-195.
- 배서영 (2017). 대학생의 긍정심리자본, 사회적지지, 회복탄력성의 구조적 관계 분석. *학습자중심교과교육연구*, 17, 113-140.
- 배주희 (2011). 유아의 기질과 부정적 정서표현에 대한 어머니의 반응이 유아의 정서

- 조절전략에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 배지우 (2010). 부모상위정서와 양육태도 및 아동 행동문제간의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 서성희, 김수진 (2015). 학령전기 아동 어머니 대상 Satir 변형체계치료모델 적용 부모교육 프로그램의 효과. *정신간호학회지*, 24(4), 330-341.
- 서유리안나 (2010). 감정코칭 부모교육 프로그램이 양육효능감 및 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 성미혜, 주경숙 (2007). 초산모의 아동기 경험과 양육태도의 관계. *한국모자보건학회지*, 11(1), 1-9.
- 손영미 (2016). 어머니의 양육불안이 자녀의 부정정서 표현에 대한 반응과 자녀의 문제행동에 미치는 영향. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 송수진 (2015). 유아기 자녀를 둔 어머니의 원가족 경험 및 결혼만족도가 양육행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신건호, 심혜숙 (2018). 어머니의 원가족 경험이 양육태도에 미치는 영향 : 자녀가치의 매개효과를 중심으로. *한국융합학회논문지*, 9(12), 227-237.
- 신경일 (1994). 상담자 교육을 위한 공감훈련 프로그램의 개발과 적용. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 신효미, 유미숙 (2015). 유아기 자녀를 둔 부모의 자기성찰, 부모역할 만족도 및 양육태도 간의 관계. *가족과 문화*, 27(1), 117-151.
- 심순애 (2007). 보육교사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 심현정 (2023). 부모의 심리적 통제 및 과보호가 청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향 : 내현적 자기애와 자아탄력성의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 양계희 (2011). 부모의 양육태도가 자녀의 성격 및 학교폭력 경험에 미치는 영향. 대전대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양다솜 (2020). 모의 양육효능감이 유아의 정서조절능력에 미치는 영향 : 모의 정서표현성 및 유아의 부정적 정서에 대한 반응의 매개효과. 한국상담대학원대학교 대학원 석사학위논문.

- 양도연, 천성문 (2020). 대학생의 성인애착이 대인관계 유능성에 미치는 영향: 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성의 매개효과. *재활심리연구*, 27(3), 163-179.
- 양인옥 (2017). 청소년의 자율성과 부모의 심리적 통제에 따른 잠재프로파일분석. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 여은진, 이경옥 (2009). 유아와 어머니 정서성, 어머니의 정서사회화 행동 및 유아 정서조절간의 구조 분석. *열린유아교육연구*, 14(5), 275-295.
- 오순영 (2021). 온라인 의사소통 프로그램이 간호대학생의 자기수용, 공감능력, 대인관계유능성에 미치는 영향. *한국산학기술학회 논문지*, 22(12), 517-525.
- 오지현 (2016). 어머니의 아동기 수용 경험, 사회적 지지와 감정코칭 반응이 아동의 정서조절 방식에 미치는 영향 : 매개된 조절효과 검증. *한국아동학회*, 37(4), 101-115.
- 오지현, 김지윤 (2017). 어머니의 자기성찰, 감정코칭 반응과 아동의 자기성찰지능이 아동의 정서조절 방식에 미치는 영향 : 다중매개효과 검증. *한국놀이치료학회지*, 20(4), 253-272.
- 오지현, 최아영 (2018). 어머니의 아동기 수용경험, 부모성찰, 부모역할만족도가 유아의 부정적 정서에 대한 어머니 반응에 미치는 영향: 매개된 조절효과 검증. *한국놀이치료학회지*, 21(4), 427-448.
- 우옥수, 이자영 (2020). 자기초점적 주의와 대인관계 유능성과의 관계: 자기자비와 인지적 공감의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(2), 753-772.
- 원영숙 (2009). 어머니의 낙관성과 양육태도와 유아의 사회적 능력과의 관계. 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유옥진 (2022). 어머니의 과보호적 양육태도가 대학생의 사회불안에 미치는 영향 : 내현적 자기애와 자기효능감의 매개효과. 한국상담대학원대학교 대학원 석사학위논문.
- 유인숙 (2015). 보육시설 부모교육이 자녀의 부정적 정서표현에 대한 어머니의 반응태도와 유아의 정서조절능력에 미치는 효과 : 그림책을 활용한 감정코칭 프로그램을 중심으로. 신한대학교 대학원 석사학위논문.
- 유하정 (2022). 대학생이 지각한 가족건강성과 대인관계 유능성 간의 관계에서 무조건

