

# 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등이 우울 및 양육 스트레스에 미치는 영향: 성별의 조절 효과

## The Effects of Work-Family Conflict on Depression and Parenting Stress Among Dual-Earner Couples with Preschool-Aged Children: The Moderating Role of Gender

양은선<sup>1</sup>(Eun Seon Yang) <https://orcid.org/0000-0001-5614-7640> 김연하<sup>2\*</sup>(Yeon Ha Kim) <https://orcid.org/0000-0001-5547-2900>

<sup>1</sup>Department of Child & Family Studies, Kyung Hee University, M.A.

<sup>2</sup>Department of Child & Family Studies, Kyung Hee University, Professor

---

### <Abstract>

The purpose of this study was to examine the associations between work-family conflict, parental depression, and parenting stress. The role of gender (husband or wife) as a moderator was also explored. A total of 328 parents (164 couples) among dual-earner Korean households were surveyed. The respondents had at least one preschool-aged child. The collected data were analyzed with descriptive statistics, paired t-tests, Pearson's correlations, and hierarchical regressions including control variables. The results of this study were as follows. First, there was a statistically significant difference in work-family conflict, depression, and parenting stress according to parental gender. Second, significantly positive correlations were found between work-family conflict, parental depression, and parenting stress. Third, work-family conflict showed positive links between depression and parenting stress. Furthermore, parental gender moderated the relationship between work-family conflict and depression. Mothers were more likely to be vulnerable to depressive symptoms compared to fathers when they confronted work-family conflict. However, parental gender did not moderate the relationship between work-family conflict and parenting stress. These results imply that parental gender should be considered as an important issue when we intervene in work-family conflict and depression of dual-earner couples.

---

▲주제어(Keywords): 일-가정 양립 갈등(work-family conflict), 우울(depression), 양육 스트레스(parenting stress)

### I. 서론

통계청(2019)의 일-가정 양립 지표에 의하면 맞벌이 가정은 매년 증가하고 있다. 그러나 자녀가 있는 유배우 가

구 중에서 맞벌이 가구가 차지하는 비중을 자녀 연령에 따라 구분하여 살펴보면, 취학 자녀를 둔 가구의 맞벌이 비중은 54.2% 이상이었으나 6세 이하 자녀가 있는 가구의 맞벌이 비중은 44.2%에 그쳤다(통계청, 2019). 자녀가 어

---

• 본 논문은 제1저자의 석사학위논문 중 일부를 수정 및 보완한 것임

\* Corresponding Author: Yeon Ha Kim, Department of Child & Family Studies, Kyung Hee University, 26 Kyungheedaero, Dongdaemun-gu, Seoul 02447, Rep. of Korea. Tel: +82-2-961-0584, E-mail: yeonhakim@khu.ac.kr

[Received] December 31, 2020; [Revised] May 4, 2021; [Accepted] July 29, 2021

릴수록 일과 가정을 양립하는 비율이 낮다는 것은, 어린 자녀를 둔 맞벌이 가구가 일과 가정에서의 생활을 함께 유지하기 어려운 현실을 가늠케 한다. 맞벌이 부모는 다중역할을 수행하며 직장과 가정의 각 영역에서 양립할 수 없는 요구들이 발생했을 때 심리적 갈등을 경험할 수 있는데, 이러한 역할 갈등의 한 형태를 일-가정 양립 갈등이라 한다(Greenhaus & Beutell, 1985).

일-가정 양립 갈등은 삶의 다양한 영역에서 그 관련성이 드러나고 있으며, 일과 가정을 양립하며 갈등을 경험하는 것은 특히 부모의 정신건강을 위협하는 요인으로 작용할 수 있다. 일-가정 양립 갈등이 유발하는 여러 부정적 정서 경험 중에서도 우울은 개인의 정신건강을 대표하는 지표로서, 단기간의 약한 우울감은 일반적인 수 있으나 일상 및 사회생활이 곤란할 정도로 지속된다면 정신장애의 일종인 우울 장애로도 이어질 수 있다. 일-가정 양립 갈등은 우울에 유의미한 정적 영향을 주었으며(김성국, 박수연, 이현실, 2017; 김희영, 유효인, 2019; 이소진, 김은석, 유성경, 2017) Cooklin 등(2016)에 의하면 일-가정 양립 갈등은 아버지 및 어머니의 우울과 모두 관련이 있었다.

또한 부모가 자녀를 양육하는 과정에서 경험하는 일상적인 스트레스이자 부모 역할에 대한 심리적 부담감인 양육 스트레스(김기현, 강희경, 1997)도 일-가정 양립 갈등과의 관련성이 보고되고 있다. 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 부모의 양육 스트레스는 높아졌는데(박주희, 2015) 직장 내 역할과 부모 역할 사이에서 갈등을 느낄수록 부모로서 느끼는 기쁨과 같은 만족감이 줄어들고 이는 양육 스트레스의 증가로 이어졌다(김안나, 권영숙, 2014). 이처럼 일-가정 양립 갈등은 우울 및 스트레스를 증가시키며 부모 개인의 삶의 질을 낮출 뿐만 아니라, 일-가정 양립 갈등의 부정적 영향은 자녀를 비롯한 부모 주변의 환경체계로도 전이될 수 있다.

한편 육아정책연구소(2020)에 의하면 아버지로서 남성의 역할은 가정의 생계를 책임지는 것이라는 데 남녀 3,000명 중 49.5%가 동의하였고 어머니로서 여성의 가장 중요한 역할은 가정 내 자녀 양육에 있다는 데 66.8%가 동의하였다고 한다. 반면 통계청(2020)의 조사에서 나타난 남녀 성 역할에 대한 인식을 살펴보면, 성 역할이 ‘남자는 일, 여자는 가정’으로 구분되는 것에 약 2만여 명의 대상자 중 72.8%가 반대한다고 응답하였다. 이렇듯 현대 사회는 아직 성별에 따른 역할 기대가 잔존해 있으면서도, 성 역할에 대한 인식 변화도 함께 나타나고 있는 시기임을 가늠케 한다. 고용노동부(2020)는 남성 육아휴직자

의 증가를 통해 가정 내 맞돌봄 문화가 확산하고 있음을 전망하였고, 성평등적 조직 문화 조성을 위한 정부의 제도적 기반 마련(연합뉴스, 2020)이나 국내 기업들의 사례(매일경제, 2019) 역시 현대 사회가 성 역할 고정관념을 벗어나고자 하는 사회적 움직임이 있음을 보여준다.

성 역할에 대한 인식은 변화하고 있고 과거와 달리 여성의 사회·경제활동 진출도 증가하였으나, 가정 내 역할 부담은 여전히 여성에게 집중되어 있었고 이에 일-가정 양립 갈등 연구는 직장내 가정 사이에서 이중부담을 겪고 있는 기혼 여성을 중심으로 이루어졌다. 그러나 양육과 가사 활동은 부부가 함께해야 하는 공동의 영역이라 여기는 사회·문화적 분위기가 형성되고, 가정 내 아버지 역할에 대한 기대가 높아지면서 남성들 또한 아버지상의 변화에 적응해야 하는 시대적 상황에 직면하였다(채화영, 이기영, 2013). 이러한 사회 경향을 반영하여, 일-가정 양립 갈등은 직장내 가정생활을 병행하는 부모 모두에게 주어진 과제로 확대하여 인식하는 양상이 나타나고 있다. 그리고 일-가정 양립과 성차에 관한 소수의 선행연구들은 일-가정 양립 갈등의 영향력이 성별에 따라 달라질 수 있음을 보고하고 있다(김소정, 2016; Cheung & Wong, 2013; Marchand et al., 2016).

지금까지의 선행연구들은 일-가정 양립 갈등과 특정 변인의 관련성에 있어서 성별 간 차이 비교에 중점을 두거나(김경화, 2013; 김필숙, 이윤석, 2015) 연구대상을 남성 집단과 여성 집단으로 구분하고 일-가정 양립 갈등과 제 변인의 영향력을 각각 살펴보는 경향이 있었다(김성희, 2015; Marchand et al., 2016). 부모의 우울이나 양육 스트레스처럼 가정생활과 자녀 양육에 직접적인 영향을 주는 일-가정 양립 갈등의 영향력을 성별이 어떻게 조절할 수 있는지를 제시한 국내 연구는 소수에 불과하다. 본 연구는 이러한 한계점에 주목하였고, 일-가정 양립 갈등의 문제에서 부모 성별이 부모의 우울과 양육 스트레스에 어떠한 역할을 하는지 확인하고자 한다. 부모의 성별이 조절 효과를 지닌다는 것이 확인된다면, 일-가정 양립 지원 정책 및 제도에서 부모의 정신건강을 제고하기 위해 성별을 어떻게 고려해야 하는지에 대한 정보를 제공할 수 있을 것이라 사료된다. 그리고 일-가정 양립 갈등이 유발하는 부정적인 정서가 완화될 수 있도록 성별의 특성을 고려한 방안을 모색해볼 수 있다는 점에서도 의미 있는 연구가 될 수 있다. 이에 본 연구는 일-가정 양립 갈등과 부모의 우울 및 양육 스트레스의 관계를 각각 살펴보고, 각 관계에서 부모 성별의 조절 효과가 나타나는지를 확인

함으로써 맞벌이 가정에서 나타나는 일-가정 양립 갈등과 부모의 우울 및 양육 스트레스, 성차에 관한 기초자료를 제공하는 데 연구의 목적과 의의를 두고자 한다. 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스에서 나타나는 전반적 경향과 성차는 어떠한가?
- 연구문제 2. 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스 간의 상관관계는 어떠한가?
- 연구문제 3. 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등과 우울, 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계에서 부모 성별의 조절 효과가 나타나는가?

