

학령기 자녀를 둔 어머니의 A유형 행동패턴과 우울감 관계에서 양육 스트레스의 매개효과

Mediating Effect of Child Rearing Stress on the Relationship Between Type A Behavior Pattern and Depression in the Mothers of School Aged Children

민하영 · 이영미*

대구가톨릭대학교 아동학과 · 백석대학교 사회복지학부

Min, Ha Young · Lee, Young Mi

Dept. of Child Studies, Catholic Univ. of DaeGu · Divi. of Social Welfare, BaekSeok Univ.

Abstract

The purpose of this study was to examine the mediating effect of child rearing stress on the relationship between Type A behavior pattern and depression in the mothers of school aged children. The subjects were 216 mothers whose children were 5th and 6th graders in elementary schools in Daegu and Gyeongbuk Province. Questionnaires, which required self-reporting by mothers, were used to investigate TABP(Type A behavior pattern), PSI(child rearing stress), and BDI(depression). The collected data were analyzed with Pearson's correlation, single and multiple regression, and Sobel test, by the use of SPSS 19.0. The results were as follows. Type A behavior pattern exerted direct and indirect effects on depression mediated by child rearing stress in the mothers of school aged children. When preventing depression in mothers whose children attend 5th and 6th grade elementary school, child rearing stress as well as personality traits should be taken into consideration.

Keywords: type A behavior pattern, child rearing stress, depression

I. 서론

우울은 '마음의 감기'라 불릴 만큼 평소에 건강한 사람들도 흔히 경험할 수 있는 부정적 정서다. 우울은 감기처럼 누구나 경험할 수 있는 보편적이고 대중적인 정서이지만, 자녀를 양육하는 어머니의 우울감은 예사롭게 평가해서는 안된다. 우울한 어머니가 보이는 부정적 양육행동으로 인해 자녀의 건강한 성장과 발달이 위협받을 가능성이 높기 때

문이다(Brennan et al., 2000). 우울한 어머니는 의욕이 없고 이로 인해 정서적으로 자녀에게 몰입하지 않을 뿐더러 자녀의 요구에 민감하게 반응하지 못하고 따뜻하게 반응하지 못한다(Hops, 1995). 또한 돌발적이며 통제적인 방식으로 자녀와 상호작용 하거나, 반응적으로 상호작용하는 대신 거부적이고 적대적으로 상호작용(Lee & Park, 2005)하며, 수동적이고 자극이 부족한 방식으로 상호작용한다(Crnic & Greenberg, 1990; Field, et al., 1990; Malphurs et al.,

이 논문은 2015년도 한국생태과학회 동계 학술대회에서 포스터 발표한 것을 확장한 것임.

* Corresponding Author: Lee, Young Mi

Tel: ※ 개인정보 표시제한

E-mail: blue2006@bu.ac.kr

© 2016, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

1996). 우울한 어머니의 이와 같은 양육행동으로 인해 자녀들은 상처받거나 위기에 처할 가능성이 높다. 따라서 아동들을 보호하기 위해서라도 어머니의 우울감에 대한 관심과 관리가 필요하다.

어머니의 우울감은 여러가지 원인에 의해 유발될 수 있지만 스트레스에 대한 가장 보편적 반응이 우울이라는 점(Kendler et al., 1999)을 고려해 볼 때, 어머니의 스트레스는 우울감을 설명하는 중요한 요인으로 고려할 수 있다. 특히 어머니가 일상에서 경험하는 다양한 스트레스 중 대표적 스트레스로 평가되고 있는 양육 스트레스(Barrett & Fleming, 2011; Chon & Kim, 2003; Kang, 2003)는 어머니의 우울감을 설명하는 보다 의미있는 변인이라 할 수 있다(Luthar & Cicciolla, 2015).

어머니의 우울감에서 양육 스트레스가 미치는 영향이 선행 연구를 통해 검증되고 있지만, 유의할 점은 양육 스트레스가 양육에 대한 어머니의 인지적 해석에 따라 차이를 보인다는 점이다. 스트레스에 대한 상호역동적 관점(Lazarus & Folkman, 1984)에 따르면, 동일한 스트레스 사건도 사건에 대한 인지적 해석에 따라 지각되는 스트레스 정도에 차이를 보인다. 이는 스트레스 사건보다 스트레스 사건을 해석하는 개인 내적 요인이 스트레스를 지각하는데 중요한 역할을 하고 있음을 시사하는 것이다. 따라서 양육 스트레스가 어머니의 우울감을 유발하는 요인이지만, 인지적 해석을 통해 양육 스트레스 지각에 영향을 미치는 개인 내적 요인도 어머니의 우울감에 영향을 미치는 중요 요인이라 할 수 있다.

