

학업모의 양육불안과 안녕감의 관계에서 배우자 양육협력의 매개효과와 학습몰입의 조절효과*

조 기 란 이 정 미†

서울상담심리대학원대학교


본 연구는 학업모의 양육불안과 안녕감의 관계에서 배우자 양육협력의 매개효과와 학습몰입의 조절효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 배우자와 함께 서울, 경기도, 인천에 거주하는 만 3~9세 자녀를 둔 30, 40대 기혼여자대학원생 182명을 대상으로 온라인으로 자료를 수집하였고, PROCESS Macro Model 4, 1, 5를 이용하여 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 완전매개하는 것으로 밝혀졌다. 둘째, 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절하였다. 셋째, 학업모의 양육불안과 안녕감 간의 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과와 학습몰입의 조건부직접효과가 모두 유의하였다. 본 연구결과는 어린 자녀를 양육하는 학업모의 안녕감을 증진하기 위해 배우자의 양육협력과 학업모의 학습몰입을 함양할 수 있는 심리교육 및 상담개입은 물론이고, 학업모와 그 가족을 위한 실효성 있는 정책과 제도 마련에 활용될 수 있을 것이다.

주요어: 학업모, 양육불안, 안녕감, 배우자 양육협력, 학습몰입

* 본 연구는 2023년 한국여성심리학회 학술연구공모전의 우수상에 선정되었음.

† 교신저자: 이정미, 서울상담심리대학원대학교 상담심리학과 부교수, 서울시 종로구 율곡로 154,

E-mail: bice0213@gmail.com

 Copyright © 2024, The Korean Society for Woman Psychology. This is an Open Access article This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial Licenses (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2011년부터 우리 사회에는 청년세대가 결혼과 취업 등 자신의 욕구들을 포기하는 현상이 대두되었으며(한금윤, 2015), 현재 우리가 마주한 현실에서는 저출산·고령화가 심각한 사회 문제로 자리 잡았다. 이러한 사회적 흐름 한가운데에서도 희망을 품고 미래를 준비하는 이들이 있다. 바로 ‘학업모’이다. 학업모는 학업과 양육을 병행하는 어머니(백경선, 2011)로서, ‘스터디맘’(studying mom) 또는 ‘엄마 대학원생’으로 불리는데(서정원, 2015; 시본영, 김현주, 2018), 본 연구에서는 유아기 및 아동기의 자녀를 둔 기혼여자대학원생을 말한다. 이들은 그들 자신이 미래의 중요한 인력 자원이자 다음 세대를 양육하는 사람으로서 중요한 사회적 가치를 지닌다(서정원, 2015). 2021년 교육통계연보를 살펴보면, 우리나라 대학원생 중 여성이 차지하는 비율은 51.6%로서 16만 8,983명에 달하며, 이들 중 약 41.7%는 같은 해 초산을 경험한 여성의 평균 연령인 32.3세(통계청, 2022)보다 나이가 많은 것으로 나타났다. 이는 대학원에 재학 중인 여성의 상당수가 현재 학업모이거나, 가까운 미래에 학업모가 될 가능성이 큼을 시사한다(서정원, 2015).

‘학업모’는 엄마로 사는 삶에 국한하지 않고, 미래를 위한 개인적 노력을 이어가는 용기 있는 여성이라 볼 수 있을 것이다. 이에, 김은하 등(2008)과 오향지(2018)는 이들을 ‘긍정적 삶의 지혜를 발휘하고 다양한 전략을 세우며, 자신의 역할에 책임을 다하고자 분투하는 사람들로 정의하기도 하였다. 그러나 시본영과 김현주(2018)의 연구에 의하면, 다수의 학업모가 신체적·심리적 소진으로 인해 학업 지속에 있어 어려움을 겪는 것으로 보고되기도 하였다. 팬데믹 이후 국내외에서 이루어진

여러 연구(정유진, 2020; 진미진, 손은정, 2021; Almasri et al., 2022; Bolotnyy et al., 2022; Okoro et al., 2022)에서 대학원생의 심리적 건강을 우려하는 목소리가 점차 커지고 있는 가운데, 오혜인 등(2021)의 연구에서도 어린 자녀를 양육하며 대학원에 재학 중인 학업모의 경우, 코로나19 이후 한층 가중된 양육부담으로 인해 정서적 어려움을 더 크게 경험하는 것으로 나타났다. 이 같은 현 상황을 고려할 때, 유·아동기의 어린 자녀를 키우며 대학원에 재학 중인 학업모의 안녕감(well-being)에 관한 연구가 필요하다고 하겠다.

‘안녕감’이란, 개인 또는 사회 구성원으로서의 정서적·심리적·사회적 건강을 말한다(Keyes, 2002; Keyes et al., 2002). 특별히 학업모의 안녕감에 대해 살펴보면, 이들은 학업으로 인한 만족감과 성취감, 아이로부터의 행복감도 경험하지만, 다중역할에 따른 신체적·심리적 소진으로 인해 우울감과 절망감 또한 경험하는 것으로 밝혀졌다(정현정, 2018). 특히 학계로부터 수용되지 않는다는 소외감과 상대적 박탈감, 학비 등 자신의 학업 관련 지출로 인한 경제적 부담감과 아이와 보내는 시간의 부족함으로 인한 죄책감을 경험하였다(시본영, 김현주, 2018). 더불어 불안정한 정체성으로 인한 좌절감, 미래에 대한 불안감, 모성과 관련한 주변의 비난에서 비롯된 위축감과 서운함을 경험하는 것으로 보고되었다(시본영, 김현주, 2018; 오혜인 등, 2021). 이처럼 학업모는 학업과 양육을 병행하면서 다양한 정서적 어려움을 경험하는 것을 알 수 있다.

