

코로나19 시대 학부모들의 정신건강 및 부모자녀관계에 대한 현황 분석[†]

조 현 섭	한 영 주 [‡]	원 성 두	
총신대학교	한국상담대학원대학교	아주대학교	
중독재활상담학과 조교수	상담심리학과 부교수	심리학과 대우조교수	
김 희 선	유 지 혜	최 재 원	황 유 빈
한국상담대학원대학교	한국상담대학원대학교	중앙대학교	아이오와주립대학교
상담심리학과 박사과정	상담심리학과 석사과정	심리학과 석사과정	심리학과 학사

본 연구는 코로나19 사태가 장기화됨에 따라 급변하는 사회적 환경과 관련하여 학령기 자녀를 둔 학부모들의 정신건강 및 부모자녀관계의 현황을 파악하고 대안 마련의 기초자료를 제공하고자 하였다. 이를 위하여 서울지역의 37개 어린이집 및 유치원, 21개 초등학교, 23개의 중·고등학교에 재학 중인 자녀를 둔 학부모 524명을 대상으로 정신건강, 부모자녀관계, 부모효능감, 코로나19로 인한 변화 등을 측정하는 척도로 주요 관심 변인들을 측정하였다. 연구결과, 학부모들의 우울과 불안 평균 점수는 정상범위였으나 코로나19 이후 정신건강 상에 부정적 변화를 경험하고 기준집단에 비하여 코로나19에 대한 걱정과 두려움이 높은 것으로 나타났다. 또한, 코로나19 이후 학부모들이 지각하는 부모자녀관계는 부정적 변화와 긍정적 변화가 모두 보고되었고 자녀의 우울과 불안과 같은 정신건강이 부정적으로 변화하였으며 스마트폰과 온라인게임 시간 또한 증가한 것으로 보고되었다. 이에 코로나19 시대에 자녀를 양육하는 부모들의 정신건강과 부모자녀관계의 현황을 추후 현실적이고 실효성 있는 개입을 위한 기초자료로 활용할 방안을 논의하였다.

주요어 : 코로나19 정신건강, 학부모의 정신건강, 부모자녀관계, 코로나19 실태조사, 부모효능감

[†] 본 연구는 동작구 의회에서 연구비를 받고 제출한 최종보고서(2021)의 일부를 수정 및 보완한 것임

[‡] 교신저자(Corresponding author): 한영주, (06722) 서울특별시 서초구 효령로 366 (서초동), tel: 02) 584-6851
E-mail: hanyj@kcggu.ac.kr

신종코로나 바이러스 감염증(COVID-19: 이하 코로나19) 사태는 2020년 1월 30일 국내 첫 환자 발생을 시작으로 전국적으로 확진자가 발생하며 정부는 감염병 위기 경보를 최고 수준인 ‘심각’으로 상향하고 유치원 및 초·중·고 개학 연기를 발표했다. 전 세계적으로 확산된 코로나19는 델타변이의 등장과 함께 만 1년 반이 넘는 현재까지 지속적 확산 상황에 있다. 방역 모범국가였던 우리나라에서도 몇 번의 위기와 반복적인 유행으로 거의 모든 생활 분야에서 중대한 피해가 발생하고 있다. 특히 사회적 거리두기 장기화로 인해 개인과 가정의 사회적 고립이 심화되고 가정의 경제적 상황 또한 악화되었으며 ‘코로나 블루(우울)’, ‘코로나 레드(분노)’라는 신조어가 생겨날 정도로 전 국민의 정신건강이 악화되었다(김수연, 2020). 우리나라 국민들의 전반적 정신건강 실태를 조사한 트라우마스트레스학회의 대국민 온라인 설문조사(2020)에서 약 20%의 국민들이 중등도 이상의 우울과 불안을 경험하고 있으며 정신건강 위험군에 속하는 것으로 나타났다. 또한 바이러스 감염에 대한 우려와 사회적 거리두기로 일상이 크게 바뀌면서 많은 국민들이 바이러스 감염에 대한 불안을 경험하고 현 사태에 대한 무기력감과 우울감을 느끼면서 정신건강의 어려움을 겪고 있다. 장기적인 스트레스, 우울감과 불안을 겪는 사람은 작은 일에도 짜증이나 화가 날 수 있으며 이로 인하여 주변 사람들과의 마찰이 증가하고 감염 예방수칙을 지키지 않는 사람이나 코로나19 확진자에 대한 분노와 혐오 감정을 강하게 경험하면서 개인의 정신건강 및 대인관계 문제, 사회적 갈등을 야기하는 경우가 많다(김수연, 2020).

가족 스트레스 관점(Boss, 2002)에서 보면, 코로

나19의 확산은 가족체계에 변화를 가져오는 가족 스트레스 사건(family stressor event)이다. 스트레스 사건으로서 코로나19는 가족생활과 가족관계 전반에 변화를 가져왔다. 가족의 소득이 감소하거나 고용이 불안정해졌고 재택근무가 증가하였으며 보육 및 교육기관이 문을 닫거나 온라인수업을 하게 되면서 가족원이 집에 머무르는 시간이 급증한 것은 한국의 가족생활에서 매우 이례적인 변화이다(진미정 외, 2020). 특히 코로나19 확산 이후 미성년 자녀를 둔 부모의 자녀 돌봄 및 가사노동 시간 변화를 조사한 국내의 연구결과, 변화가 없다는 응답의 비율이 가장 높았지만 증가했다는 응답의 비율도 상당히 높게 나타나 가정 내 부모들의 양육부담이 늘었음을 알 수 있다(진미정 외, 2020; Carlson, 2020).

스트레스 과정모형(stress process model)의 관점으로 볼 때, 코로나19와 같은 스트레스 사건이 개인의 정신건강에 악영향을 미친다는 사실은 명백하다. 이 모델에서는 스트레스 사건이라는 1차 스트레스원과 이로 인해 발생하는 긴장과 같은 2차 스트레스원이 개인의 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 과정을 강조한다. 코로나19 확산에 따른 감염위험은 1차적인 스트레스원이지만 가족생활과 가족관계의 다양한 차원에서 2차 스트레스원으로 이어질 수 있다. 예를 들어 코로나19의 여파로 소득이 감소하거나 고용이 불안정해지면서 가정경제 상황이 악화되고 고용이 불안해지며 가정 내 상황의 변화 등 2차 스트레스원은 개인의 부정적 정서수준에 영향을 미치게 된다(Fegert, Vitiello, Plener, & Clemens, 2020: 진미정 외, 2020 에서 재인용). 특히 코로나19 확산으로 집에 머무르는 시간이 길어지면서 식사준비,

청소 등 가사노동에 대한 부담이 커진 것은 명백한 2차 스트레스원으로 작용할 수 있다. 보육 및 교육시설이 운영되지 않으면서 24시간 동안 자녀를 돌봐야 하는 부담, 자녀의 교육을 부모가 담당해야 하는 압박, 자녀와의 갈등은 2차 스트레스원으로 작용하고 코로나19로 인해 발생한 다양한 2차 스트레스원은 개인 수준에서 높은 수준의 스트레스와 악화된 정신건강으로 이어질 가능성이 높다(진미정 외, 2020). 개인의 악화된 정신건강은 가족을 비롯한 주변 사람들에게 또 다른 스트레스원으로 작용하는 악순환을 가져올 수 있다. 따라서 코로나19 상황에서 부모 개인의 불안과 우울, 스트레스 등의 개인적 정신건강 변화를 살펴보고 이에 적절하게 대처하는 방안을 마련하는 것은 현대의 매우 중요한 과제이다.