어머니의 양육 스트레스 지각에 영향을 미치면서 궁극적으로 우울감에 영향을 미칠 수 있는 개인 내적 변인으로 A유형 행동패턴을 고려할 수 있다. A유형 행동패턴의 사람들이 일상 스트레스(Day et al., 2005)나 직장내 직무 스트레스에 취약한 것으로 보고(Day & Jreige, 2002; Jang, 2009; Yoon et al., 2008)되고 있기 때문이다. A유형 행동패턴은 보다 적은 시간 내에 많은 것을 성취하기 위해 끊임 없이 투쟁하며, 다른 사람이나 일이 그 환경에서 방해가 될 때에는 이에 대해 공격적인 방식으로 대항하는 사람들에게서 관찰될 수 있는 행위-정서의 복합체(action-emotion complex)로 정의(Friedman & Rosenman, 1959)된다. 현재는 A유형 행동패턴(Type A Behavior Pattern: TABP)으로 명명되어 사용되고 있지만, 관상동맥경화성 심장병(CHD: Coronary Heart Disease) 환자들에게 나타나는 전형적인 행동특징을 처음으로 발견할 당시 Friedman과 Rosenman(1959)은 이를 A유형 성격(Type A personality)이라 명명

하였다. A유형 성격으로 분류되는 A유형 행동패턴 사람들은 성취동기가 강한 반면 어떤 특정 상황에 직면했을 때, 참을성이 없어지고 공격적 성향을 보이며, 시간의 다급함을 느끼는 특성을 보인다(Cooper et al., 1995).

지나친 성취 추구, 만성적으로 시간에 쫓김, 성급함, 경쟁심, 공격성, 적개심, 큰 목소리와 폭발적인 언어 등의 주요 행동 양상을 나타내는 A유형 행동패턴을 고려할 때, A유형 행동패턴의 어머니는 보다 많은 스트레스를 경험할 것으로 보인다. 양육 활동을 통해 자녀에게 더 많은 성취를 추구하려 하거나, 자녀의 성과를 성급하게 기대하는 성격 특성 상 자녀가 자신의 뜻대로 행동하지 않거나 좋은 결과를 보여주지 못할 때, 상대적으로 보다 높은 실망과 좌절을 경험할 수 있기 때문이다.

A유형 행동패턴의 내적 특성을 지닌 어머니는 자녀 양육과 관련해서 보다 많은 스트레스를 경험하기 때문에 궁극적으로 보다 높은 우울감을 느낄 수 있을 것이다. 즉 A유형 행동패턴은 양육 스트레스 지각에 영향을 미침으로써 간접적으로 우울감에 영향을 줄 수 있다.

한편 A유형 행동패턴은 높은 성취동기를 기반으로 경쟁적이며 참을성 없는 행동패턴을 보이는 성격 특성 상 양육 스트레스를 통해서 뿐 아니라 어머니의 우울감에도 직접적으로 영향을 미칠 것으로 보인다. ‘사회적 의존성’의 성격을 지닌 사람(sociotropy)이 우울에 취약하다고 지적(Beck, 1983)되고 있는 것처럼 A유형 행동패턴 역시 우울에 취약한 개인 내적 특성으로 고려될 수 있다. 최소한의 시간 내에 최대의 성과를 올리려 노력하는 성향 때문에 A유형 행동패턴의 사람은 쉽게 욕구 좌절을 느끼며 이로 인해 더 높은 우울감을 경험하는 것으로 나타났다(Jang, 2009). 중학생을 대상으로 한 연구(Choi, 2011)나 직장인을 대상으로 한 연구(Bluen et al., 1990; Yoon et al., 2008)에서 A유형 행동패턴이 우울을 예측하는 의미있는 요인으로 지적되고 있다는 점은 A유형 행동패턴의 내적 특성을 지닌 어머니 역시 우울감에 취약할 수 있음을 의미하는 것이다.

사람들은 부정적 스트레스 사건을 겪을 때 어느 정도의 우울감을 경험한다. 그런데 어떤 사람은 부정적 스트레스 사건에 직면해서도 스트레스를 크게 느끼지 않을 뿐 아니라 극복도 쉽게 한다. 반면 어떤 사람은 같은 정도의 스트레스 사건임에도 불구하고 높은 스트레스를 느낄 뿐 아니라 한동안 우울감에서 빠져나오지 못한다. 이는 개인 내적 변인이 스트레스 지각 및 우울감 경험과 유지에 중요한 역할을 하고 있음을 시사하는 것이다. 이러한 시사점에 기초해 볼 때 어머니의 A유형 행동패턴과 같은 개인 내적 변인

