

영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향:

배우자 및 사회적 지지의 조절효과

The Effects of Social Comparison of Mothers with Infants and Young Children on Social Media on Their Parenting Anxiety: The Moderating Effects of Spousal and Social Support

김선미(Sun Mi Kim)¹ <http://orcid.org/0000-0003-2674-7025> 김정민(Jung Min Kim)^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-6611-6212>

¹Department of Child Development and Education, Myongji University

<Abstract>

The purpose of this study was to examine the relative influence of mothers' social comparison on social media, spousal and social support on their parenting anxiety, and the moderating effects of spousal and social support on the relationship between mothers' parenting anxiety and social comparison on social media. For the study, 464 mothers with infants and children belonging to 11 child care and education institutions in Gyeonggi-do were asked to complete a questionnaire that consisted of a scale of experiences in types of social comparison on social media spousal support, social support, and parenting anxiety. The collected data were analyzed by frequency analysis, mean and standard deviation, One-way ANOVA, Pearson's correlation analysis, stepwise multiple regression analysis, simple regression analysis, and hierarchical multiple regression analysis, using the SPSS Statistics 21.0 program and PROCESS Macro program. The key results of this study were as follows: First, mothers' parenting anxiety was affected by upward contrast, followed by downward identification, spousal support and social support. Second, it turned out that spousal support had moderating effects on the influence of upward identification and downward contrast on parenting anxiety. Third, social support had moderating effects on the influence of downward contrast on parenting anxiety. The findings of this study will be useful as educational data for the prevention of and consultation for mothers' parenting anxiety.

▲주제어(Keywords): 양육불안(parenting anxiety), SNS상의 사회비교(social comparison on SNS), 배우자 지지(spousal support), 사회적 지지(social support)

I. 서론

현대 사회는 핵가족화와 맞벌이 부부의 증가로 가족 구조의 변화가 나타나고 있으며, 이에 따라 가정의 기능들이 가족 내에서 재분배되거나 사회적 영역으로 분담되고 있

다. 특히, 전통적인 가정에서 어머니의 역할인 자녀의 보호와 교육, 사회화 기능에 대해 공동 양육자로서의 아버지 역할이 강조되면서 아버지의 적극적인 양육참여에 대한 관심이 증가하였고, 가정의 기능으로만 여겨졌던 자녀를 키우는 일이 돌봄과 교육기관, 지역단체 등으로 이전되고

• 본 논문은 석사학위논문 중 일부를 수정한 것이며, 2019년도 한국가정관리학회 추계학술대회에서 포스터 발표한 바 있음.

* Corresponding Author: Jung-min Kim, Department of Child Development & Education, Myongji University, 34 Geobukgol-ro, Seodaemun-gu, Seoul, 03674, Korea. Tel: +82-2-300-0603, E-mail: jmkim122@mju.ac.kr

있다(연은모, 윤해옥, 최효식, 2016). 이와 같이 자녀양육에 대한 사회적인 관점은 급변하고 있는 반면, 실제 생활에서의 가족가치관은 여전히 어머니에게 자녀양육의 일차적 책임을 부여하고 있는 것으로 나타났다(서정미, 김수영, 2016; 이자명, 2015). 특히 어머니가 영유아 자녀를 돌보는 방식이 자녀의 사회적·정서적 발달을 비롯한 전인적 발달에 영향을 미치는 환경요인으로 간주되고 있으며(Rohner, Khaleque, Riaz, Khan, Sadeque, & Laukkala, 2005), 영유아의 생애에서 첫 5년은 어머니-자녀 관계 형성에 결정적인 시기로 부각되어 영유아 자녀를 둔 가정에서는 부모 중 어머니에게 주 양육자로서의 역할이 더욱 요구되고 있다(Abidin, 1990; Berlin, Ziv, AmayaJackson, & Greenberg, 2005). 실제로 2019년 사회조사 결과에 따르면, 응답자의 절반이(50.6%) 영유아 자녀를 둔 어머니의 경력단절의 요인으로 자녀양육을 지목하였고, 2017년 조사(45.9%)보다 더 높아진 것으로 나타났다(통계청, 2019). 또한, 2015년 가족 실태 조사에 따르면, 영유아 돌봄 기관 미이용자의 경우에는 어머니(81.4%)가 주 양육자로 나타났고, 영유아 돌봄 기관 이용자의 경우에도 어머니(72.7%)가 기관 이용 외에 주 양육자인 것으로 조사되어 영유아 자녀를 둔 어머니에게 자녀양육이 위임되어 있는 실정임을 알 수 있다(여성가족부, 2015).

이러한 사회문화적인 영향으로 인하여, 영유아 자녀를 둔 어머니는 효과적인 자녀양육을 위해 물질적 자원을 제공하는 것과 자녀의 발달을 관리하는 것에 높은 관심을 보이고 있다(이미영, 이현옥, 2015). 또한, 영유아 자녀 양육의 의미가 배변, 낮잠, 식사, 간식, 세면 등 생존과 건강에 관련된 일상적인 돌봄의 개념에서 서구 문화의 가치체계 유입과 사회적 인식의 전환에 따라 변화되고 있다. 최근에는 자녀의 대인관계, 인성, 자아존중감 향상 등 다양한 영역이 포함되었고, 이러한 어머니의 양육을 아키텍처, 스칸디나비아, 골드맘 등으로 표현한 신조어가 출현하기도 하였다. 게다가 한국 사회에서 자녀를 잘 키우는 기준인 자녀의 학업적 성취는 초등학교 입학 후에서 영유아시기로 적용시점이 앞당겨졌다(남정은, 2013). 이에 영유아 자녀를 둔 어머니들의 양육이 과도한 사교육 의존 현상으로 나타나고 있다(김경근, 최윤진, 2017; 육아정책연구소, 2016). 이처럼 영유아 자녀 양육이 다양한 요인을 포괄하는 개념으로 확장되면서, 영유아 자녀를 둔 어머니에게 기대하는 양육의 수준이 상승됨과 동시에 양육자 역할에 대한 혼란이 가중되어(박희진, 문혁준, 2013) 영유아 자녀를 둔 어머니가 체감하는 양육불안이 더욱 증가될 것으로 시사된다.

양육불안이란 부모가 양육이라는 특정한 상황에서 자녀

를 키우며 느끼는 역할에 대한 불안을 의미한다(위지희, 2014). 이러한 양육불안은 자녀의 발달단계마다 어머니에게 요구되는 양육자 역할의 차이로 인해 자녀의 연령에 따라 각각 다른 양상을 보인다. 선행연구들에 따르면, 학령기 자녀를 둔 어머니보다 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육불안이 더 높게 나타났고(岩田美香, 1997), 자녀의 발달연령 중 1~3세 영아기에 어머니가 느끼는 양육불안이 가장 높은 것으로 보고되고 있다(최순자, 심공창지, 이광형, 2006). 이는 다른 연령에 비해 영유아시기에 자녀가 어머니에게 의존하는 정도가 높고, 적극적인 환경 탐색 및 자기표현 시작 등의 급격한 성장이 이루어지기 때문이다(Renee & Barbara, 2012). 이처럼 어머니가 자녀양육 역할에 부담이 높을수록 자녀에 대한 간섭적인 양육행동이 높게 나타날 수 있고(Ginsburg, Grover, Cord, & Jalongo, 2006), 자녀를 방치하거나 학대하는 사회문제를 야기할 위험성이 높아지게 되며(이혜영, 2009), 자녀는 불안, 우울 등 부정적 정서를 경험하는 빈도와 사회 적응에서 어려움을 겪을 가능성이 높은 것으로 나타났다(신나나, 도현심, 최미경, 김민정, 2013). 이와 같이 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안은 어머니 자신뿐만 아니라 세대 간 전이를 통하여 자녀에게도 부정적 영향을 미침에도 불구하고, 기존의 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 관련된 연구들은 '불안'의 개념으로 혼재되어 사용됨으로써 어머니의 개인적인 분리불안이나 성격적 특성불안에 주로 한정하여 수행되어왔다. 또한, 어머니의 개인적인 불안에 영향을 미치는 내적 특성에 초점이 맞춰져 있어서 현재까지 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안을 규명하는 연구는 미비한 실정이다(최혜경, 2018). 따라서 영유아 자녀를 둔 어머니가 자녀를 양육하는 과정에서 느끼게 되는 특수한 불안인 양육불안과 이에 영향을 미치는 주요 변인에 대한 고찰이 우선적으로 필요하다.

어머니의 양육불안에 영향을 미치는 요인으로는 기존의 양육변인과 불안변인에 각각 영향을 미쳤던 요인들 중 부모의 성격 특성, 양육에 대한 태도 및 신념, 원가족과의 애착 등 부모 개인적 요인과 자녀의 출생순위, 기질, 연령 등의 자녀 요인 및 월 소득, 양육보조자, 근로형태 등 환경적 요인들이 있는 것으로 나타났다. 이에 더하여 양육불안만의 독특한 요인으로 부모가 자녀를 위한 교육정보 수집, 가정 내 학습지도, 교육기관 행사 참여, 문화생활 경험을 제공함으로써 자녀의 사회적 성취를 돕고, 이를 통해 자신의 존재 가치를 인정받으려는 한국의 부모-자녀 관계의 특성이 반영된 양육정보 요인이 영향을 미치는 것으로 나타났다(신수희, 2018; 위지희, 2014). 자녀 연령에 따른 어머니의 양육불안에 영향을 미치는 요인으로는 초등학교

자녀를 둔 어머니의 양육불안의 경우, 입학 전부터 가지고 있던 양육불안과 어머니의 취업이 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안은 사교육, 문화적 경험제공, 교육정보 수집에 대한 요인 등 양육 정보 요인들에 의하여 높게 나타나는 경향을 보였다(신수희, 2018). 이는 자녀양육을 위한 지식과 기술이 영유아 자녀를 둔 어머니의 자기개념 형성에 주요 요인으로 작용하고 있다는 점과 밀접한 관련이 있는 것으로 보인다(Lee, Chung, Park, & Burns, 2016). 또한, 한국의 부모들이 과거에 비해 영유아 자녀양육의 다양한 측면에 관심이 높아졌고, 사회적으로도 육아방송, 육아서적, 부모 교육 세미나, 인터넷 혹은 아동 상담사를 통한 부모 상담 등 여러 가지 매체를 통해 양육과 관련된 콘텐츠를 제공하는 흐름이 반영된 것으로 보인다.