특히 코로나19 상황에서 부모의 정신건강은 부모자녀관계와 밀접한 관련성을 갖는다. 우리 사회는 대도시화로 인해 핵가족 형태가 주를 이루기 때문에 기존에 자녀 양육을 담당하던 어른들의 역할이 줄어들고 한 두 명의 부모가 자녀 돌봄을 담당하는 경우가 많아졌다. 최근에는 맞벌이 가정이 늘어나면서 자녀 돌봄을 보육 및 교육기관에 의존하는 경우가 많아졌고 학령기 자녀의 인지적 발달에 많은 투자를 하고 때로는 지나치게 허용적인 경향이 있어 자녀양육에 어려움을 경험하고 있는 것으로 보고되고 있다(정옥분, 정순화, 2007). 자녀양육의 어려움은 곧 부모자녀관계의 어려움으로 정의할 수 있는데 부모자녀관계가 어려워지면 아동·청소년 자녀의 문제행동으로 나타나고 이는 청소년기 비행 행동이나 성인기 부적응 등으로 이어져 사회적으로 막대한 비용을 지불하게 만든다(여성가족부, 2014; 한국청소년개발원,

2005). 따라서 청소년 문제행동이 발생하기 이전에 영향을 미치는 부모의 양육태도 및 부모자녀 관계를 점검하고 초기 개입을 통하여 문제행동으로의 유입을 예방할 필요가 있다(한국청소년개발원, 2005).

코로나19 상황에서 자녀의 돌봄을 담당하던 보육 및 교육기관이 장기간 폐쇄되고 부모가 자녀 돌봄을 전담하게 되면서 부모자녀관계가 향후 자녀의 심리사회적 건강에 미치는 영향이 더욱 중요해졌다고 할 수 있다. 부모자녀관계는 추후 청소년기의 건강한 발달과 비행문제에 중요한 영향을 미치며 부모의 긍정적인 양육태도는 또래관계 발달 등에 도움을 주지만 학대나 방임과 같은 부모의 부정적인 양육태도는 우울, 공격성, 문제행동 및 비행행위를 유발하는 요인이 되기 때문이다(이서영, 곽대훈, 2020). 또한 부모는 자녀의 탄생과 더불어 부모역할을 시작하고 배워가기 때문에 자녀의 성장에 따라 유동적으로 부모자녀관계를 형성해야 하고 자녀의 발달에 맞추어 적절한 부모자녀관계를 맺는 법을 배워야 한다(정옥분, 정순화, 2007). 따라서 코로나19라는 위기상황에 처한 학부모들은 자녀의 발달단계에 따라 부모자녀관계를 조정해야 할 뿐 아니라 코로나19로 인하여 변화된 관계에 적응할 필요가 있다. 코로나19 상황에서 우리나라 학부모들이 지각하는 부모자녀관계의 변화를 확인하여 보다 적절한 도움을 제공하는 것이 필요할 것이다.

이처럼 학부모들은 장기화되는 코로나19 상황에서 자신의 정신건강을 유지하는 과제와 더불어 각 발달시기를 통과하고 있는 자녀들의 특성에 적합한 부모자녀관계를 지속해야 하는 과업을 마주하고 있다. 따라서 본 연구는 우리나라의 학부

모들이 코로나19라는 위기상황 속에서 어떠한 개인적 정신건강 상태를 경험하고 있으며 자녀와의 관계에서 어떠한 변화를 경험하고 있는지를 파악하여 향후 보다 적절한 개입을 제공할 기초자료를 마련하고자 한다.

이에 본 연구의 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 코로나19 시대에 자녀를 둔 학부모들의 정신건강(우울, 불안, 스트레스) 수준을 알아보하고자 한다. 구체적 연구문제로는 ‘1-1. 학부모들의 우울과 불안, 코로나19 두려움 정도는 어떠한가?’, ‘1-2. 자녀의 발달단계에 따라 학부모의 정신건강의 차이가 있는가?’, ‘1-3. 학부모들이 지각하는 우울과 불안은 코로나19 이전에 비해 어떠한 차이가 있는가?’이다. 둘째, 코로나19 시대에 자녀를 둔 학부모들의 부모자녀관계 정도를 알아보하고자 한다. 구체적 연구문제로는 ‘2-1. 학부모들이 지각하는 부모자녀관계 및 부모효능감은 자녀의 발달단계에 따라 차이가 있는가?’, ‘2-2. 학부모들이 지각하는 부모자녀관계 및 부모효능감은 코로나19 이전에 비하여 어떠한 차이가 있는가?’, ‘2-3. 코로나19 상황으로 인한 부모자녀관계 어려움은 구체적으로 어떠한 내용인가?’이다.

방 법

연구 대상

본 조사에 참여한 524명의 응답 대상자의 일반적 특성을 살펴본 결과는 표 1과 같다. 자녀 학령기별로는 어린이집/유치원 등 미취학 자녀를 둔 부모가 전체의 31.1%, 초등학교에 다니는 학령기 자녀를 둔 학부모가 34.2%, 중학교에 다니는 자녀

를 둔 부모가 23.5%, 고등학교에 다니는 청소년기 자녀를 둔 학부모가 11.3%로 나타났다. 성별을 보면 여성이 92.6%, 남성이 7.4%로 나타났고, 연령은 28세부터 56세까지의 분포로 평균 41.37세이었으며 40대가 62.1%로 가장 많았고, 30대가 31.8%, 50대가 4.8%, 20대가 1.3% 순이었다. 자녀 수는 2자녀가 59.2%로 가장 많았고, 1자녀가 33.8%, 3자녀가 6.5%, 4자녀가 0.6% 순으로 나타났으며 자녀양육형태는 부모가 직접양육이 84.0%로 가장 많았고 조부모 양육이 7.6%, 맞벌이로 인한 보육사 방문양육이 3.2%, 사별 또는 이혼으로 인한 한부모 양육이 1.5%로 나타났다. 결혼기간은 평균 12년 7개월이었으며 5년 미만인 11.0%, 5년 이상 10년 미만이 26.5%, 10년 이상 15년 미만이 25.6%, 15년 이상 20년 미만이 28.8%, 20년 이상이 8.1%로 나타났다. 본 조사에 참여한 응답자들의 직업은 주부가 40.8%로 가장 많았고 사무직 17.7%, 전문직 15.3%, 교직 10.1%, 자영업 6.5% 순으로 나타났다.

연구 절차

코로나19 상황에서 부모의 정신건강 문제와 부모자녀관계에 대한 실태조사를 하기 위하여 측정하고자 하는 영역을 도출하였으며, 각 영역을 측정하기에 적합한 검사도구들을 광범위하게 수집하였다. 수집된 검사도구들의 과학성과 타당성, 내용 적합성을 고려하여 최종적으로 척도를 선정하였다. 선정과정에서 검사도구 개발경험이 풍부한 심리측정 및 임상전문가 2인에게 여러 차례 자문을 받았으며 연구진들의 지속적 논의와 연구를 통하여 최종 검사도구를 확정하였다.

