

유아기 자녀의 부모소진 척도의 개발 및 타당화 연구

Development and Validation of a Parental Burnout Scale for Parents of Young Children

김근희¹⁾ · 정혜숙²⁾ · 김영희^{3)*}

건양대학교 아동교육학과 강사¹⁾ · 충북대학교 아동복지학과 강사²⁾ · 솔브릿지국제경영대학 석좌교수^{3)*}

Kim, Keun Hee¹⁾ · Jeong, Hye Suk²⁾ · Kim, Yeong Hee^{3)*}

Department of Child Education, Konyang University¹⁾ ·

Department of Child Welfare, Chung-buk National University²⁾ ·

SolBridge International School of Business, Woosong University³⁾

Abstract

This study was conducted to develop and validate a parental burnout scale by deriving the components of parental burnout by targeting the parents of young children. A survey of 519 parents of young children was conducted, using a questionnaire that was developed through a literature review, in-depth interviews with the parents of young children, and a content-validity review by a panel of experts. The results of this study showed that first, parental burnout for the parents of young children could be classified into three components: emotional exhaustion, somatization, and the loss of role identity. Second, upon examining the correlation between this and the parenting anxiety scale to verify the concurrent validity of the parental burnout scale developed in this study, emotional exhaustion and the somatization of parental burnout were positively correlated with protection anxiety, relational anxiety, and ability anxiety. The loss of role identity was positively correlated with relationship anxiety and ability anxiety. However, no significant correlation with protection anxiety was seen. This study is meaningful in that compared to Parental Burnout Inventory which was an adaptation of the Maslach Burnout Inventory for parental work, or Parental Burnout Assessment, which took a parental role-oriented approach, the scale developed in this study can more accurately measure parental burnout in consideration of object and cultural differences.

Keywords: Parental burnout, Young children's parents, Anxiety

I. 서론

부모가 된다는 것은 경험해 보지 못한 인생의 새로운 기회와 경험을 느낄 수 있는 출발점이자 책임과 역할이 따르는 막중한 임무와 과업이다. 이에 모든 부모는 자녀 양육이 가장 많은 에너지를 소비하는 활동이자 가장 많은 에너지

를 받는 활동 중 하나라는 역설에 처한다. 이러한 이유로 연구자들은 자녀 양육의 긍정적 측면과 부정적 측면의 불균형이 초래하는 위험을 경고해 왔다(Crnic & Low, 2002; Procaccini & Kiefaber, 1983). 자녀 양육의 과중한 임무와 과업으로부터 기인하는 스트레스 등의 부정적인 측면은 자녀와의 관계가 주는 정서적 교류나 접촉으로부터 오는

본 논문은 2023년도 박사학위논문의 일부를 요약한 것임

* Corresponding author: Kim, Yeong Hee

Tel: +82-42-630-8855, Fax: +82-42-630-8510

E-mail: yhkim@solbridge.ac.kr

© 2023, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

긍정적 측면과 상쇄되어 균형을 이루게 되지만 만성적으로 스트레스가 누적되어 부정적인 측면으로 균형이 기울어질 때 부모는 자신의 에너지가 점진적으로 고갈되어 소진의 위협에 처하게 된다.

특히 우리나라의 경우, 여성의 사회적 진출과 더불어 남성이 가사와 양육에 더욱 적극적으로 참여할 것을 기대하게 되면서, 일-가정 책임을 병행하는 맞벌이 부모들에게 새로운 역할에 적응해야 하는 긴장과 부담으로 인한 양육 스트레스와 불안이 증가하게 되었다(김경임, 황윤세, 2020; 김은경, 고진강, 2016; 서자경, 이기학, 2017; 이은희 외, 2000; 이효순, 김영희, 2006). 한병철(2012)은 이러한 사회적 맥락을 ‘피로사회’라 칭하면서 ‘아무것도 불가능하지 않다’라는 주장을 믿는 ‘긍정성이 과잉’된 사회의식을 표현하였다. 과잉 긍정성은 끊임없이 생산적인 삶을 살기 위해 ‘자기 착취’를 하는 과잉 행동으로 이어지기에 가학적이고 고갈현상을 가져오며, 이로 인해 피로 누적과 소진으로 이어지는 병리적인 현상이라고 하였다. 이는 우리나라를 넘어서 세계적 현상이기도 한데, Petersen(2021)은 현재 유아기 부모의 대다수를 차지하는 밀레니엄 세대를 “번아웃”과 “불안정”이라는 표현으로 축약될 수 있다고 하였다. 현대의 자녀 양육은 언제나 어디서나 다방면으로 부모 자신의 역량을 의심하게 만든다고 한다. SNS와 인터넷 커뮤니티의 증상류형 인플루언서가 ‘유기농 음식을 사고, 대학 등록금을 위해 저축하고, 끊임없이 아이들을 감독’하는 모습이 완벽한 부모상이 되며, 그러한 모습을 갖추기 위해 고군분투하지 않으면 나쁜 부모가 된다는 것이다. 그러한 ‘완벽한 부모’의 삶을 보면서 ‘나도 당신처럼 살고 싶어요.’라는 댓글을 달고 그렇지 않은 부모를 적극적 혹은 소극적으로 비난하는 ‘비공식적 양육 감시 상태’에 있다가 보니 밀레니엄 세대의 부모들은 스스로가 하는 부모 역할에 대해 더 불안이 가중되고, 그로 인해 번아웃의 증세를 안고 살아갈 수밖에 없다고 주장하였다(Petersen, 2021).

특히 영아기와 달리 유아기에는 부모의 역할이 단지 보살피고 곁에 있어 주는 것만이 아니라 유아가 자신을 둘러싼 환경에 대한 호기심이 많아지고, 자기 주도성이 발달하고, 언어가 발달하면서 자기를 표현하고자 하는 욕구에 부응해 주어야 한다(최혜란, 김영희, 2019). 부모들은 예측할 수 없고, 충동적이며, 제멋대로 하면서도 관심을 받고 싶어 하는 유아에게 적합하게 반응해 주어야 하고, 창의성과 호기심, 독립심을 탐구하는 유아에게 자유를 허용하면서도 자기통제를 형성할 수 있도록 훈육도 해야 하며, 물질적, 신체적, 정신적 필요를 충족시켜 주어야 하므로 이 시기의 부

모는 소진되기가 매우 쉽다(Stith et al., 2009; Vigouroux & Scola, 2018). 이에 중요한 발달 시점인 유아기 부모 대상으로 한 부모소진 연구가 시급히 필요하다. 부모는 임신과 출산, 양육으로 인한 피로와 스트레스의 누적이 소진으로 이어지는 데에는 갑자기 나타나는 현상이 아니라 감당하기 힘든 스트레스가 축적되어 점진적으로 에너지가 줄어들면서 서서히 발생하며(Maslach, 1982), 피로감, 심리적 탈진, 무력감, 좌절감, 자존감 및 성취감 상실 등 심리적, 육체적 현상으로 나타난다(Skovholt, 2001). 즉, 부모소진은 부모가 자녀를 양육하는 과정에서 정서적·신체적 스트레스 누적으로 심리적, 신체적으로 탈진되고, 휴식을 취해도 해소되지 않는 상태를 말한다(Hubert & Aujoulat, 2018; Mikolajczak & Roskam, 2018; Roskam et al., 2017).

소진에 관한 연구는 Freudenberger(1974)가 지역 무료 보건센터에서 과중한 업무로 힘들어하던 동료들을 상담하면서 동료들이 겪는 증상을 소진으로 명명한 것으로부터 시작되었다. 주요 후속 연구들은 소진의 증상을 중심으로 개념화하였는데, Pines과 Aronson(1988)은 소진을 정서적, 신체적 피로로 인해 일상적 업무를 적절하게 수행하지 못하는 상태로 정의하였고, Terry(1997)는 신체적 또는 정서적으로 탈진하여 지적, 심리 감정적, 신체적, 사회적, 영성의 영역에서 발생할 수 있는 정서적, 행동적, 신체적 변화라고 정의하였으며, Skovholt(2001)는 소진을 좌절, 철수, 피로, 스트레스, 정서적 고갈, 무기력, 냉소적인 태도로 보았다. Maslach et al.(2001)는 소진을 에너지와 활력이 점차 줄어들어 말 그대로 타서 없어지는 것을 의미한다고 하였다. 이후로도 소진에 관한 다양한 연구가 계속됐지만, 특히 10년간의 양적 및 질적 연구의 진행을 바탕으로 소진을 ‘정서적 탈진’, ‘비인간화’, ‘성취감 부족’의 세 가지 독립적 차원으로 개념화한 척도인 Maslach Burnout Inventory (MBI)가 개발된 이후 현재까지도 소진과 관련된 연구의 88%를 차지할 만큼 가장 널리 활용되고 있다(Maslach & Jackson, 1981; Bianchi et al., 2019).

이처럼 소진은 직업에서 발생하는 증후군으로 연구가 시작되었으나 Pelsma et al.에서 소진을 경험하는 것처럼 부모 역할에 대한 소진을 경험할 수 있다고 주장하면서 MBI의 타당성 검증을 시도하였고, MBI의 세 가지 차원 중 두 가지 요인 구조가 일치한다고 결론을 내리면서 부모소진 연구에 사용하기 시작하였다. 그러나 부모가 인식하는 양육 상황은 직무 환경과는 차이가 있고 측정하고자 하는 구성개념도 다르기에 부모소진을 적절하게 측정하는지에 대한 의문이 제기되었고, 이에 Roskam et al.(2017)은

MBI를 바탕으로 부모의 소진을 측정하는 PBI(Parental Burnout Inventory)를 개발하였다.

