

영유아의 주 양육자가 지각하는 양육 스트레스와 피로

박선정¹ · 강경아¹ · 김성희² · 김신정³

¹삼육대학교 간호학과, ²중앙대학교 적십자간호대학, ³한림대학교 간호학부

Degree of Parenting Stress and Fatigue Perceived by Primary Caregivers of Young Children

Sun-Jung Park¹, Kyung-Ah Kang¹, Sung-Hee Kim², Shin-Jeong Kim³

¹Department of Nursing, SahnYook University, Seoul

²Red Cross College of Nursing, ChungAng University, Seoul

³Department of Nursing, Hallym University, Chuncheon, Korea

Purpose: The purpose of this study was to provide basic data for nursing interventions to assist primary caregivers of young children by determining the degree stress and fatigue that caregivers were under due to parenting young children. **Methods:** Participants were primary caregivers (181 mothers and 160 grandmothers) of young children. **Results:** 1) Mean score for degree of parenting stress was 2.61 (±.69) and for fatigue, 1.97 (±.54). 2) There was a significant difference in degree of parenting stress according to primary caregivers' age, employment status, income, whether the children were wanted babies, health status of the children and caregivers, personality of the children, and benefits from, and satisfaction with costs of childcare. Likewise, there was a significant difference in degree of fatigue according to relationship of primary caregivers to the children, primary caregivers' age, religion, income, whether the children were wanted babies, health status of the children and caregivers, personality of the children, and benefits from, and satisfaction with costs of childcare. 3) Stress and fatigue perceived by the primary caregivers were significantly correlated ($r = .554, p < .001$). **Conclusion:** To alleviate more effectively primary caregivers' parenting stress and fatigue, early nursing intervention and educational programs need to be developed.

Key words: Young children, Parenting stress, Fatigue

서론

연구의 필요성

가정은 인간이 태어나 최초로 접하는 사회적 환경으로 아동이 훌륭한 인성의 기초를 형성하는 중요한 역할을 담당하고 있다. 무력한 존재로 태어난 아동은 가정 내에서 부모의 양육과 보호 속에서 자라면서 언어 생활습관, 가치관 등을 배우게 된다. 부모는 자녀에게 관심을 갖고 바람직한 행동을 취하는 등의 일차적 기능을 통해 다음 세대의 자녀가 건강하게 잘 살아가도록 신체적, 사회·심리적, 그리고 경제적 조건을 준비해 주는 영구적인 과업을 위임받고 있다. 미래 사회의 주역이 될 아동의 성장 발달은 출생전

의 생물학적 잠재력뿐만 아니라 부모 혹은 조모 등의 돌보는 환경이 중요한 영향을 미치는데(Oh, 2000; Oh, 2006), 이 시기에 형성되는 양육경험은 이후 일생동안 심리발달뿐만 아니라 인간을 포함한 주위의 대상들과 관계를 형성하는 대인관계 측면에 지속적인 영향을 미치며 특히 출생 시부터 일차적인 양육자와의 관계는 다른 어떤 관계보다 선행하여 형성되는 가장 기본적인 관계라는 점에서 더 많은 중요성을 지닌다고 할 수 있다.

영유아란 신생아가 지난 만 1개월부터 3세까지의 아동을 의미하는데 영유아는 그들의 어린 연령 때문에 적절히 행동을 하지 못하므로 의존 상태에 있다(Richardson, 1988). 따라서 이 시기에 는 아동을 돌보는 주 양육자가 아동에게 큰 영향을 미치는데, 아

주요어: 영유아, 양육스트레스, 피로

*본 연구는 2010학년도 한림대학교 대학원 석사학위 논문임.

*This study is mastet's thesis of Hallym University, 2010.

Address reprint requests to: Shin-Jeong Kim

Department of Nursing, Hallym University, 1 Okcheon-dong, Chuncheon 200-702, Korea

Tel: +82-33-248-2721 Fax: +82-33-248-2734 E-mail: ks@hallym.ac.kr

투고일: 2012년 7월 21일 / 1차수정: 2012년 9월 20일 / 게재확정일: 2012년 9월 20일

동측면에서도 자신의 양육은 물론 의식주에 이르기까지 생활전반에 걸린 행위가 1차적으로 돌보는 양육자에 의해 이루어지기 때문이다(Kim & Park, 2003).

우리나라는 전통적으로 어머니가 영유아의 주된 돌봄 제공자로서 인식되어 왔으나 최근 여성의 사회참여로 그 역할이 변화하고 있다. 현재 우리나라 어머니들은 기혼 여성의 사회진출 증가와 자녀양육에 대한 준비부족으로 가족구성원의 지지나 도움 없이 자녀양육과 주부로서의 역할을 수행하는 과정에서 이중적인 부담을 겪고 있는 것으로 나타났다(Kim & Park, 2009). 우리나라 기혼 여성의 경제활동 참가율은 1984년 40.7%이었고 2009년에는 49.2%로 지속적으로 증가추세이나(Korea National Statistical Office, 2009) 이에 반해 취업 여성을 위한 양육지원 서비스는 그 수요에 비해 턱없이 부족한 실정이라서 아동의 양육은 어머니 외의 타인, 특히 조모에게 의존하고 있는 경우가 많다. 기혼 취업여성의 보육실태에 대한 조사에서 24.8%가 친정집이나 시댁에 자녀 양육을 맡기고 있는 것으로 보고하여 영유아기 손자녀를 양육하고 있다고 보고한 경우가 18.8%로 나타났으며(Chae & Jeong, 2004) 만 1세에서는 15.3%, 만 2세에서는 10.2%로 자녀의 연령이 어릴수록 제도화된 보육시설보다는 조부모를 통해 대리 양육하고 있는 것으로 나타났다(Bae, Roh, & Kweon, 2008). 즉, 여성의 취업률이 증가함에 따라 사회보육 요구가 증가하고 있지만 아직 우리나라에서는 보육시설 부족과 혈연중심주의 사고로 때문에 양육의 선호가 높아 조모 또는 친인척의 대리 양육현상을 낳게 되었다(Kim & Chung, 2008). 이는 사회변동의 결과로 핵가족화에 의한 가족관계의 변화에 따른 현상으로, 취업모 가정에서는 자녀의 양육을 조모가 대신하는 경우가 많아지게 되었고 조모는 영유아와 절대적 관심을 갖고 깊은 유대관계를 맺고 대리모의 역할뿐 아니라 기본 생활습관 지도 및 교사로서의 다양한 교육적 역할까지 수행하고 있다(Jang & Cho, 2003). 물론 영유아의 양육이 가족, 사회, 국가적으로 매우 중요한 문제이지만 이들을 1차적으로 돌보는 주 양육자의 입장에서는 양육으로 인한 스트레스와 피로가 뒤따르게 되며 주 양육자는 이로 인해 체력부족, 불안, 우울, 사회적 고립감, 만성 질환 악화와 같은 부정적인 영향을 경험하기도 한다(Kim & Chung, 2008).

