

유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 불안과 소진이 가정 내 혼란에 미치는 영향: 공동육아의 조절된 매개효과를 중심으로

Effects of Maternal Parenting Anxiety and Burnout on Household Chaos: Examining the Moderated Mediation Effect of Co-parenting

민분홍¹⁾ · 신나리^{2),*}

충북대학교 아동복지학과 박사¹⁾ · 충북대학교 아동복지학과 교수^{2),*}

Min, Boonhong¹⁾ · Shin, Nary^{2),*}

Department of Child Welfare, Chungbuk National University^{1),2)}

Abstract

The purpose of this study was to examine effects of parenting anxiety and burnout on home chaos among mothers of 5-year-old children and to find out the moderating effect of co-parenting in the mediating effect of mothers' parenting anxiety, burnout, and home chaos. A total of 267 children in 5-year-old classes and their mothers were used for the final analysis. The moderated mediating effect of mothers' parenting anxiety and burnout on home chaos was analyzed using Model 59 of the SPSS macro PROCESS, as proposed by Hayes (2018). Results were as follows. First, mothers' parenting anxiety had a significant effect on home chaos through mothers' burnout. Second, co-parenting was found to moderate the relationship between mothers' parenting anxiety and burnout. Based on these findings, high levels of anxiety experienced by mothers while parenting might lead to their psychological and physical burnout and cause home chaos. This study also confirmed that co-parenting moderated the relationship between parenting anxiety and burnout. Thus, this study suggests the importance of co-parenting.

Keywords: Home chaos, Parenting anxiety, Burnout, Co-parenting

I. 서론

가정환경은 인간의 행동, 가치, 태도 형성에 영향을 미치는 가장 기본적인 생활환경이다. 특히 생애 초기인 유아에게 가정환경은 출생 직후 가장 먼저 접하는 일차적 환경으로서, 지속적인 상호작용을 통해 초기 경험을 형성하는 중요한 맥락을 이룬다(김지현 외, 2012). 특히 유아기 아동은 상당 시간을 가정에서 보내므로, 가정에서의 경험은

유아의 성장과 이후 발달에 지대한 영향을 미친다(한명숙, 2013).

가정환경은 유아에게 제공되는 다양한 자극을 포함하는데, 물리적 유인과 경험, 부모와의 상호작용을 통해 형성되는 온정적인 심리적 환경, 그리고 가정의 조직화 정도와 안정성 등을 포괄한다(한명숙, 서선숙, 2013). 이러한 가정환경 자극은 유아의 인지, 언어 및 문제행동(김수정, 정익중, 2015), 정서지능(이남희, 2017), 학습행동(박희

본 논문은 2024년 (사)한국생활과학회 하계공동학술대회(2024.05.31.)에서 발표한 포스터 논문을 일부 수정·보완한 것임.

* Corresponding author: Shin, Nary

Tel: +82-43-261-3229, Fax: +82-43-260-2793

E-mail: binah2009@chungbuk.ac.kr

© 2025, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

숙, 2008), 배려행동(한명숙, 2013) 등 유아 발달 전반에 걸쳐 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 그러나 기존 연구들은 주로 따뜻하고 반응적인 양육 태도와 풍부한 교육적 자극을 제공하는 주양육자의 가정 내 상호작용에 초점을 맞추어 왔다(김윤희 외, 2019; 서소정 외, 2018; 설경옥, 문혁준, 2011; 임선아, 심숙영, 2022).

최근 유아를 둘러싼 환경에 대한 다차원적 접근이 강조되면서, 사회적 환경뿐 아니라 물리적 환경의 중요성이 부각되고 있다(Bronfenbrenner & Crouter, 1983; Matheny et al., 1995). 유아의 미시체계에서 양육자와의 상호작용이 사회적 환경에 해당한다면, 물리적 환경은 양육자와 아동의 상호작용이 발생하는 환경 또는 장소를 의미한다(Wachs, 1989). 특히 유아기 자녀를 둔 가정에서 부모는 가정 내 환경을 구성하고 다양한 자극을 제공하는 중요한 역할을 수행하므로(김정미, 박금주, 2007), 연구자들은 부모가 조성하는 가정 내 환경 자극이 얼마나 다양하고 일관적이며, 적절하게 구조화되어 있는지에 관심을 두기 시작하였다(강동연, 박주희, 2020; Vernon-Feagans et al., 2012). 이에 연구자들은 가정 내 환경 자극의 질적 측면을 파악하는 데 있어 가정 내 혼란이라는 개념에 주목하게 되었다.

가정 내 혼란(household chaos)은 구조화되지 않은 환경에서 과도한 자극이 유발되는 상태로, 일상생활의 무질서와 불안정성, 규칙 부족으로 인한 예측 불가능성을 주된 양상으로 볼 수 있다(Coldwell et al., 2006; Garrett-Peters et al., 2016; Vernon-Feagans et al., 2012). 이는 필요 이상의 과잉 자극이 존재하는 상태로, 높은 수준의 청각적 소음, 구조화되지 않은 상태, 지나치게 빠른 생활 속도, 정돈되지 않은 공간 등이 이에 해당하는 특징이다.

가정 내 혼란이 심할 경우, 과도한 자극은 유아의 과도한 각성 상태를 유발하여 부적응을 초래할 수 있으며, 장기간의 불안정성 노출은 유아의 안정감 저해 및 일상적인 규칙 습득의 어려움으로 이어져 사회적 상황에서의 부적절한 행동으로 나타날 가능성을 높인다(이보미 외, 2023). 선행연구에 따르면, 가정 내 혼란은 아동의 인지, 정서, 사회성 발달뿐만 아니라(Berry et al., 2016; Deater-Deckard et al., 2009; Raver et al., 2015; Tucker et al., 2018), 언어 발달에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 보

고되었다(Martin et al., 2012; Vernon-Feagans et al., 2012).

양육 불안은 가정 내 혼란에 영향을 미치는 중요한 요인 중 하나로 여겨진다. 양육 불안은 ‘양육’과 ‘불안’의 합성어로, 부모가 자녀를 양육하면서 느끼는 불안감을 의미한다(Grolnick & Seal, 2008). 즉, 양육 상황에서 부모가 경험하는 불안정한 내적 상태를 의미하는 양육 불안은 부모의 양육 행동과 양육 스트레스에 영향을 미치는 심리적 상태를 나타낸다(오영진, 김영희, 2021). 급변하는 유아기 자녀의 발달 특성은 부모에게 새로운 역할에 신속히 적응해야 하는 긴장과 부담을 가중시켜 불안과 스트레스 수준을 높이며(한준아 외, 2014), 특히 자녀 양육의 책임이 어머니에게 집중되면서 어머니가 양육 과정에서 더 많은 불안과 스트레스를 느끼는 것으로 보고되고 있다(김미예, 박동영, 2009; 서미정, 최은실, 2016).