- 적 자기수용의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 유희정 (2019). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 대인관계 유능성의 관계에서 내면화된 수치심과 무조건적 자기수용의 매개효과. *한국데이터정보과학회지*, 30(6), 1351-1373.
- 윤정경 (2020). 미취학 자녀를 양육하는 전업주부 어머니의 양육스트레스와 양육소진의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이강옥, 이미현, 한복환 (2009). 부모의 양육태도가 자녀의 성격 및 학교적응에 미치는 영향에 관한 연구. *기업과학연구*, 2(2), 181-201.
- 이규연 (2012). 감성코칭 프로그램이 아동의 자기조절능력, 자기격려 및 사회적 기술 향상에 미치는 효과. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
- 이병래 (1997). 부모의 심리적 자세와 유아의 정서지능과의 관계. 중앙대학교 박사학위논문.
- 이선화 (2003). 부모의 양육태도가 청소년기 자녀의 자아정체감에 미치는 영향에 관한 연구 : 기독교 신앙을 가진 서울시 고등학생을 중심으로. 천안대학교 기독교신학대학원 석사학위논문.
- 이소미 (2002). 지각된 부모 양육 행동이 우울 및 불안에 미치는 영향 : 자존감과 통제소재를 매개변인으로. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 이수기, 박희숙 (2010). 남녀 대학생들의 부모기에 대한 인식과 예비 부모교육 프로그램 요구도에 관한 비교 연구. *한국생활과학회지*, 19(4), 625-639.
- 이숙, 최정미 (2006). 어머니의 과보호 양육행동과 아동의 공격성, 위축 및 자기유능감. *한국지역사회생활과학회지*, 17(2), 69-79.
- 이시은 (2009). 대학생의 부모-자녀 결합 형태에 따른 자기효능감과 또래애착의 차이. *한국상담심리학회지*, 21(2), 481-500.
- 이아름, 이윤주 (2022). 중고등학생 축구선수를 위한 긍정심리자본 향상 집단상담 프로그램 개발 연구. *한국심리학회지 학교*, 19(2), 159-185.
- 이은미, 박인전 (2002). 부모-자녀 유대관계와 아동의 자아탄력성 간의 관계. *한국가족복지학*, 7(1), 3-24.
- 이은주 (2014). 아동의 자기수용 및 공감 수준에 따른 친구 간의 갈등해결전략의 차이. 경인교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.

- 이지런 (2020). 청소년이 지각한 부모의 자율성지지 및 심리적 통제와 자아탄력성의 관계에서 자기수용의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 20(21), 1291-1314.
- 이지선, 정옥분 (2002). 부모의 정서표현 수용태도와 유아기 자녀의 정서지능과의 관계. *아동학회지*, 23(1), 17-35.
- 이지은 (2014). 어머니의 정서신념과 자녀의 부정적 정서에 대한 반응이 유아의 정서 조절능력에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이진선, 정문자 (2007). 어머니의 아동기 경험, 부모역할 만족도 및 배우자의 부모역할 지지와 아동이 지각한 어머니의 자녀양육행동 간의 관계. *대한가정학회지*, 45(5), 85-94.
- 이찬희, 조영아 (2015). 부모의 자율성지지가 대학생의 대인관계 문제에 미치는 영향 : 자기수용의 매개효과. *청소년학연구*, 22(11), 163-188.
- 이해령 (2011). 아동이 지각한 어머니의 양육태도가 무조건적 자기수용 및 심리적 안정감에 미치는 영향. 순천향대학교 건강과학대학원 석사학위논문.
- 임다훤, 설경옥 (2023). 여자대학생의 외모에 대한 사회문화적 규범 내재화와 이상섭식행동의 관계에서 사회적 체형불안과 외모비교의 매개효과. *사회과학연구* 62(1), 133-154.
- 임미란 (2019). 요양병원 간호사를 위한 긍정심리자본 향상프로그램 개발. 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 임전옥, 장성숙 (2012). 자기수용 연구의 동향과 제언. *인간이해*, 33(1), 159-184.
- 임지현 (2004). 지각된 자율성지지 정도와 학업성취의 관계에서 자기조절동기 및 학업적 자기효능감의 매개효과 검증. *아시아여성연구*, 48(2), 35-63.
- 임태홍 (2014). 한국판 긍정심리자본 척도(K-PPC) 타당화 검증. *코칭능력개발지*, 16(3), 157-166.
- 임해영, 문혁준 (2007). 어머니의 심리적 자세와 유아의 유아교육기관 초기 적응과의 관계. *생활과학연구논집*, 27(1), 95-122.
- 임희수, 박성연 (2002). 어머니가 지각한 아동의 기질, 어머니의 정서조절 및 양육행동과 아동의 정서조절간의 관계. *한국아동학회지*, 23(1), 37-54.
- 장영심, 조영숙 (2014). 어머니의 아동기 경험 및 부모역할만족도가 양육태도에 미치는 영향. *열린유아교육연구*, 19(4), 145-163.