일반적으로 증가된 양육스트레스는 어머니와 조모 자신뿐만 아니라 (손)자녀에게도 부정적인 영향을 미치게 되는데(Crinic & Greenberg, 1990) 아동을 돌보는 주 양육자의 피로는 아동에게 직접적으로 영향을 미치고 양육자 자신의 건강상태를 유지하고 증진하는 능력과 아동을 돌보고 놀아주고 발달을 촉진하는 능력에도 부정적 영향을 미칠 수 있다. 특히 양육 스트레스는 매일 매일의 생활에서 경험하는 일상적인 스트레스이므로 다른 생활 스트레스와 동시에 발생하면 복합적인 영향을 미칠 수 있으므로 더 위험적이 될 수 있다. 그러므로 영유아의 주 양육자인 어머니와 조모가 경험할 수 있는 양육 스트레스와 피로정도를 감소시키기 위한

대처 방안을 모색하고 다양한 정보를 제공함으로써 부모 자녀 간 혹은 가족의 바람직한 상호작용을 도모하고 영유아의 발달에도 도움이 되어야 한다(Jang & Cho, 2003). 이에 본 연구는 아동을 1차적으로 양육하는 어머니와 조모를 대상으로 그들이 지각하는 양육 스트레스와 피로 정도를 파악함으로써 효율적인 간호중재의 기초자료를 제공하고자 한다.

연구 목적

본 연구의 목적은 영유아를 양육하는 주 양육자의 양육 스트레스와 피로 정도를 파악함으로써 스트레스와 피로 정도를 감소시키고 올바른 양육을 돕기 위한 간호중재의 기초자료를 제공하고자 하며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 영유아 주 양육자가 지각하는 양육스트레스와 피로 정도를 파악한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스와 피로 정도의 차이를 파악한다.

셋째, 대상자가 지각하는 양육스트레스와 피로 정도의 관계를 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 영유아를 양육하는 주 양육자의 스트레스와 피로 정도를 파악하기 위하여 자가 보고식 질문지를 이용한 서술적 조사 연구이다.

연구 대상

본 연구의 대상은 강원도 C시에 거주하며 같은 지역의 1개 보건소, 2개 대학병원의 소아과와 2개 개인병원의 소아과에 예방접종을 위해 방문한 영유아의 주 양육자(어머니 181명, 조모 160명)를 대상으로 하였다. G*Power 프로그램을 적용하여 본 연구에 적절한 표본 수를 산정한 결과 Correlation: Bivariate normal model에서 유의수준 0.05, correlation ρ H1 0.3, Power 0.8의 기준에서 필요한 표본 수는 84명으로, 본 연구 수행을 위해 충분한 표본수(n=341)가 확보되었다.

자료 수집 기간 및 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2009년 12월 1일부터 2010년 5월 30일까지이었다. 자료수집 방법은 연구자가 해당기관을 직접 방문하여 기관장과 담당자에게 연구에 대한 전반적 설명을 통해 우선적으로 허락을 받은 후 공문을 발송하였고 공식적인 승인을 받은 후에는 주 양육자에게 연구의 목적과 방법을 재차 설명한 후 허락을 받은 경우에 한해 설문지에 제시된 내용으로 서면동의를 받았다. 설문조사는 대상자의 의사를 존중하고 강요하지 않았으며 대상

자에게는 질문지를 배포하여 스스로 응답케하여 회수하는 방법을 사용하여 익명으로 처리하였다. 대상자들이 질문지를 응답하는데는 평균 10-15분 이내가 소요되었다.

연구 도구

양육 스트레스는 Crinic과 Greenberg (1990)의 'Parenting Daily Hassles'의 문항을 연구자가 변안, 수정하였으며 아동간호학 교수 3인으로 구성된 전문가 집단을 통해 타당도를 검증한 후 사용하였다. 본 도구는 20문항으로 구성되어 있으나, 예비조사를 통하여 17문항을 사용하였다. 제외된 문항은 본 연구 대상 자녀의 연령과 출생순위를 고려하여 적절하지 않다고 판단된 '형제들끼리 싸우거나 다룰 때 잘잘못을 가려주어야 한다', '아이가 어른들의 대화에 끼어들면서 방해한다', '아이 돌보는 사람을 구하는데 어려움이 있다'의 3개 문항이다. 본 척도는 Likert식 5점 척도로 '전혀 성가시지 않다' 1점, '성가시지 않은 편이다' 2점, '보통이다' 3점, '성가신 편이다' 4점, 그리고 '매우 성가시다' 5점으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 일상생활에서 자녀 양육과 연관되어 일어나는 일을 주 양육자가 성가시게 느끼는 것을 의미한다. 도구번역 당시 신뢰계수 Cronbach's $\alpha = .87$ 이었으며 조모를 대상으로 한 선행연구(Oh, 2006)에서는 .87로 나타났고 본 연구에서의 신뢰계수 Cronbach's $\alpha = .93$ 으로 높게 나타났다.