한편, 어머니의 소진은 가정 내 혼란을 야기하는 또 다른 중요한 요인으로 고려될 수 있다. 소진은 개인이 수행해야 할 과제에 대해 정서적, 신체적 의욕을 상실하게 되는 현상으로(구효진, 김민영, 2016; Freudenberger, 1974; Maslach, 2003), 정서적 피로, 양육 역할에 대한 부정적 태도, 양육 능력에 대한 자신감 저하를 포함하는 복합적인 심리 상태에 해당한다. 특히 주양육자인 어머니의 소진은 장기적으로 자녀에게 심각한 부정적 영향을 미칠 수 있는 문제로(Mikolaczak et al., 2019; Yang et al., 2021), 우울, 부정적 정서, 양육 태도 및 신념, 양육 스트레스 등 다양한 요인에 의해 발생한다(공병호, 백승학, 2017; 백근영, 2020; 오영진, 김영희, 2021). 특히 어머니가 자녀 양육 과정에서 스트레스 조절 자원이 부족하거나 스트레스 상황에 적절히 대처하지 못하는 상황이 지속될 경우, 양육 불안을 경험하게 되고 이는 결국 소진으로 이어질 수 있다(Lazarus & Folkman, 1984).

선행연구에 따르면, 어머니의 높은 양육 불안은 자신의 행동을 억제하거나 자녀 방치를 통제하며, 상황을 회피하려는 행동으로 유발될 수 있으며(위지희, 채규만, 2015; 이해영, 2009), 더욱이, 어머니가 소진 상태에 이르게 되면 양육에 대한 관심이 줄어들고 자녀와 거리감을 두는 등 자녀를 소극적이고 기계적인 방식으로 대한다고 보고되었다(Griffith, 2022; Maslach, 2003; Mikolajczak et al.,

2019). 이러한 결과를 바탕으로 어머니의 양육 불안이 소진을 유발하고, 이는 결과적으로 무질서하고, 예측 가능하지 않으며, 비구조화된 가정 내 혼란을 심화시키는 경로를 추론할 수 있다.

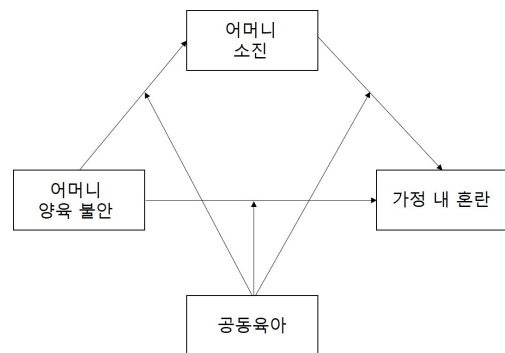
가정환경의 무질서와 불안정성이 심화되면 어머니의 긴장과 스트레스가 가중되어 자녀의 요구에 민감하게 반응하지 못하고, 양육에 적극적으로 참여하려는 동기가 저하되는 등 부정적인 양육 행동으로 이어질 수 있다(Dumas et al., 2005; Vernon-Feagans et al., 2012; Vernon-Feagans et al., 2016). 이러한 상황은 가정 내 혼란 수준이 높은 가정의 어머니가 경험하는 정신적, 육체적 피로 증가, 양육 어려움, 자녀와의 상호작용 기회 감소와 같은 맥락에서 이해될 수 있으며, 이는 가정에서 경험하는 어머니의 양육 부담 수준이 양육 불안, 소진 및 가정 내 혼란 간의 관계에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

공동육아는 부부가 가족 내에서 서로의 역할을 지지하고 공동의 책임감을 공유하는 것을 의미하며(Minuchin, 1974), 더 나아가 부모 외 조부모 등 다른 가족 구성원의 지원을 포함하는 형태로 확장될 수 있다. 부부가 함께 양육에 참여하는 것은 전통적인 주양육자인 어머니의 양육 스트레스와 어려움을 줄이는 데 효과적인 것으로 밝혀져 왔으며(라은미 외, 2015; 양예진, 도현심, 2019; 최미경 외, 2013), 조부모의 참여는 가족 구성원에게 심리적 안정감을 제공하고 가정 및 사회생활의 적응력과 만족도를 높이는 것으로 보고되었다(민하영, 유안진, 1996; 박옥임, 김정숙, 2006). 특히 육아기 아버지의 양육참여는 자녀와의 여가활동이나 생활지도, 학습과 관련한 인지적 지도 외에 설거지, 세탁, 친구 정돈과 같은 가사활동을 포함하므로(최경순, 1992), 가정의 물리적 환경 조성에도 영향을 미치는 것을 밝힌 바 있다. 이러한 점들을 고려할 때, 공동육아는 자녀 양육 과정에서 발생할 수 있는 어머니의 양육 불안, 소진 및 가정 내 혼란 간의 관계를 조절하는 역할을 할 것으로 예상된다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 어머니의 양육 불안과 소진은 양육 행동에 영향을 미치는 핵심 요인이며, 가정 내 혼란과도 밀접하게 관련되어 있다. 따라서 이들 특성 간의 경로를 파악하고, 조절 변수로서의 공동육아의 역할을 살펴보는 것은 중요하다. 그러나 현재까지의 연구는 가정 내

혼란이 유아 발달에 미치는 영향에 집중되어 있으며, 어머니와 가구 특성이 가정 내 혼란 수준에 미치는 영향에 대한 연구는 부족한 상황이다.

이에 본 연구는 유아기 자녀를 둔 어머니를 대상으로 양육 불안과 가정 내 혼란 간의 관련성을 탐색하고, 양육 불안이 소진을 매개로 가정 내 혼란에 미치는 영향을 규명하고자 하였다. 더불어 어머니의 양육 불안, 소진, 가정 내 혼란 간의 매개적 관계에서 공동육아의 조절효과를 분석하고자 하였다. 특히, 본 연구는 5세 자녀를 둔 어머니를 대상으로 한정하였는데, 이는 학령기 진입을 앞둔 자녀를 둔 어머니들이 ‘학부모’라는 새로운 역할에 대한 기대와 동시에 낮은 환경 변화 및 자녀의 발달 단계 전환에 대한 불안을 다른 연령대 어머니들보다 더 크게 경험할 수 있다는 점을 고려한 것이다(신수희, 2019; 이기숙 외, 2008). 이를 통해 학령기 진입을 앞둔 유아기 가정 내에서 예측 가능하고 적절한 자극과 질서가 갖춰진 구조화된 양육 환경을 조성하기 위한 실질적인 기초자료를 제공하고자 한다. 이상의 연구목적에 의해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같으며, 연구모형은 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연구모형

연구문제 1. 어머니의 양육 불안과 소진이 가정 내 혼란에 미치는 영향은 어떠한가?

연구문제 2. 어머니의 양육 불안이 소진을 매개로 가정 내 혼란에 미치는 관계에서 공동육아의 조절효과는 어떠한가?

II. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구는 충청북도 청주시에 위치한 국공립 및 사립유치원 총 10개 원에 재원 중인 5세반 유아의 어머니를 대상으로 하였다. 총 461명 중 302명의 어머니의 동의서와 설문지가 회수되었으나 이중 유아의 퇴원으로 인한 중도 탈락이나 불성실한 응답, 어머니가 주양육자에 해당하지 않는 경우 등을 제외하여 최종적으로 267명의 유아와 그들의 어머니를 대상으로 진행되었다.