이에 본 연구에서는 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 영향을 미치는 양육 정보 요인과 관련하여 어머니의 SNS 사용에 주목하였다. 선행연구들(권미영, 정운주, 2018; 김영은, 2013; 현은자, 조메리명희, 조정선, 김태영, 2013; 홍남희, 2012)에 따르면, 어머니들은 스마트폰을 통해 양육과 관련된 최신 전문 정보를 손쉽게 얻을 수 있으며, 자녀양육과 관련된 애플리케이션을 활용하여 효율적으로 육아 관련 스케줄을 관리하기도 한다. 그리고 SNS를 통해 아동 전문가와 상담을 하고, 또래 어머니와 자녀양육과 관련하여 정보와 의견을 나눈다. 또한, 영유아 자녀를 둔 어머니는 자녀양육으로 인해 활동성의 제약을 받기 때문에 고립감 해소를 위해 메신저와 SNS를 이용하고, 스마트폰을 이용하여 자녀양육관련 인터넷 카페에서 유대관계를 형성하는 등 SNS 활용의 긍정적인 측면이 나타났다.

한편, 최근에는 SNS가 삶의 만족과 심리적 안녕감을 낮추며, 우울, 불안, 외로움, 충동성 등을 높인다고 밝혀졌다(Anise, Wu, Cheung, Ku, & Hung, 2013; Hanprathet, Manwong, Khumsri, Yingyeun, & Phanasathit, 2015; Hawi & Samaha, 2017; Koc & Gulyagci, 2013; Tang & Koh, 2017). 또한, SNS를 사용할 때 나타나는 부정적인 증상은 물질중독에서 비롯되는 증상들과 유사하다는 연구결과들이 계속적으로 보고되면서 SNS의 역기능적 측면에 대한 관심이 증가하였다. 특히, SNS 환경에서는 편향된 정보로 삶의 긍정적인 면을 선별하여 자기제시를 하기 때문에 오프라인 상황에서보다 사회비교에 더 많이 관여하게 된다는 연구결과가 나타났다(Haferkamp & Kramer, 2011; Lee, 2014; Vogel, Rose, Roberts, & Eckles, 2014). 이에 비물질관련 장애와 구분되는 SNS 플랫폼의 특성이 반영된 자기제시 및 관계 형성이라는 관점에서 SNS를 통한 사회비교의 부정적 영향에 대한 관심이

대두되고 있다(Andreassen, 2015). SNS상의 사회비교란 SNS라는 가상환경을 접하며 타인과 자신을 비교하는 개인의 주관적인 평가 과정 및 특성을 의미한다. 이러한 SNS상의 사회비교에는 자신보다 나은 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신은 그들만큼 잘하지 못하다는 생각인 상향대조, 자신보다 나은 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신도 그들처럼 잘하고 있는지 비교하는 생각인 상향동일시, 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신은 그들보다 잘하고 있는지 확인하는 생각인 하향대조, 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신도 그들처럼 불행한 삶을 살아가 봐 걱정하는 생각인 하향동일시의 네 가지 유형이 있다.

선행연구들에 따르면, 초기 SNS상의 사회비교 연구들에서는 상향대조가 우울, 심리적 만족감 등의 SNS 이용자의 정신건강에 부정적인 영향을 미친다는 것을 일관되게 보고하고 있다(Cramer, Song, & Drent, 2016; Feinstein, Hershenberg, Bhatia, Latack, Meuwly, & Davila, 2013; Ruoyun, & Sonja, 2015). 최근에는 같은 방향의 사회비교라 하더라도 비교되는 대상과의 격차를 좁히는 과정에서 얼마만큼 개인이 통제할 수 있는지를 지각하는 정도에 따라 사회비교의 유형과 결과가 달라질 수 있음이 나타났고(Batenburg & Das, 2015), SNS 사용자들은 타인과의 상향대조 뿐만 아니라 상향동일시와 하향동일시 등의 동등비교 정보에도 자주 노출됨이 밝혀졌다(차경진, 이은목, 2015). 또한, 상향대조 경험만 항상 정서에 부정적인 영향을 미치는 것은 아니며, 하향대조 경험도 행복감을 낮추거나 부정적 정서를 증가시킨다는 연구 결과들이 보고되었다(Tesser, Miller, & Moore, 1988; Wood, Hiordano-Beech, Taylor, & Gaus, 1994). 이에 영유아 자녀를 둔 어머니들이 SNS상에서 네 가지 유형의 사회비교를 폭넓게 경험할 가능성이 있고, 이러한 사회비교가 영유아 자녀를 둔 어머니의 정신건강에 부정적인 영향을 미칠 것으로 예측해 볼 수 있다.

또한, 현재까지 SNS상의 사회비교에 대해 대상별로 살펴본 선행연구들에 따르면 초기 성인기 여성의 경우에 페이스북상에서 경험한 신체 이미지에 대한 사회비교가 부정적 정서를 증가시켰고, 자신에 관한 외모 만족도는 더욱 낮추는 것으로 조사되었다(Fardouly, Diedrichs, Vartanian & Halliwell, 2015). 고등학생의 경우에는 또래와 자신을 비교하면서 나타나는 사회비교가 우울 수준을 높이는 것으로 나타났다(Nesi & Prinstein, 2015). 이와 같이 SNS 활동은 자기해석의 관점에서 살펴볼 수 있는데, SNS는 사용자가 자신의 관심분야에 대한 정보를 살펴보면서 자신의 현재 처한 상황이나 능력 등을 평가하는 곳이며(송인

덕, 2016; Lee, 2014), SNS에 올려진 다양한 비교 정보들은 개인이 갖는 정체성과 삶의 만족도에 부정적인 영향을 끼치는 것으로 나타났다(임혜린, 2017). 따라서 영유아 자녀를 둔 어머니의 경우에는 SNS에서 주로 자녀양육과 관련된 정보를 접하면서 자신의 양육능력이나 양육모습, 양육환경 등을 타인과 사회비교할 것으로 예상되며, 이러한 사고과정은 양육자의 심리적 변인인 양육불안에 부정적인 영향을 미칠 것으로 유추해볼 수 있다.

이에 본 연구에서는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향력에 대해 탐색하고자 하였다.

더불어 본 연구에서는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교와 양육불안 간의 관계를 조절할 보호요인에도 주목하였다. SNS관련 선행연구들 중 SNS상의 사회비교의 역기능적 측면에 대한 연구들에서 SNS상의 사회비교가 사회적 지지 수준과 밀접한 연관이 있음을 보고하고 있다(최윤희, 김정규, 2018, 홍구표, 전해성, 2017). 이러한 사회적 지지는 개인이 속한 맥락에 따라 다양한 대상으로 나뉠 수 있는데, 여러 대상들 중 영유아 자녀를 둔 어머니에게 가장 유의하게 영향을 미치는 대인관계 변인은 배우자 지지이다(박주희, 2015). 과거 한국 사회가 대가족 문화에서는 양육에 대한 경험과 정보가 가족 안에서 충분히 공유되었으며, 다양한 가족 구성원은 양육의 부담을 가지고 있는 어머니에게 정서적·정보적 지지자가 될 수 있었다. 그러나 핵가족이 보편화되면서 함께 사는 배우자가 정서적 공유와 양육 분담에 가장 큰 도움을 줄 수 있는 위치에 있으며(최윤희, 문혁준, 2016), 배우자 지지는 어머니의 양육스트레스를 줄이거나 긍정적인 양육행동을 돕는 변인으로 밝혀졌다(김기원, 도현심, 김상원, 이선희, 2010; 김명원, 강민주, 2011; 문혁준, 2004; Belsky, Crnic, & Woodworth, 1995). 또한, 주 양육자의 역할을 부부공동으로 인식하는 경우에 양육부담이 낮아지고 부모역할에 대한 안정감이 높게 나타났으며(강수경, 정미라, 이방실, 김민정, 2014), 지각된 배우자 지지는 어머니의 주된 스트레스 원인인 직장과 가사의 다중 역할 상황에서 매우 강력히 작용하는 보호요인으로 보고되고 있다(정은영, 강민주, 2015).

한편, 영유아 자녀를 둔 어머니들은 배우자뿐만 아니라 친척이나 친구, 이웃 등 가까운 타인과의 활발한 상호작용을 통해서도 자녀양육에 대한 새로운 경험과 사회적 지지를 얻고 있다. 또한, 공식적 지원체계인 자녀교육기관, 지역사회단체, 직장 내 복지담당부서 등으로부터 자녀양육에 대한 사회적 지지를 받는 정도가 높아지고 있다(김민선, 2014; Amin, Ghani, & Arshad, 2017). 선행연구들을 살

펴보면, 발달장애아동의 부모를 대상으로 진행된 연구에서는 부모의 양육스트레스와 우울 및 방임의 관계에서 사회적 지지가 영향을 미치는 것으로 나타났고(김성수, 정현주, 2010; 이숙자, 임성옥, 2006), 취업모를 대상으로 한 연구에서도 어머니가 인식한 사회적 지지가 높을수록 양육스트레스로 인한 갈등 및 우울에 더욱 침착하고 유연하게 대처하는 것으로 나타났다(문재선, 이정운, 2019; 박영주, 신현정, 유호선, 천숙희, 윤소현, 2004; Paykel, Emms, Fletcher, & Rassaby, 1980). 이러한 비공식적 지지망과 공식적 지지망에 속하는 사람들로부터의 지지는 배우자의 지지와 마찬가지로 어머니의 역할을 수행하면서 발생하게 되는 긴장과 갈등을 해소시키고, 어머니가 위기적 변화에 적응하고 대처하도록 돕는다는 점에서 중요한 변인으로 제시되었다(Norbeck, 1981).

이에 본 연구에서는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향을 완화시킬 수 있는 잠재적 조절변인으로 배우자 지지 및 사회적 지지를 가정하고 이를 검증해보고자 하였다.

이상을 종합해 볼 때, 본 연구에서는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향을 살펴보고, 나아가 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 및 사회적 지지의 조절효과를 확인하고자 하였다. 이에 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교, 배우자 지지, 사회적 지지가 양육불안에 미치는 상대적 영향력은 어떠한가?