- 장은주 (2018). 모의 아동기 정서적 외상경험이 양육태도에 미치는 영향 : 결혼만족도를 매개변인으로. 신라대학교 대학원 석사학위논문.
- 장현갑 (1997). 정서지능 개관: 신경과학적 이해. *인문연구*, 18(2), 97-135.
- 전주혜, 박정윤, 김양희, 장영은, 어성연 (2010). 부모의 원가족 경험이 양육행동에 미치는 영향: 유아기 자녀를 둔 부모를 대상으로. *가정과삶의질연구*, 28(2), 1-15.
- 정가원 (2015). 청소년의 부모애착 및 또래애착과 희망의 관계. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 정계련 (2008). 부모의 자녀양육태도와 중학생의 비만도 및 자기존중감과의 관계. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정대현, 신원애 (2012). 부모코칭역량의 구성요인 탐색 및 검사도구 개발: 유아기 부모를 중심으로. *유아교육·보육복지연구*, 16(1), 179-209.
- 정애리, 유순화 (2008). 고등학생이 지각한 스트레스와 자아탄력성이 대인관계문제에 미치는 영향. *교육연구*, 18, 139-160.
- 정윤주 (2006). 아동의 부정적 정서에 대한 어머니의 반응방식 관련요인. *대한가정학회지*, 44(11), 23-34.
- 정은미 (2017). 예비부모교육 프로그램에 관한 연구 동향 분석. *부모교육연구*, 14(1), 5-19.
- 정은미, 김리진 (2022). 유아기 자녀를 둔 어머니가 지각한 원부모의 자율성 지지, 자기수용과 정서반응의 관계. *아동복지연구*, 20(1), 1-19.
- 조계연, 이은희 (2007). 초기 청소년의 자아탄력성: 부모의 양육행동, 가족건강성과 문제행동간의 관계에서의 매개역할. *한국청소년연구*, 18(1), 79-106.
- 조운서 (2014). 긍정심리자본과 조직유효성과의 관계분석. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 조운서 (2016). 대학생의 긍정심리자본 향상 프로그램 개발 및 효과 분석. *한국산학기술학회 논문지*, 17(4), 529-546.
- 조은주, 이은희 (2013). 부와 모의 심리적 통제와 청소년의 우울 및 불안 : 비합리적 신념의 매개역할. *한국청소년연구*, 24(1), 35-70.
- 조혜경 (2018). 간호대학생의 성취목표가 자기조절학습능력에 미치는 영향: 자율성지

- 지의 매개효과. *한국융합학회논문지*, 9(10), 523-531.
- 주영효, 박균열, 엄준용 (2015). 긍정심리자본 형성을 위한 학교 리더십 개선 방안 탐색. *한국교육학연구 (구 안암교육학연구)*, 21(1), 27-51.
- 주정현 (2004). 부모의 양육태도가 자녀에게 미치는 영향에 관한 연구. 명지대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 차명숙 (2005). 에니어그램 프로그램이 중학생의 자아수용 및 타인수용에 미치는 효과 분석. 창원대학교 대학원 석사학위논문.
- 최문정, 이수림 (2019). 정서인식 명확성이 이성관계 만족도에 미치는 영향 : 수용의 매개효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 19(1), 608-622.
- 최미숙 (2019). 정신건강 중심 부모코칭 프로그램 개발과 효과검증 : 유치원 어머니를 중심으로. 대전대학교 대학원 박사학위논문.
- 최성애, 조벽 (2012). 청소년 감정코칭. 해냄
- 최송원, 김희숙 (2020). MBTI 활용 대인관계향상 프로그램이 직업군인의 자기수용, 자존감 및 타인수용에 미치는 효과. *정신간호학회지*, 29(1), 64-72.
- 최수지 (2019). 자기연민과 공격성의 관계에서 자기수용과 타인수용의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 최아영 (2017). 어머니의 아동기 수용경험과 영유아기 자녀의 부정적 정서표현에 대한 어머니 반응의 관계에서 부모성찰의 매개효과. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 하민경 (2019). 어머니의 자녀기대, 원가족 양육경험이 양육행동에 미치는 영향. *육아지원연구*, 14(3), 29-52.
- 하승수 (2012). 청소년의 성격강점과 기질이 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 한동현, 서영정, 조영아. (2019). 부모의 자율성지지가 대학생의 진로적응성에 미치는 영향: 강점활용과 진로목표불일치의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 19(24), 19-43.
- 한명희 (2016). 대학생의 무조건적 자기수용과 회복탄력성의 관계에서 정서인식의 매개효과. 제주대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍지윤 (2023). 심리적으로 소진된 초등교사의 긍정심리자본 향상을 위한 집단상담 프

