



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 2월

석사학위 논문

어머니의 불확실성에 대한 인내력
부족, 양육 불안과 부모 소진 간의
관계에서 부모 소명의 조절된 매개효과

조선대학교 대학원

상담심리학과

지 다 슴

어머니의 불확실성에 대한 인내력
부족, 양육 불안과 부모 소진 간의
관계에서 부모 소명의 조절된 매개효과

The Moderated Mediating Effect of Parental Calling in the
Relationship between Intolerance of Uncertainty, Parenting Anxiety
and Parental Burnout

2024년 2월 23일

조선대학교 대학원

상담심리학과

지 다 슴

어머니의 불확실성에 대한 인내력
부족, 양육 불안과 부모 소진 간의
관계에서 부모 소명의 조절된 매개효과

지도교수 오 지 현

이 논문을 상담심리학 석사학위신청 논문으로 제출함

2023년 10월

조선대학교 대학원

상담심리학과

지 다 슝

지다솜의 석사학위논문을 인준함

위원장 정승아 (인)

위 원 권해수 (인)

위 원 오지현 (인)

2023년 12월

조선대학교 대학원

목 차

I . 서론	1
A. 연구의 필요성 및 목적	1
B. 연구문제	8
II . 이론적 배경	9
A. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진 ...	9
1. 소진	9
2. 부모 소진	10
3. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진	13
B. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안과 부모 소진	18
1. 양육 불안	18
2. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안과 부모 소진	20
C. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진, 부모 소명	24
1. 소명	24
2. 부모 소명	26
3. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진과 부모 소명	29

- III. 연구방법 32
 - A. 연구대상 32
 - B. 측정도구 34
 - C. 연구절차 38
 - D. 분석방법 38

- IV. 연구결과 39
 - A. 측정 변인들의 일반적 경향 39
 - B. 매개효과 분석 40
 - C. 조절된 매개효과 분석 41

- V. 논의 및 결론 44

- 참고문헌 49
- 부록 67

표 목 차

<표 1> 인구통계학적 특성	33
<표 2> 불확실성에 대한 인내력 부족 척도 문항 번호 및 신뢰도	34
<표 3> 양육 불안 척도 문항 번호 및 신뢰도	35
<표 4> 부모 소진 척도 문항 번호 및 신뢰도	36
<표 5> 부모 소명 척도 문항 번호 및 신뢰도	37
<표 6> 측정 변인 간 상관분석	39
<표 7> 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계에서 양육 불안의 매개효과	40
<표 8> 매개효과 유의성 검증	40
<표 9> 부모 소명의 조절된 매개효과 검증	42
<표 10> 단순기울기의 유의성 검증	43

그림 목 차

[그림 1] 연구모형	8
[그림 2] 부모 소진에 대한 양육 불안과 부모 소명의 상호작용 효과	43

ABSTRACT

The Moderated Mediating Effect of Parental Calling in the Relationship between Intolerance of Uncertainty, Parenting Anxiety and Parental Burnout

Jih Da Som

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

Department of Counseling Psychology,
Graduate School of Chosun University

This study examined the moderated mediating effect of parental calling in the relationship between intolerance of uncertainty, parenting anxiety and parental burnout. The survey was conducted on 300 mothers raising children aged 3-5 years, consisting of a lack of patience for uncertainty, parenting anxiety, parental burnout, and parental calling measures. The data were analyzed using SPSS 27.0 and SPSS Process Macro 4.1, and the results of the study are as follows. First, parenting anxiety was partially mediated in the relationship between lack of patience with uncertainty and parental burnout. Second, parental calling showed a moderating effect in the relationship between parenting anxiety and parental burnout. Third, the controlled mediating effect of parental calling was verified in the relationship between lack of patience with uncertainty, parenting anxiety, and parental burnout. Based on the above results, the implications and limitations of this study were discussed.

I . 서론

A. 연구의 필요성 및 목적

부모가 된다는 것은 인생에서 경험해 보지 못한 것들을 느낄 수 있는 출발점이자 책임과 부담이 따르는 중요한 과업 중 하나이다. 부모는 자녀를 양육하면서 힘을 얻기도 하지만 많은 에너지를 쏟아야 하는 양면성을 경험한다. 연구자들은 자녀 양육의 긍정적 측면과 부정적 측면의 불균형이 초래하는 위험을 경고해 왔다(Crnic & Low, 2002). 자녀를 양육하면서 느끼는 부담과 스트레스 등 부정적인 측면은 자녀와의 관계에서 오는 정서적 교류, 접촉과 같은 긍정적인 측면과 상쇄되어 균형을 이루기도 하지만 부정적인 측면을 다룰 자원이 부족하거나 상쇄되지 못하고 스트레스가 누적된다면 부모는 자신의 에너지가 점진적으로 고갈되어 소진의 위험에 처하게 된다(김근희, 2023). 부모 소진은 부모가 자녀 양육에서 경험하는 스트레스에 만성적으로 노출되어, 부모의 신체적, 정서적, 인지적, 사회적 에너지가 고갈된, 탈진된 상태를 말한다.

Hubert와 Aujoulat(2018)는 부모에 대한 자녀의 존경심과 감사는 낮아지고 사회적 압력이 증가하며 이로 인해 양육은 점점 더 까다로워지고 어려워지게 된다고 말했다(김근희, 2023 재인용). 이는 양육에서의 스트레스를 더욱 높이며 부모의 대처 자원을 압도하게 되어 부모 소진으로 이어질 수 있다(김근희, 2023). 또, 최근 몇 년 동안 코로나19로 인해 가정 내 돌봄이 많아지면서 자녀와 양질의 시간을 보낼 기회가 되기도 하였지만, 재택근무를 해야 하는 부모들에겐 양육에 대한 부담이 증가하였다(최윤경, 2020). 현재 부모 역할에 대한 한국의 고유문화로 인해 양육에서 오는 부담과 스트레스와 같은 역할소진을 표현하기 어렵기 때문에 소진에 대한 진단, 예방, 치료, 개입 등의 절차가 늦어질 수 있다(김근희, 2023). 소진에 대한 개입이 늦어질수록 심각한 신체와 증상까지 나타날 수 있는 위험이 있다.

특히 유아기 아동은 신체적인 발달로 걷기 시작하며, 세상을 탐색하기 시작하고, 언어발달, 정서발달, 인지발달, 사회성 발달 등 전반적인 영역에서 급격한 성장을 이루는 시기이다. 그렇기 때문에 부모는 자녀의 성장에 맞춰 자신의 역할을

변화시켜야 한다. 이뿐만 아니라 Erikson에 의하면 유아기 아동들은 자율성과 주도성을 획득하는 시기로 애착 형성을 기반으로 주변 환경에 관심을 가지고 부모와의 관계에서 또래와 타인과의 관계로 확장되어 가는 등의 시기이다. 즉, 부모에게 벗어나 자율적이고 주도적으로 독립을 시도하며 다양한 경험을 해나가는 것이 필요하다. 하지만 여전히 부모의 관심과 도움이 필요로 하며 부모는 자녀의 행동을 수정하고, 가르치며 훈육해야 한다. 따라서 예측불가능하고, 창의성, 호기심, 독립심을 탐구하는 유아에게 자율성을 지지하면서도 조절능력의 형성을 위해 훈육도 해야 하며, 물질적, 신체적, 정신적 필요를 충족시켜주어야 하기 때문에 이 시기의 부모는 소진되기가 매우 쉽다(Stith et al., 2018; Vigouroux & Scola, 2018).

부모가 소진을 겪게 되면 부모의 도피 및 자살 충동, 중독 행동 증가, 수면 장애, 건강 장애 그리고 부부 갈등까지 광범위하게 영향을 미친다(엄문설, 이양희, 2020; 윤기영, 2019; 황미연, 이지연, 2022; Mikolajczak, Brianda, Avalosse, & Roskam, 2018). Mikolajczak, Gross, Stinglhamber, Lindahl Norberg과 Roskam(2020)은 부모 소진이 직업소진, 우울과 다른 요인으로 분류되며 두 개념으로는 설명되지 않는 자녀 방임과 폭력적 양육방식을 예측한다고 보고하였다. Roskam과 Mikolajczak(2020)의 부모 소진에 대한 아버지와 어머니의 차이 연구에서는 어머니의 부모 소진은 아버지의 부모 소진보다 자녀에 대한 더 높은 수준의 폭력을 보고하는 것으로 밝혀졌다. 이처럼 부모 소진은 부모 자신뿐만 아니라 부부, 자녀와의 상호작용에도 영향을 미치며 장, 단기적으로 부정적인 결과를 초래할 수 있다.

게다가 아버지의 양육 참여가 강조되고는 있으나 아직까진 양육은 어머니의 몫으로 생각되고 있으며 어머니에게 있어서 양육은 임신부터 출산, 자녀 돌봄의 전 과정에서 자녀와 필연적인 유대관계를 맺게 되며 아버지보다 상대적으로 양육에 있어서 더 많은 의무와 책임을 지게 된다(강수경, 정미라, 이방실, 김민정, 2014; 윤희근, 2012). 자녀들 역시 정서적, 실용적 측면에서 도움이 필요할 때 어머니에게 도움을 구하는 경향이 있다(Bastiaansen, Verspeek, & van Bakel, 2021). 이에 따라 아버지에 비해 어머니가 더 많은 양육 스트레스에 노출되고 소진될 위험성이 높다(김안나, 2017; Roskam & Mikolajczak, 2020). 따라서 유아기 자녀를 키우는 어머니를 대상으로 부모 소진에 대한 관심이 필요함을 알 수 있다.

지금까지 관련 분야에서 부모 소진에 영향을 미치는 요인을 탐색하는 연구로 부모요인(신경과민, 높은 완벽주의 수준, 연령, 교육 수준, 원가족 경험, 독립성 조

장과 수용에 대한 아동기 경험, 우울, 비합리적 신념 등)(김종두, 오가영, 2018; 심윤희, 김지연, 2022; Gerain & Zech, 2018; Lin, Szczygiel, Hansotte, Roskam, & Mikolajczak, 2021; Mikolajczak, Raes, Avalosse, Roskam, 2018) 자녀 양육 요인(양육효능감, 자녀의 기질, 성격특성, 자녀의 질병 등)(남지혜, 2022; 엄연용, 송원영, 2021), 환경적 요인(결혼 생활 만족도, 부부 갈등, 코로나19로 인한 환경 변화 등)(Mikolajczak, Raes et al., 2018; Séjourné, Sanchez-Rodriguez, Leboulenger, & Callahan, 2018)이 있다. 이처럼 부모 소진에 영향을 주는 요인은 부모 개인적인 요인과 양육 요인이 함께 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 특히 부모의 개인적인 요인으로는 주로 어머니의 아동기 경험 또는 우울장애와 같은 병리적인 특성과의 관련성을 보고 있는데 이는 대다수의 부모 소진을 이해하는 데 한계가 있다. 부모 소진에 대한 연구가 꾸준히 진행되고 있는 상황에서 유아기 자녀를 양육하는 어머니 소진에 미치는 영향 요인으로 본 연구자는 불확실성에 대한 인내력 부족이라는 변인에 주목하였다.

불확실성에 대한 인내력 부족이란, 불확실한 상황이나 사건에 대해 어떻게 지각, 해석하고 반응하는지에 영향을 주는 인지적 편향을 말하며(Dugas, Buhr, & Ladouceur, 2004; 김유민, 2023 재인용), 불확실한 상황을 위협으로 느끼고 견디 내지 못하는 경향성을 의미한다(조한익, 정미영, 2009). 개개인의 특성과 환경이 다르기 때문에 양육에는 정답이 없고, 예측하기 어렵다. 특히 유아기의 경우 전반적인 영역에서 급격한 발달을 이루며 ‘미운 네 살’, ‘미운 일곱 살’이라는 표현이 있듯이 자기표현이 증가하는 시기이다. 또, 걷고 뛰기 시작하면서 세상을 탐색하고, 부모와의 관계에서 또래, 타인과 관계를 확장하는 시기로 부정 정서도 표현하고 애착 관계를 기반으로 훈육과 자율성 지지가 중요한 시기이다. 자율성과 주도성의 발달을 위해 적절하고 일관된 한계 설정과 함께 부모가 기다리고 지지해주는 환경이 요구된다. 불확실한 상황과 사건을 예측할 방법은 존재하지 않는다. 하지만 불확실성에 대한 인내력 부족 수준이 높은 사람은 이를 감내하기 힘들어하며 미래에 일어날지도 모르는 부정적인 사건에 대한 두려움으로 인하여 불분명한 정보들을 위협적인 것으로 받아들이기 쉽다(Carleton, Norton & Asmundson, 2007). 또한, 불확실한 상황을 견디기보다는 과도하게 부정적으로 해석할 가능성이 높으며(윤소진, 장혜인, 2019), 실제로는 문제해결의 기술이 있음에도 불구하고 문제해결에 대한 자신감이 부족한 경향이 있다(Dugas, Freeston, & Ladouceur, 1997).

즉, 불확실성에 대한 인내력이 부족한 부모는 예측하기 어려운 양육 상황에서 특히 자기 주장이 증가하고 자율성이 중요한 유아기 자녀를 양육할 때, 미래에 일어날지도 모르는 부정적인 사건에 대한 두려움과 걱정으로 자녀를 기다리고 자율성을 지지해 주기 어려울 것으로 예상된다. 또한, 최근 코로나19로 외출이 제한되고 자녀의 건강에 대한 걱정, 앞으로 어떻게 될지 모르는 불확실한 상황은 부모로 하여금 양육에서의 스트레스를 경험하도록 했을 것으로 예상된다. 불확실한 상황을 위협적인 것으로 과대평가하고 자신의 대처 능력을 과소평가하는 기질적인 경향을 지닌 사람들일수록 스트레스에 취약할 가능성이 있다(Chen & Hong, 2010; Ladouceur, Talbot, & Dugas, 1997). 코로나19가 장기화되면서 양육과 환경이 주는 불확실함으로 인한 스트레스가 만성화되어 소진으로 이어질 가능성을 예상해 볼 수 있다. 결론적으로 유아기 자녀를 양육하는 불확실성에 대한 인내력 부족 수준이 높은 어머니는 불확실함에서 오는 스트레스로 인해 부모 소진을 경험할 수 있을 것으로 예상된다. 각각 변인의 중요성에 비해 어머니의 불확실성에 대한 연구와 소진과의 관계를 본 연구는 미흡하다. 이에 본 연구는 두 변인의 관계를 보고 두 변인이 ‘왜, 어떻게’ 관련성이 있는지 관계를 매개하는 변인으로 양육 불안을 보고자 한다.

현재 한국 사회는 경쟁과 비교가 만연한 상황에서 자녀의 발달과 양육도 예외는 아니다. 또한, 맘카페 등 아동과 육아에 대한 정보를 제공하는 SNS 인플루언서, 인터넷 커뮤니티가 활발해지면서 이를 통해 양육과 발달에 대한 정보를 접하기 쉬워졌다. 게시물, 채팅 등을 통해 상담 및 조언을 받고 자녀의 또래를 양육하는 부모들과 공감대를 형성하기도 한다. 심리적 안녕감 형성(Bargh, McKenna, & Fitzsimons, 2002)뿐만 아니라 스트레스 해소와 같은 순기능이 존재하지만, SNS에 과시하는 다른 ‘완벽한 부모들’의 모습을 스스로의 삶에 비춰보면서 스트레스와 불안을 키우는 악영향이 존재한다(Curran & Hill, & Williams 2017; Petersen, 2021). 이렇게 많은 정보는 오히려 부모의 가치관을 혼란시키고 불안을 야기할 수 있으며(김유민, 2023), 자신의 양육에 대한 능력을 불신하게 될 수 있음을 예상할 수 있다.

선행연구를 살펴보면 불안을 자주 경험하는 어머니는 각성 수준이 높고 부정 정서를 경험하여 일관적인 방식으로 양육하는 데 어려움이 있으며(김우경, 방희정, 2015), 자녀와의 관계에서 거부적인 행동과 낮은 양육효능감을 보인다고 하였다(김현수, 신혜린, 2012). 불안은 명확한 원인 없이 다가올 미래에 대한 위협이나

불행을 미리 걱정하고 위험이 닥칠 것을 대비해 느끼게 되는 감정반응을 의미한다(오영진, 김영희, 2021). 양육 불안은 ‘양육’ 과 ‘불안’ 의 합성어로 부모가 자녀를 양육하는 과정에서 겪는 불안한 감정을 의미한다. Krohne(1993)은 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서적 각성에 대한 인내력 부족이 불안 장애의 기저를 이루는 주요 변인이라고 설명하였다(김순희, 2010 재인용). 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안에 대한 연구는 많이 진행되었으나 주로 걱정, 취업, 진로와 관련해 활발하게 연구되어 양육 불안과의 관계에 대해서는 직접적으로 살펴본 선행연구가 적은 편이다. 기존의 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육 불안에 관련된 연구들은 ‘불안’ 의 개념으로 혼재되어 사용됨으로써 어머니의 개인적인 분리불안이나 성격적 특성 불안에 주로 한정하여 수행되어왔다. 국내 연구 중 가장 최근 연구인 김유민(2023)에 연구에 따르면, 영유아를 둔 어머니들이 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 육아 상황에서 경험하는 양육 불안이 증가하여 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안의 관계를 양육 환경에서도 적용해볼 수 있음을 알 수 있다.

이에 더해 양육 불안과 양육 스트레스가 정적인 상관관계를 나타낸다는 선행연구(김규리, 윤정자, 김영희, 2022; 손금옥, 김민진, 2022; 이진희, 홍주연, 2022; 지효숙, 황경열, 2014; 현정환, 2020; Oosterman & Schuengel, 2017)와 양육스트레스가 부모 소진에 정적인 상관을 나타낸다는 선행연구(김종두, 오가영, 2018; 윤정경, 2021; 이자영, 2022; Lazarus & Folkman, 1984)를 통해 양육 불안이 부모 소진으로 이어질 수 있음을 예측할 수 있다. 이뿐만 아니라 높은 양육 불안은 낮은 양육 효능감, 스스로에 대한 신뢰와 존중의 부족, 자녀에게 불안 전이, 과보호 및 통제와 같은 부정적인 양육 행동 등을 보인다(김현수, 신혜린, 2012; 오영진, 김영희, 2021; 하소영, 서미아, 2020; Ginsburg, Grover, Cord, & Ialongo, 2006). 낮은 양육효능감은 양육 과정에서 발생하는 문제를 해결할 수 있다는 자신감을 낮추고, 자신의 양육 능력에 대한 한계를 느끼게 되며 이로 인해 낮아진 에너지는 부모를 회복할 수 없게 만들어 부모 소진으로 이어질 수 있다. 또한, 양육 불안으로 인해 자녀를 과보호하거나 과도한 간섭, 통제는 자녀의 문제 행동으로 이어지고 이를 훈육하는 부모는 자녀의 저항, 부정적 감정, 우발적인 처벌로 인하여 실망, 후회, 죄책감 등을 경험하게 된다. 자녀 훈육의 경우 부모 소진을 예측하는 하나의 요인으로 밝혀진 바가 있으며(엄연용, 송원영, 2021) 이를 통해 양육 불안이 부모 소진으로 이어질 수 있음을 예측할 수 있다. 즉, 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 양육 불안을 경험하고 이는 부모 소진으로 이어지는 매개

모형을 추론해 볼 수 있겠다.

이와 더불어, 본 연구에서는 부모 소진의 감소를 위해 부모 소명이라는 개념에 주목하려 한다. 소명이란, 목적이나 의미를 위한 특정한 삶의 역할을 하도록 하는, 타인 지향적인 가치와 목표를 주요 동기로 삼고 자신을 넘어서는 초월적인 부름(Dik & Duffy, 2009)이며, 현대에는 의미가 더 확장되어 개인에게 의미있는 일, 누구나 가질 수 있는 의식과 태도를 말한다(Dik & Shimizu, 2019; potts, 2019; Thompson & Bunderson, 2019). 이러한 소명의 개념이 양육의 영역에서 적용된 것이 부모 소명이며, 부모 소명은 부모 역할을 자신의 소명이라 생각하는 것으로, 부모됨에 대한 명확한 정체성을 가지고 자녀 양육에서 의미와 목적을 찾아 책임을 다하는 것을 의미한다(김수진, 기쁘다, 이수란, 2022). 부모로서의 개인이 자신의 삶의 의미를 탐색 및 형성하는 것은 심리적 건강으로 이어지며(김예본, 양수진, 2021; 박주하, 배유진, 양수진, 2021), 부모의 욕구나 충동에 휘둘리지 않고 행동할 수 있는 가이드가 되어준다(김수진, 기쁘다 등, 2022).