## II. 선행연구 고찰

### 1. 일-가정 양립 갈등과 우울

일-가정 양립 갈등의 증가는 삶의 만족도와 행복감을 감소시키는 등 심리적 안녕감에 부정적인 작용을 하고(강가원, 장진이, 2016; 이한나, 한정원, 2018) 우울과도 유의미한 관련성이 확인되고 있다. 일-가정 양립 갈등은 우울 수준의 증가에 직접적인 영향을 주었고(김성국 등, 2017; 김희영, 유효인, 2019) 부모의 마음챙김 수준을 낮추거나 자아존중감을 낮아지게 만들어 우울이 증가할 수 있음을 밝힌 선행연구도 있었다(김보은, 조영일, 유지영, 최은실, 김혜영, 2016; 이소진 등, 2017). 또한 부모가 만성적인 일-가정 양립 갈등을 경험할수록 우울 수준은 더 높게 나타났고(Cooklin et al., 2016) 성정혜와 김춘경(2019)의 연구에서도 일-가정 양립 갈등과 우울은 시간이 흐를수록 증가하는 경향을 보였다.

이처럼 선행연구들은 일-가정 양립 갈등이 부모의 우울에 모두 부정적으로 작용할 수 있음을 보여주고 있으나, 일-가정 양립 갈등과 우울의 유의미한 관계가 확인된 국내 연구는 주로 여성을 대상으로 이루어졌다. 기혼 남녀 모두를 대상으로 한 연구로는 최유정, 최미라와 최섯별(2018)이 일-가정 양립 갈등과 우울의 유의미한 정적 관련성을 확인한 바 있으나, 연구대상의 87% 이상이 미취학 자녀가 없는 부모였다. 그리고 자녀 유무를 통제하고

무자녀 기혼자를 연구대상으로 포함하거나(김성국 등, 2017) 자녀 유무가 파악되지 않은 기혼자를 연구대상으로 하는 등(김보은 등, 2016) 자녀의 연령을 함께 고려한 연구는 드물었다. 영유아기·학령기·청소년기와 같이, 자녀가 특정 연령 시기에 해당한다는 것은 부모에게 이전과는 다른 역할 수행 능력이 요구된다는 점에서, 자녀의 연령은 부모의 일-가정 양립 갈등과 밀접한 관련이 있다(Erickson, Martinengo, & Hill, 2010). 특히 영유아기는 발달의 결정적 시기로서 영유아 자녀를 둔 맞벌이 부부를 대상으로 부모의 일-가정 양립 갈등과 우울 수준을 조사하고 그 관련성을 알아보는 것은 중요하다고 사료된다. 이에 본 연구는 취학 전의 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부를 대상으로 일-가정 양립 갈등과 우울의 영향 관계를 확인하고자 한다.

### 2. 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스

선행연구에 의하면 일-가정 양립 갈등은 부모-자녀 관계 및 자녀 양육을 비롯한 가정 영역에도 부정적인 영향을 초래한다. 부모의 일-가정 양립 갈등은 양육 스트레스에 직접적인 영향을 주는 것으로 나타났으며 어머니의 일-가정 양립 갈등은 양육 스트레스의 증가를 매개로 하여 자녀의 문제행동으로 이어지기도 하였다(하문선, 2018). Bronfenbrenner(1986)의 생태학적(ecological) 체계이론에 의하면, 아동의 발달은 아동이 주로 시간을 보내는 환경뿐만 아니라 부모 직장과 같은 양육자의 생활 환경과도 관련되어 있다. 이러한 환경체계의 관점에서 살펴보면, 부모가 직장과 가정에서 어려움을 겪을수록 스트레스가 증가하여 양육의 질이 낮아지는 등의 방식으로 아동에게 간접적인 영향을 주었다고 볼 수 있다. 이처럼 일-가정 양립 갈등과 양육의 관련성은 자녀의 발달 수준과도 이어질 수 있다는 점에서 중요한 시사점을 제공한다.

영유아 자녀를 둔 맞벌이 부부의 일-가정 양립과 부모-자녀 관계의 관련성을 조사한 Vieira, Matias, Lopez와 Matos(2016)의 연구에 의하면, 일-가정 양립 갈등은 일-가정 양립 이점보다 부모-자녀 관계에 더 높은 영향력을 갖고 있었다. 영유아기는 일상생활 전반에서 부모의 직접적인 돌봄이 절대적으로 필요하고 양육자에 대한 의존도가 높은 시기로, 이는 일-가정 양립 이점이 갖는 긍정적인 효과보다 갈등이 유발하는 부정적인 효과가 어린 자녀를 둔 가정에 더 크게 작용할 수 있음을 시사한다. 또한 직장과 가정을 바쁘게 오가는 맞벌이 부모의 경우 자녀와 충분히

상호작용할 시간과 심리적 여유를 확보하기 어려울 수 있고, 이로 인해 일과 가정을 양립하며 갈등이 증가할수록 자녀와의 정서적 유대감이 낮아지고 양육의 질도 낮아지는 결과가 나타날 수 있다(Lau, 2009). 부모가 높은 수준의 일-가정 양립 갈등을 경험하는 것은 부정적이고 일관된 양육을 어렵게 만들면서 양육 스트레스의 증가로 이어질 수 있다는 것이다. 이에 본 연구는 취학 전의 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부를 대상으로 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 영향 관계를 함께 확인해보고자 한다.

### 3. 일-가정 양립 갈등과 성차

일-가정 양립 갈등과 성차는 합리성 모델(rational model)을 통해 설명될 수 있는데, 합리성 모델의 관점에 따르면 일-가정 양립 갈등은 직장과 가정의 각 영역에서 사용하는 시간의 총합과 관련되어 있으며, 각 영역에서 보내는 시간의 양이 갈등의 방향을 정하고 더 많은 시간을 쏟을수록 갈등도 증가한다고 설명한다(Gutek, Searle, & Klepa, 1991). OECD 주요 국가들의 근로시간과 비교했을 때 한국의 근로시간은 가장 길었고(통계청, 2019) 맞벌이 가구 아내의 가사노동시간은 남편의 3배 이상이었음을 고려했을 때(통계청, 2020) 일-가정 양립 갈등은 성별에 따른 차이가 나타날 수 있다.

또한 맞벌이 부부는 일과 가정을 양립하는 과정에서, 남성은 가족 부양의 일차적 책임자 그리고 여성은 가정 돌봄 및 자녀 양육의 일차적 책임자로 여기는 등의 역할 기대를 경험할 수 있다. 한 영역에서의 일이 다른 영역에 방해로 주는 것은 사회적으로 바람직하지 않다고 여기는 경험을 겪을 수도 있다. 김소정(2016)의 연구에서 일-가정 양립 갈등과 결혼만족도의 부적 관련성은 여성에게 더 크게 나타났는데, 이는 남성보다 여성의 일-가정 양립 갈등이 가정 영역에 더 많은 영향을 줄 수 있다는 사회적인 경향성이 반영된 결과로 이해되기도 하였다.

일-가정 양립 갈등과 성차에 관한 선행연구를 살펴보면, Marchand 등(2016)은 일-가정 양립 갈등의 두 하위요인 중 하나인 일-가정 갈등과 우울의 관계를 분석하였는데, 남녀를 각각의 집단으로 구분하여 집단 간 차이를 살펴보았다. 이때 남녀 모두 일-가정 갈등이 우울에 영향을 주었으며, 일-가정 갈등과 우울의 관련성은 남녀 간에 유의미한 차이가 있었고 그 관련성은 여성에게서 더 크게 나타났다. 그리고 Cheung과 Wong(2013)의 연구는 일-가정 양립 갈등을 구성하는 두 하위요인의 영향력을 각각

제시하였는데, 일-가정 갈등은 여성의 직무 몰입과 더 강한 부적 관련이 있었고 가정-일 갈등은 남성의 직무 몰입과 더 강한 부적 관련이 있음을 보고하였다.