그러나 부모소진 측정 도구인 PBI 역시 과연 부모소진의 구성개념을 적절하게 측정하고 있는지에 대해서는 논란의 여지가 있다. 직무소진 측정용 도구(MBI)가 정서적 탈진, 비인간화, 성취감의 결여라는 세 개의 하위개념으로 구성된 것과 유사하게 부모소진 측정 도구로 개발된 PBI는 부모 역할에 대한 정서적 탈진, 자녀와의 정서적 거리 두기, 부모가 하고 있는 역할에 대한 무능한 느낌 및 성취감 결여라는 세 개의 하위개념으로 구성되어 있다. 그러나 직무소진은 업무 및 직장과 연관되어 측정하는 도구이며, 자녀 양육 상황은 직무와 다른 독특한 특성이 있다. 이에 따라 직업소진 척도(MBI)를 기반으로 수정, 적용된 부모소진 측정용 도구인(BPI)가 부모소진의 개념을 적절하게 측정하고 있는지에 관해 의문이 제기된다(Hubert & Aujoulat, 2018).

특히 같은 스트레스, 불안 등의 위험 요인에 직면한 상황에서 일부 부모는 소진되는 반면 다른 부모는 그렇지 않은 이유는 어디에 있을지를 설명할 수 있어야 하였다. Mikolajczak와 Roskam(2018)은 특정 부모가 왜 소진되었는지, 그 특정 시점에 왜 소진되었는지를 설명하고, 소진 위험을 지닌 부모를 예측하여 개입 방향을 제시하기 위해 ‘위험과 자원 간의 균형 모델(BR2: Balance between Risks and Resources)’을 제시하였다. 이 모델은 위험 또는 요구(risks or demands)와 자원 또는 보호(resources or protection)를 두 축으로 부모소진의 유발 요인인 위험 또는 요구 요인(risks or demands)과 부모소진을 완화하는 자원 또는 보호요인(resources or protection)으로 구분하였다. 이는 부모소진을 측정하는 척도를 개발할 때 방법론적으로 고려해야 할 중요한 측면을 제시해 주는데, 요구와 자원 간 균형 모델을 기반으로 한 연구에 있어 중요한 것은 요구와 자원이라는 두 개의 범주에 속하는 요인들이 무엇인가에 대해 깊이 있는 사전 지식이 필요하다는 것이다. 즉 자녀 양육에 있어 부모는 어떠한 요구에 직면하고, 이를 해결하는 데 활용할 수 있는 자원은 무엇인가를 자세히 파악해야 한다는 것이다. 이를 위해서는 부모소진 측정 도구 구상 전 부모들과의 심층 인터뷰와 상담을 통해 이들이 실제로 인식하고 경험하는 요구와 자원을 확인해야 한다.

위험과 자원 간의 균형(BR2)모델의 저자인 Roskam et al.(2018)은 이러한 방식을 활용하여, 부모소진 증상을 호소하는 어머니 5명을 대상으로 한 심층 면접(Hubert & Aujoulat, 2018)을 통해 문항을 추출하고 타당화하여 부모소진 척도로 PBA(Parental Burnout Assessment)를 개발

하였다. PBA는 PBI와 달리 네 가지 하위요인으로 구성되었는데, 부모 역할에 대한 탈진, 부모로서 자기 대조, 부모 역할에 대한 싫증, 자녀와 정서적 거리 두기이다. 부모소진 척도로 개발된 PBI는 자녀 양육이 아닌 직장과 업무의 맥락에서 개발된 직무소진 척도(MBI)를 기초로 연역적으로 설계되었으나 PBA는 앞서 기술한 Huber와 Aujoulat(2018)의 연구를 통해 귀납적으로 개발되었으며 양육 상황에서 소진을 측정하는데 PBI보다 더 적합한 도구라 할 수 있다(Roskam et al., 2018). 이에 최근 한국에서도 PBA를 한국어로 번안하여 타당화하려는 연구(임문설, 이양희, 2020)가 진행되었다. 하지만 PBA는 영어 및 프랑스어를 사용하는 유럽과 미국/캐나다의 부모를 대상으로 사용하여 개발된 척도(Roskam et al., 2018)로 타 문화권에서의 타당성에 의문이 제기된다. Roskam과 Mikolajczak(2020)가 42개국(한국은 포함되지 않음)에서 PBA를 활용하여 부모소진 연구를 진행한 결과 중국, 일본, 태국, 베트남 등 동양에 비해 미국, 캐나다, 벨기에, 폴란드 등 서구에서 소진이 훨씬 높게 나타났고, 개인주의 문화와 부모소진의 상관관계가 높아, 집단주의 문화가 주류인 우리나라 부모의 소진을 측정하는 데 적합한지 자세히 살펴볼 필요가 있다. 실제로 PBA 번안 및 타당화 연구를 진행한 임문설과 이양희(2020) 역시 양육에 대한 한국의 문화적 차이를 고려하여 문항과 응답의 형식을 추가하거나 수정하지 못한 점을 해당 연구의 제한점으로 지적하였다. 그러므로 본 연구에서는 한국문화를 고려하여, 한국 부모를 대상으로 위험과 자원 간의 균형(BR2)모형을 바탕으로 문항과 응답의 형식을 재구성한 새로운 척도를 개발하고자 하였다. PBA와는 별도로 국내에서는 부모소진과 관련하여 황미연(2022)이 성인 발달장애인 부모의 소진 척도를 개발하면서 ‘돌봄 한계 인식’, ‘역기능적 돌봄’, ‘정서적 거리 두기’, ‘신체화 증상’, 관계 불만족’ 등의 요인으로 구성하였지만, 장애인 부모 소진 척도라는 점에서 일반 부모에게 적용하기에는 한계점이 있으며, 특히 부모소진이 가장 높다고 밝혀진(장성오, 김용미, 2011; 한수희, 이소희, 2019) 유아기 자녀의 부모에게 적용하기에는 더욱 타당성에 문제가 있을 수 있다. 하지만 우리나라의 부모를 대상으로 개발한 부모소진 척도에서 대부분 PBA와 유사한 요인으로 구성되었지만 ‘신체화 증상’이라는 독특한 요인이 도출되었기에, 우리나라의 유아기 자녀의 부모에게도 PBA와 차별된 이와 같은 요인이 존재하는지 검증할 필요가 있다.

따라서 본 연구는 위험과 자원 간의 균형(BR2)모형을 바탕으로 반구조화 면접 형태의 심층 면담 방식을 활용하

여 우리나라의 유아기 자녀의 부모에 맞는 부모소진 척도를 개발하고 타당화하는 데 그 목적이 있다. 이를 위해 본 연구의 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 유아기 자녀의 부모소진은 어떤 요인으로 구성되는가?

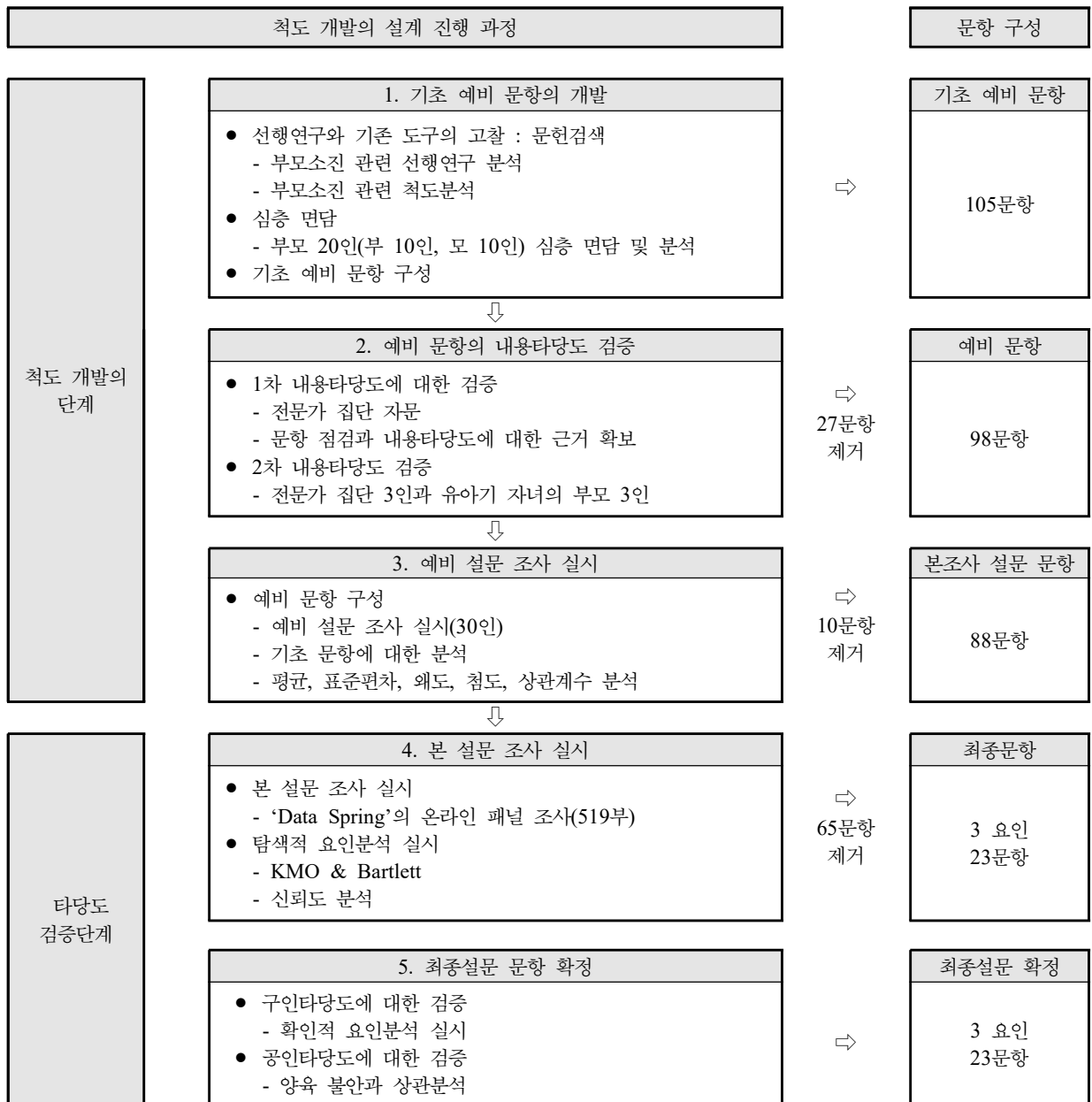
연구 문제 2. 본 연구에서 개발된 부모소진 척도의 신뢰도와 타당도는 어떠한가?