본 연구에 참여한 어머니의 평균 연령은 37.7세(SD = 3.9)로 30대가 64.8%로 가장 많았으며, 40대 34.1%, 20대 1.1% 순으로 나타났다. 어머니의 학력은 고등학교 졸업 14.6%, 2·3년제 대학교 졸업 39.0%, 4년제 대학교 졸업 이상이 46.4%로 4년제 대학교 졸업 이상이 가장 높은 분포를 보였다. 어머니의 직업은 전업주부 41.9%, 사무직 19.9%, 전문직 14.2%, 판매서비스·생산·단순 노무직 14.6%, 관리직 및 기타 9.4% 순으로 나타났다. 한편 공동양육 여부를 살펴보면 어머니와 함께 배우자 등 가정 내 다른 성인이 함께 자녀를 양육하는 공동육아는 1/3가량에 불과하였으며(33.3%), 그 외는 어머니 혼자 양육하는 단독육아로 나타났다(66.7%).

2. 연구 도구

1) 가정 내 혼란

본 연구에서 가정 내 혼란 척도는 Matheny et al.(1995)이 개발한 Confusion, Hubbub, and Order Scale (CHAOS)을 엄문설 외(2021)가 한국 문화에 적합하게 번안하여 타당화한 ‘가정 내 혼란(K-CHAOS)’ 척도를 사용하였다. 이 척도는 가정 내 환경의 무질서한 정도를 측정하기 위해 개발된 것으로, 구체적으로는 가정 내 높은 수준의 소음, 혼잡성 및 통행량, 낮은 규칙성과 체계 등에 대해 평정하는 척도이다. 7개의 역문항을 포함하여 총 15개 문항

으로 구성된 본 척도는 단일차원으로 구성되어 있으며, 문항의 예로는 ‘우리는 항상 서두르는 것처럼 보인다’, ‘우리 집은 돼지우리 같다’ 등을 들 수 있다. 어머니가 자기보고 식으로 응답한 본 척도는 4점 Likert식 척도로 평정되어 점수가 높을수록 무질서하고 시끄러우며, 규칙성과 체계성은 낮음을 의미한다. 본 연구에서 가정 내 혼란 척도의 내적 합치도는 Cronbach’s $\alpha = .80$ 로 적절하게 산출되었다.

2) 양육 불안

어머니의 양육 불안을 측정하기 위하여 오영진, 김영희(2021)가 개발한 부모양육불안 척도를 사용하였다. 이 척도는 능력불안(10문항), 관계불안(10문항), 보호불안(8문항) 세 가지 하위요인의 총 28문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로는 ‘나는 좋은 부모가 되지 못할까봐 걱정이 된다’, ‘나는 아이가 나에게 안기거나 스킨십을 할 때 몸을 피하고 싶다’, ‘나는 아이를 두고 외출을 하면 조바심이 난다’ 등을 들 수 있다. 본 척도는 어머니에 의해 평정되었으며, 총점과 더불어 하위요인별 점수도 산출되어 활용할 수 있으나, 본 연구에서는 단일 차원으로서의 총점을 분석에 사용하였다. Likert식 6점 척도로 점수가 높을수록 양육 불안을 많이 지각하고 있음을 나타내는 것을 의미한다. 본 연구에서 양육 불안 척도의 내적합치도 확인 결과 Cronbach’s $\alpha = .91$ 로 높게 나타났다.

3) 어머니 소진

본 연구에서 어머니 소진 측정을 위한 척도는 Roskam et al.(2018)이 개발한 Parental Burnout Assessment(PBA)를 엄문설, 이양희(2020)가 번안 및 타당화한 ‘한국판 부모 소진 척도’를 사용하였다. 이 척도는 탈진 9문항, 자기 대조

〈표 1〉 연구대상의 일반적 특성

(N=267)

구분		n(%)	구분		n(%)
연령	20대	3(1.1)	직업	전업주부	112(41.9)
	30대	173(64.8)		사무직	53(19.9)
	40대 이상	91(34.1)		전문직	38(14.2)
	M(SD)	37.7(3.9)		판매서비스·생산·단순 노무직	39(14.6)
				관리직 및 기타	25(9.4)
학력	고졸	39(14.6)	공동육아 여부	단독 육아	178(66.7)
	2, 3년제졸	104(39.0)		공동 육아	89(33.3)
	4년제졸 이상	105(46.4)			

6문항, 포화 5문항, 정서적 거리두기 3문항의 4개 하위요인 총 23문항으로 구성되어 있으며, 각 문항의 예로는 ‘나는 부모 역할을 하느라 완전히 지쳐 있다’, ‘나는 아이에게 예전만큼 좋은 엄마가 아니라고 생각한다’ 등을 들 수 있다. 본 척도는 하위차원과 총점 모두 사용 가능한 척도로, 본 연구에서는 단일척도로 총점을 사용하였으며, 어머니가 자기보고식으로 평정하였다. 이 도구는 7점 Likert 척도로 점수가 높을수록 소진의 정도가 심한 것을 의미하며, Cronbach's α 는 .95로 높은 수준이었다.

4) 공동육아

본 연구에서는 공동양육 특성을 파악하기 위해 육아정책연구소(2021)의 ‘2020 한국아동패널’에서 공동양육 문항에서 정의한 가구 내 주양육자의 범주와 주양육자의 조작적 정의에 대한 선행 연구(성민정, 2009; 전아정, 2011; 주진희, 2011)에 근거하여 연구자가 자체 제작하였다. 구체적으로 해당 자녀를 하루 8시간 이상 돌보는 사람을 주양육자의 기준으로 제시하고, 어머니 외 가구 내에서 주양육자 역할을 하는 성인을 아버지, 조부모, 부모의 형제자매, 손윗형제, 기타로 구분하여 공동 양육자를 응답하도록 하였다. 어머니 외에 공동 양육자를 응답한 89명의 연구 대상 중 79명(88.7%)은 아버지를 공동 양육자로 답하였으며, 조부모를 주양육자로 응답한 18명 중 9명은 어머니 외 공동 양육자가 2명 이상인 경우에 해당하여, 공동 양육자별로 범주화하는 것은 어렵다고 판단되었다. 이에 어머니만이 주양육자인 경우를 단독 육아, 어머니와 다른 주양육자를 응답한 경우를 공동 육아로 코딩하였다.

3. 연구절차

본 연구는 자료 수집을 위해 본 연구자가 소속된 대학의 생명윤리위원회의 승인(202302-HR-0027)을 받은 후, 2023년 3월부터 7월까지 진행되었다. 본 조사 수행에 앞서 임의로 선정된 청주시 소재 유치원의 5세반 유아의 어머니 10명을 대상으로 측정도구의 적절성과 문장의 난이도, 이해도 및 소요시간 등을 알아보기 위하여 2023년 3월 27일부터 2023년 4월 7일까지 예비조사를 실시하였다. 그 결과 어머니 대상 설문지는 응답에 10~15분 정도의 시간이 소요되어 실시에 큰 무리가 없었으며, 설문 문항에서도 별도

의 문제점이나 어려움이 나타나지 않아 수정없이 사용하는 것으로 확정하였다. 본 조사는 어머니 모집을 위하여 유아를 통해 가정으로 연구대상자 모집 브로셔를 송부하였다. 연구 참여에 희망할 경우, 연구설명서와 동의서가 포함된 어머니용 설문지를 가정으로 보냈으며, 추후 교육기관을 통해 설문지를 회수하였다.