소명이 높으면 자신의 역할을 통해 삶의 의미를 발견하기 위해 노력하고 많은 자원을 투입한다(Dik, Eldridge, Steger, & Duffy, 2012). 부모 소명을 가지고 있는 부모 역시 부모 역할을 통해 삶의 의미를 발견하고, 확장하려고 할 것이라 예상할 수 있다. 이는 부모로서 양육 지식이나 기술을 익히거나 긍정적인 기여를 위해 유능감을 높이려는 노력을 할 가능성이 높다(기쁘다, 이수란, 2022)는 것을 의미한다. 아직 국내에서는 부모 소명에 대한 연구가 미흡하며 조절효과에 대한 연구는 더욱 부족한 실정이다. 하지만 소명에 대한 선행연구(Nielsen, Thompson, Wadsworth, & Vallett, 2020; Pereira, Correia, Da Palma, Pitacho, & Lunardi, 2022; Wu, Hu, & Zheng, 2019)를 근거로 부모 소명을 가진 부모 역시 삶에서 긍정적인 경험을 할 것이라 예상할 수 있다. 요컨대, 부모의 소명은 개인의 역할 정체성 측면에서 긍정, 부정적인 경험을 인지적으로 재해석하고 의미와 목적을 내부 보상으로 부여하도록 이끈다는 점에서 부모 소명이 어머니의 심리적 취약성을 보완하고 보호하는 긍정심리개입으로 보호역할을 수행할 것으로 예상해 볼 수 있다.

종합하면 불확실성에 대한 인내력 수준이 높은 어머니는 양육 불안에 부정적 영향을 주는데 이때, 어머니는 자신의 감정과 사고를 분리하기 어려워며 양육 상황에서 발생하는 문제를 해결하는데 자신의 능력에 믿음이 없고 양육효능감이 낮아져 정신적, 신체적 탈진인 부모 소진으로 이어질 수 있다. 이러한 양육 불안과 부모 소진의 관계를 부모 소명이 약화시킬 것으로 추론하는 바이다.

따라서 본 연구는 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계를 조절된 매개효과로 검증하고자 한다. 조절된 매개모형과 같은 통합모형은 선행이론이 부족할 경우 회귀분석적 접근법을 선택하는 것이 타당하다고 제안된다(정선호, 서동기, 2016). 부모 소명과 관련한 연구동향을 고려해 볼 때 이론적, 경험적 배경이 충분하지 않다고 판단하여 회귀기반 접근의 조절된 매개효과 검증 절차를 적용하였다. 종합하면 본 연구는 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계에서 매개효과와 조절효과의 통합적 이론 모형을 탐색적으로 도출함으로써 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 부모 소진에 어떻게, 왜 영향을 주는지에 대한 이해를 돕고자 한다. 이뿐만 아니라 본 연구 결과를 통해 양육 불안과 부모 소진 간의 관계를 완화 및 감소시켜줄 보호요인으로 부모 소명의 역할을 강조하고 부모 상담 개입의 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

B. 연구문제

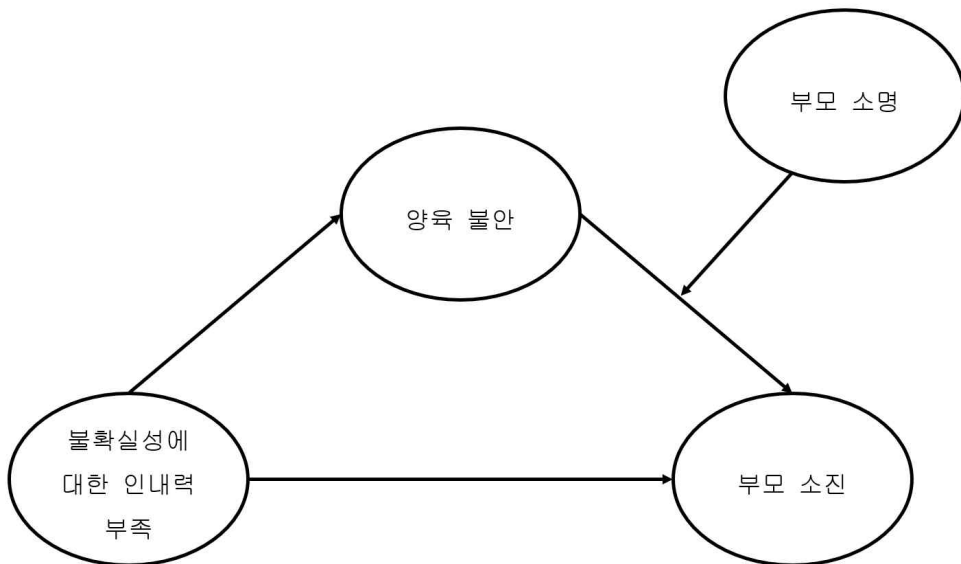
본 연구에서 검증하고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제1

양육 불안은 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계를 매개하는가?

연구문제2

어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안과 부모 소진의 관계에서 부모 소명의 조절된 매개효과가 나타나는가?



[그림 1] 연구모형

II. 이론적 배경

A. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진

1. 소진

소진은 갑작스럽게 나타나는 것이 아닌 감당하기 힘든 스트레스가 축적되어 만성화되고 점진적으로 에너지가 줄어들며 서서히 발생하여(Maslach, 2003), 피로감, 심리적 탈진, 무력감, 좌절감, 자존감 및 성취감 상실 등 심리적, 육체적 현상으로 나타난다(Skovholt, 2001; 김근희, 2023 재인용). 소진 연구는 정신보건센터 근무자들에게서 뚜렷한 원인 없이 의욕을 상실하고 환자를 냉담하게 대하는 등의 특징적인 증상이 보이는 것을 계기로 시작되었다(Freudenberger, 1974). 그들은 소명 의식과 책임감으로 인해 온전히 일에 몰두하였고 결국 심리적 탈진으로 이어졌다. 심리적 탈진을 경험하고 이러한 상태가 되면 처음과 달리 업무에 대한 관심을 잃고 피로감, 각종 신체적 불편함, 감정 조절의 어려움, 우울감, 편집적 태도에 더해 완고하며 경직된 모습들을 보였다(Freudenberger, 1974).

소진에 대한 개념은 학자들마다 다양한 표현방식으로 정리되었지만 공통적으로 감정, 태도, 동기, 기대를 포함하는 내면적인 정신적 경험을 말하고 있다(Maslach, 2003). 또한, 소진은 존재의 불을 지피기 위해 정신적 에너지를 모두 소모하여 신체적 에너지가 손실되고, 무력감과 절망, 환멸과 같은 부적응적 정서 상태가 지속되면서 부정적인 자아개념과 일, 사람 그리고 인생에 대해 역기능적인 태도를 가지게 되는(James & Gilliland, 2016) 공통적인 현상으로 개념화하고 있음을 확인할 수 있다. 즉, 육체적·정신적으로 매우 지치고 고갈된 상태를 나타내며 이로 인해 개인의 생활에 부정적 영향을 끼쳐 자신과 관련된 일에 대해 무능감과 연결이 되어 부정적인 결과로 이어진다. 소진에 이르면 이를 경험하기 전의 상태로 회복되기 힘들다는 점에서 일반적인 스트레스보다 소진의 심각성이 더욱 강조된다(김보미, 2017).

Edelwich & Brodsky(1980)는 소진을 사람을 돕는 직업에서 경험하게 되는 것으

로 한 번의 부정적 사건의 결과이기보다는 점진적으로 겪게 되는 과정이라고 하였다(박현정, 2022 재인용). 최근까지 꾸준히 연구되고 있는 개념으로 직무 활동, 학업, 특수아 부모 등 다양한 측면에서 연구가 이루어졌고, 특히 소진에 관한 기초 연구들은 간호사, 사회복지사, 상담사 등과 같이 주로 정서적인 부분과 관련된 업무를 담당하는 서비스업 종사자 대상으로 시작하여 운동선수, 학생, 교육자 등 다양한 직업 분야까지 확대되고 있다(정문정, 이상민, 최현주, 2016).

상담자를 대상으로 한 소진 관련 연구를 간단히 보자면, 자존감, 자기 효능감, 스트레스 대처방식, 인지적 정서조절 방식, 삶의 의미추구, 공감 능력, 유머, 마음 챙김 등과 같은 개인 내적 요인들은 소진을 덜 경험하게 도와주며, 신경증, 불안, 완벽주의 등과 같은 요인들이 소진에 취약하다는 연구 결과가 있다(윤아랑, 2012; 이은선, 2014; 정주리, 2017; 최수빈, 유미숙, 2016; 최혜윤, 정남운, 2003; 표정자, 2014; Simionato & Simpson, 2018).

상담자 소진 외에도 감정노동 종사자들을 대상으로 많은 연구가 수행되었으며 최근들어 학업 소진과 부모 소진으로 연구의 범위가 확대되고 있다. 특히 부모 소진의 경우 코로나19로 인해 가정 내 양육의 시간이 증가하고 부모 역시 자녀를 대상으로 돌봄을 제공하는 역할을 맡고 있으며 이 과정에서 발생하는 스트레스는 퇴근의 개념 없이 일상 곳곳에 스며들어 있다. 부모는 소진이 되어가도 양육이라는 영역을 벗어날 수 없기 때문에 이러한 환경에 지속적으로 노출되어 더욱 중요하게 다루어져야 한다(황미연, 이지연, 2022; Brooks et al., 2020). 이뿐만 아니라 Mikolajczak과 Gross 등(2020)은 부모 소진이 직업 소진, 우울과 다른 요인으로 분류되며 두 개념으로는 설명되지 않는 자녀 방임과 폭력적 양육 방식을 예측한다고 보고하여 양육 태도와도 중요한 관계가 있다는 것을 알 수 있다. 여러 요인과 연구가 진행되었으나 이러한 소진의 중요함에 비해 미흡하며 부모 소진에 대한 관심이 더욱 필요함을 알 수 있다.

2. 부모 소진

부모 소진은 양육이라는 특정 맥락에서 양육 스트레스에 만성적으로 노출되며, 이 스트레스를 다루는 데 필요한 자원의 불균형으로 발생하는 증후군(syndrome)이자 신체적, 심리적으로 탈진된 상태를 말한다(김근희, 2023; 신가영, 2023; 엄연

용, 송원영, 2021). 여기서 양육 스트레스란 부모로서 역할을 수행하는 과정에서 아버지와 어머니가 경험하는 것으로 일시적이거나 순간적으로 발생하는 걱정과 근심이 아닌 지속적으로 유지되는 일상적 스트레스 상태를 말한다(박진성, 신현정, 박애순, 2008). 이는 어머니의 심리적 안정감을 저해할 뿐만 아니라 자녀를 대하는 태도와 상호작용에 부정적인 영향을 미치며 결국 부모와 자녀에게 장·단기적으로 부정적인 결과를 낳는다(이정숙, 두정일, 2008). 일상적으로 부모가 자녀를 양육 하면서 보람, 만족감, 행복, 기쁨 등을 느끼기도 하지만 심리적·경제적 부담과 신체적 피로감을 느낄 수 있다. 또한, 개인 생활과 여가 활동의 기회가 제약됨에 따라 만성적인 스트레스를 경험하고 이는 부모 소진으로 이어질 수 있다(남지혜, 2021).

최근 몇 년 동안 코로나19 위기로 자녀와 함께 부모가 집에서 보내는 시간이 많아짐에 따라 부모 소진에 대해 더 관심이 집중되었다. 사회적 거리두기와 같은 상황은 자녀들과 함께 양질의 시간을 함께 보낼 수 있는 기회가 되었지만 끊임없이 요구하는 자녀들과 시간을 보내면서 재택근무를 해야 하는 일부 부모들에게는 많은 어려움을 겪은 시기였다. 부모들은 양육 부담이 증가하고(최윤경, 2020) 압도적인 피로감을 느끼게 되고, 자녀와 점점 더 소원해지고, 이전의 양육과 대조되는 증상과 상태에 처하면서 역할성취감 상실을 호소하는 부모가 점점 더 증가하게 되었다(손서희 등, 2021; Mikolajczak & Roskam, 2018). 실제 코로나 19가 장기화되면서 부모들은 정신적 인내력에 한계를 느끼고 감정 조절의 어려움을 경험하며 신체적, 정신적 소진을 호소하는 것으로 나타났다(Wu & Xu, 2020).

이뿐만 아니라 Daly(2007)는 지난 수십 년간 부모는 아동의 긍정적 발달을 성취하기 위한 수단적 개체로 취급되어 부모 소진을 증가하게 하는 원인이라 언급하였다. 아동 중심의 양육이 강조되면서 부모 역할에 대한 기대가 점점 증가하게 되고, 아이들의 발달이 부모 역할에 의해 좌우된다는 관점으로 부모의 양육과 양육 방식 및 기술에 지나치게 초점을 두어왔다. 사랑과 상식으로 행해지던 자녀 양육이 교육, 관심, 소유 그리고 기회적인 측면에서 아동에게 권한이 부여됨에 따라 아동에 대한 사회적 기대치가 높아졌고 (Daly, 2007), 부모의 권위는 약화 되면서도 보다 완벽한 부모상이 요구되고 있다(Richards, McGee, Williams, Welch, & Hancox, 2010; 김근희, 2023 재인용). 이와 관련하여 Hubert와 Aujoulat(2018)는 부모에 대한 자녀의 존경심과 감사는 낮아지고 사회적 압력이 증가하며 이로 인해 양육은 점점 더 까다로워지고 어려워지게 된다고 말했다(김근희, 2023 재인용).

이는 양육에서의 스트레스를 더욱 높이며 부모의 대처 자원을 압도하게 되어 부모 소진으로 이어질 수 있다(김근희, 2023).

현재 부모 역할에 대한 한국의 고유문화로 인해 역할소진을 쉽사리 표현하지 못하기에 소진에 대한 진단, 예방, 치료, 개입 등의 절차가 늦어지고 소진이 더욱 누적되어 한층 더 심각한 신체화 증상으로 이어질 수 있는 위험이 있다. 이런 여러 사회적 영향으로 인해 부모는 양육에 대한 부담과 스트레스가 증가하게 되며 부모 소진으로 이어져 이는 부모(도피 및 자살 충동, 중독 행동 증가, 수면 장애, 건강 장애), 부부(갈등의 빈도와 강도 증가), 아동(방치 및 폭력적 행동)에게 광범위하게 영향을 미친다(엄문설, 이양희, 2020; 윤기영, 2019; 황미연, 이지연, 2022; Mikolajczak, Brianda et al., 2018; Martorell & Bugental, 2006).

부모 소진에 영향을 미치는 부모 요인으로는 신경과민, 높은 완벽주의 수준, 연령, 교육 수준, 직업이 있다(김종두, 오가영, 2018; Gerain & Zech, 2018; Lin et al, 2023; Mikolajczak, Raes et al, 2018). 이뿐만 아니라 건강 상태, 교육 수준, 우울, 원가족 경험, 독립성 조장과 수용에 대한 아동기 경험, 비합리적 신념, 양육효능감 등이 있다. 또한, 문화적 양육 가치, 개인주의 문화, 전통적인 성 역할이 부모 소진을 유발하였으며 특히 어머니가 부모 소진에 더욱 취약하였다(한수희, 이소희, 2019; Sorkkila & Aunola, 2020). 자녀 양육 요인으로는 자녀의 기질, 성격특성, 자녀의 질병이 부모 역할에 부담을 주어 부모 소진에 영향을 미치고 양육 불안과 양육 효능감 부족도 부모 소진과 부모 삶의 질에도 부정적 영향을 미친다(김종두, 오가영, 2018; Agiati & Huripah, 2019; Mishina, Takayama, Aizawa, Tsuchida, & Sugama, 2012). 또한 자녀가 ADHD나 만성적 질환을 가진 경우 가족의 경제적 문화와도 관련되어 더 높은 수준의 부모 소진을 야기하며(Lindahl Norberg, Mellgren, Winiarski, & Forinder, 2014; Mrosková, Reřovská, & Schlosserová, 2020; Polat & Karakas, 2019). 환경적 요인으로는 결혼 생활 만족도, 부부 갈등, 체계화 되지 않은 가정환경 등이 있고 추가적으로 최근 COVID-19 감염병 확산 방지로 인해 시행된 이동 제한 명령이 자녀 교육 환경 변화와 돌봄 문제를 야기하여 부모 소진에 직접적인 영향을 미치고 있다(Manja, Mohamad, Ismail, & Yusof, 2020).

이와 같이 부모 소진에 영향을 주는 요인은 부모 개인적인 요인과 양육적인 요인이 함께 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 부모 개인적인 요인으로는 주로 어머니의 아동기 경험 또는 우울장애와 같은 병리적 특성과 관련성을 보고 있는데

이는 대다수의 부모 소진을 이해하는 데 한계가 있다. 부모 소진에 대한 연구가 꾸준히 진행되고 있는 상황에서 유아기 자녀를 양육하는 부모의 소진에 미치는 영향 요인으로 본 연구자는 불확실성에 대한 인내력 부족이라는 변인에 주목하였다.

3. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진

불확실성에 대한 인내력 부족은 여러 나라에서 활발히 연구되고 있다. 불확실성이란 사건에 대한 불완전한 인식과 분류의 상태로, 위협 또는 기회라고 평가되기 전까지는 긍정적인 것도 부정적인 것도 아닌 종합적이고 중립적인 경험이다 (Mishel, 1988; 김유민, 2023 재인용).

Freeston 등(1994)은 불확실성에 대한 인내력 부족을 모호한 상황이나 불확실성을 경험하는 개인의 정서적, 인지적, 행동적 반응으로 설명하였고, Dugas 등(2004)은 불확실하거나 모호한 상황을 위협적인 것으로 해석하고, 부정적인 사건의 발생 가능성을 과대평가하여 이러한 상황에서 부적응적인 인지적, 정서적, 행동적 반응을 보이는 경향성이라 하였고, Carleton 등(2007)은 실제로 일어날 가능성과는 상관없이 부정적 사건이 발생할 가능성을 수용할 수 없는 개인의 성향으로 정의하였다. Birrell 등(2011)은 불확실성이 함축하고 있는 의미와 결과에 대한 부정적인 믿음으로부터 나타나는 기질적 성향으로, 특질 걱정의 수준을 예측하는 주요한 요인이자 모호한 상황을 부정적인 방법으로 해석하는 경향으로 정의한다.

Carleton 등(2007)은 불확실성에 대한 인내력 부족을 두 가지 요인으로 구분하였고, 이를 전향적 불안(prospective anxiety)과 억제성 불안(inhibitory anxiety)으로 명명하였다. 전향적 불안은 불확실성을 예상한 결과로 나타나는 공포, 불안과 연관되고, 억제성 불안은 불확실성을 직면했을 때 적절하게 대처하지 못할 것 같은 불안과 관련이 있다. 즉, 전향적 불안은 미래의 부정적인 사건 발생 가능성에 대한 불안에 기반한 예측 욕구와 확실성 추구 경향을 말하고, 억제성 불안은 불확실성을 직면했을 때, 인지, 행동적으로 마비되는 경향을 말한다(McEvoy & Mahoney, 2011). 전향적 불안은 ‘불확실성에 대한 수용할 수 없음과 회피’를 나타내며, 불확실한 상황을 부정적인 것으로 받아들이고, 불확실한 미래를 예측하고자 하며, 이를 위하여 최대한 많은 정보를 획득하려고 한다. 이는 어떤 문제에

대하여 확실한 답을 구하고 이를 통해 불확실한 상황을 회피하려는 능동적인 접근법이다. 억제성 불안에 비하여 걱정이나 강박 증상과 연관성이 큰 것으로 여겨진다. 억제성 불안은 ‘행동할 수 없게 되는 불확실성’으로, 불확실성을 직면하는데 있어 느끼는 무대책감 또는 불확실성에 의한 마비로 해석되기도 한다. 즉 개인이 불확실한 상황에 맞닥뜨렸을 때, 큰 충격에 빠져 마비된 것처럼 어떠한 행동도 하지 못하는 상태를 일컫는다. 이렇게 아무런 반응을 할 수 없다는 의미에서 회피 전략을 사용하고 있어 억제성 불안이라고 하고, 전향적 불안에 비하여 사회공포증, 공황장애, 광장공포증 및 우울증과 연관성이 큰 것으로 받아들여진다.