II. 연구 방법

본 연구는 유아기 자녀를 둔 부모소진 척도를 개발하여 척도의 신뢰도와 타당도를 검증하였다. 본 연구의 척도 개발 절차는 <그림 1>과 같다.

1. 연구대상

부모소진 척도를 개발하기 위해 만 3~5세 유아기 자녀



<그림 1> 연구설계 과정

의 부모를 대상으로 심층 면접을 하였다. 심층 면접자 모집을 위해 서울, 경기도, 대전과 세종시 육아커뮤니티에서 상담과 척도 개발을 위한 면접자를 공개 모집하였으며, 참여자는 부모 총 20명(부 10명, 모 10명)이었다. 예비조사를 위해 대전과 세종시 육아커뮤니티에서 설문 대상자를 모집하여 부모 30명(부 14명, 모 16명)을 대상으로 설문 조사가 이루어졌다. 본 조사의 연구대상자는 첫째 자녀 연령이 만 3~5세인 부모를 대상으로 ‘Data Spring’ 온라인패널 조사를 이용하여 2022년 9월 5일부터 9월 20일까지 이루어졌고, 전국의 부모를 대상으로 실시하여 유의 표집을 하였다. 총 519부가 회수되었으나 첫 자녀 연령이 2세 미만이거나 6세 이상인 경우, 다문화 가정, 미혼부, 미혼모 가정 등 분석에 부적합한 부를 제외한 340부가 최종 분석에 사용되었다.

2. 척도개발

1) 문항개발

본 연구의 척도 개발을 위하여 Roskam et al.(2018)의 연구 등 부모소진의 개념에 대한 유사한 개념을 가지고 있는 부모 양육 불안, 부모 완벽주의, 부부관계, 가족의 역할과 관련된 학술 저서, 학술지, 학위논문 등 관련된 문헌 고찰과 사전 조사, 예비조사 및 질문지 구성을 통해 구성되었다(곽지애, 2016; 김경미, 김영희, 2009; 오영진, 김영희, 2021; Petersen, 2020).

또한 3~5세 유아기 자녀의 부모(부 10명, 모 10명)를 대상으로 심층 면접을 하였다. 심층 면접은 연구자가 면접 대상자들과 직접 만나 연구에 대한 설명과 신뢰감 형성을 위해 사전에 충분한 대화 후 부모소진 경험에 대해 면접하였다. 심층 면담은 자료의 충분성을 고려하여 반구조화된 형태로 진행하였고, 개방형 질문을 통해 개인들이 경험하고 있는 자녀 양육에 대해 내러티브 접근법을 사용하였다.

내러티브 접근법은 면접 대상자들의 자기 경험과 삶을 내러티브 구조 속에서 이야기하고, 연구자는 대상자들의 양육 경험을 깊이 있게 이해하고 파악하는 데 유용한 기법이다(Shankar et al., 2001).

또한 연구자가 ‘부모가 되면 서의 변화와 경험은 어떤지, 완벽한 부모는 어떤 부모라고 생각하는지, 부모로서 노력하였으나 헛수고같이 느껴지는 때가 있었는지, 이유 없이 울컥하는 순간이 있는지, 부모로서 경험하는 소진은 무엇을 통해 알 수 있는지, 배우자가 소진을 느낄 때 보여주는

특성이나 현상이 무엇인지’ 등 13개의 개방형 질문을 추가로 하여, 면접 대상자의 깊이 있는 경험과 일상을 끌어낼 수 있도록 하였다. 부모소진의 의미를 분석하고 질적 연구 경험이 많은 전문가 1인과 아동복지학박사 2인, 연구자가 심층 면담의 결과와 문헌에서 고찰된 내용을 분석 후 내용과 의미별로 분류하고 부모소진의 내용을 적절히 추출하였는지를 반복 검토하는 과정을 거쳐 문항을 연구자가 직접 제작하였다. 최초로 추출된 105개 문항에 대해 2차례에 걸친 내용타당도 검증을 실시하였다. 1차 내용타당도에 대한 검증은 총 7인으로 구성되었으며, 대학교수 1인, 아동복지학박사 3인과 상담센터와 부모 교육을 하는 전문가 3인으로 진행되었다. 1차 내용타당도 검증에서는 전문가의 의견을 수렴하여 비슷한 의미는 통합하고, 모호하거나 의미 전달이 부정확한 문구를 수정·보완하여 98개 문항이 완성되었다. 2차 내용타당도 검증에서는 상담 전문가 3인과 만 3세에서 5세의 자녀를 양육하는 부모 3인이 참석하여 이해되지 않는 문장이나 어려운 단어 체크 및 설문 작성에 드는 시간 등을 조사하였다. 2차 내용타당도에 대한 검증은 수정작업을 따로 거치지 않았고 예비조사를 위한 98개 문항이 구성되었다.

2) 예비조사

본 연구의 예비조사를 위하여 구성된 98개 문항은 부모로서 자기 능력으로 인한 소진, 부모 역할에 대한 부담감으로 인한 소진, 자녀와의 관계에서의 소진, 자녀를 잘 돌보고 있지 못한 것에 대한 소진, 자녀를 잘 양육하지 못할 것 같은 소진, 미래의 자녀에 대한 소진이 도출되었다. 내용타당도 검증 후 완성된 98개 문항에 대하여 예비조사를 위해 대전과 경기도 수원, 분당, 남양주에 있는 부모 온라인 네트워크를 통해 자발적인 참여자를 선정하여 동의한 부모 30명(부 14인, 모 16인)을 선정하여 2022년 7월 1일부터 7월 10일까지 실시하였다. 예비조사에서는 설문지를 작성하는데 걸리는 시간과 자녀를 양육하는 과정에서 부모가 느끼고 경험하는 감정이나 행동성이 없는 단어나 용어에 대한 문항을 확인하는 방법으로 진행되었으며, 그 결과를 반영하여 문항에 대한 일부 수정이 이루어졌다.

3) 본조사

본조사는 패널 관리 전문기관인 Data Spring의 온라인 패널 조사를 이용하여 2022년 9월 5일부터 9월 20일까지 이루어졌고, 총 519부가 회수되었다. 총 519부가 회수되었

으나 본 연구에서는 첫 자녀의 나이로 연구 대상을 제한하였기에 첫 자녀의 연령이 만 2세 이하이거나 만 6세 이상인 부모와 다문화 가정, 미혼모와 미혼부 가정을 비롯한 분석에 부적합한 자료를 제외하고 총 340부를 최종 분석하였다.

본 조사의 연구대상자 중 아버지는 41.5%, 어머니는 58.5%이었으며, 연령대는 30~39세가 67.9%, 40~49세가 28.6%, 20~29세는 3.5%이었고, 평균연령은 37세이다. 직업을 살펴보면 본인 직업은 사무직이 44.1%, 주부 30.6%, 관리직 16.7%, 생산/근로/단순 노무 2.4%의 순으로 나타났으며, 배우자 직업은 사무직 47.2%, 주부 20.0%, 관리직/전문직 14.2%, 근로/생산/단순 노무 8.2%의 순이었다. 가족 형태는 핵가족 97.3%, 대가족 2.7%로 나타났다.

3. 측정도구

1) 부모소진 척도

본 연구에서는 예비조사를 통해 완성된 88개 문항으로 부모소진을 측정하였다. 부모소진과 같이 개인차가 명확한 개념을 측정하기 위해서 각 문항에 Likert 척도를 사용하였다(Smith et al., 2003). 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’의 5점 Likert 척도를 적용하여 점수가 낮을수록 해당 특징이 낮고 점수가 높을수록 해당 특징이 높아지도록 측정하였다.

2) 양육불안척도

본 연구는 새로 개발된 부모소진 척도의 공인타당도 검증을 위해 유사한 개념을 측정하는 도구를 기준으로 두 척도 간의 상관관계를 점검하고자 하였다. 이를 위하여 선행 연구에서 부모소진과 관련성이 높다고 밝혀지고, 코로나 19와 같은 상황에서 부모 양육을 대변할 수 있는 양육불안을 이용하여 공인타당도를 검증하였다. 양육불안척도는 오영진, 김영희(2021)가 개발한 부모양육불안 척도를 사용하였다. 부모양육불안 척도는 능력불안 10문항, 관계불안 10문항과 보호불안 8문항 등의 총 28개의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지의 5점 척도로, 점수가 높을수록 각 영역의 양육불안이 높은 것을 의미한다. 양육불안의 하위변인에 대한 신뢰도 계수인 Cronbach's α 는 능력불안 .91, 관계불안 .89, 보호불안 .88로 나타났다.