<연구문제 2> 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 및 사회적 지지의 조절 효과는 각각 어떠한가?

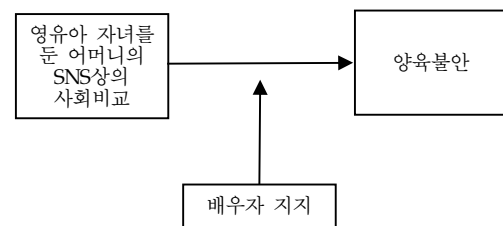


그림 1. 연구모형(1)

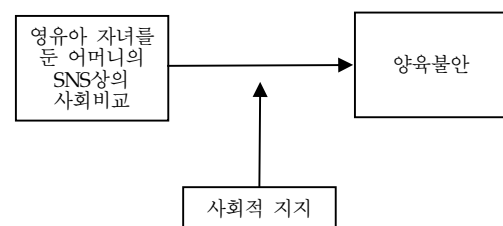


그림 2. 연구모형(2)

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 편의 표집 방법을 통해 경기도에 소재한 11개의 보육·교육기관의 영유아 자녀를 둔 어머니 700명을 대상으로 연구의 목적과 취지를 설명한 후 연구 참여에 동의한 경우에 질문지를 실시하였다. 회수된 524부의 질문지 중 응답이 누락된 질문지 및 어머니가 SNS를 사용하지 않는다고 응답한 질문지 60부를 제외한 총 464부의 자료를 최종 결과 분석에 사용하였다. 연구대상의 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 연구대상의 인구사회학적특성

(N = 464)

변 수	구 분	빈 도(%)
연령	20대	36 (7.7)
	30대	342 (73.8)
	40대 이상	86 (18.5)
학력	고졸 이하	146 (31.5)
	전문대졸	149 (32.1)
	4년제 대졸 이상	169 (36.4)
직업	전일제 근무	155 (33.4)
	시간제 근무	73 (15.7)
	자영업	44 (9.5)
	전업주부	192 (41.4)
가구의 월 소득	200만원 미만	56 (12.1)
	200만원 이상 - 300만원 미만	108 (23.3)
	300만원 이상 - 400만원 미만	132 (28.4)
	400만원 이상	168 (36.2)
자녀 수	1명	172 (37.1)
	2명	238 (51.3)
	3명 이상	54 (11.6)
SNS 하루 평균 사용시간	30분 미만	153 (33.0)
	30분 이상 - 1시간 미만	145 (31.2)
	1시간 이상 - 2시간 미만	91 (19.6)
	2시간 이상 - 3시간 미만	42 (9.1)
SNS 활동	3시간 이상	33 (7.1)
	재미/스트레스해소	31 (6.7)
	사람들과 교류	86 (18.5)
	양육정보 획득/공유	267 (57.5)
	의견표현/공유	21 (4.5)
	일상생활기록 습관적 사용	30 (6.5)
	29 (6.3)	

연구대상의 연령은 30대가 342명(73.8%)으로 가장 많

았고, 40대 이상이 86명(18.5%), 20대가 36명(7.7%) 순으로 나타났다. 최종학력의 경우 4년제 대졸 이상이 169명(36.4%)으로 가장 많았으며, 전문대졸이 149명(32.1%), 고졸 이하가 146명(31.5%) 순으로 나타났다. 직업은 전업주부가 192명(41.4%)로 가장 많았고, 전일제 근무가 155명(33.4%), 시간제 근무가 73명(15.7%), 자영업이 44명(9.5%) 순으로 나타났다. 가구의 월 소득은 400만원 이상이 168명(36.2%)으로 가장 많았고, 300만원 이상 400만원 미만이 132명(28.4%), 200만원 이상 300만원 미만 108명(23.3%), 200만원 미만 56명(12.1%) 순으로 나타났다. 자녀수는 2명인 경우가 238명(51.3%)으로 가장 많았으며, 1명인 경우가 172명(37.1%), 3명 이상인 경우가 54명(11.6%) 순으로 나타났다. SNS 하루 평균 사용시간은 30분 미만이 153명(33.0%)으로 가장 많았고, 30분 이상 1시간 미만이 145명(31.2%), 1시간 이상 2시간 미만 91명(19.6%), 2시간 이상 3시간 미만 42명(9.1%), 3시간 이상이 33명(7.1%) 순으로 나타났다. SNS 활동은 양육정보 획득/공유 267명(57.5%)로 가장 많았고, 사람들과 교류 86명(18.5%), 재미/스트레스해소 31명(6.7%), 일상생활기록 30명(6.5%), 습관적으로 29명(6.3%), 의견표현/공유 21명(4.5%) 순으로 나타났다.

2. 연구도구

1) 양육불안

양육불안을 측정하기 위해 위지희(2014)가 개발한 양육불안 척도를 사용하였다. 본 척도는 '예전에 생각했던 것보다 아이의 요구를 들어주기 위해 내 생활의 많은 부분을 포기하고 있다고 느낀다' 등의 자녀와의 애착에 대한 불안 5문항, '나는 가끔 어떤 일을 잘 처리할 수 없다고 느낀다' 등의 부모역할 효능감으로 인한 불안 6문항, '나는 혼자이고 친구도 없다는 느낌이 든다' 등의 사회적 지지에 대한 염려 4문항, '현재 내가 하고 있는 것보다 아이와 더 친밀한 관계를 유지하고 따뜻하게 대하려고 했는데 뜻대로 되지 않아 괴롭다' 등의 완벽주의로 인한 불안 6문항, '우리 아이는 다른 아이들보다 더 자주 보채는 것 같다.' 등의 자녀에 대한 염려 5문항을 포함하는 총 26문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(전혀 그렇지 않다: 1점 ~ 매우 그렇다: 5점)로 평정되며, 점수가 높을수록 부모가 양육불안을 높게 느끼고 있음을 의미한다. 본 연구에서의 전체 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .94였으며, 각 하위 요인별 신뢰도 Cronbach's α 값은 부모역할 효능감으로 인한 불안 .88, 자녀와의 애착에 대한 불안 .78, 자녀에 대한 염려 .77, 사회적 지지에 대한

염려 .77, 완벽주의로 인한 불안 .77로 나타났다.

2) SNS상의 사회비교

SNS상의 사회비교를 측정하기 위해 Batenburg와 Das (2015)의 측정도구(Social Comparison Strategies)를 이성준과 이효성(2016)이 번안 및 수정·보완한 SNS 사회비교 경험 유형 척도를 사용하였다. 본 척도는 'SNS에서 나보다 나은 삶을 사는 친구들을 보면서 나는 삶을 제대로 살지 못하고 있다는 생각을 한 적이 있다' 등의 상향대조 3문항, 'SNS에서 나보다 나은 삶을 사는 친구들을 보면 나의 삶도 그들처럼 나아질 것이라고 생각한다' 등의 상향동일시 3문항, 'SNS에서 나보다 어려운 삶을 사는 친구들을 보면 나는 괜찮은 삶을 살고 있다는 생각이 든다' 등의 하향대조 3문항, 'SNS에서 나보다 어려운 삶을 사는 친구들을 보면 나의 삶도 비슷해질까봐 염려스럽다' 등의 하향동일시 3문항을 포함하는 총 12문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 7점 척도(전혀 그렇지 않다: 1점 ~ 매우 그렇다: 7점)로 평정되며, 점수가 높을수록 각 차원이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 각 차원별 신뢰도 Cronbach's α 값은 상향대조 .84, 상향동일시 .94, 하향대조 .94, 하향동일시 .95로 나타났다.

3) 배우자 지지

배우자 지지를 측정하기 위해 신숙재(1997)에 의해 번안된 Abidin(1995)의 Parenting Alliance Inventory(PAI)의 하위척도 중에 협력(Teamwork)을 사용하였다. 본 척도는 자녀 양육과 관련하여 남편으로부터 제공받는다 고 인식하는 모든 형태의 긍정적 행위에 관한 것으로, '남편은 아이의 마음을 잘 알아주며 놀아 주기도 한다' 등의 총 13문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(전혀 그렇지 않다: 1점 ~ 정말 그렇다: 5점)로 평정되며, 점수가 높을수록 남편이 자녀양육에 참여하는 정도가 높고, 자녀를 평가하는 시각과 자녀의 문제를 다루는 방법이 부인과 잘 합의됨을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .95로 나타났다.

4) 사회적 지지

사회적 지지를 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발한 사회적 지지 척도에서 신숙재(1997)가 중복되는 문항을 통합하여 수정한 척도를 사용하였다. 본 척도는 남편을 제외한 친척, 지인, 전문가, 기관 및 단체 등 주위 사람을 통하여 받았다고 지각하는 모든 종류의 긍정적 자원에 관한 것으로, '내 주위에는 우리 아이에 관한 문제를 기꺼이 들

어주며 나의 어려움을 이해해주는 사람이 있다.' 등의 총 12문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 Likert식 5점 척도(전혀 그렇지 않다: 1점 ~ 정말 그렇다: 5점)로 평정되며, 점수가 높을수록 어머니가 주위 사람들로 부터 자녀양육에 대한 도움을 많이 받는다고 인식하고 있음을 의미한다. 본 연구에서 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .92로 나타났다.

3. 연구절차

본 조사에 앞서 2018년 11월 26일부터 11월 30일까지 경기도에 거주하는 영유아 자녀를 둔 어머니 10명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사의 과정을 거쳐 질문지 문항들의 이해 및 답변의 원활함을 확인하고 예비조사에서 사용한 질문지를 수정 없이 본 조사에 사용하였다. 본 조사는 2018년 12월 3일부터 2019년 1월 31일까지 경기도에 소재한 11개 보육·교육기관의 영유아 자녀를 둔 어머니 700명을 대상으로 연구의 목적과 취지를 설명한 후 연구 참여에 동의한 경우에 실시되었다. 질문지는 연구자의 설명 후 해당 학급 담임교사를 통해 영유아 자녀를 둔 어머니에게 배부 및 회수되었다. 전체 질문지에 대한 응답 시간은 약 15~20분 정도가 소요되었다. 회수된 524부의 질문지 중 응답이 누락된 질문지 및 어머니가 SNS를 사용하지 않는다고 응답한 질문지 60부를 제외한 464부를 본 연구의 최종 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

최종적으로 수집된 자료는 SPSS Statistics 21.0 프로그램을 사용하여 통계 처리되었다. 각 척도의 신뢰도 측정을 위해 Cronbach α 계수를 산출하였으며, 자료분석을 위해 평균, 표준편차, 빈도분석, 일원변량분석(One-Way ANOVA), Pearson의 상관관계분석, 단계적(Stepwise) 및 위계적(Hierarchical) 중다회귀분석을 실시하였다. 조건부효과 영향력을 살펴보기 위해 PROCESS Macro 프로그램을 이용하여 평균을 중심으로 $\pm 1SD$ 지점에서 영향력의 유의성 검증 및 Johnson-Neyman 방법에 의한 유의성 영역을 확인하였다. 표본은 10,000번 추출하여 분석하도록 지정하였으며, 95%의 신뢰구간을 적용하였다.