불확실성에 대한 인내력이 부족한 사람은 미래의 부정적인 사건의 발생 가능성에 대하여 크게 예상하고 압도될 뿐만 아니라 확실성이 확보되기 전까지 끊임없이 걱정하고(Dugas et al., 2004) 이를 스트레스로 경험하며(Freeston et al., 1994) 회피하려 한다. 따라서 불확실한 상황에서 어떠한 일을 수행하는 것을 매우 어려워하며(Buhr & Dugas, 2012), 실제로는 문제해결의 기술이 있음에도 불구하고 문제해결에 대한 자신감이 부족한 경향이 있다(Dugas, Freeston, & Ladouceur, 1997). 불확실한 사건과 상황을 예측할 방법은 존재하지 않는다. 하지만 불확실성에 대한 인내력이 부족한 사람은 이를 감내하기 힘들어하며 미래에 일어날지도 모르는 부정적인 사건에 대한 두려움으로 인하여 불분명한 정보들을 위협적인 것으로 받아들이기 쉽다(Carleton, Norton & Asmundson, 2007). 이러한 경향의 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비하여 모호함과 예측불가능한 일상에서 전반적으로 불확실함을 견디는 능력이 낮을 것이고 부정적인 정서 경험을 할 것으로 예측되며, 심각한 정서적 불편감 및 심리적 고통을 경험할 가능성 역시 높아 부적응을 경험할 수 있다(Dugas et al., 2004).

불확실성에 대한 인내력 부족과 관련한 선행연구를 살펴보면, 주로 걱정(오영아, 정남운, 2011; 이지원, 김은정, 2020), 취업 불안(김태정, 민경화, 2019; 정윤경, 신주연, 이보람, 2019), 진로 문제(김나래, 이기학, 2012; 김종운, 이지은, 2017) 등과 관련해서 활발하게 연구가 진행되었다. 특히 우리나라에서는 진로 분야에서 많이 연구되었다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 미래에 대한 느낌과 태도, 행동과 연관되기 때문에 미래 진로를 탐색하고 결정하는 데 영향을 미칠 수 있기 때문으로 보인다.

그러나 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진과의 관계에 대한 연구가 부족한 실정이다. 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진에 관한 연구로 상담

자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진 연구 7건(강새미, 2022; 김려원, 2021; 김민지, 진미경, 2023; 남문옥, 김민정, 2023; 신은미, 손영철, 2019; 이기쁨, 2022; 한수정, 2022), 취업준비생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 취업 소진 연구 1건(장화영, 2022), 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 학업 소진 연구 1건(송진아, 진귀연, 2022)이 수행되었다.

아동상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진의 관계에서 수퍼비전 관계의 조절효과를 연구한 김민지, 진미경(2023), 상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진의 관계에서 사회비교경향성의 매개효과를 연구한 한수정(2022), 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진과의 관계에서 인지적 유연성의 매개효과, 자기효능감의 조절된 매개효과를 연구한 이기쁨(2022), 상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 상담자 소진과의 관계에서 자기자비와 상담자활동자기효능감의 매개효과를 연구한 강새미(2022), 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 소진에 미치는 영향에서 상담 장면에서 상담자의 불안과 진로 불안의 병렬다중매개효과를 연구한 남문옥, 김민정(2023), 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진의 관계에서 자기자비와 정서조절관란의 매개효과를 연구한 김려원(2021), 상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진의 관계에서 자기자비와 회복탄력성의 매개효과를 연구한 신은미, 손영철(2019), 취업준비생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 취업소진의 관계에서 진로장벽과 경험회피의 이중매개효과를 연구한 장화영(2022), 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 학업소진의 관계에서 사회비교경향성의 매개효과, 자아탄력성의 조절된 매개효과를 연구한 송진아, 진귀연(2022) 모두 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진이 정적 상관이 있다고 보고하였다. 이처럼 양육이라는 불확실한 환경에서 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 높다면 부모 소진으로 이어질 수 있다는 것을 예측할 수 있다. 이에 더해 선행연구 모두 비교적 최근의 연구로 그만큼 불확실성에 대한 인내력 부족과 소진과의 관계의 중요성이 대두되고 있음을 알 수 있으며 다양한 환경과 대상으로 확장되어 연구될 필요성이 있음을 알 수 있다.

아동 개개인의 특성과 환경이 다르기 때문에 양육에는 정답이 없으며, 예측하기도 어렵다. 특히 유아기의 경우 여전히 부모의 보호가 필요로 하나 자신을 둘러싼 환경에 대한 호기심이 많아지고 자율성과 주도성이 발달하는 등 언어, 신체, 인지, 정서적 전 영역에서의 발달이 이뤄지는 시기이다. 이 시기엔 예측 불가능하고 충동적이며 자율성을 시도함과 동시에 끊임없이 부모의 관심과 도움을 요구하고,

행동 수정과 훈육이 필요로 하다. 즉, 부모가 절대적인 보호자에게 자율성을 지지하고 기다려주는 태도가 필요로 하다. 하지만 불확실성에 대한 인내력 부족 수준이 높은 사람은 미래의 부정적인 사건의 발생가능성에 대해 크게 예상하고 압도될 뿐만 아니라 확실성이 확보되기 전까지 끊임없이 걱정한다(Dugas et al., 2004). 또한, 스트레스를 경험하고(Freeston, Héaume, Letarte, Dugas & Ladouceur, 1994) 이를 회피하려 한다. 따라서 불확실성에 대한 인내력이 부족한 부모는 예측하기 어려운 양육 상황에서 특히, 자기표현이 증가하고 자율성을 시도하는 유아기 자녀를 양육할 때, 미래에 일어날지도 모르는 부정적인 사건에 대한 두려움과 걱정으로 자녀를 기다리고 인내하는데 어려울 것으로 예상된다. 또, 최근 코로나 19로 인해 외출하는 것에 제한이 생기고 사회적 거리두기, 비대면 상황이 늘어나면서 예측할 수 없는 상황이 더 늘어났다. 이에 더해 코로나19 스트레스와 불확실성에 대한 인내력 부족이 정적 상관이라는 연구결과(김병준, 2022)를 통해 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 예측하기 어려운 양육 환경에서 스트레스와 걱정 등 부정적인 정서를 경험할 수 있다는 것을 예상해 볼 수 있다. 불확실성에 대한 인내력이 부족한 사람들일수록 스트레스 수준이 더 높다는 선행연구(Chen & Hong, 2010; Ladouceur, Talbot, & Dugas, 1997; Ciarrochi, Said, & Dean, 2005)를 통해 이러한 스트레스가 적절히 해소되지 못하게 되어 부모 소진으로 이어질 것으로 예측할 수 있다.

관련 선행연구 외에 양육 스트레스를 통해 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계를 예상해 볼 수 있겠다. Monroe와 Simons(1991)의 기질-스트레스 모델에 따르면, 개인은 부모 역할, 직업, 외상 경험 등과 같은 다양한 삶의 어려움에 직면하게 되었을 때, 스트레스에 취약하거나 특정 정신 장애가 유발될 가능성이 높은 유전적 또는 기질적인 특성을 지닌 사람들일수록 스트레스 경험하고 심리적 어려움을 호소하게 될 가능성이 높다. 즉, 불확실한 상황을 위협적으로 해석하고 자신의 대처 능력을 과소평가하는 기질적인 경향성을 지닌 사람들일수록 스트레스에 취약할 가능성이 있다(Chen & Hong, 2010; Ladouceur et al., 1997). 따라서 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 양육에서 스트레스를 경험할 가능성이 있으며, 영유아 자녀를 양육하는 어머니가 양육 스트레스를 조절할 수 있는 자원이 부족하여 이를 적절히 다루지 못하는 상태가 지속되면 부모 소진을 경험하게 된다(Lazarus & Folkman, 1984). 선행연구를 보자면 윤정경(2021)은 미취학 자녀를 양육하는 전업주부 어머니의 양육 스트레스와 소진의 관계를 보

았으며 양육 스트레스가 높을수록 소진의 정도가 높아졌음을 확인했다. 가정어린이집 원아 어머니를 대상으로 연구한 김종두, 오가영(2018)은 양육 스트레스와 전체 부모 소진이 정적 상관관계가 있으며 특히 부모 소진의 하위 요인 중 심리적 고갈, 자녀 양육에 대한 효능감 결여에 영향을 미치는 것을 확인하였다. 이자영(2022)의 연구에서는 영유아 자녀를 양육하는 어머니의 소진에 영향을 미치는 요인을 살펴 보았으며 양육 스트레스가 소진에 유의한 정적 영향을 미치며 영향력이 가장 큰 변인임을 확인하였다. 이러한 내용을 통해 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계를 추론해 볼 수 있겠다.

B. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안과 부모 소진

1. 양육 불안

양육불안은 양육과 불안의 합성어이다. 불안이란 일시적으로 나타나는 정서상태를 의미하며, 이는 명확한 원인 없이 다가올 미래에 대한 위협이나 불행을 미리 걱정하고 위협이 닥칠 것을 대비해 느끼게 되는 감정반응을 의미한다(오영진, 김영희, 2021). 불안은 일상에서 누구나 경험할 수 있는 자연스러운 반응이자 감정이다. 구체적인 원인이 없음에도 불행이나 위협에 대한 긴장을 경험하는 불안(정세진, 신나리, 2018)은 스트레스라는 자극 상황에 대한 위협으로 인지되어 발생하는 복잡한 신체적이고 정신적인 반응이라고 할 수 있다. 또한, 지속적이고 반복적인 걱정과 긴장, 미래에 대한 불안감, 그리고 대인관계에서의 어려움, 고립감, 열등감, 외로움 등의 심리적 상태를 일컫는다(홍지희, 안명희, 2016).

Spielberger(1972)은 불안에 대해 일시적인 특성을 보이는 상태불안과 안정적인 특성을 가진 특성불안으로 구분하였다(임선미, 2021 재인용). 상태불안은 특수한 상황에서 느끼는 일시적인 불안이며, 특성불안은 평생동안 변하지 않는 일정한 양상의 불안을 의미한다. 적당한 불안은 안전욕구와 연결되어 위험한 행동을 방지하는 긍정적인 역할을 수행하기도 하지만 과도한 불안은 일상생활을 할 때 적응을 방해하여 부정적인 영향을 미치게 한다(오영진, 김영희, 2021). 특히 부모의 특성불안은 자녀에 대한 높은 기대와 목표를 설정하면서 실수하게 되면 비난하게 되는 특징을 지니고 있다(정세진, 신나리, 2018). 불안은 오래 지속되거나 대처가 적절하지 못할 때 병리적 불안 문제가 야기될 수 있으며, 자녀에게 불안을 전이하는 영향을 미치기도 한다(김영미, 송하나, 2019). 또한, 특성 불안의 개인차는 생물학적, 체질적인 요인에 있다고 보았으며, 특성 불안이 높은 사람들은 상황에서의 위협성이나 위협을 더 크게 지각하며, 위협적인 상황에서 더 강한 상태불안을 경험한다(강경호, 홍혜영, 2012; 강대갑, 2007). 이렇듯 특성 불안과 상태불안은 개념적으로는 다르게 정의되지만 독립적으로 작용하기보다 서로 영향을 미치면서 강화 효과를 가질 수 있다. 정서적 상태의 불안 개념에 대해 상태불안과 특성 불안

으로 세분화한 Spielberger(1972)는 불안과 스트레스, 위협과 같은 용어가 혼용되어 사용되고 있으며 ‘스트레스’와 ‘위협’이라는 용어는 불안 상태가 유발되는 일시적인 사건을 표현하지만, 스트레스는 상황의 객관적인 자극 속성이 더 크다고 하였다(임선미, 2021 재인용). 따라서 불안은 스트레스와는 달리 위협이 감시될 때 더 한정된 것에 초점을 두게 만들어 선택적인 편견을 작용시키고, 이러한 불안의 특성은 자녀를 양육하는데 있어 비교와 경쟁에 초점을 두게 한다(오영진, 김영희, 2021).

양육 불안이란 부모가 자녀를 양육하는 과정에서 겪는 불안한 감정을 의미한다. 사회적인 요인과 정서적인 요인, 환경적인 요인이 복합적으로 작용하여 부모가 자녀 양육하는 과정에서 느끼게 되는 감정을 ‘양육 불안’이라고 한다. 자녀를 양육하면서 경험하는 긴장을 의미하며, 자녀를 양육하는 과정에서 느끼는 불안은 자녀를 임신하는 과정부터 시작되게 되며, 이는 저출산을 야기하여 사회문제를 초래하기도 한다(박애경, 2015). 양육 불안은 양육 과정에서 부모의 불안정한 정서를 지속하게 하며, 이는 자녀 양육에 있어 부정적인 영향을 미치게 하여 중요성이 강조된다(오영진, 김영희, 2021).

국내에서는 양육 불안을 측정할 수 있는 도구가 개발되기 전에는 일반인을 대상으로 불안을 측정하는 도구인 Spielberger(1970)의 불안척도(STAI: State Trait Anxiety Inventory), Beck, Epstein, Brown and Steer(1988)의 불안척도(BAI: Beck Anxiety Inventory)를 사용하거나 부모의 양육스트레스를 측정하는 도구(K-PSI)를 사용하여 양육 불안을 측정하였다(오영진, 김영희, 2021). 국내에서는 위지희(2014)가 유아부터 초등학교 6학년까지의 학부모인 어머니를 대상으로 최초로 양육 불안 측정도구를 개발하였다. 위 연구에서 양육 불안은 어머니의 성격특성과 자녀 양육에 대한 태도 및 신념 등과 같은 어머니 개인적 특성으로 유발되고, 애착 문제, 사회적지지 요인에 의해서도 유발되며, 한국의 문화적인 요인에 의해서도 유발되는 불안을 의미한다고 하였다. 하위요인으로는 부모역할 효능감으로 인한 불안, 자녀와의 애착으로 인한 불안, 자녀에 대한 염려, 사회적지지에 대한 염려, 완벽주의로 인한 불안으로 구성되어 있다. 하지만 자녀의 기질과 배우자의 요인이 측정되지 못한 한계점을 지녔다(이선남, 이정옥, 2017; 오영진, 김영희, 2021).

이선남과 이정옥(2017)은 양육 불안을 개인적인 특성이나 개인만의 내적 문제가 아닌 그들이 속해 있는 가족과 사회의 환경적인 특성에 의해 영향을 받는 양육스

트레스 요인들을 위협적으로 인지하면서 발생하는 복잡한 부정적인 정서로 정의하였다. 하위요인으로는 어머니요인, 자녀요인, 배우자요인, 사회적요인으로 구성하여 척도를 개발하였다. 그러나 자녀요인과 배우자 요인에 구성된 문항의 경우, 어머니 자신의 양육 불안 요인이기보다 자녀로 인한 스트레스와 배우자의 양육 태도에 따른 스트레스요인에 근접하는 문항이 주를 이루고 있어 불안이라는 부모의 개인 내적인 심리적 감정상태를 다루기에는 제한이 있다(오영진, 김영희, 2021).

이런 선행 연구의 한계점을 보완하여 개발 및 타당화한 오영진과 김영희(2021)의 부모양육불안 척도는 능력불안, 관계불안, 보호불안의 3가지 구성요인으로 추출되었다. 첫 번째, 능력불안은 양육에 대한 자신감, 자녀의 기질이나 성향에 대한 이해, 미래에 대한 불안, 양육에 대한 타인평가, 경제적인 능력, 양육책임감 등 좋은 부모가 되고 싶은 욕구에서 기인하는 불안을 의미한다. 또한, 자녀를 양육하면서 겪는 어려움이나 문제발생시 해결에 대한 확신을 가지지 못하여 갖게 되는 불안으로 적절한 부모역할수행에 있어 중요한 역할을 한다(Jhonston & Mash, 1989). 두 번째, 관계불안은 자녀와 상호작용하면서 형성되는 애착이 지나쳐 과잉 밀착하고자 하는 ‘정서적 융합’ 과 자녀와 함께 있으면 더 어렵고 불편한 감정을 느끼게 되는 ‘근접회피’, ‘정서적 분리’ 등 애착과 밀접한 관련을 보이고있다. 또한, 자녀를 양육하면서 나타나는 불안정한 정서가 자녀에게 투사됨에 따른 세대전이의 불안 등 주변 관계에서 비롯된 양육 불안 문항이 포함되어있다. 세 번째는, 보호불안으로 유대결속, 과보호로 나타나 있다. 이는 ‘아이의 어린이집이나 유치원 생활의 일과를 모두 알고 있어야 마음이 놓인다.’ 는 전지적인 심리상태와 자녀와의 심리적인 유대감이 지나쳐 ‘침해적 행동’ 으로 나타나 부모의 도움 없이 아무것도 하지 못할 것 같은 불안함으로 ‘아이에 관한 일은 직접 해야 마음이 놓인다.’ 는 범주에 ‘전지적 침해’ 라는 의미를 부여하였다.

2. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안과 부모 소진

불확실성에 대한 정의는 불안을 설명하는 개념으로 자주 거론되어 왔다(김유민, 2023). ‘미래에 부정적인 사건이 일어날 수 있고 그것을 막을 수 없다고 믿을 때 느끼는 두려움이나 걱정의 감정’ 이라는 불안의 정의를 고려한다면, 불확실성을

견디지 못하는 것이 불안의 발생과 유지에서 중요한 역할을 담당할 것이라고 예상할 수 있다. 이에 대해 Krohne(1993)은 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서적 각성에 대한 인내력 부족이 불안 장애의 기저를 이루는 주요 변인이라고 설명하였다(김순희, 2010 재인용). 그의 불안 모델에 따르면 불확실성에 대한 인내력이 부족하게 되면 불확실하고 모호한 상황에 직면하여 과도한 경계반응을 일으키게 되고, 이러한 정서적 각성을 견디지 못하게 되면 인지적 회피 반응을 야기하여 과도한 불안이 발생하게 된다. 실제로 불확실성에 대한 인내력 부족은 상태 불안에 관여하는 개인차 특성으로 확인되었다(Greco & Roger, 2001). 즉, 불확실성에 대해 인내하지 못하는 인지적 편향은 불안에 기여하는 다른 특성들에 영향을 주어 같은 스트레스 상황에서 더 높은 불안을 야기하는 것으로 보인다.

불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 높은 불안을 유발한다는 선행연구(김순희, 2010; 송정선, 2017; 엄시율, 박기환, 2021; Boelen & Reijntjes, 2009; Carleton et al., 2010; Counsell et al., 2017)와 범불안장애, 강박장애, 공황장애와 같은 병리적 불안과도 강한 정적 관련성을 지니는 것으로 보고되었다(Dugas, gosselin, & Landouceur, 2001; Holaway, Heimberg, & Coles, 2006; Simmons, Matthews, Paulus, & Stein, 2008; Tolin, Abramowitz, Brigidi, & Foa, 2003). 불확실성에 대한 인내력 부족 수준이 높은 것은 문제 해결 기술을 손상시켜 모호한 상황에서의 행동 지연과 회피를 야기한다는 연구결과도 보고된 바 있으며(Dugas, Freeston, & Ladouceur, 1997), 최근에는 주로 과도한 걱정과 관련된 주요 변인으로 연구되고 있다(김혜영, 오경자, 2007; 설승원, 오경자, 2008; 신경림, 2005; Dugas, Gossonin, & Landouceur, 2001; Koerner & Dugas, 2008; Starcevic & Berle, 2006).

불확실성에 대한 인내력 부족과 불안에 대한 연구는 많이 진행되었으나 양육 불안과의 관계에 대해서는 직접적으로 살펴본 선행연구가 적은 편이며, 기존의 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육 불안에 관련된 연구들은 ‘불안’의 개념으로 혼재되어 사용됨으로써 어머니의 개인적인 분리불안이나 성격적 특성 불안에 주로 한정하여 수행되어왔다. 따라서 영유아기 자녀를 두고 있는 어머니가 자녀의 양육 과정에서 느끼는 특수한 불안인 양육 불안과 관련한 연구가 더 필요해 보인다. 국내 연구 중 가장 최근 연구인 김유민(2023)에 연구에 따르면, 영유아를 둔 어머니들이 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 육아 상황에서 경험하는 양육 불안이 증가하며, 이 결과는 불확실성에 대한 인내력 부족이 불안에 미치는 영향이 양육 환

경에서도 적용될 수 있음을 시사한다. 부모가 되면 양육자로서 양육 환경에서의 불확실성을 어떻게 지각하고 대처하는지가 양육자의 적응적인 삶에 핵심적인 영향을 주게 된다(조한익, 정미영, 2009). 아울러, 불안을 인내하는 특성이 불확실한 상황에서의 불안을 감소시킨다는 것을 고려하면, 불확실성에 대한 인내력은 양육이라는 불확실하고 예측할 수 없는 상황을 적응적으로 다루는 데 영향을 주고 양육 환경에서의 불안을 완화시킬 수 있는 중요한 요인임이 시사된다.

