



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교육학석사 학위논문

부모화경험, 양육스트레스, 가정소진 간의 관계
: 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과

울산대학교 교육대학원
상담교육전공

배 성 아

2019년 1월

석사학위청구논문

부모화경험, 양육스트레스, 가정소진 간의 관계
: 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과

The Relationship between Parentification,
Parenting Stress and Family Burnout
: The Mediating effects of Perfectionism and
Suppression of Emotional Expression

지도교수 최 현 주

이 논문을 석사학위논문으로 제출함.

2019년 1월

울산대학교 교육대학원

상담교육전공

배 성 아

배성아의 교육학석사 학위논문을 인준함.

심사위원장 : 정 종 원 (인)

심사위원 : 최 현 주 (인)

심사위원 : 조 수 현 (인)

2019년 1월

울산대학교 교육대학원

목 차

I. 서론	1
1. 연구 목적 및 필요성	1
2. 연구문제	5
II. 이론적 배경	6
1. 부모화	6
2. 양육스트레스	12
3. 가정소진	14
4. 완벽주의	16
5. 정서표현억제	19
III. 연구 방법	21
1. 연구대상 및 연구절차	21
2. 측정도구	24
1) 부모화 척도	24
2) 양육스트레스 척도	25
3) 가정소진 척도	26
4) 다차원적 완벽주의 척도	27
5) 정서표현태도 척도	28
3. 분석방법	30
IV. 연구결과	31
1. 주요 변인의 기술통계량	31
2. 인구 배경학적 요인에 따른 차이 검증	33
3. 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제 간의 관계	36

4. 측정모형 검증	38
5. 연구모형 검증	43
6. 매개효과 검증	48
V. 논의 및 제언	51
1. 결과에 대한 논의	51
2. 연구의 의의	56
3. 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언	56
참고문헌	58
부록	67
ABSTRACT	78

표 목 차

<표 1> 부모화 유형	9
<표 2> FMPS의 하위요인 개념	17
<표 3> HMPS의 하위요인 개념	18
<표 4> 연구 대상자의 인구통계학적 특성	21
<표 5> 부모화 척도의 문항 구성	25
<표 6> 양육스트레스 척도의 문항 구성	26
<표 7> 가정소진 척도의 문항 구성	27
<표 8> 완벽주의 척도의 문항 구성	28
<표 9> 정서표현태도 척도의 문항 구성	29
<표 10> 측정변인의 기술통계량	32
<표 11> 성별에 따른 변인의 차이 검증	33
<표 12> 출생순위에 따른 부모화경험, 완벽주의의 차이 검증	34
<표 13> 측정변인의 상관분석표	37
<표 14> 측정모형의 적합도 지수(비교)	40
<표 15> 측정모형의 요인부하량과 유의도 검증	42
<표 16> 초기 연구모형의 경로계수와 유의도 검증	44
<표 17> 연구모형의 적합도 지수(비교)	45
<표 18> 수정된 연구모형의 경로계수와 유의도 검증	46
<표 19> 개별 매개효과 및 유의성	49
<표 20> 최종 연구모형의 효과 분해	50

그림목차

<그림 1> 연구모형	5
<그림 2> 초기 측정모형	39
<그림 3> 수정된 측정모형	41
<그림 4> 초기 연구모형	43
<그림 5> 최종 연구모형	45

국문초록

본 연구는 부모화 경험과 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의 및 정서표현억제 간의 관계를 살펴보고, 성장기 부모화 경험이 성인이 된 후 양육스트레스와 가정소진에 미치는 관계에서 완벽주의와 정서표현억제가 매개효과를 갖는지 확인하고자 하였다.

이를 위해 20세 이하의 자녀를 양육하고 있는 성인 남녀를 대상으로 부모화 척도, 양육스트레스 척도, 가정소진 척도, 다차원적 완벽주의 척도, 정서표현태도 척도를 포함하는 설문조사를 실시하였으며, 수집된 572건의 자료는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0 프로그램을 사용하여 분석되었다.

본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과 모든 잠재변인들 간 상관관계가 유의미한 정적 상관으로 나타났다.

둘째, 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제의 구조적 관계를 알아보기 위하여 구조방정식 모형 분석을 실시한 결과 부모화는 양육스트레스, 완벽주의, 정서표현억제에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 양육스트레스가 가정소진에 미치는 영향도 유의하게 나타났다.

셋째, 부모화와 양육스트레스, 가정소진의 관계에서 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과는 어떠한지 Bootstrapping 방법을 사용하여 검증을 실시하였다. 그 결과 양육스트레스는 부모화와 가정소진의 관계를 완전매개 한다는 것을 확인하였다. 또한, 부모화와 양육스트레스의 관계에서는 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과도 유의하게 나타났다. 여기서 완벽주의의 경우 양육스트레스, 가정소진으로 가는 각각의 직접 경로가 유의하지 않게 나타났는데, 이로 인해 부모화와 양육스트레스의 관계에서 완벽주의는 정서표현억제를 통해 양육스트레스로 가는 경로만 유의함에 따라 정서표현억제를 통해 다중매개하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 상담현장에서 자주 만날 수 있는 부모화 경험이 있는 성인의 가정생활과 관련한 부적응적인 심리기제를 밝혔다. 부모화 경험은 완벽주의적인 성향과 정서표현을 억제하는데 영향을 미칠 수 있고, 그로 인해 양육스트레스도 높아질 수 있으며 가정생활에서의 소진으로까지 연결될 수 있다는 이러한 심리적 기제는 상담장면에서 활용될 수 있으며, 양육스트레스와 가정소진으로 인해 어려움을 호소하는 내담자의 경우 좀 더 효과적인 개입을 할 수 있을 것으로 기대한다.

주제어 : 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제

I. 서론

1. 연구 목적 및 필요성

자녀는 부모를 통해 세상에 태어나 최초의 관계를 맺으며 오랜기간 동안 부모의 양육환경 내에서 살게 된다. 따라서 부모가 제공하는 양육의 환경은 자녀의 발달과 적응에 중요한 영향을 미치게 된다. 자녀는 부모의 애정, 보호, 통제를 받으며 정서적으로 발달하고 다양한 환경에 적응하는 법을 배우며 사회규범에 적절한 행동을 학습하게 된다(김영희, 최명선, 2001). 이처럼 부모가 자녀를 일방적으로 돌보고 자녀는 부모의 보살핌 속에서 자아를 형성해가는 것은 건강한 관계이다. 하지만 부모와 자녀의 역할이 역전되어 자녀가 부모를 보살피는 역할을 맡게 되는 경우가 있는데, 이러한 부모-자녀 관계에서의 역할 전이 현상을 ‘부모화(Parentification)’라고 한다(Jurkovic, 1997).

Boszormenyi-Nagy 와 Spark(1973)는 어린 나이에 부모를 보살피는 행동을 발달시킨 자녀를 ‘부모화된 자녀(parentified child)’라고 하였으며, 이들은 발달 단계상 성인 또는 부모의 역할을 성공적으로 다룰 준비가 되어 있기 전에 그러한 역할과 그에 수반되는 과도한 책임 및 돌봄을 떠맡게 되는 상황으로(Jurkovic, 1997), 이러한 부모화 경험은 어린 시절에 수용과 이해, 지지를 받고 싶은 욕구를 충족하지 못한 성인이 자신의 자녀를 통해 미완성된 욕구를 충족시키고자 할 때 발생할 수도 있다. 나이에 맞지 않는 책임감과 실수하면 안된다는 걱정은 어린 자녀에게 큰 짐이 되고, 자신에게 주어진 역할을 수행하기에 부족하다고 느끼는 자녀는 자기를 부정하고 우울과 좌절을 경험할 수 있다. 이렇듯 부모와 자녀 모두가 스스로는 인식하지 못한 채 자녀가 부모 역할을 당연한 것처럼 감당하게 되고 이러한 상황이 성장기를 지나는 동안 지속된다면, 자녀는 오랫동안 부모의 신체적, 정서적 상태를 돌보는 것에 길들여지게 된다. 자신의 욕구를 충족시키기보다 타인의 욕구를 위해 자신을 희생시키는 모습으로 성장해 온 부모화된 자녀는 성인이

되어서도 이러한 상황을 벗어나지 못하게 될 수 있다(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). 부모에 대한 배려가 자신의 내적 욕구를 돌보지 않은 강박적 배려심인 경우에는 더욱 문제가 되는데, 단기적으로는 가족관계에서 스트레스를 줄일 수 있지만 장기적으로 보면 가족 안정성을 유지하기 위해 많은 에너지를 투자하기 때문에 심각한 정신건강의 문제를 불러일으킬 수 있기 때문이다(Davies, 2002). 조은영과 정태연(2005)은 부모화가 높은 자녀는 부모로부터의 심리적 독립을 충분히 발달시키지 못하여 가족 내 갈등에 많이 개입하는 특성을 보이며, 가족 내에서 강박적 배려자, 책임자 및 지도자, 부모 욕구의 대리자, 보호자 및 위로자의 역할을 하는 것으로 설명하였다. 이는 부모화된 자녀들이 심리적으로 취약성을 지니고 있어 이들을 위한 정신건강 차원에서의 심리적 도움이 필요함을 시사하기도 하였다.

하지만, 적절한 수준의 부모화가 경험되었거나 부모화의 경험이 연령에 맞고 공평하다고 느낀 경우에는 부모화된 행동을 통해 성인이 되면 해야 할 긍정적인 역할을 미리 배울 수 있으며, 이러한 과정이 자녀와 부모에게 유익하고 필요하다는 긍정적인 주장도 있다(Hooper, 2007). 가족에 대한 책임이 정서적 고통을 증가시키기도 하지만, 타인을 배려하고 돌보는 능력이 향상되어 자녀의 성숙, 유능감, 긍정적인 사회적 관계를 가져올 수도 있다(Hetherington, 1999).

효를 중시해 온 한국사회에서 좋은 혹은 바람직한 아이는 타인을 고려하고 도와주는 타인 배려적 특성, 말 잘 듣고 떼쓰지 않으며 예의를 지키는 순종적 특성, 약속을 잘 지키고 독립성이 강한 성실적 특성을 가지고 있다고 하였다. 아이다운 아이보다는 성인과 같은 특성을 가진 존재가 가치를 인정받는다는 것을 보여준다(정태연, 최상진, 김효창, 2002). 자녀가 부모를 배려하고 생각하며 보살피는 행동이 어른스럽다고 평가되었으며, 적응적이고 바람직하다고 받아들여졌던 우리 문화에서는 부모화가 자연스럽게 발생할 수 있으며, 부모화의 심각성을 쉽게 간과하게 될 수도 있다(조은영, 2004).

아동기의 부모화 경험은 성인이 되어 자녀를 가지는 일에 대해 두려움을 가지게 하기도 하며, 그러한 경험이 여러 세대에 걸쳐 전수되기도 한다(Boszormenyi-Nagy &

Spark, 1973; Bowen, 1978; Chase, Demming, & Wells, 1998). 기존 연구들에서 남학생보다 여학생들이 아동기에 부모와의 관계에서 역전된 역할을 더 경험하는 것으로 나타났고(Goglia, Jurkovic, Burt, & Burge-Callaway, 1992), Burt(1992)는 부모화가 여성에게 더 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 이는 특히 한국사회에서 자녀양육을 좀 더 직접적으로 행하는 여성의 부모화 경험, 그로 인한 역기능적인 양육방식과도 밀접한 관련이 있을 것이라 예상되며, 자녀를 양육하는 부모의 부모화 경험이 세대 간 전수되지 않고 가족 차원에서 기능적 역할을 할 수 있도록 돕는 충분한 연구가 필요하다.

자녀를 양육하는 부모는 자녀가 성장해 나가는 모습을 지켜보면서 보람을 느끼는 동시에 자신도 함께 성장하는 경험을 하게 된다. 반면에 자녀가 생기면 개인적인 여가 시간이 이전에 비해 줄어들고, 대가족 체제에서는 가족 구성원을 통해 도움받을 수 있었던 자녀 양육의 시간과 본보기가 최근에는 핵가족으로 축소되면서 부부가 온전히 감당해야 할 자녀양육과 가정생활에서의 역할이 많아짐으로써 기본적으로 느끼는 양육스트레스가 상당히 존재하게 된다. 자녀 수는 줄었지만 입시 중심의 과도한 교육열에 의해서도, 증가되고 있는 맞벌이 가정, 별거 또는 이혼 가정, 다문화 가정의 경우에도 자녀양육에 대한 스트레스는 더욱 커지고 있다.

이러한 스트레스가 지속되고 누적되면 사람들은 힘들거나 지쳐 더이상 사용할 에너지가 없는 것처럼 느끼는 소진을 경험하게 된다. 하지만, 모든 사람들이 스트레스 상황에 직면했다고 하여 반드시 신체적, 심리적 고통을 경험하고 소진되는 것은 아니다. 부모화 경험이 있는 경우 자신의 욕구는 배제된 채로 과도한 책임감, 자신 또는 주위 사람들의 지나친 기대와 같은 과잉 부담 때문에 스트레스를 더욱 민감하게 받아들일 수 있다(김지성, 2008). 또한, 자신의 욕구나 문제에 대해서는 민감하게 반응하지 않고 미루게 되는 부모화된 자녀는 양육스트레스로 힘든 상황에서도 타인을 상대로 강박적인 배려와 돌보기는 하지만, 자신은 타인에게 의존하지 않는 특성으로 인해 적절한 대처나 사회적 지지를 받아내기 어려울 수 있다. 이는 양육효능감과 양육태도, 부부관계에까지 부정적 영향을 미칠 수 있고 양육스

트레스나 가족 차원의 가정소진이 발생할 수 있을 것이라 예상할 수 있다.

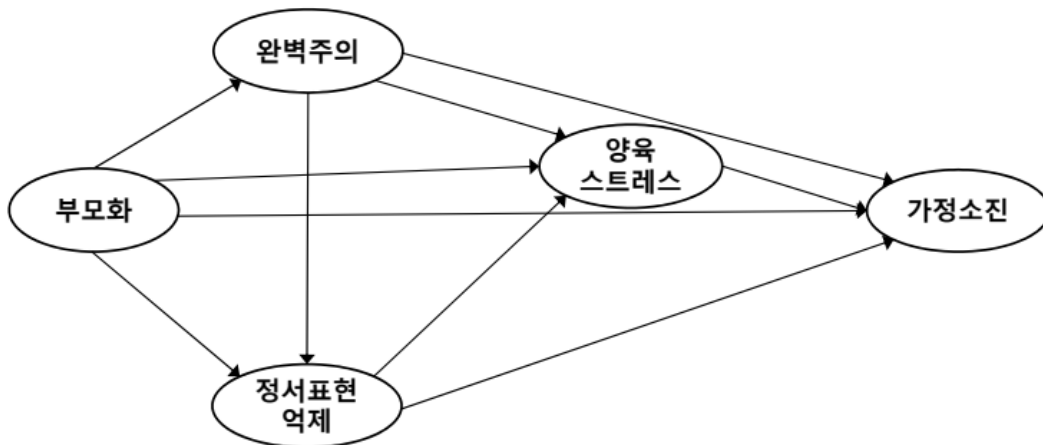
지금까지 부모화 경험에 대한 연구는 주로 개인의 정서와 대인관계에 대한 변인들이 연구되어 왔으며, 양육스트레스와 가정소진의 관계를 함께 규명한 연구는 아직 이루어지지 않았다. 따라서, 성장과정에서 부모화를 경험한 자녀가 성인이 되어 자신의 가정을 꾸리고 자신이 부모가 되어 자녀를 양육하는 과정에서 어떠한 어려움을 겪을 수 있는지 살펴보는 연구의 필요성이 제기된다. 본 연구에서는 부모화 경험이 양육스트레스, 가정소진에 미치는 영향을 확인해 보고자 한다. 또한 그 관계에서 과도한 책임감으로 인한 완벽주의 성향과 자신의 욕구를 억압하며 강박적으로 배려하면서 길러질 수 있는 정서표현억제가 매개효과를 갖는지 검증하여 부모화에서 양육스트레스, 가정소진으로 가는 관계에 대한 이해를 돕고자 한다. 상담자를 찾는 내담자의 절반 정도는 부모화가 되었던 경험이 있다고 한다(장미경 등 역, 2014). 내담자의 부모화 경험이 병리적으로 작용하여 가정생활에 영향을 미치는 경우, 부모화 경험이 어떠한 과정을 통해 역기능적인 가정생활에 영향을 미치는지 본 연구를 통해 밝혀 보고자 한다. 그리하여 부모화 경험으로 인해 양육스트레스와 가정소진으로 어려움을 겪는 내담자들에게 도움이 되는 정보를 제공하고 상담 치료 장면에서 효과적으로 개입하는데 도움이 될 수 있을 것으로 예상된다.

2. 연구문제

본 연구는 부모화 경험, 양육스트레스, 가정소진 간에 관계가 있을 것으로 가정하고 관계를 규명하며, 이들간의 관계에서 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이와 같은 연구 목적을 위해 수립한 연구문제는 다음과 같다.

1. 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제간의 관계는 어떠한가?
2. 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제간 구조적 관계는 어떠한가?
3. 부모화가 양육스트레스 또는 가정소진으로 가는 경로에서 완벽주의, 정서표현억제의 매개효과는 어떠한가?

이상의 연구문제를 확인하기 위하여 설정한 연구모형을 <그림 1>에 제시하였다.



<그림 1> 연구모형

II. 이론적 배경

1. 부모화

1) 부모화의 개념

부모화(Parentification)란 Boszormenyi-Nagy와 Spark(1973)에 의해 맥락적 가족치료에서 부모와 자녀의 역할이 뒤바뀐 가족 역동을 설명하는 개념으로, 자녀가 부모 또는 다른 형제에 대해서 부모가 하는 양육적 역할을 하는 상황을 의미한다. 이는 돌봄을 받아야 할 성장기의 자녀들이 발달적, 정서적으로 부모나 성인의 역할을 안정적으로 수행할 수 있는 준비가 되지 않은 상태에서 부모의 역할과 과도한 책임을 떠맡는 현상을 말한다(Stein, Riedel, & Rotheram-Borus, 1999). 맥락적 가족치료 이론에서 부모-자녀의 관계는 부모가 자녀를 일방적으로 돌보고 자녀들은 그러한 보살핌 속에서 자신의 자아를 형성해 나가는 실존적 질서를 가지고 있다. 이 실존적 질서 내에서 부모와의 상호작용과 경험은 자녀 개인의 사고, 정서, 행동에 영향을 주게 될 뿐만 아니라 자아 및 성격으로 내면화되어 대인관계에 영향을 줄 수도 있다(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). 부모가 이렇게 일방적으로 자녀를 돌보는 관계를 건강한 관계라고 한다면, 부모-자녀의 역할이 바뀌는 왜곡된 상호작용의 대표적 현상인 부모화는 역할이 전환되어있는 병리적인 관계라 할 수 있다(김용태, 2002).