표 1. 조사대상자의 인구통계적 특성

인구통계적 변인		N	(%)	인구통계적 변인		N	(%)
자녀 학령기	미취학	163	(31.1)	자녀 수	1자녀	177	(33.8)
	초등	179	(34.2)		2자녀	310	(59.2)
	중등	123	(23.5)		3자녀	34	(6.5)
	고등	59	(11.3)		4자녀	3	(0.6)
성별	여성	485	(92.6)	연령	20대	7	(1.3)
	남성	39	(7.4)		30대	166	(31.8)
자녀 양육 형태	부모 직접 양육	440	(84.0)		40대	324	(62.1)
	조부모 양육	40	(7.6)		50대	25	(4.8)
	보육사 방문 양육	17	(3.2)	결혼 기간	5년 미만	57	(11.0)
	한부모 양육	8	(1.5)		5년 이상 10년 미만	138	(26.5)
	기타	19	(3.6)		10년 이상 15년 미만	133	(25.6)
			15년 이상 20년 미만		150	(28.8)	
직업	전문직	80	(15.3)	20년 이상	42	(8.1)	
	교직	53	(10.1)	자영업	34	(6.5)	
	관리직	4	(0.8)	판매/서비스직	10	(1.9)	
	사무직	93	(17.7)	생산/기능직	1	(0.2)	
	무직	5	(1.0)	주부	214	(40.8)	
			기타	30	(5.7)		

코로나19로 인한 대면조사의 제약으로 인하여 온라인 기반 설문조사 방식을 활용하였다. 서울 A지역 교육지원청의 지원을 받아 해당지역에 등록된 37개 어린이집 및 유치원, 21개 초등학교, 16개 중학교, 7개 고등학교 학부모들에게 온라인 설문조사 주소를 전송하였으며 자발적으로 설문에 참여하도록 하였다. 설문조사 기간은 2020년 12월 15일부터 24일까지(10일간)였으며 설문시간은 약 20~25분 소요되었다. 최종적으로 학부모 524명이 연구에 참여하였다.

측정 도구

한국어판 우울증 선별도구. 우울 수준을 측정하기 위해 Spitzer 등(1994)이 개발하였고 국내에

서 안제용, 서은란, 임경희, 신재현, 김정범(2013)이 한국어판으로 표준화한 PHQ-9(Patient Health Questionnaire-9)을 사용하였다. PHQ-9은 9문항에 대해 4점 Likert 척도(‘전혀없다’ 0점 ~ ‘거의 매일’ 3점)에서 응답하게 되는데 총점의 범위는 0~27점이다. 안제용 등(2013)의 연구 결과에 따르면, 절단점은 9점이고 0~4점: 정상, 5~9점: 가벼운 우울, 10~14점: 중간 우울, 15~19점: 심한 우울, 20~27점: 매우 심한 우울 등으로 해석할 수 있다. 안제용 등(2013)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .95이었고 본 연구에서도 .85로 양호한 신뢰도를 나타냈다.

불안장애 척도. 불안 수준을 측정하기 위하여 Spitzer, Kroenke, Williams와 Löwe(2006)가 개발

하였고 국내에서 서종근(2015)이 표준화된 GAD-7(Generalized Anxiety Disorder 7)을 사용하였다. GAD-7은 7문항에 대해 4점 Likert 척도(‘전혀없다’: 0점 ~ ‘거의 매일’: 3점)에서 응답하도록 구성되어 있고 총점의 범위는 0~21점. ‘0~4점’에 해당하면 ‘정상 수준’, ‘5~9점’에 해당하면 ‘가벼운 수준’, ‘10~14점’에 해당하면 ‘중간 수준’, ‘15점 이상’이면 심한 수준에 해당한다. 서종근(2015)의 연구에서 Cronbach’s α 는 .92이었고 본 연구에서도 .90으로 우수한 신뢰도를 나타냈다.

코로나19에 대한 두려움 척도. 코로나19에 대한 걱정과 두려움을 측정하는 문항은 감염병과 관련한 두려움의 경험을 측정하기 위하여 이동훈, 김지윤, 강현숙(2016)이 개발한 문항을 트라우마스트레스학회(2020)가 코로나19에 맞게 내용을 수정한 문항을 사용하였다. 연구 참여자 및 연구 참여자의 가족의 코로나19 감염, 바이러스 전파, 전파로 인한 피해, 격리상황에 대한 염려, 확진자 및 코로나19 지역이라는 낙인 등 총 7문항(예: ‘내가 코로나19에 감염될까 봐 두렵다’, ‘나와 가족이 감염되면, 치료를 위해 격리될까 봐 두렵다’)에 대해 5점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다’ 1점 ~ ‘매우 그렇다’ 5점)로 측정하였다. 트라우마스트레스학회(2020)의 연구에서 내적 합치도는 보고되지 않았는데 본 연구에서의 Cronbach’s α 는 .94로 우수한 신뢰도를 나타냈다.

부모자녀관계 척도. 부모와 자녀 간의 관계는 여성가족부 실태조사 연구(2015)에서 사용된 8문항에 대해 5점 Likert 척도(‘전혀 그렇지 않다’: 1점 ~ ‘매우 그렇다’: 5점)로 측정하였다. 자녀와의

친밀도 및 간섭 정도, 신뢰 및 갈등 정도 등에 대한 부모의 주관적 평가를 측정하는 문항으로 구성되었으며 ‘자녀에게 간섭을 하는 편이다’, ‘자녀와 자주 다툰다’, ‘자녀에게 화를 잘 내는 편이다’, ‘내 자녀에 대해 잘 이해할 수 없다’와 같은 역 측정 문항을 포함하였다. 또한 총점이 높을수록 부모-자녀 관계가 좋은 것으로 해석하였다. 여성가족부(2015)에서는 각 문항에 대한 분석을 시행하면서 내적 합치도 분석 결과를 제공하지 않았는데 본 연구에서 Cronbach’s α =.76으로 수용할만한 신뢰도를 가지고 있는 것으로 나타났다.

양육효능감 척도. Gibaud-Wallston과 Wanrdersman(1978)이 개발하고 신숙재(1997)가 번안하여 타당화된 Parent Sense of Competence (PSOC)의 16문항 중 이은희(2020)가 양육효능감과 관련하여 선택하여 구성한 부모로서의 효능감 9문항을 연구의 목적에 맞게 수정하여 사용하였으며 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 하는 5점 Likert 척도로 구성하였다. 문항 중 ‘자녀가 나를 좋은 부모라고 생각하는지에 대한 확신이 없다’와 ‘자녀가 나를 좋은 부모라고 생각하는지에 대한 확신이 없다’는 역 측정되며 총점의 범위는 9~45점으로 총점이 높을수록 양육효능감이 높다는 것을 의미한다. 이은희(2020)의 연구에서 Cronbach’s α 는 .88로 나타났고 본 연구에서도 .85로 양호한 신뢰도를 나타냈다.