- 로그랩 개발. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 황영진 (2023). 어머니의 정서지능이 유아의 분노표현방식에 미치는 영향 : 감정코칭 양육태도의 매개효과를 중심으로. 명지대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 황예은, 이지민. (2020). 대학생들이 지각한 부모양육태도가 대인관계 능력에 미치는 영향: 자기수용과 공감능력의 이중매개효과. *한국가족관계학회지*, 25(2), 3-22.
- Arli, D., & Sutanto, N. (2018). Investigating the importance of self-acceptance and self-efficacy on weight management in a developing country. *International Journal of Nonprofit and Voluntary Sector Marketing*, 23(2), 1583.
- Bandura, A. (2000). Self-efficacy: The foundation of agency. Control of human behavior, mental processes, and consciousness: Essays in honor of the 60th birthday of August Flammer, 16.
- Bandura, A., & Locke, E. A. (2003). Negative self-efficacy and goal effects revisited. *Journal of applied psychology*, 88(1), 87-99.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child development*, 55(1), 83-96.
- Belsky, J., & Vondra, J. (1993). Developmental origins of parenting: Personality and relationship factor. In T. Luster & L. Okagaki(Eds.). *Parenting: An ecological perspective*. Hillside: Lawrence erlbaum.
- Berger, E. M. (1952). The relation between expressed acceptance of self and expressed acceptance of others. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47, 778-782.
- Betts, J., Gullone, E., & Allen, J. S. (2009). An examination of emotion regulation, temperament, and parenting style as potential predictors of adolescent depression risk status: A correlational study. *British Journal of Developmental Psychology*, 27(2), 473-485.
- Blett, S. J., Wein, S. J., Chevron, E., & Quinlan, D. M. (1979). Parental representations and depression in normal young adults. *Journal of*

- Abnormal Psychology*, 88(4), 388-397.
- Blett, S. J., Wein, S. J., Chevron, E., Quinlan, D. M. (1979). Parental representations and depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 88(4), 388-397.
- Boden, M. T., & Berenbaum, H. (2011). What you are feeling and why: Two distinct types of emotional clarity. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 652-656.
- Braun, E. (2023). The relationship between parental self-efficacy and unconditional self-acceptance, cognitive flexibility, and self-forgiveness across different parental stages. Doctoral dissertation, Hofstra University.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social psychology*, 55(6), 991-1008.
- Cabrera, N. J., Hofferth, S. L., & Chae, S. (2011). Patterns and predictors of father-infant engagement across race/ethnic groups. *Early childhood research quarterly*, 26(3), 365-375.
- Calkins, S. D., & Keane, S. P. (2004). Cardiac vagal regulation across the preschool period: Stability, continuity, and implications for childhood adjustment. *Developmental Psychobiology: The Journal of the International Society for Developmental Psychobiology*, 45(3), 101-112.
- Campos, R. C., Besser, A., & Blatt, S. J. (2010). The mediating role of self-criticism and dependency in the association between perceptions of maternal caring and depressive symptoms. *Depression and Anxiety*, 27, 1149-1157.
- Carson, S. H., & Langer, E. J. (2006). Mindfulness and self-acceptance. *Journal of rational-emotive and cognitive-behavior therapy*, 24, 29-43.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2005). Engagement, disengagement, coping, and catastrophe. In A. J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence*

- and motivation, 527-547. Guilford Publications.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 19*, 163-176.
- Coffey, E., Barenbaum, H., & Kerns, J. G. (2003). The dimensions of emotional intelligence, alexithymia, mood awareness: Associations with personality and performance on an emotional Stroop task. *Cognition and Emotion, 17(4)*, 671-679.
- Davies, M. F. (2006). Irrational beliefs and unconditional self-acceptance. I. Correlational evidence linking two key features of REBT. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 24*, 113-124.
- Dunn, J., Brown, J., & Beardsall, L. (1991). Family talk about feeling states and children's later understanding of others' emotions. *Developmental psychology, 27(3)*, 448-455.
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry, 9(4)*, 241-273.
- Ellis, A., & Harper, R. A. (1975). A new guide to rational living. 88-101. North Hollywood, CA : Wilshire.
- Epstein, S., & Feist, G. J. (1988). Relation between self-and other-acceptance and its moderation by identification. *Journal of Personality and Social Psychology, 54(2)*, 309-315.
- Fabes, R. A., & Eisenberg, N. (1992). Young children's coping with interpersonal anger. *Child development, 63(1)*, 116-128.
- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A., & Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 21(2)*, 119-138.
- Forsyth, J. P., Parker, J. D., & Finlay, C. G. (2003). Anxiety sensitivity, controllability, and experiential avoidance and their relation to drug of choice and addiction severity in a residential sample of