부모와 자녀 모두가 스스로 인식하지 못한 채 자녀가 부모 역할을 감당하게 되고, 자녀는 어린 시기부터 부모의 신체적, 정서적인 상태를 돌보는 데 길들여져 자신의 욕구를 충족하지 못하고 성장하게 되면 성인이 되어서도 이러한 부모-자녀 역할의 역전된 상황을 벗어나지 못하게 될 수 있다. 부모화된 자녀는 그들 부모에 대한 부모이며 그들 자신을 희생하면서 부모나 다른 가족 구성원들의 물리적, 정서적 필요를 돌보게 된다. 이렇게 부모화된 자녀는 체계가 잘 기능하지 못하는 가족으로 인하여 자신의 나이에 걸맞지 않게 지나친 책임감, 능력, 자율성 등을 발전시

킬 수가 있고, 때때로 외부로부터 좋은 인상을 받게 되기도 한다. 부모화된 자녀는 일찍부터 유능하고 매우 적응적으로 보이므로 심리 및 행동의 위험성이 잘 드러나지 않으나(조은영, 2004; Minuchin, 1974), 자녀의 지나친 부모 역할은 많은 문제를 일으키게 될 수 있다. 타인을 항상 강박적으로 보살피고 배려하는 사람의 경우 배려받는 입장에는 있지 못하게 되어 결국 불공평을 경험한다(Jurkovic, 1997). 또한 부모화된 자녀들은 우울과 자기 비난, 낮은 자아존중감 등을 경험할 수 있고(Byng-Hall, 2002), 수치심과 과도한 죄의식, 피학적, 자기애적 성격, 정신적 분열을 보이기도 한다(Wells & Jones, 2000).

2) 부모화의 유형

부모화의 유형은 가족 내 자녀의 역할, 가족 내 돌봄의 지속과 책임이라는 두 가지 기준에 따라 크게 구분할 수 있다. 첫번째로 Jurkovic(1997)에 의하면 가정 내에서 자녀에게 요구되는 역할에 따라 물리적 부모화, 정서적 부모화, 불공평의 세 가지 유형으로 구분할 수 있다. 물리적 부모화는 어린 자녀가 장보기, 청소, 세탁, 아픈 부모나 형제 돌보기 등 가족이 물리적으로 유지되기 위해 필수적인 기능적 작업에 대한 책임을 받아들이는 것을 의미한다. 정서적 부모화는 어린 자녀가 가족의 정서적 욕구를 충족시키는 것을 떠맡는 것을 의미하는데, 가족들을 보호하고 절친한 친구나 동료, 동반자와 같은 역할을 하거나 가족의 갈등을 중재하기도 하고 정서적인 지지와 위안을 주는 것 등이 해당된다. 즉, 부모가 자녀를 가장 좋은 친구이자 대상, 굉장히 밀접한 관계로 여기며 다른 성인이나 사회적 관계에서 충족되어야 할 정서적 안정을 자녀를 통해 충족하려고 하는 경우이다(Chase, 1999). 불공평은 가족 내에서 각자의 능력과 자원, 부담, 의무라는 측면에서 볼 때 공정하고 신뢰를 가진 방식으로 가족 내 책임을 나누어 맡고 있는지에 대한 것을 말한다. 부모화 과정이 문화적으로 승인되는지 또는 예상되는지의 정도를 반영하며 자녀가 부모화 역할을 수행하는 과정이 공평하다고 지각하는지, 부모화 역할이 가족 구성원의 인정을 받는지에 따라 정도가 달라진다(Hooper & Wallace, 2010).

두번째로 가족 내에서 돌봄의 지속성과 정도, 책임에 따라 파괴적 부모화, 적응적 부모화, 비부모화, 유아화의 네 가지 형태로 구분할 수 있다(Jurkovic, 1997). 파괴적 부모화는 발달단계에서 부적절하며 과도한 책무를 떠안고 있는 것이 지나치게 외부적으로 드러나며 관계 윤리적으로 일방적인 보살핌을 받지 못하는 불공평한 상태를 말한다. 파괴적 부모화는 알코올 가정뿐만 아니라 빈곤 가정, 일 중독이나 맞벌이 가정, 한 부모, 재결합 가정, 이혼 또는 별거 가정, 아동학대를 하는 가정에서 더 자주 발생 된다. 어린 나이에 아동들이 가까운 사람을 상실하거나 고생스러운 생활의 연속일 때 우울해지며, 생활이 긴장될 때 스트레스를 받고 스트레스가 내면화되면서 진행된다. 적응적 부모화는 자녀의 돌봄 행동이 과도하여 외형적으로 파괴적 부모화와 비슷해 보이지만 이 자녀들은 보살핌의 책임에서 벗어날 수 있고, 주어지는 책임은 가족이 어려운 상황에 있을 때만 일시적으로 부과되는 것들이다. 만약 장기간 책임이 부여된다 하더라도 부모화의 역할을 내면화하지 않는다. 비부모화는 부모화가 되지 않은 건강한 상태를 의미하며, 유아화는 부모가 지나칠 정도로 자녀의 욕구를 모두 충족시킬 때 자녀 스스로 할 일이 없게 된 상태를 의미한다. 부모화의 유형을 정리하여 <표 1>에 제시하였다.

<표 1> 부모화 유형

기 준	부모화 유형	내 용
가족 내 자녀의 역할에 따라	물리적 부모화	가족이 물리적으로 유지되기 위해 필수적인 기능적 작업에 대한 책임을 받아들이는 것
	정서적 부모화	가족의 정서적 욕구를 충족시키는 것을 떠맡는 것
	불공평	자신의 부모화 역할과 노력들을 가족구성원으로부터 인정받고 있다고 지각하는 정도
돌봄의 지속성, 정도, 책임에 따라	파괴적 부모화	발달단계에 비해 부적절하며 과도한 책무를 떠안고 있는 것이 외형적으로 드러나며, 부모 자녀의 관계가 불공평한 상태
	적응적 부모화	자녀의 돌봄 행동이 외형적으로 과도해 보이지만 가족을 보살피는 책임에서 벗어나 있고 가족이 어려울 때 일시적으로 부과되는 것
	비부모화	부모화가 되지 않은 건강한 상태
	유아화	부모가 지나칠 정도로 자녀의 욕구를 충족시킬 때 자녀 스스로 할 일이 없게 된 상태

3) 부모화의 원인

부모화는 부모의 과도한 욕구가 자녀에게 전이되어 나타날 수 있으며, 부모가 대리만족을 느끼기 위해 자녀를 과대평가하고 무리한 수행을 요구할 경우에 발생할 수 있다(Jurkovic, Jess, & Goglia, 1991). 또한, 어린시절에 수용과 이해, 지지받고 싶은 욕구를 충족하지 못한 성인이 자녀를 통해 이러한 욕구를 충족하고자 할 때 발생할 수 있다(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). 아픈 가족을 돌보면서 부모화가 발달하기도 하는데, 아픈 가족을 돌보지 않았을 때 느끼는 강한 죄의식을 회피하기 위해 부모의 역할을 수용하기도 한다(Bowlby, 1980).

애착이론에서는 부모화와 불안정애착의 개념을 관련시켜 설명한다. 자녀는 엄마를 안전지대로 여기며 안정애착을 느끼게 되는데, 엄마가 정서적으로 불안하거나 우울할 경우, 아동은 보살핌을 받고자 하는 자신의 욕구보다 엄마의 부정적인 정서를 보살피는 역할을 선택하여 불안요소를 제거하고 안정적인 안전지대를 만들고자 한다는 것이다(Byng-Hall, 2002). 다른 사람들을 보살피는 방식으로 친밀한 관계를 맺지만 정작 자신은 타인으로부터 보살핌을 받지 못하는 강박적 돌봄을 부모화된 자녀의 애착 행동중의 하나라고 설명하였다(Bowlby, 1979).

대상관계이론과 자기심리학에서는 부모화의 원인으로 자녀의 욕구와 감정에 긍정적인 공감 반응을 해주는 안정적인 부모-자녀 관계의 부재로 설명한다(Glickauf-Hughes & Mehlman, 1995). 부모화된 자녀들은 부모의 욕구를 충족시켜 줄 때에만 반응하는 상호작용을 경험하게 되면서 자신의 욕구와 감정은 억제하고 거짓 자기를 형성하여 부모의 욕구를 충족시키거나 보살피는 역할을 담당하게 된다(Langford & Clance, 1993). 자녀는 이러한 경험을 통해 자신의 감정은 뒤로 미뤄두고, 부모의 감정을 내면화하여 부모의 감정에 의해 민감하게 자극받고 반응하게 된다(조은영, 2004).

Farber, Jenné와 Kirk(1963)에 따르면 가족 전체가 자녀에게 보호자 같은 성인 역할을 요구하게 되면 자녀가 극단적인 무력감을 경험한다고 하였다. 이러한 선행 연구를 통해 부모화된 자녀들이 과도한 심리적 요구로 인하여 정서적 자원들이 고갈되었다 느끼는 정서적 소진(신강현, 2003)에 처하게 될 가능성을 예측해 볼 수 있다.

4) 부모화의 선행연구

부모화 경험은 심리적 부적응 중에서 우울 및 불안과 가장 관련이 높은 것으로 알려져 있다(강원희, 유순화, 윤경미, 2010). 조혜정과 이윤주(2014)가 대학생들을 대상으로 한 연구에서도 부모화 경험이 많을수록 우울이 높게 나타났는데, 심리적 독립이 필요한 대학생 시기에 자신의 욕구는 뒤로한 채 부모나 가족을 돌보게 될 경

우 우울과 무기력, 대인관계에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한, 불공평을 경험하는 경우 일방적으로 보살피는 것이 지나친 책임감과 분노, 불신 등으로 부정적 감정을 불러일으키고 심리적 부적응으로 이어지기도 하였고(강원희 등, 2010), 부모로부터 분리되지 못해 갈등을 겪으면서 자아분화에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(구경호, 유순화, 2012). 홍정희(2007)의 연구에서도 원가족의 불공평에 대한 경험은 성인이 되어 자신이 자녀를 양육할 때 거부·제재의 부정적인 양육으로 나타난다는 연구 결과를 볼 수 있었다.

최명선과 강지희(2008)의 연구에서는 아동기의 부모화 경험 중에서도 정서적 부모화와 불공평을 많이 경험하는 경우 완벽주의 하위요인인 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의에 영향을 주는 것으로 나타났다. 아동기 부모화 경험에 의해 자신의 발달단계를 뛰어넘는 부모의 역할을 내재하면서 어른처럼 잘 해내야 한다는 강박적인 생각을 갖게 되는 것으로 인해 완벽주의적 성향이 나타날 수 있다는 결과도 있다(함광성, 2015). 부모화의 경험 수준에 따라 대인관계 문제의 차이를 알아본 연구에서는 부모화 경험이 많을수록 타인을 통제하고 조정하려고 하며, 지나치게 배려하거나, 친밀한 관계를 맺기 어려운 특징이 주로 나타났다(김미화, 2016; 함광성, 2015).

2. 양육스트레스

부모로서의 역할을 수행하는 것은 자녀에 대해 부모로서의 책임과 부담을 가지게 될 뿐만 아니라 경제적 부담, 신체적 피로감, 개인적 여가를 제한하므로 모든 부모들은 어느 정도의 스트레스를 경험하게 된다(Crnic & Greenberg, 1990). Lazarus 와 Folkman(1984)은 스트레스는 개인이 가진 자원의 한계를 초과해 개인의 안녕을 위협하는 인간과 환경과의 관계라고 정의하였다. 스트레스 정도는 환경에 의한 사건이나 개인의 반응보다는 사건, 상황에 대한 개인의 인지적 평가가 중요하다고 강조된다. 스트레스 사건 자체보다는 스트레스를 받았을 때 나타나는 개인의 정신건강 상태, 반응 태도, 지각과 해석이 정신건강에 더 중요하다고 보고하였다. 스트레스는 인간생활에 불가피하게 존재하고, 어머니 역할을 수행하는데 장기간 지속되는 스트레스는 어머니로서 자녀양육을 부정적으로 느끼게 하고 신체적, 정신적으로도 영향을 미치며 생활 전반에 걸쳐서 영향을 미치게 한다(박경미, 2014).

양육스트레스는 부모역할에서 느끼는 특정한 스트레스 유형으로 자녀의 양육으로 인해 부모가 인지하는 곤란 정도나 부담을 뜻하며(Abidin, 1992), 일상생활에서 자녀양육과 연관되어 일어나는 일들로 부모가 불편함을 느끼는 정도라고 정의하였다(Crnic & Greenberg, 1990). 고성혜(1994)는 양육스트레스를 가족 체계가 직면하는 발달과정 속에서 어느 정도 예상되는 스트레스라고 하였으며, 부모들은 자녀양육으로 인해 경제적 부담과 신체적 피로감을 느끼고 자신의 정체감을 유지하는데 불만을 느끼며 생활이 자유롭지 못하다는 점에 심리적 부담감을 느낄 수 있다고 하였다(Abidin, 1990).

양육스트레스의 신뢰로운 측정을 위해 최근까지 빈번하게 사용되는 도구는 Abidin(1995)이 개발한 부모양육스트레스 척도(PSI: Parenting Stress Index)이다. Abidin(1995)은 양육스트레스를 세 가지 요인으로 설명하였으며 다음 세 요인들이 서로 영향을 주고받음으로서 양육스트레스가 유발된다고 주장하였다. 첫 번째 요인은 부모가 부모로서의 역할을 하면서 겪는 스트레스인 '부모의 고통', 두 번째

요인은 자신의 자녀가 기대에 부응하지 못한다고 생각하는 부모와 부모에게 긍정적 피드백을 주지 않는 자녀의 상호작용인 ‘부모-자녀 역기능적 상호작용’, 세 번째 요인은 부모가 다루기 어려운 아동의 행동을 측정하는 ‘까다로운 아동’으로 구성되어 있다(이경숙, 정경미, 박진아, 김혜진, 2008).

김영주(2013)의 연구에서는 어머니의 완벽주의 성향이 양육스트레스 지각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다차원적 완벽주의 중 타인지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의의 경우 양육스트레스에 부적응적인 영향을 미치고, 자기지향 완벽주의는 양육스트레스에 대해 완충 역할을 하며 적응적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다(Randles, Flett, Nash, McGreger, & Hewitt, 2010). 스스로에 대한 주관적인 믿음과 관련된 심리적 특성보다 대인관계적 맥락에서 나타나는 개인의 신념 특성이 부모-자녀 관계에서 경험하는 스트레스를 더욱 잘 예측해 준다는 것을 보여주는 결과로 해석된다. 고성혜(1994)의 연구에서는 우울 성향이 많은 어머니는 자녀 양육이 의도대로 되지 않을 때 더욱 불안하고 우울해하며, 자녀에 대해 죄책감을 많이 가지며 상처도 더 많이 받는 것으로 나타났다. 최정혜(2006)는 맞벌이 부부의 가족 스트레스와 가족건강성의 관계에서 맞벌이 부부 모두 부모역할스트레스를 크게 가지고 있는 것으로 나타나 맞벌이 부부의 가족 문제를 해결하기 위해서는 자녀양육 문제를 우선적으로 고민해야 한다고 하였다.

한국사회는 서구보다 부모-자녀의 관계가 더욱 밀착되어 있고, 효 사상과 높은 학구열로 인해 부모가 자녀에게 가지는 기대수준도 크기 때문에 부모-자녀 관계에서의 스트레스가 높게 나타날 수 있다. 또한 핵가족화와 맞벌이 증가로 인해 부모의 책임이 증가하고 부모 역할에 대한 부담감도 증가하였다. 자녀 양육에서는 여전히 어머니 역할에 대한 가치부여가 높고, 어머니가 자녀와 정서적인 유대를 더 많이 갖게 되면서 정서적 부담도 많아져 여성에게 자녀양육 문제는 더욱 큰 스트레스로 인식될 수 있다고 예상된다.

3. 가정소진

미국의 심리학자 Freudenberger(1974)는 지역 정신보건센터에서 함께 일하던 동료들이 뚜렷한 이유 없이 피로와 의욕상실, 환자들에게 냉담해지는 현상을 경험했다. 그는 업무로 인해 피곤하고 지치고 탈진되는 현상을 설명하기 위하여 자신에게 주어진 업무를 헌신적으로 수행하였으나 기대했던 성과나 보상 없이 인간적인 회의감과 좌절감을 겪는 상태를 소진(burnout)으로 정의하면서 이 개념을 처음 사용하였다(Gold & Roth, 1993). 그 이후 사회심리학자 Maslach와 Jackson(1981)은 소진에 대해 체계적인 연구를 진행하였으며, 소진이란 타인들과의 관계를 장기적으로 유지하는 과정에서 받게 되는 정서적 압박의 결과로 서비스 직종에 종사하는 전문직 종사자들에게서 나타나는 신체적, 정서적, 정신적 고갈 상태라고 하였다.

소진은 현재의 일을 계속할 수 없어 직장을 떠나거나 냉소적이고 무관심하게 되어 정서적 고갈을 경험하게 되는 만성적 스트레스의 궁극적 결과라고 볼 수 있지만 소진과 같은 개념은 아니다(허금희, 2006). 스트레스는 긍정적인 효과와 부정적인 효과를 동시에 가지고 있을 수 있으나 스트레스를 받으면 소진된다는 단순한 가정은 잘못된 것이다. 따라서 소진은 스트레스 그 자체가 아니라, 스트레스를 받으면서도 스트레스에 대한 완충 장치나 지원 체계를 갖지 못하여 조정되지 않는 스트레스의 부정적인 결과라고 할 수 있다(Seidman & Zager, 1987).

Maslach와 Jackson(1996)은 직무소진 측정 도구인 Maslach Burnout Inventory(MBI)를 개발하였고, 소진을 정서적 소모(emotional exhaustion), 비인간화(depersonalization), 개인 성취감 감소(reduced personal accomplishment)라는 3가지 속성으로 분류하였다. 첫 번째, 정서적 소모는 소진을 겪는 사람이 경험하는 정서적 탈진을 의미한다. 이때 사람들은 심리적으로 쇠약해지고 극도로 피로감을 느끼며, 무관심해지고, 믿음을 잃고, 상실감을 느끼기도 한다. 두 번째, 비인간화는 타인에 대한 일종의 부정적인 반응으로, 타인에 대해 부정적이고, 무감각하고, 냉소적인 것을 의미한다. 세 번째, 개인 성취감 감소는 직무를 수행하는 과

정에서 성취 부족으로 인해 생기는 자신에 대한 부정적인 평가이며, 자신의 능력에 대한 믿음을 상실하고, 사기와 생산성이 감소하며, 능력 상실로 이어지기도 한다.