코로나19로 인한 변화 정도 척도. 코로나19로 인한 변화도를 측정하기 위하여 중독포럼(2020)에서 사용한 문항들을 토대로 측정도구를 구성하였다. 전반적 우울감과 불안감의 변화, 부모

자녀관계, 자녀의 하루 평균 스마트폰 이용시간, 온라인게임 이용시간 등 온라인 관련 지출 변화, 자녀의 정신건강에 대한 총 9문항을 재구성하였다. 먼저 우울과 불안 등 정신건강 변화에 대해서는 코로나19 확산 이후 전반적 우울감과 불안감의 변화에 대해 ‘매우 줄었다’를 1점, ‘매우 늘었다’를 5점으로 한 Likert형 척도로 측정하였다. 자녀와의 관계, 자녀의 정신건강의 변화에 대해서는 코로나19 확산 이후 ‘매우 나빠졌다’를 1점, ‘매우 좋아졌다’를 5점으로 한 Likert형 척도로 측정하였다. 마지막으로 코로나19가 유행한 이후 자녀의 하루 평균 스마트폰 이용시간과 온라인게임 이용시간에 대해서는 ‘2시간 이상 증가’, ‘1시간에서 2시간 정도 증가’, ‘30분에서 1시간 정도 증가’, ‘변화없음’, ‘30분에서 1시간 정도 감소’, ‘1시간 이상 감소’로 5점 Likert 척도로 제시하여 변화를 측정하였다.

분석방법

연구대상의 인구 통계적 특성을 알아보고자 빈도분석과 평균, 표준편차 등 기초통계를 실시하고 부모자녀관계, 부모효능감 척도의 평균 및 표준편차 등 기초통계를 실시하였다. 학부모 개인의 정신건강 상태를 파악하기 위하여 평균과 표준편차

등 기초통계를 실시하였으며 자녀발달단계별 집단 간 차이를 확인하기 위해 분산분석을 실시하였고 유의미한 차이를 보이는 집단에 한해서 Scheffe의 사후검증을 실시하였다. 또한 부모자녀관계 및 부모효능감에서 연구대상의 자녀발달단계별 집단 간 차이를 확인하기 위하여 교차분석을 실시하였다. 모든 자료는 SPSS 22.0으로 분석하였다.

결과

상관 분석

주요 변인들 간의 상관계수는 표 1에 제시하였다. 분석 결과, 부모자녀관계는 부모효능감($r=.57, p<.001$)과 유의미한 정적 상관을 보였고 우울($r=-.28, p<.001$) 및 불안($r=-.22, p<.001$)과는 부적 상관을 보였다. 부모효능감 역시 우울($r=-.39, p<.001$) 및 불안($r=-.28, p<.001$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 그러나 부모자녀관계($r=-.07, n.s.$)와 부모효능감($r=-.10, n.s.$) 모두 코로나19에 대한 걱정과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 한편, 우울($r=.25, p<.001$)과 불안($r=.30, p<.001$)은 코로나19에 대한 걱정과 정적으로 유의미한 상관관계를

표 2. 주요 변인들간의 상관(N=524)

	1	2	3	4	5
1. 부모자녀관계	1				
2. 부모효능감	.57***	1			
3. 우울	-.28***	-.39***	1		
4. 불안	-.22***	-.28***	.78***	1	
5. 코로나19에 대한 걱정	-.07	-.10*	.25***	.30***	1

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

가지고 있는 것으로 나타났다.

학부모의 정신건강

학부모 개인의 정신건강 상태를 파악하기 위하여 우울과 불안에 대한 평균과 표준편차 등 기술 통계를 실시한 결과는 표 3과 같다. 학부모의 전반적 우울 수준을 측정하기 위하여 실시한 우울증 선별도구(PHQ-9)의 전체평균은 4.70이었는데 초등학교에 다니는 자녀를 둔 부모들의 우울평균이 4.82로 가장 높게 나타났으며 미취학 아동을 둔 부모는 4.79, 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모의 경우 4.50으로 가장 낮게 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다($F(2, 521)=.28, n.s.$). 학부모의 불안 수준을 측정하기 위하여 실시한 불안장애 선별도구(GAD-7)의 전체평균은 3.25이었는데 미취학 아동을 둔 부모가 3.41로 가장 높게 나타났으며 초등학교와 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모의 경우 각각 3.26,

3.10으로 나타나 집단 간 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았으나($F(2, 521)=.27, n.s.$) 어린 자녀를 둔 부모일수록 불안을 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다. 또한 학부모들이 경험하는 코로나19에 대한 걱정과 두려움의 전체평균은 2.16이었는데 초등학교에 다니는 자녀를 둔 부모가 2.19로 가장 높게 나타났으며 미취학 아동을 둔 부모가 2.16, 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모가 2.14로 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다($F(2, 521)=.41, n.s.$).

우울증 선별도구(PHQ-9)와 불안장애 선별도구(GAD-7)의 평균점수 절단점(10점 이상)을 통하여 우울과 불안장애 위험수준을 평가한 결과는 표 4와 같다. 학부모들의 우울정도는 ‘정상 수준(0~4점)’이 58.8%로 가장 높았고 우울 위험군(중간 수준+심한 수준)은 전체의 12.8%로 나타났다. 이외에도 평균점수 5점~9점에 해당하는 ‘가벼운 수준’의 우울이 28.4%, 10점~19점에 해당하는 ‘중간 수준’의 우울이 11.8%로 나타났으며 20점 이상

표 3. 자녀의 발달단계별 학부모 정신건강

측정변인	미취학		초등		중고등		전체	
	<i>n</i>	<i>M(SD)</i>	<i>n</i>	<i>M(SD)</i>	<i>n</i>	<i>M(SD)</i>	<i>n</i>	<i>M(SD)</i>
우울(PHQ-9)	163	4.79(4.19)	179	4.82(4.60)	182	4.50(4.68)	524	4.70(4.50)
불안(GAD-7)	163	3.41(4.23)	179	3.26(3.56)	182	3.10(4.04)	524	3.25(3.94)
코로나19에 대한 걱정	163	2.16(3.55)	179	2.19(3.65)	182	2.14(4.25)	524	2.16(3.83)

표 4. 우울과 불안 위험군

측정변인	정상 수준 <i>N</i> (%)	가벼운 수준 <i>N</i> (%)	중간 수준 <i>N</i> (%)	심한 수준 <i>N</i> (%)
우울(PHQ-9)	308(58.8)	149(28.4)	44(11.8)	23(1.0)
불안(GAD-7)	390(74.4)	95(18.1)	26(5.0)	13(2.5)

주. 우울(PHQ-9) 0~4점 정상수준, 5~9점 가벼운 수준, 10~19점 중간 수준, 20점 이상 심한 수준
불안(GAD-7) 0~4점 정상수준, 5~9점 가벼운 수준, 10~14점 중간 수준, 15점 이상 심한 수준

‘심한수준’의 우울을 경험하고 있다고 응답한 참여자는 전체의 1.0%로 낮게 나타났다. 학부모들의 불안정도는 ‘정상수준(0~4점)’이 74.4%로 가장 많았다. 불안위험군(중간 수준+심한 수준)은 전체의 7.5%로 나타났고 5점~9점에 해당하는 ‘가벼운 수준’의 불안이 18.1%, 10점~14점에 해당하는 ‘중간 수준’의 불안이 5.0%로 나타났으며 15점 이상 ‘심한 수준’의 불안을 경험하고 있다고 응답한 참여자는 전체의 2.5%로 나타났다.

표 5에서 코로나19 이후 우울과 불안의 변화정도를 분석한 결과, 우울감이 증가했다는 응답이 62.0%로 나타났고(매우 늘었다+조금 늘었다), ‘변화가 없다’는 응답이 33.0%, ‘줄었다(조금 줄었다+매우 줄었다)’는 응답이 5.0%로 나타났다. 불안감의 경우 증가했다는 응답이 60.5%로 나타났고(매우 늘었다+조금 늘었다), ‘변화가 없다’는 응답이 35.5%, ‘줄었다(조금 줄었다+매우 줄었다)’는 응답이 4.0%로 나타났다.