은 우울감 및 우울감에 영향을 미치는 양육 스트레스에 각각 유의한 영향을 미친다고 볼 수 있다. 결국 어머니의 우울감은 A유형 행동패턴과 양육 스트레스에 의해 직접 영향을 받을 뿐 아니라 A유형 행동패턴에 영향받는 양육 스트레스에 의해 간접 영향을 받는다고 볼 수 있다. 이에 이 연구에서는 학업 성적에 대한 부모의 관심과 기대가 구체적으로 가시화될 뿐 아니라 초기 사춘기 증상으로 인해 부모와의 정서적 갈등이 심화되면서 자녀 양육 스트레스가 증가하는 시기(Min, 2015)인 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔 어머니를 대상으로 이러한 이상을 검증해 보고자 한다. 이를 위해 이 연구에서는 학령기 자녀를 둔 어머니의 우울감에 대한 A유형 행동패턴과 양육 스트레스의 직, 간접 영향을 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증절차를 활용한 연구 문제 설정을 통해 살펴보고자 한다.

연구문제 1) 학령기 자녀를 둔 어머니의 우울감에 미치는 A유형 행동패턴의 영향은 양육 스트레스에 의해 매개되는가?

연구문제 1-1) 학령기 자녀를 둔 어머니의 A유형 행동패턴은 우울감에 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-2) 학령기 자녀를 둔 어머니의 A유형 행동패턴은 양육 스트레스에 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-3) 학령기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스는 우울감에 유의한 영향을 미치는가?

연구문제 1-4) 학령기 자녀를 둔 어머니의 우울감에 대한 A유형 행동패턴의 영향은 양육 스트레스를 통제했을 때도 유의하게 나타나는가?

이와 같은 연구문제 해결은 초등학교 고학년 자녀를 둔 어머니의 우울감을 완화하거나 중재하는데 필요한 정보와 자료로 활용될 수 있을 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

초등학교 5, 6학년 시기가 되면 2차 성징의 출현과 함께 초기 사춘기 현상이 나타나기 시작한다. 뿐만 아니라 중학교 진학과 관련해서 학업에 대한 기대 및 요구가 구체화되기 시작한다. 이러한 현상은 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔

어머니의 양육 스트레스를 새롭게 증가시키는 요인이라 할 수 있다. 이에 이 연구에서는 영유아기 자녀 양육과 질적으로 구분되는 양육 스트레스를 새롭게 경험하기 시작하는 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔 어머니를 연구 대상으로 선정하였다. 본 연구의 대상은 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔 어머니 216명으로 대구, 경북 지역에 소재하고 있는 초등학교를 통해 모집하였다. 216명의 연구대상 중 5학년 자녀를 둔 어머니는 112명(51.9%)였으며, 6학년 자녀를 둔 어머니는 104명(48.1%)였다. 한편 남이를 둔 어머니는 106명(49.1%), 여이를 둔 어머니는 110명(50.9%)였다. 30대는 97명(44.9%), 40대는 110명(50.9%), 50대 이상은 4명(1.9%), 결측은 5명(2.3%)였다. 고졸 이하는 126명(58.3%), 대졸이상은 90명(41.7%)였으며 전업 주부는 118명(54.6%), 취업 주부는 98명(45.4%)로 나타났다.

2. 연구척도

1) 학령기 아동 양육 스트레스

Abidin(1990)의 양육 스트레스 척도(Child-Rearing Stress Index: PSI)를 기반으로 Kang(2003)이 타당도와 신뢰도를 검증한 ‘학동기 자녀를 둔 부모의 양육 스트레스 척도’ 26문항 중 학부모 역할 스트레스 문항(17문항)만을 학령기 아동의 양육 스트레스 척도 문항으로 선정하였다. 초등학교 5, 6학년의 자녀를 둔 어머니의 경우 자녀의 신체적 돌봄을 중심으로 한 스트레스 보다 자녀의 학교 생활로 인한 스트레스가 주요한 스트레스라고 판단되었기 때문이다. ‘아이가 학교 생활에 적응할 수 있을지 걱정된다’, ‘아이의 학업 성적 때문에 스트레스를 받는다’ 등으로 구성된 학부모 역할 스트레스 문항은 ‘전혀 아니다(1점)’, ‘거의 아니다’, ‘그렇다’, ‘매우 그렇다(4점)’의 4점 Likert 척도로 측정하였다. 측정된 문항 중 신뢰도를 떨어뜨리는 한 문항을 제외했으며 16문항으로 이루어진 양육 스트레스 척도의 문항간 내적 일치도에 의한 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .89로 나타났다. 응답가능 범위는 16점에서 64점이며 점수가 높을수록 양육 스트레스가 높음을 의미한다.