양육이라는 특수한 환경에서 부모는 양육자로서 여러 가지 예측할 수 없는 상황을 직면하게 된다. 특히, 코로나19로 인한 사회적 거리두기, 비대면 상황 등이 늘어나고 특히 어린 자녀를 양육하는 양육자에게는 언제, 어떻게 바뀔지 예측할 수 없는 상황은 불안을 증가시키는 데 영향을 주었을 것으로 예상된다. 이러한 현 상황과 불안과 관련한 선행연구, 양육 불안을 연구한 김유민(2023)의 연구를 통해 불확실성에 대한 인내력 부족은 특히 현 시점에서 양육 환경에서의 불안을 다루는 데 중요한 요인일 것으로 여겨진다. 불확실성은 불안을 증가시키는 요인 중 하나이며, 이는 양육이라는 특수한 환경에서도 적용되어 부모는 양육자로서 여러 가지 예측할 수 없는 상황과 불확실성에 직면하게 될 것으로 예상된다.

양육 불안은 ‘양육’ 과 ‘불안’ 이 합성된 용어로 자녀를 양육하면서 겪는 부모들의 불안감을 나타내며 ‘압박받는 부모현상’ 이라고 부르기도 한다(Grolnick & Seal, 2008). 이는 부모의 양육 행동에 영향을 미치는 심리상태로 양육 상황에서 경험하는 부모의 내적인 불안 상태를 의미하며 심리적인 속성을 지닌다.

부소 소진은 양육 환경에서 양육 스트레스에 만성적으로 노출되며, 이를 적절히 다루지 못해 발생하는 증후군이자 신체적, 심리적으로 탈진된 상태를 말한다(김근희, 2023; 신가영, 2023; 엄연용, 송원영, 2021).

불안이 높은 부모는 양육에서의 스트레스가 증가하고(김규리 등, 2022; 손금옥, 김민진, 2022; 이진희, 홍주연, 2022; 지효숙, 황경열, 2014; 현정환, 2020; Oosterman & Schuengel, 2017), 양육효능감이 낮아지며(오영진, 김영희, 2021; 하소영, 서미아, 2020) 심리적 안녕감에 부적 영향을 미친다(조기란, 2023). 또한, 스스로에 대한 신뢰감과 존중감이 부족하여 자녀에 대한 신뢰감, 존중감 또한 부족하다(Ginsburg, Grover, Cord, & Ialongo, 2006). 이뿐만 아니라 자녀에게 불안을 전이시키고 과보호적 양육 행동을 보이며(오영진, 김영희, 2021), 부정적 양육 행동으로 이어진다(김현수, 신혜린, 2012). 국내에서는 불안과 소진의 관계에 대한 연구가 없는 것은 아니나 부모의 양육 불안이 부모 소진에 미치는 영향에 대한

연구는 전무하다.

양육 불안이 높은 어머니는 증가한 스트레스를 적절히 다루지 못하고 만성화될 경우 부모의 소진으로 이어질 수 있으며 이러한 관계는 선행연구를 통해 알 수 있다(김중두, 오가영, 2018; 윤정경, 2021; 이자영, 2022; Lazarus & Folkman, 1984). 이뿐만 아니라 양육효능감이 낮아지면 자녀와의 관계에서 문제를 잘 해결하고 양육할 수 있다는 자신감과 양육 과정에서 발생하는 일에 대해 유능한 대처가 어려워지며 자신의 능력에 대한 한계를 느끼고 낮아진 에너지는 회복할 수 없게 만들어 부모 소진을 경험할 수 있다. 또한, 관계불안이 높은 어머니는 과도한 통제 사용으로 심리적인 영역을 통제하는 부정적인 양육 행동인 ‘심리 통제’가 높고 일관적인 지도와 감독을 통해 긍정적인 심리적 발달을 도모하는 ‘행동 통제’는 낮았다(김규리 등, 2022). 양육 불안이 높은 어머니는 자녀를 과보호하거나 과도하게 간섭하고 통제하려 하며 이러한 부정적인 양육 행동은 자녀를 위축시키고, 자율성을 낮추며, 공격적인 행동이 증가할 수 있다. 이에 더해, 충동성, 비행 등과 같은 문제 행동이 발생하며 자녀의 정서, 행동, 인지에 부적응적으로 영향을 미칠 수 있다(김규리 등, 2022; 김현수, 신혜린, 2012). 즉, 양육 불안이 높은 부모의 과도한 통제나 과보호와 같은 부정적인 양육 행동은 자녀의 문제 행동으로 이어지고 이를 훈육하는 부모는 자녀의 저항, 부정적 감정, 우발적인 처벌로 인하여 실망, 후회, 죄책감 등을 경험하게 된다. 자녀 훈육은 부모의 소진을 예측하는 하나의 요인으로 밝혀진 바 있으며(엄연용, 송원영, 2021) 이를 통해 양육 불안이 부모 소진으로 이어질 수 있음을 예측할 수 있다.

C. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진, 부모 소명

1. 소명

소명의식은 기독교적 관점에서 성직자들이 그들의 삶을 살기 위하여 신의 부름을 받았으며, 성직자의 개인 또한, 그 일을 하는 것은 신으로부터 부름에 응하는 것에서 유래하였다(서우형, 2022). 본래 기독교 용어이나 시대에 따라 개념이 변화하고, 종교에서 학문으로 넘어와 다양한 분야에서 정의되고 연구되어 오고 있다.

소명을 바라보는 관점으로 Wang과 Dai(2017)는 3가지 관점으로 설명하였다. 첫째는 고전적 관점으로 종교적 관점에 대응하는 것이며 신에 대한 개인의 의무와 운명을 강조하는 것이다(오미혜, 2021). 두 번째는 현대적 관점으로 현대적 관점은 소명이 내부적인 동기나 개인적인 행복에 초점을 맞춘 것이다. 세 번째는 신고전주의적 관점으로 소명의 외부적인 부름과 친사회적인 동기를 강조하는 것이다(류인찬, 유현실, 2021).

다음은 소명의 구성개념으로 Dik과 Duffy(2009)는 소명은 초월적 부름, 목적과 의미, 친사회적 동기 이렇게 세 개의 차원으로 분류할 수 있다. 첫째, ‘초월적 부름’이란 소명의 사전적 의미인 ‘사람이 하나님의 일을 하도록 하나님의 부르심을 받는 일’ (국립국어원 표준국어대사전, 2023)과 같이 개인에게 주어지는 외부적 힘의 한 형태를 말한다. 외부적 힘이라 함은 종교적으로만 국한되는 것이 아니라 사회적인 요구, 가족의 기대나 요구, 나라의 부름 또는 뜻밖의 운명과 같은 것 등을 의미한다(김지선, 김봉환, 2022). 외부로부터 특정한 삶의 역할에 대한 동기가 온다고 자각하는 것을 의미한다(우민주, 2023; Dik & Duffy, 2009). 둘째, ‘목적과 의미’는 자신의 노력에서 느끼는 의미와 목적을 더 넓혀 삶의 목적과 의미에 연결하는 것을 포함한다(류인찬, 유현실, 2021; Dik & Duffy, 2009). 마지막으로 차원은 ‘친사회적 지향’으로 사회의 안녕 및 공익에 긍정적인 방식으로 기여하는 것으로(Dik & Duffy, 2009) 타인 지향적인 가치 및 목표를 가지는 것이다.

소명의식에 대하여 국외 연구자들이 제시한 개념은 다음과 같다. Davidson과

Caddell(1994)은 “지금 하는 일은 부름을 받은 것” 으로, 그 일에 대한 돈이나 시간과는 상관없이 특별한 의미를 갖는 것이라고 할 수 있으며, 개인은 그 일을 충실히 수행하기 위해 태어났다. Wrzesniewski, McCauley, Rozin과 Schwartz(1997)는 “일과 자신의 인생을 구별할 수 없는 것으로 인식하고 일에서 내적인 만족과 성취감을 추구하는 태도” 라고 말한다. Hall과 Chandler(2005)는 개인이나 사회에 유익함을 제공하여 개인적인 성취감을 느끼게 하며, 그 자체로서 개인의 삶의 목적과 의미로 받아들여지는 개념이라고 말했다. Dik과 Duffy(2009)는 목적이나 의미를 위한 특정한 삶의 역할을 하도록 하는, 그리고 타인 지향적인 가치와 목표를 주요 동기로 삼는 자신을 넘어서는 초월적인 부름이라 하였고, Dobrow와 Tosti-Kharas(2011)는 개인이 일에서 경험하는 강렬하고 의미 있는 열정이라 말했다.

소명의식에 대한 국내연구는 최근 증가하는 추세이며, 소명의식에 대한 연구자들의 정의는 다음과 같다. 임정인과 손영우(2016)는 “개인이 일에 대하여 가지는 긍정적인 태도로서 일을 통해 물질적 이익이나 조직 내 지위의 상승을 추구하기보다 열정적인 자세로 일을 해 나가고, 일에서 의미를 발견하며, 공공의 가치를 추구하는 역할” 로 제시하였다. 홍성미(2018)는 “자신이 소속된 조직과의 상호작용 중 자발적으로 직업 의미에 대해 갖는 인식 중의 일부이며, 일에 있어 본인의 역할을 인지하며 그 과정에서 목표 및 의미를 추구하고, 그 때문에 조직과 사회의 이익을 달성하려는 태도” 라 정의하였다. 선동익, 손승연(2021)은 “직업에서 내적으로 즐겁고, 의미 있으며, 자신의 정체성의 중심적인 부분으로서 느끼는 정도” 라 정의하였다.

이와 같이 소명은 다양하게 정의되고 있으며 아직 소명에 대한 연구자들이 수용하는 통일된 정의는 없지만(김수진, 2022), 현대에는 의미가 더 확장되어 개인에게 의미있는 일, 누구나 가질 수 있는 의식과 태도로 본다(Dik & Shimizu, 2019; potts, 2019; Thompson & Bunderson, 2019).

또한, 소명에 대한 선행연구를 살펴보면, 소명은 일 맥락뿐만 아니라 개인의 삶 전반에 많은 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 소명 수준이 높은 이들은 자신이 하고 있는 일을 소명으로 생각하는 사람일수록 삶에 대한 열정과 만족이 높으며(Peterson, Park, Hall, & Seligman, 2009), 행복도도 높아진다(홍성미, 2018). 또, 일의 즐거움과 더불어 삶의 의미 등 심리적 적응 수준을 높일 수 있게 된다(Steger & Dik, 2009). 즉, 직업소명의식은 내재적인 일에 대한 동기를 높일 수

있으며(Dik, Sargent, & Steger, 2008), 일에 대한 긍정정서의 확대가 가능하다(Steger, Pickering, Shin, & Dik, 2010). Seligman(2002)과 Baumeister(1991), Super(1980)는 소명이 직업 영역 외에도 자신이 참여하는 모든 일에 관련될 수 있다고 말하며, Dik과 Duffy(2009) 역시 어떤 삶의 역할 안에서도 추구될 수 있음을 암시하였으며 소명의 선행연구를 통해 다른 영역에서도 영향을 미칠 수 있다는 것을 알 수 있다.

2. 부모 소명

소명에 대한 연구는 종교적 관점에서 출발하여 여전히 직업 영역에서 활발히 연구되고 있지만, 양육에서의 소명인 부모 소명에 대한 연구는 비교적 최근에 시작되어 부모 소명이 소명처럼 개인이나 가족의 삶에 어떠한 영향을 미치는지 구체적으로 밝혀진 바가 거의 없다(기쁘다, 이수란, 2022). 하지만, 소명에 대한 선행연구를 근거로 부모 소명을 가진 부모들도 자신의 삶에서 긍정적인 경험을 할 것이라 예상할 수 있다.

부모 소명에 대해 살펴보자면, 소명에 대한 개념이 부모의 역할과 양육의 영역에 적용된 것을 말하며, 부모 역할을 자신의 소명이라 생각하는 것으로, 부모됨에 대한 명확한 정체성을 가지고 자녀를 양육에서 의미와 목적을 찾아 책임을 다하는 것을 의미한다(김수진, 기쁘다, 이수란, 2022). 소명의 개념을 떠올려보면, 한국 사회에서 기대하고 있는 부모의 역할과 많은 부분이 일치한다(김수진, 기쁘다, 이수란, 2022). 그러나 부모 소명에 대한 연구는 많이 이루어지지 않았으며, Coulson, Oades와 Stoyles(2012a)는 이런 점을 지적하며 양육에서의 소명이 어떤 특성을 가지는 밝히기 위한 질적 연구를 진행하였고, 주제 도출과 함께 소명의 개념이 자녀 양육과 관련이 있다는 것을 발견하였다.

Coulson 등(2012a)의 연구에서 양육에서의 소명을 이해하는 6가지의 주체가 도출되었다. 구체적으로 ‘정체성’은 부모 역할을 자신의 삶에서 가장 중심에 두는 것을 의미한다. ‘희생’은 부모 역할을 더 잘 수행하기 위해 선호하는 활동이나 그 기회를 포기하고 그 역할에 전념하는 것을 의미한다. ‘의미있는 공헌’은 부모 역할 수행을 통해 자신, 자녀, 미래 사회가 성장하고 발전할 수 있도록 기여할 수 있다고 느끼는 것이다. ‘열정’은 자녀에게 가능한 최고의 부모가 되고 싶

어 부모 역할과 관련된 일에 대해 열정적인 것을 의미한다. ‘운명’은 부모 역할을 포함하여 어떤 영역에서든 그 일을 하는 것은 운명적인 것이거나 해야 한다고 느끼는 것을 의미한다. ‘항상 생각함’은 부모 역할과 관련된 일은 매우 중요하며, 자녀와 함께 있지 않아도 자녀를 생각하거나 하는 것을 의미한다.

Coulson 등(2012b)은 이후의 연구를 통해 세 가지 구성요소(삶의 목적, 인식, 열정)로 구성된 부모 소명 척도(Subjective Sense of Calling in Childrearing Scale; SSCCS)를 개발하였다. 구체적으로 ‘삶의 목적’은 부모가 되는 것이 이 땅에 존재하는 이유이며 그 역할을 충족함으로써 목적과 의미가 있는 일을 경험할 뿐만 아니라 운명을 경험하는 것을 의미한다. ‘인식’은 자녀 양육 역할에서 온 마음을 다해 요구 사항에 주의를 기울이고 자녀가 항상 무엇을 하고 있는지 경계를 나타내는 것을 의미한다. ‘열정’은 부모가 자녀 양육에 참여하는 것에 높은 수준의 동기를 가지고 있다는 것을 의미한다. 국내에서는 이수란, 배유진, 양수진, 기쁘다(2021)가 SSCCS를 한국의 문화적 특성을 고려하여 한국판 부모 소명 척도를 개발 및 타당화 하였다.

이수란 등(2021)은 한국에서 부모 소명이 어떤 개념으로 구성되는지 살펴보고 한국 부모의 인식을 반영한 척도를 개발하였다. 목적/정체성, 열정/성장, 희생/헌신, 의식/집중이라는 4개의 요인이 도출되었고 SSCCS의 세 가지 구성요소 외에 희생/헌신이라는 한국 부모의 특성을 반영한 새로운 하위요인이 포함되었다. 희생/헌신 관련 요인은 Coulson 등(2012a)의 연구에서도 도출되었던 개념이었으나 척도 개발 과정에서 구성요소로는 도출되지 못했던 개념이다. 따라서 한국판 부모 소명 척도 개발 및 타당화를 통해 문화적 차이를 확인할 수 있는 개념이 도출되었다고 볼 수 있다. 양육의 영역에서 소명의 구성요소는 기존의 소명과 거의 동일하며, 이는 양육에서의 소명이 소명의 일반적인 특성을 공유하는 소명의 한 유형임을 알 수 있게 한다(김수진, 2022).

또한, 김수진, 기쁘다 등(2022)이 부모 소명의 한국적 의미와 개념 탐색을 위해 일반 성인을 대상으로 반구조화된 인터뷰를 진행하였고, 여기서 6개의 주제가 도출되었다. 구체적으로 보면, ‘부모의 인품과 자질’은 기존의 연구들과 달리 새로 나타난 개념으로 자녀를 양육하는데 기본적인 인간적 자질이며 롤모델로서 부모이자 기본적으로 자녀를 존중할 수 있는 태도를 하위범주로 하고 있다. ‘부모로서의 정체감’은 존재의 의미가 자녀에게 있으며 부모라는 것에 초점을 맞추며, 자신의 정체감 중에 부모라는 것이 가장 중요하게 생각한다는 것을 하위범주로 하

고 있다. ‘운명과 책임’은 기존 소명 연구에서 가장 빈번하게 나타나는 주요 구성요소이지만 김수진, 기쁘다 등(2022)의 연구에서는 부모들이 직접적으로 표현하기를 주저하였고, 우회적으로 표현하는 모습을 보였다. 하위범주로는 나에게 올 아이, 운명이라는 의미를 부여하고 양육에 필요한 기본적인 책임부터 결과에 대한 무한 책임까지이다. ‘신념과 방향성’은 목적의식을 가지고 양육하며 사회적으로 수용되는 일반적인 가치관이 투영되고, 부모 개인이 가진 특정한 가치관이 투영되기도 한다는 것을 하위범주로 하고 있다. ‘열정과 헌신’은 양육을 하며 경험하는 긍정적 감정, 최대한 시간을 투입하고 집중하려는 항상 몰입함, 어떤 상황에서도 희생하고 헌신함을 하위범주로 하고 있다. ‘부모와 자녀의 의미 있는 성장’은 자녀 양육을 위해 노력하고 긍정적으로 변화함, 건강한 사회 구성원으로 성장하는 자녀를 하위범주로 하고 있다.

이러한 주제는 기존 직업 소명 연구에서 밝혀진 구성 요소와 비슷한 양상이며(김수진, 기쁘다 등, 2022), 새로운 개념도 있지만 의미가 더 강조되면서 다른 관점보다 소명의 현대적 정의에 더 가까운 결과가 도출되었다. 소명에 대한 의미가 더 확장되어 개인에게 의미있는 일, 누구나 가질 수 있는 의식과 태도(Dik & Shimizu, 2019; potts, 2019; Thompson & Bunderson, 2019)로 보는 것처럼 부모 소명 역시 전통적인 관점에서 벗어나 부모라는 역할을 하는 개인에게 의미 있는 일로 바라보는 관점이 필요하다(김수진, 기쁘다, 2022).

부모 소명의 국내 선행연구를 살펴보면, 이수란 등(2021)은 한국형 부모 소명 척도 개발 및 타당화 연구를 통해 부모 소명에 대한 개념을 처음으로 소개하였으며, 김수진, 기쁘다 등(2022)은 부모 소명의 한국적 의미와 개념 탐색 연구를 통해 6개의 주제를 도출하여 부모 소명에 대한 이해를 확장하고 관련 연구의 기반을 마련하였다. 김수진, 손영우, 이수란(2022)은 부모 소명 개념에 대한 부와 모의 인식 차이를 연구하였으며 어머니가 보다 더 부모됨과 자녀 양육을 경험하는 것으로 나타났다. 박미애, 심예린(2022, 2023)은 부모 소명이 어떤 경로를 통해 자녀의 진로 발달을 예측하는지 탐색하였으며, 기쁘다, 이수란(2022)은 부모 소명과 부모 행복의 관계에서 부모-자녀 관계와 양육효능감의 매개효과를 확인하였다. 정지유(2022)의 연구에서는 부모 소명이 부모의 양육스트레스와 우울의 관계에서 조절효과가 있는지 탐색하였으며, 어머니의 경우, 양육스트레스와 우울의 관계에서 부모 소명은 조절효과를 보였다. 기쁘다, 성미애(2023)의 연구에서는 부모 소명과 삶의 의미의 관계에서 가족소속감과 부모만족도의 매개효과를 세대 차이를 중심으로

로 검증하였다. 김예분, 김유니, 양수진(2023)는 부모 소명과 행복감 간의 관계에서 삶의 의미의 매개효과를 검증하였다. 황지민, 송은빈, 양수진(2023)는 부모 소명 예측 요인을 어머니의 내적 특성과 관계적 변인을 중심으로 탐색하였다. 김현주(2023)는 사랑과 활력의 성격 강점이 초등학교 학부모의 부모효능감에 영향을 미치는지를 확인하였다.

이렇게 국내에서는 이수란 등(2021)의 척도 개발 연구를 시작으로 행복감, 삶의 만족, 삶의 의미, 양육효능감과 같은 긍정적인 결과가 도출되는 연구들이 진행되었다. 개인의 삶을 더욱 풍성하고 의미있게 만드는 긍정적 자본으로 기능하는 소명(기쁘다, 이수란, 2022)의 선행연구와 부모 소명의 최근 연구를 통해 부모 소명이 양육에서의 어려움을 완화시키는 변인으로 기여할 수 있을 것으로 예상할 수 있다.