4. 자료분석

본 연구의 자료는 SPSS 22.0 프로그램과 Hayes(2018)가 제안한 SPSS macro PROCESS를 적용하여 다음과 같이 분석되었다. 먼저 연구대상자들의 일반적 특성과 주요 변인의 기술적인 특성 및 신뢰도를 알아보기 위해 기술통계 및 내적합치도 분석을 실시하였다. 다음으로 어머니의 양육 불안과 가정 내 혼란 간의 관계에서 소진의 매개효과 검증에 SPSS macro PROCESS의 모형 4번을 활용하였고, 어머니의 양육 불안과 소진이 가정 내 혼란에 미치는 영향에서 공동육아의 조절효과 분석은 모형 59번을 적용하였다. 이때, 부트스트랩 샘플은 5,000개, 신뢰구간은 95%로 설정하여 분석하였다.

III. 연구결과

1. 주요 변수의 기술통계 및 상관

본 연구에 참여한 어머니의 양육 불안과 소진, 가정 내 혼란과 공동육아의 평균과 표준편차, 변수 간의 상관은 <표 2>에 제시된 바와 같다. 각 변수의 평균과 표준편차를 살펴보면, 어머니의 양육불안의 평균은 2.32(SD = .66)로 나타났다. 소진은 .98(SD = .90)로 나타났다. 가정 내 혼란의 평균은 1.97(SD = .38)로 나타났으며, 공동육아는 .33(SD = .47)로 나타났다.

변수 간의 상관을 살펴본 결과, 어머니의 양육 불안은 소진과 유의한 정적 상관($r = .62, p < .01$)을 나타냈으며, 가정 내 혼란과도 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다($r = .46, p < .01$). 어머니의 양육 불안은 공동육아와 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r = -.15, p < .05$). 소진은 가정 내 혼란과 유의한 정적 상관($r = .53, p < .01$)을 나타냈으며, 공동육아와는 부적 상관이 나타났다($r = -.20, p < .01$). 가정 내 혼란은 공동육아와 유의하게 부적 상관이 나타났다($r = -.15, p < .05$).

변인들 간의 다중공선성을 진단하기 위해서 공차한계와 분산팽창계수(VIF)를 살펴보았다. 그 결과 공차한계가 0.60에서 0.96으로 나타나 0.1보다 컸으며, 분산팽창계수가 1.04에서 1.66으로 모두 10 이하로 확인되어 변인 간의 다중공선성 문제가 없는 것으로 확인되었다.

2. 어머니의 양육 불안과 가정 내 혼란 간의 관계에서 소진의 매개효과

어머니의 양육 불안과 가정 내 혼란과의 관계에서 소진의 매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2018)가 제안한 SPSS macro PROCESS의 모형 4를 활용하여 분석하였다. 그 결과 <표 3>과 같이 어머니의 양육 불안이 소진에 유의미한 영향을 미치고($B = .84, p < .001$), 소진도 가정 내 혼란에 유의미한 영향($B = .17, p < .001$)을 미쳐 소진은 어머니의 양육 불안과 가정 내 혼란 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 소진을 통한 간접효과의 유의성은 부트스트랩 방식으로 검증하였으며, $B = .14$ (S.E. = .03), 상한값과 하한값은 각각 .20과 .09로 0이 존재하지 않아 간접효과가 유

의한 것으로 확인되었다.

3. 어머니의 양육 불안, 소진, 가정 내 혼란 간의 관계에서 공동육아의 조절효과

어머니의 양육 불안, 소진, 가정 내 혼란 간의 관계에서 공동육아의 조절효과를 분석한 결과는 <표 4>와 같다. 어머니의 양육 불안이 소진에 미치는 영향은 공동육아의 조절효과가 투입된 경우 유의하게 나타났다($B = .93, p < .001$). 반면 공동육아는 어머니 소진에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으나($B = .56, p > .05$), 어머니의 양육 불안과 공동육아 상호작용항은 어머니 소진에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B = -.34, p < .01$).

어머니의 양육 불안은 가정 내 혼란에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($B = .09, p < .05$), 소진도 가정 내 혼란에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B = .17, p < .001$). 반면에 공동육아는 가정 내 혼란에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 분석되었다($B = -.20, p > .05$). 어머니의 양육 불안과 공동육아의 상호작용항은 가정 내 혼

<표 2> 주요 변수의 기술통계 및 상관

(N=267)

변수	양육 불안	소진	가정 내 혼란	공동육아 여부
양육 불안	1.00			
소진	.62**	1.00		
가정 내 혼란	.46**	.53**	1.00	
공동육아 여부	-.15*	-.20**	-.15*	1.00
M	2.32	.98	1.97	.33
SD	.66	.90	.38	.47

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

주. 공동육아 여부는 단독육아를 기준집단으로 투입하여 분석하였음.

<표 3> 어머니의 양육 불안과 가정 내 혼란 간의 관계에서 소진의 매개효과

변수	B	S.E.	t	LLCI ¹⁾	ULCI ²⁾
매개변수 모형(종속변수 : 소진)					
상수	-.98	.16	-6.21	-1.29	-.67
양육 불안	.84	.07	12.90	.72	.97
종속변수 모형(종속변수 : 가정 내 혼란)					
상수	1.52	.08	19.83	1.37	1.67
양육 불안	.12	.04	3.20	.05	.20
소진	.17	.03	6.12	.12	.23

¹⁾LLCI : Bootstrapping 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 하한값

²⁾ULCI : Bootstrapping 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 상한값

란에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며($B = .07, p > .05$), 소진과 공동육아의 상호작용항 또한 유의미한 영향이 없는 것으로 확인되었다($B = .04, p > .05$).

이상의 결과를 도식화하면 다음의 [그림 2]와 같다. 먼저 어머니의 양육 불안 수준이 높을수록 가정 내 혼란 수준 또한 높은 것으로 나타났다. 또한 어머니의 높은 양육 불안은 소진 정도를 증가시켰고, 이는 결과적으로 가정 내 혼란 수준을 높이는 것으로 나타나, 어머니의 소진은 양육 불안이 가정 내 혼란에 미치는 영향을 부분 매개하는 것으로 확인되었다. 한편, 가정 내 공동육아는 어머니의 소진과 가정 내 혼란에 미치는 주효과가 없었으나, 양육 불안과의 상호작용이 소진에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 가정 내 공동육아는 어머니의 양육 불안이 소진에 미치

는 영향은 조절하였으나, 가정 내 혼란에 미치는 어머니의 양육 불안과 소진의 영향은 조절하지 않는 것으로 확인되었다.