2) 우울감

우울감은 Beck의 우울 척도(Beck, 1978; Beck & Steer, 1987) 중 일부를 사용하였다. 어머니의 우울감을 살펴보기 위한 이 연구에서는 임상적 우울 환자들을 측정하기 위해 개발된 Beck의 우울 척도(BDI) 21문항을 모두 사용하기보

다 Cho & Matheny(2008)의 한국판 Beck의 우울 척도(BDI) 문항 반응 분석 연구에서 기울기 .4(Slope $\alpha=4$) 이상의 문항 변별도가 높게 나타난 13개 문항만을 사용하였다. 13문항으로 이루어진 척도는 우울 정도의 심각성에 따라 네 문항으로 구분하였다. ‘나는 슬프지 않다(0점), 나는 슬프다(1점), 나는 항상 슬프고 기운을 낼 수 없다(2점), 나는 너무도 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수 없다(3점)’ ‘나는 나 자신을 실망스럽게 보지 않는다(0점), 나는 나 자신에게 실망하고 있다(1점), 나는 나 자신에게 화가 난다(2점), 나는 나 자신을 증오한다(3점)’ 등의 문항으로 이루어진 척도는 4점 Likert방식으로 측정되었다. 척도의 문항간 내적 일치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 는 .87로 나타났다. 응답가능 범위는 0점에서 39점이며, 점수가 높을수록 우울감이 높음을 의미한다.

3) A유형 행동패턴

A유형 행동패턴은 Framingham의 A유형 행동패턴 검사(Hayness, Levine, Scotch, Feinleib, & Kennel, 1978)를 Yoo(1990)가 번안한 것을 사용하여 측정하였다. ‘일을 할 때 적극적으로 추진하며 경쟁적이다’, ‘남보다 우수하려고 한다’ ‘어떤 일의 결과나 소식을 기다리는 동안 안절부절 못하는 편이다(진위형)’ ‘일을 하다 보면 힘과 능력의 한계를 느낀다(진위형)’ 등 총 10개 문항 중 5개 문항은 ‘전혀 아니다(0점)’, ‘그저 그렇다(0.33점)’, ‘그렇다(0.67점)’, ‘매우 그렇다(1점)’의 4점 Likert식 척도이고 나머지 5개는 진위형 문항이다. Likert식 척도의 5개 문항의 문항간 일치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 는 .67, 진위형 문항들에 대한 Kuder-Richardson 계수는 .72이었다. 응답가능 범위는 0점에서 10점이며, 점수가 높을수록 A유형 행동패턴 성향이 높음을 의미한다.

3. 연구절차

대구·경북지역 내에서 조사를 허락받은 3개 초등학교 5,

6학년 아동의 어머니를 대상으로 질문지 조사를 실시하였다. 연구자가 초등학교 담임교사에게 연구의 목적과 취지를 설명하였으며 담임교사는 학생 편에 어머니들에게 질문지를 전달하였다. 어머니에게 배부된 질문지는 일주일 후에 학교에서 담임교사를 통해 수거하였다. 400부의 질문지가 배부되었으며 수거되지 않은 87부(회수율 78.3%)와 종속과 독립 변인 문항에 한 문항이라도 응답하지 않은 자료, 성실하지 않게 응답한 자료 87부가 제외된 216명의 자료만이 최종분석에 사용되었다.

4. 자료 분석

수집된 자료의 분석은 SPSS Win 19.0프로그램의 Pearson의 적률상관계수, 단순 및 중다회귀분석을 통해 이루어졌으며, 분석결과는 유의수준 .05 미만에서 검증하였다.

Ⅲ. 연구결과

연구문제 분석 전에 A유형 행동패턴, 양육 스트레스, 우울감에 대한 최소-최대값과 평균(표준편차)을 살펴보았다. <Table 1>에 나타난 바와 같이 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔 어머니의 A형 행동패턴의 평균(표준편차)은 6.16(1.95)로 응답 가능 범위를 고려해 볼 때, 높은 정도의 A형 행동패턴을 나타내고 있다고 볼 수 있다. 양육 스트레스의 평균(표준편차)은 31.62(6.91)로 응답 가능 범위를 고려해 볼 때, 양육 스트레스는 높지 않은 것으로 나타났다. 한편 우울감의 평균(표준편차)은 5.17(4.97)로 응답 가능 범위를 고려해 볼 때, 매우 낮은 것으로 나타났다.

한편 이 연구에서는 연구문제 분석을 위해 <Table 2>에 나타난 바와 같이 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 과정을 활용하였다. Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 과정을 이행하기 위해 우선 예측변인과 종속변인

<Table 1> The mean(SD) of type A behavior pattern, child rearing stress and depression

(N=216)

Variable	Low-high score	Mean(SD)
Type A behavior pattern	0-10	6.16(1.95)
Child rearing stress	16-48	31.62(6.91)
Depression	0-25	5.17(4.97)

간 관계가 유의한지(연구문제 1-1), 예측변인과 매개변인 간 관계가 유의한지(연구문제 1-2) 그리고 매개변인과 종속변인 간 관계가 유의한지(연구문제 1-3)를 단순회귀분석을 통해 살펴보았다.