직무소진이 직무환경에서 나타나는 스트레스인 반면, 본 연구에서 다루게 될 가정소진이란 가정환경에서 나타나는 정서적이고 신체적인 소진을 나타내는 개념이라고 할 수 있다. 가사 노동에 대한 스트레스가 지속됨에 따라 가사일에 대한 정서적 탈진, 가사일 혹은 가족에 대한 냉담, 가사일에 대한 무능감을 경험하는 현상을 의미한다. 가정에서 요구되는 자신의 역할을 수행하면서 역할 과부하에 따른 우울, 불안, 긴장 상태 등의 정신적인 스트레스 및 육체적인 스트레스를 의미한다. 즉, 가정 내에서 발생하는 여러 요인들에 의해서 스트레스를 겪게 되고 이러한 스트레스는 결국 소진을 경험하게 하는 것이다(김도경, 2014). 장은비(2015)의 연구에서는 직무소진과 가정소진간의 관계에서 직무소진이 많이 되면 그만큼 가정소진도 많이 되지만 그 영향이 가족생활이 일을 방해한다고 지각하는 ‘가족→일 갈등’의 정도에 따라 달라지지는 않았다. 또한, 가정소진이 많이 되면 직무소진도 많이 되며, 가정소진이 직무소진에 미치는 영향은 일이 가족생활을 방해한다고 지각하는 ‘일→가족 갈등’이 조절하는 것으로 나타났다. 최혜윤(2002)의 연구에서는 완벽주의 상담자와 비완벽주의 상담자 간에 심리적 소진 경험의 차이는 없었으나 완벽주의 상담자 중 역기능적인 완벽주의 상담자가 기능적인 완벽주의 상담자보다 심리적 소진을 더 경험한다고 하였다. 또한 사회적 지지를 많이 지각할수록 심리적 소진을 덜 경험한다고 하였다. 성인학습자를 대상으로 한 김호선(2017)의 연구에서는 타인지향 완벽주의 및 사회부과 완벽주의가 높은 학습자의 경우 자기지향 완벽주의가 높은 학습자보다 심리적 소진을 더 경험한다고 하였다. 자기지향 완벽주의가 높으면 스트레스에 적극적으로 대처하고 심리적 소진이 감소되며, 타인지향 및 사회부과 완벽주의가 높은 경우 소극적 대처가 증가하고 그에 따라 심리적 소진을 증가시킨다고 하였다.

4. 완벽주의

완벽주의에 대해 최초로 심리학적인 개념을 정의한 Hamachek(1978)은 완벽주의를 자신과 타인에게 상황이 요구하는 것보다 더 높은 수행의 질을 부여하는 경향이라고 하였으며, 정상적 완벽주의(normal perfectionism)와 신경증적 완벽주의(neurotic perfectionism)로 구분하였다. 정상적 완벽주의는 자신에게 높은 목표를 부여하더라도 힘들게 노력하는 과정에서 진정한 기쁨을 느끼고 실패하더라도 그 상황을 수용할 수 있으며 때로는 완벽해지려는 것을 조절할 수 있다. 반면에 신경증적 완벽주의는 자신이 도달하기 어려운 높은 목표를 설정하고 실수를 허용하지 않으며 실패에 대한 두려움으로 불안해하고 혼란스러워하는 경향이 있다.

역사적으로 보았을 때 완벽주의를 비합리적 신념(Ellis, 1962) 또는 역기능적 태도(Burns, 1980; Weissman & Beck, 1978)와 같은 인지 요소에 초점을 두는 등 전반적으로 완벽주의의 부적응적인 특성에 초점을 두고 단일 차원의 구성 개념으로 연구되었다. 최근에는 이렇게 부적응적이고 개인적인 측면에서만 이해하는 차원에서 개인 간의 문제, 사회적 요인들 간의 문제 등 점차 다양한 측면을 포함하는 다차원적인 개념이 도입되고 척도가 개발되었다(Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991).

Frost 등(1990)은 완벽주의에 대해 ‘높은 개인적 기준을 설정하여 자기 자신을 과도하게 비판적으로 평가하는 경향성’으로 정의하고 완벽주의자에게서 볼 수 있는 다양한 측면을 고려하여 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화 등 6개의 하위요인으로 구성된 다차원적 완벽주의 척도(Frost Multidimensional Perfectionism Scale : FMPS)를 개발하였다. 하위요인에 대한 정의는 다음 <표 2>와 같다.

<표 2> FMPS의 하위요인 개념

하위요인	개념
실수에 대한 염려 (concern over mistake)	자신의 실수에 대해서 지나치게 걱정하며 사소한 실수조차 감당하기 어려운 실패로 받아들이는 경향성
개인적 기준 (personal standard)	자신에게 높은 기준을 부여하고 스스로를 그 기준에 견주어 평가하는 것
부모의 기대 (parental expectation)	부모가 높고 충족하기 어려운 기준을 자신에게 부과하고 있다고 느끼는 것
부모의 비난 (parental criticism)	자신이 부모의 기대를 충족시키지 못해서 그들을 실망시키고 비난 받았다고 느끼는 것
수행에 대한 의심 (doubt about action)	자신의 수행 수준에 대한 의심으로 스스로의 수행에 대해 불만족해 하는 것
조직화 (organization)	정리정돈하고 계획하고 조직화하는 것을 좋아하는 경향

Hewitt과 Flett(1991)은 기존 개인적 특성에 완벽주의가 지닌 사회적 차원을 반영해야 타당하다고 하면서 완벽주의 행동의 대상이 누구인가, 완벽주의적 행동이 누구에게 귀인되는가에 따라 자기 지향적 완벽주의, 타인 지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의라는 3가지 하위요인으로 구성된 다차원적 완벽주의 척도 (Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale : HMPS)를 개발하였다. 하위요인에 대한 정의는 다음 <표 3>과 같다.

<표 3> HMPS의 하위요인 개념

하위요인	개념
자기 지향적 완벽주의 (Self-Oriented Perfectionism)	자신에게 과도하게 높은 기준을 부여하고 그 기준에 따라 자신의 행동을 엄격하게 평가, 판단하며 실수나 실패를 받아들이지 못함
타인 지향적 완벽주의 (Other-Oriented Perfectionism)	타인의 능력에 대한 기대와 신념으로 의미 있는 타인에게 비현실적인 높은 기준을 설정하고, 그들이 그 기준을 충족시켜 주기를 기대하면서 타인의 수행에 대해 엄격하게 평가함
사회적으로 부과된 완벽주의 (Socially-Oriented Perfectionism)	타인이 자신에게 부과한 높은 기대나 기준을 충족시키려는 욕구로 인하여 부정적인 평가를 지나치게 두려워하고 타인의 수용과 관심에 집착함

정옥경(2000)은 자기 지향적 완벽 성향이 높을수록 불안은 낮아지고, 사회적으로 부과된 완벽성향이 높을수록 불안이 높아지며 대인관계 문제의 성향이 높다고 하였다. 조용성(2014)의 연구에서도 사회적으로 부과된 완벽 성향이 높은 초등학교 교사의 경우 심리적 소진도 높음을 알 수 있다. 김호선(2017)은 완벽주의 성향이 높은 성인학습자 집단의 경우에도 심리적 소진이 높다고 하였고, 이는 자신이 처한 상황을 통제 불가능한 것으로 보고 우울, 강박, 소진, 불안 등과 같은 부정적 정서와 밀접한 관계를 갖는다는 박소영과 안창일(2005)의 연구와도 일치한다. 반면에, 자기 지향적 완벽 성향은 자아존중감, 긍정적 정서를 통해 생활만족을 증가시킨다는 김현정과 손정락(2006)의 연구와 생활에서의 긍정감을 증가시킨다는 이미화와 류진혜(2002)의 연구 등에서 완벽주의 성향의 긍정적 기능에 대한 연구도 함께 이루어지고 있는 추세라는 것을 알 수 있다.

5. 정서표현억제

정서는 즉각적이고 직접적으로 환경에 반응하려는 생득적인 반응성으로서 표출되고 행동화되려는 경향성을 갖는다(Frijda, 1986). 정서표현을 잘 한다는 것은 자신의 감정과 관련된 욕구를 솔직하고 정확하게 표현하는 능력을 가지고 있음을 의미한다(Salovey, Bracket, & Mayer, 2004). 정서표현은 정서지능의 한 영역으로, 자신의 정서를 잘 이해하고 적절하게 표현하는 것은 개인의 적응적이고 건강한 삶에 있어 중요한 역할을 한다(Salovey & Mayer, 1990). 정서를 경험하고 표현하는 것은 자율신경계의 반응성과 연결되어 있어, 자연스러운 정서표현을 억제하는 것은 자율신경계의 활동을 증가시키고 이러한 만성적인 각성 상태는 면역력을 약화시킨다. 어린 시절 정서를 표현할 때 타인으로부터 반복적인 무시나 처벌을 받게 되어 정서표현에 대하여 부정적이고 거부적인 도식을 갖게 되는 경우 이들은 위험을 방지하기 위해 가능한 정서표현을 억제하거나 정서적 상황을 회피하게 된다.

정서표현억제는 연구자들에 의해 다양하게 정의되었다. Emmons와 Colby(1995)에 의하면 정서표현억제는 정서표현을 철회하고 사고, 감정, 정서적 경험과 관련된 감각을 억압하려는 시도로서 정서를 표현하고자 하는 욕구와 표현하지 않으려는 욕구 사이의 경쟁의 결과라고 하였다. Gross와 John(2003)은 경험하고 있는 정서를 표현하지 않도록 행동 반응을 조절하는 방식이라고 정의하기도 하였다. 이러한 정서표현의 억제는 신체적, 심리적 상태 뿐만 아니라 사회적 관계에까지 영향을 미친다. 정서표현에 대한 통제를 하느라 내적 긴장 상태에 놓이게 되면 자신의 경험에 충분히 접촉하지 못하여 감정을 유발한 문제의 해결에 어려움을 겪을 수 있다(Mongrain & Vettese, 2003). 이들은 자신의 감정을 수용하고 표현하지 못하여 타인의 정서에 대해서도 이해와 반응을 하지 못할 수 있고, 부정적 정서 뿐만 아니라 긍정적 정서도 표현하고 공유하는 것을 꺼려 대인관계에서 친밀감 형성에 어려움을 겪을 수 있다(최해연, 민경환, 2005).

홍석영(2016)의 연구에서는 과거 가족들을 돌보는 자신의 노력에 대해 가족 구성원으로부터 인정받지 못하고 자신의 역할이 불공평하다고 지각하는 대학생들은 대

인관계에 필요한 능력이 낮는데, 이는 자신의 정서를 표현하기보다 주로 억누르고 이야기하지 않기 때문이라고 하였다. 자신의 정서를 잘 표현하는 것은 타인에게 자신을 알리고 이해시키는 과정으로서 서로 간 친밀하고 깊은 관계를 이루는데 필요한 능력인데, 자신보다 타인을 돌보는 것이 우선이었던 이들은 이러한 능력을 제대로 학습하지 못했기 때문에 결국 대인관계능력의 저하로 이어진다고 하였다.

스트레스 대처방식에 있어 여성은 남성에 비해 문제중심적 대처보다 정서 중심적 대처를 더 많이 사용하는 경향이 있다(Matud, 2004). 기혼자의 경우 결혼 생활에서의 갈등이 정서적인 문제를 유발하기도 하는데 정서표현을 억제할수록 대인관계의 불편함을 느낄 가능성이 많고, 주위로부터 지지와 수용을 충분히 받지 못하는 결과를 가져오기도 한다(Mongrain et al., 2003). 황연미(2009)와 박경진(2014)의 연구에서는 정서표현을 억제하려는 성향이 높은 사람들은 타인으로부터 문제가 있는 사람으로 낙인찍히는 것을 두려워하며, 자신의 문제를 솔직하게 개방하지 못하는 등 도움추구에 대한 태도도 부정적이라고 하였다.

본 연구에서는 부모화 경험이 있는 자녀가 자신의 욕구는 고려하지 않은 채 타인에게 과도한 책임감을 느끼며 강박적으로 배려하는 모습이 반복되는 경우 스트레스에 취약할 수 있고, 대인관계 문제로 인해 사회적 지지를 충분히 받지 못하고 스트레스 대처에 어려움이 발생하여 소진으로까지 이어질 수 있다는 것에 대해 다루어보려고 한다. 부모화 된 자녀가 성인이 되고 가정을 꾸려 부모가 되는 경우에는 성장기의 부모화 경험이 양육스트레스와 가정소진으로 이어질 수 있다고 예상되며, 이들의 관계가 어떠한지 살펴보려고 한다. 또한, 이들 간의 관계에서 완벽주의와 정서표현억제가 매개하는지도 함께 살펴보고자 한다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상 및 절차

본 연구는 성장기 부모화 경험이 성인이 되어 가정생활에서의 양육스트레스와 가정소진에 미치는 영향을 알아보기 위해, 현재 20세 이하의 자녀를 양육하고 있는 성인(주로 울산, 부산 거주) 남녀를 대상으로 하였다. 이메일과 SNS(카카오톡, 밴드, 카페 등)를 활용한 인터넷 기반 설문을 2018년 4월 한달간 실시하였으며 편의표집 방법을 사용하였다. 이를 통해 설문을 중도에 포기하지 않고 완료한 최종 572부를 본 연구의 분석자료로 사용하였다.

연구 분석에 사용된 총 572명 중 남성은 172명(30.1%), 여성은 400명(69.9%) 이었고 연령은 30대 228명(39.9%), 40대 278명(48.6%)으로 30~40대가 대부분을 차지하였으며 평균 연령은 약 40.34세 였다. 연구 대상자들의 인구통계학적 특성은 <표 4>에 제시하였다.

<표 4> 연구 대상자의 인구통계학적 특성 (N=572)

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남성	172	30.1
	여성	400	69.9
연령	30세 미만	24	4.2
	30세~39세	228	39.9
	40세~49세	278	48.6
	50세 이상	42	7.3
직업유무	직업이 있다	384	67.1
	직업이 없다	188	32.9

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
직업 생활 만족도	매우 불만족	4	1.0
	불만족	16	4.2
	보통	137	35.7
	만족	186	48.4
	매우 만족	41	10.7
결혼 생활 만족도	매우 불만족	6	1.0
	불만족	31	5.4
	보통	148	25.9
	만족	298	52.1
	매우 만족	89	15.6
가정형편	매우 어렵다	2	0.3
	어려운 편이다	47	8.2
	보통이다	419	73.3
	잘 사는 편이다	100	17.5
	매우 잘산다	4	0.7
자녀의 수	1명	192	33.6
	2명	325	56.8
	3명	52	9.1
	4명 이상	3	0.5
자녀의 연령대 (중복응답)	취학전 유아	257	44.9
	초등학생	278	48.6
	중학생	107	18.7
	고등학생	66	11.5
	20세 이상 성인 자녀	70	12.2
원가족 형제의 수	1명	24	4.2
	2명	178	31.1
	3명	201	35.1
	4명	91	15.9
	5명 이상	78	13.6

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
원가족 본인 출생순위	외동	19	3.3
	첫째	209	36.5
	중간	131	22.9
	막내	213	37.2
원가족 성장기 가정형편	매우 어려웠다	33	5.8
	어려운 편이었다	158	27.6
	보통이었다	311	54.4
	잘 사는 편이었다	67	11.7
	매우 잘 살았다	3	0.5
원가족 부모님과 떨어져 지낸 경험	있다	202	35.3
	없다	370	64.7

2. 측정도구

본 연구에서는 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제를 측정하기 위한 도구로 다음의 5가지 측정 도구를 사용하였으며, 구체적인 내용을 살펴보면 다음과 같다.

1) 부모화 척도

성인의 부모화 수준을 측정하기 위해 Jurkovic과 Thirkield(1999)가 PQ(Parentification Questionnaire, Sessions & Jurkovic, 1986)를 토대로 다차원적 분석을 위해 개발한 FRS-A(Filial Responsibility Scale-Adult)를 조은영(2004)이 번안한 척도를 사용하였다.

부모화 척도는 물리적 부모화, 정서적 부모화, 불공평이라는 3가지 요인에 대해 각각 과거와 현재로 나누어져 총 6개의 하위척도로 구성되어 있으며, 각 하위척도는 10문항으로 구성되어 총 60문항으로 되어 있다. 물리적 부모화는 가족 중 누군가를 신체적으로 돌보았는지, 가족을 위해 쇼핑을 많이 했었는지 등 기능적으로 돕는 내용의 문항으로 구성되어 있으며, 정서적 부모화는 종종 가족들 사이의 중재자로 느껴졌는지, 때때로 부모님이 의지할 수 있는 사람이 자신밖에 없다고 느껴졌는지 등 가족의 정서적 욕구를 충족시킨 경험에 대한 문항으로 구성되어 있으며, 불공평은 가족을 위해 보이지 않게 희생한 적이 많았는지, 가족에게 받기보다 주는 것을 더 많이 했었는지 등 주고받음이 공평하지 않은 것에 대한 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 과거 성장기의 부모화 경험에 대한 측정을 위해 현재 부모화 30문항을 제외한 과거 부모화 30문항에 대해서만 설문을 실시하였다.

이 척도는 자기보고 형식으로 측정되며 ‘전혀 그렇지 않았다(1점)’, ‘대체로 그렇지 않았다(2점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘대체로 그랬다(4점)’, ‘매우 그랬다(5점)’의 Likert 식 5점 척도로 평정된다.

Jurkovic 등(2001)의 연구에서 사용한 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .74 ~ .86이었고, 조은영(2004)의 연구에서는 .80 ~ .83으로 나타났다. 본 연구에

서 부모화 척도의 신뢰도 계수는 물리적 부모화 .83, 정서적 부모화 .83, 불공평 .88로 나타났으며 부모화 척도의 하위척도별 문항 구성 및 내용은 다음 <표 5>와 같다.

<표 5> 부모화 척도의 문항 구성

하위척도	문항수	문항번호
물리적 부모화	10	1, 3, 6, 8, 13, 16*, 19*, 22, 27, 29
정서적 부모화	10	2, 5, 9, 12, 14*, 17, 18, 24, 26, 30
불공평	10	4, 7, 10, 11, 15*, 20, 21*, 23, 25, 28
전체	30	

(*표시는 역채점 문항임)

2) 양육스트레스 척도

성인의 양육스트레스 수준을 측정하기 위해 Abidin(1995)이 개발한 부모 양육스트레스 검사 축약형(Parenting Stress Index: Short-Form: PSI-SF)을 이경숙 등 (2008)이 한국판으로 타당화 한 한국판 부모 양육스트레스 축약형(K-PSI-SF)'을 사용하였다.

이 척도는 부모가 자녀양육에서 경험하는 스트레스의 근원에 따라 부모의 고통(부모영역), 부모-자녀 간 역기능적 상호작용(부모-자녀 관계), 아동의 까다로운 기질(아동영역) 이라는 3가지 하위척도로 구성되며 각 하위요인별 12문항씩 총 36문항으로 구성되었다. 본 연구에서는 부모의 심리적 특성에 중점을 두어 밝혀보고자 하였으므로 아동의 까다로운 기질이라는 하위척도는 제외하고 부모의 고통, 부모-자녀 간 역기능적 상호작용이라는 두 개의 하위척도에 대해서만 총 24문항으로 설문 실시하였다. 각 문항은 Likert 식 5점 척도로 '전혀 그렇지 않다(1점)', '대체로 그렇지 않다(2점)', '보통이다(3점)', '대체로 그런 편이다(4점)', '매우 그렇다(5점)' 로 구성되었다.

이경숙 등(2008)의 연구에서 사용한 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .76 ~ .84이었고, 본 연구에서 양육스트레스 척도의 신뢰도 계수는 부모의 고통 .86, 부모-자녀 간 역기능적 상호작용 .89였다. 양육스트레스 척도의 하위척도별 문항 구성 내용은 다음 <표 6>과 같다.

<표 6> 양육스트레스 척도의 문항 구성

하위척도	문항수	문항번호
부모의 고통	12	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
부모-자녀 간 역기능적 상호작용	12	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22*, 23, 24
전체	24	

(*표시는 역채점 문항임)

3) 가정소진 척도

일반직 종사자의 직무소진 척도로는 Schaufeil, Leiter, Maslach와 Jackson(1996)이 개발한 MBI-GS(Maslach Burnout Inventory-General Survey)를 신강현(2003)이 번안하여 한국 표본으로 타당화 한 척도가 있다. 본 논문의 가정소진에 대한 척도는 김도경(2014)의 연구에서 직무소진 척도를 기반으로 하여 직장과의 관련성을 고려하여 가정과 관련된 단어로 수정하여 사용한 척도를 사용하였다.