III. 연구결과

1. 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안, SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지 수준

영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안, SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지의 일반적 경향을 살펴본 결과, 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안 평균은 61.75 (SD = 17.47)로 나타났다. 다음으로 SNS상의 사회비교 유형 중 상향대조의 평균은 7.94(SD = 4.77), 상향동일시의 평균은 9.20(SD = 5.00), 하향대조의 평균은 10.16(SD = 5.13), 하향동일시의 평균은 6.45(SD = 3.86)으로 나타났다. 배우자 지지의 평균은 45.67(SD = 10.07), 사회적 지지의 평균은 42.42(SD = 11.07)이었다.

표 2. 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안, SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지의 일반적 경향

	N	M	SD
양육불안	464	61.75	17.47
SNS상의 사회비교	상향대조	464	7.94
	상향동일시	464	9.20
	하향대조	464	10.16
	하향동일시	464	6.45
배우자 지지	464	45.67	10.07
사회적 지지	464	42.42	11.07

2. 영유아 자녀를 둔 어머니의 인구사회학적특성에 따른 양육불안의 차이

본 연구대상의 인구사회학적특성에 따른 양육불안의 차이가 있는지 살펴보기 위해 일원분산분석을 실시하였다. 분석결과, 영유아 자녀를 둔 어머니의 연령, 학력, 직업, 가구의 월 소득, 자녀 수, SNS 하루 평균 사용 시간, SNS 활동에 따라 양육불안 수준에 유의한 차이가 나타나지 않았다.

표 3. 인구사회학적특성에 따른 양육불안의 차이

(N = 464)

	N	M	SD	F	Schèffe
연령	20대	36	62.89	19.26	a
	30대	342	62.07	18.05	.57 a
	40대 이상	86	59.99	14.11	a
학력	고졸 이하	146	61.91	16.00	a
	전문대졸	149	62.07	19.01	.08 a
	4년제 대졸 이상	169	61.33	17.36	a
직업	전일제 근무	155	60.34	16.23	a
	시간제 근무	73	63.14	21.31	.55 a
	자영업	44	62.08	18.47	a
가구의 월 소득	전업주부	192	62.28	16.68	a
	200만원 미만	56	62.34	16.49	a
	200만원 이상-300만원 미만	108	61.25	17.83	.12 a
	300만원 이상-400만원 미만	132	61.33	19.24	a
자녀 수	400만원 이상	168	62.21	16.19	a
	1명	172	61.88	18.57	a
	2명	238	61.28	16.72	.33 a
	3명 이상	54	63.41	17.33	a
SNS 하루 평균 사용 시간	30분미만	153	59.79	15.41	a
	30분 이상-1시간 미만	145	59.57	16.50	a
	1시간 이상-2시간 미만	91	64.51	19.81	3.28 a
	2시간 이상-3시간 미만	42	67.95	19.04	a
	3시간이상	33	64.94	19.34	a
	재미/스트레스해소	31	65.55	18.94	a
SNS 활동	사람들과 교류	86	64.10	16.73	a
	양육정보획득/공유	267	60.35	16.75	2.66 a
	의견표현/공유	21	57.00	14.23	a
	일상생활기록	30	69.66	14.87	a
습관적 사용	29	61.75	25.16	a	

3. 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안, SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지 간의 상관관계

영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안, SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지 간의 관계를 살펴본 결과, 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교의 유형인 상향대조($r = .49, p < .001$), 하향동일시($r = .47, p < .001$), 상향동일시($r = .25, p < .001$), 하향대조($r = .22, p < .001$)는 양육불안과 각각 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 영유아 자녀를 둔 어머니가 SNS상에서

대체로 자녀 양육과 관련된 정보들을 접하면서 사회비교를 경험하게 되고, 사회비교를 많이 할수록 양육불안 수준이 증가함을 확인할 수 있다. 반면, 배우자 지지($r = -.32, p < .001$)와 사회적 지지($r = -.28, p < .001$)는 부적상관을 보였다. 즉, 영유아 자녀를 둔 어머니가 남편의 양육참여 및 주변사람들의 양육과 관련된 도움을 높게 인식할수록 영유아 자녀를 양육하는 과정에서 느끼는 양육불안의 수준이 낮은 것으로 나타났다.

표 4. 주요 변인들의 상관관계

(N = 464)

	1	2	3	4	5	6	7
1	1						
2	.49***	1					
3	.25***	.38***	1				
4	.22***	.34***	.67***	1			
5	.47***	.43***	.40***	.47***	1		
6	-.32***	-.22***	-.05	-.03	-.23***	1	
7	-.28***	-.19***	-.05	-.00	-.21***	.50***	1

1. 양육불안, 2. 상황대조, 3. 상황동일시, 4. 하향대조, 5. 하향동일시, 6. 배우자 지지, 7. 사회적 지지
*** $p < .001$

4. 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지가 양육불안에 미치는 상대적 영향력

영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지가 양육불안에 미치는 상대적 영향력을 살펴보기 위해 단계적(Stepwise) 중다회귀분석을 실시하였다. 상관관계분석에서 양육불안과 유의한 관계를 나타낸 상황대조, 상황동일시, 하향대조, 하향동일시, 배우자 지지, 사회적 지지 변인들을 독립변인으로, 양육불안을 종속변인으로 투입하였다. 앞서 연구대상의 인구사회학적특성에 따라 종속변인인 양육불안의 차이가 유의하게 나타나지 않아 인구사회학적특성 변인들은 투입하지 않았다. 공선성 존재의 여부를 확인하기 위해 산출한 공차한계(Tolerance)는 .74-.80으로 .10 이상이고, 분산팽창요인(Variance Inflation Factor : VIF)은 1.25-1.35로 모두 10 이하이므로 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다. 또한 Durbin-Watson 검정 결과, D-W계수는 1.80으로 2에 근접하게 나타나 잔차항 간의 상관성이 없음을 확인하였다.

단계별 투입방식에 의한 다중회귀분석은 투입된 독립변인들 중 유의수준($p < .05$)에서 종속변인을 가장 잘 설명

해주는 변인을 순서대로 선정하는 분석 방법이다. 분석 결과, 투입한 독립변인 중 양육불안을 설명하는 변인은 SNS상의 사회비교의 하위변인인 상황대조($\beta = .32, p < .001$), SNS상의 사회비교의 하위변인인 하향동일시($\beta = .28, p < .001$), 배우자 지지($\beta = -.14, p < .01$), 사회적 지지($\beta = -.09, p < .05$) 순으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 양육불안에 대해 SNS상의 사회비교의 하위변인인 상황대조가 전체 변량의 24%를 설명하는 것으로 나타났으며 ($F = 146.85, p < .001$), SNS상의 사회비교의 하위변인인 하향동일시는 8%, 배우자 지지는 3%, 사회적 지지는 1%의 설명력이 증가하여 양육불안에 대한 전체 설명력이 총 36%로 나타났다($F = 65.21, p < .001$).

표 5. 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교, 배우자 지지 및 사회적 지지가 양육불안에 미치는 상대적 영향력

(N = 464)

종속 변인	독립변인	B	β	R ²	ΔR^2	F
양육 불안	상황대조	1.19	.32***	.24		146.85***
	하향동일시	1.26	.28***	.32	.08	110.57***
	배우자 지지	-.25	-.14**	.35	.03	84.83***
	사회적 지지	-.14	-.09*	.36	.01	65.21***

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

5. 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지 및 사회적 지지의 조절효과

영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지 및 사회적 지지의 조절효과를 검증하기 위해 위계적(Hierarchical) 중다회귀분석을 실시하였다. 연구대상의 인구사회학적특성에 따라 종속변인인 양육불안의 차이가 유의하게 나타나지 않아 인구사회학적특성 변인들은 투입하지 않았다. 먼저, 공선성 존재의 여부를 확인하기 위해 산출한 공차한계(Tolerance)는 .86-1.00으로 .10이상이고, 분산팽창요인(Variance Inflation Factor : VIF)은 1.00-1.17로 모두 10 이하이므로 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다. 또한 Durbin-Watson 검정 결과, D-W계수는 1.71-1.84으로 2에 가까우므로 자기회귀 현상의 가능성이 낮아 회귀모형에 적합한 것으로 나타났다. 이 같은 절차를 통해 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

1) 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과

영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교 4개 하위변인이 양육불안에 미치는 영향에 대해 배우자 지지의 조절효과가 각각 어떠한지 분석한 결과는 <표 6>과 같다.

4개 하위변인 중에서 상향동일시 및 하향대조에서는 배우자 지지의 조절효과가 나타났고, 상향대조 및 하향동일시에서는 배우자 지지의 조절효과가 나타나지 않았다. 구체적으로 살펴보면, 먼저 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향대조와 배우자 지지의 상호작용변인은 유의하지 않은 것 ($\beta = -.01, p = .819$)으로 나타나 배우자 지지는 상향대조와 양육불안 간의 관계를 조절하는 효과가 없음을 알 수 있다. 다음으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시와 배우자 지지의 상호작용변인은 양육불안에 유의한 부적 영향을 보였으며 ($\beta = -.11, p < .05$), 상호작용변인이 투입됨에 따라 설명력이 1% 유의하게 증가하여 총 17%의 설명력을 보였다($F = 31.80, p < .001$). 따라서 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시와 양육불안 간의 관계를 배우자 지지가 조절함을 알 수 있다. 다음으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조와 배우자 지지의 상호작용변인은 양육불안에 유의한 부적 영향을 보였으며 ($\beta = -.09, p < .05$), 상호작용변인이 투입됨에 따라 설명력이 1% 유의하게 증가하여 총 16%의 설명력을 보였다($F = 28.19, p < .001$). 따라서 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조와 양육불안 간의 관계를 배우자 지지가 조절함을 알 수 있다. 마지막

으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향동일시와 배우자 지지의 상호작용변인은 유의하지 않은 것($\beta = .00, p = .961$)으로 나타나 배우자 지지는 하향동일시와 양육불안 간의 관계를 조절하는 효과가 없음을 알 수 있다.