3. 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진과 부모 소명

불확실성에 대한 인내력 부족은 불확실한 상황이나 사건에 대해 어떻게 지각, 해석하고 반응하는지에 영향을 주는 인지적 편향을 말하며(Dugas et al., 2004), 불확실한 상황을 위협으로 느끼고 견뎌내지 못하는 경향성을 의미한다(조한익, 정미영, 2009). 자녀를 양육하는 것은 다양한 변수를 가지고 있고, 특히 유아기 자녀의 경우 급격한 신체적, 인지적 발달로 인해 부모 역할에 변화가 생기며 예측할 수 없다. 이런 불확실한 양육 상황에서 어머니는 통제할 수 없고 예측할 수 없는 영역이라 느껴 불안감을 느낄 수 있다(하소영, 서미아, 2020). 또한, 불확실성에 대한 인내력이 부족하면 애매한 정보를 위협적인 것으로 해석하며 이는 불안을 상승시킬 수 있다(김유민, 2023).

양육 불안이 높은 어머니는 양육 환경에서 일어나는 갈등 상황에 대한 걱정, 우려와 같은 불쾌한 정서적 상태를 경험하고, 자신의 대처 능력이나 양육 능력에 있어서 신뢰하지 못하고 자신감이 부족하며 스트레스를 경험하고 양육에 대한 효능감이 낮아진다. 또한, 자녀를 양육하는데 부정적 양육 행동을 보이며 통제에 대한 과도한 욕구를 지니고 있으며 자녀에게 통제적인 양육 행동을 보일 수 있다(하소

영, 서미아, 2020). 이러한 통제적인 행동은 자녀를 불안하고 위축시키거나 공격성, 충동성 등 부적절한 행동으로 이어지며(김규리 등, 2022), 자녀를 양육하고 훈육하는 부모는 자녀의 저항, 부정적인 감정, 우발적인 처벌로 인하여 실망, 후회, 등을 경험하고 이는 부모 소진으로 이어진다(엄연용, 송원영, 2021). 즉, 높은 양육 불안은 부모 소진에 영향을 주게 된다.

부모 소진은 부모(도피 및 자살 충동, 중독 행동 증가, 수면 장애, 건강 장애), 부부(갈등의 빈도와 강도 증가), 아동(방치 및 폭력적 행동)에게 광범위하게 영향을 미친다(엄문설, 이양희, 2020; 윤기영, 2019; 황미연, 이지연, 2022; Mikolajczak, Brianda et al., 2018; Martorell, Bugental, 2006). 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 양육 불안이 높아지고 이는 부모 소진으로 이어지는 관계에서 이를 완화시키기 위해 부모는 자신이 과업을 완수할 수 있다는 믿음을 가지고, 양육 능력에 대한 신뢰감을 가지게 함으로써 자기효능감을 높여야 한다(Hall & Chandler, 2005; Park, Sohn, & Ha, 2016). 이뿐만 아니라 양육에서의 만족감을 높이고 중요성 및 즐거움에 대한 인식을 높여야 할 필요성이 있다(Coulson et al., 2012). 이는 부모 소명이 중재역할을 할 수 있을 것으로 예상된다.

소명이란, 목적이나 의미를 위한 특정한 삶의 역할을 하도록 하는, 그리고 타인 지향적인 가치와 목표를 주요 동기로 삼는 자신을 넘어서는 초월적인 부름(Dik & Duffy, 2009)이며, 현대에는 의미가 더 확장되어 개인에게 의미있는 일, 누구나 가질 수 있는 의식과 태도로 본다(Dik & Shimizu, 2019; potts, 2019; Thompson & Bunderson, 2019). 이러한 소명의 개념이 양육의 영역에서 적용된 것이 부모 소명이며, 부모 소명은 부모 역할을 자신의 소명이라 생각하는 것으로, 부모됨에 대한 명확한 정체성을 가지고 자녀 양육에서 의미와 목적을 찾아 책임을 다하는 것을 의미한다(김수진, 기쁘다, 이수란, 2022). 부모로서의 개인이 자신의 삶의 의미를 탐색 및 형성하는 것은 심리적 건강으로 이어지며(김예본, 양수진, 2021; 박주하, 배유진, 양수진, 2021), 자녀 양육에서 생기는 의무와 새롭고 복잡한 상황들을 정리할 수 있도록 하며, 부모의 욕구나 충동에 휘둘리지 않고 행동할 수 있는 가이드가 되어준다(김수진, 기쁘다 등, 2022). 궁극적으로, 양육의 영역에서 소명을 경험하는 부모는 부모로서 자녀의 성장이 목적이기는 하나 이를 실현하기 위해 자신의 개인 내적인 준비가 필요하며, 이러한 과정을 거쳐 부모와 개인으로서 의미 있는 성장을 이룰 수 있게 한다(김수진, 기쁘다 등, 2022).

이처럼 소명이 높으면 자신의 역할을 통해 삶의 의미를 발견하려 하며 더 노력

하고 많은 자원을 투입한다(Dik, Eldridge, Steger, Duffy, 2012). 부모 소명을 가지고 있는 부모 역시 부모 역할을 통해 삶의 의미를 발견하고, 확장하려고 할 것이라 예상할 수 있다. 이는 부모로서 양육과 관련된 지식이나 기술을 익히는 등 긍정적인 기여를 위해 유능감을 높이려는 노력을 할 가능성이 높다(기쁘다, 이수란, 2022)는 것을 예상할 수 있다. 양육 환경에서 부모 소명의 조절효과에 대한 연구는 정지유(2022)의 연구 한 편으로 양육스트레스와 우울의 관계에서 부모 소명의 완화효과는 부와 모 중 모에게서만 유의하였다. 또한, 소명에 대한 선행연구를 근거로 부모 소명을 가진 부모들도 자신의 삶에서 긍정적인 경험을 할 것이라 예상할 수 있다. 따라서 소명과 소진의 선행연구를 살펴보면 소명은 직무요구(직무부담)(이민애, 2022), 감정노동(이형석, 이현이, 2022), 직무스트레스(김연우, 2016; 최해연, 2020), 역할스트레스(Wu, Hu, & Zheng, 2019), 직무환경(이미용, 2019; 진홍섭, 2017; 하상희, 2018), 신경증적 경향성(권진영, 김창대, 2016), 역할 갈등(Wu, Hu, & Zheng, 2019; Pereira, Correia, Da Palma, Pitacho, & Lunardi, 2022), 일-가정 갈등(Nielsen, Thompson, Wadsworth, & Vallett, 2020) 등의 영향력을 조절하였고, 심리적, 직업 소진을 낮추는 방향으로 유의미한 결과를 보여주었다. 요컨대, 부모의 소명은 개인의 역할 정체성 측면에서 긍정, 부정적인 경험을 인지적으로 재해석하고 의미와 목적을 내부 보상으로 부여하도록 이끈다는 점에서 부모 소명이 어머니의 심리적 취약성을 보완하고 보호하는 긍정심리개입으로 보호역할을 수행할 것으로 예상해 볼 수 있다.

종합하면 불확실성에 대한 인내력 수준이 높은 어머니는 양육 불안에 부정적 영향을 주는데 이때, 어머니는 자신의 감정과 사고를 분리하기 어려워며 양육 상황에서 발생하는 문제를 해결하는데 자신의 능력에 믿음이 없고 양육효능감이 낮아진다. 이러한 상황이 반복되면서 오는 스트레스를 적절히 다루지 못하고 심리적 건강이 저해되며 소진으로 이어질 것으로 예상되며 양육 불안과 부모 소진의 관계를 부모 소명이 약화시킬 것으로 추론하는 바이다.

Ⅲ. 연구방법

A. 연구대상

본 연구는 만 3-5세 아동들의 어머니 총 300명을 대상으로 실시하였다. 만 3-5세에 해당하는 유아기 아동은 언어, 신체, 인지, 정서발달이 급격하게 이루어지는 시기이다. 이 시기의 아동은 부모의 보호가 필요하긴 하나 부모가 절대적인 보호자에서 증가하는 자기표현과 자율성을 지지해주고 인내해 주어야 하며 물질적, 신체적, 정신적 필요를 충족시켜 주어야 하기 때문에 이 시기의 부모는 소진되기가 매우 쉽다(Stith et al., 2009; Vigouroux & Scola, 2018). 특히 어머니는 아버지에 비해 더 많이 양육 스트레스에 노출되며 소진될 위험성 역시 높고(김안나, 2017; Roskam & Mikolajczak, 2020) 더 높은 수준의 폭력을 보고하는 것으로 밝혀져(Roskam & Mikolajczak, 2020) 유아기 자녀를 둔 어머니를 연구의 대상으로 선정하였다. <표 1>에 일반적인 특성을 제시하였다.

<표 1> 인구통계학적 특성

	분류	n, %
어머니 연령	만 25세 - 29세	7(2.3)
	만 30세 - 39세	212(70.7)
	만 40세 - 49세	81(27.0)
최종학력	고등학교 졸업 이하	3(1.0)
	고등학교 졸업	35(11.7)
	전문대 졸업	59(19.7)
	대학교 졸업	172(57.3)
	대학원 이상	31(10.3)
취업 여부	전일제 취업	132(44.0)
	시간제 취업	43(14.3)
	미취업	125(41.7)
자녀의 연령	만 3세	112(37.3)
	만 4세	102(34.0)
	만 5세	86(28.7)
자녀의 성별	남아	163(54.3)
	여아	137(45.7)
형제 유무	외동	134(44.7)
	형제 있음	166(55.3)

B. 측정도구

1. 불확실성에 대한 인내력 부족 척도

불확실성에 대한 인내력 부족을 측정하고자 Freeston 등 (1994)이 개발 및 타당화한 27문항을 이슬(2016)이 한국인을 대상으로 타당화하고, 단축형으로 제작한 불확실성에 대한 인내력 부족(Korean-Intolerance of Uncertainty Scale-14: K-IUS-14)척도를 사용했다. 본 척도는 총 14문항으로 2가지 하위요인으로 나뉜다. 요인1은 ‘불확실성으로 인한 정신적 고통 및 일과 생활에서의 불만족’으로 7문항, 요인2는 ‘불확실성으로 인한 자신감 상실 및 일 진행에 대한 어려움’ 7문항으로 구성되어 있다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높아질수록 불확실한 상황에 대하여 부정적으로 인지하고 견디기 어려워하는 경향이 크다는 것을 의미한다.

본 연구에서의 전체 내적 신뢰도(Cronbach' s α)는 .933 이었으며, 하위요인별 Cronbach' s α 는 요인1 .912, 요인2 .874로 나타났다.

<표 2> 불확실성에 대한 인내력 부족 척도 문항 번호 및 신뢰도

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach' s α
불확실성으로 인한 정신적 고통 및 일과 생활에서의 불만족감	1, 2, 3, 4, 5, 10, 14	7	.912
불확실성으로 인한 자신감 상실 및 일 진행에 대한 어려움	6, 7, 8, 9, 11, 12, 13	7	.874
전체		14	.933

2. 부모 양육 불안 척도

양육 불안을 측정하기 위해 오영진과 김영희(2021)가 개발 및 타당화한 부모 양육 불안 척도를 사용하였다. 본 척도는 ‘능력 불안’ 10문항, ‘관계 불안’ 10문항, ‘보호 불안’ 8문항을 포함하는 총 28문항으로 구성되어 있다. 본 척도는 6점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 6=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높아질수록 부모가 높은 수준의 양육 불안을 느낀다는 것을 의미한다.

본 연구에서의 전체 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .940 이었으며 하위요인별 Cronbach's α 는 능력 불안 .927, 관계 불안 .878, 보호 불안 .891로 나타났다.

<표 3> 양육 불안 척도 문항 번호 및 신뢰도

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach's α
능력 불안	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10	.927
관계 불안	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	10	.878
보호 불안	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	8	.891
전체		28	.940

3. 부모 소진 척도

부모 소진을 측정하기 위해 Roskam 등 (2018)이 개발하고 엄문설, 이양희(2020)가 번안 및 타당화한 부모 소진 척도를 사용하였다. 본 척도는 ‘탈진’ 9문항, ‘자기 대조’ 6문항, ‘포화’ 5문항, ‘정서적 거리두기’ 3문항을 포함하는 총 23문항으로 구성되어 있다. 본 척도는 7점 Likert 척도(1=그런 적이 없다, 7=매일)로 평정되며, 점수가 높아질수록 부모 소진 수준이 높다는 것을 의미한다.

본 연구에서의 전체 내적 신뢰도(Cronbach' s α)는 .968로 나타났으며, 하위요인별 Cronbach' s α는 탈진 .951, 자기 대조 .947, 포화 .924, 정서적 거리두기 .865로 나타났다.

<표 4> 부모 소진 척도 문항 번호 및 신뢰도

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach' s α
탈진	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	9	.951
자기 대조	10, 11, 12, 13, 14, 15	6	.947
포화	16, 17, 18, 19, 20	5	.924
정서적 거리두기	21, 22, 23	3	.865
전체		23	.968

4. 부모 소명 척도

부모 소명을 측정하기 위하여 이수란 등 (2021)이 개발한 한국형 부모 소명 척도(Korean version of Subjective Sense of Calling in Childrearing Scale: K-SSCCS)를 사용하였다. 본 척도는 총 18문항으로 4가지 하위요인으로 나뉜다.

‘목적/정체성’ 5문항, ‘열정/성장’ 5문항, ‘희생/헌신’ 5문항, ‘의식/집중’ 3문항으로 구성되어 있다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높아질수록 부모 소명 수준이 높음을 의미한다.

본 연구에서의 전체 내적 신뢰도(Cronbach' s α)는 .907이었으며, 하위 요인별 Cronbach' s α 는 목적/정체성 .894, 열정/성장 .883, 희생/헌신 .880, 의식/집중 .864로 나타났다.

<표 5> 부모 소명 척도 문항 번호 및 신뢰도

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach' s α
목적/정체성	1, 2, 3, 4, 5	5	.894
열정/성장	6, 7, 8, 9, 10	5	.883
희생/헌신	11, 12, 13, 14, 15	5	.880
의식/집중	16, 17, 18	3	.864
전체		14	.907

C. 연구절차

본 연구는 2023년 7월 말에 온라인 설문조사 전문기업(EMBRAIN)을 통해 설문을 실시하였다. EMBRAIN은 15년 동안 이어져 온 기업으로 국내 1,692,482명의 패널을 보유하고 있으며 남·여 성비, 연령대의 비율이 고르게 분포되어 있었다. 연구 참여자들의 설문 응답이 효과적이고 적절한 방법으로 진행될 수 있도록 논의하여 온라인 설문지를 만들고 이를 연구자가 모의로 진행해본 후 적절하다고 판단되어 설문을 진행하였다. 연구 참여 의사를 지닌 어머니들을 대상으로 연구에 대한 설명 및 비밀보장 등에 대한 내용을 제시하였고, 설문은 총 134문항이었으며, 이에 동의한 어머니들이 연구에 참여하였다. 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. SPSS 27을 통해 기술통계와 상관관계 분석을 실시하였고, 측정 도구들이 신뢰도를 확인하기 위해 내적 신뢰도 계수(Cronbach's α) 값을 산출하였다. 매개모형과 조절된 매개모형은 SPSS PROCESS Macro의 모델 4, 모델 14를 활용하여 유의성을 확인하였다. 간접효과의 유의성 확인을 위해 SPSS PROCESS Macro의 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다.

IV. 연구결과

A. 측정 변인들의 일반적 경향

본 연구에서 측정한 변인은 유아기 자녀를 둔 어머니의 불확실성에 대한 인내력, 양육 불안, 부모 소명, 부모 소진이며 각 변인의 일반적인 경향을 알아보기 위한 기술통계와 상관분석 결과는 <표 6>에 제시된 바와 같다. 변인 간 상관분석을 실시한 결과 불확실성에 대한 인내력 부족은 양육 불안($r = .654, p < .01$)과 부모 소진($r = .531, p < .01$)과의 관계에서 정적 상관으로 유의미하게 나타났고, 부모 소명은 유의미하지 않게 나타났다. 다음으로 양육 불안은 부모 소진($r = .714, p < .01$)과의 관계에서 정적 상관으로 유의미하게 나타났고, 부모 소명($r = -.181, p < .01$)과의 관계에서 부적 상관으로 유의미하게 나타났다. 부모 소진은 부모 소명($r = -.357, p < .01$)과의 관계에서 부적 상관으로 유의미하게 나타났다. 본 연구의 주요 변인은 왜도와 첨도가 ± 1 사이로, 모든 측정변인이 정규분포를 형성하고 있다고 가정하여도 문제가 없음을 확인하였다(왜도 < 3 , 첨도 < 10). 변수 간 다중공선성 여부를 파악하기 위해 VIF(분산팽창요인) 지표와 공차 한계를 확인한 결과, VIF 지표는 1.042~1.817로 10 미만이었으며, 공차 한계는 0.550~0.960으로 0.1 이상으로 공선성의 문제가 없는 것으로 나타나 분석을 진행하였다.

<표 6> 측정 변인 간 상관분석

Note. $N = 300$

	1	2	3	4
1. 불확실성에 대한 인내력 부족	1			
2. 양육불안	.654**	1		
3. 부모소진	.531**	.714**	1	
4. 부모소명	-.052	-.181**	-.357**	1
<i>M</i>	36.71	81.95	63.41	66.39
<i>SD</i>	10.45	22.95	30.51	10.80
왜도	.034	.111	.794	-.104
첨도	-.371	-.330	.028	-.322

**상관관계가 0.01 수준에서 유의합니다(양측).

B. 매개효과 분석

불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진 간의 관계에서 양육 불안의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)가 제공한 PROCESS Macro model 4를 활용하였고, 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시했다. 분석 결과는 <표 7>과 <표 8>에 제시하였다.

<표 7>에 제시한 바와 같이 불확실성에 대한 인내력 부족은 양육 불안을 예측하였고($\beta = .654, p < .001$), 매개변수인 양육 불안은 종속변수인 부모 소진에($\beta = .640, p < .001$) 유의한 영향을 미쳤다. 이와 더불어 불확실성에 대한 인내력 부족은 부모 소진에 미치는 총효과($\beta = .531, p < .001$)와 직접효과($\beta = .112, p < .05$) 모두 통계적으로 유의하게 나타나 이는 부분매개모형으로 결과 해석이 가능하다.

또한 매개효과의 유의성을 검증한 결과, <표 8>에서 제시한 바와 같이 간접효과의 계수는 1.223이며, 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값은 각각 .940과 1.517로 0을 포함하고 있지 않아 간접효과가 통계적으로 유의함을 확인하였다.

<표 7> 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모소진의 관계에서 양육불안의 매개효과

	β	SE	t	p
불확실성에 대한 인내력 부족(X)				
→ 부모 소진(Y) (전체 효과)	.531	.143	10.821	.0000
불확실성에 대한 인내력 부족(X)				
→ 양육 불안(M) (직접 효과)	.654	.096	14.934	.0000
양육 불안(M)				
→ 부모 소진(Y) (직접 효과)	.640	.071	12.003	.0000
불확실성에 대한 인내력 부족(X)				
→ 부모 소진(Y) (직접 효과)	.112	.156	2.103	.0363

<표 8> 매개효과 유의성 검증

	Effect	Boot SE	95% LLCI	95% ULCI
양육불안	1.223	.147	.941	1.515

Bootstrap sample = 5,000

C. 조절된 매개효과 분석

다음으로 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 통해 부모 소진으로 미치는 영향에 있어서 부모 소명에 의해 조절되는지 알아보기 위해 Hayes(2013)가 제공한 PROCESS Macro model 14를 활용하였으며, 결과는 <표 9>, <표 10>, <그림 2>에 제시하였다.

<표 9>에 제시한 바와 같이 불확실성에 대한 인내력 부족은 양육 불안에 미치는 영향력이 유의미하였고($B = 1.437, p < .001$) 양육 불안과 부모 소명의 상호작용항이 부모 소진에 미치는 영향력이 유의미하였다($B = -.014, p < .001$). 이와 더불어 조절된 매개지수 값이 $-.020$ 로 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값이 각각 $-.032$ 와 $-.010$ 으로 0을 포함하고 있지 않아 조절된 매개효과를 확인하였다. 이는 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 매개로 부모 소진에 이르게 되는 경로에서 부모 소명의 조절효과가 유의함을 의미한다. 또한, 조절된 매개지수의 값이 부적(-)으로, 이는 조절변수가 높아질수록 간접효과가 감소하는 것을 뜻한다. 즉, 부모 소명 수준이 높은 어머니일수록 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진의 관계(간접효과)가 약화될 수 있음을 의미한다.