4. 분석방법

본 부모소진 척도 개발 연구에서 수집된 자료는 SPSS

23.0 그리고 AMOS 21.0 프로그램을 활용하여 분석되었다. 연구대상자들에 대한 기술적 분석에는 빈도분석과 백분율 산출법이 사용되었다. 또한 기초 문항 분석을 위하여 각 문항에 대한 조사자 응답의 평균과 표준편차, 문항과 전체 척도의 상관관계, 문항 제거 시 내적 합치도를 분석하였다. 구인타당도 검증을 위해 주성분 분석을 하였으며, 베리맥스 회전을 실시하여 최종의 요인 행렬을 얻었다. 이에 추가하여 탐색적 요인분석을 거쳐 선정된 문항을 대상으로 부모소진 척도를 구성하는 하위요인들 간의 상관관계 측정을 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 모델의 적합도 평가를 위한 적합도 지수로 CFI, TLI를 적용하였고, 전반적인 모형 부합도 평가를 위해 절대 부합도 지수인 RMR, RMSEA, GFI를 사용하였다. 마지막으로, 요인 간 Pearson 상관분석을 실시하여 공인타당도를 검증하였다.

III. 결과 및 해석

1. 탐색적 요인분석과 신뢰도 분석

부모소진 척도의 요인 구조 확인을 위해 탐색적 요인 분석을 하였다. 요인분석을 통한 측정변수 구성 요인의 추출을 위해 주성분 분석이 적용되었으며, 요인 적재치를 단순화하기 위해 직교 회전 방식으로 수행되는 베리맥스(varimax)를 채택하였다. 요인분석을 실시하기 전 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin)에 측정치를 살펴보고 Bartlett의 구형성 검증 통계치를 계산하여 요인분석 가능 여부를 확인하였다.

다음으로는 살펴본 요인 구조 내 전반적으로 설명량을 의미하는 공통성은 일반적으로 .40 이하의 문항은 척도 요인 구조에 적합하지 않은 것으로 본다(우종필, 2022)는 연구를 근거로 공통성이 .40 이하인 항목들을 제거 후 요인 분석을 실시하였다. 또한 고유향은 1.0 이상이고 요인 적재치는 .40 이상으로 나타나면 유의한 변수로 측정하고 .50이 넘으면 아주 중요한 변수로 간주하기 때문에(성태제, 2019), 본 부모소진 척도 개발에서는 문항과 요인 간의 선택을 고유향이 1.0이고 요인 적재치 .40 이상을 근거로 하였다. 또한 두 개 이상의 요인에서 공통으로 나타나는 요인 적재치를 보이는 .40 이상 문항들을 삭제하여 23개 문항이 선정되었다.

부모소진 척도 23문항에 대하여 KMO와 Bartlett의 결과 KMO는 .945로 매우 높게 나타났다. Bartlett의 구형

성 검증 역시 유의확률 .0001으로 요인분석이 적합한 것으로 나타났으며 <표 1>에 제시된 바와 같다.

탐색적 요인분석을 실시한 결과 3개의 요인으로 나타났으며, 이에 관한 결과는 <표 2>에 제시되어 있다.

첫 번째 성분의 고유값과 설명 변량은 6.12, 26.60%, 두 번째 성분 4.71, 20.49%, 세 번째 성분의 경우에는 3.22, 14.02%를 보여준다. 총 누적 변량(누적 분산)은 61.108%를 설명하는 것으로 나타났다.

탐색적 요인분석을 실시한 결과, 첫 번째 요인에 대한 전체 변량의 26.60%를 설명하고 있는 10개 문항인 이 요인은

부모가 느끼는 우울감과 무가치감, 절망, 불안, 공허함과 같은 부정적인 감정을 포함하는 문항으로 구성되었으며, 이 요인을 부모소진의 감정과 관련된 소진으로 보고 ‘감정 고갈’로 명명하였다.

두 번째 요인으로 전체 변량의 20.49% 설명하고 있는 8개 문항인 이 요인은 부모소진 중 자녀를 양육하는 과정에서 발생하는 육체적으로 피곤함과 활력감이 저하되고, 긴장과 지쳐있는 문항으로 구성되었으며, 이 요인을 부모소진의 신체와 관련된 소진으로 보고 ‘신체화’로 명명하였다.

세 번째 요인에 대한 전체 변량의 14.02%를 설명해 주는

<표 1> KMO와 Bartlett의 구형성 검정

KMO 측정		.95
Bartlett 구형성 검정	근사카이제곱	6841.33
	자유도	253
	유의확률	.0001

<표 2> 부모소진 척도의 최종문항 요인분석 결과

문항번호	요인 1	요인 2	요인 3
q68	.78	.21	.11
q34	.77	.22	.09
q23	.75	.21	.15
q33	.73	.28	.14
q52	.73	.23	.17
q5	.72	.21	.10
q80	.71	.19	.20
q79	.70	.26	.22
q84	.70	.07	.21
q17	.69	.16	.20
q27	.13	.78	.03
q71	.10	.75	.00
q64	.37	.74	.11
q1	.04	.73	.16
q94	.35	.71	.15
q75	.28	.71	.09
q57	.37	.70	.21
q39	.40	.67	.19
q41	.17	.11	.79
q76	.17	.16	.78
q46	.23	.16	.75
q47	.11	.04	.74
q93	.22	.08	.68
고유값	6.12	4.71	3.22
설명변량(%)	26.60	20.49	14.02
누적변량(%)	26.60	47.09	61.11

5개 문항으로 이 요인은 좋은 부모가 되고 싶은 마음에 모든 것을 완벽하게 하려는 부모의 심리적인 요인이 오히려 역효과를 불러 질 높은 상호작용을 하지 못하고 자녀에게 발생하는 문제나 사건으로 인해 부모로서 만족감과 효능감이 낮아져 낮은 자긍심을 보이는 문항으로 구성되었으며, ‘역할정체성 상실’로 명명하였다.

이처럼 본 연구에서는 가설적 하위요인을 참고로 하여 부모의 부모소진에 대한 요인별로 요인 명을 부여하였다. 본 연구에서 도출된 부모소진 척도 하위요인 및 문항 수는 <표 3>에 제시하였다.

본 연구에서 개발된 부모소진 척도의 하위요인 간 상관관계수는 <표 4>에 제시하였다. 하위요인 간 상관관계 계수는 .344에서 .59로 나타났다. 이것은 문수백(2009)이 언급한 잠재 변인들이 동일하게 구성개념을 측정하고 있어, 요인이 하나로 취급되지 않을 정도로 상관이 높지 않다는 기준($r < .85$)에 적합한 결과이다. 즉 하위요인들 간의 서로 관련성이 있으며, 각 하위요인이 부모소진 전체를 잘 나타내고 있음을 의미한다.

2. 신뢰도 분석

본 연구의 탐색적 요인분석을 통하여 도출된 문항의 신뢰도를 검증하였다. 신뢰도 검증을 통해 전체문항의 내적 합치도를 산출하고, 항목과 전체 척도의 상관관계 및 각 문항이 삭제되었을 때 통계량을 통해 각 문항이 전체 개념을 적절히 설명하며 각 하위요인에 잘 부합되는지에 대해 확인하였다.

<표 3> 부모소진 척도 하위요인 및 문항 수

요인	요인명	문항수	문항번호
1	감정고갈	10	q68, q34, q23, q33, q52, q5, q80, q79, q84, q17
2	신체화	8	q27, q71, q64, q1, q75, q94, q57, q39
3	역할정체성 상실	5	q47, q41, q76, q46, q93

* 역문항 채점(41, 46, 76, 93)

<표 4> 부모소진 척도 하위요인 간 상관관계

	구성개념 간 상관관계		
	감정고갈	신체화	역할정체성 상실
감정고갈	1		
신체화	.59***	1	
역할정체성상실	.47***	.34***	1

*** $p < .001$

1) 전체문항의 평균, 표준편차, 상관관계, 신뢰도 분석

다음은 전체문항의 신뢰도와 문항별 평균, 표준편차, 항목과 전체의 상관관계 및 각 문항이 삭제된 경우 신뢰도 계수는 <표 5>에 제시된 바와 같다. 문항별 평균은 1.80에서 3.33이며, 표준편차는 .92에서 1.24로 적당한 분포를 보이는 것으로 나타났다. 또한 각 문항과 전체의 신뢰도는 .93으로 높게 나타났으며, 문항이 삭제되더라도 내적 일치도 계수가 상승하지 않는 것으로 나타났다. 이처럼 모든 문항은 부모소진 척도구성에 적합한 것으로 확인되었다.

2) 하위요인별 평균, 표준편차, 상관관계와 신뢰도

부모소진 척도의 하위요인으로 감정고갈, 신체화, 역할정체성 상실의 요인별 문항에 해당하는 요인 간의 상관관계, 내적 일치도, 신뢰도는 다음과 같다.

① 감정고갈

감정고갈 요인의 문항별 평균은 1.80에서 2.26이고, 표준편차는 .92에서 1.08로 적당한 점수분포를 보이며 문항의 내적 합치도 Cronbach's α 는 .93으로 나타났다. 각 문항과 소 척도의 상관관계수는 모든 문항이 .67에서 .75로 양호하게 나타났으며, 각 문항이 삭제될 경우, 내적 일치도 계수가 상승하는 경우가 없는 것으로 나타났다. 이를 통해 10개 문항은 감정고갈 요인을 적절히 설명하는 것으로 확인되었으며 감정고갈 요인의 평균과 표준편차, 상관관계, 신뢰도는 <표 6>에 제시하였다.