<Table 2>에 제시된 1단계의 경우, 독립변인인 어머니의 A유형 행동패턴은 종속변인인 우울감에 정적인 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다($\beta = .25, p < .01$). 이는 Baron과 Kenny(1986)의 첫 번째 조건을 만족하는 것으로, A유형 행동패턴 어머니는 우울감이 높은 것으로 나타났다.

2단계에서는 독립변인인 A유형 행동패턴이 매개변인인 양육 스트레스에 유의하게 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .23, p < .01$). 이는 Baron과 Kenny(1986)의 두 번째 조건을 만족하는 것으로, A유형 행동패턴의 어머니는 보다 높은 양육 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다. 3단계에서는 매개변인인 양육 스트레스가 종속변인인 우울감에 정적인 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다($\beta = .27, p < .001$). 이는 Baron과 Kenny(1986)의 세 번째 조건을 만족하는 것으로, 양육 스트레스가 높은 어머니가 보다 높은 우울감을 경험하는 것으로 나타났다.

이와 같은 단순 회귀분석결과를 토대로 어머니의 우울감에 대한 A유형 행동패턴의 유의한 영향(연구문제 1-1의 결과)이 양육 스트레스를 통제했을 때도 유의하게 나타나지는지를 중다회귀분석을 통해 알아보았다. 중다회귀분석의 경우, 회귀모델의 기본 가정인 독립변인 간 다중공

선성의 문제를 확인해야 하므로 변인 간 상관관계, 공차한계 값과 분산팽창 계수를 살펴보았다. <Table 3>에 나타난 바와 같이 독립변인 간 상관관계는 절대값 .23에서 .27, 공차한계값인 Tolerance는 .95, 분산팽창계수 VIF 값은 1.06으로 나타나 독립변인간 다중공선성의 위험은 없는 것으로 나타났다. 한편 Durbin-Watson(D-W) 계수는 2에 가까운 2.11로 나타나 오차항간 자기 상관도 없는 것으로 나타났다(Yang, 2002).

중다회귀분석 조건이 충족되고 있음을 확인 한 후, Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 마지막 단계 검증절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였다. <Table 2>의 4단계에서 나타난 바와 같이, 우울감에 미치는 A유형 행동패턴의 영향은 매개변인인 양육 스트레스($\beta = .22, p < .001$)를 통제했을 때 다소 약화되는 것($\beta = .25, p < .01, \rightarrow \beta = .20, p < .01$)으로 나타났다. 이는 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 과정을 고려해 볼 때, 어머니 우울감에 대한 A유형 행동패턴의 영향이 양육 스트레스에 의해 부분 매개되고 있음을 의미하는 것이다.

한편 어머니의 우울감과 A유형 행동패턴 간 관계에서 양육 스트레스가 미치는 부분 매개 효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 Sobel 테스트를 실시하였다. <Table 4>에 나타난 바와 같이 Z값은 2.32로 $p < .05$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 과정을 토대로 분석한 연구문제의 결과를 그림으로 나타내면 [Figure 1] 로 나타낼 수 있다.

<Table 2> The mediating effect of child rearing stress on the relations between type A behavior pattern and depression in school aged children's mothers

(N=216)

step	Variable	B	Std. Error	β	F(df)	R ²	Constant
step 1	Type A behavior pattern→ Depression	.63	.17	.25**	13.79** (1, 214)	.06	14.31
step 2	Type A behavior pattern→ Child rearing stress	.81	.24	.23**	11.68*** (1, 214)	.05	26.65
step 3	Child rearing stress→ Depression	.19	.05	.27***	16.11*** (1, 214)	.07	-.84
step 4	Type A behavior pattern, Child rearing stress→ Depression	.50 .16	.17 .05	.20** .22***	12.68*** (2, 213)	.11	10.11.