부모자녀관계와 부모효능감

자녀의 발달수준에 따라 학부모의 부모자녀관계와 부모효능감의 차이가 있는지 검증하기 위하여 분산분석을 실시하였다. 표 6에 제시되어 있는 바와 같이, 자녀의 발달단계에 따라 부모효능감의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다($F=2.27, p<.001$). 반면에 자녀의 발달단계에 따라 부모자녀관계 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($F=12.86, p<.001$). 또한 효과크기($\eta^2=.04$)를 고려할 때, 발달단계가 부모자녀관계에 미치는 영향은 작은~ 중간 정도인 것으로 보인다. 따라서 자녀의 발달단계에 따라 구체적으로 부모자녀관계의 차이가 어떠한지를 분석하기 위해 사후분석을 시행하였다. 집단 간 사례 수가 다르고 Levene의 등분산 검증에서 등분산 가정이 위배되어($F=5.66, p=.004$) Games-Howell Post-Hoc Test를 통해 사후분석을 시행한 결과, 미취학 학생의 부모가 초·고등학생 및 중·고등학생의 부모에 비하여 부모-자녀 관계를 더 좋게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

표 5. 코로나19 이후 우울과 불안 변화

	매우 줄었다 N(%)	조금 줄었다 N(%)	변화가 없다 N(%)	조금 늘었다 N(%)	매우 늘었다 N(%)
우울	13(2.5)	13(2.5)	173(33.0)	276(52.7)	49(9.3)
불안	14(2.7)	7(1.3)	186(35.5)	280(53.4)	37(7.1)

표 6. 자녀의 발달단계별 부모효능감 및 부모자녀관계 차이

측정변인	미취학 ^a	초등 ^b	중·고등 ^c	F	η^2	사후분석
	(<i>n</i> =163)	(<i>n</i> =179)	(<i>n</i> =182)			
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)			
부모자녀관계	30.0(3.41)	28.1(3.97)	28.3(4.38)	12.86***	.04	a>b=c
부모효능감	32.4(4.92)	31.6(4.81)	31.4(4.52)	2.22	<.01	

주. F=Welch's F, *** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$.

다. 반면, 초등학생의 부모와 중·고등 학생의 부모 간의 부모효능감의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

과거 부모교육 참여 여부에 따른 부모자녀관계 및 부모효능감을 살펴본 결과 표 7에 제시되어 있는 바와 같이 부모교육에 대하여 ‘들어보고 참여한 적이 있는’ 학부모들의 경우 부모효능감 평균이 29.27로 나타났고, ‘들어보았으나 참여한 적은 없는’ 학부모들의 경우 28.53으로 나타났다. ‘들어본 적도 없고 참여한 적도 없는’ 학부모들의 경우에는 부모효능감 평균이 27.67로 가장 낮게 나타났다. 집단별 차이를 확인한 결과, 집단 간 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며($F(2, 521) = 4.78, p < .01$), 사후검정 결과 부모교육에 참여한 경험이 있는 학부모의 경우 참여한 경험이 없는 학부모보다 부모효능감 수준이 높게 나타났다. 그러나 부모자녀관계의 경우 과거 부모교육 참여 여부에 따른 차이가 나타나지 않았다($F(2, 521) = 1.50, p > .05$).

코로나19로 인한 부모자녀관계 변화

코로나19로 인한 자녀와의 관계 및 자녀의 정신건강 변화를 알아본 결과는 표 8과 같다. 코로나19로 이후 자녀와의 관계변화는 ‘나빠졌다(매우 나빠졌다+조금 나빠졌다)’는 응답이 23.1%, ‘변화가 없다’는 응답이 57.1%, ‘좋아졌다(조금 좋아졌다+매우 좋아졌다)’는 응답이 19.9%의 비율로 나타났다. 코로나19 유행 이후 자녀의 정신건강(우울, 불안, 스트레스)의 변화가 있었는지를 분석한 결과, ‘나빠졌다(매우 나빠졌다+조금 나빠졌다)’는 응답이 41.6%, ‘변화가 없다’는 응답이 52.7%, ‘좋아졌다(조금 좋아졌다+매우 좋아졌다)’는 응답이 5.7%의 비율로 나타났다.

코로나19가 유행한 이후, 자녀의 하루 평균 스마트폰 이용시간 변화는 ‘2시간 이상 증가’했다는 응답이 전체의 45.2%로 가장 많았고 변화 없음(23.9%), 1시간에서 2시간 정도 증가(17.6%), 30분에서 1시간 정도 증가(13.0%) 순으로 나타났다. 또한, 전체 응답자 중 코로나19 이후 자녀의 하루 평균 스마트폰 이용시간 변화는 ‘증가했다’는 응답

표 7. 부모교육 여부에 따른 부모효능감 및 부모자녀관계

	1 (<i>n</i> =332)	2 (<i>n</i> =174)	3 (<i>n</i> =18)	전체 (<i>n</i> =524)	<i>F</i>	사후검증
부모효능감	29.27(3.14)	28.53(3.03)	27.67(4.19)	28.97(3.17)	4.78**	1>3
부모자녀관계	28.64(4.15)	29.08(3.80)	27.56(3.99)	28.75(4.03)	1.50	n.s.

주. 1. 부모교육에 대해 들어보고 참여한 적이 있다, 2. 들어보았으나 참여한 적은 없다, 3. 들어본 적도 없고 참여한 적도 없다. ** $p < .01$.

표 8. 코로나19 이후 부모자녀관계 및 자녀의 정신건강의 변화

	매우 나빠졌다 <i>N</i> (%)	조금 나빠졌다 <i>N</i> (%)	변화가 없다 <i>N</i> (%)	조금 좋아졌다 <i>N</i> (%)	매우 좋아졌다 <i>N</i> (%)
자녀와의 관계	13(2.5)	108(20.6)	299(57.1)	90(17.2)	14(2.7)
자녀의 정신건강 평가	20(3.8)	198(37.8)	276(52.7)	29(5.5)	1(0.2)

이 전체의 75.8%로 나타났고 ‘감소했다’는 응답은 0.4%로 매우 낮게 나타나 코로나19 이후 스마트폰 이용시간이 전반적으로 증가했음을 알 수 있다. 또한 자녀의 하루 평균 온라인게임 이용시간의 변화는 ‘변화 없음’이 전체의 39.3%, ‘2시간 이상 증가’했다는 응답이 전체의 30.3%로 나타났고 1시간에서 2시간 정도 증가(15.3%), 30분에서 1시간 정도 증가(14.5%) 순으로 나타났다. 또한, 전체 응답자 중 코로나19 이후 자녀의 하루 평균 온라인게임 이용시간 변화는 ‘증가했다’는 응답이 전체의 60.1%로 나타났고, ‘감소했다’는 응답은 0.6%로 매우 낮게 나타나 코로나19 이후 온라인게임 시간이 전반적으로 증가했음을 볼 수 있다.