그러나 남녀를 집단으로 구분하고 각각의 성별 집단에서 일-가정 양립 갈등과 결과 변인의 관계를 분석함으로써 성차를 고찰하는 방식은, 갈등이 증가하면 성별에 따라 결과 변인이 어떻게 달라지는지에 대한 통합적인 설명을 어렵게 한다. 일-가정 양립 갈등의 영향력이 성별에 따라 조절될 수 있음을 확인한 국내 연구는 소수에 그치고 있고, 특히 부모의 우울과 양육 스트레스처럼 가정생활과 밀접한 정신건강 요인과 일-가정 양립 갈등의 관계 및 성별의 조절 효과에 관한 연구도 부족한 실정이다. 이에 본 연구는 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스트레스의 관계에서 부모 성별의 조절 효과를 살펴보고자 한다.

## III. 연구방법

### 1. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구의 대상은 영유아기 자녀가 있는 맞벌이 가정의 부부 328명(164쌍)으로, 2020년 7월 23일부터 8월 29일까지 약 한 달에 걸쳐 설문 조사를 시행하였다. 국내 포털사이트 N사의 온라인 육아 커뮤니티 카페에서 연구 참여자를 모집하였고, 참여자들에게 연구목적 안내 후 모바일 설문지를 배포하였다. 모바일 설문지는 G사의 프로그램을 이용하여 제작하였다. 개인정보의 수집 및 이용에 동의한 참여자만이 연구에 참여하였으며, 응답을 완료한 참여자들에게는 소정의 답례품을 지급하였다. 총 428부의 설문지가 회수되었으며, 부부 중 한 명만 응답한 설문지를 제외하고 총 328부의 설문지가 분석 자료로 사용되었다.

연구대상의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다. 부부의 최종학력은 4년제 대학 졸업이 절반 이상의 비율을 차지하였다. 직종은 통계청의 7차 한국표준직업분류를 사용하여 구분하였고, 아버지와 어머니 모두 전문가 및 관련 종사자와 사무 종사자의 비율이 높은 것으로 나타났다. 아버지의 평균 연령은 37.12세였고 어머니의 평균 연령은 35.25세였다. 2자녀 이상 가구의 자녀 성별 및 월령은 가장 나이가 어린 자녀에 대한 응답을 기준으로 하였다. 이는, 자녀가 어릴수록 더 많은 돌봄과 보호가 필요하기 때문에 막내 자녀의 연령은 일-가정 갈등 수준의 변화와 관계가 있는 중요한 가족 요인이라는 선행연구 결과를 고려

표 1. 연구대상의 인구통계학적 특성

(N=164쌍)

변인	구분	빈도(%)	M(SD)
아버지	학력	고졸 이하	9(5.5)
		전문대 졸업	25(15.2)
		4년제 대학 졸업	105(64.0)
		대학원 이상	25(15.2)
	직업	관리자	25(15.2)
		전문가 및 관련 종사자	48(29.3)
		사무 종사자	52(31.7)
		서비스 및 판매 종사자	23(14.0)
		단순노무 종사자	3(1.8)
		기능원 및 관련 종사자	11(6.7)
연령	군인	2(1.2)	37.12(3.87)
일평균 근무시간			9.41(1.71)
일평균 가사활동시간	주중		2.11(1.78)
	주말		5.72(3.86)
어머니	학력	고졸 이하	5(3.0)
		전문대 졸업	35(21.3)
		4년제 대학 졸업	92(56.1)
		대학원 이상	32(19.5)
	직업	관리자	5(3.0)
		전문가 및 관련 종사자	56(34.1)
		사무 종사자	82(50.0)
		서비스 및 판매 종사자	20(12.2)
		단순노무 종사자	1(0.6)
	연령		
일평균 근무시간			7.66(1.61)
일평균 가사활동시간	주중		4.43(2.37)
	주말		9.84(3.74)
가구	자녀 수	1명	82(50.0)
		2명	76(46.3)
		3명	6(3.7)
	막내자녀 성별	남아	81(49.4)
		여아	83(50.6)
	막내자녀 월령		
월평균 소득			580.46(294.11)

하였다(Erickson et al., 2010). 1자녀 가구와 2자녀 가구가 대부분인 것으로 나타났으며, 막내 자녀 월령 평균은 만 38.8개월(만 3.23세)이었다.

## 2. 측정 도구

### 1) 일-가정 양립 갈등

부모의 일-가정 양립 갈등을 측정하기 위해서 Gutek 등 (1991)의 척도를 Cinamon과 Rich(2002)가 수정 및 개발하고, 유성경, 홍세희, 박지아와 김수정(2012)이 타당화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 14문항으로 구성되어 있고, 직장 일이 가정 내 역할 수행을 방해하여 갈등을 경험하는 일-가정 갈등과 가정 일이 직장 내 역할 수행을 방해하여 갈등을 경험하는 가정-일 갈등의 두 하위요인으로

구성되어 있다(Cinamon & Rich, 2002). 본 연구에서의 일-가정 양립 갈등은 일-가정 갈등과 가정-일 갈등을 모두 포함하는 개념으로서 14문항의 평균값을 분석에 사용하였다. 일-가정 갈등 문항의 예로는 ‘나는 심지어 집에 있을 때도 직장 일에 대해서 걱정한다’ 등이 있고, 가정-일 갈등 문항의 예로는 ‘집에서 해야 할 일들 때문에 나는 보통 지쳐서 직장에 도착한다’ 등이 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 동의하지 않음, 2=동의하지 않음, 3=보통, 4=동의함, 5=매우 동의함)로 측정되었고, 점수가 높을수록 일-가정 양립 갈등 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 나타난 일-가정 양립 갈등 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .90이었다.

## 2) 우울

부모의 우울을 측정하기 위하여 한국복지패널 연구진이 번안한 Kohout, Berkman, Evans와 Cornoni-Huntley(1993)의 축약형 CES-D 척도를 사용하였다. CES-D는 비진단적 방법으로 우울 증상의 수준을 측정하는 자기 보고형 도구이며, 본 연구에서 사용한 축약형 CES-D는 Radloff(1977)가 개발하고 Kohout 등(1993)이 응답자의 부담을 완화하고자 11문항으로 축약한 척도이다. 이 척도는 우울 감정(3문항), 긍정적 감정(2문항), 신체행동 둔화(4문항), 대인관계(2문항)의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다. 문항의 예로는 ‘상당히 우울했다’, ‘비교적 잘 지냈다’, ‘모든 일들이 힘들게 느껴졌다’ 등이 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도(1=극히 드물다, 2=가끔 있었다, 3=종종 있었다, 4=대부분 그랬다)로 측정되었고, 점수가 높을수록 부모의 우울 수준이 높음을 의미한다. 4가지 하위요인 중 긍정적 감정의 경우 역척점 처리하였다. 본 연구에서 나타난 우울 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91이었다.

## 3) 양육 스트레스

부모의 양육 스트레스는 한국아동패널 연구진이 김기현과 강희경(1997)의 양육 스트레스 척도에서 ‘부모역할에 대한 부담감 및 디스트레스’ 요인만을 발췌하여 수정한 검사 도구로 측정하였다. 이 척도는 총 11문항으로 구성되어 있으며, 문항의 예로는 ‘좋은 부모가 될 수 있을지 확신이 서지 않는다’, ‘요즘은 육아 정보가 너무 다양하여 어떤 것을 선택해야 할지 혼란스럽다’ 등이 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=별로 그렇지 않다, 3=보통이다, 4=대체로 그렇다, 5=매우 그렇다)로 측정되었고, 점수가 높을수록 부모의 양육 스트레스 수준이 높음을

의미한다. 본 연구에서 나타난 양육 스트레스 척도의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .87이었다.

## 3. 자료 분석

본 연구의 자료는 SPSS 22.0 통계 프로그램을 사용하여 분석하였고, 주요 변인인 일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스는 응답 문항의 평균값을 내어 분석에 사용하였다. 첫째, 연구대상의 인구통계학적 특성과 일반적인 경향을 알아보기 위해 기술통계 분석과 대응표본 t-검정을 하였다. 둘째, 측정 도구의 신뢰도 검정을 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하여 내적 일관성(internal consistency) 신뢰도를 분석하였다. 셋째, 측정 변인 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 적률상관관계 분석을 하였다. 넷째, 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스트레스의 각 영향 관계에서 부모 성별의 조절 효과가 나타나는지를 확인하기 위해 위계적 다중회귀분석을 하였다. 본 연구는 부부를 대상으로 하고 있기 때문에 자기상관성의 존재를 고려할 수 있는 Heteroskedasticity and Autocorrelation Consistent(HAC) 추정량을 적용하여 위계적 다중회귀분석을 진행하였다. HAC 추정량은 표준오차를 교정함으로써 보다 강건한 표준오차(robust standard error)를 제시해주어 유의성을 더 신뢰할 수 있게 하며 Newey와 West(1987)에 의해 고안되었다. 그리고 독립 변인인 일-가정 양립 갈등을 평균중심화(mean centering)하여 조절 효과 분석에 투입함으로써 다중공선성의 문제가 나타나지 않도록 하였다.