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

〈Table 3〉 Correlations of type A behavior pattern, child rearing stress and depression

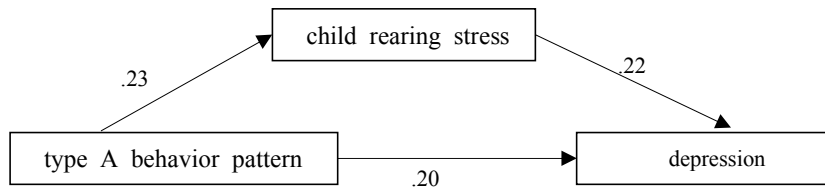
(N=216)

Variable	Type A behavior pattern	Child rearing stress	Depression
Type A behavior pattern	1		
Child rearing stress	.23***	1	
Depression	.25***	.27***	1

*** $p < .001$

〈Table 4〉 Direct, indirect effect decomposition among path coefficient

Path	Total effect	Direct effect	Indirect effect
Type A behavior pattern → Child rearing stress	.23**	.23***	-
Type A behavior pattern → Depression	.25***	.20***	.05*
Child rearing stress → Depression	.22***	.22***	-

* $p < .05$ *** $p < .001$ 

〔Figure 1〕 The mediating effect of child rearing stress on the relations between type A behavior pattern and depression by school aged children's mother

IV. 결론

대구경북지역의 3개 초등학교에 재학 중인 5, 6학년 학생의 어머니 216명을 대상으로, 어머니의 우울감이 어머니의 성격 특성인 A유형 행동패턴과 관련 있는지 그리고 이러한 관련이 어머니의 우울감에 영향을 미치는 양육 스트레스에 의해 매개되는지를 살펴보았다. 그 결과 첫째, 어머니 성격 특성인 A유형 행동패턴은 우울감에 정적 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다. 어머니의 성격이 성취추구에 경쟁적이며, 성급하거나 만성적으로 시간에 쫓기는 성향이 클수록 우울감은 높다고 볼 수 있다. 이러한 연구결과는 최소한의 시간 내에 최대의 성과를 올리려 애쓰는 A유형 행동패턴의 사람의 경우 쉽게 욕구 좌절을 느끼고 그

로 인해 더 높은 우울감을 경험한다는 연구결과(Bluen et al., 1990; Choi, 2011; Jang, 2009; Yoon et al., 2008)와 일치하는 것이다. A유형 행동패턴의 어머니는 자신의 성과에 대해서 경쟁적이며 성취지향적이기 때문에 자녀의 성적이나 학업 성과에 대해서도 유사한 태도를 나타낼 경향이 크다. 이러한 경향성 때문에 자녀의 생활태도나 성적 또는 학업 성과가 어머니의 기대에 미치지 못할 경우 상대적으로 큰 좌절감과 우울감을 경험할 것으로 보인다. 어머니의 우울감이 A유형 행동패턴에 의해 영향받는다라는 사실은 어머니의 우울감 유발에서 A유형 행동패턴의 성격 특성이 취약요인임을 시사하는 것이다. 따라서 어머니의 성격 특성인 A유형 행동패턴은 어머니 우울감 예방 차원에서 특별한 관심과 주의가 요구되는 개인 내적 변인이라 할 수 있다.

둘째, 어머니의 A유형 행동패턴은 양육 스트레스에 정적 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구 결과는 A유형 행동패턴 특성을 지닌 사람들이 일상 생활이나 직장 생활에서 보다 높은 스트레스를 받는다는 연구결과(Day et al, 2005; Day & Jreige, 2002; Jang, 2009; Yoon et al., 2008)와 일치하는 것이다. 이 연구에서 나타난 것처럼 어머니의 A유형 행동패턴이 양육 스트레스와 관련 있다는 것은 적은 시간에 더 많은 것을 성취하려 하며, 높은 성취동기를 기반으로 경쟁적이며 공격적으로 일에 참여하려는 성향이 높을 때 상대적으로 자녀 양육으로 인한 스트레스를 더 높게 지각함을 의미한다. 동일한 스트레스 사건이라도 사건에 대한 개인의 인지적 평가에 따라 경험되는 스트레스의 양에 차이가 난다는 사실(Lazarus & Folkman, 1984)을 고려해 볼 때, A유형 행동패턴이 갖는 조급함과 성마름 등의 성격 특성은 일상적인 양육 활동에서 보다 높은 스트레스를 경험토록 하는 요인으로 작동한다고 볼 수 있다. 이와 같은 사실은 자녀 양육에 따른 어머니의 스트레스를 완화하고 조절하는데 어머니의 성격 특성을 고려할 필요가 있음을 시사하는 것이다.

셋째, 어머니의 양육 스트레스는 우울감에 정적 영향을 유의하게 미치는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 자녀 양육으로 인한 스트레스나 불만이 어머니의 우울감을 설명하는 의미있는 요인이라고 보고한 선행 연구 결과(Luthar & Ciciolla, 2015)와 일치하는 것이다. 스트레스에 대한 가장 보편적 반응이 우울(Kendler et al., 1999)이라는 점을 고려해 볼 때 일상에서 경험하는 양육 스트레스는 반복과 누적을 통해 어머니의 우울감을 견인한다고 볼 수 있다. 이렇게 양육 스트레스와 우울감 간에 유의한 관계가 있다면, 어머니의 우울감은 양육 스트레스에 대한 인지적 평가 훈련을 통해 중재될 여지가 있다. Lazarus와 Folkman(1984)이 제안한 스트레스에 대한 상호역동적 모델(transactional model)을 적용할 경우, 양육 활동에 대한 어머니의 인지적 평가나 통제능력을 강화시킬 경우 양육으로 인한 스트레스를 감소시킬 것으로 예상되기 때문이다.