영유아를 양육하는 주 양육자의 피로 정도는 1976년 일본산업 피로연구회가 표준화시킨 질문지인 피로자각증상조사표(Subjective Symptoms of Fatigue Test)로 선행연구를 통해 국문으로 번역된 도구를 사용하였다. 이 도구는 피로에 대해 각 개인이 주관적으로 체험한 자각적 증상의 호소를 파악하는 것으로서, 생체의 상태나 기능의 변화가 중추신경계에 영향을 미침으로써 의식되어지는 자각증상의 호소를 평가하는 방법이다. 본 도구는 총 30문항으로 신체적 피로, 정신적 피로, 신경 감각적 피로 각 10문항으로 구성되어 있으며 각 문항에 대한 응답은 1-4점의 4점 척도로 점수가 높을수록 피로 정도가 높은 것으로 평가한다. 본 도구의 타당도 역시 아동간호학 교수 3인으로 구성된 전문가 집단을 통해 검증하였다. 또한 신뢰계수는 산육기 어머니를 대상으로 한 선행연구(Kim, Jeong, & Kim, 2001)에서 .94로 나타났으며 본 연구에서의 신뢰계수 Cronbach's $\alpha = .96$ 으로 높게 나타났다.

자료 분석 방법

본 연구를 통해 수집된 자료의 분석은 SPSS WIN 17.0 프로그램을 이용하였는데 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로, 피로와 양육스트레스 정도는 평균과 표준편차로 분석하였으며 대상자의 일반적 특성에 따른 양육 스트레스와 피로 정도의 차이는 t-test, ANOVA로, 대상자가 지각하는 양육 스트레스와 피로 정도의 관계는 Person Correlation Coefficient로 분석하였다.

연구 결과

대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴보면 다음과 같다(Table 1).

Table 1. General Characteristics of Subjects (N=341)

Characteristics	Categories	n	(%)
Relationship to child	Mother	181	53.1
	Grandmother	81	23.8
	Maternal grandmother	79	23.2
Caregiver's age	≥ 30	44	12.3
	30-39	112	58.9
	40-49	36	10.7
	50-59	94	23.8
	≤ 60	69	18.6
Mother's job	Have	211	62.1
	None	129	37.9
Mother's job type	Sales positions	14	7.1
	Office Job	61	30.8
	Specialized Job	81	40.9
	Service job	6	3.0
	student	1	0.5
Level of education	Etc	35	17.7
	Middle school or less	75	22.3
	High school	160	47.6
	College or more	101	30.1
Religion type	Christianity	71	33.3
	Catholic	38	17.8
	Buddhism	101	47.4
	Etc	3	1.4
Family income (unit:10,000 won)	Under 200	53	15.9
	200-300	123	36.8
	300-400	82	24.6
	Over 400	76	22.8
Number of children	1	181	53.2
	≥ 2	160	46.8
Wanted baby or not	Yes	319	93.8
	No	21	6.2
Baby gender	Male	176	51.6
	Female	165	48.4
Satisfying the sex	Yes	316	93.2
	No	23	6.8
Baby health status	Bad	5	1.5
	Moderate	85	24.9
	Good	173	50.7
	Very good	78	22.9
The character of the baby	Gentle	100	29.3
	Moderate	191	56.5
	Difficult	47	13.8
Caregiver's health status	Good	250	73.3
	Moderate	73	21.4
	Bad	16	4.7
One day caring hours	≥ 10	132	38.8
	≤ 10	191	56.1
Benefits of the cost of care	Yes	100	62.6
	No	60	37.4
Satisfaction with care costs	Satisfied	37	22.9
	Moderate	92	57.3
	Does not satisfy	31	19.8

영유아와의 관계에 있어서는 어머니가 53.1% (181명)로 가장 많았으며 그 다음으로는 친할머니가 23.8% (81명), 외할머니가 23.2% (79명)로 나타났다. 연령은 30-39세가 58.9% (112명)로 가장 많았으며 그 다음으로는 50-59세가 23.8% (94명), 60세 이상이 18.6% (69명), 30세 이하가 12.3% (44명), 40-49세가 10.7% (36명)의 순으로 나타났다. 어머니의 직업은 있는 경우가 62.1% (211명)이었는데 직업유형은 영업직이 7.1% (14명), 사무직이 30.8% (61명), 전문직이 40.9% (81명), 서비스직이 3.0% (6명), 학생이 0.5% (1명), 기타가 17.7% (35명)로 나타났다. 대상자의 교육정도는 고등학교 졸업이 47.6% (160명)로 가장 많았으며 종교가 있는 경우가 62.2% (212명), 없는 경우가 37.8% (129명)로 나타났는데, 종교 유형은 불교가 47.4% (101명)로 가장 많았고 그 다음으로는 기독교가 33.3% (71명)의 순이었다. 월수입은 200-300만 원 미만이 36.8% (123명)로 가장 많았다. 현재의 자녀수는 1명이 53.2% (181명)로 가장 많았으며, 아기를 원한 경우는 93.8% (319명)로 대부분을 차지하였다. 아기의 성별은 남아가 51.6% (176명)로 여아 48.4% (165명)보다 많았으며, 아기의 성별에 대해서는 '만족한다'는 경우가 93.2% (316명)로 대부분을 차지하였다. (손)자녀의 건강상태는 '좋은편'이라고 생각하는 경우가 50.7% (173명)로 나타났으며, 아기의 성격에 대해서는 '보통이다'라고 생각하는 경우가 56.5% (191명)로 가장 많았다. 영유아를 돌보는 주 양육자가 지각하는 자신의 건강상태는 '건강하다'고 생각하는 경우가 58.7% (199명)로 가장 많았다. 1일 영유아를 돌보는 시간은 10시간 이상이 56.1% (191명)로 10시간 미만(38.8%, 132명)보다 많았다. 조모의 경우, 영유아를 돌보는 것에 대해서는 비용을 받는다는 경우가 62.6% (100명)로 안 받는다는 경우(37.4%, 60명)보다 많았으며, 영유아를 돌보면서 받는 비용에 대한 만족도는 '보통이다'가 57.3% (92명), '만족한다'가 22.9% (37명), '만족하지 않는다'가 19.8% (31명)로 나타났다.