코로나19가 유행한 이후 자녀와의 관계에서 어려운 점에 대해 분석한 결과는 표 10와 같다. 가

장 어려운 점에 대해서는 자녀의 학습관리가 20.1%로 가장 많았고 자녀의 식사준비 증가(18.6%), 자녀의 생활관리(17.7%), 개인적인 시간의 부족(16.9%), 양육비의 증가(10.1%) 순이었다. 구체적으로 살펴보면 미취학 자녀를 둔 부모는 개인적인 시간부족이 21.4%로 가장 많은 비율을 차지했고, 자녀의 식사준비 증가(17.6%)와 자녀의 생활 관리(15.3%) 순으로 나타났다. 초등학교에 다니는 자녀를 둔 부모의 경우 자녀의 학습관리가 28.6%로 가장 많은 비율을 차지하였으며 자녀의 식사준비 증가(20.6%), 개인적인 시간의 부족(18.7%), 자녀의 생활 관리(18.3%) 순이었다. 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모의 경우는 자녀의 학습관리가 24.6%로 가장 많은 비율을 차지하였으며 자녀의 생활관리(23.7%), 자녀의 식사준

표 9. 코로나19 이후 자녀의 스마트폰 이용 시간 변화

	2시간 이상 증가 N(%)	1-2시간 증가 N(%)	30분-1시간 증가 N(%)	변화 없음 N(%)	30분-1시간 감소 N(%)	1시간 이상 감소 N(%)
스마트폰 이용시간	237(45.2)	92(17.6)	68(13.0)	125(23.9)	1(0.2)	1(0.2)
온라인게임 이용시간	159(30.3)	80(15.3)	76(14.5)	206(39.3)	1(0.2)	2(0.4)

표 10. 코로나19로 인하여 자녀와의 관계에서 어려운 점

	N(%)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
미취학 (<i>n</i> =163)	62(11.8)	80(15.3)	92(17.6)	61(11.6)	51(9.7)	112(21.4)	45(8.6)	7(1.3)
초등 (<i>n</i> =179)	150(28.6)	96(18.3)	108(20.6)	50(9.5)	58(11.1)	98(18.7)	55(10.5)	2(0.4)
중·고등 (<i>n</i> =182)	129(24.6)	124(23.7)	115(21.9)	35(6.7)	62(11.8)	77(14.7)	27(5.2)	0(0.0)
전체 (<i>n</i> =524)	341(20.1)	300(17.7)	315(18.6)	146(8.6)	171(10.1)	287(16.9)	127(7.5)	9(0.5)

주. 1. 자녀의 학습관리, 2. 자녀의 생활관리, 3. 자녀의 식사준비 증가, 4. 집안관리, 5. 양육비 증가, 6. 개인적인 시간부족, 7. 부모 스트레스 증가로 인한 자녀와의 관계악화, 8. 기타

비 증가(21.9%) 순으로 나타나 어린 자녀를 둔 부모의 경우 개인적인 시간의 부족과 자녀의 식사 준비로 어려움을 겪는 반면, 청소년기 자녀를 가진 부모의 경우에는 자녀의 학습관리와 생활 관리에 더 큰 어려움을 겪고 있는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 코로나19 사태가 장기화됨에 따라 학교와 단체모임이 제한되는 등 사회적 환경이 급변하는 상황에서 다양한 발달단계에 속한 자녀들을 양육하는 학부모들의 정신건강 및 부모자녀관계의 실태를 파악하고자 하였다. 이를 위하여 서울지역의 A교육청의 협조 하에, 37개 어린이집 및 유치원과 21개 초등학교, 23개의 중·고등학교에 재학 중인 자녀의 학부모 전체를 대상으로 연구를 진행하였다. 자발적으로 참여한 연구대상은 최종 유치원생 학부모 163명, 초등학교생 학부모 179명, 중·고등학교생 학부모 182명이었고, 이들을 대상으로 개인 정신건강과 부모자녀관계의 정도 및 변화를 측정하였다. 주요 연구결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에 참여한 학부모들의 정신건강 실태를 살펴보면, 우울과 불안의 평균 수치는 양호한 수준이었으며 자녀의 발달단계에 따라 차이를 보이지 않았다. 본 연구에서 학부모들의 전반적 우울점수와 불안점수의 평균은 정상군에 속하는 것으로 나타났고, 12.8%의 학부모가 우울위험군에, 7.5%가 불안위험군에 속하는 것으로 나타났다. 이는 2020년 9월 전 국민을 대상으로 실시한 ‘코로나19 국민정신건강 실태조사(한국트라우마스트레스학회)’보다는 양호한 결과로 ‘확률적 표본추

출방식’을 활용하여 비교적 전 국민이 고르게 포함되는 무선표집 방식으로 조사한 전국민 실태조사와 달리, 본 연구는 학교의 공문을 보고 자발적으로 참여한 학부모들을 대상으로 실시한 설문 방식의 차이로 인한 결과로 추정된다. 즉, 본 연구의 경우 자녀 학교의 공문을 자세히 읽고 자발적 설문조사에 참여한 비율이 10% 이하임을 고려할 때 비교적 자녀의 교육에 관심이 많은 건강한 표본이 연구에 참여했을 가능성이 많고 자녀의 학교를 통하여 설문에 참여하였기 때문에 ‘우울’과 ‘불안’ 등 부정적인 문항에 솔직하게 대답하지 않을 가능성이 있었다. 따라서 코로나19 상황에서 우울과 불안 고위험군에 속하는 학부모들의 비율이 열 명 중 한 명에 달한다는 연구결과에 주의할 필요가 있으며 이들의 정신건강에 대한 구체적인 조사와 대처가 필요하다고 할 수 있다.

둘째, 학부모들은 코로나19로 인하여 정신건강상 부정적 변화를 겪고 있는 것으로 나타났다. 본 연구에서 학부모들은 코로나19 이후에 우울과 불안의 변화정도에 대한 문항에서 우울과 불안이 증가했다는 응답이 각 62.0%와 60.5%를 보였는데, 이는 전 국민을 대상으로 실태조사(2020, 중독포럼)의 45.5%, 45.1%보다 월등히 높은 수치이다. 또한 코로나19에 대한 걱정과 두려움에 대한 척도에서도 ‘코로나19 국민정신건강 실태조사(2020, 한국트라우마스트레스학회)’의 평균보다 상당히 높은 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 학부모들의 우울감과 불안감은 전 국민 평균보다 낮은 수준이지만 코로나19로 인하여 겪고 있는 정신건강상의 부정적 변화는 더 많이 증가한 것임을 알 수 있다. 이는 코로나19가 장기화되면서 학교와 공공시설의 이용이 중단되는 등 자녀의 교육환경

이 급변하고 코로나19로 인하여 자녀들의 안전과 정상적 발달이 보장되지 않는 현실에 대한 학부모들의 자연스러운 반응이라 할 수 있을 것이다. 만약, 통제할 수 없는 재난 상황이 발생하면 어린 자녀를 둔 학부모들에게는 자녀들의 안전과 미래에 대한 불안과 걱정 및 두려움이 가중되기 마련이다. 어느 정도의 불안과 걱정 및 두려움은 적절한 대처행동을 하도록 하지만 과도할 경우 부모 개인의 정신건강에 부정적 영향을 미치고 이는 장기적으로 자녀양육에도 부정적인 결과를 초래할 수 있다. 따라서 코로나19로 인한 학부모들의 심리적 어려움을 이해하고 이들에게 코로나19 상황에서 자녀양육에 대한 보다 적절한 수준의 걱정과 대처행동을 할 수 있도록 돕는 다각적 개입을 제공하는 것이 필요하다.