- substance-abusing veterans. *Addictive behaviors*, 28(5), 851-870.
- Fromm-Reichmann, F. (1946). Remarks on the philosophy of mental disorder. *Psychiatry*, 9(4), 293-308.
- Gibler, R. C., Kalomiris, A. E., & Kiel, E. J. (2018). Paternal anxiety in relation to toddler anxiety : The mediating role of maternal behavior. *Child Psychiatry & Human Development*, 49, 512-522.
- Gottman, J. M., & 남은영. (2007). 내 아이를 위한 사랑의 기술: 감정코치. 서울: 한국경제신문사.
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: theoretical models and preliminary data. *Journal of family psychology*, 10(3), 243-268.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1991). Inner resources foreschool achievement : Motivational mediators of children' s perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 83(4), 508-517.
- Holmbeck, G. N., Johnson, S. Z., Wills, K. E., McKernon, W., Rose, B., Erklin, S., & Kemper, T. (2002). Observed and perceived parental overprotection in relation to psychosocial adjustment in preadolescents with a physical disability: the mediational role of behavioral autonomy. *Journal of consulting and clinical psychology*, 70(1), 96-100.
- Joussemet, M., Landry, R., & Koestner, R. (2008). A self-determination theory perspective on parenting. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 194-200.
- Katz, L. F., & Gottman, J. M. (1997). Buffering children from marital conflict and dissolution. *Journal of clinical child psychology*, 26(2), 157-171.
- Khurshid, M., Loona, M. I., Hassan, A., Iqbal, S., & Mirza, S. (2021). Relationship between self-acceptance and self efficacy among liver cancer Pakistani female patients. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 22(8), 1-5.
- Lewis, M., & Saarni, C. (1985). Culture and emotions. In *The socialization of emotions* (pp. 1-17). Boston, MA: Springer US.

- Liew, J., Kwok, O., Chang, Y., Chang, B. W., & Yeh, Y. (2014). parental autonomy support predicts academic achievement though emotion-related self-regulation and adaptive skills in Chinese American adolescents. *Asian American Journal of Psychology, 5(3)*, 214-222.
- Luster, T., & Okagaki, L. (2005). Parenting: An ecological perspective (Vol. 2). 377-402. Routledge.
- Luthans, F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 23(6)*, 695-706.
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., & Peterson, S. J. (2010). The development and resulting performance impact of positive psychological capital. *Human resource development quarterly, 21(1)*, 41-67.
- Luthans, F., Luthans K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital : beyond human and social capital. *Business Horizons, 47(1)*, 45-50.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). Psychological capital: Investing and developing positive organizational behavior. *Positive organizational behavior, 1(2)*, 9-24.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). Psychological capital : Developing the human competitive edge. Oxford, UK : Oxford University Press. 김강훈 외 공역(2012). 긍정심리자본: 인간의 경쟁우위를 발전시키는 노하우. 서울: 럭스미디어.
- Macinnes, D. L. (2006). Self-esteem and self-acceptance: an examination into their relationship and their effect on psychological health. *Journal of psychiatric and mental health nursing, 13(5)*, 483-489.
- Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of clinical psychology, 55(5)*, 539-551.

- Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 74-88). Oxford University Press.
- Medinnus, G. R. (1965). Adolescents' self-acceptance and perceptions of their parents. *Journal of Consulting Psychology, 29*(2), 150-154.
- Nelson, D. L., & Cooper, C. L. (2007). *Positive organizational behavior*. Thousand Oaks, CA: Sage. 박래효 외 공역(2012). *긍정조직행동*. 서울: POS북스
- Neppl, T. K., Conger, R. D., Scaramella, L. V., & Ontai, L. L. (2009). Intergenerational continuity in parenting behavior: mediating pathways and child effects. *Developmental psychology, 45*(5), 1241-1256.
- Parker, G. (1983). *Parental overprotection: A risk factor in psychosocial development*. Sydney: Grune & Stratton.
- Peterson, C., & Bossio, L. M. (1991). *Health and optimism: new research on the relation between positive thinking and physical well-being*. New York: Free Press.
- Peterson, C., & Bossio, L. M. (2001). Optimism and physical well-being. *Optimism & pessimism : Implications for theory, research, and practice, 127-145*.
- Putri, R. K., Sugiharto, D. Y. P., & Awalya, A. (2022). The effect of forgiveness and self-acceptance on students resilience though social support as the mediator. *Journal Bimbingan Konseling, 11*(1), 46-52.
- Reeve, J. (2017). *Understanding motivation and emotion* (7th edition). John Wiley & Sons.
- Rogers (1975). Empathic an unappreciated way of being. *The counselling psychologist*.
- Rogers (2012). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rogers. C. R. (1942). *Counseling and psychotherapy*. Boston : Houghton Mufflin Co.