대상자가 지각하는 양육 스트레스와 피로정도

주 양육자가 지각하는 양육 스트레스와 피로 정도에 있어서, 양육 스트레스 정도는 5점 만점에 평균 평점 2.61 (±0.69)점으로 나타났으며 피로 정도는 4점 만점에 평균 평점 1.92 (±0.54)점으로 나타났는데, 이를 영역별로 나누어보면, 신체적 피로가 평균 1.97 (±0.81)점으로 가장 높게 나타났으며, 그 다음으로는 정신적 피로가 1.94 (±0.59)점, 신경 감각적 피로가 1.86 (±0.54)점의 순으로 나타났다(Table 2).

대상자의 일반적 특성에 따른 양육 스트레스와 피로 정도의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 양육 스트레스 정도와 피로 정도의 차이는 다음과 같다(Table 3).

대상자의 양육 스트레스 정도는 대상자의 연령(F=3.886, *p*=.004), 직업유무(*t*=-3.155, *p*=.002), 월수입(F=3.512, *p*=.16), 원한

Table 2. The Degree of Parenting Stress & Fatigue of the Subjects (N=341)

	Mean	SD
Parenting stress	2.61	.69
Fatigue	1.92	.54
Physical fatigue	1.97	.54
Mental fatigue	1.94	.59
Sensory nerve fatigue	1.86	.54

아기의 여부(*t*=-2.086, *p*=.038), 자녀 건강상태(F=-1.696, *p*=.003), 자녀의 성격(F=14.726, *p*<.001), 자신의 건강상태(*t*=4.211, *p*=.016), 돌봄 비용에 대한 만족도(F=5.929, *p*=.003)에 따라서는 유의한 차이가 있었으며 그 외 특성에 따라서는 유의한 차이가 없었다. 즉, 대상자의 양육 스트레스는 대상자의 연령이 30세 미만이 2.84 (±.70)점으로 양육 스트레스가 가장 높았고, 50-59세가 2.75 (±.71)점, 60세 이상이 2.64 (±.61)점, 40-49세가 2.53 (±.65)점, 30-39세가 2.43 (±.73)점 순으로 나타나 유의한 차이가 있었다(F=3.886, *p*=.004). 또한 대상자가 직업이 없는 경우가 2.77 (±.65)점으로 직업이 있는 경우인 2.51 (±.70)점보다 높게 나타나 유의한 차이가 있었으며(*t*=-3.155, *p*=.002). 월수입에 따라서는 200만 원 미만이 2.84 (±.75)점으로 가장 높게 나타났고, 200-300만 원 미만이 2.63 (±.68)점, 400만 원 이상이 2.43 (±.67)점으로 가장 낮게 나타나 유의한 차이가 있었다(F=3.512, *p*=.16). 또한 현재의 아기를 원하지 않았던 경우가 2.93 (±.78)점으로 원한 아기인 경우(2.59±.69)보다 높아 유의한 차이가 있었다(*t*=-2.086, *p*=.038). (손)자녀의 건강상태는 '나쁜 편이다'라고 응답한 경우가 .75 (±1.16)점으로 양육 스트레스 정도가 가장 높게 나타나 유의한 차이가 있었으며(F=-1.696, *p*=.003). (손)자녀의 성격에 따라서는 '까다롭다'가 2.87 (±.70)점으로 양육 스트레스 정도가 가장 높아 유의한 차이가 있었다(*t*=14.726, *p*<.001). 자신의 건강상태에 따라서는 '건강하지 못한 편이다' 라고 응답한 경우가 양육 스트레스 정도가 2.89 (±.67)점으로 가장 높게 나타나 유의한 차이가 있었으며(*t*=4.211, *p*=.016), 영유아를 돌보고 받는 비용에 대한 만족도는 '만족하지 않는다'가 2.83 (±.68)점으로 가장 높은 스트레스가 나타나 유의한 차이가 있었다(F=5.929, *p*=.003).

대상자의 피로 정도는 아기와의 관계(F=10.716, *p*<.001), 연령(F=5.951, *p*<.001), 종교유무(*t*=2.104, *p*=.036), 월수입(F=2.728, *p*=.044), 원한 아기의 여부(*t*=-2.412, *p*=.016), 아기 건강상태(F=3.421, *p*=.018), 아기의 성격(F=7.435, *p*=.001), 양육자의 건강상태(F=6.322, *p*=.002), 아기 돌봄에 대한 비용수혜 여부(*t*=2.180, *p*=.014), 돌봄비용에 대한 만족도(F=8.900, *p*<.001)에 따라 유의한 차이가 있었으며 그 외 특성에 따라서는 유의한 차이가 없었다. 즉, 대상자의 피로 정도는 아기와의 관계에 있어서 할머니, 외할머니, 어머니 순으로 나타나 유의한 차이가 있었으며(F=10.716, *p*<.001) 양육자의 연령이 60세 이상인 경우가 가장

Table 3. The Differences of Parenting Stress & Fatigue according to Subjects's General Characteristics

(N=341)