넷째, 어머니 우울감은 성격 특성인 A유형 행동패턴에 의해 직접적인 영향을 유의하게 받으면서 동시에, A유형 행동패턴에 영향을 받는 양육 스트레스에 의해 간접적으로도 영향을 받는 것으로 나타났다. 즉 어머니의 우울감에 미치는 A유형 행동패턴의 영향은 양육 스트레스에 의해 부분 매개된다고 할 수 있다. 어머니의 우울감은 어머니의 성격

특성인 A유형 행동패턴에 민감하다고 볼 수 있다. 따라서 어머니의 성격 특성이 경쟁적이며 참을성 없는 행동 패턴일 경우 우울감을 쉽게 경험할 수 있다. 중요한 것은 어머니의 우울감은 어머니의 A유형 행동패턴 외에 어머니의 A유형 행동패턴으로 인해 상승되는 양육 스트레스에 의해서도 간접적 영향을 받는다는 점이다. 어머니의 우울감에 미치는 A유형 행동패턴의 영향을 부분적으로나마 매개한다는 것은 어머니의 우울감에서 양육 스트레스가 의미있는 역할을 하고 있음을 시사하는 것이다. 실질적으로 어머니의 우울감에 대한 A유형 행동패턴($\beta = .20$)과 양육 스트레스($\beta = .22$)의 영향력은 근소한 차이이긴 하지만 양육 스트레스가 A유형 행동패턴보다 상대적으로 높게 나타나고 있다. 이는 어머니의 우울감에서 양육 스트레스가 차지하는 비중이 적지 않음을 시사하는 것이다. 이와 같은 사실은 초등학교 5, 6학년 자녀를 둔 어머니의 우울감을 완화하거나 예방하기 위한 방안 강구에서 A유형 행동패턴과 같은 어머니의 성격 특성 외에 양육 스트레스를 완화시킬 수 있는 전략을 탐색하고 제안하는 활동이 동반되어야 함을 함의하는 것이다.

이 연구에서는 초등학교 고학년 자녀를 둔 어머니의 우울감을 예방할 수 있는 전략 탐색의 일환으로 A유형 행동패턴과 같은 어머니의 개인 내적 특성 및 양육으로 인한 스트레스를 중심으로 어머니의 우울감에 대해 살펴보았다. 이 연구의 결과는 어머니의 삶의 질을 높이는데 필요한 정보가 될 수 있을 것이다. 궁극적으로는 어머니의 우울감 예방을 통해 아동의 건강한 성장과 발달을 지원하는데 활용될 수 있는 의미있는 자료가 될 것이다. 단, 이 연구는 어머니의 취업 유무에 따라 양육 스트레스에 차이가 있다는 선행 연구(Lee & Chin, 2013; Yang & Moon, 2010)가 보고되고 있음에도 어머니의 우울감에 영향을 미치는 변인으로 A유형 행동패턴이 양육 스트레스에 매개됨을 규명하는 과정에서 취업모와 전업모를 구분하지 않은 점은 연구의 한계점인 동시에 추후 연구에서 고려되어야 할 부분이라 본다. 한편 이 연구는 학령기 자녀를 양육하는 어머니의 심리적 특성을 규명하고자 했음에도 불구하고 질문지법을 활용함으로써 학령기 자녀를 둔 어머니의 심리적 특성을 심층 분석하지 못한 한계점을 지니고 있다. 후속 연구를 통해 이러한 문제점을 보완함으로써 학령기 자녀를 양육하는 어머니의 심리적 특성에 관해 보다 구체적으로 규명할 수 있을 것이다.