또한 위계적 다중회귀분석의 과정에서 결과 변인인 우울과 양육 스트레스에 영향을 줄 수 있는 인구통계학적 변인인 자녀 수(편은숙, 2004), 자녀 성별 및 월령(문혁준, 2004; 윤정순, 이미현, 이유미, 2017), 부모 학력 및 연령(성준모, 2013; 임종호, 2014)을 통제 변인으로 투입하였다. 이때 아동과 부모의 성별은 남성을 0, 여성을 1의 더미 변수로 처리하였고, 부모의 학력은 전문대 졸업 이하를 0, 4년제 대학 졸업 이상을 1로 더미 변수화하였다. 그리고 낮은 소득과 같은 경제적 어려움은 부모의 정서 및 행동에 영향을 줄 수 있기에(Conger & Donnellan, 2007) 가구 월평균 소득을 통제하였다. 그 외에도 근무 시간(박보현, 오연재, 2018)과 가사 활동 시간(김미예, 박동영, 2009; 호윤정, 오영아, 이명선, 2015)이 우울 및 양육 스트레스와 관련이 나타난다는 선행 연구의 결과들을 고려하여 하루 평균 근무 시간 · 주중 가사활동 시간 · 주말 가사활동 시간을 통제 변인으로 두었다. 연구모형은 <그림 1>

과 같다.

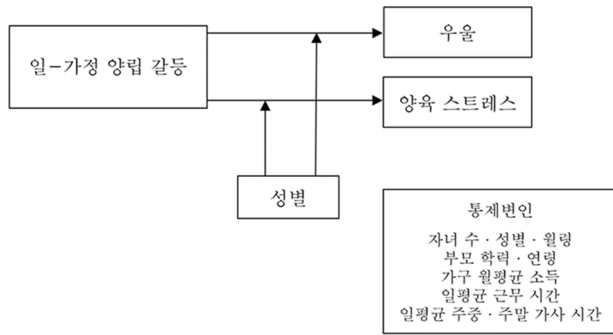


그림 1. 연구모형

트레스 모두에서 부모 성별에 따른 유의미한 차이가 나타났다. 그리고 아버지보다 어머니의 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스트레스 수준이 모두 높은 것으로 나타났다.

2. 일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스 간의 상관관계

일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스 간의 관계를 알아보기 위해 실시한 Pearson 적률상관관계 분석 결과는 <표 3>과 같다. 이때 아버지(164명), 어머니(164명), 아버지와 어머니 모두(164쌍)를 대상으로 하였을 때의 상관분석 결과를 하나의 표로 정리하였다.

IV. 연구결과

1. 주요 변인들의 일반적 경향

주요 연구 변인인 일-가정 양립 갈등, 우울, 양육 스트레스의 전반적인 경향은 <표 2>와 같다. 부부의 일-가정 양립 갈등 평균은 2.92(SD=0.79)로 나타났고, 우울 평균은 1.97(SD=0.70)이었으며, 양육 스트레스 평균은 2.89(SD=0.81)였다. 부모 성별에 따라 주요 변인에서 차이가 나타나지는지를 확인한 대응표본 t-검정 결과는 <표 2>에 함께 제시하였다. 분석 결과, 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스

3. 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 부모 성별의 조절 효과

다음으로는, 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 부모 성별의 조절 효과가 나타나는지를 검정하기 위하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 우선, 회귀분석의 기본 가정인 잔차의 독립성 가정 충족 여부를 확인하기 위해 더빈-왓슨 검정(Durbin-Watson test)을 하였다. SPSS 프로그램을 사용한 더빈-왓슨 검정 결과, 1.787로 2에 가까운 통계량을 확인할 수 있었으나 통계량의 유의성을 보다 정확히 판단하기 위해 R 프로그램을 함께 사용하였다. R 프

표 2. 주요 변인의 일반적 경향 및 차이 검정

(N=164쌍)

변인	M(SD)	최솟값	최댓값	구분	M(SD)	t
일-가정 양립 갈등	2.92(0.79)	1.00	5.00	남	2.84(0.81)	2.14*
				여	2.99(0.77)	
우울	1.97(0.70)	1.00	3.91	남	1.81(0.63)	5.15***
				여	2.12(0.73)	
양육 스트레스	2.89(0.81)	1.00	4.91	남	2.58(0.75)	9.28***
				여	3.19(0.75)	

\*p < .05, \*\*\*p < .001

표 3. 주요 변인 간의 상관관계

변인	아버지 (N=164명)			어머니 (N=164명)			부부 (N=328명)		
	일-가정 양립 갈등	우울	양육 스트레스	일-가정 양립 갈등	우울	양육 스트레스	일-가정 양립 갈등	우울	양육 스트레스
일-가정 양립 갈등	1			1			1		
우울	.54**	1		.60**	1		.57**	1	
양육 스트레스	.57**	.56**	1	.56**	.54**	1	.55**	.58**	1

\*\*p < .01

표 4. 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계 및 부모 성별의 조절 효과

(N=328)

변인	모형1			모형2			
	B	SE	$\beta$	B	SE	$\beta$	
(상수)	2.11	.39		2.15	.39		
통제 변인	자녀 수	-.09	.06	-.08	-.10	.06	-.09
	자녀 성별	-.03	.07	-.02	-.03	.07	-.02
	자녀 월령	-.00	.00	-.03	-.00	.00	-.03
	부모 학력	.03	.08	.02	.04	.08	.02
	부모 연령	-.00	.01	-.01	-.00	.01	-.02
	가구 월평균 소득	-.00	.00	-.06	-.00	.00	-.06
	일평균 근무시간	.01	.02	.02	.01	.02	.02
	일평균 주중 가사활동시간	.05	.01	.17**	.05	.01	.18**
	일평균 주말 가사활동시간	-.02	.01	-.14*	-.03	.01	-.15**
	독립 변인	일-가정 양립 갈등(A)	.49	.04	.55***	.39	.05
조절 변인	부모 성별(B)	.23	.08	.17**	.23	.08	.17**
상호작용 항	A×B			.21	.06	.16**	
	$R^2$		.40***		.41***		
	F		23.67***		23.80***		

주1. 자녀 성별, 부모 학력, 부모 연령은 더미 변수 처리함. 남성=0, 여성=1, 전문대 졸업 이하=0, 4년제 대학 졸업 이상=1  
\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

그램을 사용한 더빈-왓슨 검정 결과, 통계량에 대한 유의 확률이 0.023으로 유의수준보다 작은 것으로 나타나, 잔차 간 자기상관이 없다는 귀무가설을 기각하였고 독립성 가정을 만족하지 못하고 있음을 확인하였다. 이에 자기상관성의 존재를 고려할 수 있는 HAC 추정량을 적용한 위계적 다중회귀분석을 하였고, 분석 결과는 <표 4>와 같다.

모형의 타당성 검정 결과, F값은 23.80으로 유의수준 0.001에서 통계적으로 유의하였다. 모형의 공차한계(tolerance)가 0.1 이상이고 분산팽창요인(VIF)이 10보다 작은 것으로 나타나 독립 변인 간 다중공선성이 존재하지 않는다는 가정 또한 충족되었다. 일-가정 양립 갈등은 우울에 정적인 영향을 주었고( $\beta=0.44$ ,  $p<.001$ ) 일-가정 양립 갈등과 부모 성별의 상호작용항도 우울과 정적으로 유의한 관련성이 있는 것으로 나타났다( $\beta=0.16$ ,  $p<.01$ ). 따라서 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 부모 성별은 조절 효과가 있음을 확인할 수 있었다. 이러한 결과는, 일-가정 양립 갈등과 우울의 상호 관련성이 부모 성별에 따라 달라진다는 것을 의미한다.