보다 구체적으로 살펴보기 위해 PROCESS를 활용한 상호작용효과의 시각적 도식화 결과를 <그림 2>에 제시하였다. 제시한 바와 같이 양육 불안이 높더라도 어머니의 부모 소명이 높으면 부모 소진이 낮아지는 반면, 어머니의 부모 소명이 낮으면 부모 소진이 높아지는 것으로 나타났다. 이는 부모 소명이 조절변인으로써 불확실성에 대한 인내력 부족, 양육 불안, 부모 소진의 관계에서 완화효과를 보이고 있음을 알 수 있다.

또한, 각 수준에 해당하는 조건부 간접효과의 크기와 신뢰구간을 확인하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 기법을 활용한 통계절차에 따라 검증하였고, 그 결과를 <표 10>에 제시하였다. 제시된 것과 같이 어머니의 부모 소명 수준의 평균 -1SD 집단, 평균 집단, 평균 +1SD 수준에서 모두 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의미한 결과를 확인하였다. 이를 구체적으로 살펴보면 부모 소명 수준이 높을 때($B = .872, SE = .141, 95\%CI [.608, 1.166]$)보다 낮을 때($B = 1.308, SE = .149, 95\%CI [1.036, 1.623]$), 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 통해 부모 소진에 미치는 간접효과 영향의 크기가 더 크게 나타났

다. 즉, 부모 소명 수준이 낮으면 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계에서 양육 불안의 영향력은 더 커지는 것이다.

부모 소명의 수준이 낮을수록 매개효과가 더 강력해진다. 또, 부모 소명의 수준이 높으면 부모 소진을 낮추는 것으로 나타났다. 하지만 본 결과에서 부모 소명의 수준이 높을 때 매개효과가 사라지지 않았기에 양육 불안의 영향력도 크다는 것을 의미한다. [그림 2]를 보면 양육 불안이 낮으면 부모 소진은 부모 소명 수준에 상관없이 낮은 것을 볼 수 있다.

요약하자면, 본 연구는 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 부모 소진에 미치는 영향에서 양육 불안과 어머니의 부모 소명 수준의 조절된 매개효과가 유의함을 확인하였다. 이는 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진 사이에서 양육 불안이 매개하며 어머니의 부모 소명의 수준에 따라 달라짐을 알 수 있다.

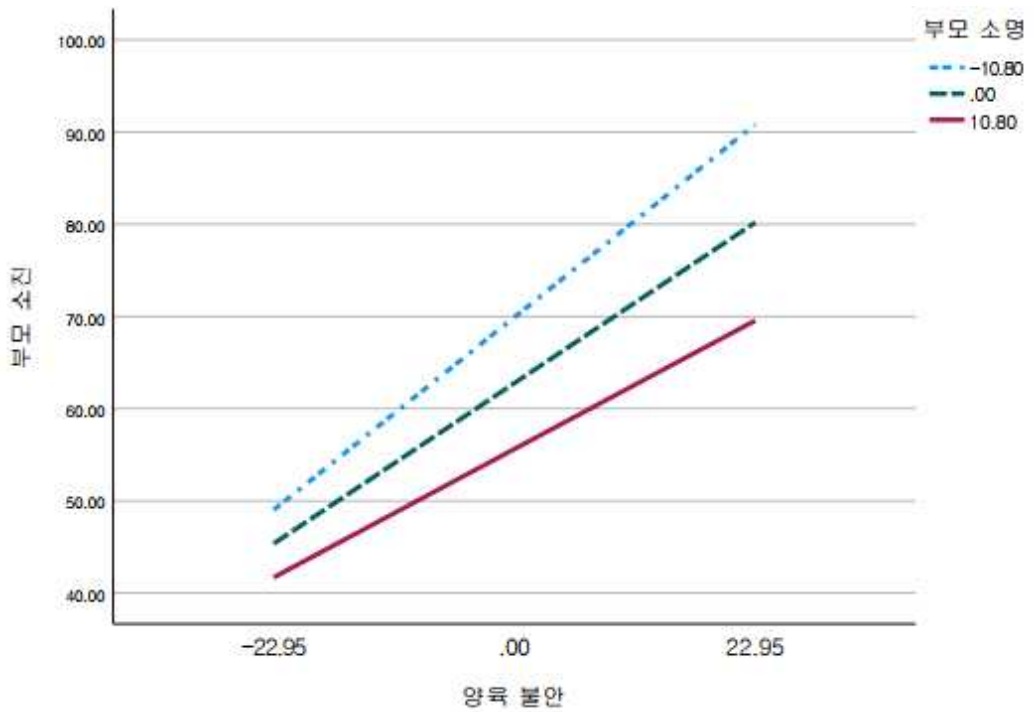
<표 9> 부모 소명의 조절된 매개효과 검증(model 14)

Dependent variable: 양육 불안					
Variable	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
X: IU	1.437	.096	14.934***	1.247	1.626
Dependent variable: 부모 소진					
Variable	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
X: IU	.417	.144	2.890**	.133	.700
Me: 양육 불안	.759	.269	6.305***	1.165	2.222
Mo: 부모 소명	-.662	.350	1.403	-.1977	1.180
Ineraction (MeMo)	-.014	.004	-3.559***	-.022	-.006
95% CI					
조절된 매개 지표	Index	Boot SE	95% CI		
			LLCI	ULCI	
부모 소명	-.020	.006	-.032	-.010	

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

<표 10> 단순기울기의 유의성 검증

	Effect	Boot SE	95%	95%
			LLCI	ULCI
-1 SD	1.308	.149	1.036	1.623
평균	1.090	.132	.849	1.371
+1 SD	.872	.141	.608	1.166



[그림 2] 부모 소진에 대한 양육 불안과 부모 소명의 상호작용 효과

V. 논의 및 결론

본 연구는 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 매개로 하여 부모 소진에 미치는 간접효과가 부모 소명에 따라 차이가 나는지에 대한 조절된 매개효과를 검증함으로써 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진 간 관계에 대한 통합적 이론모형을 발견하는 데 목적이 있다. 본 연구의 결과에 대한 고찰과 결론은 다음과 같다.

연구모형의 분석 결과로 첫 번째, 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 부모 소진에 영향을 미치는 관계에서 양육 불안의 매개효과가 나타났다. 즉, 불확실성에 대한 인내력이 부족할수록 양육 불안 수준이 높아지고 이는 부모 소진에 영향을 미치게 되는 것을 의미한다. 분석 결과, 불확실성에 대한 인내력 부족이 부모 소진의 관계에서 양육 불안이 매개하였을 때 불확실성에 대한 인내력 부족이 부모 소진에 미치는 영향인 직접효과가 줄어들어 양육 불안이 부분매개효과를 나타냈음을 알 수 있다. 이러한 결과는 불확실성에 대한 인내력이 부족하면 양육 불안이 높아지고(김유민, 2023) 높은 양육 불안이 부모 소진에 영향을 준다(Mikolajcza, Gross et al., 2020)는 선행연구와 맥을 같이 한다.

구체적으로 살펴보면, 유아기 자녀의 경우, 부모의 역할이 변화하고 아동 역시 급격한 성장을 이루는 시기로 양육을 하는 동안 어떤 변화가 생기고 어떠한 일이 생길지 모르는 예측불가능한 상황이 된다. 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 예측할 수 없는 상황에 대해 확실해질 때까지 끊임없이 걱정하고 위협적인 상황으로 받아들여 압도될 수 있을 것으로 보인다. 이러한 상황에서 스트레스를 경험하고 확실성이 보장될 때까지 반복된다면 부모 소진으로 이어질 것으로 추론되는 바이다. 또한, 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 부정적인 정서를 경험할 수밖에 없으며, 모호한 상황을 견디고 문제를 해결할 능력이 있음에도 오히려 그 상황을 과도하게 경계하고 회피하게 된다. 결국 자신의 양육 능력을 신뢰하지 못하게 되고, 일관적인 양육이 어려워 자녀와의 관계에 영향을 미치며, 자녀를 오히려 과보호하는 등의 양육 불안으로 이어지는 것을 알 수 있다. 높아진 불안을 적절히 다루지 못하고 부정적인 정서와 양육 경험이 지속될 경우 부모는 자신의 역할, 능력에 대해 한계를 느끼게 된다. 이는 부모로 하여금 양육에 집중할

수 없게 하며, 부모 역할에서 오는 기쁨과 만족을 경험할 수 없게 되면서 오히려 자녀와 정서적으로 멀어지게 되고, 정서적, 신체적으로 탈진 상태인 부모 소진을 경험하는 것으로 추론하는 바이다.

둘째, 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 통해 부모 소진에 영향을 미치는 경로에서 부모 소명의 조절된 매개효과가 통계적으로 유의하게 나타났다. 이를 통해 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진 관계에서 양육 불안의 간접효과는 부모 소명에 따라 달라짐을 발견하였다. 보다 구체적으로 살펴보기 위해 조절변수 수준에 따른 유의성 검증을 한 결과, 부모 소명 수준 모두에서 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상호작용 효과의 양상을 구체적으로 살펴보면, 양육 불안 수준이 높더라도 부모 소명 수준이 높으면 부모 소진이 낮게 나타났다. 이는 어머니의 양육 불안은 부모 소명에 의해 부모 소진에 미치는 영향이 증가하거나 감소하는 것으로 해석된다. 따라서 불확실성에 대한 인내력이 부족해서 어머니의 양육 불안 수준이 높아진다고 해도 부모 소명이 높다면 부모 소진이 다소 감소하고 이를 긍정적인 방향으로 개선할 수 있다는 것을 시사한다. 이와 같은 결과는 자신의 양육 역할을 피할 수 없는 의무로 보기보다는 소명으로 보는 어머니들은 성공적인 양육의 성취뿐만 아니라, 양육 환경에서 좋고, 나쁜 경험을 인지적으로 재해석하고 의미와 목적을 내부 보상으로 부여하도록 이끌어 양육과 관련된 부정적인 경험의 영향을 상쇄할 수 있는 개인적인 자원이라는 선행연구를 지지한다(정지유, 2022). 이러한 연구 결과는 유아기 자녀를 양육하는 어머니에게 있어서 부모 역할을 자신의 소명이라 생각하는 것과 부모됨에 대한 명확한 정체성을 가지고 자녀 양육에서 의미와 목적을 찾아 책임을 다하는 것이 중요함을 의미하는 바이다.

유아기는 특히 다양한 영역에서 발달을 이루는 시기로 부모와 자녀 모두 많은 변화를 경험하게 된다. 이러한 변화는 예측할 수 없고, 자녀 양육에 있어서 불안을 유발할 수 있다. 특히, 불확실성에 대한 인내력이 부족한 어머니는 양육 불안에 더 취약할 것으로 보여진다. 그러나 부모로서 자녀를 양육함에 있어서 소명의식을 가지고 있다면 자녀 양육에서 오는 기쁨을 더욱 의미있게 받아들일 수 있고, 스스로를 돌아보고 성장하기 위해 노력하며, 자녀를 의미있는 방향으로 이끌기 위해 건강한 목적의식을 가지고 있다면 양육에서의 불안감을 상쇄하고 이는 소진으로 이어지는 영향을 감소시킬 것으로 추론하는 바이다.

따라서 어머니의 부모 소명의식을 높이기 위한 전문적인 개입에 대한 방안을 모

색할 필요가 있음을 시사한다. 한편, 부모 소명 수준이 높으면 양육 불안이 높더라도 부모 소진을 낮추는 역할을 하지만 양육 불안의 간접효과가 사라진 것은 아니기 때문에 양육 불안의 영향력도 크다는 것을 의미한다. 또한, 양육 불안이 낮은 집단은 부모 소명 수준에 상관없이 모두 낮은 부모 소진을 나타내 양육 불안 역시 중요한 변인임을 알 수 있다. 즉, 양육 불안이 낮다면 부모 소명의 수준과 관계없이 부모 소진이 낮아진다. 양육 불안이 높은 어머니는 양육에서 자신감을 잃고, 자녀에게 불안을 전이하고 부정적인 양육 행동을 보이게 된다. 또한, 부모 스스로에 대한 신뢰감과 존중감이 부족하고 이는 자녀에 대한 신뢰와 존중의 부족으로 이어진다(임수미, 황혜신, 2023). 이뿐만 아니라 과잉보호를 하거나 지나친 간섭을 하고(김경미, 박범혁, 김영희, 2005), 높은 심리통제와 낮은 행동통제를 보여 자녀가 위축되거나 오히려 공격적인 행동에 영향을 미친다. 특히 유아기 아동의 경우 인지적, 신체적 등 급격한 성장을 이루며 양육자와의 이자관계에서 벗어나 삼자 관계를 경험하고 갈등을 경험하며 조절과 사회화에 중요한 영향을 미치는 시기이다. 조절과 사회화 경험의 부족은 아동의 성장에 지속적인 영향을 미치며, 높은 불안감은 아동을 위축시키고 자신의 감정과 욕구를 표현하는 데에도 영향을 미친다. 따라서 양육 불안을 낮추는 개입이 필요함을 시사하는 바이다.

이러한 연구결과에 따른 논의를 바탕으로 본 연구의 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 불확실성에 대한 인내력 부족과 부모 소진의 관계에서 양육 불안의 통합적 모형을 경험적으로 검증하였다. 기존 연구에서는 양육의 영역이 아닌 진로, 직업 등 이외의 분야와 서비스업 종사자 등을 대상으로 한 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안(윤소진, 2019; 최솔비, 2022), 불안과 소진(김지원, 정승철, 2022; 남문옥, 김민정, 2023; 임선미, 2021)에 대한 연구들은 있었으나 본 변인들과 관련하여서는 불확실성에 대한 인내력 부족과 양육 불안과의 관계(김유민, 2023)에 대한 연구만 있다. 본 연구를 통해 양육 불안의 부분매개효과가 나타남으로 인하여 어머니가 불확실성에 대한 인내력이 부족하더라도 무조건적으로 부모 소진으로 이어지는 것이 아니며 어떠한 경로를 통해 부모 소진에 영향을 주는가를 이해하는 데 도움을 줄 것으로 사료된다.

둘째, 부모 소명의 조절된 매개효과를 확인함으로써 부모 소명 수준이 높을수록 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족이 양육 불안을 매개로 하여 부모 소진에 미치는 영향이 감소한다는 것을 확인하였다. 이러한 결과는 어머니의 불확실성에 대한 인내력이 부족하여 양육 불안이 높아지고, 그로 인해 부모 소진이 증가한다

고 하더라도 부모 소명 수준을 높인다면 부모 소진을 완충할 수 있음을 시사한다. 이뿐만 아니라 소명은 부모로서 양육에서의 의미와 가치를 찾고, 자신감을 가질 수 있도록 하며, 양육에서 오는 스트레스에 대처할 수 있는 자원을 제공하고 부정적인 상황에서 헤쳐나갈 수 있도록 힘을 실어줄 수 있다(정지유, 2022). 소명은 상대적으로 변화와 관리가 가능한 상태적 속성을 지니고 있어, 개입을 통한 강화가 가능하다(이경자, 정민선, 2018; 최해연, 2020 재인용). 현재 국내에는 정지애(2020)의 WCT를 중심으로 한 소명 기반 진로프로그램, 정지애(2023)의 소명 기반 대학생 진로상담 모형 개발 연구가 진행되어 있다. 따라서 부모 소명을 기반으로 한 양육 프로그램 및 상담 모형을 개발할 필요성을 시사한다. 이뿐만 아니라 조한솔, 김정민(2021)는 보육교사의 심리적 소진 예방을 위한 인지행동치료 프로그램의 개발 및 효과 연구를 진행하였는데 프로그램 실시 결과 소명 의식이 고취되었으며 소명이 소진을 예방하는 중요한 긍정적 변인으로 소진에도 영향을 미친다는 결과를 도출하였다. 따라서 이와 같은 인지행동치료 프로그램 등의 개발이 필요함을 시사한다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 부모 중 어머니를 대상으로만 연구를 진행하였기 때문에 주 양육자가 어머니가 아닌 경우에 대한 한계가 있다. 여전히 어머니가 주양육자인 경우가 많지만 아버지의 양육참여가 늘어나고 있는 추세이기 때문에 아버지를 대상으로 연구를 진행하는 것도 좋을 것이다. 특히, 부모는 서로에게 영향을 미치며 부모 중 한 사람이 경험하게 되는 긍정적, 부정적 정서는 배우자에게도 전달되기 때문에(임수미, 황혜신, 2023) 아버지가 주 양육자였을 때와 아니었을 경우를 비교하거나 부모를 함께 연구하여 비교해 보는 것도 의미가 있을 것으로 생각된다.

둘째, 본 연구에서 사용된 변수의 측정은 모두 자기 보고식 설문지가 사용되었다는 데에서 한계가 있다. 양육에서 오는 부담과 스트레스, 불안, 소진 등 부모라는 역할에 대한 한국의 고유문화로 인해 표현하기 어렵기 때문에 긍정적인 방향으로 설문에 참여하였을 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 측정하고자 하는 변수에 대한 더욱 객관적인 자료수집방법을 추가하는 것이 필요할 것이다.

셋째, 소명과 관련하여 소명의식은 삶의 전반적인 부분에서 긍정적인 결과를 가져오는데 오히려 과해지면 소진으로 이어지는 부정적인 결과를 초래할 수 있다. 소명의식이 높아질수록 일 중독 수준이 높아지고 일에 몰두하며 이에 대한 책임감 속에서 소진이 증가될 수 있다(김근희, 2023; 장송희, 2021). 소명과 소진에 관한

연구는 소명이 긍정적인 영향을 미친다는 연구가 더 우세하긴하나 혼재되어 있다. 추후에 부모 소명과 부모 소진 간의 관계에 대한 연구가 더 진행되는 것도 필요할 것으로 보인다.

참고 문헌

- 강경호, 홍혜영 (2012). 부모애착과 불안의 관계에서 자기격려의 매개효과. **청소년학 연구**, 19(7), 51-77.
- 강대갑 (2007). **중학생용 시험불안 척도 제작을 위한 예비적 연구: 탐색적 요인분석**. 석사학위논문, 충북대학교 대학원.
- 강새미 (2022). **상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 영향**. 석사학위논문, 가톨릭대학교 상담심리대학원.
- 강선아, 김안나, 최보영 (2020). 상담자 소진 메타 연구: 상담자 개인 요인 중심. **상담학연구**, 21(6), 1-27.
- 강수경, 정미라, 이방실, 김민정 (2014). 유아기 자녀를 둔 한국과 프랑스 어머니의 양육참여, 양육효능감 및 양육불안에 대한 비교연구. **유아교육연구**, 34(6), 539-555.
- 곽지애 (2016). **젊은 세대 어머니들의 육아 온라인 커뮤니티에 대한 경험**. 석사학위논문, 영남대학교 대학원.
- 권진영, 김창대 (2016). 상담자의 신경증적 경향성과 심리적 소진과의 관계에서 소명 의식의 조절효과. **한국상담학회 학술대회 논문집**, 2016(8), 793-793.
- 기쁘다, 성미애 (2023). 부모소명과 삶의 의미 간 관련성에서 가족소속감과 부부만족도의 매개효과: 세대 차이를 중심으로. **가정과삶의질학회 학술발표대회 자료집**, 2023(6), 269-269.
- 기쁘다, 이수란 (2022). 부모소명이 부모의 행복에 미치는 영향: 부모-자녀관계와 양육효능감의 매개효과. **가정과삶의질연구**, 40(1), 41-52.
- 김규리, 윤정자, 김영희 (2022). 유아기 부모의 양육불안과 스트레스가 심리 및 행동 통제에 미치는 영향. **생활과학연구논총**, 26(3), 41-58.
- 김근희 (2023). **유아기 부모소진 척도 개발 및 타당화 연구**. 박사학위논문, 충북대학교 대학원.
- 김나래, 이기학 (2012). 불확실성에 대한 인내력 부족과 지각된 진로장벽의 관계: 사회비교 경향성과 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과 검증. **직업 교육연구**,

31(4), 111-134.