상호작용변인 중 유의한 영향력이 나타난 상향동일시 및 하향대조 변인에 대하여 배우자 지지 수준에 따라 양육불안에 미치는 영향이 어떠한지 분석하였다. 배우자 지지 수준이 평균보다 1표준편차 작은 구간, 평균 구간, 평균보다 1표준편차 큰 구간에서 조절효과가 유의한지 살펴본 결과는 <표 7>과 같다. 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과는 모든 구간에서 유의하게 나타났으며, 배우자 지지 수준이 낮을 때($t = 4.23, p < .001$) 보다 높은 경우($t = 2.56, p < .05$)에 상향동일시가 양육불안에 미치는 부정적 영향력은 더 낮아졌다. 다음으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과는 모든 구간에서 유의하게 나타났으며, 배우자 지지 수준이 낮을 때($t = 3.44, p < .001$) 보다 높은 경우($t = 2.38, p < .05$)에 하향대조가 양육불안에 미치는 부정적 영향력은 더 감소하였다. 이상의 결과는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교 중 상향동일시 및 하향대조로 인한 양육불안의 수준이 배우자 지지 수준에 따라 조절되었음을 입증한다.

표 6. 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과

(N = 464)

	양육불안					
	B	β	t	R ²	ΔR^2	F
상향대조(C1)	1.61	.44	10.62***			
배우자 지지(A)	-.40	-.23	-5.67***	.29	.00	62.89***
C1 * A	-.00	-.01	-.23			
상향동일시(C2)	.86	.25	5.77***			
배우자 지지(A)	-.55	-.32	-7.42***	.17	.01	31.80***
C2 * A	-.04	-.11	-2.48*			
하향대조(C3)	.74	.22	5.02***			
배우자 지지(A)	-.56	-.32	-7.47***	.16	.01	28.19***
C3 * A	-.03	-.09	-2.00*			
하향동일시(C4)	1.89	.42	9.98***			
배우자 지지(A)	-.40	-.23	-5.53***	.27	.00	56.53***
C4 * A	.00	.00	.05			

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

표 7. 배우자 지지 수준에 따른 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시 및 하향대조가 양육불안에 미치는 영향

(N = 464)

	B	SE	t	95% CI		
				LLCI	ULCI	
상향동일시	-1SD	1.22	.29	4.23***	.65	1.79
	M	.86	.16	5.22***	.54	1.18
	+1SD	.50	.20	2.56*	.12	.89
하향대조	-1SD	1.02	.30	3.44***	.44	1.60
	M	.74	.16	4.53***	.42	1.06
	+1SD	.46	.19	2.38*	.08	.83

주, 부트스트래핑 표본수 10,000번.

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

영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시 및 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과를 그래프로 도식화하여 살펴보면 <그림 3>, <그림 4>와 같다. 이를 통해, 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시가 높은 집단은 상향동일시가 낮은 집단에 비해 평균적으로 양육불안의 수준은 높으나, 배우자 지지의 증가가 양육불안을 더 완화시킴을 알 수 있다. 또한, 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 높은 집단은 하향대조가 낮은 집단에 비해 평균적으로 양육불안의 수준은 높으나, 배우자 지지의 증가가 양육불안을 더 완화시킴을 알 수 있다.

2) 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 조절효과

영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교 4개 하위변인이 양육불안에 미치는 영향에 대해 사회적 지지의

조절효과가 각각 어떠한지 분석한 결과는 <표 8>과 같다. 4개 하위변인 중에서 하향대조에서는 사회적 지지의 조절효과가 나타났고, 상향대조, 하향동일시 및 하향동일시에서는 사회적 지지의 조절효과가 나타나지 않았다. 구체적으로 살펴보면, 먼저 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향대조와 사회적 지지의 상호작용변인은 유의하지 않은 것($\beta = -.05, p = .217$)으로 나타나 사회적 지지는 상향대조와 양육불안 간의 관계를 조절하는 효과가 없음을 알 수 있다. 다음으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시와 사회적 지지의 상호작용변인은 유의하지 않은 것($\beta = -.07, p = .118$)으로 나타나 사회적 지지는 상향동일시와 양육불안 간의 관계를 조절하는 효과가 없음을 알 수 있다. 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조와 사회적 지지의 상호작용변인은 양육불안에 유의한 부적 영향을 보였으며($\beta = -.16, p < .001$), 상호작용변인이 투입됨에 따라 설명력이 3% 유의하게 증가하여 총 15%의 설명력을 보였다($F = 27.22, p < .001$). 따라서 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조와 양육불안 간의 관계를 사회적 지지가 조절함을 알 수 있다. 마지막으로 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향동일시와 사회적 지지의 상호작용변인은 유의하지 않은 것($\beta = -.05, p = .222$)으로 나타나 사회적 지지는 하향동일시와 양육불안 간의 관계를 조절하는 효과가 없음을 알 수 있다.

상호작용변인 중 유의한 영향력이 나타난 하향대조 변인에 대하여 사회적 지지 수준에 따라 양육불안에 미치는 영향이 어떠한지 분석하였다. 사회적 지지 수준이 평균보다 1표준편차 작은 구간, 평균 구간, 평균보다 1표준편차 큰 구간에서 조절효과가 유의한지 살펴본 결과는 <표 9>와 같다. 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불

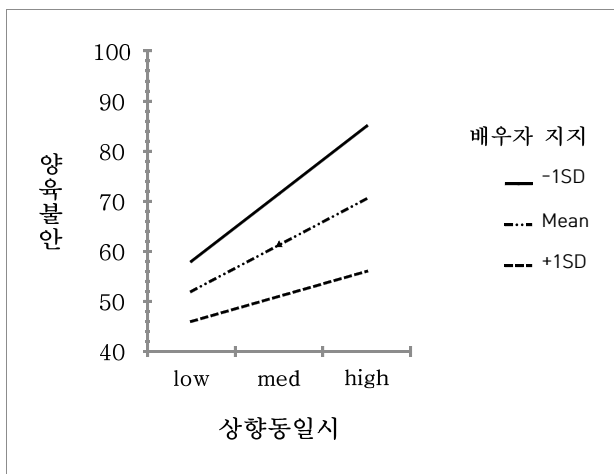


그림 3. 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향동일시가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과

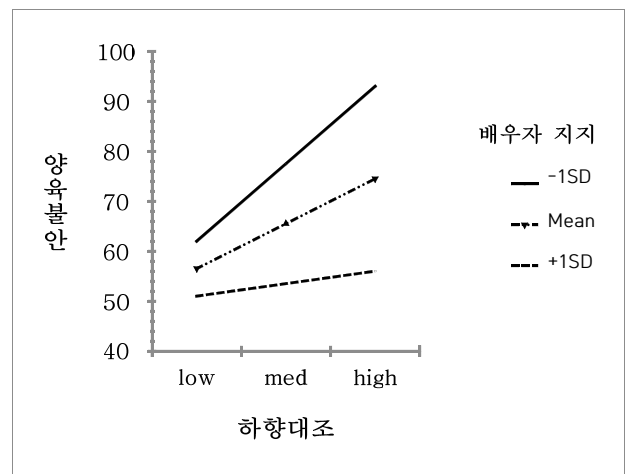


그림 4. 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 지지의 조절효과

표 8. 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 조절효과

(N = 464)

	양육불안					
	B	β	t	R ²	ΔR^2	F
상향대조(C1)	1.60	.44	10.20***			
사회적 지지(B)	-.32	-.20	-5.00***	.28	.00	59.96***
C1 * B	-.02	-.05	-1.24			
상향동일시(C2)	.82	.24	5.42***			
사회적 지지(B)	-.44	-.28	-6.37***	.14	.01	25.24***
C2 * B	-.02	-.07	-1.57			
하향대조(C3)	.74	.22	5.07***			
사회적 지지(B)	-.48	-.30	-7.00***	.15	.03	27.22***
C3 * B	-.05	-.16	-3.67***			
하향동일시(C4)	1.88	.42	9.72***			
사회적 지지(B)	-.31	-.20	-4.73***	.26	.00	53.32***
C4 * B	-.02	-.05	-1.22			

*** $p < .001$

안에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 조절효과는 사회적 지지 수준이 평균이하(-1SD, Mean)인 값들에서 95% 신뢰구간 사이에 0을 포함하고 있지 않기 때문에 통계적으로 유의한 것으로 나타났고, 회귀선의 기울기($t = 4.79, p < .001$)도 유의하였다. 반면, 사회적 지지의 수준이 높은 집단(+1SD)은 95% 신뢰구간 사이에 0을 포함하고 있기 때문에 유의하지 않은 것으로 나타났고, 회귀선의 기울기($t = 1.20, p = .2295$)도 유의하지 않았다. Johnson-Neyman 검정을 통해 조건부효과 유의성 영역을 살펴본 결과, 사회적 지지 수준이 51.22이하인 경우에서 조건부 효과가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 영유아 자녀를 둔 어머니가 사회적 지지를 인식하는 수준이 51.22까지 증가됨에 따라 그들의 SNS상의 하향대조가 양육불안에 미치는 부정적 영향력이 감소함을 의미한다. 이상의 결과는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교 중 하향대조로 인한 양육불안의 수준이 사회적 지지 수준에 따라 부분적으로 조절되었음을 입증한다.

표 9. 사회적 지지 수준에 따른 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향

(N = 464)

	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
-1SD	1.25	.26	4.79***	.74	1.77
하향대조 M	.74	.15	4.88***	.44	1.04
+1SD	.23	.19	1.20	-.15	.61

주, 부트스트래핑 표본수 10,000번.