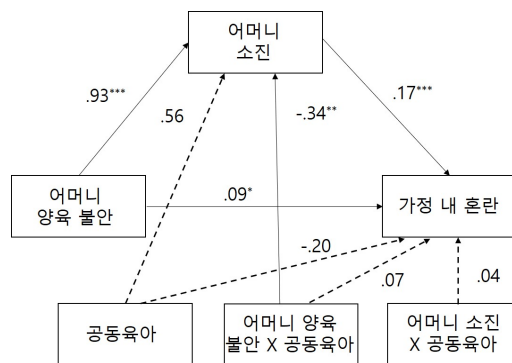
공동육아에 따른 어머니 소진에 대한 어머니의 양육 불안의 조건부 효과를 살펴본 결과는 <표 5>와 같으며, 유의미한 것으로 나타난 상호작용 효과를 도식화하여 살펴보았다[그림 3]. 단독육아와 공동육아 모두 하한값과 상한값 사이에 '0'을 포함하고 있지 않아 어머니의 양육 불안이 소진에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 단독육아를 하는 어머니의 경우 공동육아를 하는 어머니에 비해 양육불안이 소진에 미치는 영향이 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다.

<표 4> 어머니의 양육 불안, 소진, 가정 내 혼란 간의 관계에서 공동육아의 조절효과

변수	종속변인 : 어머니 소진		
	B	S.E	t
양육 불안	.93	.08	11.85***
공동육아	.56	.33	1.69
양육 불안 × 공동육아	-.34	.14	-2.45**
변수	종속변인 : 가정 내 혼란		
	B	S.E	t
양육 불안	.09	.05	2.01*
어머니 소진	.17	.03	5.36***
공동육아	-.20	.16	-1.28
양육 불안 × 공동육아	.07	.08	.82
소진 × 공동육아	.04	.08	.46

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

주. 공동육아 여부는 단독육아를 기준집단으로 투입하여 분석하였음.



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

주1. 실선은 유의한 경로, 점선의 경우 유의하지 않은 경로에 해당함.

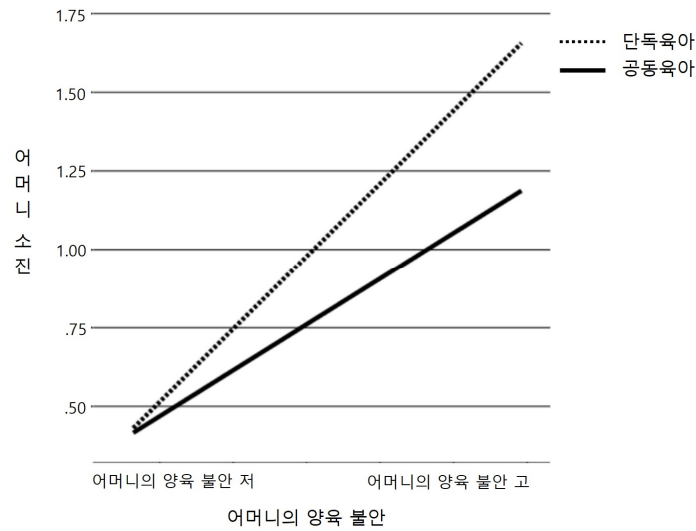
주2. 모든 경로계수 추정치는 비표준화계수임.

주3. 공동육아 여부는 단독육아가 기준집단임.

[그림 2] 어머니의 양육 불안, 소진, 가정 내 혼란과 공동육아 간의 관계

〈표 5〉 공동육아에 따른 어머니 소진에 대한 어머니의 양육 불안의 조건부 효과 검증

구분	effect	S.E	t	LLCI	ULCI
단독육아	.93	.08	11.85***	.77	1.08
공동육아	.58	.12	5.01***	.35	.81

*** $p < .001$.

[그림 3] 어머니의 양육 불안과 소진의 관계에서 공동육아의 조절효과 분석

마지막으로 투입된 조절변수가 전체 경로에서 매개효과 크기를 변화시키는지 나타내는 조절된 매개지수를 살펴본 결과, 조절된 매개지수가 -.04로 나타났으며, 상한값과 하한값 사이에 '0'을 포함하는 것으로 나타나 조절된 매개효과가 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 확인되었다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 가정 내 혼란과 관련된 어머니와 가구 특성을 탐구하고자 5세 유아를 둔 어머니를 대상으로 양육 불안과 가정 내 혼란 간의 관계를 살펴보고, 양육 불안이 소진을 매개로 가정 내 혼란에 미치는 영향을 탐색해보았다. 더불어 어머니의 양육 불안, 소진 및 가정 내 혼란의 매개 경로에서 공동육아의 조절 효과를 알아보려고 하였다. 본 연구결과, 어머니의 양육 불안이 높을수록 가정 내 혼란이 심화되는 것으로 나타났다. 또한 양육 불안이 높은 어머니는 소진을 더 많이 경험함으로써 가정 내 혼란 수준이 높아질 수 있는데, 육아를 단독으로 하는 어머니의 경우 이러한 양육 불안

의 부정적인 영향력이 가중되는 것으로 확인되었다.

먼저 어머니의 양육 불안 수준이 높을수록 어머니의 소진 수준이 높아지는 것으로 나타나, 양육 불안과 소진의 관계를 살펴본 선행연구의 결과와 맥을 같이 하였다 (오영진, 김영희, 2021; 윤정경, 2021; 지다솜, 오지현, 2024; Griffith, 2022; Mikolajczak & Roskam, 2018; Mikolajczak et al., 2020). 선행연구에 따르면, 어머니는 자녀를 키우는 일상 속에서 끊임없이 양육에 대한 불안을 경험하게 된다(엄문설, 이양희, 2020; Skovholt, 2001). 특히 유아기 자녀를 양육하는 어머니는 자녀의 빠른 성장으로 인해 부모 역할의 급격한 변화가 불가피하므로, 양육 불안과 같은 부정적인 정서를 경험하기 쉽다(지다솜, 오지현, 2024). 더욱이 자녀의 기질이나 어머니가 느끼는 책임감과 완벽주의, 양육 스트레스 등 자녀 양육과 관련된 상황에서 경험하는 염려, 두려움, 긴장 등은 어머니의 양육 불안과 같은 부정적 상태를 경험하게 되는데(위지희, 채규만, 2015), 자녀 양육은 피할 수 없는 역할이므로 양육 관련 불안 수준이 높을수록 누적되기 쉽다. 이에 양육 불안은 신체적, 정서적 고갈과 냉담을 유발하는 소진으로 이어질 수 있다. 따라서 자녀 양육 과정에서 어머니들이 경험하는 양육 불안이

누적되거나 심화되지 않도록 예방하고 완화하기 위해 체계적인 부모교육 프로그램과 다양한 지원 시스템 구축이 필요하다.