② 신체화

신체화 요인의 문항별 평균은 2.54에서 3.39이고, 표준편차는 1.09에서 1.26으로 적당한 점수분포를 보이며 문항의 내적 합치도 Cronbach's α 는 .89으로 나타났다. 각 문항과 소 척도의 상관계수는 모든 문항이 .50에서 .77 양호하

게 나타났으며, 각 문항을 삭제할 경우 내적 일치도 계수가 상승하는 경우가 없는 것으로 나타났다. 이를 통해 8개 문항은 신체화 요인을 적절히 설명하는 것으로 확인되었으며 신체화 요인의 평균, 표준편차, 상관관계 및 신뢰도는 <표 7>에 제시하였다.

<표 5> 요인별 문항 기술통계

요인	번호	평균	표준편차	왜도	첨도	수정된 항목-전체 상관관계	문항이 삭제된 경우 Cronbach's α	Cronbach's α
감정 고갈 (10)	q68	2.15	1.08	.68	-.42	.75	.92	.93
	q34	2.12	.99	.66	-.18	.75	.92	
	q23	2.31	1.01	.38	-.67	.74	.92	
	q33	2.20	1.07	.63	-.40	.74	.92	
	q52	2.26	.97	.50	-.36	.73	.92	
	q5	2.25	1.07	.53	-.65	.69	.92	
	q80	2.04	1.05	.90	.17	.70	.92	
	q79	2.11	.97	.76	.21	.72	.92	
	q84	1.80	.92	1.31	1.73	.64	.92	
	q17	1.85	.97	.96	.13	.67	.92	
신체화 (8)	q27	3.06	1.09	-.14	-.73	.68	.90	
	q71	3.33	1.19	-.34	-.76	.64	.90	
	q64	2.65	1.14	.15	-.90	.78	.89	
	q1	3.39	1.05	-.53	-.36	.61	.90	
	q94	2.69	1.24	.11	-1.13	.73	.89	
	q75	2.73	1.15	.21	-.86	.69	.90	
	q57	2.59	1.24	.35	-.91	.75	.89	
	q39	2.63	1.26	.32	-.98	.73	.89	
역할 정체성 상실 (5)	q47	2.67	1.06	.35	-.43	.59	.82	
	q41	2.73	.95	.26	-.23	.69	.79	
	q76	2.87	1.04	.11	-.47	.68	.79	
	q46	2.60	1.00	.36	-.29	.67	.79	
	q93	2.53	1.02	.40	-.20	.57	.82	

<표 6> 감정고갈 요인의 평균, 표준편차, 상관관계 및 신뢰도

요인	번호	평균	표준편차	왜도	첨도	수정된 항목-전체 상관관계	문항이 삭제된 경우 Cronbach's α	Cronbach's α
감정 고갈 (10)	q68	2.15	1.08	.69	-.42	.75	.92	.93
	q34	2.12	.99	.69	-.18	.75	.92	
	q23	2.31	1.01	.38	-.67	.74	.92	
	q33	2.20	1.07	.63	-.40	.74	.92	
	q52	2.26	.97	.50	-.36	.73	.92	
	q5	2.25	1.07	.53	-.65	.69	.92	
	q80	2.04	1.05	.90	.17	.70	.92	
	q79	2.11	.97	.76	.21	.72	.92	
	q84	1.80	.92	1.31	1.73	.64	.92	
	q17	1.85	.97	.96	.13	.67	.92	

③ 역할정체성 상실

역할정체성 상실 요인의 평균은 2.53에서 2.87이고, 표준편차는 .95에서 1.06로 적당한 점수분포를 보이며 문항의 내적 합치도 Cronbach's α 는 .84로 나타났다. 문항과 소 척도 간의 상관계수는 모든 문항이 .57에서 .69로 양호하며 각 문항을 삭제할 경우 내적 일치도 계수가 상승하는 경우가 없는 것으로 나타났다. 이를 통해 5개 문항은 역할정체성 상실 요인을 적절히 설명하는 것으로 확인되었으며 역할정체성 상실 요인의 평균, 표준편차, 상관관계 및 신뢰도는 <표 8>에 제시하였다.

④ 신뢰도 검증

최종문항에 대한 신뢰도 검증을 위해 요인별 문항과 전

체문항의 Cronbach's α 계수와 반분 신뢰도의 결과는 <표 9>에 제시하였다. 반분 신뢰도는 .95으로 높게 나타나 측정 도구의 일관성과 안정성을 확보하였다.

4. 부모소진 척도의 타당화 검증

1) 확인적 요인분석

본 연구의 탐색적 요인분석 결과를 바탕으로 개발된 부모소진 척도의 구성요소를 확인하고자 확인적 요인분석을 실시하였다. 부모소진 척도 23개 문항의 확인적 요인분석 결과에 따른 부모소진 모형의 적합도 지수는 <표 10>에 제시된 바와 같다. 부모소진 척도 23개 문항의 적합도 지수는

<표 7> 신체화 요인의 평균, 표준편차, 상관관계 및 신뢰도

요인	번호	평균	표준 편차	왜도	첨도	수정된 항목-전체 상관관계	문항이 삭제된 경우 Cronbach's α	Cronbach's α
신체화 (8)	q27	3.06	1.09	-.18	-.73	.67	.88	.89
	q71	3.33	1.19	-.34	-.76	.62	.88	
	q64	2.65	1.14	.15	-.90	.77	.87	
	q1	3.39	1.05	-.53	-.36	.60	.89	
	q94	2.69	1.24	.11	-1.13	.74	.87	
	q75	2.54	1.16	.21	-.86	.50	.90	
	q57	2.59	1.24	.35	-.91	.74	.87	
	q39	2.63	1.26	.32	-.98	.73	.87	

<표 8> 역할정체성 상실 요인의 평균, 표준편차, 상관관계 및 신뢰도

요인	번호	평균	표준 편차	왜도	첨도	수정된 항목-전체 상관관계	문항이 삭제된 경우 Cronbach's α	Cronbach's α
역할 정체성 상실 (5)	q47	2.67	1.06	.35	-.43	.59	.82	.84
	q41	2.73	.945	.26	-.23	.69	.79	
	q76	2.87	1.04	.11	-.47	.68	.79	
	q46	2.60	1.00	.36	-.29	.67	.79	
	q93	2.53	1.02	.40	-.20	.57	.82	

<표 9> 반분 신뢰도

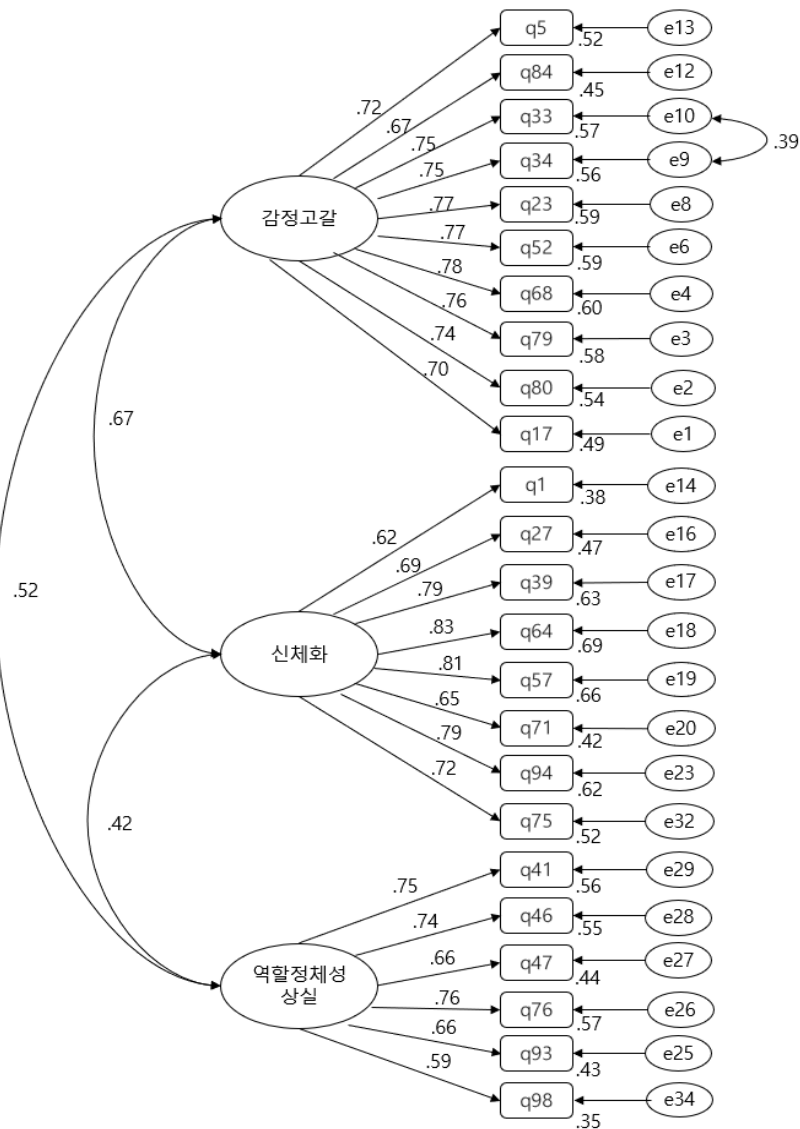
구 분	문 항 수	Cronbach's α
감정고갈	10	.93
신체화	8	.91
역할정체성 상실	5	.84
전체	23	.93
반분(n=340)	홀수 12/ 짝수 11	.95