- Roth, G., Assor, A., Miemiec, C. P., Ryan R. M., & Deci, E. L. (2009). The emotional and academic consequences of parental conditional regard: Comparing conditional positive regard, Conditional negative regard, and autonomy support as parenting practices. *Developmental Psychology, 45(4)*, 1119-1142.
- Ruff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57(6)*, 1069-1081.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of personality, 63(3)*, 397-427.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology, 25(1)*, 54-67.
- Rychen, D. S. (2002). Key competencies for the knowledge society. *Education Lifelong Learning and the Knowledge Economy, Conference in Stuttgart (October 10-11)*, 1-20.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.). *Emotion, disclosure, & health*, 125-154. Washington D. C.: American Psychological Association.
- Schaefer, E. S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 59(2)*, 226-235.
- Scott, J. (2007). The effect of perfectionism and unconditional self-acceptance on depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 25*, 35-64.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York: Pocket Books.
- Setiyowati, E., & Setiawan, F. A. (2021). An overview self-efficacy and

- self-acceptance in tuberculosis sufferers. *Medical and Health Science Journal*, 5(2), 10-15.
- Shorey, H. S., Snyder, C. R., Yang, X., & Lewin, M. R. (2003). The role of hope as a mediator in recollected parenting, adult attachment, and mental health. *Journal of social and Clinical Psychology*, 22(6), 685-715.
- Silove, D., Parker, G., Hadzi-Pavlovic, D., Manicavasagar, V., & Blaszczyński, A. (1991). Parental representations of patients with panic disorder and generalised anxiety disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 159(6), 835-841.
- Snyder, C. R., Lopez, S. R., Lopez, S. J., Shorey, H. S., Rand, K. L., & Feldman, D. B. (2003). Hope theory, measurements, and applications to school psychology. *School Psychology Quarterly*, 18, 122-139.
- Snyder, C. R., Sympson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A., & Higgins, R. L. (1996). Development and validation of the State Hope Scale. *Journal of personality and social psychology*, 70(2), 321-335.
- Stajkovic, A. D. (2006). Development of a core confidence-higher order construct. *Journal of applied Psychology*, 91(6), 1208-1224.
- Swinkels, A. & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Attention directed toward one's mood state. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 934-949.
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York: Free Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbow in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(2), 249-275.
- Snyder, C. R., Irving, L. M., & Anderson, J. R. (1991). Hope and health. In C. Snyder & D. Forsyth (Eds.), *Handbook of Clinical and social psychology*, 285-305. NY: Pergamon.
- Snyder, C. R., McDermott, D., Cook, W., & Rapoff, M. A. (1997). *Hope for the journey: helping children through good times and bad*. Boulder, Colorado:

Westview Press.

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing measurement, 1(2)*, 165-178.

Youssef, C. M., & Luthans, F. (2007). Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience. *Journal of management, 33(5)*, 774-800.

Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary educational psychology, 25(1)*, 82-91.

부 록

<부록 1> 안내문

안녕하세요.

바쁘신 가운데 귀한 시간을 내어주셔서 진심으로 감사드립니다.

본 설문지는 만 3세에서 5세의 유아기 자녀를 둔 어머니가 본인의 아동기 시절 받았던 양육 경험이 자신의 아이를 양육할 때 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보고자 하며, 이를 매개하는 변인을 탐색하기 위한 것입니다.

각 문항은 문항에 해당하는 개인의 특성을 반영할 뿐, 맞고 틀리거나 좋고 나쁨이 없으므로, 본인에게 가장 잘 해당한다고 생각되는 답을 하나만 골라 답해주시면 됩니다. 문항을 읽은 후 오래 생각하지 마시고 생각나는 대로 빠른 시간 안에 솔직하게 답변해주시고, 혹여나 선택에 대해 망설여지시더라도 누락없이 본인에게 가장 잘 해당한다고 생각되는 곳에 꼭 표시해 주시기를 부탁드립니다.

여러분의 응답은 소중한 연구자료가 될 것입니다. 연구참여자의 정보는 특정 기호와 숫자로 처리되기 때문에 절대적인 비밀보장이 이루어집니다. 또한, 설문조사 결과는 유치원이나 어린이집 및 유아기관의 관계자나 타인에게 절대 공유되지 않으며 연구 이외의 다른 목적으로 사용되지 않을 것임을 약속드립니다. (통계법 제 33조 비밀의 보호 의거)

◎ **한 문항이라도 누락되거나 중복체크(2개 이상의 답에 체크)하시면** 여러분이 응답한 모든 내용이 **무효화** 되므로 빠짐없이 끝까지 성실하게 응답해주시면 감사하겠습니다.