한편 위계적 다중회귀분석은 통제 변인의 영향력을 통제 후 나타나는 독립 변인만의 영향력을 확인할 수 있는 분석 방법이다. 따라서 본 연구는 독립 변인, 조절 변인, 상호작용 항의 비표준화 계수(B)로 구성된 회귀식을 도출하였고, 이에 독립 변인의 평균값, 평균에서  $\pm 1$  표준

편차값을 대입하여 조절 변인의 조건에 따른 회귀선의 기울기를 구하였다(Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003). 그리고 이를 <그림 2>의 그래프로 나타내었다. <그림 2>의 그래프를 살펴보면, 남성과 여성 모두 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 우울 수준이 증가하고 있으나 여성의 경우 그래프의 기울기가 더 가파르게 나타나고 있음을 알 수 있다. 그리고 이를 통해 일-가정 양립 갈등 수준이 높을 때는 남성보다 여성의 우울 수준이 더 높게 나타나는 것을 확인할 수 있다.

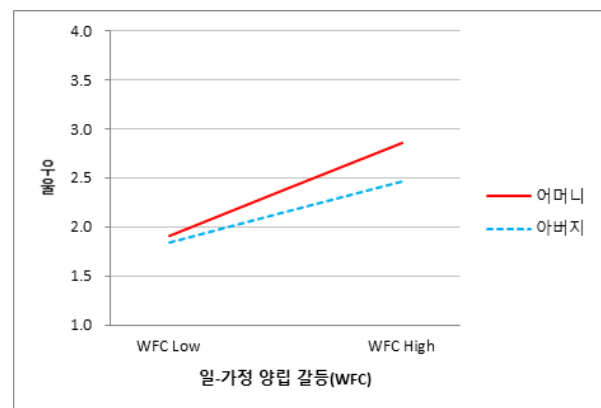


그림 2. 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 나타난 부모 성별의 조절 효과



4. 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계에서 부모 성별의 조절 효과

마지막으로, 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계에서 부모 성별의 조절 효과가 나타나는지를 검정하기 위하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계 모형에서도 우선 회귀분석의 기본 가정인 잔차의 독립성 가정 충족 여부를 확인하기 위해 더빈-왓슨 검정을 하였다. SPSS 프로그램을 사용한 더빈-왓슨 검정 결과, 1.689로 2에 가까운 통계량을 확인할 수 있었으나 통계량의 유의성을 보다 정확히 판단하기 위해 R 프로그램을 함께 사용하였다. R 프로그램을 사용한 더빈-왓슨 검정 결과, 통계량에 대한 유의확률이 0.002로 유의수준보다 작은 것으로 나타나, 잔차 간 자기상관이 없다는 귀무가설을 기각하였고 독립성 가정을 만족하지 못하고 있음을 확인하였다. 이에 자기상관성의 존재를 고려할 수 있는 HAC 추정량을 적용한 위계적 다중회귀분석을 하였고, 분석 결과는 <표 5>와 같다.

모형의 타당성 검정 결과, F값은 21.67로 유의수준 0.001에서 통계적으로 유의하였다. 모형의 공차한계(tolerance)가 0.1 이상이고 분산팽창요인(VIF)이 10보다 작은 것으로 나타나 독립 변인 간 다중공선성이 존재하지 않는다는 가정 또한 충족되었다. 그러나 부모 성별의 조절 효과 검

정 결과, 일-가정 양립 갈등은 양육 스트레스와 정적 영향 관계가 있었으나( $\beta=0.51, p<.001$ ) 성별의 조절 효과는 나타나지 않았다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부를 대상으로 하여 일-가정 양립 갈등과 부모의 우울 및 양육 스트레스의 관계를 각각 살펴보고, 각 관계에서 일-가정 양립 갈등과 부모 성별의 조절 효과가 나타나는지를 확인하고자 하였다. 연구 문제를 중심으로 연구의 결과를 요약하고 논의한 내용은 다음과 같다.

첫째, 주요 연구 변인의 일반적 경향을 살펴본 결과, 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스트레스의 평균 수준은 어머니가 전반적으로 높은 경향을 보였다. 대응표본 t-검정을 통해 주요 변인의 성별 차이가 통계적으로 유의미한지를 확인한 결과, 연구 변인 모두에서 유의미한 성차가 있는 것으로 확인되어 선행연구를 지지하였다(노보람, 은선민, 이강이, 김은영, 2016; 이인정, 김미영, 2014; 장윤옥, 정서린, 2017; 조현주, 임현우, 조선진, 방명희, 2008). 특히 일-가정 양립 갈등의 경우, 성차가 없었다는 연구 결과도 존재하나(최유정 등, 2018) 본 연구의 결과는 어머니의 일

표 5. 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계 및 부모 성별의 조절 효과 (N=328)

변인	모형1			모형2			
	B	SE	$\beta$	B	SE	$\beta$	
(상수)	2.74	.46		2.74	.46		
통계 변인	자녀 수	.10	.08	.07	.10	.08	.07
	자녀 성별	.05	.08	.03	.05	.08	.03
	자녀 월령	.00	.00	.01	.00	.00	.01
	부모 학력	-.05	.09	-.03	-.05	.09	-.02
	부모 연령	-.00	.01	-.01	-.00	.01	-.02
	가구 월평균 소득	-.00	.00	-.04	-.00	.00	-.04
	일평균 근무시간	-.01	.02	-.02	-.01	.02	-.02
	일평균 주중 가사활동시간	.02	.02	.05	.02	.02	.05
일평균 주말 가사활동시간	-.01	.01	-.06	-.01	.01	-.06	
독립 변인	일-가정 양립 갈등(A)	.52	.05	.52***	.51	.07	.51***
조절 변인	부모 성별(B)	.50	.09	.31***	.50	.09	.31***
상호작용 항	AxB			.02	.09	.02	
	R <sup>2</sup>	.41***			.41***		
	F	23.48***			21.67***		

주1. 자녀 성별, 부모 학력, 부모 성별은 더미 변수 처리함. 남성=0, 여성=1, 전문대 졸업 이하=0, 4년제 대학 졸업 이상=1  
\*\*\*  $p < .001$

-가정 양립 어려움이 아직 더 크다는 측면을 반영하는 것으로 나타났다.

둘째, 일-가정 양립 갈등은 우울과 정적 상관관계가 있었고 양육 스트레스와도 정적 상관관계가 있었다. 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 부부의 우울 수준은 증가하는 것으로 나타났는데, 이는 앞서 언급한 선행연구 결과를 지지하며(김희영, 유효인, 2019; 이소진 등, 2017; Cooklin et al., 2016) 이러한 연구 결과는 우울이 지닌 특성과 관련지어 살펴볼 수 있다. 임상적 기준으로 진단된 역기능적 우울 장애는 유전과 같은 생물학적 요인도 원인으로 작용하는 것으로 알려져 있으나(김시경 등, 2008) 일상의 우울감은 생활 환경적인 요인에 의해 나타날 가능성이 크다(이순목 등, 2017). 우울의 이러한 특성을 고려했을 때, 맞벌이 부부가 일-가정 양립의 어려움을 겪으며 높은 수준의 갈등을 지각하는 것이 부부의 우울감을 증가시키는 환경 요인으로 작용한 것이라 해석된다. 일-가정 양립을 부정적으로 인식하게 되는 환경을 경험할수록 부모는 자신이 일과 가정생활을 병행하는 것에 긍정적인 의미를 부여하기 어려울 수 있기 때문이다(송다영, 장수정, 김은지, 2010). 또한 부모는 일-가정 양립에 문제가 생길 때마다 자신의 안위보다는 직장 과 가정에서의 책임을 다하는 것을 우선으로 여길 수 있고, 이는 갈등이 증가할수록 부모의 자아존중감을 낮아지게 만들어 우울과의 부정적인 관련성으로 이어졌을 수 있다(김보은 등, 2016). 따라서 일-가정 양립의 어려움을 겪는 맞벌이 부부들에게는 일-가정 양립 갈등과 정신건강 문제의 부정적인 관련성이 중재될 수 있도록, 직장 내 지지를 비롯한 사회적 지지 체계 등의 보호 요인이 필요할 것이라 사료된다.

다음으로, 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 부부의 양육 스트레스는 증가하는 것으로 나타나 기존의 선행연구와 일치하는 결과를 확인하였다(박주희, 2015; 하문선, 2018). 부모가 일과 가정을 양립하며 갈등을 겪을수록 양육 효능감은 낮아지고 자녀와 다양한 활동을 함께 하는 행동이 줄어들게 되는 등 부모 역할 수행에 어려움을 느낄 수 있다(Vieira et al., 2016). 이렇게 부모는 자신의 양육 역량을 낮추는 일련의 과정들을 복합적으로 경험하며, 자녀 양육에 대한 스트레스가 증가하는 것으로 파악된다. 한편 여성가족부는 지역사회 양육환경 조성을 위한 공동육아나눔터 확대, 지역 단위로 돌봄·교육·상담 등의 가족 서비스를 지원하는 가족센터 건립, 돌봄 서비스의 관리체계 강화를 위한 아이돌봄 광역지원센터 시범 운영 등을 추진 중이다(여성가족부, 2020a). 이처럼 다양한 보육 제도를 통해, 자

녀 돌봄 및 양육에 어려움을 겪는 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등이 부정적인 양육으로 이어지지 않도록 지원이 필요할 것으로 보인다.