이 척도는 가정소진을 정서적 소진, 냉소, 무능감의 3개 요소로 보았다. 정서적 소진은 과중한 업무에 의해 개인의 정서적 자원이 고갈되었다고 느끼는 상태로 '자신이 맡은 가사일을 하는 데 있어 정서적으로 지쳐 있음을 느낀다'와 같은 문항이 포함된다. 냉소는 일에 대한 거리감을 느끼면서 전반적으로 부정적인 태도를 경험하는 것으로 '내가 맡은 가사일을 하는 데 있어서 소극적이다'와 같은 문항이 포함된다. 무능감은 일에 대한 주관적 측면으로 낮은 자기효능감, 성취감의 부재나 무

력감을 느끼는 상태로 ‘가정에서 일어나는 일들을 효과적으로 처리하고 있다는 자신감을 가지고 있다’와 같은 문항이 포함되어 있다. 무능감의 경우 성취감을 묻는 질문이므로 소진에 대해 분석하기 위해 역채점하여 사용하였다. 정서적 소진 5문항, 냉소 4문항, 무능감은 6문항으로 총 15개 문항이며 Likert 식 7점 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 가정소진을 느끼는 빈도에 대해 ‘전혀 없음(1점)’, ‘1년에 한 번(2점)’, ‘한 달에 한 번(3점)’, ‘한 달에 두세 번(4점)’, ‘한 주에 한 번(5점)’, ‘한 주에 두세 번(6점)’, ‘매일(7점)’으로 구성하여 점수가 높을수록 가정소진의 정도가 높다는 것을 의미한다.

김도경(2014)의 연구에서 사용한 본 척도의 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 정서적 소진 .94, 냉소 .89, 무능감 .89 이었고, 본 연구에서 가정소진의 신뢰도 계수는 정서적 소진 .94, 냉소 .90, 무능감 .88로 나타났으며, 가정소진의 하위척도별 문항 구성은 다음 <표 7>과 같다.

<표 7> 가정소진 척도의 문항 구성

하위척도	문항수	문항번호
정서적 소진	5	1, 2, 3, 4, 5
냉소	4	6, 7, 8, 9
무능감	6	10*, 11*, 12*, 13*, 14*, 15*
전체	15	

(*표시는 역채점 문항임)

4) 다차원적 완벽주의 척도

완벽주의 성향을 측정하기 위해 본 연구에서는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(HMPS: Hewitt Multidimensional Perfectionism Scale)를 한기연(1993)이 한국인을 대상으로 타당화한 척도를 사용하였다.

이 척도는 완벽주의가 향하는 방향성에 따라 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽

주의, 사회부과 완벽주의라는 3개의 하위척도로 구분했으며, 각 하위요인별 15개 문항씩 총 45문항으로 구성되어 있다.

본 척도는 Likert식 7점 척도로 자신과 비슷하다고 생각되는 정도를 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘전적으로 그렇다(7점)’ 중 선택하며, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다.

Hewitt과 Flett(1991)의 연구에서 하위척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 자기지향 완벽주의 .82, 타인지향 완벽주의 .86, 사회부과 완벽주의 .87 이었고, 한기연(1993)의 연구에서 신뢰도 계수는 각각 .84, .73, .76 이었다. 본 연구에서는 신뢰도 계수가 각각 .88, .81, .79 이었다. 다차원적 완벽주의 척도의 하위척도별 문항 구성 내용은 다음 <표 8>과 같다.

<표 8> 완벽주의 척도의 문항 구성

하위척도	문항수	문항번호
자기지향 완벽주의	15	1, 6, 8*, 12*, 14, 15, 17, 20, 23, 28, 32, 34*, 36*, 40, 42
타인지향 완벽주의	15	2*, 3*, 4*, 7, 10*, 16, 19*, 22, 24*, 26, 27, 29, 38*, 43*, 45*
사회부과 완벽주의	15	5, 9*, 11, 13, 18, 21*, 25, 30*, 31, 33, 35, 37*, 39, 41, 44*
전체	45	

(*표시는 역채점 문항임)

5) 정서표현태도 척도

본 연구에서는 정서표현을 억제하는 태도를 측정하기 위하여 Joseph, Williams, Irwing과 Cammock(1994)이 개발한 정서표현태도 척도(ATEES: Attitudes Toward Emotional Expression Scale)를 홍창희(2003)가 번안하고 김희경(2004)이 수정한 척도를 사용하였다.

이 척도는 원래 정서표현의 의미에 관한 신념(나약함의 표시), 행동 스타일(억누름), 정서표현에 대한 신념(통제력 유지), 정서표현의 결과에 대한 신념(사회적 거절)의 4가지 하위요인으로 구성되었으나 김희경(2004)은 이 척도의 구성타당도를 분석하여 해당요인과 상관이 낮은 9번 문항을 제외하고, 총 19문항에 대해 정서표현조절(정서표현의 의미에 관한 신념, 정서표현의 결과에 대한 신념)과 감정조절(행동 스타일, 정서표현에 대한 신념)의 2가지 요인으로 재구성하였다. 본 연구에서는 김희경(2004)의 척도를 쓰되 제외 문항 없이 총 20문항으로 구성하였다.

각 문항은 Likert식 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘대체로 그렇지 않다(2점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘대체로 그렇다(4점)’, ‘매우 그렇다(5점)’로 구성되며, 점수가 높을수록 정서표현을 억제하는 태도가 높음을 의미한다.

김희경(2004)의 연구에서 하위척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 정서표현조절 .80, 감정조절 .72 이었으며, 본 연구에서는 신뢰도 계수가 정서표현조절 .84, 감정조절 .81로 나타났다. 정서표현태도 척도의 문항 구성은 다음 <표 9>와 같다.

<표 9> 정서표현태도 척도의 문항 구성

하위척도	문항수	문항번호
정서표현조절	10	7, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18
감정조절	10	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9*, 13, 19, 20
전체	20	

(*표시는 역채점 문항임)

3. 분석방법

본 연구에서는 수집된 자료를 SPSS 21.0과 AMOS 21.0 통계 프로그램을 사용하여 분석하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

첫째, 연구 대상의 인구통계학적 배경의 특성을 알아보기 위해 SPSS 21을 통해 빈도분석과 기술통계 분석을 실시하고, 연구에서 사용할 척도들의 신뢰도 검증을 위해 내적 합치도(Cronbach's α)를 확인하였다.

둘째, 주요 연구 변인들의 기술통계치를 산출하고, Pearson 상관분석을 통해 변인들간의 관계를 살펴보았다.

셋째, AMOS 21을 통해 확인적 요인분석(CFA:Confirmatory Factor Analysis)을 실시하고, 측정 모형의 타당성을 검증하였다.

넷째, 변인 간의 구조적 인과관계를 알아보고 연구모형의 적합도를 확인하기 위해 AMOS 21을 이용하여 구조방정식 모형(SEM:Structure Equation Model) 분석을 실시하였으며, 매개효과와 유의성 검증을 위해 Bootstrapping 방법을 사용하였다.

IV. 연구결과

1. 주요 변인의 기술통계량

본 분석에 앞서 연구의 주요 변인인 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제의 수준을 확인하기 위해 평균(M), 표준편차(SD), 왜도, 첨도를 구하였다. 연구 변인들의 전반적인 경향을 보면, 부모화는 5점 기준에 평균은 2.32($SD=0.64$)로 하위요인 중 정서적 부모화($M=2.40$)가 가장 높고 물리적 부모화($M=2.19$)가 가장 낮게 나타났다. 양육스트레스는 5점 기준에 평균은 2.23($SD=0.54$)으로 역기능적 상호작용($M=1.86$)에 비해 부모의 고통($M=2.61$)이 많은 차이로 높게 나타났다. 가정소진은 7점 기준에 평균은 2.89($SD=1.11$)로 하위요인별 평균값의 차이가 큰 편으로 정서적 소진($M=3.15$)이 가장 높고 냉소($M=2.50$)가 가장 낮게 나타났다. 완벽주의는 7점 기준에 평균은 3.93($SD=0.52$)로 하위변인 중 자기지향 완벽주의($M=4.27$)가 가장 높고 사회적부과 완벽주의($M=3.72$)가 가장 낮게 나타났다. 정서표현억제는 5점 기준에 평균은 2.79($SD=0.52$)으로 감정조절($M=3.15$)이 정서표현조절($M=2.44$)에 비해 높게 나타났다. 본 연구의 기술통계량으로 보면 표본의 가정소진 경향은 낮은 편이며 완벽주의는 비교적 높은 편이라고 보여진다.

Finch와 West(1997)는 측정변인들의 왜도와 첨도의 값이 각각 ± 2 , ± 7 이내에 있을 때 정규성 가정을 충족시킨다고 하였다. 본 연구 데이터의 왜도, 첨도의 값은 각각 ± 2 , ± 7 범위 내에 분포하므로 정규성을 만족한다고 볼 수 있다. 주요 측정변인의 기술통계량은 <표 10>에 제시하였다.

<표 10> 측정변인의 기술통계량 (N=572)

측정변인	하위변인	평균(M)	표준편차(SD)	왜도	첨도
부모화	물리적 부모화	2.19	0.70	0.504	-0.006
	정서적 부모화	2.40	0.69	0.325	-0.430
	불공평	2.37	0.77	0.406	-0.420
	전체	2.32	0.64	0.391	-0.412
양육 스트레스	부모의 고통	2.61	0.66	0.195	-0.176
	역기능적 상호작용	1.86	0.60	0.703	-0.228
	전체	2.23	0.54	0.203	-0.715
가정소진	정서적 소진	3.15	1.64	0.725	-0.220
	냉소	2.50	1.52	1.094	0.575
	무능감	2.94	1.42	0.631	-0.216
	전체	2.89	1.11	0.505	-0.183
완벽주의	자기지향	4.27	0.71	0.003	0.413
	타인지향	3.81	0.61	-0.233	0.393
	사회적부과	3.72	0.56	-0.273	0.502
	전체	3.93	0.52	-0.314	0.591
정서표현 억제	정서표현조절	2.44	0.60	0.131	0.485
	감정조절	3.15	0.58	-0.398	0.712
	전체	2.79	0.52	-0.274	0.993

* 점수범위 : 부모화, 양육스트레스, 정서표현억제는 1~5점, 가정소진, 완벽주의는 1~7점

2. 인구배경학적 요인에 따른 차이 검증

본 연구의 각 변인에 대하여 성별에 따라 차이가 있는지 확인해 보았다. 부모화는 성별에 따라 차이가 없었으며($t=-.470, p>0.5$), 양육스트레스도 성별에 따라 차이가 없는 것으로 나타났다($t=-.933, p>0.5$). 단, 양육스트레스의 하위변인 중 부모의 고통은 성별에 따라 차이가 있었다($t=-3.332, p<.001$). 성별에 따른 부모화의 차이에 관해서는 정서적, 물리적 부모화 모두 여학생에서 높다는 연구(이기학, 신주연, 2003)와는 차이가 있지만, 부모화 정도에서 성차가 나타나지 않는다(조은영, 2004)는 연구와는 일치하는 결과를 나타내었다. 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제는 전체 및 하위변인에서도 성별에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 가정소진은 여성($M=3.02$)이 남성($M=2.61$)에 비해 높게 나타났고($t=-4.452, p<.001$), 완벽주의는 남성($M=4.09$)이 여성($M=3.87$)에 비해 높게 나타났으며($t=4.871, p<.001$), 정서표현억제는 남성($M=2.94$)이 여성($M=2.72$)에 비해 높게 나타나($t=5.225, p<.001$) 남성이 정서표현의 억제를 더 많이 하는 것으로 나타났다. 분석 결과는 다음 <표 11>과 같다.

<표 11> 성별에 따른 변인간 차이 검증

구분	평균(M)		표준편차(SD)		t	p
	남성 (n=172)	여성 (n=400)	남성	여성		
부모화	2.30	2.33	.57	.67	-.470	.639
양육스트레스	2.20	2.25	.54	.53	-.933	.351
가정소진	2.61	3.02	.95	1.15	-4.452***	.000
완벽주의	4.09	3.87	.49	.52	4.871***	.000
정서표현억제	2.94	2.72	.39	.55	5.225***	.000

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

본 연구의 각 변인에 대하여 원가족 출생순위에 따라 차이가 있는지 검증해 본 결과, 부모화($F=4.313, p<.01$) 및 완벽주의($F=2.922, p<.05$)는 출생순위에 따라 차이가 있었고, 양육스트레스($F=.985, p>.05$), 가정소진($F=.360, p>.05$)과 정서표현억제($F=1.613, p>.05$)는 출생순위에 따라 차이가 없는 것으로 나타났다. 부모화는 외동으로 출생한 경우 가장 높게 나타났으며 출생순위가 내려갈수록 낮아지는 것으로 보였다. 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 사후검정인 Scheffe 분석을 실시한 결과 첫째 집단과 막내 집단에서 유의한 차이가 있었다. 완벽주의는 외동 집단에서 가장 높게 나타났으며 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 사후검정인 Scheffe 분석을 실시한 결과 외동 집단과 중간 집단에서 유의한 차이가 있었다. 분석결과는 다음 <표 12>와 같다.

<표 12> 출생순위에 따른 변인간 차이 검증

구분	출생순위				F	p	Scheffe
	외동(a)	첫째(b)	중간(c)	막내(d)			
	(n=19)	(n=209)	(n=131)	(n=213)			
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)			
부모화	2.47(.85)	2.43(.64)	2.28(.60)	2.23(.64)	4.313**	.005	b>d
양육스트레스	2.43(.61)	2.23(.57)	2.20(.53)	2.23(.50)	.985	.399	-
가정소진	2.99(1.08)	2.95(1.17)	2.85(1.12)	2.86(1.06)	.360	.782	-
완벽주의	4.25(.59)	3.95(.50)	3.87(.49)	3.93(.55)	2.922*	.033	a>c
정서표현억제	2.97(.38)	2.78(.56)	2.73(.56)	2.82(.45)	1.613	.185	-

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

인구배경학적 요인에 따라 부모화 수준에 차이가 있는지 검증한 결과 부의 학력 ($F=3.700, p<.05$), 모의 학력($F=2.653, p<.05$), 성장기 가정형편($F=21.698, p<.05$), 성장기 부모와 떨어져 지낸 경험($t=7.621, p<.05$)에서 차이가 유의하게 나타났다.

인구배경학적 요인에 따라 양육스트레스 수준에 차이가 있는지 검증한 결과 직업생활만족도($F=8.565, p<.05$), 가정형편($F=7.865, p<.05$), 결혼생활만족도 ($F=17.252, p<.05$)에서 양육스트레스 수준에 차이가 유의하게 나타났으며, 직업유무($t=-1.161, p>.05$), 자녀의 수($F=1.512, p>.05$)에서는 양육스트레스 수준에 차이가 유의하지 않게 나타났다.

인구배경학적 요인에 따라 가정소진의 수준에 차이가 있는지 검증한 결과 직업생활만족도($F=4.592, p<.05$), 가정형편($F=8.110, p<.05$), 결혼생활만족도 ($F=22.572, p<.05$)에서 가정소진 수준에 차이가 유의하게 나타났으며, 직업유무 ($t=-.419, p>.05$), 자녀의 수($F=1.295, p>.05$)에서는 양육스트레스 수준에 차이가 유의하지 않게 나타났다.

3. 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제 사이의 관계

부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제 사이의 관계를 파악하기 위하여 상관분석을 실시하였고, Pearson 상관계수를 산출하여 <표 13>에 제시하였다. 모든 잠재변인들간 상관관계는 유의한 것으로 나타났다. 주요 변인들 간 관련성을 살펴보면 부모화는 양육스트레스($r=.331, p<.01$)와 뚜렷한 정적상관, 가정소진($r=.257, p<.01$), 완벽주의($r=.291, p<.01$), 정서표현억제($r=.247, p<.01$)와는 약한 정적상관을 나타내었다. 따라서 높은 수준의 부모화는 높은 수준의 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제와 관련됨을 알 수 있다. 단, 부모화 하위요인 중 물리적부모화의 경우 가정소진의 하위요인인 무능감($r=.049, p>.05$), 정서표현억제의 하위요인인 감정조절($r=.037, p>.05$)과 상관관계가 유의하지 않았다. 양육스트레스는 가정소진($r=.566, p<.01$), 정서표현억제($r=.452, p<.01$)와는 뚜렷한 정적상관, 완벽주의($r=.235, p<.01$)와는 약한 정적상관을 나타내었다. 따라서 높은 수준의 양육스트레스는 높은 수준의 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제와 관련됨을 알 수 있다. 가정소진은 완벽주의($r=.108, p<.01$), 정서표현억제($r=.229, p<.01$)와 약한 정적상관을 나타내었다. 단, 가정소진의 하위요인 중 냉소($r=.064, p>.05$), 무능감($r=.045, p>.05$)의 경우 완벽주의와 상관관계가 유의하지 않았으며, 정서적소진($r=.124, p<.01$)만이 완벽주의와 약한 정적상관을 나타내었다. 또한, 가정소진의 각 하위요인과 정서표현억제의 하위요인인 감정조절의 상관관계도 유의하지 않은 것으로 나타났다. 높은 수준의 가정소진은 높은 수준의 사회적부과 완벽주의, 정서표현조절과 관련됨을 알 수 있다. 완벽주의는 정서표현억제($r=.454, p<.01$)와 뚜렷한 정적상관을 나타내었다. 따라서 높은 수준의 완벽주의는 높은 수준의 정서표현억제와 관련됨을 알 수 있다. 특징적으로 완벽주의의 하위요인 중 자기지향 완벽주의의 경우 양육스트레스의 모든 하위요인, 가정소진의 하위요인 중 정서적 소진, 냉소와 상관관계가 유의하지 않았고, 무능감과 아주 약한 부적상관($r=-.091, p<.05$)을 나타내었다.