Characteristics	Classification	n	Parenting stress		Fatigue		Characteristics	Classification	n	Parenting stress		Fatigue	
			Mean (SD)		Mean (SD)					Mean (SD)		Mean (SD)	
Relationship to child	Mother	181	2.56 (.70)		.85 (.56) ^a		Wanted baby or not	Yes	319	2.59 (.69)		.95 (.53)	
	Grandmother	81	2.65 (.68)		1.16 (.51) ^b			No	21	2.93 (.78)		1.26 (.56)	
	Maternal grandmother	79	2.72 (.68)		1.08 (.45) ^b					t=-2.086, p=.038		t=-2.412, p=.016	
Caregiver's age	>30	44	2.84 (.60) ^c		0.96 (.50)		Age of the baby (months)	1-12	135	2.70 (.61)		1.03 (.53)	
	30-39	112	2.43 (.73) ^a		0.80 (.59)			13-24	137	2.60 (.74)		.94 (.55)	
	40-49	36	2.53 (.65) ^{a,b}		0.91 (.49)			35-36	76	2.47 (.74)		.92 (.56)	
	50-59	94	2.75 (.71) ^{b,c}		1.07 (.46)				F=2.526, p=.082		F=1.181, p=.308		
	≤60	69	2.64 (.61) ^{a,b,c}		1.19 (.53)		Baby gender	Male	176	2.62 (.71)		.98 (.54)	
						Female		165	2.61 (.69)		1.00 (.51)		
Mother's job	Have	211	2.51 (.70)		0.96 (.55)				t=0.090, p=.928		t=-0.23, p=.818		
	None	129	2.77 (.65)		1.01 (.53)		Satisfying the sex	Yes	316	2.59 (.69)		.96 (.54)	
Mother's job type	Sales	14	2.68 (.67)		0.97 (.76)			No	23	2.86 (.82)		1.12 (.50)	
	Office Job	61	2.64 (.78)		0.92 (.53)				t=-1.696, p=.091		t=-1.34, p=.178		
	specialized Job	81	2.41 (.70)		0.96 (.54)		Baby health status	Bad	5	2.75 (1.16)		1.15 (.56)	
	Service job	6	2.49 (.50)		0.61 (.39)			Moderate	85	2.67 (.68) ^a		1.04 (.49) ^a	
	student	1	2.70		1.33		Good	173	0.70 (.70) ^a		1.01 (.55) ^a		
	Etc	35	2.58 (.64)		1.11 (.54)		Very good	78	2.35 (.63) ^b		.80 (.55) ^b		
Level of education	≤ Middle school	75	2.56 (.75)		1.04 (.51)				F=4.786, p=.003		F=3.421, p=.018		
	High school	160	2.67 (.69)		.93 (.54)		The character of the baby	Gentle	100	2.30 (.67) ^a		.80 (.54) ^a	
	College ≤	101	2.53 (.69)		.98 (.57)			Moderate	191	2.70 (.66) ^b		1.02 (.51) ^b	
Religion	Have	212	2.56 (.73)		.92 (.55)		Difficult	47	2.87 (.70) ^b		1.13 (.60) ^b		
	None	129	2.70 (.62)		1.05 (.53)				F=14.726, p<.001		F=7.435, p=.001		
Type of religion	Christianity	71	2.70 (.64)		.94 (.52)		Caregiver's health status	Good	250	2.55 (.67) ^a		.91 (.54) ^a	
	Catholic	38	2.45 (.72)		.88 (.47)			Moderate	73	2.78 (.74) ^b		1.14 (.52) ^b	
	Buddhism	101	2.49 (.80)		.92 (.60)		Bad	16	2.89 (.84)		1.18 (.47)		
	Etc	3	2.70 (.60)		.89 (.56)				F=4.211, p=.016		F=6.322, p=.002		
Family income (unit:10000 Korean won)	Under 200	53	2.84 (.75) ^b		1.14 (.56) ^b		One day caring hours	≥ 10 hours	132	2.58 (.66)		1.02 (.55)	
	200-300	123	2.63 (.68) ^{a,b}		.91 (.52) ^a			≤ 10 hours	191	2.64 (.73)		.94 (.54)	
	300-400	82	2.60 (.67) ^{a,b}		1.03 (.53) ^{a,b}				t=-0.719, p=.473		t=1.115, p=.266		
	Over 400	76	2.43 (.67) ^a		.90 (.58) ^a		Benefits of the cost of care	Yes	100	2.66 (.69)		1.14 (.50)	
						No		147	2.64 (.68)		1.08 (.46)		
Number of children	1	181	2.58 (.75)		1.01 (.53)		Satisfaction with care costs	Satisfied	55	2.36 (.65) ^a		2.45 (.67) ^a	
	≥ 2	160	2.64 (.64)		.93 (.56)			Moderate	86	2.70 (.69) ^b		2.72 (.69) ^b	
								Does not satisfy	35	2.83 (.68) ^b		2.85 (.69) ^b	
								F=5.929, p=.003		F=8.900, p<.001			
								t=0.311, p=.765		t=2.180, p=.014			
								F=3.512, p=.016		F=2.728, p=.044			
								t=-0.760, p=.448		t=1.354, p=.177			

높아 유의한 차이가 있었다(F=5.951, p<.001). 또한 종교가 없는 경우가 있는 경우에 비해 피로 정도가 높아 유의한 차이가 있었으며(t=2.104, p=.036) 가족의 월수입이 200만 원 미만인 경우가 가장 높아 유의한 차이가 있었다(F=2.728, p=.044), 원하지 않았던

아기인 경우가 원했던 아기인 경우보다(t=-2.412, p=.016), 아기의 건강상태에 있어서는 아기 건강상태가 나쁜 경우가(F=3.421, p=.018), 아기 성격은 까다로운 경우가(F=7.435, p=.001) 피로 정도가 가장 높아 유의한 차이가 있었다. 양육자의 건강상태는 나쁜

Table 4. The Relationship between Parenting Stress and Fatigue (N=341)

Variable	Physical fatigue	Mental fatigue	Sensory nerve fatigue	Fatigue
	r (p)	r (p)	r (p)	r (p)
Parenting stress	.444 (<.001)	.535 (<.001)	.506 (<.001)	.554 (<.001)

다고 한 경우가 가장 높아 유의한 차이가 있었으며($F=6.322, p=.002$) 아기 돌봄에 대한 비용을 수혜받는 경우가 그렇지 않은 경우보다($t=2.180, p=.014$), 돌봄비용에 대한 만족도가 낮은 경우가 피로 정도가 가장 높아 유의한 차이가 있었다($F=8.900, p<.001$).

대상자가 지각하는 양육스트레스와 피로정도의 관계

대상자가 지각하는 양육스트레스와 피로 정도와의 관계는 다음과 같다(Table 4).