셋째, 일-가정 양립 갈등과 우울 및 양육 스트레스의 상관관계에서 부모 성별의 조절 효과를 분석한 결과, 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 성별의 조절 효과를 확인하였다. 자세히 설명하자면 일-가정 양립 갈등과 우울의 상호 관련성은 부모 성별에 따라 달라지고, 어머니의 일-가정 양립 갈등이 우울 수준에 더 큰 직접 효과가 있었다. 일-가정 양립 갈등과 우울의 정적 관련성은 아버지보다 어머니에게 강하게 나타난 것이다.

우선, 우울은 생물학적으로 여성에게 더 취약한 정신건강 문제로 알려진 만큼 일-가정 양립 문제에서 오는 스트레스에 어머니의 우울 수준이 더 높아질 수 있다는 측면이 반영된 것으로 해석된다. 직장인 남녀의 우울, 불안, 신체화는 통계적으로 유의미한 차이가 있었고 모두 여성이 높은 것으로 나타난 바 있다(Zurlo, Vallone, & Smith, 2019). 그리고 사회가 부모에게 기대하는 역할과 규범이 어머니의 일-가정 양립 갈등과 우울 간 관련성을 높였을 가능성도 생각해볼 수 있다. 어머니가 주 양육자로 인식되는 사회문화적 경향 속에서, 어머니는 일과 가정 영역 모두에서 높은 역할 기대를 경험할 수 있다. 따라서 어머니가 일-가정 양립에 어려움을 겪고 있다면 역할 기대와 실제 역할 수행 간 불일치를 더 크게 느낄 수 있는데, 불일치 경험은 우울, 불안 등의 부정적 정서를 유발하는 것으로 알려져 있음을 고려했을 때(Higgins, 1987) 일-가정 양립 갈등의 영향력 차이는 이러한 사회문화적 경험의 차이에서 기인하는 것으로 추측된다.

선행연구의 결과들을 미루어보면 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 여성은 우울을 비롯한 여러 부정적 정서를 더 많이 경험하는 것으로 추측되며, 이로 인해 본 연구에서도 아버지보다 어머니의 우울감이 더 큰 폭으로 증가한 것으로 보인다. 다만, 관련 선행 연구가 충분하지 않아 본 연구 결과에 대한 해석은 조심스러운 접근이 필요하고 일반화에 제한이 따른다. 그럼에도, 일-가정 양립 갈등으로 인한 어머니의 높은 우울감은 보다 사회환경적인 관점으로 주목할 필요가 있는 정신건강 문제라 사료된다. 일-가정 양립으로 심리적 어려움을 겪는 어머니를 위한 정신건강 서비스의 연계 및 지원도 중요하겠지만, 일-가정 양립 지원 정책이 직장 내에서 실질적으로 활용될 수 있도록 실효성을 높이고, 지역사회 돌봄 문화 또는 부부가 함께 돌봄의 주체가 되는 맞돌봄 문화 등의 확산을 통해 사회

적 인식 변화를 이끌어 내는 등 어머니의 역할 부담 완화를 선행해야 할 것으로 보인다.

한편 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계에서는 부모 성별의 조절 효과가 나타나지 않았다. 즉 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 양육 스트레스는 증가하였으나, 일-가정 양립 갈등의 영향력은 성별에 따라 달라지지 않은 것이다. 일과 가정을 양립하는 맞벌이 부부는 모두 부모 역할 수행과 관련한 경험, 즉 양육에서 어려움이 높게 나타났을 가능성이 있다. 따라서 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 양육 스트레스가 증가하는 것은 그 관련성이 성별의 차이 없이 부부 모두에게 강하게 나타날 수 있는 성별 공통의 문제라고 해석된다. 또한, 이러한 연구 결과는 최근 육아하는 남성이 증가하며 아버지에게도 가정은 중요한 삶의 영역으로 인식되고 있는 것과 관련지어 생각해볼 수 있다. 고용노동부(2021)에 의하면, 만 8세 이하 자녀를 둔 근로자의 일일 근무 시간을 줄이고 단축된 시간만큼 감소한 임금의 일부를 지원해주는 육아기 근로시간 단축 제도의 2020년 이용자 중 남성은 1,639명으로 2019년(742명)에 비해 크게 증가하였다. 물론 일-가정 양립을 지원하는 각종 제도에서 여성의 이용자 수가 더 많다는 점을 고려했을 때, 일-가정 양립의 어려움은 여전히 여성에게 더 높게 나타날 수 있다. 그러나 다른 한편으로, 제도를 적극적으로 활용하고자 하는 남성이 증가한다는 점은 일-가정 양립과 양육의 어려움이 앞으로는 어머니만의 문제가 아닌 부부의 과제로서 논의되어야 한다는 것을 시사할 수 있다.

정리하자면 맞벌이 가정의 어머니 못지않게 아버지 또한 일-가정 양립 갈등이 증가할수록 부정적인 양육을 경험할 수 있고, 이로 인해 일-가정 양립 갈등과 양육 변인의 관계에서는 유의미한 성별 차이가 나타나지 않은 것이라 추측된다. 그리고 양육 변인에서 일-가정 양립 갈등과 부모 성별의 조절 효과가 없었다는 것은, 양육과 관련한 정책에서는 성별의 특성을 고려하기보다는 부부를 함께 대상으로 하는 방안을 모색하는 것이 필요할 수 있음을 시사한다. 즉 부부의 일-가정 양립 갈등 수준을 함께 낮춤으로써 부정적인 양육 경험이 감소할 수 있도록 지원하는 것이 도움이 될 수 있다. 이러한 측면에서 최근에 부부가 같은 자녀에 대해 동시에 육아휴직을 사용할 수 있도록 제도가 개선된 점은 고무적이다.

지금까지의 논의 내용을 바탕으로 본 연구의 의의를 살펴보고자 한다. 본 연구는 영유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부를 대상으로 하여, 일-가정 양립 갈등과 부부의 우울 및 양육 스트레스가 각각 정적인 관련이 있음을 확인하였

다. 그리고 맞벌이 부부의 일-가정 양립 갈등과 양육 스트레스의 관계에서는 성별의 조절 효과가 나타나지 않았으나, 일-가정 양립 갈등과 우울의 관계에서 성별의 조절 효과를 확인하고 성별 간 차이가 나타났음을 밝혔다. 선행 연구에서는 일-가정 양립 갈등을 비롯한 주요 변인에서 성차가 나타나는지에 중점을 두는 경향이 있었고, 일-가정 양립 갈등의 영향력을 성별이 어떻게 조절할 수 있는지를 확인한 연구는 드물었다. 성별의 영향력을 파악하는 것은 성별에 따른 차이를 살펴보는 데 도움을 줄 수 있으며, 실제로 여성가족부는 정책의 수립 및 시행 과정에서 성별의 차이 및 영향을 분석하고 정책 개선에 반영하는 성별영향평가 제도를 운영하고 있다(여성가족부, 2020b). 따라서 본 연구의 결과는 일-가정 양립 지원 정책을 비롯한 다양한 정부 정책에 부부의 일-가정 양립에 관한 정보를 제공하는 기초자료로써 활용될 수 있을 것이다.

최근 코로나 19의 장기화로 달라진 일상 속에서 맞벌이 부부는 지속적으로 스트레스를 경험할 가능성이 크다. 특히 본 연구는 일-가정 양립 갈등으로 어머니가 더 큰 우울감을 겪고 있다는 결과를 확인하였는데, 우울한 어머니는 자녀의 정서 및 행동 문제의 징후에 더 예민하게 반응하거나 자녀에 대해 부정적으로 편향된 지각을 할 가능성이 크다는 선행 연구(Goodman et al., 2011)의 결과를 고려했을 때, 일-가정 양립 갈등으로 약화된 어머니의 정신건강은 자녀에게도 부정적으로 전이될 수 있다. 따라서 직장과 가정 일을 병행하며 어려움을 겪고 있는 어머니의 갈등과 우울 수준을 낮추는 것이 중요하다고 볼 수 있고, 일-가정 양립 지원을 위한 정책 및 제도와 부모의 정신건강 지원 프로그램에 본 연구 결과가 정보를 제공하고 도움을 줄 수 있을 것이라 사료된다.