<표 13> 측정변인의 상관분석표 (N=572)

	1	1-1	1-2	1-3	2	2-1	2-2	3	3-1	3-2	3-3	4	4-1	4-2	4-3	5	5-1	5-2	
1. 부모화	1																		
1-1.물리적부모화	.879**	1																	
1-2.정서적 부모화	.922**	.751**	1																
1-3.불공평	.887**	.625**	.736**	1															
2. 양육스트레스	.331**	.195**	.297**	.388**	1														
2-1.부모의고통	.289**	.151**	.263**	.352**	.864**	1													
2-2.역기능적상호작용	.273**	.181**	.240**	.306**	.834**	.443**	1												
3. 가정소진	.257**	.170**	.197**	.316**	.566**	.538**	.418**	1											
3-1.정서적소진	.254**	.178**	.201**	.297**	.459**	.540**	.226**	.739**	1										
3-2.냉소	.226**	.158**	.147**	.293**	.464**	.440**	.344**	.824**	.593**	1									
3-3.무능감	.097*	.049	.087*	.123**	.334**	.218**	.357**	.659**	.060	.330**	1								
4. 완벽주의	.291**	.236**	.329**	.222**	.235**	.207**	.192**	.108**	.124**	.064	.045	1							
4-1.자기지향	.175**	.159**	.221**	.096*	.058	.068	.028	-.049	.044	-.066	-.091*	.853**	1						
4-2.타인지향	.210**	.166**	.236**	.163**	.181**	.123**	.188**	.115**	.081	.080	.091*	.820**	.518**	1					
4-3.사회적부과	.364**	.278**	.383**	.319**	.386**	.357**	.295**	.237**	.204**	.175**	.142**	.824**	.559**	.548**	1				
5. 정서표현억제	.247**	.148**	.266**	.248**	.452**	.478**	.281**	.229**	.158**	.199**	.154**	.454**	.364**	.278**	.507**	1			
5-1.정서표현조절	.335**	.219**	.334**	.343**	.529**	.512**	.382**	.313**	.206**	.270**	.222**	.453**	.290**	.333**	.537**	.881**	1		
5-2.감정조절	.094*	.037	.129**	.088*	.258**	.323**	.105*	.084*	.068	.075	.045	.341**	.349**	.151**	.348**	.872**	.537**	1	

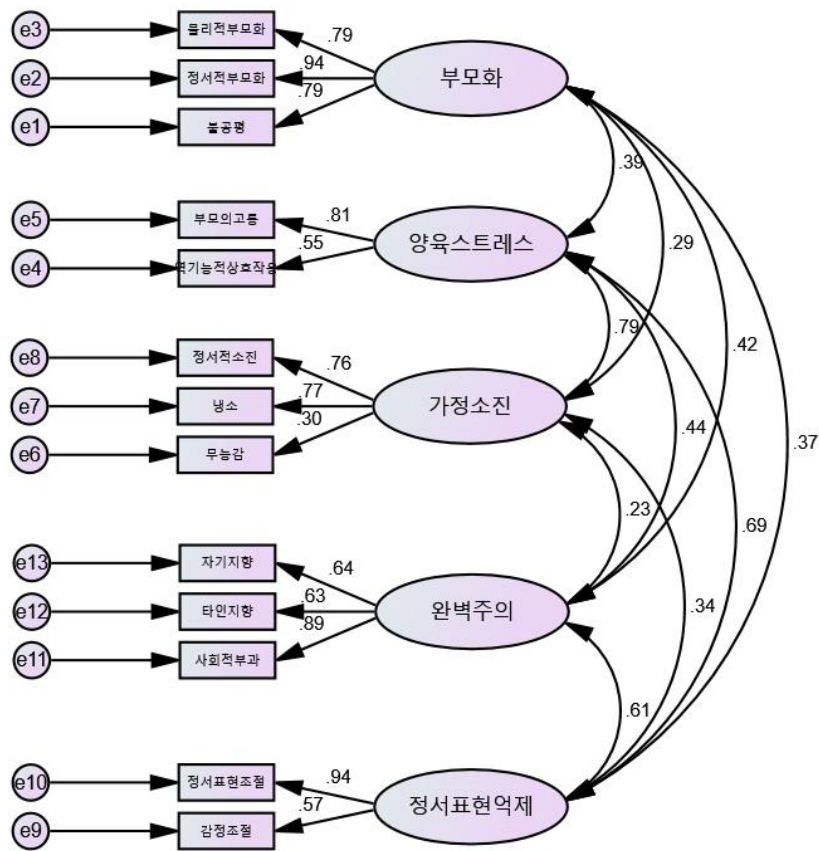
*p<.05, **p<.01

4. 측정모형 검증

본 연구의 측정모형은 잠재변인인 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제에 대해 각각 2~3개의 측정변인으로 구성되었다. 연구모형을 분석하기에 앞서 측정변인들이 각 잠재변인들을 적절히 반영하였는지 검증하기 위해 측정모형에 대해 확인적 요인분석을 실시하였다.

모형의 적합도 평가를 위하여 χ^2 값과 RMR, TLI, CFI, RMSEA 값을 사용하였다. TLI, CFI는 .90 이상, RMR은 .05이하, RMSEA는 .08이하일 때 적합도가 양호하다고 판단하며, RMSEA가 .10 이하인 경우 수용가능한 것으로 판단할 수 있다(홍세희, 2000). 초기 확인적 요인분석 결과 측정모형의 적합도가 낮은 수준(RMR=.069, TLI=.833, CFI=.882, RMSEA=.107)으로 나타났다.

측정모형의 적합도 증대를 위해 3가지 탐색과정을 진행하였다. 첫 번째로, 수정지수(Modification Indices)의 값이 큰 측정오차 2개를 공분산으로 설정하여 모형을 수정하였다. 측정변인들의 잠재변인에 대한 유의성을 확인하고자 C.R.값과 p값을 확인하였으며 모든 측정변인에 대해 C.R.>2.58으로 1% 수준에서 유의하다는 것을 알 수 있었다. 두 번째로, 요인부하량의 값은 .50이상이 되어야 타당성이 있다고 받아들여 진다(우종필, 2012). 가정소진의 개념을 측정하는 측정변인인 무능감을 제외하고는 모두 충족되었으며, 요인부하량이 .296을 나타내는 무능감은 설명력이 부족하다고 판단하여 가정소진의 측정변인에서 제외하였다. 세 번째로, 앞서 제시한 상관분석에서 부모화의 부적응적인 부분들과 관련이 많은 본 연구의 대부분의 요인들과 상관관계가 유의하지 않은 것으로 나타난 자기지향 완벽주의를 완벽주의의 측정변인에서 제외하였다. 초기 측정모형, 요인부하량과 상관계수에 대해서는 <그림 2>에 제시하였다.



주1. 요인부하량은 표준화 계수임.
 주2. 잠재변인간 상관계수를 표기함.

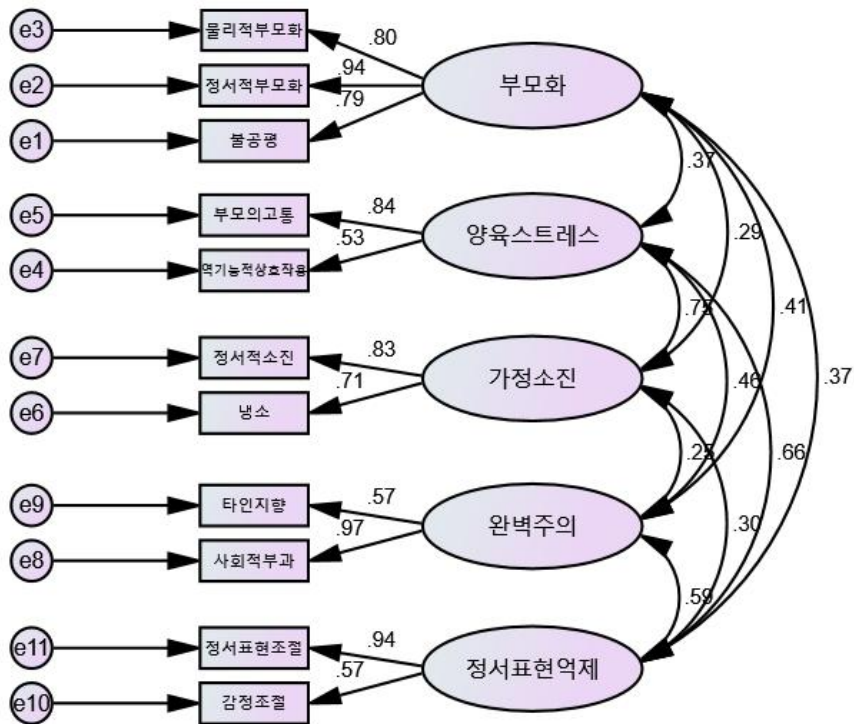
<그림 2> 초기 측정모형

3가지 과정을 거쳐 수정된 측정모형의 적합도 지수는 $\chi^2=172.532$, $df=34$, $RMR=.038$, $TLI=.913$, $CFI=.946$, $RMSEA=.084$ 으로 확인되었다. 따라서 본 연구에서 수정된 측정모형이 적합도가 양호하다고 할 수 있으며, 이는 측정변인들이 잠재변인을 적절하게 반영하고 있음을 의미한다. 초기 측정모형과 수정 후 측정모형의 적합도는 비교하여 <표 14>에 제시하였다.

<표 14> 측정모형의 적합도 지수(비교)

적합도 지수	χ^2	df	RMR	TLI	CFI	RMSEA
초기 측정모형	412.854	55	.069	.833	.882	.107
수정된 측정모형	172.532	34	.038	.913	.946	.084

측정모형의 수정 후 각 측정변인의 잠재변인에 대한 유의성을 판단하기 위해 요인부하량을 확인하였다. 비표준화 계수의 C.R.값이 모두 ± 2.58 이상이므로 모든 측정변인에 대하여 1% 수준에서 유의하다고 판단할 수 있다. 각 잠재변인을 설명하고 있는 측정변인 각각에 대해 요인부하량을 확인해 보면 부모화를 측정하는 변인들은 .790~.938, 양육스트레스를 측정하는 변인들은 .529~.837, 가정소진을 측정하는 변인들은 .710~.834, 완벽주의를 측정하는 변인들은 .567~.967, 정서표현억제를 측정하는 변인들은 .568~.945로 나타나 모든 요인부하량이 기준값 .50 이상임을 확인하였다. 따라서, 측정변인들이 연구하고자 하는 개념인 잠재변수를 적절하게 반영하고 있음을 확인할 수 있다. 수정된 측정모형은 <그림 3>에 제시하였으며, 요인부하량과 유의도 검증결과는 <표 15>에 제시하였다.



주1. 요인부하량은 표준화 계수임.
 주2. 잠재변인간 상관계수를 표기함.

<그림 3> 수정된 측정모형

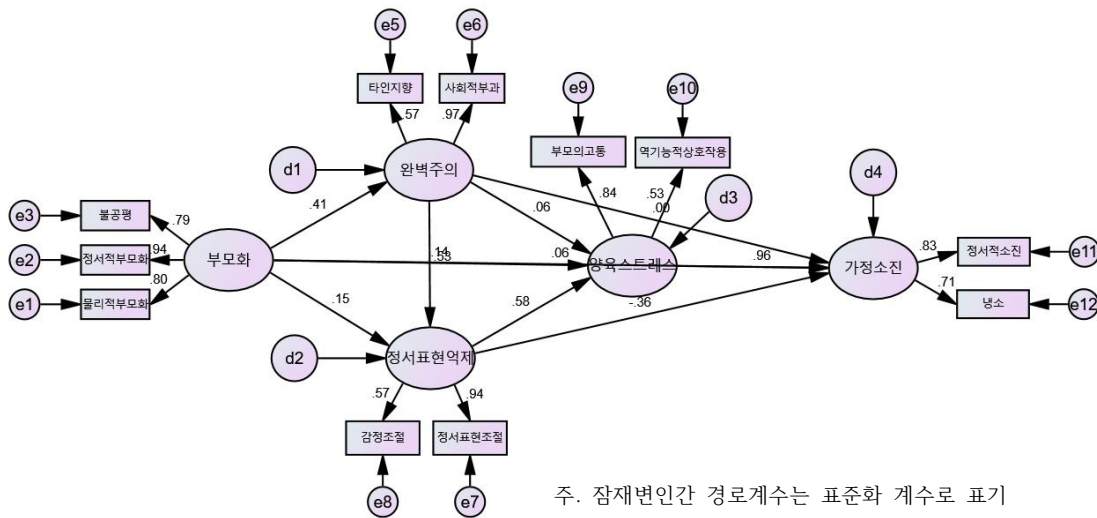
<표 15> 측정모형의 요인부하량과 유의도 검증

측정변인		잠재변인	비표준화 계수(B)	표준화 계수(β)	표준오차 (S.E.)	<i>t</i>
불공평	←	부모화	1	.790		
정서적부모화	←	부모화	1.070	.938	.047	22.837***
물리적부모화	←	부모화	.917	.795	.044	20.636***
역기능적상호작용	←	양육스트레스	1	.529		
부모의고통	←	양육스트레스	1.737	.837	.154	11.262***
냉소	←	가정소진	1	.710		
정서적소진	←	가정소진	1.268	.834	.097	13.036***
사회적부과	←	완벽주의	1	.967		
타인지향	←	완벽주의	.635	.567	.065	9.810***
감정조절	←	정서표현억제	1	.568		
정서표현조절	←	정서표현억제	1.721	.945	.154	11.143***

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

5. 연구모형 검증

본 연구에서는 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제의 구조적 관계를 살펴보기 위해 연구모형을 설정하고, 잠재변인간 경로에 대한 연구가설을 검증하였다. 초기 연구모형과 경로계수는 <그림 4>에 제시하였다.



<그림 4> 초기 연구모형

본 연구모형의 적합도 검증결과는 $\chi^2=172.532(df=34, p<.001)$, $RMR=.038$, $TLI=.913$, $CFI=.946$, $RMSEA=.084$ 로 나타났다. 연구모형의 잠재변인간 각 경로가 유의한지 검증하기 위해 경로계수를 확인하고 <표 16>에 제시하였다.

<표 16> 초기 연구모형의 경로계수와 유의도 검증

경로	비표준화 계수(B)	표준화 계수(β)	표준오차 (S.E.)	t
부모화 → 완벽주의	.405	.412	.043	9.406***
부모화 → 정서표현억제	.152	.149	.049	3.130**
완벽주의 → 정서표현억제	.552	.530	.069	8.013***
부모화 → 양육스트레스	.135	.135	.049	2.760**
완벽주의 → 양육스트레스	.060	.059	.065	.914
정서표현억제 → 양육스트레스	.562	.578	.079	7.121***
양육스트레스 → 가정소진	2.388	.963	.330	7.232***
완벽주의 → 가정소진	.007	.003	.155	.046
정서표현억제 → 가정소진	-.880	-.365	.261	-3.367***
부모화 → 가정소진	.148	.060	.131	1.130

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

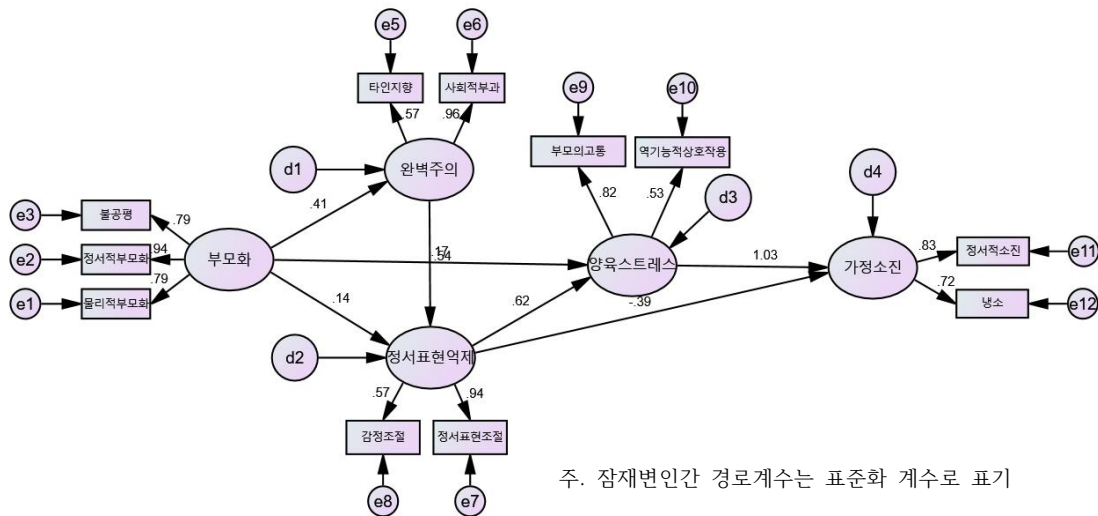
초기 연구모형에서 전체 경로 중 표준화 계수가 낮고 경로가 유의하지 않은 3개 경로를 확인하였으며, 그에 해당하는 완벽주의→가정소진($\beta = .003$, $p > .05$), 완벽주의→양육스트레스($\beta = .059$, $p > .05$), 부모화→가정소진($\beta = .060$, $p > .05$)의 직접 경로를 제외하고 수정된 연구모형을 작성하였다.

수정된 연구모형에서 적합도는 $\chi^2 = 174.906$ ($df = 37$, $p < .001$), RMR = .040, TLI = .920, CFI = .946, RMSEA = .081로 수정된 연구모형은 양호한 적합도 수준을 보이는 것으로 나타났다. 두 모형 중 가장 적합한 모형을 선정하기 위해 χ^2 차이 검증을 실시하였다. 초기 연구모형이 수정 연구모형에 비해 $\Delta df = 3$, $\Delta \chi^2 = 2.374$ 감소한 것으로

로 나타났으며, 이는 $\Delta df=3$ 에 유의미한 차이인 $\Delta \chi^2=7.82$ 보다 적은 감소량으로서 수정된 연구모형이 더 적합한 것으로 나타났다. χ^2 차이 검증과 경로의 유의성에 근거해 수정된 모형을 최종모형으로 선택하였다. 최종 연구모형은 <그림 5>에 제시하였으며, 초기 연구모형과 최종 연구모형의 적합도 비교는 <표 17>에 제시하였다.

<표 17> 연구모형의 적합도 지수(비교)

적합도 지수	χ^2	df	RMR	TLI	CFI	RMSEA
초기 연구모형	172.532	34	.038	.913	.946	.084
수정(최종) 연구모형	174.906	37	.040	.920	.946	.081



주. 잠재변인간 경로계수는 표준화 계수로 표기

<그림 5> 최종 연구모형

최종 연구모형에서는 부모화에서 완벽주의($\beta=.415, p<.001$), 부모화에서 정서표현억제($\beta=.141, p<.01$), 부모화에서 양육스트레스($\beta=.168, p<.001$), 완벽주의에서 정서표현억제($\beta=.543, p<.001$), 정서표현억제에서 양육스트레스($\beta=.618, p<.001$), 양육스트레스에서 가정소진($\beta=1.026, p<.001$), 정서표현억제에서 가정소진($\beta=-.393, p<.001$)으로 가는 직접경로가 유의미하게 나타났다. 최종 연구모형의 경로계수와 유의도 검증 결과는 <표 18>에 제시하였다.

<표 18> 최종 연구모형의 경로계수와 유의도 검증

경로	비표준화 계수(B)	표준화 계수(β)	표준오차 (S.E.)	t
부모화 → 완벽주의	.405	.415	.043	9.421***
부모화 → 정서표현억제	.143	.141	.049	2.944**
완벽주의 → 정서표현억제	.564	.543	.070	8.107***
부모화 → 양육스트레스	.165	.168	.044	3.716***
정서표현억제 → 양육스트레스	.598	.618	.058	10.302***
양육스트레스 → 가정소진	2.566	1.026	.337	7.605***
정서표현억제 → 가정소진	-.951	-.393	.260	-3.656***

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

최종연구모형에서 특이한 점은 정서표현억제와 가정소진의 관계에서 양육스트레스가 매개할 때 정서표현억제→양육스트레스의 경로계수는 $\beta=.618$ 이며 양육스트레스→가정소진의 경로계수는 $\beta=1.026$ 이다. 이는 정서표현억제가 높아지면 양육스트레스도 높아지며, 양육스트레스가 높아지면 가정소진의 수준도 높아진다는 의미이다. 이와 비교하여 정서표현억제→가정소진의 직접경로계수는 $\beta=-.393$ 으로 정서표

현역제가 높아지면 가정소진의 수준이 낮아진다는 것을 나타내고 있다. 정서표현억제와 가정소진의 관계에서 직접효과인 정서표현억제→가정소진($\beta=-.393$)과 간접효과인 정서표현억제→양육스트레스($\beta=.618$), 양육스트레스→가정소진($\beta=1.026$)이 서로 반대의 부호를 나타내는 것인데, 이러한 경우 억제효과(suppression effect)가 존재할 가능성이 높다(Tzelgov & Henik, 1991).