- 김나현, 이은주, 곽수영, 박미라 (2013). 어린 아동을 둔 취업모의 양육부담감 경험에 대한 현상학적 연구. *여성건강간호학회지*, 19(3), 188-200.
- 김려원 (2021). **초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진의 관계: 자기자비와 정서조절곤란의 매개효과**. 석사학위논문, 상지대학교 평화안보·상담심리 대학원.
- 김미영 (2015). 에릭슨의 심리사회 발달적 인간 고찰. *사회복지경영연구*, 2(2), 27-42.
- 김민지, 진미경 (2023). 아동상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 심리적 소진의 관계에서 수퍼비전 관계의 조절효과. *한국놀이치료학회지(놀이치료연구)*, 26(1), 1-19.
- 김병준 (2022). **코로나19 스트레스와 불확실성에 대한 인내력 부족이 우울에 미치는 영향 마음챙김의 조절된 매개효과**. 석사학위논문, 계명대학교 대학원.
- 김보미 (2017). **직장인의 내현적 자기애와 직무소진의 관계에서 완벽주의의 매개효과**. 석사학위논문, 건국대학교 교육대학원.
- 김수진 (2022). **(The) effects of calling in childrearing on work engagement and emotional exhaustion: Focusing on Gender Differences**. 박사학위논문, Yonsei University.
- 김수진, 기쁘다, 이수란 (2022). 부모소명의 한국적 의미와 개념 탐색. *人文論叢*, 58(-), 143-172.
- 김수진, 손영우, 이수란 (2022). 부모소명 개념에 대한 부와 모의 인식 차이: 사회연결망 분석을 통한 시각적 비교. *한국심리학회지: 코칭*, 6(2), 93-114.
- 김순희 (2010). **부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움, 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회불안의 관계**. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김안나 (2017). 영유아기 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스 및 일-가정 양립 갈등과 부모역할만족도의 관계에서 사회적 지지의 매개효과. *열린유아교육연구*, 22(5), 209-231.
- 김연우 (2016). **중등교사의 직무스트레스와 심리적 소진의 관계에서 감사성향과 소명 의식의 조절효과**. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.

- 김영미, 송하나 (2019). 부모의 불안이 아동의 불안에 미치는 영향: 과보호 양육과 아동의 인지적 왜곡의 매개효과 검증. **아동학회지**, 40(5), 55-68.
- 김예본, 김유니, 양수진 (2023). 부모소명과 행복감 간의 관계에서 삶의 의미의 매개효과: 미취학 자녀와 성인 자녀를 둔 어머니들을 대상으로 한 다집단 분석. **한국심리학회지: 발달**, 36(3), 71-89.
- 김예본, 양수진 (2021). 중년기 전업주부의 그릿과 정신적 안녕감의 관계에서 삶의 의미와 위기감의 매개효과. **사회과학연구논총**, 37(2), 5-31.
- 김우경, 방희정 (2015). 어머니 불안과 학령 전 아동의 불안 및 우울 간의 관계: 아동 애착 안정성의 조절효과. **人間發達研究**, 22(4), 67-81.
- 김유민 (2023). **영유아기 자녀를 둔 어머니의 불확실성에 대한 인내력 부족과 양육 불안의 관계에서 사회 비교 경향성과 양육효능감의 매개효과**. 석사학위논문, 광운대학교 상담복지정책대학원.
- 김유진 (2012). 모바일 UI 기술동향 및 시장 전망. **전자통신동향분석**, 27(4), 11-20.
- 김종두, 오가영. (2018). 양육스트레스가 부모 소진에 미치는 영향 -가정어린이집 원아 어머니를 대상으로-. **인문사회**21, 9(3), 911-922.
- 김종운, 이지은 (2017). 대학생의 사회비교경향이 진로결정수준에 미치는 영향에서 불확실성에 대한 인내력 부족, 회피목표지향의 매개효과. **학습자중심 교과교육연구**, 17(-), 315-331.
- 김지선, 김봉환 (2022). 대학생의 소명의식과 진로관여행동의 관계에서 진로적응성 및 진로결정자기효능감의 매개효과 검증. **한국진로교육학회 학술대회지**, 2022(5), 170-171.
- 김지원, 정승철 (2022). 직장인의 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 특성 불안과 소진의 이중매개효과. **벤처혁신연구**, 5(2), 67-84.
- 김태정, 민경화 (2020). 취업준비 대학생의 사회부과 완벽주의와 취업불안의 관계에서 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회비교 경향성의 매개효과. **취업 진로연구**, 10(1), 31-53.
- 김현수, 신혜린. (2012). 어머니 불안이 양육행동에 미치는 영향: 어머니 양육효능감을 매개로. **한국아동심리치료학회지**, 7(1), 93-114.
- 김혜영, 오경자 (2007). The effect of intolerance of uncertainty, perfectionism

- and autonomy sociotropy on worry. **한국심리학회지 : 임상**, 26, 1073-1088.
- 남문옥, 김민정 (2023). 초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 상담자 소진에 미치는 영향: 상담 중 상태불안과 진로불안의 병렬매개효과. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 35(2), 329-355.
- 남지혜 (2022). **유아 어머니가 지각한 양육 효능감과 사회적 지지가 부모소진에 미치는 영향**. 석사학위논문, 부경대학교 대학원.
- 류인찬, 유현실(2021). 상담자의 직무만족 관련 변인의 구조적 관계: 소명의식과 소명수행을 중심으로. **상담학연구**, 22(4), 149-171.
- 박미애, 심예린 (2022). 부모의 소명의식과 자녀의 진로태도성숙의 관계: 부모의 소명수행, 일-가정 균형 및 진로지지행동의 순차적매개효과. **한국진로교육학회 학술대회지**, 2022(5), 160-160.
- 박미애, 심예린 (2023). 부모의 소명의식과 자녀의 진로태도성숙의 관계: 부모의 일-가정 균형과 진로관련행동의 다중매개효과. **상담학연구**, 24(2), 103-125.
- 박애경 (2015). 어머니의 양육불안과 유아의 우울간의 상관연구. **유아교육학논집**, 19(5), 375-392.
- 박종민 (2016). 한국행정학보를 통해 본 한국의 행정연구 반세기-인과이론 형성의 시각에서. **韓國行政學報**, 50(3), 1-34.
- 박주하, 배유진, 양수진 (2021). 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모의 그릿과 행복감의 관계: 삶의 의미와 양육효능감의 매개효과. **한국심리학회지 발달**, 34(4), 1-20.
- 박진성, 신현정, 박애순 (2008). 어머니의 사고양식, 스트레스 대처방식과 양육 스트레스와의 관계. **아동학회지**, 29(3), 55-72.
- 박현정 (2022). **상담자의 심리적 소진예방을 위한 인지행동치료 집단프로그램의 효과**. 석사학위논문, 한국상담대학원대학교.
- 서우형 (2022). **소명의식이 직무소진에 미치는 영향-윤리적 리더십과 비인격적 감독의 조절효과**. 박사학위논문, 충북대학교 대학원.
- 선동익, 손승연 (2021). 리더 위선이 구성원의 과업성과에 미치는 영향 : 관계적 에너지의 매개역할과 소명의 조절효과. **인적자원개발연구**, 24(3), 31-54.
- 설승원, 오경자 (2008). 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서 통제감이 걱정에 영향을

- 미치는 기제: 문제 해결 지향의 매개효과를 중심으로. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 27(1), 209-235.
- 손금옥, 김민진 (2022). 다문화가정 유아의 또래관계에 어머니의 양육불안과 아버지의 양육참여가 미치는 영향: 모-자녀 관계와 유아 놀이성의 직렬다중매개효과. *어린이문학교육연구*, 23(3), 249-272.
- 손서희, 성미애, 유재언, 이재림, 장영은, 진미정 (2021). 코로나19 장기화로 인한 가계경제 악화가 가족생활과 심리적 복지에 미친 단기중단적 영향과 조절요인. *한국가족관계학회지*, 26(1), 3-25.
- 송정선 (2017). 불확실성에 대한 인내력 부족, 경험회피와 사회불안 간의 관계. *인격교육*, 11(2), 89-102.
- 송진아, 전귀연(2022). 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 학업소진의 관계 : 자아탄력성에 의해 조절된 사회비교경향성의 매개효과. *한국생활과학회지*, 31(5), 575-588.
- 신가영 (2023). **사회부과 완벽주의와 부모 소진의 관계: 인지적 재평가와 자기자비의 순차적 매개효과**. 석사학위논문, 가톨릭대학교 일반대학원.
- 신경림 (2005). **부모의 완벽주의 성향에 따른 걱정 및 불확실성에 대한 인내력과의 관계**. 석사학위논문, 서강대학교 대학원.
- 신은미, 손영철 (2019). 상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족이 심리적 소진에 미치는 영향: 자기자비와 회복탄력성의 매개 효과. *인문사회* 21, 10(6), 1091-1106.
- 심윤희, 김지연 (2022). 어머니의 원가족 건강성 및 아동기 경험, 비합리적 신념이 부모 소진에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 23(1), 501-509.
- 엄문설, 이양희 (2020). 한국판 부모 소진 척도 타당화 연구. *Crisisonomy*, 16(10), 119-133.
- 엄시율, 박기환 (2021). 평가염려 완벽주의와 불확실성에 대한 인내력 부족이 사회불안에 미치는 영향: 사후반추사고의 매개효과. *한국심리학회지 건강*, 26(2), 277-298.
- 엄연용, 송원영 (2021). 부모소진을 예측하기 위한 머신러닝 알고리즘의 적용. *통계연구*, 26(4), 45-66.

- 오미혜 (2021). **보육교사의 직무스트레스가 직무소진에 미치는 영향연구: 정서조절과 소명의식의 매개효과로**. 박사학위논문, 칼빈대학교 대학원.
- 오영아, 정남운 (2011). 불확실성에 대한 인내력 부족과 걱정의 관계: 경험적 회피의 매개효과 검증. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 23(3), 671-691.
- 오영진, 김영희 (2021). 부모양육불안 척도 개발 및 타당화 연구. **미래유아교육학회지**, 28(2), 27-57.
- 우민주 (2023). **COVID-19 환자를 간호한 간호사의 외상 후 스트레스와 이직의도의 관계에서 소명의식의 조절효과**. 석사학위논문, 경북대학교 대학원.
- 위지희, 채규만 (2015). 양육불안 척도 개발 및 타당화 연구. **Korean Journal of Clinical Psychology**, 34(4), 945-970.
- 윤기영 (2019). **장애자녀 어머니의 양육스트레스와 부모소진의 관계에서 양육효능감의 매개효과**. 석사학위논문, 아주대학교 교육대학원.
- 윤소진, 장혜인 (2019). 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안 및 우울과의 관계: 걱정과 반추의 공통 요인(반복적 부정적 사고)과 차별 요인의 매개효과를 중심으로. **한국심리학회지: 건강**, 24(3), 709-734.
- 윤아랑 (2012). **상담자 소진과 관련된 위험요인 및 보호요인들**. 박사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 윤정경 (2021). **미취학 자녀를 양육하는 전업주부 어머니의 양육스트레스와 양육소진의 관계에서 긍정심리자본의 매개효과**. 석사학위논문, 고려대학교 교육대학원.
- 윤희근 (2012). **유아 어머니의 양육 스트레스, 스트레스 대처방식 및 양육태도 관계 연구**. 석사학위논문, 한국국제대학교 대학원.
- 이경자, 정민선 (2018). 소방공무원의 직업정체성과 동료지지가 삶의 질에 미치는 영향: 적극적 스트레스 대처를 매개로. **인문사회** 21, 9(3), 383-398.
- 이기쁨 (2022). **초심상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 인지적 유연성이 심리적 소진에 미치는 영향: 자기효능감의 조절된 매개효과**. 석사학위논문, 부경대학교 대학원.
- 이미용 (2019). **초등돌봄전담사의 근무환경이 심리적 소진에 미치는 영향: 직무스트레스의 매개효과 및 소명의식의 조절효과**. 석사학위논문, 가천대학교 사회정책대학원.

- 이민애 (2022). 강원도 아이돌봄서비스제공기관 종사자의 직무환경 및 직무요구가 직무소진에 미치는 영향: 소명의식의 조절효과를 중심으로. 석사학위논문, 연세대학교 정경·창업대학원.
- 이선남, 이정옥 (2017). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육불안 측정도구 개발. **유아교육연구**, 37(4), 297-325.
- 이수란, 배유진, 양수진, 기쁘다 (2021). 한국형 부모소명 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지 발달**, 34(4), 153-182.
- 이은선 (2014). 음악치료사의 성격특성과 정서조절방략이 소진에 미치는 영향. **예술심리치료연구**, 10(2), 241-261.
- 이자영 (2022). 영유아 자녀를 양육하는 어머니의 양육 스트레스, 자기성찰, 배우자 지지, 사회적 지지가 소진에 미치는 영향. 석사학위논문, 인제대학교 교육대학원.
- 이정숙, 두정일 (2008). 유아의 적응적 기질과 아버지의 양육참여도가 어머니의 양육 스트레스에 미치는 영향. **한국아동심리치료학회지**, 3(2), 1-17.
- 이지원, 김은정 (2020). 불확실성에 대한 인내력 부족, 정서강도, 걱정 간의 관계: 경험회피의 매개효과. **인문사회** 21, 11(5), 1033-1048.
- 이진희, 홍주연 (2022). 어머니의 양육불안이 양육 스트레스에 미치는 영향: 유아 기질의 다중매개효과를 중심으로. **놀이치료연구**, 26(1), 21-40.
- 이현지 (2018). 결혼상태 및 세대구성파 불안·우울의 관련성 제 4-6기 국민건강영양조사자료(2007-2015) 분석. 석사학위논문, 연세대학교 보건대학원.
- 이형석, 김현이 (2022). 재가 장기요양기관 요양보호사의 감정노동-소명의식이 소진에 미치는 영향 - 충남지역을 중심으로 -. **한국지역사회복지학**, -(80), 83-107.
- 임선미 (2021). 초심상담자의 불안이 심리적 소진에 미치는 영향: 정서인식명확성과 수용의 매개효과. 석사학위논문, 인제대학교 일반대학원.
- 임수미, 황혜신 (2023). 어머니의 양육불안이 유아의 정서지능에 미치는 영향: 아버지-자녀 상호작용의 매개효과. **한국아동학회 학술발표논문집**, 2023(11), 151-151.
- 임정인, 손영우 (2016). 군 초급간부의 관계갈등이 이직의도에 미치는 영향. **인적자원관리연구**, 23(1), 303-321.

- 장송희 (2021). **보건의료인의 소명의식이 삶의 만족, 일중독, 직무소진, 및 이직의도에 미치는 영향**. 석사학위논문, 제주대학교 경영대학원.
- 장화영 (2022). **취업준비생의 불확실성에 대한 인내력 부족이 취업소진에 미치는 영향**. 석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 정문정, 이상민, 최현주 (2016). 완벽주의와 학업소진의 관계에서 마음챙김의 매개효과. **청소년상담연구**, 24(1), 1-23.
- 정선호, 서동기 (2016). 회귀분석을 이용한매개된 조절효과와 조절된 매개효과 검증 방법. **한국심리학회지:일반**, 35(1), 257-282.
- 정세진, 신나리 (2018). 어머니 양육불안과 아버지 양육참여도가 유아기 자녀의 정서 조절능력에 미치는 영향: 자녀 기질 유형의 조절효과를 중심으로. **인간발달연구**, 25(4), 155-174.
- 정윤경, 신주연, 이보람 (2019). 불확실성에 대한 인내력 부족과 취업불안의 관계: 자기자비와 진로고정신념의 이중매개효과를 중심으로. **취업진로연구**, 9(4), 25-50.
- 정익중 (2012). 방임, 과보호, 사교육이 유아발달에 미치는 영향. **유아교육연구**, 32(4), 255-278.
- 정주리 (2017). 상담자의 자기자비 불안과 소진의 관계: 자기자비와 공감능력을 매개로. **人間理解**, 38(1), 1-16.
- 정지애 (2020). 대학생을 위한 ‘소명 기반 진로프로그램’ 개발과 구성: WCT(Work as a Calling Theory)를 중심으로. **인문사회** 21, 11(6), 1637-1652.
- 정지애 (2023). 소명 기반 대학생 진로상담모형 개발. **직업능력개발연구**, 26(3), 41-75.
- 정지유 (2022). **Parental calling and gender of parents modulate the relation between parenting stress and depression**. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 조기란 (2023). **양육불안이 유·아동기 자녀를 둔 학업모의 안녕감에 미치는 영향: 배우자 양육협력의 매개효과와 학습몰입의 조절효과**. 석사학위논문, 서울상담심리대학원대학교.
- 조한솔, 김정민 (2021). 보육교사의 심리적 소진 예방을 위한 인지행동치료 프로그램

- 의 개발 및 효과. **유아교육·보육복지연구**, 25(1), 85-111.
- 조한익, 정미영. (2009). 불확실성에 대한 인내력 부족이 삶의 만족도에 미치는 영향 : 스트레스 대처전략을 매개변인으로. **청소년상담연구**, 17(1), 65-78.
- 지효숙, 황경열 (2014). 대상관계 부모훈련 집단상담이 자녀관계 불안을 가진 어머니의 심리적응 및 자녀와의 관계에 미치는 효과. **재활심리연구**, 21(2), 273-298.
- 진홍섭 (2017). **직업상담분야 직무환경과 직무소진의 관계에서 정서지능과 직업소명의식의 조절효과**. 박사학위논문, 경기대학교 대학원.
- 최선녀, 최항준 (2017). 유아의 일상적 스트레스가 문제행동에 미치는 영향. **한국산학기술학회논문지**, 18(3), 628-639.
- 최솔비 (2022). **불확실성에 대한 인내력 부족과 불안 및 우울의 관계**. 석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 최수빈, 유미숙 (2016). 놀이치료자의 스트레스 대처방식과 심리적 소진의 관계에서 역전이 관리능력의 매개효과. **한국놀이치료학회지(놀이치료연구)**, 19(3), 227-249.
- 최윤경 (2020). 코로나19와 아동의 교육·보육·돌봄(ECEC) 전략. **보건복지포럼**, 290(-), 50-63.
- 최은아, 고희선. (2016). 어머니의 양육효능감과 자녀의 부적응 행동특성의 관계에서 소진의 매개효과연구. **학습자중심교과교육연구**, 16(11), 503-530.
- 최혜연 (2020). 소방공무원의 직무스트레스가 소진에 미치는 영향 : 소명의식의 조절효과를 중심으로. **한국화재소방학회논문지**, 34(5), 78-85.
- 최혜윤, 정남운 (2003). 상담자의 완벽주의 성향, 사회적 지지와 심리적 소진. **한국심리학회지: 건강**, 8(2), 279-300.
- 표정자, 최승원 (2014). 마음챙김 기술과 소진의 관련성 연구. **스트레스研究**, 22(1), 43-54.
- 하상희 (2018). **Wee 상담인력의 직무환경 위험요소와 소진의 관계: 소명의식의 조절효과**. 석사학위논문, 대구대학교 재활과학대학원.
- 하소영, 서미아 (2020). 유아기 자녀를 둔 어머니의 원가족 부모애착이 양육효능감에 미치는 영향: 어머니의 자기성찰에 의한 자녀양육불안의 조절된 매개효과. **가족과 가족치료**, 28(3), 339-357.