한편, 본 연구결과, 어머니의 소진 정도가 심할수록 가정 내 혼란이 더욱 심화되는 것으로 나타나, 소진이 가정 환경에 미치는 부정적인 영향을 확인하였다. 어머니의 소진은 부모 역할에 대한 정서적 고갈 상태로서, 부모 역할에 대한 권태감을 느껴 자녀 양육 및 관계에 대해 무관심하며, 자녀와의 상호작용에서 기능적이고 도구적인 역할만 수행하는 것을 뜻한다. 특히, 소진으로 인한 어머니의 부정적인 양육 행동으로는 자녀를 돌보지 않고 무관심으로 대하는 방임적인 양육 행동이 대표적인데(나지혜, 2012), Aunola et al.(2020)는 자녀에 대한 방임적 또는 폭력적일 수 있는 행동으로 이어질 수 있는 부모의 소진을 우울증이나 양육 스트레스 또는 직무에 따른 소진과는 구별되는 독립적이고 고유한 심리적 증후군 정의한 바 있다. 최근 이정민, 김선희(2021)는 유아기 자녀를 둔 어머니의 부정적 양육 행동이 가정 내 혼란에 영향을 받으며, 결과적으로 유아의 발달에 부정적인 영향을 미친다는 점을 밝혔다. 상기 연구결과들을 종합해 볼 때, 어머니의 소진은 과도한 자극과 예측 불가능성을 야기하는 가정 내 물리적 환경을 조성하게 되어, 자녀 발달에 부정적으로 기여하는 양육 행동을 유발하는 양육 특성임을 시사한다.

특히 소진을 매개로 하는 경로가 유의미했음에도, 본 연구결과 어머니의 양육 불안이 높을수록 가정 내 혼란 수준이 증가하는 부분매개 모형이 확인된 점은 주목할 만하다. 선행연구에서는 어머니의 불안이 자녀에 대한 거부적인 태도뿐만 아니라 허용적이거나 방임적인 태도로 이어짐이 일관되게 밝혀져 왔다(Dumas et al., 2005; Vernon-Feagans et al., 2012; Vernon-Feagans et al., 2016). 또한 어머니의 양육 태도와 가정 내 혼란 간 관련이 있는 점도 일관되게 보고되고 있다(Andrews et al., 2022; Coldwell et al., 2006). 이들 결과에 기초하여 볼 때, 양육에 관한 불안 수준이 높아 방임적인 어머니의 경우, 가정환경이나 자녀에 대해 무관심하게 대하거나 한계 설정을 하지 않는 등의 행동이 빈번할 수 있음을 예상해 볼 수 있다.

가정 내에서 어머니의 정서 상태와 양육 행동은 가정환경을 결정하는 데 주도적인 역할을 하는 주체이다(이원영, 1998). 따라서 어머니의 심리적 특성은 무질서하고 예측하기 어려운 어머니의 행동뿐만 아니라 가정 내 혼란과 같은 비구조적인 물리적 환경을 유발하거나 심화시킬 수 있음은 예상 가능하다. 그러나 그간 어머니의 불안이나 소진과 같

은 심리적 특성과 가정 내 혼란 간의 직접적인 관계를 다룬 선행 연구가 부족했던 점을 고려할 때, 본 연구결과는 어머니의 양육 관련 심리적 특성이 가정 내 환경의 과정적, 상호작용적인 특성뿐만 아니라 구조적, 물리적인 특성에도 영향을 미칠 수 있음을 밝혔다는 점에서 주목할 만하다.

한편, 공동육아는 양육 불안이 소진을 통해 가정 내 혼란에 미치는 직·간접적인 영향 중 양육 불안이 소진으로 가는 경로만을 조절하였다. 선행연구에 따르면, 부부가 공동으로 육아에 참여하는 경우, 서로를 지지하고 긍정적으로 상호 작용하여 양육 스트레스가 감소하게 된다(정은영, 장민주, 2015). 반면, 배우자로부터 충분한 지지를 받지 못한다고 인지할수록 부부 간 갈등적인 의사소통이 증가하여 어머니의 양육 스트레스가 높아지는 것으로 보고되고 있다(박성덕, 서연실, 2016; 서석원, 이대균, 2014). 부부뿐만 아니라 조부모와 함께하는 공동육아 관련 선행연구에서도 어머니의 자녀 양육 부담 및 양육 스트레스가 완화되는 것으로 나타났다(김미옥 외, 2015; 김현정, 2015). 공동육아를 가정 내 성인으로 확장한 본 연구 결과, 양육 불안이 높은 어머니는 공동양육이 소진 정도를 낮추는데 긍정적으로 기여하는 것으로 발견되어, 가정 내에서 양육을 혼자 부담하지 않는 것은 유의미한 심리적인 지원이 됨을 시사하였다.

특히 공동육아가 가정 내 혼란에 영향을 미치는 양육 불안의 정도를 조절하지 않았다는 점은 공동육아가 물리적인 지원보다는 심리적인 지원으로 작용하고 있음을 시사한다. 이는 가정 내 성인이 양육 역할을 분담하더라도, 대부분의 어머니가 가정에서 여전히 자녀 양육을 주로 담당하여 실질적으로 분담하는 역할은 제한적일 수 있는 것으로 해석해 볼 수 있다. 이러한 공동육아의 제한적인 영향력으로 인해 본 연구에서 검토한 조절된 매개지수는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 그러나 조절변수의 간접효과가 특정 수준에서 유의하였다는 점은 조절된 매개효과가 부분적으로 존재함을 나타낸다. Hayes(2018) 또한 조절된 매개지수가 유의하지 않더라도 조절변수의 특정 값에서 간접효과가 유의하게 나타날 경우, 이러한 효과는 이론적으로 충분한 의미를 가질 수 있다고 설명한 바, 공동육아의 조절효과에 대해 지속적인 탐색의 필요성을 제기한다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 지닌다. 첫째, 양육에서의 아버지 역할이 강조되는 만큼 후속연구에서는 아버지의 양육 불안과 소진 및 가정 내 혼란의 경로를 분석하고, 아버지 외 어머니에게 어떻게 다른지 살펴봄으로써, 부모 간 일관적인 양육을 도모하는 프로그램 개발을 위한 기초자료를

제공할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 공동양육자로 배우자 외에 조부모나 친인척 등 다양한 인적자원을 포함하였다. 후속 연구에서는 이러한 다양한 인적자원의 역할을 구분하여 분석함으로써, 공동양육의 효과에 대한 보다 심층적인 이해를 제공하는 것이 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 자녀의 연령을 5세로 제한하였다. 자녀의 발달과 이에 따른 부모의 역할 또한 자녀 연령에 따라 변화하므로(차기 주 외, 2016), 후속 연구에서는 자녀의 발달 주기에 따른 심층적인 정보를 도출할 필요가 있다. 마지막으로 본 연구에서는 소진에 영향을 미치는 양육 불안과 공동양육의 상호작용효과가 유의미하여 조절효과가 발견되었으나, 조절된 매개효과의 지수는 유의미하지 않았다. 이러한 결과는 양육 불안과 소진 간의 관계가 상관이 높아, 공동육아가 조절변인으로 역할을 하였으나 양육 불안의 직접효과가 컸기 때문임을 생각해볼 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 소진 외에 양육 불안의 효과를 매개할 수 있는 다양한 부모특성 변인을 탐색하고, 공동양육 여부에 따라 매개효과가 강화되거나 약화되는지를 살펴보는 것이 필요하겠다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 기존에 어머니의 심리적 특성인 양육 불안과 소진에 관한 연구가 어머니의 양육태도나 양육행동을 중점으로 살펴본 것과 비교하여, 가정 내 혼란이라는 실질적인 가정 내 물리적인 환경 특성에 주목하였다는 점에서 의미가 있다. 또한 양육 상황에서 배우자뿐만 아니라 다양한 인적자원으로 공동육아의 의미를 확장하였다는 데 의의가 있다고 할 수 있다.