억제효과에 대해 2가지 방법으로 확인을 하였다. 첫번째, 일반적으로 독립변인과 종속변인 사이에 매개변인을 투입하면 매개변인이 독립변인과 종속변인 관계의 일부분 또는 전부를 설명하게 되어 독립변인과 종속변인의 상관의 크기가 줄어든다. 측정모형검증에서 정서표현억제와 가정소진의 관계에서 매개변인 투입 전 상관은 $r=.297$ 이었고, 양육스트레스라는 매개변인을 투입 후 $\beta=-.365$ 이었다. 이는 일반적인 경우와 차이가 있으며, 매개변인의 투입 후에 독립변인과 종속변인의 절대상관의 크기가 커지는 경우 억제효과를 시사한다는 MacKinnon 등(2000)의 연구를 바탕으로 정서표현억제와 가정소진의 관계에서 양육스트레스의 억제효과를 확인할 수 있다. 두번째, 정서표현억제가 가정소진에 미치는 직접효과($\beta=-.365$)는 측정모형에서의 두 잠재변인 간의 상관관계수($r=.297$)와 정반대의 부호를 지닌 것으로 확인하였으며, 이렇게 변인 간 상관관계와 매개모형 검증 시 관계의 방향이 정반대로 나타날 때 억제효과가 있는 것으로 본다(Cohen, Cohen, Aiken, & West, 2002).

최종 연구모형을 종합하면, 부모화가 정서표현억제, 양육스트레스, 완벽주의에 미치는 각각의 직접효과는 정적이며 중간 정도의 효과를 나타내었으며, 완벽주의가 정서표현억제, 정서표현억제가 양육스트레스, 양육스트레스가 가정소진에 미치는 각각의 효과는 정적이며 큰 효과를 나타내었다. 이는 부모화 수준이 높을수록 정서표현억제와 양육스트레스, 완벽주의 수준도 높아지며 부모화의 변화량이 한 단위 증가할 때 정서표현억제와 양육스트레스의 변화량 증가보다는 완벽주의의 변화량 증가가 더 크다는 것도 알 수 있다. 완벽주의 수준이 높을수록 정서표현억제의 수준도 높아지며, 정서표현억제의 수준이 높을수록 양육스트레스의 수준이 높아지고, 양육스트레스 수준이 높을수록 가정소진의 수준이 높아짐을 알 수 있었다.

6. 매개효과 검증

최종 선택된 연구모형의 매개효과가 유의한지 검증하기 위해 Bootstrapping 방법을 사용하였다. Bootstrapping 방법으로 매개효과를 검증할 때에는 신뢰구간의 검증결과에 0이 포함되지 않아야 경로의 유의성을 확인할 수 있다. 검증결과 모든 매개효과에 대해 유의확률은 .003~.005로 나타났으며 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 연구모형의 모든 매개효과가 유의함을 확인할 수 있었다.

하지만 본 연구모형에서는 부모화에서 양육스트레스로 가는 간접 경로가 부모화→완벽주의→정서표현억제→양육스트레스 경로와 부모화→정서표현억제→양육스트레스 경로로 총 2개 존재한다. 즉, 이중매개효과를 의미하며, 다중매개모형의 경우 개별 간접효과 간의 구분 없이 전체 간접효과의 크기와 유의성을 제공하므로 개별 간접효과의 크기와 유의성을 확인하지 못하는 단점이 있다. 따라서, 팬텀변수를 사용하는 Bootstrapping 방법을 사용하여 개별 매개효과와 유의성을 검증하였으며, 검증결과는 <표 19>에 제시하였다. 검증결과 부모화→양육스트레스 경로에서 매개효과는 두 가지 경로로 구분되어지며, 완벽주의와 정서표현억제의 이중매개효과 ($B=.137, p<.01$)와 정서표현억제의 매개효과($B=.086, p<.01$) 모두 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 개별 매개효과가 유의함을 확인하였다. 같은 방법으로 부모화→가정소진 경로에서는 매개효과가 다섯 가지 경로, 완벽주의→가정소진 경로에서는 매개효과가 두 가지 경로로 이들 개별 매개효과에 대해 유의성을 검증한 결과 모두 95% 신뢰구간에서 유의함을 확인하였다.

<표 19> 개별 매개효과 및 유의성

경로		간접효과(B) (95% 신뢰구간)
부모화	→완벽주의→ 정서표현 억제	.225**(.149~.305)
부모화	→완벽주의→정서표현억제→ 양육 스트레스	.137**(.087~.205)
	→ 정서표현억제 →	.086**(.012~.162)
부모화	→완벽주의→정서표현억제→양육스트레스→ 가정소진	.351**(.209~.588)
	→완벽주의→정서표현억제→ 가정소진	-.217**(-.411~- .096)
	→정서표현억제→양육스트레스→ 가정소진	.220**(.030~.449)
부모화	→정서표현억제→ 양육 스트레스	-.136**(-.306~- .025)
	→양육스트레스→ 가정소진	.424**(.172~.708)
	→정서표현억제→ 양육 스트레스	.336**(.240~.434)
완벽주의	→정서표현억제→ 양육 스트레스	.103**(.046~.198)
완벽주의	→정서표현억제→양육스트레스→ 가정소진	.103**(.046~.198)
	→정서표현억제→ 가정소진	-.064**(-.141~- .020)
정서표현 억제	→양육스트레스→ 가정소진	.634**(.455~.901)

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

최종 연구모형에서 부모화가 완벽주의, 정서표현억제, 양육스트레스를 매개로 하여 가정소진에 미치는 영향을 직접효과와 간접효과, 총 효과로 나누어 살펴보았다. 결과는 <표 20>에 제시하였다.

부모화는 완벽주의에 $\beta=.415$ 의 직접효과를 나타내었고, 정서표현억제에 $\beta=.141$ 의 직접효과 및 $\beta=.225$ 의 간접효과, 양육스트레스에 $\beta=.168$ 의 직접효과 및 $\beta=.227$ 의 간접효과, 가정소진에 $\beta=.261$ 의 간접효과를 나타내었다. 완벽주의는 정서표현억제에 $\beta=.543$ 의 직접효과, 양육스트레스에 $\beta=.336$ 의 간접효과, 가정소진에 $\beta=.131$ 의 간접효과를 나타내었다. 정서표현억제는 양육스트레스에 $\beta=.618$ 의 직접효과, 가정소진에 $\beta=-.393$ 의 직접효과 및 $\beta=.634$ 의 간접효과를 나타내었다. 양육스트레스는 가정소진에 $\beta=1.026$ 의 직접효과를 나타내었다.

<표 20> 최종 연구모형의 효과 분해

경로		총효과	직접효과	간접효과 (95% 신뢰구간)
부모화	→ 완벽주의	.415	.415***	-
부모화	→ 정서표현억제	.366	.141**	.225**(.149~.305)
부모화	→ 양육스트레스	.395	.168***	.227**(.163~.294)
부모화	→ 가정소진	.261	-	.261**(.173~.370)
완벽주의	→ 정서표현억제	.543	.543***	-
완벽주의	→ 양육스트레스	.336	-	.336**(.240~.434)
완벽주의	→ 가정소진	.131	-	.131**(.066~.205)
정서표현억제	→ 양육스트레스	.618	.618***	-
정서표현억제	→ 가정소진	.241	-.393***	.634**(.455~.901)
양육스트레스	→ 가정소진	1.026	1.026***	-

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

V. 논의 및 제언

1. 결과에 대한 논의

본 연구에서는 부모화 경험과 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의 및 정서표현억제 간의 관계를 살펴보았으며, 성장기 부모화 경험이 성인이 된 후 양육스트레스와 가정소진에 미치는 관계에서 완벽주의와 정서표현억제가 매개효과를 갖는지 확인해 보았다. 부모화된 자녀들은 어린 시절부터 자신의 나이에 맞지 않는 부모의 역할을 내재하면서 어른처럼 잘해야 한다는 완벽주의 성향이 발달할 수 있고, 자신의 정서나 욕구를 고려하기보다는 타인에게 과도한 책임을 느끼며 강박적으로 배려할 수 있다. 이러한 모습이 반복되는 경우 양육스트레스에 취약할 수 있고, 대인관계 문제로 인해 사회적 지지를 충분히 받지 못하고 스트레스 대처에 어려움이 발생하여 가정생활에서의 소진으로 이어질 수 있을 것이라는 가설적 모형을 설정하고 구조방정식 모형분석을 통해 이를 검증하였다.

본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의 및 정서표현억제 간의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 결과 모든 잠재변인들 간 상관관계가 유의미한 정적상관으로 확인되었다. 부모화 경험이 많은 자녀들은 아동기에 자신의 나이에 맞지 않는 부모의 역할이 내재되면서 마치 자신이 부모나 어른처럼 항상 잘해야 한다는 강박적인 생각을 갖게 되므로서 완벽주의적인 성향에 영향을 줄 수 있다. 부모화된 자녀들은 늘 자신보다는 상대방을 일방적으로 배려하고 돌보는 입장에 있어서 자신에게 필요한 욕구나 감정을 표현하는데 익숙하지 않다. 타인의 감정이나 기분에 초점을 맞추면서 자신의 감정은 소외시키는 이들은 정서표현에 대한 양가감정을 많이 느끼며 정서표현의 욕구를 억제하는 특성이 있다(문소희, 유순화, 윤경미, 2014)는 연구와도 일치하는 결과이다. 부모의 양육환경을 예측하는데 유용

한 Belsky(1984)의 과정모델은 어머니가 과거에 경험한 부모와의 관계와 현재의 심리정서적 건강이 양육의 질을 예측할 수 있다고 하였다. 자신이 성장기에 부모로부터 경험한 양육행동이 세대전이를 통해 재현될 수 있다는 것이며, 부모화와 양육스트레스의 관계도 이처럼 정적인 관련이 있다고 보여진다. 부모화와 가정소진의 관계를 보면 부모화된 자녀들은 감당해야 하는 책임감이 늘어나는 만큼 많은 스트레스를 경험하게 된다고 하는데, 이러한 상황이 성장기를 거쳐 지속적으로 이루어지는 경우 만성적인 스트레스가 될 수 있고 정서적인 자원들이 고갈되었다고 느끼는 상태인 정서적 소진(신강현, 2003)에 처하게 될 수 있다고 보았다. 완벽주의와 양육스트레스의 관계는 정적상관을 나타냈다. 완벽주의 성향이 높은 부모의 경우 자녀의 수행을 과소평가하고 자녀의 성취에 대한 충분한 인정을 미루며 더 나은 수행을 보일 때까지 수용을 미루는 경향이 있다고 한다(Burns, 1980). 부모의 역기능적인 양육행동은 양육스트레스와 밀접한 관계가 있으므로(박영진, 2004) 이러한 선행연구들은 완벽주의와 양육스트레스의 정적상관을 지지하는 것임을 알 수 있다.

하위요인들 간의 상관관계를 보면, 부모화의 각 하위요인들과 가정소진의 하위요인인 무능감의 상관관계는 아주 낮은 정적상관을 나타내거나 유의하지 않은 것으로 나타났다. 부모화가 높은 경우 정서적 소진이나 냉소의 모습이 높게 나타나지만 높은 무능감과는 관련이 적은 것을 알 수 있다. 양육스트레스, 가정소진의 하위요인들과 완벽주의의 하위요인인 자기지향 완벽주의의 상관관계도 유의하지 않거나 아주 약한 정적상관으로 나타났다. 자기지향 완벽주의는 타인의 인정이나 부정적 평가에 대한 두려움은 크지 않다는 특성을 가지기도 하며, 완벽주의의 기능적인 부분으로 연구되기도 하므로 본 연구에서 주로 다루고자 하는 부적응적인 심리기능을 설명하는 양육스트레스, 가정소진 척도와는 낮은 상관을 가지거나 유의하지 않았던 것으로 보여진다. 가정소진의 하위요인과 완벽주의 하위요인인 타인지향 완벽주의, 정서표현억제의 하위요인인 감정조절은 낮은 상관을 가지거나 유의하지 않은 것으로 나타났다. 타인에게 엄격하고 높은 기준을 부여하는 성향이 높은 타인지

향 완벽주의가 양육스트레스와는 정적상관을 가지는 것에 비해 가정소진과는 상관관계가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 완벽주의 성향으로 인해 자녀에게 높은 기준을 부여하고 그에 따라 양육스트레스는 높아질 수 있지만 스트레스 대처방법 등에서 차이를 보여 가정소진과는 상관관계가 유의하지 않을 수 있다. 대인관계에서 공격성, 분노, 적대감과 같은 부정적인 정서는 표현되었을 때 사회적인 문제를 일으킬 수 있어서 일반적으로 표현하지 않는 억압자가 표현하는 민감자보다 더 적은 건강문제를 나타낸다(Bell, 1978)는 연구는 정서를 표현하는 것보다 억제하는 것이 더 적응적일 수도 있으며, 감정을 표현하는 것을 억제하는 감정조절과 가정소진의 상관관계가 유의하지 않을 수 있다는 맥락으로 이해할 수 있다.

둘째, 부모화, 양육스트레스, 가정소진, 완벽주의, 정서표현억제의 구조적 관계를 알아보기 위하여 구조방정식 모형 검증을 실시한 결과 부모화는 양육스트레스, 완벽주의, 정서표현억제에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 부모화 경험이 많을수록 양육스트레스와 완벽주의가 높아지고 정서표현을 억제하는 정도도 높아짐을 알 수 있다. 부모화가 양육스트레스에 직접적인 영향을 미친다는 본 연구의 결과는 부모화된 자녀들이 감당해야 할 책임감만큼이나 많은 스트레스와 긴장을 경험한다(Robinson, 2000)는 연구, 부모화 경험이 높을수록 일상적 스트레스가 높아진다고(김지성, 2008)는 선행연구와 유사한 결과를 보였다. 부모화 경험이 완벽주의에 영향을 미치는 관계에 대해서는 성장 과정에서 부모화 경험에 자주 노출된 자녀들이 과도한 복종이나 어른 같은 행동, 과한 성취의욕 등과 함께 완벽주의적 행동 성향을 나타낼 수 있다(Jurkovic, 1997)는 연구를 지지하는 결과이다. 청소년의 부모화 경험 특히 정서적 부모화와 불공평이 완벽주의에 영향을 준다고(최명선 외, 2008)는 선행연구도 같은 맥락으로 볼 수 있다. 부모화 경험이 정서표현억제에 영향을 미친다는 결과에 대해서는 부모화를 경험한 사람은 타인에 대한 강박적인 배려와 돌봄 행동으로 인해 자신의 욕구를 스스로 소외시킨다(Chase, 1999)는 연구, 심리적 부모화가 정서표현억제에 영향을 미친다(정지연, 2016)는 연구와 맥락을 같이 하였다. 양육스트레스가 가정소진에 미치는 영향도 유의하게 나

타났는데, 이는 어머니의 양육스트레스가 부모소진에 영향을 미친다는 연구(김종두, 오가영, 2018), 장애아 어머니의 양육스트레스가 소진에 영향을 미친다는 연구(우연정, 2014)와 유사한 결과를 보였다.

정서표현억제와 가정소진의 관계에서는 양육스트레스의 억제효과를 확인할 수 있었다. 정서표현억제가 가정소진에 미치는 영향을 양육스트레스가 축소시키는 것으로 해석할 수 있다. 정서표현억제가 가정소진에 미치는 영향에서 양육스트레스가 매개하면서 정서표현억제가 가정소진에 부적으로 영향을 주게 되었으며, 정서표현에 대한 억제가 높을수록 가정소진이 낮아질 수 있음을 의미한다. 이는 정서표현을 억제하는 경우 정서적으로 둔감해지게 되고 정서적인 측면에서의 탈진을 의미하는 소진에도 둔감한 결과를 불러올 수 있는 경우라고 예상된다. 정서표현억제가 높은 경우 자신의 정서 경험이나 표현에 대해 갈등하고 표현하기 두려워하며 표현해도 관찮을 상황에서조차 감정을 억제하여 심리적 부적응을 유발할 수 있다(최해연, 민경환, 2007). 하지만, 대인관계에서 공격성, 분노, 적대감과 같은 부정적인 정서는 표현되었을 때 사회적 문제를 일으킬 수 있어서 일반적으로 표현하지 않는 억압자가 표현하는 민감자보다 더 적은 건강문제를 나타낸다고 보고하는 연구(Bell, 1978)도 있다. 따라서, 본 연구에서의 억제효과는 정서표현의 양가감정은 존재하지만 부정적인 정서의 표현자체를 억제하는 경우 대인관계나 가정에서 문제를 일으킬 가능성이 줄어들 수 있고, 이로 인해 심리적 문제나 가정소진이 줄어들 수 있음을 시사한다고 생각해 볼 수 있다.

셋째, 부모화가 양육스트레스 또는 가정소진으로 가는 경로에서 완벽주의, 정서표현억제의 매개효과는 어떠한지 검증을 실시하였다. 그 결과 양육스트레스는 부모화와 가정소진을 완전매개 한다는 것을 확인하였다. 이는 부모화가 가정소진에 직접적인 영향을 주기보다는 매개변수인 양육스트레스를 통해 영향을 준다는 것을 의미한다. 부모화는 가족이 갈등상황에 있거나 스트레스 상황에 있을 때 더 많이 발현되는 것으로 나타났으며, 본 연구에서도 부모의 학력, 성장기 가정형편, 부모와 떨어져 지낸 경험, 출생순서에 따라 부모화에 차이가 있음을 확인하였다. 부모

화된 자녀들은 그들이 감당해야 할 책임감만큼 많은 스트레스와 긴장을 경험하였고, 이후 대인관계에서 주고 받음에 있어서도 불공평함을 보고한다(Jurkovic, Thirkield & Morrell, 2001). 성인이 되어 가정을 이루고 자녀가 태어나면서 새롭게 양육의 책임이 더해지고, 일상에서 해야 할 일이 증가함으로써 특히 자녀양육 초기에 양육스트레스가 증가할 수 있다고 예상할 수 있고, 양육스트레스가 높을수록 심리적으로 고갈되며 양육효능감이 결여되어 심리적인 소진에 이르게 된다(김종두 외, 2018)고 볼 수 있다.

부모화와 양육스트레스의 관계에서는 완벽주의와 정서표현억제의 매개효과도 유의함을 확인할 수 있었다. 부모화된 자녀들은 과도한 책임감으로 인해 자신의 욕구를 충족하기보다는 부모 또는 주변 사람들의 기대에 부응하려고 애쓴다. 나이에 맞지 않는 가사일이나 가족을 돌보는 책임을 떠맡거나 학업에 열중하고 사회적으로 인정받는 괜찮은 아이가 되기 위해 과도한 노력을 하면서 완벽하려는 성향이 나타날 수 있다. 특히, 사회적으로 인정받고자 하는 방향에서의 사회부과 완벽주의는 자신의 욕구를 드러내는 것에 대해 죄책감을 경험하고, 타인과의 관계에서 자신의 불안전함을 숨기거나 완벽함을 드러내고자 정서표현을 억제할 수 있다. 정서표현에 대한 행동과 신념에 대한 억제는 자녀 양육과정에서 발생하는 부정 정서를 억제하게 되어 정서에 둔감하거나 타인과 정서적인 교류가 어려워질 수 있다. 이러한 경우 주변의 도움을 받기도 어려워지는 등 스트레스 상황이 지속되고 양육스트레스가 가중될 수 있고, 효과적인 대처를 하지 못하고 가정생활에서 소진되는 결과로 나타날 수 있다는 것을 보여준다.