끝으로, 본 연구가 지닌 제한점을 밝히고 후속 연구를 위한 제언을 남기고자 한다. 본 연구에서는 주요 변인의 측정이 모두 부모의 자기 보고 방식으로 이루어져, 부모가 사회적으로 바람직한 방향의 응답을 보고했을 가능성이 있다. 그리고 본 연구는 취학 전의 영유아 자녀가 한 명이라도 있는 맞벌이 가정을 대상으로 하였는데, 영유아기 자녀만 있는 맞벌이 가정과 학령기 이상의 자녀를 함께 양육하는 맞벌이 가정은 부모가 지각하는 스트레스 및 양육 부담 등에 있어서 차이가 존재할 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 첫째 자녀가 영유아 자녀인 경우로 연구대상을 한정하여 표본의 특성 간 차이가 나타날 가능성을 줄일 필요가 있다고 생각된다. 또한 본 연구에서는 독립변인인 일-가정 양립 갈등의 두 하위요인을 구분하지 않고 자료

분석에 투입하였으나, 아버지와 어머니가 일과 가정의 각 영역에 투입하는 시간은 서로 차이가 있는 만큼 일-가정 갈등과 가정-일 갈등의 영향력이 성별에 따라 다르게 나타날 수 있기에, 두 하위요인을 구분하여 갈등의 영향력 및 성별의 조절 효과를 살펴보는 과정도 필요할 것이다. 그리고 일-가정 양립 갈등과 관련 변인들에 영향을 줄 수 있는 보육 시설 이용 및 조부모 도움의 정도 등의 변인도 함께 고려해볼 필요가 있다.

한편 선행연구에 의하면 아버지의 일-가정 양립 갈등은 아버지 자신의 양육 스트레스뿐만 아니라, 어머니의 양육 스트레스와도 유의미한 정적 관련성이 있는 것으로 나타나 배우자 효과가 확인된 바 있다(하문선, 2018). 이는 본 연구에서도 아버지의 일-가정 양립 갈등이 어머니에게로 전이되었을 가능성이 있음을 시사하며, 향후 연구에서는 주요 변인 간 관계에서 배우자 효과를 함께 고려할 수 있는 분석 방법을 사용한다면 일-가정 양립 갈등에 관한 실증 자료에 도움이 될 것이다. 마지막으로, 자녀 연령에 따른 일-가정 양립 갈등 수준의 추이를 살펴보고 일-가정 양립 갈등이 자녀에게 주는 영향 경로를 탐색해볼 것을 제안하고자 한다. 부모의 안정적인 일-가정 양립은 안정적인 자녀 양육으로 이어지고, 더 나아가 아동이 건강한 발달 환경에서 양육 받을 권리, 즉 아동의 발달권 실현과도 맞물려 있다고 볼 수 있다. 이처럼 부모의 일-가정 양립을 아동이 지닌 권리의 측면에서 함께 살펴본다면 의미 있는 연구자료가 될 것이라 사료된다.

#### 참고문헌

- 강가원, 장진이(2016). 기혼 직장인의 직무과부하, 심리적 분리, 일-가정 갈등, 삶의 만족도간의 구조적 관계. *상당학연구*, 17(3), 419-440. <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.17.3.201606.419>
- 고용노동부(2020. 1). 2019년 아빠 육아휴직자, 최초로 2만 명 돌파!. [http://www.moel.go.kr/news/enews/report/enewsView.do?news\\_seq=10686](http://www.moel.go.kr/news/enews/report/enewsView.do?news_seq=10686)에서 인출.
- 고용노동부(2021. 2). '20년 남성 육아휴직자 수는 전년 대비 23.0% 증가, 전체 육아휴직자 4명 중 1명은 아빠. [http://www.moel.go.kr/news/enews/report/enewsView.do?sessionId=52S10FmCv9ePbNFZEn8g0nOB23BNnNOXzfnkMzXCytpTaUJyELFNyFEIk1o08g.moel\\_was\\_outside\\_servlet\\_www2?news\\_seq=11937](http://www.moel.go.kr/news/enews/report/enewsView.do?sessionId=52S10FmCv9ePbNFZEn8g0nOB23BNnNOXzfnkMzXCytpTaUJyELFNyFEIk1o08g.moel_was_outside_servlet_www2?news_seq=11937)에서 인출.
- 김경화(2013). 영유아와 초등학생 자녀를 둔 남녀취업자의 일/가족 갈등 인식: 성별과 관련 변인의 상호작용효과를 중심으로. *가족과 문화*, 25(4), 60-90.
- 김기현, 강희경(1997). 양육스트레스 척도의 개발. *Family and Environment Research*, 35(5), 141-150.
- 김미예, 박동영(2009). 영유아 어머니의 양육스트레스, 우울 및 언어적 학대. *아동간호학회지*, 15(4), 375-382. <https://doi.org/10.4094/jkachn.2009.15.4.375>
- 김보은, 조영일, 유지영, 최은실, 김혜영(2016). 성인기와 노년기별 기혼남성 근로자의 일-가정 양립 어려움과 우울, 자아존중감의 관계. *보건사회연구*, 36(1), 473-496. <http://dx.doi.org/10.15709/hswr.2016.36.1.473>
- 김성국, 박수연, 이현실(2017). 직장 기혼 여성의 일-가정 갈등이 우울에 미치는 영향. *디지털융복합연구*, 15(3), 267-275. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2017.15.3.267>
- 김성희(2015). **미취학 자녀를 둔 맞벌이 기혼남녀의 직장-가정 갈등과 삶의 만족도의 관계: 배우자 지지의 상호작용 효과**. 부산대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김소정(2016). 기혼 직장인들의 일가족갈등이 결혼만족도에 미치는 영향: 성 차이를 중심으로. *사회복지연구*, 47(2), 201-226. <http://dx.doi.org/10.16999/kasws.2016.47.2.201>
- 김시경, 이상익, 신철진, 손정우, 엄상용, 김현(2008). 초기 성인기 우울증에 대한 유전적, 환경적 요인의 영향. *생물정신의학*, 15(1), 14-22.
- 김안나, 권영숙(2014). 취업모의 일-어머니 역할 갈등이 양육 스트레스에 미치는 영향: 부모역할만족도의 매개효과. *디지털융복합연구*, 12(10), 375-384. <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.375>
- 김필숙, 이윤석(2015). 맞벌이 기혼 남녀 관리자들의 일-가족 갈등: 성별 비교를 중심으로. *한국인구학*, 38(4), 63-88.
- 김희영, 유효인(2019). 아버지 일-가정 양립 갈등이 아버지 우울과 양육스트레스에 미치는 영향: 어머니 양육스트레스의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 19(1), 19-40. <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.1.19>
- 노보람, 은선민, 이강이, 김은영(2016). 부모의 양육스트레스 및 양육행동과 유아기 자녀의 부정적 또래 상호작용의 구조관계: 자기효과와 상대방효과를 중심으로. *인간발달연구*, 23(4), 155-179. <http://dx.doi.org/10.15284/kjhd.2016.23.4.155>
- 매일경제(2019. 11). [양성협업 우수기업] 유리천장을 깨라... 혁신이 따라온다. <https://www.mk.co.kr/news/special-edition/view/2019/11/963185/>에서 인출.
- 문혁준(2004). 취업모와 비취업모의 양육 스트레스. *Family*