*** $p < .001$

영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 조절효과를 그래프로 도식화하여 살펴보면 <그림 5>와 같다. 이를 통해, 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 높은 집단은 하향대조가 낮은 집단에 비해 평균적으로 양육불안의 수준은 높으나, 평균을 상회하는 범위 내에서 사회적 지지의 증가가 양육불안을 더 완화시킴을 알 수 있다.

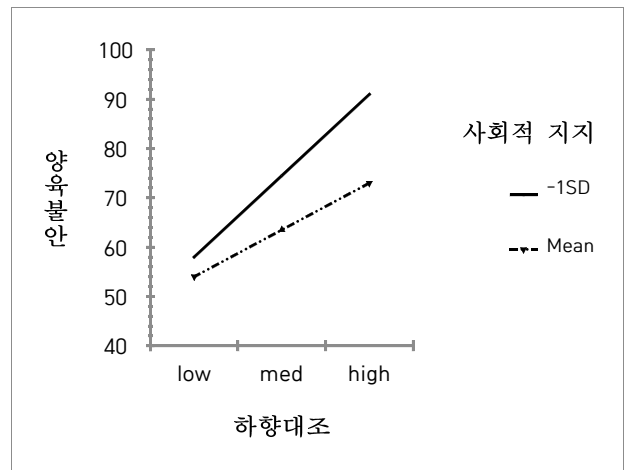


그림 5. 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대한 사회적 지지의 조절효과

IV. 논의 및 결론

본 연구는 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교, 배우자 및 사회적 지지가 양육불안에 미치는 상대적

영향력을 살펴보고, 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향에 대한 배우자 및 사회적 지지의 조절효과를 확인하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 토대로 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 가장 큰 영향을 미치는 변인은 상황대조로 나타났다. 이는 영유아 자녀를 둔 어머니가 SNS에서 자신보다 나은 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신은 그들만큼 잘하지 못한다는 생각이 양육불안을 가장 잘 예측함을 가리키는 것이다. 이러한 결과는 SNS를 통한 상황대조 경험이 정신 건강에 부정적인 영향을 미친다는 기존 연구들을 뒷받침한다(장은영, 한덕웅, 2004; 정소라, 현명호, 2017; Alicke, LoSchiavo, Zerbst, & Zhang, 1997; Gergen & Morse, 1970; Marsh & Parker, 1984; Wheeler, Martin, & Suls, 1997). 또한, SNS는 사용자가 자신의 관심분야에 대한 정보를 살펴보면서 자신의 현재 처한 상황이나 능력 등을 평가하는 곳이며(송인덕, 2016; Lee, 2014), SNS에 올려진 다양한 비교 정보들은 개인이 갖는 정체성과 삶의 만족도에 부정적인 영향을 끼치는 것으로 나타났다는 선행연구 결과들과 같은 맥락에서 이해할 수 있다(임혜린, 2017).

다음으로는 하향동일시가 양육불안에 대한 높은 설명력을 보였다. 이는 SNS 사용자가 타인과의 상황대조 뿐만 아니라 동등비교 정보에도 자주 노출되며(차경진, 이은목, 2015), 하향동일시가 걱정, 공포 등과 같은 부정적인 정서를 발생시킨다는 선행연구들과 맥을 같이 한다(Batenburg & Das, 2015; Smith, 2000). 즉, 영유아 자녀를 둔 어머니가 SNS에서 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신도 그들처럼 불행한 삶을 살까봐 걱정하는 생각이 직접적으로 양육불안을 증가시킨다는 것을 알 수 있다.

이를 통해 영유아 자녀를 둔 어머니가 보이는 양육불안은 어머니가 SNS에서 경험하는 사회비교 유형 중에 상황대조 또는 하향동일시 사고의 타당성을 점검하는 것과 왜곡된 신념에 대한 인지적 재구성에 중점을 둔 치료적 접근이 효과적임을 알 수 있다.

한편, 배우자 지지 및 사회적 지지는 양육불안을 예측하는 또 다른 변인으로 나타났으며, 배우자 지지 및 사회적 지지가 높을수록 양육불안은 감소하였다. 이러한 결과는 배우자 지지가 높을 때 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스가 낮아진다는 선행연구들과 유사한 맥락에서 볼 수 있으며(김기원 외, 2010; 박주희, 2015; 정은영, 강민주, 2015; 채가영, 백미례, 2014; 최윤희, 문혁준, 2016), 사회적 지지는 어머니의 양육에 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구들에 부합하는 결과로 이해할 수 있다(김성수,

정현주, 2010; 문재선, 이정운, 2019; 박영주 외, 2004; 이숙자, 임성욱, 2006; Norbeck, 1981; Paykel et al, 1980).

둘째, 배우자 지지는 SNS상의 사회비교의 하위변인인 상황동일시 및 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대해 조절효과를 갖는 것으로 나타났다. 이는 배우자 지지의 수준에 따라 상황동일시 및 하향대조가 양육불안에 미치는 영향력의 정도가 달라짐을 의미한다. 구체적으로 살펴보면, 영유아 자녀를 둔 어머니가 배우자 지지를 높게 지각할 경우에 상황동일시 및 하향대조가 양육불안에 미치는 영향력이 배우자 지지를 낮게 지각한 경우에 비해 상대적으로 더 작은 것으로 밝혀졌다. 즉, 영유아 자녀를 둔 어머니가 SNS에서 자신보다 나은 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신도 그들처럼 잘하고 있는지 비교하는 생각인인 상황동일시와 SNS에서 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신은 그들보다 잘하고 있는지 확인하는 생각인 하향대조를 경험하는 수준이 단독으로 양육불안을 결정하기보다 배우자 지지의 정도에 따라 양육불안을 경험함을 의미한다. 이러한 결과는 어머니의 산후 우울, 다중역할갈등, 양육스트레스 등의 보호요인으로서 배우자 지지를 주장한 선행연구들(김기원 외, 2010; 김윤미, 이지연, 박미란, 2013; 김태임, 1997; 문혁준, 2004; 양지운, 전인숙, 2018; 정은영, 강민주, 2015; 채가영, 백미례, 2014; 한진희, 김봉환, 2019; Belsky, 1988)의 타당성을 입증한 것이다. 이러한 결과를 통해, 배우자가 자녀양육에 적극적으로 참여하는 것과 자녀문제에 있어서 어머니와 합의를 이루려는 개인적인 노력이 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안을 완화시킴을 알 수 있다. 따라서 영유아 자녀를 둔 아버지를 대상으로 하는 공동 양육자로서의 역할과 태도가 강조된 부모상담, 부모교육 프로그램 및 인터넷 콘텐츠 등의 개발 및 실시가 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안 예방에 효과적일 것으로 시사된다.

한편, 본 연구의 결과에서 배우자 지지는 SNS에서 자신보다 나은 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신은 그들만큼 잘하지 못한다는 생각인 상황대조 및 SNS에서 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴며 자신도 그들처럼 불행한 삶을 살까봐 걱정하는 생각인 하향동일시가 양육불안에 미치는 영향을 조절하지 않는 것으로 나타났다. 기존의 선행연구들에서는 상황대조 경험이 SNS 이용자의 부정적인 정서에 영향을 미치는 명백한 요인으로 밝혀졌고, 이러한 상대적 박탈감을 느낄 만한 정보를 접했을 때는 이를 건강하게 처리할 수 있는 자기 개념 명확성, 자기 해석 양식, 인지적 유연성 등 개인 내적 변인의 수준이 높은 경우에 상황대조가 정신건강에 미치는 부정적인 영향을 조절하는 것으로 나타났다(임

혜린, 2017; 정소라, 현명호, 2017). 그리고 상향대조는 우울 및 열등감과도 관련이 높기 때문에 상향대조를 경험할 때 SNS 이용자는 외부자극에 대한 정보처리에 취약하여 다양한 지지망의 지원을 무시 또는 왜곡할 가능성이 높을 것으로 시사되며, SNS상의 정보가 편집된 일상이라는 것을 지각하지 못할 수 있다는 점에도 주목할 필요가 있다 (임혜린, 2017; 정소라, 현명호, 2017; Tandoc, Ferrucci, & Duffy, 2015). 또한, 하향동일시는 상향대조에 비해 지금까지의 연구는 미비한 실정이지만, 일부 선행연구들에서 하향동일시가 낮은 통제 인지, 공포 및 걱정과 같은 부정적 정서 유발과 같이 상향대조와 비슷한 특성을 가지고 있음을 밝힌 것도 고려되어야 하겠다(이성준, 이효성, 2016; Smith, 2000; Batenburg & Das, 2015). 이와 같은 맥락에서 영유아 자녀를 둔 어머니의 상향대조 및 하향동일시 유형의 특징과 추이에 대한 추가적인 탐색이 이루어져야함과 동시에 이를 완충하는 역할을 할 수 있는 제 3의 변인에 대해서도 모색해 볼 필요가 있겠다.

셋째, 사회적 지지는 SNS상의 사회비교의 하위변인인 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대해 조절효과를 갖는 것으로 나타났다. 이는 영유아 자녀를 둔 어머니가 SNS에서 자신보다 어려운 삶을 사는 타인이 제시한 정보를 살펴 피며 자신은 그들보다 잘하고 있는지 확인하는 생각인 하향대조의 수준이 단독으로 양육불안을 결정하기보다 자녀 양육에 대한 사회적 지지의 정도에 따라 양육불안을 경험함을 의미한다. 이러한 결과는 사회적 지지와 어머니의 양육스트레스, 양육효능감, 부모역할만족도 간의 일관된 관계를 보고한 기존 연구들(박희진, 문혁준, 2013; 송미혜, 송연숙, 김영주, 2007; 안명현, 김영애, 2019; 양진희, 2016; Paykel et al., 1980)의 주장과도 유사하며, 자녀를 키우는 어머니의 정신건강의 보호요인으로써 배우자 이외의 사회적 지지를 예측한 선행연구들(박애선, 2013; 유영선, 2012; 정지연, 2008)의 관점을 지지하는 결과라 할 수 있다. 따라서 하향대조가 양육불안에 미치는 영향력을 감소시킴으로써 영유아 자녀를 둔 어머니가 안정적인 양육을 수행하도록 지원하기 위해서는 사회적 관계망 내에서 자녀양육과 관련된 안정적이고 고정적인 지원을 받을 수 있는 지원체계를 구축하여 제공할 필요가 있음이 시사된다.