대상자가 지각하는 양육스트레스 정도는 피로 정도와 유의한 상관관계가 있었으며($r=.554, p<.001$) 영역별로는 신체적 피로($r=.444, p<.001$), 정신적 피로($r=.535, p<.001$), 신경 감각적 피로($r=.506, p<.001$)와 모두 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 대상자가 지각하는 양육스트레스 정도가 높을수록 대상자가 지각하는 피로정도도 높게 나타났다. 또한 대상자가 지각하는 양육스트레스와 피로정도를 영역별로 살펴본 결과 양육스트레스 정도가 높을수록 신체적 피로, 정신적 피로, 신경 감각적 피로 정도도 모두 높은 것으로 나타났다.

논 의

일반적으로 양육스트레스는 부모-자녀관계라는 상황 하에서 발생하는 스트레스로(Ahn, 2006), 아동을 양육하는 부모 특히, 어머니는 경제적 부담 및 신체적 피로감, 자신의 정체감을 유지하는데 불만을 느끼며 생활이 자유롭지 못하다는 점에 심리적 부담감을 느낄 수 있다(Abidin, 1992). 그러나 현대의 복잡한 사회적 구조 속에서 양육스트레스는 단지 부모들에게만 국한된 문제가 아니라 다양한 사유로 인해 부모의 역할을 대행하고 있는(손)자녀를 대리 양육하고 있는 조모들에게서 동일하게 발생하고 있는 것으로 분석할 수 있다.

본 연구결과, 자녀를 돌보는 주 양육자의 양육 스트레스는 평균 2.61 ($\pm .69$)점으로 나타났는데 이는 동일한 도구를 사용하여 미취학 아동의 어머니 158명을 대상으로 한 Chae, Kang, Lee와 Shin (1999)의 3.71점보다 낮게 나타났으며 직장타악을 하는 취업모 84명을 대상으로 조사한 Yu, Lee와 Chae (1998)의 3.98점, 가정타악을 하는 취업모의 4.08점보다 낮게 나타났다. 이를 통해 양육스트레스는 가족 구성원이 영유아를 직접 양육하는 경우보다 기관에 탁아한 경우가 더 높음을 알 수 있으며 우리나라의 문화적 상황을 고려해 볼 때, 가족구성원을 더 신뢰하기 때문에 나타난 결과

로 생각된다.

대상자가 지각하는 피로정도는 평균 평점 1.92 ($\pm .54$)점으로 나타났는데, 이러한 결과는 분만 후 3일째의 정상 산모와 산욕기 어머니를 대상으로 한 연구(Kim, Jeong, & Kim, 2000; Kim et al., 2001)에서 나타난 1.61점과 1.70점보다 높음을 알 수 있다. 이를 통해 영유아를 양육하는 것이 산모나 산욕기 상태의 어머니가 느끼는 피로보다 정도가 더 높음을 알 수 있다. 또한 대상자가 지각하는 피로를 영역별로 살펴보면 신체적, 정신적, 신경 감각적 피로의 영역에서 신체적 피로가 가장 높음을 알 수 있다. 신체적 피로가 가장 높게 나타난 결과는 학생이나 교사, 간호사, 임부, 분만 후 산모, 산욕기 어머니를 대상으로 한 다른 연구 결과와도 일치한다(Kim, 1999; Kim et al., 2000; Kim et al., 2001; Kim & Seong, 1998). 이러한 연구 결과를 통해 피로의 각 영역의 증상은 신체적 피로에서 시작한다는 것을 알 수 있으며 신체적 피로 다음으로 높게 나타난 영역이 정신적 피로였는데, 이는 영유아를 양육하는데 있어서 안전하게 돌보아야 한다는 부담감이나 스트레스와 관련이 있다고 생각된다.

대상자의 일반적 특성에 따른 주 양육자의 양육 스트레스 정도는 대상자의 연령이 30세 미만인 경우가 가장 높아 유의한 차이가 있었는데, 이는 대상자의 연령으로 짐작해 볼 때, 이전의 양육 경험이 없는 초산모로 추측되므로 나타난 결과로 생각된다. 또한 직업이 없는 경우는 온종일 어린 아동의 양육에만 매달려야 하므로 오히려 스트레스가 높게 나타난 것으로 추측해 볼 수 있다. 대상자의 월수입에 따른 양육 스트레스 정도는 가족의 월수입에 따라 유의한 차이가 있어 월수입이 낮은 경우, 양육스트레스가 가장 높은 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 유아기 자녀를 둔 주부를 대상으로 한 Jeon (1997)의 연구와(손)자녀를 돌보는 조부모를 대상으로 한 Kwon (2001)의 연구 결과와도 일치한다. 또한 양육 스트레스는(손)자녀의 건강 상태와(손)자녀의 성격에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났는데(손)자녀의 건강상태에 따른 조모의 양육 스트레스는(손)자녀의 건강상태가 나쁜 경우 조모의 양육 스트레스가 높게 나타났으며 이러한 결과는 자녀가 건강하지 못할수록 자녀 양육에 대한 신체적, 심리적 부담이 가중 되므로 양육 스트레스를 더 많이 받는다는 연구 결과(Burnette, 1999; Co, 1994; Lee, Chung, & Kim, 2008; Park & Jeong, 2010)와도 일치한다. (손)자녀의 성격에 따른 양육자의 양육 스트레스는(손)자녀의 성격이 까다로운 경우 양육자의 양육 스트레스 정도가 가장 높게 나타났는데, 이러한 결과는 아동의 성격이 까다로운 경우, 영유아의 욕구를 만족시켜야 하는 양육자의 입장에서는 새로운 변화에 적응하기 어렵고 생활습관이 불규칙하며 예측하기 어려우므로(손)자녀의 기질이 대상자의 양육 스트레스에 영향을 미치는 것으로 추측해 볼 수 있다. 양육자의 신체적 건강상태에 따른 양육스트레스는 양육자의 신체적 건강상태가 나쁠수록 양육스트레스가 높은 것으로 나타났는데, 이는 조부모의 양육 스트레스를 연구

한 Lee, Chung과 Kim (2008)의 연구결과나 Park과 Jeong (2010)의 연구 결과, 영유아 어머니의 양육스트레스 요인을 연구한 Lee (2003)의 연구결과와도 일치한다.