본 연구에서는 완벽주의에서 양육스트레스, 가정소진으로 가는 각각의 직접 경로가 유의하지 않게 나타났다. 이로 인해 완벽주의는 양육스트레스에 직접적인 영향을 주기 보다는 정서표현억제를 통해서 양육스트레스에 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

2. 연구의 의의

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 핵가족으로 축소된 최근의 가정에서는 부부가 온전히 감당해야 할 자녀양육과 가사일이 많아짐으로서 기본적으로 경험하는 스트레스가 크다. 자신이 성장기에 경험한 부모의 양육태도, 양육스타일은 세대간 전이가 될 수 있고, 부모화된 자녀의 경우 부정적 양육태도가 세대 간 전이될 수도 있다. 이에 본 연구는 상담현장에서 자주 만날 수 있는 부모화 경험이 있는 성인의 가정생활과 관련한 부적응적인 심리기제를 밝혔다.

둘째, 이렇게 밝혀진 심리적 기제는 상담장면에서 활용될 수 있다. 양육스트레스와 가정소진으로 인해 어려움을 호소하는 내담자의 경우, 과도한 책임감이나 타인으로부터 부과된 기준을 달성하기 위해 완벽을 추구하는 경향으로부터 벗어날 수 있도록 돕고 자신의 정서적 욕구를 알아차리고 표현하는 능력을 키울 수 있도록 한다면 효과적으로 개입이 가능할 것으로 보인다.

셋째, 양육스트레스와 가정소진의 경우 어머니를 대상으로 조사한 연구가 대부분이다. 본 연구에서는 양육에 있어 공동 책임을 지니고 있는 아버지를 포함하여 연구를 수행했다는 것에 의의가 있다.

3. 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 몇 가지 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 주로 울산에 거주하는 성인을 대상으로 표집하였으나 남녀 비율의 차이가 있어 모집단의 특성을 충분히 반영하기에 한계가 있다. 따라서 연구의 결과를 일반화하기에 다소 부족한 점이 있다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 설문을 사용하여 양적연구를 실시하였다. 정보를 수집하는 과정에서 자기보고 형태는 사회적으로 바람직한 방향으로 응답하거나 왜곡 또는 과장, 방어적으로 응답하였을 가능성을 고려하여야 한다. 따라서 후속연구에

서는 본인과 제3자에 의한 측정을 병행 실시하는 등 자기보고식 검사의 한계를 보완할 필요성이 있다.

셋째, 본 연구에서는 완벽주의에서 가정소진으로 가는 직접효과가 유의하지 않았다. 추가적인 연구를 통해 완벽주의와 가정소진의 관계를 매개하는 다양한 변인에 대해 밝혀낸다면 부모화 된 자녀가 성인이 되어 경험할 수 있는 양육스트레스, 가정소진 등의 부적응적인 문제를 가진 내담자들에게 좀 더 도움이 될 수 있는 개입을 할 수 있을 것으로 기대한다.

넷째, 본 연구에 사용한 가정소진 척도는 직무소진 척도를 가정생활에 맞도록 수정한 것으로서 타당도가 충분히 검증되지 않았다. 후속 연구에서는 가정소진의 개념을 잘 반영하는 타당화 된 척도를 개발하여 사용하는 것이 필요하다고 여겨진다.

참고문헌

- 강원희, 유순화, 윤경미(2010). 청소년의 부모화 경험과 심리적 부적응의 관계. *중등교육연구*, 58(3), 357-379.
- 고성혜(1994). 어머니가 지각한 양육 스트레스에 관한 연구. *한국청소년연구*, 18, 21-37.
- 구경호, 유순화(2012). 청소년의 부모화 경험과 자아분화의 관계. *상담학연구*, 13(6), 2763-2776.
- 김도경(2014). 학교상담자의 일-가정 갈등수준이 가정소진 및 직장소진에 미치는 영향. *고려대학교 석사학위논문*.
- 김미화(2016). 청소년의 부모화 경험과 대인관계문제 및 완벽주의와의 관계. *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 김영주(2013). 다차원적 완벽주의가 양육스트레스에 미치는 영향: 유아기 자녀를 둔 어머니를 중심으로. *연세대학교 석사학위논문*.
- 김영희, 최명선(2001). 의미분석법에 의한 아동 및 청소년의 부모 이미지 연구. *한국놀이치료학회지(놀이치료연구)*, 4(2), 3-14.
- 김용태(2000). *가족치료이론: 개념과 방법들*. 학지사.
- 김종두, 오가영(2018). 양육스트레스가 부모 소진에 미치는 영향-가정어린이집 원아 어머니를 대상으로. *인문사회* 21, 9(3), 911-922.
- 김지성(2008). 대학생이 지각하는 부모화 경험이 일상적 스트레스 및 스트레스 대처 방식에 미치는 영향. *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 김호선(2017). 성인학습자의 완벽주의와 심리적 소진의 관계에서 스트레스 대처 방식의 매개효과. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김현정, 손정락(2006). 대학생의 완벽주의와 자아존중감 및 우울, 주관적 안녕감 간의 관계. *한국심리학회*, 11(2), 345-361.

- 김희경(2004). 기혼 여성의 우울 증상과 도움 추구 태도에 관한 통합모형 검증. 전남대학교 박사학위논문.
- 문소희, 유순화, 윤경미(2014). 지각된 부모화 경험이 청소년의 안녕감에 미치는 영향 : 정서표현양가성의 매개효과. 청소년복지연구, 16(3), 105-128.
- 박경미(2014). 어머니 양육스트레스의 결정요인에 관한 연구. 한양대학교 석사학위논문
- 박경진(2012). 대학생의 완벽주의와 도움추구태도와의 관계에서 정서표현억제의 매개효과. 한양대학교 석사학위논문.
- 박소영, 안창일(2005). 기능적/역기능적 완벽주의와 정서의 매개변인. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2005(1), 410-411.
- 박현주, 이동귀, 신지은, 차영은, 서해나(2013). 완벽주의: 이론, 연구 및 치료. 학지사
- 선진(2013). 부모화 경험과 대인관계 문제의 관계 : 사회적 지지와 자아존중감을 매개변인으로. 전남대학교 석사학위논문.
- 신강현(2003). 일반직 종사자를 위한 직무 소진 척도 (MBI-GS)에 대한 타당화 연구. 한국심리학회지: 산업 및 조직, 16(3), 1-17.
- 양정화(2002). 남편의 협력과 어머니 효능감이 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. 수원대학교 석사학위논문.
- 우연정(2014). 장애아 어머니의 양육스트레스가 소진에 미치는 영향 - 부정적 기분조절 기대의 조절효과. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이경숙, 정경미, 박진아, 김혜진(2008). 한국판 부모 양육스트레스 검사-축약형 (Korean version of Parenting Stress Index-Short Form: K-PSI-SF)의 신뢰도 및 타당도 연구. 한국심리학회지: 여성, 13(3), 363-377.
- 이미화, 류진혜(2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능. 청소년학연구, 9(3), 293-316.

- 이여진(2009). 남녀대학생의 스트레스 및 대처방식과 자아존중감이 자살생각에 미치는 영향. 동아대학교 석사학위논문.
- 장미경, 김동민, 김인규, 유정미, 장춘미(2014). 상담 및 심리치료: 대인과정접근. 서울: 시그마프레스.
- 장은비(2015). 상담자의 직무소진과 가정소진. 한국심리학회지: 여성, 20(2), 115-138.
- 정옥경(2000). 완벽주의 성향이 불안과 대인관계 문제에 미치는 영향. 홍익대학교 석사학위논문.
- 정지연(2016). 심리적 부모화와 이성관계만족도의 관계 : 자기주장성과 정서표현 역제의 매개효과. 부산대학교 석사학위논문.
- 정태연, 최상진, 김효창(2002). 아동과 어른 그리고 청소년에 대한 사회적 표상: 성격적, 관계적 및 과업적 특성을 중심으로. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 8(2), 51-76.
- 조용성(2014). 초등교사의 완벽주의 성향, 삶의 만족, 심리적 소진의 관계 연구. 부산대학교 석사학위논문.
- 조은영(2004). 부모화된 자녀의 심리적 특성 및 가족 내 영향력 연구. 중앙대학교 박사학위논문.
- 조은영, 정태연(2005). 부모화된 자녀의 개인적 및 가족관계적 특성 : 자기보고 및 상담을 통한 질적 분석. 한국심리학회, 17(4), 833-853.
- 조혜정, 이윤주(2014). 대학생의 부모화 경험과 자아분화가 우울에 미치는 영향. 상담학연구, 15(6), 2345-2360.
- 최명선, 강지희(2008). 청소년의 아동기 부모화 경험이 완벽주의에 미치는 영향. 한국아동학회 학술발표논문집, 2008(6), 164-164.
- 최해연, 민경환(2005). 정서표현에 대한 부정적 신념의 구조와 기능. 한국심리학회지: 일반, 24(1), 239-257.

- 한기연(1993). 다차원적 완벽성 : 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위논문.
- 함광성(2015). 중학생의 부모화 경험과 사회불안의 관계: 완벽주의의 매개효과. 한양대학교 석사학위논문.
- 허금희(2006). 내부-외부 통제성 및 비합리적 신념이 특수교사의 소진 경향성에 미치는 영향. 계명대학교 석사학위논문.
- 홍석영(2016). 대학생의 부모화와 대인관계능력의 관계: 정서표현억제의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 홍세희(2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.
- 홍정희(2007). 성장기 부모화 경험이 양육행동에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 홍창희(2003). 정서경험과 정신건강과의 관계: 정서표현성의 매개모델 검증. 전남대학교 박사학위논문.
- 황연미(2009). 여대생과 기혼여성의 정서표현 억제 태도와 우울 및 전문적 도움 추구 태도의 차이. *한국심리학회지: 여성*, 14(1), 173-198.

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of clinical child psychology*, 21(4), 407-412.
- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index (PSI) manual (3rd ed.)* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Boszomenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible Loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. New York: Harper & row.
- Bowen, M. (1985). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness and depression (Vol. 3)*. New York: Basic Books.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist script for self-defeat. *Psychology today*, 34-52.
- Burt, A. (1992). *Generation boundary distortion: Implications for object relations development*. Unpublished doctoral dissertation, Georgia State University, Atlanta, GA.
- Byng-Hall, J. (2002). Relieving parentified children's burden in families with insecure attachment patterns. *Family Process*, 41, 375-388.
- Chase, N., Demming, M., & Wells, M. (1998). Parentification, parental alcoholism, and academic status among young adults. *The American Journal of Family Therapy*, 25, 105-114.
- Chase, N. D. (1999). Parentification: An overview of theory, research, and societal issues. *Burdened children: Theory, research, and treatment of parentification*, 3-33.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S.(2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavior sciences (3rd ed.)*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Crnic, K., & Greenberg, M. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development*, 61(Oct 90), 1628-1637.
- Davies, P. T. (2002). Commentary: Conceptual links between Byng-Hall's theory of parentification and the emotional security Hypothesis. *Family Process*, 41(3). 551-555.
- Farber, B., Jenné, W. C., & Kirk, S. A. (1963). Family organization and parent-child communication: Parents and siblings of a retarded child. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 1-78.

- Finch, J. F., & West, S. G. (1997). The investigation of personality structure: Statistical models. *Journal of Research in Personality, 31*(4), 439-485.
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. Oxford : Lyle Stuart.
- Emmons, R., Colby, P., & Geen, Russell. (1995). Emotional Conflict and Well-Being: Relation to Perceived Availability, Daily Utilization, and Observer Reports of Social Support. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(5), 947-959.
- Freudenberger, H. J. (1974). The staff burnout. *Journal of Social Issues, 30*, 19-27.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge University Press.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449-468.
- Glickauf-Hughes, C., & Mehlman, E. (1995). Narcissistic issues in therapists: Diagnostic and treatment considerations. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 32*(2), 213.
- Goglia, L. R., Jurkovic, G. J., Burt, A. M. & Burge-Callaway, K. G. (1992). Generational boundary distortions by Adult-Children of Alcoholics: Child-as-parent and child-as mate. *American Journal of Family Therapy, 20*, 291-299.
- Gold, Y. & Roth, R. A. (1993). *Teachers managing stress and preventing burnout; the professional health solution*, The Farmer Press.
- Gross, J., John, O., & Diener, Ed. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior, 15*, 27-33.

- Hetherington, E. M. (1999). Should we stay together for the sake of the children? In E. M. Hetherington, (Ed), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective* (pp. 93-116). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality & Social Psychology*, *60*, 456-470.
- Hooper, L. M., & Wallace, S. A. (2010). Evaluating the Parentification Questionnaire: Psychometric properties and psychopathology correlates. *Contemporary Family Therapy*, *32*(1), 52-68.
- Hooper, L. M. (2007). Expanding the discussion regarding parentification and its varied outcomes: Implications for mental health research and practice. *Journal of Mental Health Counseling*, *29*(4), 322-337.
- Joseph, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994). The preliminary development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences*, *16*, 869-875.
- Jurkovic, G. J. (1997). *Lost childhoods. The plight of the parentified child*. New York: Brunner-Routledge.
- Jurkovic, G. J., Jessee, E. H., & Goglia, L. R. (1991). Treatment of parental children and their families: Conceptual and technical issues. *American Journal of Family Therapy*, *19*(4), 302-314.
- Jurkovic, G. J., & Thirkield, A. (1999). *Filial Responsibility Scale-Adult (FRS-A)*. Gregory J. Jurkovic, Department of psychology, Georgia State University, University Plaza, Atlanta, GA, 30303.
- Jurkovic, G., Thirkield, J., & Morrell, A. (2001). Parentification of Adult Children of Divorce: A Multidimensional Analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, *30*(2), 245-257.

- Kennedy-Moore, E., Watson, J. C., & Johnson, S. (2000). *Expressing Emotion: Myths, Realities, and Therapeutic Strategies*. The Guilford Press.
- Langford, J., & Clance, P. (1993). The impostor phenomenon: Recent research findings regarding dynamics, personality and family patterns and their implications for treatment. *Psychotherapy, 30*(3), 495-501.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress process and depressive symptomatology. *Journal of Abnormal Psychology, 95*, 102-113.
- Lieberman, M. D., Eisenberger, N. I., Crockett, M. J., Tom, S. M., Pfeifer, J. H., & Way, B. M. (2007). Putting feeling into words: affect labeling disrupts amygdala activity in response to affective stimuli. *Association for Psychological Science, 18*, 421-428.
- MacKinnon, D., Krull, P., & Lockwood, J. (2000). Equivalence of the Mediation, Confounding and Suppression Effect. *Prevention Science, 1*(4), 173-181.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational and Behavior, 2*, 99-113.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *MBI: Maslach burnout inventory*. Sunnyvale (CA): CPP, Incorporated.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and individual difference, 37*, 1401-1415.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.
- Mongrain, M. & Vettese, L. C. (2003). Conflict over emotional expression: implications for interpersonal communication. *Personality & Social Psychology Bulletin, 29*(4), 545-555.
- Randles, D., Flett, G. L., Nash, K. A., McGregor, I. D., & Hewitt, P. L. (2010). Dimensions of perfectionism, behavioral inhibition, and rumination. *Personality and Individual Differences, 49*(2), 83-87.

- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Brackett, M. A. & Mayer, J. D. (2004). *Emotional Intelligence: Key Readings on the Mayer and Salovey Model*. New York: National Professional Resources.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., Maslach, C., & Jackson, S. E. (1996). *The Maslach Burnout Inventory-Test Manual (3rd edn)*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA.
- Seidman, S. A. & Zager, J. (1987). The teacher burnout scale. *Educational Quarterly*.
- Seidman, S. A. & Zager, J. (1987). The teacher burnout scale. *Educational Quarterly*.
- Sessions, M. W., & Jurkovic, G. J. (1986). The parentification questionnaire. Available from Gregory J. Jurkovic, Department of Psychology, Georgia State University, University Plaza, Atlanta, GA, 30303.
- Stein, J. A., Riedel, M., & ROTHERAM-BORUS, M. J. (1999). Parentification and its impact on adolescent children of parents with AIDS. *Family Process*, 38(2), 193-208.
- Tzelgov, J., Henik, A., & Steinberg, Robert J. (1991). Suppression Situations in Psychological Research: Definitions, Implications, and Applications. *Psychological Bulletin*, 109(3), 524-536.
- Weissman, A. N., & Beck, A. T. (1978). Development and validation of the Dysfunctional Attitude Scale: A preliminary investigation.
- Wells, M., & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *American Journal of Family Therapy*, 28(1), 19-27.

부 록

부록 1. 인구통계학적 배경 설문지

부록 2. 부모화 설문지

부록 3. 완벽주의 설문지

부록 4. 정서표현태도 설문지

부록 5. 양육스트레스 설문지

부록 6. 가정소진 설문지

설문지

안녕하십니까?

소중한 시간 내어주셔서 진심으로 감사드립니다.

저는 울산대학교 교육대학원에서 상담교육을 전공하는 학생으로 석사논문을 준비하고 있습니다. 본 연구는 자녀가 있는 성인을 대상으로 '부모화 경험, 양육스트레스, 가정소진 간의 관계'를 알아보기 위해 작성되었습니다. 이를 통해 부모화에 대한 이해를 높이고 심리상담 장면에서 자녀양육에 도움을 줄 수 있는 기초 자료로 사용하기 위함입니다.

응답해 주시는 모든 내용은 통계법에 따라 누구에게도 공개되지 않으며, 연구 목적 외에는 절대 사용되지 않음을 알려드립니다. 솔직하고 성의 있는 응답으로 유의미한 연구가 될 수 있기를 부탁드립니다. 귀하의 건강과 가정에 행복을 기원합니다. 진심으로 감사드립니다.

■ 비밀유지(통계법)

본 설문지의 응답내용은 통계법 제33조에 의거하여 비밀이 보장되며, 통계목적 외에는 절대 사용되지 않습니다. 만일, 타 목적 이용 시 연구자는 통계법 제39조에 따라 처벌됩니다.

본 설문지에서 수집되는 개인정보 항목은 다음과 같습니다.

수집항목: 성별/나이/학력/직업유무/자녀의 수와 연령대

수집목적: 설문 참여자 식별 및 데이터 관리

개인정보 보유기간: 연구 종료 후 1년

개인정보 수집동의 거부권리 및 제한: 만약 개인정보의 수집 및 이용을 원치 않는다면 거절할 수 있습니다.