주제어: 가정 내 혼란, 양육 불안, 소진, 공동육아

REFERENCES

- 강동연, 박주희(2020). 가정환경 혼돈이 유아의 자기통제력에 미치는 영향: 교사 제한설정방식의 조절효과. *한국보육지원학회지*, 16(1), 75-98.
- 공병호, 백승학(2017). 피양육경험이 양육불안과 부모만족에 미치는 영향-한·일 비교를 중심으로. *한국일본교육학연구*, 22(1), 87-105.
- 구효진, 김민영(2016). 공립유치원 유아교사의 개인변수에 따른 심리적소진과 회복탄력성에 관한 연구. *유아특수교육연구*, 16(1), 135-160.
- 김미예, 박동영(2009). 영유아 어머니의 양육스트레스, 우울 및 언어적 학대. *한국아동간호학*, 15(4), 375-382.
- 김미옥, 송승민, 이사라(2015). 맞벌이 가정 조모의 손자녀 양육경험과 양육갈등에 관한 현상학적 연구: 조모와 취업모 관점에서. *한국보육지원학회지*, 11(4), 239-269.
- 김수정, 정익중(2015). 가정환경이 유아발달에 미치는 영향과 교사효능감의 조절효과. *육아정책연구*, 9(1), 1-28
- 김윤희, 구자연, 김현정(2019). 어머니의 양육스트레스와 아동의 초등학교 전이시기 학업수행능력의 중단적 발달경로: 가정환경자극과 학교준비도의 이중매개효과. *유아교육연구*, 39(3), 191-213.
- 김정미, 곽금주(2007). 3-6세 유아를 위한 가정환경자극 척도(EC-HOME)의 타당화 연구. *아동학회지*, 28(1), 115-128.
- 김지현, 정현심, 김정민, 이순형(2012). 유아용 가정환경 척도 개발 연구. *아동교육*, 21(1), 77-92.
- 김현정(2015). 맞벌이 가족 손자녀 양육에 대한 조부모와 성인자녀의 인식유형과 상호작용. *사회복지연구*, 46(3), 215-241.
- 나지혜(2012). 어머니 및 아버지의 양육행동이 유아의 사회적 능력에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 라은미, 이성희, 백진영, 홍란기(2015). 어머니의 심리특성, 아버지의 양육참여가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. *한국육아지원학회 학술대회지* (p.163-165), 서울, 한국
- 민하영, 유안진(1996). 아동이 지각한 조부모의 사회적 지지와 아동의 사회적 능력과의 관계. *대한가정학회지*, 34(4), 279-293.
- 박성덕, 서연실(2016). 어머니가 인지한 아버지 양육참여 및 부부갈등과 양육스트레스와의 관계: 사회적 지지의 조절된 매개효과를 중심으로. *유아교육연구*, 36(2), 193-212.
- 박옥임, 김정숙(2006). 조손가족과 3세대가족 손자녀의 가족생활적응 및 자존감 비교. *한국가족복지학*, 11(3), 129-139.
- 박희숙(2008). 유아 학습행동 관련변수의 인과적 구조 분석: 가정의 사회경제적 배경과 가정환경 자극을 중심으로. *열린유아교육연구*, 13(6), 335-351.
- 백근영(2020). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 불확실성에

- 대한 인내력 부족이 우울에 미치는 영향: 부모역할
 격정과 양육 스트레스의 매개효과 및 불안민감성의
 조절된 매개효과. *상담학연구*, 21(6), 165-200.
- 서미정, 최은실(2016). 유아기 자녀를 둔 어머니의 우울이
 양육스트레스에 미치는 영향: 어머니와 아버지가 지
 각한 아버지 양육참여를 중심으로. *유아교육학논집*,
 20(5), 575-594.
- 서석원, 이대균(2014). 아버지의 양육참여가 아동의 사회
 성 발달에 미치는 영향: 어머니 양육스트레스의 매
 개효과. *열린유아교육연구*, 19(2), 157-178.
- 서소정, 김연주, 하지영(2018). 어머니-유아 조화적합성과
 유아의 자아존중감 간의 관계: 가정환경자극의 조절
 효과를 중심으로. *한국보육학회지*, 18(4), 159-173.
- 설경옥, 문혁준(2011). 취학전 유아의 가정환경자극 및 양
 육효능감과 가족건강성과의 관계. *한국보육지원학
 회지*, 7(1), 23-40.
- 성민정(2009). 레스펫 케어를 포함한 가족지원 프로그램
 이 장애 아동 주 양육자의 양육 스트레스와 양육 효
 능감 및 가족 삶의 질에 미치는 영향. 이화여자대학
 교 석사학위논문.
- 신수희(2019). 유아기 자녀의 초등학교 전이를 경험하는
 어머니의 양육불안 척도 개발 연구. *아동과 권리*,
 23(1), 87-109.
- 양예진, 도현심(2019). 부부갈등, 부모공동육아 및 양육스
 트레스가 어머니의 양육효능감에 영향을 미치는 경
 로. *아동학회지*, 40(3), 39-51.
- 엄문설, 오혜민, 이양희(2021). 한국판 가정 내 혼란 척도
 (K-CHAOS) 타당화 연구. *한국콘텐츠학회논문지*,
 21(2), 195-205.
- 엄문설, 이양희(2020). 한국판 부모 소진 척도 타당화 연
 구. *한국위기관리논집*, 16(10), 119-133.
- 오영진, 김영희(2021). 부모양육불안 척도 개발 및 타당화
 연구. *미래유아교육학회지*, 28(2), 27-57.
- 위지희, 채규만(2015). 양육불안 척도 개발 및 타당화 연
 구. *한국임상심리학회지*, 34(4), 945-970.
- 육아정책연구소(2021). *한국아동패널조사 2020년: 사용
 자 데이터셋 및 코드북*. 서울: 육아정책연구소.
- 윤정경(2021). 미취학 자녀를 양육하는 전업주부 어머니
 의 양육스트레스와 양육소진의 관계에서 긍정심리
 자본의 매개효과. 고려대학교 석사학위논문.
- 이기숙, 정미라, 김현정(2008). 한국, 일본, 중국 부모들의
 자녀양육에 대한 비교연구. *유아교육연구*, 28(3),
 151-171.
- 이남희(2017). 유아교사의 신체운동·건강영역의 중요성
 인식과 유아의 가정환경자극이 유아의 운동능력 및
 정서지능에 미치는 영향. 경상대학교 박사학위논문.
- 이보미, 노지운, 신나나(2023). 가정 내 혼란이 유아의 공
 격성과 친사회적 행동에 미치는 영향: 수면문제와
 실행기능의 매개효과. *대한가정학회*, 61(1), 1-13.
- 이원영(1998). 한국인의 심리에 비추어 본 양육태도. *한국
 교육문제연구*, 13, 1-18.
- 이정민, 김선희(2021). 가정환경 혼돈, 어머니의 부정적 양
 육행동, 유아의 실행기능과 공격성 간의 구조적 관
 계. *아동학회지*, 42(6), 777-790.
- 이혜영(2009). 육아가정에 있어서의 양육자의 육아 불안
 과 학대가능성 요인에 관한 연구. *교정복지연구*, 15,
 121-137.
- 임선아, 심숙영(2022). 가정환경자극이 학교준비도에 미
 치는 중단적 영향: 유아의 인지 및 언어발달, 또래상
 호작용의 매개효과. *유아교육연구*, 42(5), 75-98.
- 전아정(2011). 만 5세 유아의 배려지향적 도덕성과 주 양
 육자의 양육태도와와의 관련성 연구. 덕성여자대학교
 석사학위논문.
- 정은영, 강민주(2015). 맞벌이 가정 어머니의 양육지식과
 직무만족도 및 배우자의 지지가 양육스트레스에 미
 치는 영향. *육아정책연구*, 9(1), 201-226.
- 주진희(2011). 전반적 발달장애 학동기 아동의 식사의 질
 과 주 양육자의 영양적 인식 관련연구. 경희대학교
 석사학위논문.
- 지다솜, 오지현(2024). 3-5세 유아기 어머니의 불확실성에
 대한 인내력 부족, 양육불안과 부모소진 간의 관계
 에서 부모소명의 조절된 매개효과. *아동학회지*,
 45(4), 477-491.
- 차기주, 김민정, 정미라(2016). 영아기 아버지의 양육참여
 와 영아발달 간의 관계: 어머니의 부모역할스트레스
 의 매개효과를 중심으로. *한국영유아보육학*, 99,
 111-138.
- 최경순(1992). 아버지의 양육 참여도와 아동의 사회적 능
 력과의 관계. *아동학회지*, 14(2), 115-135.
- 최미경, 도현심, 김민정, 신나나(2013). 부모공동육아 및
 어머니의 양육스트레스와 유아의 불안 및 과잉행동
 간의 관계. *가정과삶의질연구*, 31(2), 25-39.
- 한명숙(2013). 유아의 배려행동에 영향을 미치는 가정환
 경 관련 변수들의 구조적 관계: 가족건강성, 모자상