셋째, 코로나19 상황에서 학부모들이 주관적으로 인식하는 부모자녀관계의 내용에 있어 자녀의 발달단계별에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학령기 이전 유치원생 자녀를 둔 부모의 경우, 다른 연령의 부모들보다 자녀와의 관계에서 더 친밀감을 느끼고 자녀와 충분히 대화하는 것으로 나타났다. 또한 어린자녀를 둔 부모일수록 자녀를 더 믿는다고 보고하여 어린 자녀와의 관계에서 부모들은 더욱 긴밀하고 애정적인 관계로 인식하는 것을 볼 수 있었다. 초등학교에 다니는 자녀를 둔 부모의 경우 자신이 다른 부모들보다 자녀와 더 자주 다툰다고 인식하고 있었고 자녀에게 화를 잘 내는 편이라고 보고하였다. 초등학교 학령기 자녀를 둔 부모들은 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모들보다는 자녀의 친구들에 대해 더 잘 안다고 느끼고 있었지만 자녀와의 갈등을 더 많이 경험하고 부모로서의 감정조

절에 어려움을 겪고 있음을 알 수 있다. 중·고등학교에 다니는 자녀를 둔 부모들은 자녀에 대해 잘 이해할 수 없다고 느끼고 있었고 자녀에게 덜 간섭을 한다고 보고하여 사춘기 자녀 이해 및 대처에 대한 어려움을 갖는 것을 알 수 있다. 이처럼 코로나19상황에서 초등학교 학령기 자녀를 둔 학부모들이 부모자녀관계에서 어려움을 많이 느끼고 있었는데, 이는 사춘기에 진입하는 초등학교 자녀와의 부모자녀관계 중요성을 강조한 다수의 기존연구들(김홍규, 신기철, 2005; 이미경, 김성희, 2011)과 상통하는 결과이다. 초등학교 자녀의 경우 부모의 통제가 어느 정도 영향을 미칠 수 있다고 생각하기 때문에 부모들은 자녀에게 요구하는 수준이 높아질 수 있으며 미취학 어린 자녀를 양육하는 것처럼 엄격한 규율을 요구할 경우 자녀와의 관계에서 갈등을 일으킬 수 있기 때문이다(김홍규, 신기철, 2005). 또한 점차 자신의 주장이 생기는 초등학교생이라는 발달상의 변화와 더불어 학습이 중요해지는 우리나라의 교육 상황에서 부모들이 자녀의 발달에 적응하여 양육태도를 변경하지 않는 경우 잦은 갈등을 유발하고 부모로서 감정조절의 어려움을 겪을 수 있으며 부모 효능감을 상실해갈 수 있다고 본다. 특히 본 연구에서는 이전에 부모교육에 참여한 경험이 있는 부모들이 그렇지 않은 부모들에 비해 부모효능감이 유의하게 높았는데 이는 부모로서 자녀의 발달단계에 따른 이해와 교육을 받은 경우, 자녀의 성장에 적응하며 사춘기 자녀양육에 도움이 된다는 연구들(김정옥, 구향숙, 2007)과 맥을 같이 한다. 따라서 초등학교 자녀를 둔 부모들이 보다 섬세하게 자녀의 발달과정을 이해하고, 자녀의 성향에 적합한 양육행동을 학습할 수 있도록 돕는 부

모교육 등의 개입을 마련하는 것이 필요하다.

넷째, 코로나19 사태가 부모들이 지각하는 자녀들의 정신건강 및 부모 자녀관계에 다양한 변화를 가져온 것으로 나타났다. 전체 학부모들의 23.1%가 코로나19 이후 자녀와의 전반적 관계가 나빠졌다고 응답하였고 19.9%의 학부모들은 좋아졌다고 답하였다. 학교와 회사, 공공시설 등이 폐쇄되면서 부모와 자녀가 함께 보내는 시간이 많아졌기 때문에 자녀 돌봄의 물리적 여력이 부족한 부모들은 자녀와의 관계가 악화된 것으로 보인다. 실제로 본 연구에서 학부모들은 코로나19 이후 자녀양육 어려움 내용에서 자녀의 학습관리, 식사준비, 생활관리, 개인시간 부족 및 경제적 어려움 등의 물리적 요소를 가장 많이 호소하였다. 그러나 물리적 측면에서 자녀 돌봄이 가능한 부모의 경우에는 보다 여유 있는 시간을 자녀와 보내면서 긍정적 관계변화를 경험하는 경우가 있었을 것으로 보인다.

반면, 부모가 지각하는 자녀의 정신건강(우울, 불안, 스트레스)의 변화에 대해서는 전보다 부정적으로 변화했다는 응답이 압도적으로 많았고 전보다 좋아졌다는 응답은 소수에 불과했다. 특히 코로나19 이후 자녀의 하루 평균 스마트폰 및 온라인게임 이용시간이 ‘증가했다’는 응답이 전체의 사분의 삼에 달할 만큼 압도적으로 많았고, ‘감소했다’는 응답은 매우 낮게 나타났다. 이는 자녀의 전 발달단계에 동일한 결과로 나타났는데 코로나19 이후 스마트폰 및 온라인게임 이용시간의 증가와 함께 자녀의 정신건강이 부정적으로 변화했음을 알 수 있었다. 학부모들이 인식하는 자녀의 정신건강이 코로나19 상황 속에서 부정적으로 변화했다는 결과는 부모들의 걱정을 반영하는 것이

기도 하지만, 실제로 학교생활을 포함한 사회적 관계를 상실한 자녀세대의 실질적 정신건강상 문제를 보여주는 것이라 할 수 있다. 실제로 미취학 유치원 아동기와 초등학교 학령기, 중·고등학교의 사춘기 모든 연령은 각 발달시기에 적합한 심리 사회적 과제를 수행하며 발달해가는 시기이다 (Erickson, 1963). 각 발달시기에 도달해야 할 과제가 존재하고, 이를 달성하면서 심리사회적 덕목을 습득하여 다음 발달단계로 전환해가는 것이다 (Erickson & Erickson, 1997). 그러나 코로나19로 인하여 각 발달단계에 습득하지 못한 덕목들은 우리 자녀들의 심리사회적 결핍으로 추후 발달에 영향을 미칠 가능성이 높다. 초등 학령기의 학습 결손만이 문제가 아니라 또래 관계와 단체 생활을 통하여 사회적 관계를 경험하면서 습득해야 할 다양한 사회적 기술과 심리적 능력이 결핍된 채로 성장할 수 있음을 고려해야 할 것이다. 따라서 현재 코로나19로 인하여 발생한 자녀들의 부정적 정신건강 문제를 조기에 발견하고 적실한 개입을 제공해야 하며, 결핍될 가능성이 높은 심리사회적 특성을 보완하기 위하여 다양한 방식의 사회적 장면을 제공하여 자녀들의 심리사회적 발달을 위하여 노력해야 할 것이다. 또한, 자녀의 심리사회적 발달과정에 대하여 학부모들이 보다 깊이 있게 이해하고 양육할 수 있도록 부모교육과 부모상담을 폭넓게 적극적으로 제공하는 것이 필요할 것이다.