■ 설문 작성 시 주의사항

1. 설문 응답에 소요되는 시간은 약 20분 내외입니다.
2. 각 문항을 읽고 평소 느낌이나 생각을 솔직하게 응답해 주십시오. (모든 문항은 맞고 틀리는 것이 없으며, 좋고 나쁜 것도 없습니다. 설문 문항을 정확히 읽고 난 후, 여러분의 생각과 가장 가까운 것을 하나만 골라 해당하는 칸에 표시해 주면 됩니다.)
3. 본 설문지의 모든 항목을 빠짐없이 응답해 주십시오. 한 문항이라도 빠진 설문지는 사용할 수가 없사오니, 응답해 주신 내용이 소중하게 사용될 수 있도록 성실한 답변을 부탁드립니다.

2018년 3월

울산대학교 교육대학원 상담교육전공

지도교수 : 최현주

연구자 : 배성아

부록 1. 인구통계학적 배경 설문지

다음의 항목은 귀하의 개인적인 사항에 대한 질문입니다. 해당하는 곳에 “V”표를 하여 주십시오. 해당란이 없는 경우에는 기타 란에 자세히 기입하여 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은? ①남 ②여
2. 귀하의 나이는? 만 -----세
3. 귀하의 최종학력은? 중졸 이하/고졸/전문대졸/대졸/대학원졸
4. 귀하는 직업 유무는? 직업이 있다/직업이 없다
5. 귀하의 직업 생활 만족도는?
6. 귀하의 결혼 생활 만족도는?
7. 현재 귀하의 가정형편은 어떻습니까? 매우 잘산다/잘 사는 편이다/보통이다/어려운 편이다/매우 어렵다
8. 귀하의 자녀의 수는? 1명/2명/3명/4명 이상
9. 귀하의 자녀의 연령대는?(해당란 모두에 표기) 취학전 유아/초등학생/중학생/고등학생

다음은 귀하의 성인 이전 성장기의 원가족에 대한 질문입니다. 해당하는 곳에 “V”표를 하여 주십시오.

10. 귀하를 포함한 형제의 수는? 1명/2명/3명/4명/5명 이상
11. 귀하는 형제 중 몇 번째 입니까? 첫째/가운데/막내/외동
12. 귀하의 부모님의 최종 학력은? 13-1 부(), 13-2 모() 중졸 이하/고졸/전문대졸/대졸/대학원졸
13. 귀하의 성장기 가정형편은? 매우 잘 살았다/잘 사는 편이었다/보통이었다/어려운 편이었다/매우 어려웠다
14. 귀하는 출생후부터 고등학교때까지 부모님 중 한 사람이라도 6개월 이상 떨어져 지낸 경험이 있습니까?(부모님의 별거, 이혼, 사망 등의 이유를 포함하여) 있다/없다
15. 있다면 기간은? ()년 ()개월
16. (성장기 부모 또는 형제의 질환, 장애 유무)귀하는 출생 후부터 고등학교 때까지 가족 중 한사람이라도 장애나 만성적인 질환을 가진 사람이 있었습니까?(신체장애, 정신질환, 만성신부전증 등 일상생활에 있어 도움이 필요한 장애나 질환을 말함) 있다/없다
17. 있다면 장애 또는 질환을 가진 사람은 누구인가요? 조부모/부모/형제자매

부록 2. 부모화 설문지

다음은 어린 시절(성인 이전) 가족과 함께 살아오면서 있을 수 있는 경험에 대한 문항입니다. 개인의 경험들은 다 독특하기 때문에 옳고 틀린 답이 없습니다. 자신의 어릴적 경험과 가장 가깝다고 생각되는 것에 V표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않았다	대체로 그렇지 않았다	보통이다	대체로 그랬다	매우 그랬다
1	나는 가족들을 위해 쇼핑(장을 보거나 옷을 사는 등)을 많이 했다.	1	2	3	4	5
2	때때로 어머니 아버지가 의지할 수 있는 사람은 나밖에 없다고 느껴질 때가 있었다.					
3	나는 형제들의 숙제를 많이 도와줬었다.					
4	부모님은 내게 잘 대해주셨지만, 나는 원하는 만큼 그분들에게 의지할 수 없었다.					
5	나의 가족들은 내가 나이에 비해 성숙하다고 말하곤 했다.					
6	나는 종종 가족 중 누군가를 신체적으로 돌보는 것에 대해 책임 지곤 하였다.(씻겨주기, 먹여주기, 옷 입히기 등)					
7	가족들은 나의 입장을 고려해 주지 않는 것 같았다.					
8	나는 가족을 위해 돈을 번 적이 있었다.					
9	나는 종종 나의 가족들 사이에서 중재자인 것처럼 느껴졌었다.					
10	나는 종종 나의 가족들로부터 실망감을 느꼈었다.					
11	나는 가족을 위해 보이지 않게 희생한 적이 많았다.					
12	가족들은 항상 그들의 문제에 나를 끌어들이는 듯 했다.					
13	나는 종종 가족들의 빨래를 했다.					
14	가족 중 누군가가 기분이 상했을 때, 나는 보통 거기에 말려들어 가지 않았다.					
15	나에게 문제가 있을 때 부모님은 많은 도움이 되어 주셨다.					
16	나는 가족들을 위해서 식사준비를 할 필요가 거의 없었다.					
17	부모님은 다투실 때 종종 내가 당신의 편이 되도록 하셨다.					
18	가족들이 나의 도움을 필요로 하지 않을 때조차, 나는 그들에게 책임감을 강하게 느꼈다.					
19	나는 형제(자매)들을 돌보라는 부탁을 받은 적은 거의 없다.					
20	부모님보다 오히려 내가 더 책임감이 있는 것 같은 때도 있었다.					

21	가족들은 나를 잘 이해해주는 것 같았다.					
22	부모님은 내가 형제들을 가르칠 것을 기대하셨다.(훈육)					
23	부모님은 종종 집안일을 돕고자 하는 나의 노력이 부족함을 비판하셨다.					
24	나는 종종 나의 가족들이 나 없이는 잘 어울리지 못한다고 느꼈었다.					
25	무슨 이유인지 모르지만, 나는 부모님을 신뢰하기가 힘들었다.					
26	나는 종종 부모님의 갈등 중간에 낀 것처럼 느껴졌다.					
27	나는 가족의 재정적인 문제를 다루는 것을 도왔었다.(예, 물건 구매의사 결정, 청구서 지불 등)					
28	나는 종종 가족에게 받기보다 주는 것을 더 많이 했었다.					
29	때때로 나는 집안에서의 책임 때문에 학업을 따라가는 것이 어려웠다.					
30	나는 가족 안에서 어린아이라기 보다는 어른인 것처럼 느껴지곤 했었다.					

부록 3. 완벽주의 설문지

다음 문항들은 개개인의 성격과 특징을 기술해 놓은 것입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고, 자신과 비슷하다고 생각되는 번호에 V표 해 주세요.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	그렇지 않지도 않다	보통이다	그런다	매우 그렇다	전적으로 그렇다
1	일단 일을 시작하고 나면, 다 끝마칠 때까지는 쉬지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
2	다른 사람이 일을 너무 쉽게 포기하는 것을 봐도 욕하지 않는다.							
3	나와 가까운 사람이 성공하느냐 안하느냐의 여부는 그리 중요한 일이 아니다.							
4	가족이나 지인이 최선이 아닌 선택을 해도 비난하지 않는다.							
5	다른 사람이 내게 기대하는 것에 맞추기가 어렵다.							
6	나의 목표는 모든 일에서 완벽해지는 것이다.							
7	다른 사람이 하는 모든 일은 최고 수준이어야 한다.							
8	일을 하면서 완벽을 추구하지는 않는다.							
9	주위 사람들은 내가 실수를 할 수도 있다고 생각한다.							
10	주위 사람들이 최선을 다하지 않는 것을 봐도 나는 별로 문제 삼지 않는다.							
11	내가 일을 잘 할수록 사람들은 내가 더 잘 할 것으로 기대한다.							
12	나는 완벽해지고자 하는 욕구가 거의 없다.							
13	내가 하는 일이 최고가 아니라면 사람들은 나를 형편없게 볼 것이다.							
14	나는 가능한 한 완벽하려고 애쓴다.							
15	모든 일을 완벽하게 하는 것이 나에게는 매우 중요한 일이다.							
16	나에게 있어 중요한 사람들에게 큰 기대를 한다.							
17	내가 하는 모든 일에서 최선을 다한다.							
18	나의 주변 사람들은 내가 모든 일들을 성공시키기를 기대한다.							
19	주위 사람들에 대해 높은 기준을 가지고 있지는 않다.							
20	나 자신이 완벽해지기를 바란다.							

21	내가 모든 일을 잘하지 않더라도 사람들은 나를 좋아할 것이다.							
22	더 나아지려고 노력하지 않는 사람들을 보면 나는 참을 수가 없다.							
23	내가 한 실수를 발견하게 되면 아주 속이 상한다.							
24	가족이나 지인들에게 많은 것을 기대하지는 않는다.							
25	일을 성공시킨다는 것은 다른 사람을 기쁘게 하기 위해서 더욱 열심히 일해야 한다는 뜻이다.							
26	내가 누군가에게 일을 부탁한 경우, 그 일이 완벽하게 되어 있기를 기대한다.							
27	나와 가까운 사람들이 실수하는 것을 참을 수가 없다.							
28	나는 목표를 완벽하게 세우려고 한다.							
29	내게 중요한 사람들은 결코 나를 실망시켜서는 안 된다.							
30	내가 어떤 일에서 성공하지 못하더라도 사람들은 나를 괜찮은 사람이라고 생각한다.							
31	나는 사람들이 내게 너무 많은 요구를 한다고 생각한다.							
32	나는 항상 나의 잠재력을 충분히 발휘하도록 일해야 한다.							
33	내가 실수했을 때, 사람들은 바로 나타내지는 않지만 매우 실망할 것이다.							
34	내가 하는 모든 일에서 최고일 필요는 없다.							
35	나의 가족은 내가 완벽하기를 기대한다.							
36	나 자신에게 매우 높은 목표를 세우지 않는다.							
37	부모님은 내가 모든 면에서 뛰어나기를 기대하지는 않는다.							
38	나는 평범한 사람을 존경한다.							
39	사람들은 나에게서 완벽함을 기대한다.							
40	나 자신에게 높은 기준을 부여한다.							
41	사람들은 내가 할 수 있는 것보다 많은 것을 기대한다.							
42	나는 학업이나 일에서나 항상 성공해야만 한다.							
43	가족이나 친한 지인이 최선을 다하지 않아도 내게는 그리 문제가 되지 않는다.							
44	내 주위 사람들은 내가 실수를 할 경우에도 여전히 나를 유능하다고 생각한다.							
45	나는 다른 사람들이 모든 일을 잘 할 것이라고 기대하지는 않는다.							

부록 4. 정서표현태도 설문지

다음은 일상생활에서 주변 사람들을 대할 때 나타나는 행동이나 생각에 대한 문항입니다. 각 문항을 읽고, 평소 귀하에게 해당되는 정도를 빠짐없이 표기(○)해주세요.

번호	문항	전혀 그렇 지 않다	대체 로 그렇 지 않다	보 통 이 다	대체 로 그렇 다	매우 그렇 다
1	나는 감정을 드러내는 것이 편안하지 않다.	1	2	3	4	5
2	나는 늘 감정을 완벽하게 통제해야 한다.					
3	자신의 약점을 드러내는 것은 부끄러운 일이다.					
4	감정은 항상 스스로 조절해야 한다.					
5	당황할 경우 나는 감정을 억누르는 편이다.					
6	내가 나쁜 감정을 표현하면 상대방에게 상처를 줄 것이다.					
7	도움을 요청하는 것은 약하다는 표시이다.					
8	당신이 누군가를 당혹스럽게 하면 상대방은 당신을 거절할 것이다.					
9	당혹스러운 경우 나는 대개 감정을 드러내는 편이다.					
10	내 감정을 표현하게 되면 공격받기 쉬울 것이다.					
11	누군가에게 충고나 도움을 구하는 것은 약함을 인정하는 것이다.					
12	정서적이라는 것은 나약함의 표시라고 생각한다.					
13	나는 내 문제로 인해 다른사람에게 부담이 주어서는 안된다고 생각한다.					
14	나는 사람들이 상대방의 감정을 이해하지 못한다고 생각한다.					
15	사람들이 나의 참모습을 알게 되면 나를 대수롭지 않게 여길 것이다.					
16	사람들이 나의 약점을 알게 되면 나를 거부할 것이다.					
17	당혹스러운 경우 나는 대개 느끼는 감정을 숨기려고 한다.					
18	나는 항상 감정을 숨겨야 한다.					
19	나는 사람들이 늘 자기의 감정을 조절해야 한다고 생각한다.					
20	나는 느끼는 감정을 거의 드러내지 않는다.					

부록 5. 양육스트레스 설문지

다음의 문항들에 답할 때, 가장 염려가 되는 한 명의 자녀만 생각해 주십시오. 문항을 읽고 부모님이 느끼는 정도와 가장 일치하는 번호에 (V)표 해 주십시오. 느낌을 정확히 표현해 주는 답이 없을 경우에는 가장 가까운 것에 (V)표 해 주시면 감사하겠습니다.

번호	문항	전혀 그렇 지 않다	대체 로그 렇지 않다	보 통 이 다	대체 로그 런 편 이 다	매 우 그 렇 다
1	나는 가끔 어떤 일을 잘 처리할 수 없다고 느낀다.	1	2	3	4	5
2	예전에 생각했던 것보다 아이의 요구를 들어주기 위해 내 생활의 많은 부분을 포기하고 있다고 느낀다.					
3	나는 부모로서의 책임감에 사로잡혀 있는 것 같다.					
4	이 아이가 생긴 이후로 나는 새롭고 특별한 일을 할 수 없었다.					
5	아이가 생긴 이후로 내가 하고 싶은 일을 거의 할 수 없다고 느낀다.					
6	최근에 내가 구입한 옷 때문에 기분이 째름하다.					
7	내 생활에는 나를 괴롭히는 일들이 꽤 있다.					
8	아이가 있다는 사실이 생각보다 배우자와의 관계에 많은 문제를 야기 시킨다.					
9	나는 혼자이고 친구도 없다는 느낌이 든다.					
10	모임에 갈 때, 나는 즐거울 것이라고 기대하지 않는다.					
11	예전만큼 사람들에게 대해 관심이 없다.					
12	예전만큼 일을 즐기지 않는다.					
13	우리 아이는 내가 기뻐할 만한 일을 거의 하지 않는다.					
14	대체로 우리 아이는 나를 좋아하지 않고 나에게 가까이 오려하지 않는다는 느낌이 든다.					
15	우리 아이는 내가 바라는 것만큼 나를 보고 잘 웃지 않는다.					
16	내가 우리 아이를 위해 무언가를 했을 때, 그런 노력이 크게 인정받지 못하는 것 같다.					
17	우리 아이는 놀 때 보통 소리 내어 웃거나 즐겁게 웃지 않는다.					
18	우리 아이는 또래 아이들에 비해 배우는 속도가 빠르지 않은 것 같다.					
19	우리 아이는 다른 아이들만큼 웃는 것 같지 않다.					

20	우리 아이는 내 기대만큼 어떤 일을 잘 해내지 못한다.					
21	우리 아이는 새로운 것에 익숙해지는데 오랜 시간이 걸리고 또한 매우 어렵다.					
22	내가 느끼기에 나는 괜찮은 부모이다.					
23	현재 내가 하고 있는 것보다 아이와 더 친밀한 관계를 유지하고 따뜻하게 대하려고 했는데 뜻대로 되지 않아 괴롭다.					
24	가끔씩 아이는 나를 괴롭힐 목적으로 어떤 일을 한다.					

부록 6. 가정소진 설문지

다음 항목에 관하여 귀하께서 평소 느끼는 빈도에 해당하는 곳에 V표 해 주십시오.

※ 아래 설문지 '가사일'이란 가정을 유지하기 위해 필요한 육체적, 정신적인 활동을 의미합니다. 예를 들면, 가족 돌보기(부모님, 자녀, 부부간), 살림살이 구입과 관리, 가사 노동(식사 준비와 설거지, 빨래, 청소 등), 재무관리(소득과 지출, 예금과 대출 등) 등

번호	문항	전혀 없음	1년 에 한번	한달 에 한번	한달 에 두세 번	한 주에 한번	한 주에 두세 번	매일
1	내가 맡은 가사 일을 하는 데 있어서 정서적으로 지쳐 있음을 느낀다.	1	2	3	4	5	6	7
2	가사 일을 마칠 시에 완전히 지쳐 있음을 느낀다.							
3	아침에 일어나서 가사 일을 생각만 하면 피곤함을 느낀다.							
4	하루 종일 가사 일 하는 것이 나를 긴장시킨다.							
5	내가 맡은 가사 일을 수행하는 데 있어서 완전히 지쳐 있다.							
6	현재 맡은 일을 시작한 이후로 가정에 대한 관심이 줄어들었다.							
7	내가 맡은 가사 일을 하는 데 있어서 소극적이다.							
8	나의 가정기여도에 대해서 더욱 냉소적으로 되었다.							
9	나의 가사 일의 중요성이 의심스럽다.							
10	나는 가정생활상에서 발생하는 문제들을 효과적으로 해결할 수 있다.							
11	내가 현재 소속된 가정에 효과적인 기여를 하고 있다고 느낀다.							
12	내가 생각할 때, 나는 가사 일을 잘한다.							
13	나는 가사 일에 무언가를 성취했을 때 기쁨을 느낀다.							
14	나는 현재의 가정에서 가치 있는 많은 일들을 이루어 왔다.							
15	가정에서 나는 일들을 효과적으로 처리하고 있다는 자신감을 가지고 있다.							

수고하셨습니다. 끝까지 성실하게 답변해 주셔서 진심으로 감사합니다.

ABSTRACT

The Relationship between Parentification, Parenting Stress and Family Burnout : The Mediating effects of Perfectionism and Suppression of Emotional Expression

The purpose of this study is to examine the relationship between parentification, parenting stress, family burnout, perfectionism, and suppression of emotional expression. This study sought to verify that perfectionism and suppression of emotional expression had a mediated effect in the relationship between the parentification experience of growing up, parenting stress, and family burnout.

For this study, a survey was conducted on adult males and females with children under the age of 20. 572 data collected were analyzed using the SPSS 21 and AMOS 21 programs.

The main results of this study are as follows:

First, a correlation was conducted to find the relationship between parentification and parenting stress, family burnout, perfectionism and suppression of emotional expression. As a result, the correlation between all potential variables turned out to be a significant positive correlation.

Second, a structural equation model analysis was performed to identify the structural relationship of parentification, parenting stress, family burnout, perfectionism and suppression of emotional expression. The results showed that parentification directly affects parenting stress, perfectionism, and suppression of emotional expression. In addition, the effect of parenting stress on family burnout was significant.

Third, in relation to parentification, parenting stress, and family burnout, the bootstrapping method was used to verify the mediated effects of perfectionism and suppression of emotional expression. The results showed that parenting stress had a full mediated effect on the relationship between parentification and family burnout. In addition, the relationship between parentification and parenting stress showed significant mediated effects of perfectionism and suppression of emotional expression.

This study found an inadequate psychological mechanism in relation to the family life of adults who have parentification experience. The experience of parentification can increase perfectionist tendencies, affect the suppression of emotional expression, thereby raising parenting stress and affecting the burnout of family life. This psychological mechanism can be used in psychological counseling, and we expect more effective intervention for those who complain of difficulties due to parenting stress and family burnout.

Key Words : Parentification, Parenting Stress, Family Burnout, Perfectionism, Suppression of Emotional Expression