- 한수정 (2022). **상담자의 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회비교경향성이 소진에 미치는 효과**. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 한수희, 이소희 (2019). 영·유아기 자녀를 둔 어머니의 양육소진에 관한 합의적 질적 연구. **한국가족복지학**, 24(1), 69-98.
- 허영호 (2007). **아토피피부염 환자 어머니의 사회적 지지, 불안과 우울에 관한 연구**. 석사학위논문, 한양대학교 행정대학원.
- 현정환 (2020). 부모의 양육 및 일반스트레스에 미치는 배우자 지지 및 사회 지지의 영향력에 대한 연구. **한국영유아보육학**, 0(124), 45-66.
- 홍성미 (2018). **보육교사의 소명의식이 행복감에 미치는 영향: 조직몰입의 조절효과를 중심으로**. 박사학위논문, 가톨릭관동대학교 대학원.
- 홍지희, 안명희 (2016). 자살사고를 가진 성인의 불안정 성인애착이 자살취약성에 미치는 영향: 우울성향의 매개효과. **인간이해**, 37(2), 187-207.
- 황미연, 이지연 (2022). 성인발달장애인 부모의 부모소진 척도 개발 및 타당화. **教育問題研究**, 35(3), 205-229.
- 황지민, 송은빈, 양수진 (2023). 부모소명 예측요인 탐색: 어머니의 내적 특성과 관계적 변인을 중심으로. **발달지원연구**, 12(1), 51-69.
- Agiati, E., & Huripah, E. (2019). Burnout of Parent Who Have Children with Cerebral Palsy Disability in Bandung City. *Asian Social Work Journal*, 4(2), 35-43.
- Bargh, J. A., McKenna, K. Y., & Fitzsimons, G. M. (2002). Can you see the real me? Activation and expression of the “true self” on the Internet. *Journal of social issues*, 58(1), 33-48.
- Bastiaansen, C., Verspeek, E., & van Bakel, H. (2021). Gender differences in the mitigating effect of co-parenting on parental burnout: The gender dimension applied to COVID-19 restrictions and parental burnout levels. *Social Sciences*, 10(4), 127.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. Guilford press.
- Birrell, J., Meares, K., Wilkinson, A., & Freeston, M. (2011). Toward a definition of intolerance of uncertainty: A review of factor analytical

- studies of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Clinical psychology review*, 31(7), 1198-1208.
- Boelen, P. A., & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of anxiety disorders*, 23(1), 130-135.
- Brady, E., & Guerin, S. (2010). "Not the romantic, all happy, coo-coo experience" : A qualitative analysis of interactions on an Irish parenting web site. *Family relations*, 59(1), 14-27.
- Brooks, S. K., Smith, L. E., Webster, R. K., Weston, D., Woodland, L., Hall, I., & Rubin, G. J. (2020). The impact of unplanned school closure on children's social contact: rapid evidence review. *Eurosurveillance*, 25(13), 2000188.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2012). Fear of emotions, experiential avoidance, and intolerance of uncertainty in worry and generalized anxiety disorder. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(1), 1-17.
- Carleton, R. N., Norton, M. P. J., & Asmundson, G. J. (2007). Fearing the unknown: A short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of anxiety disorders*, 21(1), 105-117.
- Chen, C. Y., & Hong, R. Y. (2010). Intolerance of uncertainty moderates the relation between negative life events and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 49(1), 49-53.
- Ciarrochi, J., Said, T., & Deane, F. P. (2005). When simplifying life is not so bad: The link between rigidity, stressful life events, and mental health in an undergraduate population. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33(2), 185-197.
- Coulson, J., Oades, L., & Stoyles, G. (2012a). Parent's conception and experience of calling in child rearing-A qualitative analysis. *Journal of Humanistic Psychology*, 52(2), 222-247.
- Coulson, J., Oades, L., & Stoyles, G. (2012b). Parents' subjective sense of calling in childrearing: Measurement, development and initial

- findings. *The Journal of Positive Psychology*, 7(2), 83-94.
- Crnic, K., & Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. *Handbook of parenting volume 5 practical issues in parenting*, 242.
- Curran, T., Hill, A. P., & Williams, L. J. (2017). The relationships between parental conditional regard and adolescents' self-critical and narcissistic perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 109, 17-22.
- Daly, K. J. (2007). *Qualitative methods for family studies and human development*. Sage.
- Davidson, J. C., & Caddell, D. P. (1994). Religion and the Meaning of Work. *Journal for the scientific study of religion*, 33(2), 135.
- Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424-450.
- Dik, B. J., & Shimizu, A. B. (2019). Multiple meanings of calling - Next steps for studying an evolving construct. *Journal of Career Assessment*, 27(2), 323-336.
- Dik, B. J., Eldridge, B. M., Steger, M. F., & Duffy, R. D. (2012). Development and validation of the calling and vocation questionnaire (CVQ) and brief calling scale (BCS). *Journal of career assessment*, 20(3), 242-263
- Dik, B. J., Sargent, A. M., & Steger, M. F. (2008). Career development strivings: Assessing goals and motivation in career decision-making and planning. *Journal of Career Development*, 35(1), 23-41.
- Dobrow, S. R., & Tosti-Kharas, J. (2011). Calling: The Development of a Scale Measure. *Personnel Psychology*, 64(4), 1001-1049.
- Duffy, R. D., Dik, B. J., Douglass, R. P., England, J. W., & Velez, B. L. (2018). Work as a Calling: A Theoretical Model. *Journal of counseling psychology*, 65(4), 423-439.
- Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of

- uncertainty in etiology and maintenance.
- Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive therapy and research, 21*, 593-606.
- Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a nonclinical sample. *Cognitive therapy and Research, 25*, 551-558.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry?. *Personality and individual differences, 17*(6), 791-802.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues, 30*(1), 159-165.
- Gérain, P., & Zech, E. (2018). Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Frontiers in Psychology, 9*, 884.
- Ginsburg, G. S., Grover, R. L., Cord, J. J., & Ialongo, N. (2006). Observational measures of parenting in anxious and nonanxious mothers: does type of task matter?. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 35*(2), 323-328.
- Greco, V., & Roger, D. (2001). Coping with uncertainty: The construction and validation of a new measure. *Personality and individual differences, 31*(4), 519-534.
- Grolnick, W. S., & Seal, K. (2008). Pressured parents; stressed-out kids: Dealing with competition while raising a successful child. Prometheus Books.
- Hall, D. T., & Chandler, D. E. (2005). Psychological Success: When the Career is a Calling. *Journal of organizational behavior, 26*(2), 155-176.
- Holaway, R. M., Heimberg, R. G., & Coles, M. E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and

- generalized anxiety disorder. *Journal of anxiety disorders*, 20(2), 158-174.
- Hubert, S., & Aujoulat, I. (2018). Parental burnout: When exhausted mothers open up. *Frontiers in psychology*, 9, 1021.
- James, R. K., & Gilliland, B. E. (2016). Crisis intervention strategies. Cengage Learning.
- Johnston, C., & Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of clinical child psychology*, 18(2), 167-175.
- Koerner, N., & Dugas, M. J. (2008). An Investigation of Appraisals in Individuals Vulnerable to Excessive Worry: The Role of Intolerance of Uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 619-638.
- Ladouceur, R., Talbot, F., & Dugas, M. J. (1997). Behavioral expressions of intolerance of uncertainty in worry. *Behavior Modification*, 21(3), 355-371.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company.
- Lin, G. X., Szczygieł, D., Hansotte, L., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2023). Aiming to be perfect parents increases the risk of parental burnout, but emotional competence mitigates it. *Current Psychology*, 42(2), 1362-1370.
- Lindahl Norberg, A., Mellgren, K., Winiarski, J., & Forinder, U. (2014). Relationship between problems related to child late effects and parent burnout after pediatric hematopoietic stem cell transplantation. *Pediatric transplantation*, 18(3), 302-309.
- Manja, S. A., Mohamad, I., Ismail, H., & Yusof, N. I. (2020). Working parents and emotionally parental burnout during Malaysia Movement Control Order (MCO). *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7(2), 4930-4953.
- Martorell, G. A., & Bugental, D. B. (2006). Maternal variations in stress reactivity: implications for harsh parenting practices with very young

- children. *Journal of Family Psychology*, 20(4), 641.
- Maslach, C. (2003). Burnout: The cost of caring. *Ishk*.
- McEvoy, P. M., & Mahoney, A. E. (2011). Achieving certainty about the structure of intolerance of uncertainty in a treatment-seeking sample with anxiety and depression. *Journal of anxiety disorders*, 25(1), 112-122.
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in psychology*, 9, 886.
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80, 134-145
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Lindahl Norberg, A., & Roskam, I. (2020). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptoms?. *Clinical Psychological Science*, 8(4), 673-689.
- Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 602-614.
- Mishina, H., Takayama, J. I., Aizawa, S., Tsuchida, N., & Sugama, S. (2012). Maternal childrearing anxiety reflects childrearing burden and quality of life. *Pediatrics International*, 54(4), 504-509.
- Monroe, S. M., & Simons, A. D. (1991). Diathesis-stress theories in the context of life stress research implications for the depressive disorders. *Psychological bulletin*, 110(3), 406.
- Mrosková, S., Reřovská, M., & Schlosserová, A. (2020). BURNOUT IN PARENTS OF SICK CHILDREN AND ITS RISK FACTORS-A LITERATURE REVIEW. *Central European Journal of Nursing & Midwifery*, 11(4).
- Nielsen, J. D., Thompson, J. A., Wadsworth, L. L., & Vallett, J. D. (2020). The moderating role of calling in the work-family interface: Buffering and

- substitution effects on employee satisfaction. *Journal of Organizational Behavior*, *41*(7), 622-637.
- Oosterman, M., & Schuengel, C. (2007). Physiological effects of separation and reunion in relation to attachment and temperament in young children. *Developmental Psychobiology*, *49*(2), 119-128.
- Park, J., Sohn, Y. W., & Ha, Y. J. (2016). South Korean salespersons' calling, job performance, and organizational citizenship behavior: The mediating role of occupational self-efficacy. *Journal of Career Assessment*, *24*(3), 415-428.
- Pereira, S. P. M., Correia, P. M. A. R., Da Palma, P. J., Pitacho, L., & Lunardi, F. C. (2022). The conceptual model of role stress and job burnout in judges: The moderating role of career calling. *Laws*, *11*(3), 42.
- Petersen, A. H. (2021). *Can't even: How millennials became the burnout generation*. Mariner Books.
- Peterson, C., Park, N., Hall, N., & Seligman, M. E. (2009). Zest and work. *Journal of Organizational Behavior*, *30*(2), 161-172.
- Polat, H., & Karakas, S. A. (2019). An Examination of the Perceived Social Support, Burnout Levels and Child-Raising Attitudes of Mothers of Children Diagnosed with Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Turkey. *International Journal of Caring Sciences*, *12*(2), 1165-1174.
- Potts, G. W. (2019). *From meaningful work to good work-Reexamining the moral foundation of the calling orientation*. University of South Florida.
- Richards, R., McGee, R., Williams, S. M., Welch, D., & Hancox, R. J. (2010). Adolescent screen time and attachment to parents and peers. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, *164*(3), 258-262.
- Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2020). Gender differences in the nature, antecedents and consequences of parental burnout. *Sex Roles*, *83*(7-8), 485-498.

- Séjourné, N., Sanchez-Rodriguez, R., Leboullenger, A., & Callahan, S. (2018). Maternal burn-out: an exploratory study. *Journal of reproductive and infant psychology*, *36*(3), 276-288.
- Seligman, M. E. (2002). Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. Simon and Schuster.
- Simionato, G. K., & Simpson, S. (2018). Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature. *Journal of clinical psychology*, *74*(9), 1431-1456.
- Simmons, A., Matthews, S. C., Paulus, M. P., & Stein, M. B. (2008). Intolerance of uncertainty correlates with insula activation during affective ambiguity. *Neuroscience letters*, *430*(2), 92-97.
- Sorkkila, M., & Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies*, *29*, 648-659.
- Starcevic, V., & Berle, D. (2006). Cognitive specificity of anxiety disorders: a review of selected key constructs. *Depression and anxiety*, *23*(2), 51-61.
- Steger, M. F., & Dik, B. J. (2009). If one is looking for meaning in life, does it help to find meaning in work?. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *1*(3), 303-320.
- Steger, M. F., Pickering, N. K., Shin, J. Y., & Dik, B. J. (2010). Calling in work: Secular or sacred?. *Journal of Career Assessment*, *18*(1), 82-96.
- Stith, S. M., Liu, T., Davies, L. C., Boykin, E. L., Alder, M. C., Harris, J. M., ... & Dees, J. E. M. E. G. (2009). Risk factors in child maltreatment: A meta-analytic review of the literature. *Aggression and violent behavior*, *14*(1), 13-29.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of vocational behavior*, *16*(3), 282-298
- Thompson, J. A., & Bunderson, J. S. (2019). Research on work as a calling... and how to make it matter. *Annual Review of Organizational Psychology and*

- Organizational Behavior*, 6(-), 421-443.
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D., & Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 17(2), 233-242.
- Vigouroux, S. L., & Scola, C. (2018). Differences in parental burnout: Influence of demographic factors and personality of parents and children. *Frontiers in psychology*, 9, 887.
- Wang, J., & Dai, L. (2017). Calling: A literature review and prospect. *Journal of Human Resource and Sustainability Studies*, 5(1), 94-100.
- Wrzesniewski A, McCauley C, Rozin P, Schwartz B. (1997). Jobs, Careers, and Callings: People's Relations to Their Work. *Journal of research in personality*, 31(1), 21-33.
- Wu, G., Hu, Z., & Zheng, J. (2019). Role stress, job burnout, and job performance in construction project managers: the moderating role of career calling. *International journal of environmental research and public health*, 16(13), 2394.
- Wu, Q., & Xu, Y. (2020). Parenting stress and risk of child maltreatment during the COVID-19 pandemic: A family stress theory-informed perspective. *Developmental Child Welfare*, 2(3), 180-196.

부 록

<부록 1> 불확실성에 대한 인내력 부족 척도(IUS-14)

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	미래의 불확실함은 내가 확고한 의견을 가질 수 없게 방해한다.	1	2	3	4	5
2	미래의 불확실함은 인생을 견딜 수 없게 만든다.	1	2	3	4	5
3	미래의 불확실함은 나를 불편하게 하거나, 불안하게 하거나, 스트레스를 받게 한다.	1	2	3	4	5
4	나는 필요한 모든 정보를 가지지 못하면 좌절한다.	1	2	3	4	5
5	미래의 불확실함은 내가 충실한 생활을 할 수 없게 방해한다.	1	2	3	4	5
6	어떤 일을 실행으로 옮겨야 할 때, 불확실한 것이 있으면 나는 아무 것도 할 수 없다.	1	2	3	4	5
7	확신이 없다는 것은 내가 최고가 아니라는 것을 뜻한다.	1	2	3	4	5
8	확신이 없으면, 나는 일을 더 이상 진행할 수 없다.	1	2	3	4	5
9	확신이 없으면, 나는 일을 제대로 해내지 못한다.	1	2	3	4	5
10	미래의 불확실함은 나를 나약하게 하거나, 불행하게 하거나, 슬프게 한다.	1	2	3	4	5
11	아주 조금만 의심스러워도 나는 그 일을 계속하기 어렵다.	1	2	3	4	5
12	확신이 없다는 것은 내가 자신감이 부족하다는 것을 뜻한다.	1	2	3	4	5
13	나는 모든 불확실한 상황에서 반드시 벗어나야만 한다.	1	2	3	4	5
14	나는 살면서 느끼는 모호함 때문에 스트레스를 받는다.	1	2	3	4	5

<부록 2> 부모 양육 불안 척도

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	조금 그렇지 않다	조금 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 좋은 부모가 되지 못할까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
2	나는 아이에게 관한 일을 결정할 때 겁이 난다.	1	2	3	4	5	6
3	나는 아이에 대해 제대로 알지 못할까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
4	나는 내가 양육을 잘하고 있는지 불안하다.	1	2	3	4	5	6
5	나는 아이의 기질이나 성향, 재능을 잘 모르는 것 같아 불안하다.	1	2	3	4	5	6
6	내 아이의 행복이 내게 달려 있을까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
7	나는 아이를 키우면서 다른 사람에게 평가받는 것이 불안하다.	1	2	3	4	5	6
8	나는 경제적인 문제로 아이에게 충분히 뒷받침해 주지 못할까 봐 불안하다.	1	2	3	4	5	6
9	나는 아이가 나처럼 살까봐 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
10	나는 아이에게 문제가 생기면 내가 잘못 키운 것 같아 자책한다.	1	2	3	4	5	6
11	나는 아이가 나에게 안기거나 스킨십을 할 때 몸을 피하고 싶다.	1	2	3	4	5	6
12	나는 아이가 클 때까지 나보다 잘 키울 수 있는 사람에게 떠맡기고 싶다	1	2	3	4	5	6
13	나는 아이가 나를 좋아하지 않는 것 같아 불편할 때가 있다.	1	2	3	4	5	6
14	나는 아이가 나에게 의존하려고 하면 불편하다.	1	2	3	4	5	6
15	나는 아이를 대할 때 불편한 마음이 들 때가 있다.	1	2	3	4	5	6

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	조금 그렇지 않다	조금 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
16	나는 아이가 혼자 힘으로 어떤 일을 하는 것을 보면 미답지가 않다.	1	2	3	4	5	6
17	나는 아이가 나보다 다른 사람을 더 좋아하는 것처럼 보이면 우울해진다.	1	2	3	4	5	6
18	나는 아이의 감정이나 생각, 혹은 이야기에 무관심할 때가 있다.	1	2	3	4	5	6
19	내 부모와의 관계가 아이에게 영향을 끼칠 것 같아 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
20	내 주변 사람들과의 관계가 아이에게 영향을 끼칠 것 같아 걱정이 된다.	1	2	3	4	5	6
21	나는 아이를 두고 외출을 하면 조바심이 난다.	1	2	3	4	5	6
22	나는 아이가 어디에 있는지 분명히 알고 있어도 걱정을 한다.	1	2	3	4	5	6
23	주변 사람들은 내가 아이를 지나치게 걱정한다고 한다.	1	2	3	4	5	6
24	나는 아이에 관한 일은 내가 해야 마음이 놓인다.	1	2	3	4	5	6
25	나는 아이와 떨어져 있으면 아이에게 무슨 일이 일어날 것 같아 불안하다.	1	2	3	4	5	6
26	나는 아이의 어린이집/유치원 생활의 일과를 모두 알고 있어야 마음이 놓인다.	1	2	3	4	5	6
27	나는 아이가 내 눈앞에 있어야 안심이 된다.	1	2	3	4	5	6
28	나는 아이가 내 도움이 없으면 아무것도 못할 것 같아 불안하다.	1	2	3	4	5	6

<부록 3> 부모 소진 척도

번호	문항 내용	그런 적이 없다	1년에 2-3번	한달에 1번 정도	한달에 2-3번	1주에 1번	1주에 2-3번	매일
1	나는 부모 역할을 하느라 완전히 지쳐있다.	1	2	3	4	5	6	7
2	나는 부모로서 정말 지쳐있다는 느낌이 든다.	1	2	3	4	5	6	7
3	나는 부모 역할을 하느라 너무 피곤해서 잠이 부족한 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
4	나는 아침에 일어나 아이들과 하루를 시작할 때, 시작도 전에 진이 다 빠진 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
5	내가 나의 아이들을 위해 해야 할 일을 생각하는 것만으로도 지친다.	1	2	3	4	5	6	7
6	나는 나의 아이를 돌볼 힘이 하나도 남아있지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
7	부모 역할은 나의 자원을 모두 써버리게 한다.	1	2	3	4	5	6	7
8	나는 나의 아이들을 기계적으로 돌보는 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
9	나는 부모 역할을 하느라 기진맥진하다.	1	2	3	4	5	6	7
10	나는 아이에게 예전만큼 좋은 엄마가 아니라고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
11	나는 더이상 예전과 같은 부모가 아니라고 스스로 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 부모로서 지금 나의 모습이 부끄럽다.	1	2	3	4	5	6	7

번호	문항 내용	그런적이 없다	1년에 2-3번	한달에 1번 정도	한달에 2-3번	1주에 1번	1주에 2-3번	매일
13	나는 부모로서 나 자신이 더이상 자랑스럽지 못하다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 나의 아이들과 상호작용할 때, 평소의 내가 아닌 느낌이 든다.	1	2	3	4	5	6	7
15	나는 엄마로서 나의 방향을 잃은 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
16	나는 더이상 엄마로서 나의 역할을 견딜 수 없다.	1	2	3	4	5	6	7
17	나는 더이상 내가 부모라는 사실을 받아들일 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
18	나는 부모라는 것을 더이상 못 견딜 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
19	나는 부모 역할을 해내지 못할 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
20	나는 나의 아이들과 함께 있는 것이 즐겁지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
21	나는 나의 아이들을 위해 꼭 해야만 하는 것 이외는 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
22	나는 나의 아이들을 위해 일상적인 일과(차에 태우기, 잠자리 봐주기, 식사 챙기기) 이외에 다른 노력을 더이상 할 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
23	나는 나의 아이들에게 그들을 얼마나 사랑하는지 더이상 보여줄 수 없다.	1	2	3	4	5	6	7

<부록 4> 부모 소명 척도

번호	문항 내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	부모가 되는 것은 나의 당연한/타고난 목적이다.	1	2	3	4	5
2	부모가 되는 것은 내가 이 땅에 존재하는 주된 이유 중 하나이다.	1	2	3	4	5
3	엄마/아빠로서의 내가 곧 나의 정체성이다.	1	2	3	4	5
4	내 자녀는 세상에 대한 나의 기여이다.	1	2	3	4	5
5	부모가 되는 것은 나의 운명이다.	1	2	3	4	5
6	자녀 양육을 통해 나의 삶이 더 풍성해졌다.	1	2	3	4	5
7	부모로 사는 것은 즐거운 일이다.	1	2	3	4	5
8	나는 엄마/아빠로 사는 것에 열정적이다.	1	2	3	4	5
9	부모로 사는 것은 나를 많이 성장시킨다.	1	2	3	4	5
10	나는 나의 아이와 보내는 시간이 매우 기대된다.	1	2	3	4	5
11	나는 자녀를 위해 어떤 일도 할 수 있다.	1	2	3	4	5
12	나는 자녀를 위해 모든 것을 아끼지 않는다.	1	2	3	4	5
13	내 자녀가 성공할 수 있도록 돕는 것이 부모로서의 소명이다.	1	2	3	4	5
14	나는 자녀에게 헌신적이다.	1	2	3	4	5
15	나는 어떠한 어려움이 있어도, 아이를 위해 할 수 있는 일을 한다.	1	2	3	4	5
16	나는 아이와 함께 있지 않을 때도 아이를 생각한다.	1	2	3	4	5
17	나는 내 아이에 대해 항상 생각하고 있다.	1	2	3	4	5
18	나는 자녀와 나를 떼어놓고 생각하기 어렵다.	1	2	3	4	5