대상자의 일반적 특성에 따른 피로 정도는 아기와 관계에 있어서 할머니가 가장 높게 나타났는데, 이는 양육자의 연령이 60세 이상인 경우에 피로 정도가 높게 나타난 결과와도 관련이 될 것으로 생각되는데, 이 시기의 대상자는 노인에 해당되기 때문으로 고려된다. 즉, 이를 통해 어린 아동을 돌보는 것이 신체적 에너지 소모가 많음을 간접적으로 유추해 볼 수 있다. 영유아의 건강상태가 나쁜 경우가 대상자의 피로 정도가 높게 나타난 것은 아동의 건강상태가 나쁜 경우, 그렇지 않은 경우에 비해 더 많은 보호를 해야 하므로 양육자의 입장에서는 피로가 증가될 것으로 생각된다. 영유아의 성격에 따라서 피로정도에 유의한 차이가 나타났는데, 이를 통해 아동의 성격이 양육자의 피로에 전반적으로 매우 큰 영향을 미침을 알 수 있다. 즉, 아동의 성격이 까다로울 경우, 신체 움직임이 활발하고 욕구좌절에 대한 반응강도가 강하여 양육자에게는 짜증을 유발하며 피로가 가중될 수 있다고 생각한다. 또한 연구자는 아기 돌봄에 대한 비용을 수혜받는 경우가 피로 정도가 더 낮을 것으로 예상했으나 오히려 더 높게 나타난 것은, 심리적 부담에 의한 결과로 사료되며 추후 재검증을 해 볼 필요가 있다고 생각한다. 그러나 돌봄비용에 대한 만족도가 낮은 경우, 피로정도가 높게 나타난 것은 자신이 행하는 행위에 대해 적절히 보상을 받지 못한다는 불만족에 의해 나타난 결과로 해석할 수 있다. 본 연구에서는 대상자의 직업 유무에 따라서는 유의한 차이가 없었으나, 오히려 어머니의 직업이 없는 경우가 피로 정도가 더 높게 나타났다. 이는 사회적 활동이 피로를 더욱 증가시킬 것 이라는 예상과는 달랐으며 입원 환자의 어머니를 대상으로 한 결과와도 일치한다 (Kim & Park, 2003).

본 연구에서 양육자가 지각하는 양육 스트레스가 높을수록 피로 정도도 높게 확인되었다. 이러한 결과는 일 간호 학생을 대상으로 한 연구에서 스트레스 정도에 따라 피로 정도에 유의한 차이가 있다는 연구결과(Park, Kim, Kim, Kim, & Park, 2005)와 일치하며 보험심사 간호사를 대상으로 한 스트레스와 피로 연구결과(Kim, Suh, & Shin, 2009)와도 일치한다. 또한 임상 간호사를 대상으로 한 Lee와 Kim (2006)의 연구에서도 스트레스를 많이 지각할수록 피로정도가 높아 본 연구 결과와 일치하는 결과가 나타났다. 즉, 이러한 연구결과를 통해 피로는 스트레스와 맞물려 더 큰 파급효과를 만들 수 있으므로, 스트레스와 피로의 원인을 확인하고 완화할 수 있는 방안을 모색해야 할 것으로 생각된다.

영유아를 양육하는 주 양육자는 여러 가지 측면에서 다양한 요인의 피로를 느낄 수 있는데, 양육자가 경험하는 피로는 가족전체에 영향을 미칠 수 있으므로 양육자의 피로는 가족 측면에서도 매우 중요하게 고려되어야 할 것이다. 또한 앞으로는 아동의 발달 수준에 따라 양육자의 피로와 양육스트레스에 대해 계속적으로 조

사하는 연구가 필요하며 양육자의 양육스트레스와 피로에 대한 변수들의 추적기간을 늘려 반복연구 할 것을 제안한다.

결론

본 연구는 영유아를 양육하는 주 양육자의 스트레스와 피로 정도를 파악함으로써 스트레스를 감소시키고 올바른 양육을 돕기 위한 간호중재의 기초자료를 제공하고자 시도하였다. 그리하여 본 연구에서는 영유아 주 양육자가 지각하는 양육스트레스와 피로 정도를 파악 하고 대상자의 일반적 특성에 따른 양육스트레스와 피로 정도의 차이와 대상자가 지각하는 양육스트레스와 피로 정도의 관계를 파악 하였다.

대상자의 양육스트레스는 평균 2.61점, 피로는 평균 1.92점으로 나타났으며 대상자의 양육 스트레스 정도는 대상자의 연령, 직업 유무, 월수입, 원한 아기여부, 자녀건강, 자녀의 성격, 주 양육자 자신의 건강상태, 돌봄 비용에 대한 만족도에 따라서는 유의한 차이가 있었고 대상자의 피로 정도는 아기와 관계, 연령, 종교유무, 월수입, 원한 아기인지의 여부, 아기 건강상태, 아기의 성격, 양육자의 건강상태, 아기 돌봄에 대한 비용수혜 여부, 돌봄 비용에 대한 만족도에 따라 유의한 차이가 나타났다.

대상자가 지각하는 피로를 영역별로 살펴보면 신체적, 정신적, 신경 감각적 피로의 영역에서 신체적 피로가 가장 높음을 알 수 있다. 대상자의 양육스트레스 정도는 전체 피로와 유의한 상관관계가 있었으며 영역별로는 신체적 피로, 정신적 피로, 신경 감각적 피로 모두에서 유의한 상관관계가 있었다.