한편, 본 연구에서 배우자 지지는 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대해 모든 영역에서 조절효과를 갖는 것으로 나타났다. 반면, 사회적 지지는 영유아 자녀를 둔 어머니의 하향대조가 양육불안에 미치는 영향에 대해 평균을 상회하는 수준에서만 완충하는 것으로 나타났고, 상대적으로 사회적 지지가 높은 경우에는 하향대조가 양육불안에 미치는 영향력을 유의하

게 조절하지 못하는 것으로 나타났다. 이는 자녀를 양육하는 어머니들이 문제 중심의 지지 보다는 정서 중심의 지지를 선호하며(이지민, 2015), 배우자 지지는 어머니의 정서에 영향을 준다(문혁준, 2004; 정문경, 김병석, 2012)는 관점에서 살펴볼 수 있다. 즉, 사회적 지지는 배우자 이외의 주변 사람들이 제공하는 물질적, 정보적, 정서적, 평가적 요소들이 포함되어 있기 때문에 사회적 지지가 높아질수록 각각의 요소들에 의해 표현되는 사회적 지지의 양상이 배우자 지지의 특성과 다르게 나타날 것으로 예상된다. 따라서 추후연구에서는 사회적 지지의 하위변인 별로 측정하여 변화 추이를 탐색하는 것과 관련 변인들 간의 세부적인 관계를 파악하는 것이 필요하겠다.

또한, 배우자 지지는 상향동일시 및 하향대조에서 조절효과를 나타낸 반면, 사회적 지지는 하향대조에서만 조절효과를 나타냈다. 이러한 결과는 영유아기 자녀를 둔 어머니에게 주변 사람의 지지 보다 배우자 지지가 양육스트레스, 양육효능감 등 자녀양육과 관련된 변인에 더 큰 영향을 미친다고 밝힌 기존 연구들(김명원, 강민주, 2011; 정지연, 2008; 최윤희, 문혁준, 2016)과 배우자 지지는 기타 대인관계로 대체될 수 없는 독특한 자원이라고 주장한 선행 연구들(김경은, 2011; Belsky, 1984; Brown & Harris, 1978)을 뒷받침하는 것이다. 즉, 사회적 지지가 조절변인으로 영향력이 있지만 배우자 지지가 영유아 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 미치는 긍정적 자원으로서의 효과가 더 크다는 것을 알 수 있다.

끝으로, 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 대상은 편의표집으로 현재 영아기 또는 유아기의 자녀를 키우고 있는 어머니를 대상으로 선정하였지만, 표집된 대상의 거주 지역이 경기도에 편중되어 있다. 따라서 연구결과를 일반화 하는 데 신중을 가해야 할 필요가 있다. 둘째, 추후연구에서는 자녀의 연령별 발달 특성에 따른 부모 역할을 고려하여 영아를 둔 어머니와 유아를 둔 어머니와의 차이를 살펴보는 연구가 필요하다. 셋째, 현재 본 연구의 주제와 관련되어 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 한 국내외 선행연구가 부족한 실정이다. 추후 관련 연구가 축적되면 국내외의 사회문화적인 관점에서 영유아 자녀를 둔 어머니에 대한 비교 연구가 가능할 것이고, 좀 더 확장된 맥락에서 변인관계를 이해하는 데 도움이 될 것이다.

참고문헌

권미영, 정윤주(2018). 어머니의 스마트폰 의존, 양육효능

- 감, 양육행동과 유아의 스마트폰 의존간 관계. *한국놀이치료학회지*, 21(1), 153-169. <https://doi.org/10.17641/KAPT.21.1.8>
- 강수경, 정미라, 이방실, 김민정(2014). 한국과 프랑스 어머니의 양육참여, 양육효능감 및 양육불안에 대한 비교연구. *유아교육연구*, 34(6), 539-555. <https://doi.org/10.18023/kjece.2014.34.6.023>
- 김경근, 최윤진(2017). 교육열 현상으로서의 저출산: 중산층 기혼자의 자녀 수 결정 배경과 양육방식. *교육사회학연구*, 27(2), 1-34. <https://doi.org/10.32465/ksocio.2017.27.2.001>
- 김정은(2011). 어머니의 우울, 양육효능감, 놀이참여도와 유아의 사회정서능력 간의 관계. *인간발달연구*, 18(4), 1-17.
- 김기원, 도현심, 김상원, 이선희(2010). 어머니의 취업 여부, 취업 관련 특성, 배우자의 지지 및 양육스트레스 간의 관계. *아동학회지*, 31(5), 101-113.
- 김명원, 강민주(2011). 맞벌이 부부의 성역할태도와 사회적 지원이 양육스트레스에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 49(8), 25-35. <https://doi.org/10.6115/khea.2011.49.8.025>
- 김민선(2014). 고향력 기혼 여성들이 지각한 회사의 지지와 경력몰입의 관계. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 26(4), 1151-1176. <https://doi.org/10.21193/kjsspp.2014.28.3.001>
- 김성수, 정현주(2010). 발달장애아동 어머니의 경제적 스트레스와 우울이 방임에 미치는 영향 연구-사회적 지지의 조절효과 검증. *정서행동장애연구*, 26(3), 257-275.
- 김영은(2013). **영아기 자녀를 둔 모의 양육스트레스와 자기 통제력이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 자기 통제력의 매개효과 중심으로**. 서울여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김윤미, 이지연, 박미란(2013). 기혼 여교사의 배우자지지, 다중역할 현실성에 따른 양육스트레스와 교사 효능감. *상담학연구*, 14(1), 305-322. <https://doi.org/10.15703/kjc.14.1.201302.305>
- 김태임(1997). 이민 산모가 인지한 배우자지지 행위가 산후 우울에 미치는 영향. *한의학연구소 논문집*, 485-496.
- 남정은(2013). 젊은 세대의 양육과 관련된 가치관에 관한 연구. *어린이문학교육연구*, 14(2), 441-460.
- 문재선, 이정운(2019). 기혼직장여성들의 진로지속동기와 사회적 지지에 기초한 군집유형별 일-가정 균형감 및 삶의 만족도의 차이. *상담학연구*, 20(1), 121-141. <https://doi.org/10.15703/kjc.20.1.201902.121>
- 문혁준(2004). 취업모와 비취업모의 양육스트레스. *대한가정학회지*, 42(11), 109-122.
- 박애선(2013). 자폐성 장애아동 어머니의 양육스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 가족기능성과 사회적 지지의 매개효과 검증. *한국가족복지학*, 41, 143-165. <https://doi.org/10.16975/kjfs.2013.41.006>
- 박영주, 신현정, 유호선, 천숙희, 윤소현(2004). 산후우울 예측 요인. *대한간호학회지*, 34(5), 722-728.
- 박주희(2015). 미취학 자녀를 둔 취업모의 일-가정 역할갈등, 배우자지지 자원이 양육스트레스에 미치는 영향. *한국가족자원경영학회지*, 19(3), 41-62.
- 박지원(1985). **사회적 지지 척도 개발을 위한 일 연구**. 연세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 박희진, 문혁준(2013). 영아를 둔 어머니의 자녀에 대한 애착, 우울, 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. *인간발달연구*, 20(3), 81-98.
- 서정미, 김수영(2016). 육아휴직 후 퇴사한 여성의 퇴사과정과 유형에 관한 탐색적 연구: 여성의 일-가정 양립을 방해하는 배경을 중심으로. *한국사회복지연구회*, 47(4), 5-42. <https://doi.org/10.16999/kasws.2016.47.4.5>
- 송미혜, 송연숙, 김영주(2007). 유아기 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. *열린유아교육연구*, 12(5), 165-183.
- 송인덕(2016). 페이스북 이용이 삶의 만족도에 미치는 영향 - 주변 인물과 페이스북 친구와의 사회적 상하향 비교 효과 분석. *사이버커뮤니케이션학보*, 33(4), 209-254.
- 신나나, 도현심, 최미경, 김민정(2013). 어머니의 양육행동이 유아의 불안 및 우울에 미치는 영향: 유아의 자아탄력성의 매개적 역할. *아동과 권리*, 17(1), 109-135.
- 신수희(2018). **자녀의 초등학교 입학 전후 어머니의 양육 불안 연구**. 인하대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 신숙재(1997). **어머니의 양육 스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향**. 연세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 안명현, 김영애(2019). 어머니의 양육스트레스와 부모역할 만족도의 관계에서 사회적지지의 매개효과 연구. *한국산학기술학회논문지*, 20(1), 259-267.
- 양지운, 전인숙(2018). 배우자 지지가 초산모의 산후우울과 자기효능감에 미치는 융합적 효과. *한국융합학회 논문지*, 9(1), 171-180. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2018.9.1.171>
- 양진희(2016). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 사회적 지지와 양육스트레스 사이의 종단적 관계 분석. *유아교육연구*, 36(1), 385-402. <https://doi.org/10.18023/kjece.2016.36.1.017>
- 여성가족부(2015). **2015년 가족 실태 조사 분석 연구**. 서