- and Environment Research, 42(11), 109-122.
- 박보현, 오연재(2018). 임금근로자의 근로조건과 우울의 관련성: 성별 차이를 중심으로. *보건과 사회과학*, 47, 31-56.
- 박주희(2015). 미취학 자녀를 둔 취업모의 일-가정 역할갈등, 배우자지지 자원이 양육스트레스에 미치는 영향. *한국가족자원경영학회지*, 19(3), 41-62.
- 성정혜, 김춘경(2019). 기혼 직장여성의 가족관련 가치관이 일-가정 양립 갈등을 매개로 우울에 미치는 영향: 다변량 잠재성장모형과 자기회귀교차지연 모형을 활용한 중단매개효과 검증. *여성연구*, 101(2), 111-133. <http://dx.doi.org/10.33949/tws.2019.101.2.004>
- 성준모(2013). 우울에 영향을 미치는 가족 및 가구 경제 요인. *사회과학연구*, 24(2), 207-228. <http://dx.doi.org/10.16881/jss.2013.04.24.2.207>
- 송다영, 장수정, 김은지(2010). 일가족양립갈등에 영향을 미치는 요인 분석: 직장내 지원과 가족지원의 영향력을 중심으로. *사회복지정책*, 37(3), 27-52. <http://dx.doi.org/10.15855/swp.2010.37.3.27>
- 여성가족부(2020a. 9). 코로나19와 가족 변화에 대응해 지역 사회 돌봄 강화한다. [http://www.mogef.go.kr/nw/enw/nw\\_enw\\_s001d.do?mid=mda700&bbtSn=708720](http://www.mogef.go.kr/nw/enw/nw_enw_s001d.do?mid=mda700&bbtSn=708720)에서 인출.
- 여성가족부(2020b. 8). 성별영향평가로 남녀 모두에게 혜택이 되도록 정책 개선. [http://www.mogef.go.kr/nw/enw/nw\\_enw\\_s001d.do?mid=mda700&bbtSn=708627](http://www.mogef.go.kr/nw/enw/nw_enw_s001d.do?mid=mda700&bbtSn=708627)에서 인출.
- 연합뉴스(2020. 2). 공공기관·300인 이상 기업, 성별 임금격차 현황 제출 의무화. <https://www.yna.co.kr/view/AKR20200212075800005?input=1195m>에서 인출.
- 유성경, 홍세희, 박지아, 김수정(2012). 한국 여성의 일-가족 갈등 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 여성*, 17(1), 1-29. <http://dx.doi.org/10.18205/kpa.2012.17.1.001>
- 육아정책연구소(2020. 6). [KICCE 카드뉴스] '같이육아'의 가치 함께 만들어요!. [https://kicce.re.kr/main/board/view.do?menu\\_idx=37&editMode=ADD&board\\_idx=35685&manage\\_idx=78&old\\_menu\\_idx=0&old\\_manage\\_idx=0&old\\_board\\_idx=0&group\\_depth=0&parent\\_idx=0&group\\_idx=0&group\\_ord=0&viewMode=NORMAL&memo2=1&search\\_type=title&search\\_text=&viewPage=1](https://kicce.re.kr/main/board/view.do?menu_idx=37&editMode=ADD&board_idx=35685&manage_idx=78&old_menu_idx=0&old_manage_idx=0&old_board_idx=0&group_depth=0&parent_idx=0&group_idx=0&group_ord=0&viewMode=NORMAL&memo2=1&search_type=title&search_text=&viewPage=1)에서 인출.
- 윤정순, 이미현, 이유미(2017). 자녀 성별에 따른 어머니의 양육스트레스 및 학교적응기대가 자녀의 학교준비도에 미치는 영향. *어린이미디어연구*, 16(1), 131-155. <http://dx.doi.org/10.21183/kjcm.2017.03.16.1.131>
- 이소진, 김은석, 유성경(2017). 워킹맘의 일-가정 갈등과 우울의 관계에서 마음챙김의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 22(4), 767-782. <http://dx.doi.org/10.18205/kpa.2017.22.4.014>
- 이순묵, 김종남, 최승원, 채정민, 최윤경, 서동기, 권호인(2017). 우울 연구를 위한 새로운 방향: 행동과학적 접근의 도입. *한국심리학회지: 일반*, 36(3), 293-323. <http://dx.doi.org/10.22257/kjp.2017.09.36.3.293>
- 이인정, 김미영(2014). 미취학 자녀를 둔 맞벌이 부부의 양육스트레스가 부부갈등에 미치는 영향-자기효과와 상대방효과를 중심으로. *사회복지연구*, 45(3), 127-149. <http://dx.doi.org/10.16999/kasws.2014.45.3.127>
- 이한나, 한정원(2018). 맞벌이 부모가 인지하는 일-가정 양립의 이점과 갈등이 부모의 행복감에 미치는 영향: 커플 분석방법을 활용하여. *한국산학기술학회논문지*, 19(7), 231-238. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.7.231>
- 임종호(2014). 미취학자녀를 둔 여성 임금근로자의 양육스트레스. *한국콘텐츠학회논문지*, 14(5), 132-143. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.05.132>
- 장윤옥, 정서린(2017). 대구광역시에 거주하는 맞벌이부부의 일-가족조정전략이 일-가족 갈등과 일-가족 향상에 미치는 영향. *한국가족자원경영학회지*, 21(2), 73-93. <http://dx.doi.org/10.22626/jkfrma.2017.21.2.004>
- 조현주, 임현우, 조선진, 방명희(2008). 성인 남녀의 우울감 특징과 전문적 도움추구에서의 차이. *한국심리학회지: 여성*, 13(3), 283-297. <http://dx.doi.org/10.18205/kpa.2008.13.3.003>
- 채화영, 이기영(2013). 육아기 맞벌이 남성의 일-가정 양립 경험. *Family and Environment Research*, 51(5), 497-511. <http://dx.doi.org/10.6115/fer.2013.51.5.497>
- 최유정, 최미라, 최셋별(2018). 맞벌이 부부의 역할분담이 일-가정 갈등과 가정생활만족도 및 우울에 미치는 영향. *한국사회*, 19(1), 47-93. <http://dx.doi.org/10.22862/kjsr.2018.19.1.002>
- 통계청(2019). *2019 일-가정 양립 지표*. 대전: 통계청.
- 통계청(2020). *2019년 생활시간조사 결과*. 대전: 통계청.
- 편은숙(2004). **영유아기 자녀를 둔 취업모의 어머니 역할 인식과 자녀양육스트레스**. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 하문선(2018). 맞벌이 부모의 일-가족 갈등, 양육스트레스, 아동의 내재화 및 외현화문제의 관계: 자기-상대방 상호 의존모형(APIM)의 적용. *아시아교육연구*, 19(3), 573-600. <http://dx.doi.org/10.15753/aje.2018.09.19.3.573>
- 호윤정, 오영아, 이명선(2015). 보육형태와 가사노동분담이

- 기혼여성의 우울수준에 미치는 영향. *대한보건연구*, 41(2), 77-87. <http://dx.doi.org/10.22900/kphr.2015.41.2.007>
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742. <http://dx.doi.org/10.1037//0012-1649.22.6.723>
- Cheung, M. F. Y., & Wong, C. (2013). Work-family/family-work conflict: The moderating roles of gender and spousal working status. *Asia Pacific Journal of Human Resources*, 51(3), 330-346. <https://doi.org/10.1111/j.1744-7941.2013.00064.x>
- Cinamon, R. G., & Rich, Y. (2002). Profiles of attribution of importance to life roles and their implications for the work-family conflict. *Journal of Counseling Psychology*, 49(2), 212-220. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.49.2.212>
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Conger, R. D., & Donnellan, M. B. (2007). An interactionist perspective on the socioeconomic context of human development. *Annual Review of Psychology*, 58(1), 175-199. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085551>
- Cooklin, A. R., Dinh, H., Strazdins, L., Westrupp, E., Leach, L. S., & Nicholson, J. M. (2016). Change and stability in work-family conflict and mothers' and fathers' mental health: Longitudinal evidence from an Australian cohort. *Social Science & Medicine*, 155, 24-34. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.02.036>
- Erickson, J. J., Martinengo, G., & Hill, E. J. (2010). Putting work and family experiences in context: Differences by family life stage. *Human Relations*, 63(7), 955-979. <https://doi.org/10.1177/0018726709353138>
- Goodman, S. H., Rouse, M. H., Connell, A. M., Broth, M. R., Hall, C. M., & Heyward, D. (2011). Maternal depression and child psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(1), 1-27. <https://doi.org/10.1007/s10567-010-0080-1>
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *The Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>
- Gutek, B. A., Searle, S., & Klepa, L. (1991). Rational versus gender role explanations for work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(4), 560-568. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.76.4.560>
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>
- Kohout, F. J., Berkman, L. F., Evans, D. A., & Cornoni-Huntley, J. (1993). Two shorter forms of the CES-D depression symptoms index. *Journal of Aging and Health*, 5(2), 179-193. <https://doi.org/10.1177/089826439300500202>
- Lau, Y. K. (2009). The impact of fathers' work and family conflicts on children's self-esteem: The Hong Kong case. *Social Indicators Research*, 95(3), 363-376. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9535-5>
- Marchand, A., Bilodeau, J., Demers, A., Bearegard, N., Durand, P., & Haines, V. Y. (2016). Gendered depression: Vulnerability or exposure to work and family stressors?. *Social Science & Medicine*, 166, 160-168. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.08.021>
- Newey, W. K., & West, K. D. (1987). A simple, positive semi-definite, heteroskedasticity and autocorrelation consistent covariance matrix. *Econometrica*, 55(3), 703-708. <https://doi.org/10.2307/1913610>
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401. <https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Vieira, J. M., Matias, M., Lopez, F. G., & Matos, P. M. (2016). Relationships between work-family dynamics and parenting experiences: A dyadic analysis of dual-earner couples. *Work and Stress*, 30(3), 243-261. <https://doi.org/10.1080/02678373.2016.1211772>
- Zurlo, M. C., Vallone, F., & Smith, A. P. (2019). Work-family conflict and psychophysical health conditions of nurses: Gender differences and moderating variables. *Japan Journal of Nursing Science*, 17(3), 1-12. <https://doi.org/10.1111/jjns.12324>