χ^2 값이 각각 661.40($df=227$), χ^2/df 값이 2.91, TLI는 .93, CFI는 .94, RMSEA는 .06로 나타났다. TLI, CFI는 .90이상일 경우, RMSEA가 .08이하면 양호한 적합도라고 본다(우종필, 2022). 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 측정 모형의 적합도 지수는 모든 기준에 부합하는 것으로 나타나 23문항에 대한 연구모형은 수용할 만하다고 판단되었다. 확인적 요인분석을 통하여 추출된 3 요인 23개 문항에

대한 요인 구조 모형은 <그림 2>에 제시되어 있으며, 잠재변인과 측정 문항의 경로계수는 <표 11>에 제시하였다. 표준화된 회귀계수는 .50 이상이면 적합한 것으로 보는데 모든 측정 문항의 표준화된 회귀계수는 .62에서 .83로 나타났으며 표준오차는 .04에서 .09으로 한껏값이 2.0 이상으로 나타나지 않았다. 구조모델의 추정과 관련하여 기각비(C.R.)는 절댓값이 1.96 이상일 경우 유의하다고 간주하는

<표 10> 부모소진척도 모형의 적합도 지수

구분	χ^2	df	χ^2/df	TLI	CFI	RMSEA
적합도지수	661.43	227	2.91	.93	.94	.06



<그림 2> 부모소진 척도의 확인적 요인분석

데, 모든 측정 문항의 기각비는 11.76에서 20.91으로 $p < .001$ 에서 유의한 것으로 나타났다. 측정 문항에 대한 설명력을 나타내는 다중상관 자승치(SMC)는 .38에서 .68로 .20이상이 기준치인 고려하면 측정 변인들은 잠재적 변인에 대하여 설명력이 양호하다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 부모소진 척도의 모든 측정 문항이 각 잠재 변수의 개념을 잘 반영하고 있음을 나타내고 있다.

2) 부모소진 척도 최종문항

부모소진 척도는 감정고갈 10개 문항, 신체화 8개 문항, 역할정체성 상실 5개 문항으로 최종 완성되었으며 구체적 인 문항은 <표 12>에 제시하였다.

3) 공인타당도 검증

본 연구의 부모소진 척도에 대한 공인타당도 검증을 위하여 부모소진과 가장 높은 관련이 있는 변인으로 연구되고 있는 양육불안과 상관관계를 살펴 타당도를 검증하였다. 부모소진 척도의 하위요인과 부모양육불안과의 상관관계를 분석한 결과는 <표 13>에 제시하였다.

부모소진과 양육불안과의 상관관계를 살펴보면, 감정고갈은 능력불안($r = .48, p < .001$), 관계불안($r = .76, p < .001$), 보호불안($r = .408, p < .001$)과 정적상관을 보였다. 신체화는 능력불안($r = .58, p < .001$), 관계불안($r = .48, p < .001$), 보호불안($r = .41, p < .001$)과 유의한 정적상관으로 나타났다. 역할정체성 상실은 능력불안($r = .20, p < .001$)과 관계불안($r = .34, p < .001$) 정적 상관을, 보호불안($r = .026, p > .05$)과는 유의한 관계가 나타나지 않았다.

본 연구에서는 양육불안을 전체 척도로 사용하여 부모소진의 상관관계를 다시 살펴본 결과, 양육불안은 부모소

<표 11> 부모소진 척도 잠재 변인과 측정 변인의 표준 적재치, 오차, SMC

잠재변인	측정변인	표준화계수	표준오차	C.R.	p	SMC
감정고갈	17	.69	모수 1			.48
	52	.76	.07	16.28	.00	.58
	68	.78	.07	16.63	.00	.61
	79	.76	.07	16.10	.00	.53
	80	.73	.07	15.52	.00	.53
	23	.77	.07	16.31	.00	.58
	34	.78	.07	16.61	.00	.61
	33	.78	.08	16.68	.00	.61
	84	.67	.06	14.35	.00	.45
	5	.72	.08	15.50	.00	.52
신체화	39	.79	모수 1			.63
	27	.69	.05	16.57	.00	.47
	71	.65	.05	15.40	.00	.42
	64	.83	.05	20.91	.00	.69
	1	.62	.04	14.56	.00	.38
	94	.79	.05	19.53	.00	.62
	75	.72	.05	17.57	.00	.52
	57	.82	.05	20.37	.00	.66
역할정체성 상실	47	.63	모수 1			.40
	41	.79	.08	13.64	.00	.59
	76	.77	.09	13.73	.00	.60
	46	.76	.08	13.63	.00	.59
	93	.63	.08	11.76	.00	.39

* 역문항 채점(41, 46, 76, 93)

〈표 12〉 부모소진 척도 최종문항

번호	문항내용
감정고갈	
q68	아이와 함께 있는 것이 즐겁지 않다.
q34	감정이 소모되어 좋고 싫은 것도 느끼지 못한다.
q23	아이에게 다정다감하지 못하다.
q33	감정이 메말라 있다.
q52	아이의 마음에 공감을 못 해준다.
q5	감정이 없는 부모라고 느낄 때가 있다.
q80	아이에게 화가 나면 감정이 쉽게 풀리지 않는다.
q79	아이가 내게 무언가를 요구하면 짜증부터 난다.
q84	부모로서 기쁨을 느낀 적이 별로 없다.
q17	아이에게 비난과 폭언을 하며 비인격적으로 대한다.
신체화	
q27	저녁이 되면 몸이 너무 피곤해서 탈진 상태가 된다.
q71	틈만 나면 누워서 쉬고 싶다.
q64	힘들어서 몸에 기운이 다 빠져 있다.
q1	자고 일어나도 여전히 몸이 무겁다.
q75	아침에 일어나면 피곤해서 할 일을 자꾸 미룬다.
q94	아무런 의욕 없이 무기력에 빠질 때가 있다.
q57	아침에 일어나면 피곤해서 오늘을 건너뛰고 싶다.
q39	모든 것에서 벗어나고 싶다.
역할정체성 상실	
q47	부모로서 한계를 느낀다.
q41	부모로서 자부심이 느껴진다(R).
q76	부모로서의 내 자신이 자랑스럽다(R).
q46	부모로서 당당하다(R).
q93	부모 역할에 보람을 느낀다(R).

〈표 13〉 부모소진 척도와 양육불안의 상관관계

구분	부모소진		
	감정고갈	신체화	역할정체성상실
능력불안	.48***	.58***	.20***
관계불안	.76***	.48***	.34**
보호불안	.40***	.41***	.03
양육불안	.68***	.62***	.24***

*** $p < .001$

진 척도의 감정고갈과($r=.68, p<.001$), 신체화 ($r=.62, p<.001$), 역할정체성상실과 ($r=.24, p<.001$)로 유의한 정적상관을 보여주었다. 따라서 본 연구에서 개발된 부모소진 척도의 하위요인들과 양육불안 전체 척도의 상관관계가 모두 유의한 것으로 나타남에 따라 두 척도 간에 관련성이 확인되었다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 문헌 고찰과 심층 면담을 통해 이론적 근거와 실증연구를 바탕으로 구성 요인을 추출하여 문항을 구성하고, 탐색적 요인분석을 통하여 구성 요인을 검증하였고, 공인타당도를 검증하여 유아기 자녀의 부모소진 척도

를 개발하였다. 본 연구에서 개발된 유아기 자녀의 부모소진 척도는 감정고갈, 신체화, 역할정체성 상실의 세 요인으로 구성되었고, 총 23개 문항으로 이루어졌다.

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 논의한다.

첫째, 부모소진의 첫 번째 요인은 감정고갈로 나타났다. 부모소진의 감정고갈은 부모로서 자녀에 대한 감정이 소진되어 감정을 느끼거나, 정서적 교류를 하지 못하는 상황을 표현해 주는 요인이다. 선행연구와 비교하였을 때 감정고갈이 포괄하는 개념으로는 MBI에서는 정서적인 고갈과 비인간화(Maslach & Jackson, 1981)가 있으며, PBA에서는 자녀와 정서적 거리 두기(Roskam et al., 2018)가 있다. 본 연구에서는 부모 심층 면담을 바탕으로 이와 유사한 개념인 부모소진의 요인 중 ‘감정고갈’이라는 요인을 도출하였으며, 이는 부모소진의 하위요인 중 설명력이 가장 높게 나타났다. 감정고갈은 부모로서 자녀에 대한 감정이 소진되어, 정서적 교류를 하지 못하는 상태로 부모 자신에 대한 무가치함, 부모로서의 절망감으로 양육으로 인한 스트레스, 자원의 과부하, 피로의 누적으로 정의된 기존의 개념과 다른 의미를 지니고 있다. 특히 본 연구에서 문항으로 이어지지 않는 심층 면담 과정에서 한국 부모의 경우 양육하면서 자신이 가치가 없어 느껴져 부모로서의 만족감이 떨어지면서 자기 능력을 저평가하거나 양육에 대한 스스로 만족감이 사라져 아무것도 하고 싶지 않다는 결과가 도출되기도 하였다. 이는 조사에 참여한 우리나라의 유아기 자녀의 부모들 역시 직업소진(MBI) 및 서구권의 부모소진(PBA)과 유사한 유형의 소진을 많이 경험하고 있음을 시사한다. 즉, 감정고갈은 우리나라와 서구권의 부모 역할 및 직업에서 소진이 나타나는 가장 보편적인 형태라는 점을 입증해 준다.