REFERENCE

- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barrett, J. & Fleming, A. S. (2011). Annual Research Review: All mothers are not created equal: Neural and psychobiological perspectives on mothering and the importance of individual differences. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52(4), 368-397.
- Beck, A. T. (1978). *The depression inventory*. Philadelphia: Center for Cognitive Therapy.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspectives. In P. J. Clayton & J. E. Barrett (Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches*(pp. 265-290). New York: Raven.
- Beck, A. T. & Steer, R. A. (1987). *Beck Depression Inventory(BDI)*. San Antonio: The Psychological Corporation Inc..
- Bluen, S. D, Barling, J., & Burns, W. (1990). Predicting sales performance, job satisfaction, and depression by using the achievement strivings and impatience-irritability dimensions of type-A behavior. *Journal of Applied Psychology*, 75(2), 212-216.
- Brennan, P. A., Andersen, M. J., Najman, J. M., Williams, G. M., Hammen, C., & Bor, W. (2000). Chronicity, severity, and timing of maternal depressive symptoms: Relationships with child outcomes at age 5. *Developmental Psychology*, 36(6), 759-766.
- Cho, H. J. & Matheny, K. B. (2008). The use of the Korean version of the Beck Depression Inventory with adolescents: An item response theory analysis. *Korea Journal of Counseling*, 9(2), 583-600.
- Choi, M. K. (2011). Depression, self-esteem, Type A behavior pattern, and locus of control in middle school students. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 28(4), 51-61.
- Chon, K. K. & Kim, K. H. (2003). Life stress and coping styles of Korean housewives. *Korean Journal of Health Psychology*, 8(1), 1-39.
- Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and personality correlates of psychological well-being: Social activity and personal control. *Journal of Research in Personality*, 29(4), 395-417.
- Crnicek, K. A. & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61(5), 1628-1637.
- Day, A. L. & Jreige, S. (2002). Examining Type A behaviour pattern to help explain the relationship between job stressors and psychosocial outcomes. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7(2), 109-120.
- Day, A. L., Therrien, D. L., & Carroll, S. A. (2005). Predicting psychological health: Assessing the incremental validity of emotional intelligence beyond personality, Type A behaviour, and daily hassles. *European Journal of Personality*, 19(6), 519-536.
- Field, T., Healy, B., Goldstein, S., & Guthertz, M. (1990). Behavior state matching and synchrony in mother-infant interactions of nondepressed versus depressed dyads. *Developmental Psychology*, 26(1), 7-14.
- Friedman, M. & Rosenman, R. H. (1959). Association of specific overt behavior pattern with blood and cardiovascular findings. *The Journal of the American Medical Association*, 169(12), 1286-1296.
- Haynes, S. G., Levine, S., Scotch, N., Feinleib, M., & Kannel, W. B. (1978). The relationship of psychosocial factors to coronary heart disease in the framingham study. *American Journal of Epidemiology*, 107(5), 362-383.
- Hops, H. (1995). Age-and gender-specific effects of parental depression: A commentary. *Developmental Psychology*, 31(3), 428-431.
- Jang, I. S. (2009). A study on the correlation among

- occupational stress, depression, health-related behavior and Type A behavior patterns of male workers at a steel factory. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 18(2), 153-164.
- Kang, H. K. (2003). Parenting stress scale for parents of school-aged children. *Journal of Korean Home Management Association*, 21(2), 31-38.
- Kendler, K. S., Karkowski, L. M., & Prescott, C. A. (1999). Causal relationship between stressful life events and the onset of major depression. *American Journal of Psychiatry*, 156(6), 837-841.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lee, Y. J. & Chin, M. J. (2013). Social capital and parental stress of married mothers with young children: Variations by employment status. *Journal of Korean Home Management Association*, 51(2), 229-239.
- Lee, Y. J. & Park, K. (2005). The relations between mothers' depression, parenting stress and children's behavior problems. *Journal of Psychotherapy*, 5(2), 39-57.
- Luthar, S. S. & Ciciolla, L. (2015). Who mothers mommy? Factors that contribute to mothers' well-being. *Developmental Psychology*, 51(12), 1812-1823.
- Malphurs, J. E., Raag, T., Field, T., Pickens, J., & Pellaex-Nogueras, M. (1996). Touch by intrusive and withdrawn mothers with depressive symptoms. *Early Development and Parenting*, 5(2), 111-115.
- Min, H. Y. (2015). The influence of mother's marital conflict and avoidance coping strategies with marital conflict on school aged child-rearing stress : On the focus of interaction. *Korean Journal of Child Studies*, 36(2), 131-143.
- Yang, B. H. (2006). *Understanding and utilizing of multivariate data analysis*. Seoul: Hakjisa.
- Yang, S. K. & Moon, H. J. (2010). Parental stress of working mother with toddlers: Focus on maternal separation anxiety, attitude for occupation, and preschool adjustment. *Journal of Korean Home Management Association*, 28(4), 67-76.
- Yoo, H. J. (1988). The characteristic of Type A behavior pattern. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 7(1), 31-36.
- Yoon, H. S., Kim, H. L., Kwon, I. S., & Cho, Y. C. (2008). Type A behavior pattern and its association with stress, depression and fatigue in nurses. *Korean Journal of Occupational Health Nursing*, 17(2), 180-190.

Received 11 April 2016;

1st Revised 11 June 2016;

Accepted 16 June 2016