- 호작용, 가정환경자극을 중심으로. 중앙대학교 박사 학위논문.
- 한명숙, 서선숙(2013). 가정의 사회경제적 배경과 가정환경자극 및 유아의 상호작용적 또래놀이 간의 구조분석. *생태유아교육연구*, 12(1), 27-47.
- 한준아, 김지현, 조윤주(2014). 유아의 성, 연령, 기질, 어머니의 취업 여부와 우울이 어머니의 양육 스트레스에 미치는 영향. *아동과 권리*, 18(4), 525-544.
- Andeweg, S. M., Bodrij, F. F., Prevoo, M. J., Rippe, R. C., & Alink, L. R. (2022). Reducing household chaos to improve parenting quality? An RCT. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 80, 101398.
- Aunola, K., Sorkkila, M., & Tolvanen, A. (2020). Validity of the Finnish version of the Parental Burnout Assessment (PBA). *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(5), 714-722.
- Berry, D., Blair, C., Willoughby, M., Garrett-Peters, P., ... & Family Life Project Key Investigators. (2016). Household chaos and children's cognitive and socio-emotional development in early childhood: Does childcare play a buffering role?. *Early Childhood Research Quarterly*, 34, 115-127.
- Bronfenbrenner, U., & Crouter, A. C. (1983). The evolution of environmental models in developmental research. *Handbook of Child Psychology*, 1(4), 357-414.
- Coldwell, J., Pike, A., & Dunn, J. (2006). Household chaos-links with parenting and child behaviour. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(11), 1116-1122.
- Deater-Deckard, K., Mullineaux, P. Y., Beekman, C., Petrill, S. A., ... & Thompson, L. A. (2009). Conduct problems, IQ, and household chaos: A longitudinal multi informant study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(10), 1301-1308.
- Dumas, J. E., Nissley, J., Nordstrom, A., Smith, E. P., ... & Levine, D. W. (2005). Home chaos: Sociodemographic, parenting, interactional, and child correlates. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(1), 93-104.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Garrett-Peters, P. T., Mokrova, I., Vernon-Feagans, L., Willoughby, M., ... & Family Life Project Key Investigators. (2016). The role of household chaos in understanding relations between early poverty and children's academic achievement. *Early Childhood Research Quarterly*, 37, 16-25.
- Griffith, A. K. (2022). Parental burnout and child maltreatment during the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Violence*, 37(5), 725-731.
- Grolnick, W. S., & Seal, K. (2008). *Pressured parents, stressed-out kids: Dealing with competition while raising a successful child*. Amherst, NY: Prometheus Books.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. NY: Guilford publications.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer publishing company.
- Martin, A., Razza, R. A., & Brooks-Gunn, J. (2012). Specifying the links between household chaos and preschool children's development. *Early Child Development and Care*, 182(10), 1247-1263.
- Maslach, C. (2003). *Burnout: The cost of caring*. CA: Ishk.
- Matheny Jr, A. P., Wachs, T. D., Ludwig, J. L., & Phillips, K. (1995). Bringing order out of chaos: Psychometric characteristics of the confusion, hubbub, and order scale. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 16(3), 429-444.
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it, and why does it matter?. *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1319-1329.
- 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., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The

- balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 886.
- Minuchin, S. (1974). *Families & family therapy*. MA: Harvard University Press.
- Raver, C. C., Blair, C., Garrett-Peters, P., & Family Life Project Key Investigators. (2015). Poverty, household chaos, and interparental aggression predict children's ability to recognize and modulate negative emotions. *Development and Psychopathology*, 27(3), 695-708.
- 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.
- Skovholt, T. M. (2001). *The Resilient Practitioner*. MA: Allyn & Bacon.
- Tucker, C. J., Sharp, E. H., Van Gundy, K. T., & Rebellon, C. (2018). Household chaos, hostile parenting, and adolescents' well-being two years later. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 3701-3708.
- Vernon-Feagans, L., Garrett-Peters, P., Willoughby, M., Mills-Koonce, R., & Family Life Project Key Investigators. (2012). Chaos, poverty, and parenting: Predictors of early language development. *Early Childhood Research Quarterly*, 27(3), 339-351.
- Vernon-Feagans, L., Willoughby, M., & Garrett-Peters, P. (2016). Predictors of behavioral regulation in kindergarten: Household chaos, parenting, and early executive functions. *Developmental Psychology*, 52(3), 430-441.
- Wachs, T. D. (1989). The nature of the physical microenvironment: An expanded classification system. *Merrill-Palmer Quarterly*, 35(4), 399-419.
- Yang, B., Chen, B. B., Qu, Y., & Zhu, Y. (2021). Impacts of parental burnout on Chinese youth's mental health: The role of parents' autonomy support and emotion regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 1679-1692.

Received 02 February 2025;

1st Revised 14 April 2025;

Accepted 05 May 2025