본 연구는 아동 특히 어린 영유아의 양육 환경이 충분치 않은 현재 우리나라의 상황에서 영유아를 돌보는 주 양육자의 스트레스와 피로 정도를 파악함으로써 양육스트레스와 피로 정도를 완화시키기 위한 간호중재를 개발할 필요성과 양육자의 역할을 충실히 할 수 있도록 조기 간호중재의 필요성과 프로그램 개발이 중요함을 인식하는 의미가 있다고 생각한다.

영유아를 양육하는 양육자의 피로에 대한 사정과 피로의 특성과 관련된 자료는 아동 간호사에게도 유용할 수 있기 때문에 간호사는 철저하고 정확한 사정을 통해 피로를 중재할 수 있는 정보를 얻어야 하며, 다른 가족구성원들의 피로 정도를 확인하고 이에 영향을 미치는 다양한 변수를 확인함으로써 영유아를 양육하는 양육자에게 발생할 수 있는 요인을 미리 예측하고 피로를 예방할 수 있는 프로그램을 계획하여 이들에게 가능한 피로에 대해 교육과 정보를 제공하는 것이 중요하다고 생각한다.

참고문헌

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *The Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 401-412.

- Ahn, J. Y. (2006). Care stress and quality of life of grandmothers caring for their grandchildren in employment mother's home. *Journal of Korean Academy Child Health Nursing*, 12, 368-376.
- Bae, J. H., Roh, S. K., & Kweon, K. S. (2008). Current practices of grandparents raising grandchildren and their needs for support. *Journal of Future Early Childhood Education*, 15, 379-410.
- Burnette, D. (1999). Grandparents raising grandchildren in the inner city. *Family in Society*, 78, 489-499.
- Chae, O. H., & Jeong, E. M. (2004). The proposal to improve child care service of working wives. *Korean Journal of Human Ecology*, 7(2), 81-96.
- Chae, S. M., Kang, H. S., Lee, H. J., & Shin, H. S. (1999). The effects of spousal support on the parenting stress and quality of life of mothers with preschool children. *Korean Society of Maternal and Child Health*, 3, 187-195.
- Co, S. H. (1994). A study on perceived by mothers parenting stress. *National Youth Policy Institute*, 18, 21-37.
- Crinic, K. A., & Greenberg, M. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61, 1628-1637.
- Jang, H. J., & Cho, B. H. (2003). The nursing behavior of grandmother and mother transferred over each generations and the grandmother's nursing support. *The Korea Association of Child Care and Education*, 31, 269-281.
- Jeon, Y. J. (1997). A study on stress, coping strategies and psychological outcomes of dual-career wives. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 35(1), 339-355.
- Kim, K. Y. (1999). Subjective symptoms of fatigue in normal pregnant women. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 29, 248-257.
- Kim, M. I., & Park, D. Y. (2009). Parenting stress, depression and verbal abuse of infant's mothers. *Journal of Korean Academy Child Health Nursing*, 15, 375-382.
- Kim, M. J., & Chung, J. W. (2008). Original Articles: Development of a "Grandmothering Stress Index" for Korean day-care grandmothers. *Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing*, 14(1), 56-65.
- Kim, S. J., Jeong, G. H., & Kim, E. H. (2000). Mothers' perception of fatigue in postpartum period. *Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing*, 7, 461-472.
- Kim, S. J., Jeong, G. H., & Kim, T. H. (2001). Subjective symptoms of fatigue in postpartum women. *Journal of Korean Academy of Womens Health Nursing*, 6, 427-438.
- Kim, S. J., & Park, I. S. (2003). Analysis of fatigue perceived by the mothers of infants & toddler. *Korean Journal of Child Health Nursing*, 9(1), 36-45.
- Kim, S. J., & Seong, M. S. (1998). Subjective symptoms of fatigue in hospital nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 28, 908-919.
- Kim, J. R., Suh, S. R., & Shin, J. W. (2009). Work stress and fatigue among medical insurance review nurses. *Korean Journal of Health Education and Promotion*, 26(4), 63-70.
- Korea National Statistical Office. (2009). *Summary of economically active population by gender and age group*. Retrieved June 16, 2010, from http://Kosis.kr/ups3/service/ch_file_down.jsp?PUBCODE=KL&FILE_NAME=/ups3/uplode/Magazine/NEW/KL/040302.xIs&SEQ=230.
- Kwon, I. S. (2001). The relationship between the burden and the social support of grandmothers caring their grandchildren. *Korean Journal of Child Health Nursing*, 6, 212-223.
- Lee, J. W. (2003). The child caring stress of mothers of infant and toddler and its related factors. *Korea Journal of Maternal and Child Health*, 7, 207-215.
- Lee, J. Y., Chung, K. M., & Kim, W. K. (2008). The mental health study of caregiving grandmothers comparing with non-caregiving grandmothers of middle class. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 13, 325-341.
- Lee, W. H., & Kim, C. J. (2006). The relationship between depression, perceived stress, fatigue and anger in clinical nurses. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 36, 925-932.
- Oh, J. A. (2000). Concept analysis for nursing theory development: Child-care. *Nursing Science*, 12(2), 26-36.
- Oh, J. A. (2006). Care stress and quality of life of grandmothers caring for their grandchildren in employment mother's home. *Journal of Korean Academy Child Health Nursing*, 12, 295-303.
- Park, H. J., & Jeong, H. M. (2010). The temperament of grandmothers and grandchildren grandmother's parenting self-efficacy and parenting stress. *Journal of Korean Society of Maternal Child Health*, 14(1), 1-11.
- Park, I. S., Kim, C. S., Kim, R., Kim, Y. J., & Park, M. H. (2005). Stress, anxiety and fatigue of nursing students in clinical practice. *Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 11, 151-160.
- Richardson, S. F. (1988). Child health promotion practices. *Journal of Pediatric Healthcare*, 2(2), 73-78.
- Yu, I. Y., Lee, M. J., & Chea, S. M. (1998). A comparative study of the parenting stress and job satisfaction of working mothers related to child-care arrangements. *Korean Society of Maternal and Child Health*, 2, 159-169.