둘째, 부모소진 척도의 두 번째 요인은 신체화이다. 신체화는 의학적으로 알 수 없는 원인으로 인해 온몸에 힘이 없고, 피로감이 쌓여서 잠을 자도 피곤하고, 몸에 이유 없이 기운이 빠져서 무기력감을 경험하거나 현실에서 벗어나고 싶은 상태로 나타난다. 신체화는 기존의 척도에는 없는 독특한 요인으로 본 연구에서 추출되었다. PBA에 포함되지 않았던 신체화는 정서적 탈진과 별도로 분류되어 소진측정에 신체적 요인이 포함되어야 한다는 선행연구의 주장과 맥을 같이한다(허옥희, 2017; Schonfeld, 2001; Pines & Aronson, 1988). 특히 우리나라의 성인 발달장애인 부모를 대상으로 소진 척도를 별도 개발한 황미연(2022)의 연구에서도 기존 PBA 요인과 달리 신체화 증상이 하위요인으로 구성되었다는 점은 서구권과 우리나라에 차이점이 존

재할 수 있다는 점을 뒷받침한다.

신체화는 우리나라의 특성상 유아기 자녀에게 동반되는 집중적인 보호 양육 및 부모의 지대한 관심이 장기화되고, 갑작스러운 코로나19로 직업과 육아의 동시적인 역할에 따른 신체적 증상을 포함하여 감정과 역할에 대한 부담감이 누적된 결과로 해석할 수 있다. 또한 부모 역할에 대한 한국의 고유문화로 인해 역할소진을 쉽사리 표현하지 못하기에, PBA와 같은 역할 위주 척도로 측정 시 소진이 서구권에 비해서 낮아 보일 수 있으나 실제로는 소진에 대한 진단, 예방, 치료, 개입 등의 질차가 늦어지고 소진이 더욱 누적되어 한층 심각한 신체화 증상까지 더욱 빈번하게 이어지는 것으로 유추해 볼 수 있다. 다시 말해서, 한국을 포함한 동양권에서 부모소진이 실제로 낮은 것이 아니라 서양 문화권의 0-39세 자녀의 부모를 기반으로 개발된 척도가 집단주의, 완벽주의 등의 유아기 자녀의 부모소진과 연관된 요인이 존재하는 한국에서 부모소진을 온전히 담아내지 못하며, 우리나라의 유아기 자녀의 부모를 대상으로 한 심층 면담을 통한 척도가 신체화를 포함한 부모 소진을 더 정확하게 측정할 수 있다는 것이다.

셋째, 부모소진 척도의 세 번째 요인은 역할정체성 상실로 부모로서 자신에 대한 자책감이 늘어나 자녀를 키우면서 만족감이 사라져 양육효능감이 떨어지는 것이다(박영애 외, 2000; Becker, 1964). 역할 혼란을 겪을 때 양육에 대한 부담감이 지나치게 높아져 자녀에 대한 정서적 학대를 하거나 책임감이 낮아지거나(임선아, 임효진, 2015; Mikolajczak et al., 2018), 부모들은 자녀들과 함께 있으면서 압도적인 피로감을 느끼게 되고, 자녀와 점점 더 소원해지며, 이전의 양육과 대조되는 상태에 처하면서 역할성취감 상실을 호소하는 부모가 증가하게 되었다(손서희 외, 2021; Mikolajczak & Roskam, 2018). 또한 부모소진은 만성적인 양육 스트레스에 지속해서 노출되어 발생하는 특정 증후군(한은아, 2010; Mikolajczak & Roskam, 2018; Roskam et al., 2017)으로 부모 역할에 최선을 다하지 못한다는 죄책감이 소진으로 이어질 수 있다는 점을 본 연구에서 시사해 주고 있다.

공인타당도 검증을 위하여 양육불안과 상관관계를 살펴본 결과, 유아기 자녀의 부모소진의 감정고갈은 보호불안, 관계불안, 능력불안과 정적상관을 보여주었고, 신체화는 보호불안, 관계불안, 능력불안과, 역할정체성 상실은 관계불안과, 능력불안과 유의한 정적상관 관계가 나타났다.

그러나 보호불안은 역할정체성 상실과 정적인 상관관계가 나타나지 않았는데, 한국적인 부모 역할에 대한 관념 하

에 자녀를 부모로부터 독립된 존재로 여기기보다는 부모에게 귀속되고 부모가 책임져야 하는 존재로 여기고 자녀를 위해 희생해야 하는 역할로 여겨(김은주 외, 2014; 이유미, 이정은, 2014; 임선아, 임효진, 2015), 보호불안이 높을수록 자녀를 과잉보호하고 과잉적으로 돌보는 경우가 있기에 서양 등의 개인주의 사회에서처럼 부모의 역할에 싫증을 느끼거나 자녀와 정서적 거리를 두는 역할정체성 상실로 쉽게 이어지지 않는다는 결과로 해석된다.

이러한 결과를 바탕으로 개발된 부모소진 척도와 양육불안 척도는 통계적으로 유의미하게 나타나 관련성이 확인되었다. 이는 본 척도의 하위요인들이 부모소진 요인을 적절하게 설명한다는 점을 입증해 주며, 양육불안과 유의미한 상관관계를 가진 본 척도는 부모소진을 측정할 수 있는 적합한 도구인 것을 확인시켜 주었다.

본 연구에서 주목할 연구 결과는 부모의 감정고갈 요인이 기존의 척도와 공통으로 추출되고 설명력이 가장 높게 나타난 점, 기존의 척도와는 달리 새로 추가된 신체화 요인은 자녀를 돌볼 에너지가 고갈되어 심리적 압박감이 신체로 나타나는 증상 문항으로 이전의 부모소진 측정 도구인 PBI나 PBA가 포착하지 못한 요소를 측정할 수 있게 되었다는 점이다. 또한 역할정체성 상실은 부모 역할에서 성취감, 자부심을 경험하지 못한 상태가 부모로서의 정체성마저 위협하는 결과를 가져오는 내용이 포함되었다. 이 요인은 기존의 척도가 부모 역할 측면에서 부모소진을 측정했던 것과는 달리 한국의 부모가 지닌 부모상(parental image)의 관념, 즉 자녀를 부모와 독립된 존재로 여기기보다 부모가 책임져야 하는 존재로 여기는 독특한 한국문화를 반영해 준다.

결론적으로 본 연구는 문헌 고찰과 유아기 자녀의 부모와의 심층 면담 및 전문가 집단의 내용타당도, 설문 조사의 과정을 통해 질적·양적인 두 가지 연구 방법을 병행하여 부모소진을 가장 많이 경험한다고 밝혀진 유아기 자녀의 부모소진을 측정할 수 있는 도구를 개발한 것에 함의가 있다. 특히 직업 위주로 개발된 MBI를 부모용으로 전환하여 사용한 PBI와 부모 역할 위주로 접근을 한 PBA와 비교해 대상적·문화적 차이를 고려한 측정을 하여 부모소진을 측정할 수 있는 척도를 개발하였다는 점에서도 의의를 찾아볼 수 있다. 또한 코로나19와 같은 팬데믹 상황 및 긍정 과잉 및 활동 과잉으로 인한 피로, 완벽해야 한다는 중압감 및 내적·사회적 요구로 인해 더 많은 부모가 소진으로 이어지는 시대적 상황에서도 유아기 자녀의 부모소진을 미연에 방지하고 회복할 수 있도록 평가도구를 널리 보급하여 부모 교

육 현장과 부모 상담에서 부모 역량 강화를 위한 프로그램 개발에 본 척도가 근거가 되는 기준을 제시하였다는 점에서도 의의가 있다.

본 연구 결과의 의의에도 불구하고, 본 연구는 몇 가지 한계점이 있다. 이에 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 역할정체성 상실 요인이 보호불안과 정적인 상관관계가 나타나지 않았는데, 이는 한국의 부모 문화의 사회·시대적 맥락으로 인한 것일 수 있어 후속 연구에서 역할정체성 상실과 기존 척도에서의 역할 중심의 소진 요인의 관련성을 더 자세히 살펴볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구는 설문지 서두에 코로나19의 시기에 경험한 유아 부모소진에 대한 답변을 요청하여 완벽함을 강요받고, 좋은 부모를 강요받는 현시대의 밀레니엄 세대 부모의 사회적 바람직성(social desirability)을 통제하고자 하였다. 시대적 맥락이 동일하게 존재하기에 포스트코로나 상황에서도 본 연구의 결과가 유효할 것으로 예상하지만, 후속 연구에서는 설문지에서 코로나19에 대한 언급을 삭제한 후 타당도와 신뢰도 검증을 해볼 가치가 있다.

셋째, 본 연구는 만 3~5세 자녀를 양육하는 어머니와 아버지를 대상으로 연구가 실시되었다. 국내에서 사용되는 척도들은 주로 어머니를 대상으로 연구되었으며, 아버지를 대상으로 연구된 척도는 없었다. 아버지의 양육 참여와 역할의 변화뿐 아니라 공동육아의 개념이 확대되는 한국 사회 변화에 따라 후속 연구에서는 부모를 아버지와 어머니 집단별로 나누어 각각 지각한 소진을 비교 연구할 필요가 있겠다.