설문에 응해주셔서 다시 한번 진심으로 감사드립니다.

2023년 08월

지도교수 : 조선대학교 상담심리학과 부교수, 오지현

연구자 : 조선대학교 대학원 상담심리학과 아동상담전공 석사과정, 이지연

<부록 2> 인구통계학적 문항

● 다음은 귀하와 자녀의 개인적인 사항에 대한 질문입니다.

각 문항을 읽고 해당되는 번호에 표시해주세요. (자녀가 여럿일 경우, 만 3~5세의 유아 중 한 명을 선정해주신 후 응답해주시길 바랍니다.)

1. 자녀의 성별

- ① 남 ② 여

2. 자녀의 연령

- ① 만 3세 ② 만 4세 ③ 만 5세

3. 자녀의 출생순위

- ① 첫째 (외동 포함) ② 둘째 ③ 셋째 ④ 넷째 이상

4. 어머니의 연령

- ① 만 25세 이하 ② 만 26~30세 ③ 만 31~35세
④ 만 36~39세 ⑤ 만 40세 이상

5. 어머니의 최종 학력

- ① 고등학교 졸업 이하 ② 고등학교 졸업 ③ 전문대 졸업
④ 대학교 졸업 ⑤ 대학원 졸업 이상

6. 어머니의 취업 여부

- ① 전일제 취업 ② 시간제 취업 ③ 미취업

※ 이하의 문항들에서도 위에서 선정하신 자녀로 대입하여 답변해주시기 바랍니다.

<부록 3> 원부모의 자율성지지 척도

	질문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나의 부모님은 나의 의견을 자유롭게 표현하도록 격려해주셨다.					
2	나의 부모님은 내가 하고 싶어 하는 것에 관심을 기울여주셨다.					
3	내가 잘못된 일을 했을 때, 나의 부모님은 내가 왜 그랬는지 이유를 들어주시고 이해하고자 하셨다.					
4	나의 부모님은 내가 해야 할 것을 스스로 결정할 수 있게 해주셨다.					
5	나의 부모님은 나의 감정을 인정해주셨다.					
6	나의 부모님은 내가 좋아하는 것들(취미생활, 친구관계 등)을 인정해 주셨다.					
7	나의 부모님은 내가 꼭 하고자 하는 것은 가능한 한 들어주려고 노력하셨다.					
8	나의 부모님은 내가 어떤 일을 할 때 먼저 내 스스로 해보도록 하셨다.					
9	나의 부모님은 나를 하나의 인격체로 대해주려고 노력하셨다.					
10	나의 부모님은 나와 의견이 다르더라도 나의 생각을 귀 기울여 들어주셨다.					
11	나의 부모님은 내가 한 결정에 따른 결과를 직접 경험하고 나 스스로 깨달을 수 있도록 하셨다.					
12	나의 부모님은 내가 어떤 일을 결정하려고 할 때, 부모님의 의견과 충고를 따르도록 강요하였다.					

<부록 4> 자기수용 척도

	질문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	칭찬을 받으면 내가 더 귀중한 사람이 된 것 같이 느껴진다.					
2	어떤 중요한 목표를 이루지 못해도 나는 가치 있는 사람이다.					
3	누가 나에게 부정적인 평가를 하면 나는 그것을 내 행동이나 능력을 발전시킬 수 있는 기회로 삼는다.					
4	나는 사람들 중에는 중요한 사람과 덜 중요한 사람이 있다고 생각한다.					
5	내가 비록 큰 실수를 해서 실망이 되더라도 나 자체에 대한 생각에는 변함이 없다.					
6	가끔 내가 좋은 사람인지 나쁜 사람인지를 판단하려고 한다.					
7	내가 가치 있는 사람이 되려면 나에게 중요한 사람으로부터 사랑을 받아야 한다.					
8	나는 목표를 세울 때 나를 행복하게 만들어 줄 수 있는 목표를 정한다.					
9	어떤 사람이 여러 가지를 잘하면 그 사람은 가치 있는 사람이라고 생각한다.					
10	내가 얼마나 가치 있는가는 다른 사람들과 비교해서만 알 수 있다.					
11	나는 인간이라는 사실만으로 내 자신이 가치 있는 존재라고 믿는다.					
12	남에게 부정적인 평가를 받으면 그것을 인정하고 받아들이기가 어렵다.					
13	나는 목표를 정할 때 내 가치를 드러내 보일 수 있는 것으로 정한다.					
14	어떤 일을 잘못하게 되면 내 가치가 떨어지게 된다고 생각한다.					
15	자기 일에 성공한 사람은 특별히 가치가 있는 사람이다.					
16	칭찬을 받을 때 가장 좋은 것은 나의 장점이 무엇 인지를 알게 되는 것이다.					