본 연구는 코로나19의 장기화라는 시대적 재난 상황에서 우리나라 학부모들의 정신건강 및 부모 자녀관계의 현황과 변화정도를 파악하고자 하였다. 미취학부터 초등, 중·고등학생 자녀를 둔 학부모들을 대상으로 폭넓은 조사를 진행하였고 자녀

의 발달단계별로 자료를 분석하여 코로나19 시대 학부모들이 어떠한 정신건강상의 어려움을 겪으며 자녀와의 관계에서 어떤 내용의 변화를 경험하는지를 제시했다는 점에서 의의가 있다. 자료수집의 현실적 어려움으로 서울지역의 A 교육청에 소속된 학교를 중심으로 자료를 수집하였으며 비대면 방식의 온라인 기반 자료를 수집하였기 때문에 연구결과의 일반화에 한계가 있을 수 있다. 추후에는 보다 다양한 지역의 학부모들을 대상으로 연구를 진행할 것을 제안하며 양적인 결과 외에도 질적연구를 통한 세밀한 경험연구를 진행한다면 보다 현실적이고 적실한 결과를 얻을 것으로 생각한다. 또한 코로나19로 인한 변화정도를 측정하는 척도가 개발되지 않았기 때문에 기존의 전국민 실태조사에서 사용한 문항들을 활용한 점과 자료접근의 어려움으로 인해 기존 전국민 실태조사와의 통계적 비교가 어려웠던 점은 본 연구의 한계라 할 수 있다. 후속 연구에서는 코로나19로 인한 변화 척도를 개발하여 타당화할 것을 제안하며, 타당화된 척도를 사용하여 보다 체계적인 비교연구를 진행할 것을 제안한다. 본 연구결과를 기초로 추후 다양한 연구자들과 교육기관에서 학부모들의 요구와 현실에 적합한 부모교육 및 부모상담 프로그램이 기획하고 개발하여 지역 사회 단위를 중심으로 적극적으로 제공하기를 기대한다.

참 고 문 헌

- 김수연 (2020). 코로나 블루, 코로나 앵그리-여러분의 마음은 괜찮으신가요?. 여성우리, 64, 14-17.
- 김정옥, 구향숙 (2007). 초등학교 부모자녀 관계 향상 프로그램이 어머니의 양육태도에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 25(1), 113-125.
- 김홍규, 신기철 (2005). 부모-자녀관계와 초등학교의 정서적 특성과의 관계. 교육문화연구, 11, 289-311.
- 서종근(2015). Validation of the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) and GAD-2 in patients with migraine: 편두통 환자에서 범불안장애 설문지의 타당성 연구. 경북대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 신숙재, 정문자 (1998). 어머니의 양육 스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향. 아동학회지, 19(1), 27-42.
- 안제용, 서은란, 임경희, 신재현, 김정범 (2013). 한국어판 우울증 선별도구 (Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9) 의 표준화 연구. 생물치료정신의학, 19(1), 47-56.
- 여성가족부 (2014). 청소년백서. 서울: 여성가족부.
- 여성가족부 (2015). 2015년 가족실태조사. 서울: 여성가족부.
- 이동훈, 김지윤, 강현숙 (2016). 메르스 (MERS) 감염에 대해 일반대중이 경험한 두려움과 정서적 디스트레스에 관한 탐색적 연구. 한국심리학회지: 일반, 35(2), 355-383.
- 이미경, 김성희 (2011). 초등학교생용 부모자녀관계 척도 개발. 상담학연구, 12(3), 997-1017.
- 이서영, 곽대훈 (2020). 부모의 양육태도가 청소년 비행에 미치는 영향. 한국범죄심리연구, 16(1), 139-158.
- 이은희 (2020). 발달장애 청소년 자녀를 둔 아버지의 장애 수용이 양육효능감에 미치는 영향 : 사회적 지지를 조절 변인으로. 서울사이버대학교 상담심리대학원 석사학위 청구논문.
- 정옥분, 정순화 (2007). 예비부모교육. 서울: 학지사.
- 중독포럼 (2020). 코로나19 전후 음주, 온라인게임, 스마트폰, 도박, 음란물 등 중독성 행동변화 긴급 실태조사. 서울: 중독포럼.
- 진미정, 성미애, 손서희, 유재언, 이재림, 장영은 (2020). 코로나19 확산에 따른 가족생활 및 가족관계의 변화와 스트레스. *Family and Environment Research*, 58(3), 447-461.

- 한국청소년개발원 (2005). 청소년 문제행동의 사회적 비용구조분석 연구. 서울: 한국청소년개발원.
- 한국트라우마스트레스학회 (2020). 2020년 9월 국민 정신건강실태조사. 경북: 한국트라우마스트레스학회.
- Boss, P. (2002). *Family stress management: A contextual approach* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Boss, P., Bryant, C. M., & Mancini, J. A. (2016). *Family stress management: A contextual approach*. CA: Sage Publications.
- Carlson, D., Petts, R., & Pepin, J. (2020). *US couples' division of Housework and childcare during COVID-19 pandemic*. socarXiv. Preprint], Available online at: <https://covid19.tabipacademy.com/2020/07/10/us-couples-divisions-of-housework-and-childcare-during-covid-19-pandemic/> (accessed August 22, 2021).
- Erickson, E. (2014). *유년기와 사회*[Child and Society. 2nd edition]. (역: 송제훈) 고양: 연암서가 (원전은 1950년에 출판).
- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The life cycle completed (extended version)*. New York-London: WW Norton & Company.
- Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and adolescent psychiatry and mental health, 14*, 1-11.
- Gibaud-Wallston, J., & Wandersman, L.P. (1978). *Development and utility of the Parenting Sense of Competence Scale*. Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine, 166*(10), 1092-1097.
- Spitzer, R. L., Williams, J. B., Kroenke, K., Linzer, M., Verloin deGruy, F., Hahn, S. R., Brody, D., & Johnson, J. G. (1994). Utility of a new procedure for diagnosing mental disorders in primary care: the PRIME-MD 1000 study. *JAMA, 272*(22), 1749-1756.

원고접수일: 2021년 8월 6일

논문심사일: 2021년 8월 16일

게재결정일: 2021년 9월 16일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2021. Vol. 26, No. 5, 943 - 959

Parent-Child Relationship During the Covid-19 Pandemic

Hyun-Seob Cho Chongshin University Assistant Professor	Young-Joo Han Korea Counseling Graduate University, Associate Professor	Sung-Doo Won Ajou University Assistant Professor	
Hee-Sun Kim Korea Counseling Graduate University, Doctoral Student	Ji-Hye You Korea Counseling Graduate University, Student of Mater's course	Jae-Won Choi Chung-Ang University Student of Mater's course	Yoo-Bin Hwang Iowa State University, BS

As the Covid-19 prolongs, the rapid change in the social environment, such as the restrictions in schools and group gatherings, impacted parents and their children. The purpose of this study is to provide a basic guideline for parents of school-aged children to prepare for their alternative parenting in the Covid-19 pandemic by understanding the current status of their mental health and their parent-child relationship. An online survey was administered to 524 parents from 37 kindergartens and daycares, 21 elementary schools, and 23 middle and high schools in Seoul, using the individual mental health-related scales, parent-child relationship-related scales, parental efficacy, and scales measuring the degree of changes after Covid-19. The results showed the level of depression and anxiety of parents was in a normal range. However, participants have been experiencing negative changes in their mental health after Covid-19 and containing more worries and anxieties about the coronavirus. Also, both negative and positive changes have been reported by recognitions of parents about their parent-child relationship after Covid-19. Moreover, mental health such as depression and anxiety in children represented an adverse change, and their smartphone and internet use has been increased. For realistic and practical intervention in advance, ways to utilize the current status of mental health in parents who are rearing children in Covid-19 and their parent-child relationship as elemental data were discussed.

Keywords: mental health in Covid-19, mental health in parents, parent-child relationship, current status in Covid-19, parental efficacy