- 울: 여성가족부.
- 연은모, 윤해옥, 최효식(2016). 영유아기 자녀를 둔 어머니가 지각한 사회적 지원이 양육태도에 미치는 영향에서 심리적 특성의 중단매개효과. *한국영유아보육학*, 0(98), 1-28.
- 위지희(2014). **양육불안 척도 개발 및 타당화 연구**. 성신여자대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 유영선(2012). **모의 우울이 학령전기 아동학대에 미치는 영향: 부부갈등, 사회적 지지의 매개효과를 중심으로**. 서울대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 육아정책연구소(2016). **영유아 사교육 실태와 개선 방안 II: 2세와 5세를 중심으로**. 서울: 육아정책연구소.
- 이미영, 이현옥(2015). 영유아기 자녀를 둔 어머니의 아동기에착경험과 성격 및 양육신념이 어머니 역할수행에 미치는 영향. *한국육아지원학회*, 10(1), 169-188. <https://doi.org/10.16978/ecec.2015.10.1.008>
- 이성준, 이효성(2016). SNS에서의 개인의 사회비교 경험 유형 및 사회비교 지향성과 삶의 만족도와와의 관계에 관한 고찰. *한국콘텐츠학회논문지*, 16(12), 574-590. <https://doi.org/10.5392/jkca.2016.16.12.574>
- 이숙자, 임성욱(2006). 발달장애아동 어머니의 우울에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *한국장애인재활협회*, 10(1), 100-118.
- 이자명(2015). 심리적 거리 조절에 따른 여성의 일-가족 다중역할갈등 상황에 대한 대안 생성 차이: 해석 수준 이론에 기반하여. *한국심리학회지 여성*, 20(4), 659-673. <https://doi.org/10.18205/kpa.2015.20.4.011>
- 이지민(2015). 배우자의 정서적 지지가 결혼만족도에 미치는 영향. *가족과 문화*, 27(4), 112-136. <https://doi.org/10.21478/family.27.4.201512.005>
- 이혜영(2009). 육아가정에 있어서의 양육자의 육아 불안과 학대가능성 요인에 관한 연구. *교정복지연구*, 2009(15), 121-137.
- 임혜련(2017). **수동적SNS 이용과 우울의 관계: 자기해석 양식을 통한 상향비교의 조절된 매개효과**. 아주대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 장은영, 한덕웅(2004). 사회비교의 목표, 대상 및 결과가 비교대상의 선택에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 18(2), 65-89.
- 정문경, 김병석(2012). 마인드풀니스가 지각된 배우자 지지에 미치는 자기효과와 상대방효과 검증. *상담학연구*, 13(6), 2589-2606. <https://doi.org/10.15703/kjc.13.6.201212.2589>
- 정소라, 현명호(2017). SNS 이용강도와 우울의 관계에서 인지적 유연성에 의해 조절된 상향비교의 매개효과 -인스타그램을 중심으로. *한국심리학회지:건강*, 22(4), 1035-1053. <https://doi.org/10.17315/kjhp.2017.22.4.011>
- 정은영, 강민주(2015). 맞벌이 가정 어머니의 양육지식과 직무만족도 및 배우자의 지지가 양육스트레스에 미치는 영향. *육아정책연구*, 9(1), 201-226.
- 정지연(2008). **취업모의 양육스트레스, 자기지각 및 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향**. 연세대학교 생활환경대학원 석사학위논문.
- 차경진, 이은목(2015). 사회비교이론 관점에서 살펴본 SNS 이용중단 의도. *한국전자저널학회지*, 20(3), 59-77. <https://doi.org/10.7838/jsebs.2015.20.3.059>
- 채가영, 백미레(2014). 취학 전 자녀를 둔 여성소방공무원의 직무만족도와 배우자 지지가 양육스트레스에 미치는 영향. *한국응급구조학회지*, 19(1), 87-98. <http://doi.org/10.14408/kjems.2015.19.1.087>
- 최순자, 심공창지, 이광형(2006). 육아불안 구조의 국제비교- 한국, 일본, 대만 어머니의 자녀양육 의식을 중심으로. *한국일본교육학회*, 11(1), 163-176.
- 최윤희, 김정규(2018). 고통자의 스마트기기 대화형 SNS 사용과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 사회적 지지의 매개효과. *한국임상심리학회지*, 37(2), 166-177. <https://doi.org/10.15842/kjcp.2018.37.2.004>
- 최윤희, 문혁준(2016). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 배우자지지, 사회적 지지가 양육행동에 미치는 영향. *유아교육학논집*, 20(6), 407-424.
- 최혜경(2018). 어머니 분리불안에 관한 국내 연구 동향 분석. *인문사회*21, 9(4), 519-532. <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.9.4.38>
- 통계청(2019). **2019년 사회조사 결과**. 대전: 통계청.
- 한진희, 김봉환(2019). 기혼여성상당자의 다중역할 갈등과 소진의 관계에서 수퍼바이저, 배우자 지지의 조절효과. *한국심리유형학회*, 20(1), 67-87.
- 현은자, 조메리명희, 조정선, 김태영(2013). 어머니의 스마트폰중독수준, 양육효능감, 양육스트레스 관계연구. *유아교육연구*, 33(3), 207-225. <https://doi.org/10.18023/kjece.2013.33.3.009>
- 홍구표, 전혜성(2017). 대학생의 SNS중독경향성과 대인관계문제 간의 관계: 사회적 지지의 조절효과를 중심으로. *보건사회연구*, 37(1), 34-67. <https://doi.org/10.15709/hswr.2017.37.1.34>
- 홍남희(2012). 초기 모성수행기 여성들의 스마트폰 이용. *미디어 젠더&문화*, 21, 135-164. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00320.x>
- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stress of parenting. *J. Clinical Child Psychology*, 19, 298-301.

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index* (3rd ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Alicke, M. D., LoSchiavo, F. M., Zerbst, J., & Zhang, S. (1997). The person who out performs me is a genius: Maintaining perceived competence in upward social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(4), 781-789. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.73.4.781>
- Amin, S., Ghani, R. A., & Arshad, R. (2017). The role of work family balance as mediator on the relationship between spousal support and subjective career success. *Advanced Science Letters*, 23(8), 7246-7249. <https://doi.org/10.1166/asl.2017.9342>
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: a comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Anise, M. S., Wu, A. M., Cheung, V. I., Ku, L., & Hung, E. P. (2013). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(3), 160-166. <https://doi.org/10.1556/jba.2.2013.006>
- Batenburg, A., & Das. E. (2015). Virtual support communities and psychological well-being: The role of optimistic and pessimistic social comparison strategies. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 20(6), 585-600. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12131>
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55, 83-96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Belsky, J. (1988). The effects of infant day care reconsidered. *Early childhood research quarterly*, 3(3), 235-272. [https://doi.org/10.1016/0885-2006\(88\)90003-8](https://doi.org/10.1016/0885-2006(88)90003-8)
- Belsky, J., Crnic K., & Woodworth, S. (1995). Personality and parenting: Exploring the mediating role of transient mood and daily hassles. *Personality*, 63, 905-929. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00320.x>
- Berlin, L. J., Ziv, Y., AmayaJackson, L., & Greenberg, M. T. (2005). *Enhancing early attachments: Theory, research, intervention, and policy*. New York: Guilford Press.
- Brown, G. W., & Harris, T. (1978). *Social origins of depression: A study of psychiatric disorder in women*. NY: Free Press.
- Cramer, E. M., Song, H., & Drent, A. M. (2016). Social comparison on Facebook: Motivation, affective consequences, self-esteem, and Facebook fatigue. *Computers in Human Behavior*. 64. 739-746. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.049>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparison on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(3), 161-170. <https://doi.org/10.1037/a0033111>
- Gergen, K. J., & Morse, S. (1970). Social comparison, self-consistency, and the concept of self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(1), 148-156. <https://doi.org/10.1037/h0029862>
- Ginsburg, G. S., Grover, R. L., Cord, J. J., & Ialongo, N. (2006). Observational task matter?. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 35(2), 323-328.
- Hanprathet, N., Manwong, M., Khumsri, J., Yingyeun, R., & Phanasathit, M. (2015). Facebook addiction and its relationship with mental health among Thai high school students. *Journal of Medical Association of Thailand*, 98(3), S81-S90.
- Haferkamp, N., & Kramer, N. C. (2011). Social comparison 2.0: Examining the effects of online profiles on social-networking sites. *Cyber psychology, Behavior, and Social Networking*, 14(5), 309-314. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0120>
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 576-586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: The role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyber psychology Behavior and Social Networking*, 16(4), 279-284. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0249>

- Lee, J., Chung, K., Park, H., & Burns, E. (2016). Erratum to: Dimensions of maternal self-concept at three stage of motherhood. *Journal of Child and Family Studies*, 25(9), 29-39. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0434-5>
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook". *Computers in Human Behavior*, 32, 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Marsh, H. W., & Parker, J. W. (1984). Determinants of student self-concept: Is it better to be a relatively large fish in a small pond even if you don't learn to swim as well? *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 213-231. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.1.213>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(8), 1427-1438. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>
- Norbeck, J. S. (1981). Social support: A model for clinical research and application. *Advances in Nursing Science*, 3(4), 43-60. <https://doi.org/10.1097/00012272-198107000-00006>
- Paykel, E. S., Emms, E. M., Fletcher, J., & Rassaby, E. S. (1980). Life events and social support in puerperal depression. *The British Journal of Psychiatry*, 136, 339-346.
- Renee, K., & Barbara, A. M. (2012). Parenting infants: Relative importance of parenting characteristics and related behaviors. *Journal of Early Childhood and Infant Psychology*, 8, 21-34.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., Riaz, M. N., Khan, U., Sadeque, S., Laukkala, H. (2005). Agreement between Children's and Mothers' Perceptions of Maternal Acceptance and Rejection: A Comparative Study in Finland and Pakistan. *The Society for Psychological Anthropology*, 33(3), 367-377. <https://doi.org/10.1525/eth.2005.33.3.367>
- Ruoyun, L., & Sonja, U. (2015). The emotional responses of browsing Facebook: Happiness, envy, and the role of tie strength. *Computers in Human Behavior*, 52, 29-38. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.064>
- Smith, R. H. (2000). *Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparisons*, In J. Suls & L. Wheelers(Eds.), *Handbook of Social Comparison*. New York, NY: Plenum, 173-200. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_10
- Tandoc, E. C., Ferrucci, P., & Duffy, M. (2015). Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebooking depressing?. *Computers in Human Behavior*, 43, 139-146. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.053>
- Tang, C. S. K., & Koh, Y. Y. W. (2017). Online social networking addiction among college students in Singapore: Comorbidity with behavioral addiction and affective disorder. *Asian Journal of Psychiatry*, 25, 175-178.
- Tesser, A., Miller, M., & Moore, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflection processes: The pain and pleasure of being close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 303-311.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206-222. <https://doi.org/10.1037/e512142015-699>
- Wheeler, L., Martin, R., & Suls, J. (1997). The proxy model of social comparison for self-assessment of ability. *Personality and Social Psychology Review*, 1, 54-61. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0101_4
- Wood, J. V., Hiordano-Beech, M., Taylor, K. L., & Gaus, V. (1994). Strategies of social comparison among people with low self-esteem & Self-protection and self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 713-731.
- 岩田美香(Iwata Mika) (1997). 育児不安研究の限界: 現代の育児構造と母親の位置. *教育福祉研究*, 3, 27-34.

Received: January 2, 2020

Revised: February 17, 2020

Accepted: March 4, 2020