17	다른 사람이 나를 인정해주지 않더라도 나는 스스로 가치 있는 사람이라고 느낀다.					
18	내가 가치 있는 사람인지를 결정하기 위해 다른 사람과 비교하지 않는다.					
19	내가 비난을 받거나 어떤 일을 잘못하게 되면 나 스스로 나를 나쁘게 생각하게 된다.					
20	한 인간으로서 나의 가치를 판단하려고 하는 것은 좋은 생각이 아니다.					

<부록 5> 긍정심리자본 척도

	질문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그런 편이다	매우 그렇다
1	나는 계획한 목표의 대부분을 달성할 수 있다.					
2	나는 어려운 일을 만났을 때 완벽하게 수행할 수 있다.					
3	나는 대부분의 목표를 달성할 수 있다.					
4	나는 많은 어려운 일들을 성공적으로 극복할 수 있다.					
5	나는 어려운 일도 잘 처리할 수 있다.					
6	나는 불확실한 상황에서도 최상의 결과를 기대한다.					
7	나는 내 미래에 대해 항상 낙관적이다.					
8	나는 새로운 일을 시작할 때 성공할 것이라고 기대한다.					
9	나는 '뜻이 있는 곳에 길이 있다' 고 생각한다.					
10	나는 대체적으로 모든 일들의 결과가 좋을 것이라고 생각한다.					
11	현재 나는 목표를 향해 힘차게 나아가고 있다.					
12	현재 내가 처한 어려움들을 해결할 수 있는 방법이 많이 있다고 생각한다.					
13	현재 나는 가정에서 꽤 성공적이다.					
14	현재 나는 목표에 도달할 수 있는 많은 방법들을 생각해 낼 수 있다.					
15	현재 나는 계획한 목표에 다가서고 있다.					
16	나는 어려운 일을 겪더라도 빨리 회복하는 편이다.					
17	나는 스트레스를 받은 후에도 회복하는데 오랜 시간이 걸리지 않는다.					
18	나는 대체적으로 힘든 일을 별다른 어려움 없이 잘 견뎌낸다.					

<부록 6> 감정코칭 양육태도 척도

	질문	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그런 편이다	매우 그렇다
1	아이가 슬퍼할 때야말로 아이와의 문제를 해결할 수 있는 좋은 기회다.				
2	화는 깊이 연구할 가치가 있는 감정이다.				
3	아이가 슬퍼할 때가 바로 아이와 가까워질 수 있는 기회다.				
4	나는 아이가 슬퍼할 때, 아이를 슬프게 만든 것이 무엇인지 찾아내도록 도와준다.				
5	아이가 슬퍼할 때, 나는 내가 그 기분을 이해한다는 것을 알려준다.				
6	나는 우리 아이가 슬픔을 경험해 보기를 원한다.				
7	아이가 슬퍼하는 이유를 알아내는 것이 중요하다.				
8	아이가 슬퍼할 때, 나는 아이 옆에 앉아서 그 슬픔에 대해 함께 이야기를 나눈다.				
9	아이가 슬퍼할 때, 왜 그런 기분이 드는지 아이가 알아낼 수 있도록 도와주려 한다.				
10	아이가 화낼 때야말로 아이와 가까워질 수 있는 좋은 기회다.				
11	아이가 화를 낼 때, 아이와 함께 그 기분을 느껴보려고 노력한다.				
12	나는 아이가 분노라는 감정을 경험해 보기를 바란다.				
13	아이들이 때때로 분노를 느끼는 것도 좋다고 생각한다.				
14	아이가 화를 낼 때 그 이유를 알아내는 것이 중요하다.				
15	아이가 화를 낼 때, 아이의 기분을 이해하기 위해 노력하는 편이다.				
16	아이가 화가 났을 때, 이때가 문제를 해결할 수 있는 좋은 기회라고 생각한다.				
17	아이가 분노를 표현하면 분노는 더욱 커진다.				
18	아이의 분노는 중요하다.				

19	아이도 화를 낼 권리가 있다.				
20	아이가 화가 났을 때, 나는 무엇이 아이를 화나게 했는지 꼭 찾아본다.				
21	자신을 화나게 한 것이 무엇인지 아이 스스로 찾아낼 수 있도록 도와주는 것이 중요하다.				
22	나는 아이가 화를 내더라도 자신의 입장을 떳떳하게 표현할 수 있기를 바란다.				
23	아이가 화가 났을 때, 무슨 생각을 하고 있는지 알고 싶다.				