넷째, 본 연구에서는 만 3~5세 부모를 대상으로 연구를 진행하였다. 부모소진은 부모라면 누구나 겪을 수 있는 현상이기 때문에 MBI가 다양한 직업군을 대상으로 특성화된 바와 같이 부모소진 척도 역시 영아기, 사춘기 등 자녀를 양육하는 다양한 연령대를 대상으로 비교·분석해서 척도의 활용성을 넓힐 필요가 있다.

다섯째, 본 척도는 아버지와 어머니가 함께 유아기 자녀를 키우는 가정을 대상으로 설문 및 검증되었기에 한부모 가족, 조손가족 등과 같은 새로운 가족 형태에 적용하는데 한계가 있다. 이에 후속 연구에서는 다양한 가족 형태에 본 연구에서 개발된 부모소진 척도가 활용될지도 살펴볼 필요가 있다.

여섯째, 본 연구에서 본 연구대상자 선정에서 자녀 나이 선정에서 첫 자녀 나이에 제한을 두지 않았기에 연구대상자 선정에서 제외되었다. 후속 연구에서는 첫 자녀 연령과 자녀 수에 따른 부모소진 차이를 살펴볼 필요가 있다.

일곱째, 본 연구에서는 탐색적 요인분석을 진행하였고, 3가지 요인 구조에 대한 확인적 요인 분석을 실시하였다. 다른 표본과 교차 타당도 검증을 통해 해당 표본에만 잘 맞는 요인 구조가 아닐지 검증하지 못하였다는 제한점이 있다.

마지막으로 본 연구에서 개발된 부모 소진 척도는 상담과 교육 현장에서 부모 소진이 발생하기 전 검사를 통해 소진을 예측하고, 예방하고, 개입하는 데 실증적 근거 기준이 될 수 있다. 부모가 일상생활에서 경험하는 다양한 문제는 부모 스스로가 해결해야 하는 개인의 사회적·심리적 문제 이면서도 가족, 이웃, 지역사회 등의 주변 환경과 관련되어 다양한 방법으로 해결해야 할 사회적 차원의 문제이기 때문이다. 이에 본 척도의 개발은 후속 연구는 물론 다양한 지역사회와 부모 교육 현장, 상담 기관의 연구개발과 부모 상담 개입에 근거 기준이 되는 도구로써 현장에서의 활용도를 높여 사회적 차원에서 부모 소진을 다룰 수 있는 도구가 될 것이라 제언한다.

주제어: 부모소진, 영유아기 부모, 불안

REFERENCES

- 곽지애(2016). 젊은 세대 어머니들의 육아 온라인 커뮤니티에 대한 경험. 영남대학교 석사학위논문.
- 김경미, 김영희(2009). 부부의 성격특성과 갈등의 상호작용이 결혼 만족도에 미치는 영향. *한국가족관계학회지*, 14(3), 327-352.
- 김경임, 황윤세(2020). 유아기 부모양육역량 척도 개발 및 타당화. *열린부모교육연구*, 12(4), 133-152.
- 김미영(2015). 에릭슨의 심리사회 발달적 인간 고찰. *사회복지경영연구*, 2(2), 27-42.
- 김은경, 고진강(2016). 어머니의 양육스트레스와 분노, 신체화 증상과의 관계. *스트레스연구*, 24(3), 151-160.
- 김은주, 이영경, 연희정(2014). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 전통육아에 대한 이미지 분석: Q 방법론적 접근. *한국보육지원학회지*, 10(5), 273-298.
- 문수백(2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 박영애, 최영희, 박인진(2000). 아동이 지각한 어머니 양육 행동과 아동의 정서지능과의 관계. *한국가족복지학*, 5(2), 161-182.
- 서자경, 이기학(2017). 기혼 취업모의 일-가정 갈등이 지속적 조직몰입에 미치는 영향: 정서적 고갈과 가족친화적 조직분위기 인식의 조절된 매개효과. *상담학연구*, 18(4), 343-367.
- 손서희, 성미애, 이재림, 유재언, 손서희, 장영은(2021). 코로나 19 장기화로 인한 가계경제 악화가 가족생활과 심리적 복지에 미친 단기중단적 영향과 조절요인. *한국가족관계학회지*, 26(1), 3-25.
- 엄문설, 이양희(2020). 한국판 부모 소진 척도 타당화 연구. *위기관리논집*, 16(10), 119-133.
- 오영진, 김영희(2021). 부모양육불안 척도 개발 및 타당화 연구. *미래유아교육학회지*, 28(2), 27-57.
- 성태제(2019). *현대교육평가*. 학지사.
- 우종필(2022). *우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해*. 한나래출판사.
- 이유미, 이정은(2014). 어머니의 기질, 양육스트레스, 배우자의 지지가 3개월 영아의 발달에 미치는 영향. *한국영유아보육학*, 86, 259-281.
- 이은희, 최태산, 임은정(2000). 맞벌이 부부의 일-가족 갈등과 탈진과의 관계: 적극적 대처, 사회적 지원 요청 대처, 회피 대처의 조절효과. *상담학연구*, 1(1), 183-204.
- 이효순, 김영희(2006). 가정과 직장생활의 역할 스트레스가 유치원교사의 역할 긴장과 소진에 미치는 영향. *생활과학연구논총*, 1, 1-23.
- 임선아, 임효진(2015). 어머니의 양육관련변인과 유아 문제행동의 구조적 관계. *한국영유아보육학*, 90, 159-184.
- 장성오, 김용미(2011). 어머니의 양육스트레스와 소진이 양육효능감과 양육행동에 미치는 영향. *발도르프교육연구*, 3(1), 91-111.
- 최선녀, 최항준(2017). 유아의 일상적 스트레스가 문제행동에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 18(3), 628-639.
- 최혜란, 김영희(2019). 어머니와 유아의 상호작용 평가척도 개발. *미래유아교육학회지*, 26(3), 89-117.
- 한병철(2012). *피로사회*. 서울: 문학과 지성사.
- 한수희, 이소희(2019). 영·유아기 자녀를 둔 어머니의 양육소진에 관한 합의적 질적 연구. *한국가족복지학*, 24(1), 69-98.
- 한은아(2010). 부모의 양육태도와 부모소진 및 초등학교 학업소진과의 관계. 고려대학교 석사학위논문.
- 허옥희(2017). 유치원교사의 직무만족도와 정서적 소진, 역할 수행 간의 관계 구조 분석. *열린부모교육연구*,

- 9(4), 293-308.
- 황미연(2022). 성인발달장애인 부모의 부모소진 척도 개발 및 타당화. 인천대학교 박사학위논문.
- Abidin, R.(1990). *Parenting stress index short form – test manual*. Charlottesville: Pediatric Psychology Press.
- Azar, S. T.(2000). Preventing burnout in professionals and paraprofessionals who work with Child abuse and neglect cases: A cognitive behavioral approach to supervision. *Journal of Clinical Psychology*, 56(5), 643 - 663.
- Bandura, A., Walters, R. H.(1959). *Adolescent aggression*. New York: Ronald Press Company.
- Becker, W. C.(1964). *Consequences of Different Kinds of Parental Discipline*. *Review of Child Development Research*, 1(1), 169-208.
- Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E.(2019). Burnout: Moving beyond the status quo. *International Journal of Stress Management*, 26(1), 36-45.
- Crnic, K., & Low, C.(2002). *Everyday stresses and parenting*. In M. H. Bornstein(Ed.), *Handbook of Parenting Volume 5 Practical Issues in Parenting*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Freudenberger, H. J.(1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Griffith, A. K.(2020). Parental burnout and child maltreatment during the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Violence*, 37(5), 725 - 731.
- Hubert, S., & Aujoulat, I.(2018). Parental burnout: When exhausted Mothers open up. *Frontiers in Psychology*, 9, 1021.
- 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), 641-647.
- Maslach, C.(1982). *Burnout: The cost of caring*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Maslach, C., & Jackson, S. E.(1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., Shaufeli, W. B. & Leiter, M. P.(2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 1, 397-422.
- 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.
- Pelsma, D. M., Roland, B., Tollefson, N., & Wigington, H.(1989). Parent burnout: Validation of the Maslach Burnout Inventory with a sample of mothers. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 22(2), 81-87.
- Petersen, A. H.(2021). *Can't even: How millennials became the burnout generation*. New York: Houghton Mifflin Harcourt.
- Pines, A. & Aronson, E.(1988). *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Procaccini, J., & Kiefaber, M.(1983). *Parent Burnout*. Garden City, Doubleday.
- Roskam, I., & Mikolajczak, M.(2020). Gender differences in the nature, antecedents and consequences of Parental Burnout. *Sex Roles*, 83(7-8), 485 - 498.
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M.(2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 758.
- Roskam, I., Raes, M.-E., & Mikolajczak, M.(2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the Parental Burnout Inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 163.
- Schonfeld, I. S.(2001). Stress in 1st-year women teachers: The context of social support and coping. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 2001, 127(2), 133-168.
- Shankar, A., Elliott, R., & Goulding, C. (2001). Understanding consumption: Contributions from a narrative perspective. *Journal of Marketing Management*, 17(3-4), 429-453.
- Skovholt, T. M.(2001). *The resilient practitioner*. Boston: Allyn & Bacon.
- Smith Jr, E. V., Wakely, M. B., De Kruif, R. E., &

- Swartz, C. W. (2003). Optimizing rating scales for self-efficacy (and other) research. *Educational and psychological measurement*, 63(3), 369-391.
- 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.
- Terry, P. M.(1997). Teacher burnout: Is it real? Can we prevent it?, *Annual Meeting of the North Central Association of Colleges and Schools*, Chicago, IL.
- 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.

Received 31 October 2023;

1st Revised 30 November 2023;

Accepted 5 December 2023