한편, 또 다른 연구에서 이들 학업모는 성찰과 반성을 통해 자신의 신념을 실천하고 자기의 삶에서 최선을 다하고자 노력하면서(장정운, 강경미, 2019; 정현정, 2018), 자신의 미

래, 즉 중년기를 잘 준비하고 자기 생성을 위해 여러 역할을 균형감 있게 소화하고자 노력하는 것으로 보고되기도 하였다(김은하 등, 2008). 또한, 가정생활에서는 전통적인 성역할에서 요구되는 책임과 의무를 다하는 동시에, 대학원 생활에서는 사회활동을 통해 자신의 자리를 찾아가고자 노력한다(강설화, 2013). 이러한 점을 고려할 때, 학업모에게 있어 안녕감이란, 개인적이고 사적인 측면에서의 정서적·심리적 안녕감 외에도 공적인 측면의 사회적 안녕감(Keyes, 2002) 역시 중요하다고 하겠다. 이에 본 연구에서는 학업모의 안녕감을 정서적 안녕감이나 심리적 안녕감에 한정하지 않고, 정서적·심리적·사회적 측면의 통합적 개념으로 상정하고, 이러한 다양성을 포괄한 학업모의 안녕감에 영향을 미치는 주요 변인과 이들 간의 관계를 살펴보고자 하였다.

현대에는 다양한 양육 형태가 존재함에도 한국 사회에서는 여전히 어머니의 역할이 강조되고 있고, 과도한 교육열과 자녀에 대한 지나친 관심은 어머니의 양육불안을 초래한다(위지희, 채규만, 2015; 이재희, 박지희, 2020; 이현아, 이강이, 2021). 최근 영유아기 자녀를 둔 어머니 234명 대상으로 한 이수진 등(2021)의 연구에서 68.4%에 해당하는 160명이 불안을 경험하고 있다고 보고하였으며, 그 가운데 98명은 '경증 불안'을, 62명은 '중등도 이상의 불안'을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이를 감안하면, 어린 자녀를 양육하는 여성이 경험하는 불안의 비율과 그 정도는 결코 무시할 수 없다고 하겠다.

불안과 안녕감 간의 관계에 관한 연구를 살펴보면, 과제에 대한 압박감과 긴 공부 시간 등으로 인한 대학생의 불안과 우울은 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치며(Yüksel

& Bahadir-Yilmaz, 2019), 불안과 스트레스가 높은 대학생의 경우 안녕감이 낮은 것으로 나타났다(Calong & Comendador, 2021). 서우경과 김도연(2013), 그리고 Ersoy 등(2020)의 연구에서도 어린 자녀를 양육하는 어머니의 불안이 높은 경우 심리적 안녕감이 낮은 경향을 보였다. 이 같은 연구결과를 토대로, 자신의 학업을 이어가며 어린 자녀를 양육해야 하는 학업모의 안녕감에 있어 양육과 관련한 불안이 중요한 예측변인임을 가정할 수 있겠다.

그러나, '양육불안(parenting anxiety)' 관련 국내 선행연구들(이현아, 이강이, 2021; 임현주, 2020; 정계숙, 2019; 정세진, 신나리, 2018; 조경희, 김갑순, 2021)이 대부분 어머니와 자녀 사이의 관계에만 초점을 두어 이루어졌기에, 양육불안이 어머니의 안녕감에 미치는 직접적 영향을 밝힌 선행연구를 찾기 어려웠다. 다만, 양육불안과 매우 높은 정적 상관이 있는 변인으로 밝혀진 바 있는 '양육스트레스'(김소영, 2022; 이진희, 홍주연, 2022)가 안녕감에 미치는 영향을 분석하여 보고한 바 있는 최나리와 진미경(2014)의 연구를 살펴보면, 만 4~6세 아동의 어머니의 경우 양육스트레스가 높을수록 정서적 안녕감이 낮은 것으로 밝혀진 바 있다. 또한, 이소영 등(2013)은 미취학 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스가 심리적 안녕감을 가장 크게 떨어뜨리는 변인이라고 보고한 바 있기도 하다. 이를 고려할 때, '양육불안'이 학업모의 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 위험요인(risk factor)이라 가정할 수 있겠다.

다음으로, 학업모의 안녕감에 영향을 미치는 주요 변인으로 배우자 관련 변인을 들 수 있다. 특히 코로나19 상황에서 어린 자녀를 키우며 어머니가 경험한 심리적 어려움에 관한 연구(이병호 등, 2020; 이재희, 박지희,

2020)에서 배우자의 적극적인 도움과 지지가 중요한 요소임을 확인한 바 있다. 이에 본 연구에서는 학업모의 안녕감에 영향을 미치는 관계적 요인(interpersonal factor)으로 배우자의 양육협력에 주목하였다. ‘배우자 양육협력’은 부부가 자녀를 기르면서 서로 돕고 헌신하는 것(Cohen et al., 1985)을 일컫는데, 최근 잠재계층성장모형분석을 통한 연구(연은모, 최효식, 2020)에서도 아버지의 양육참여가 자녀의 문제행동을 감소시키고 어머니의 정신건강에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고되었다.

구체적으로 살펴보면, 어머니의 양육불안은 배우자의 양육참여 및 지지와 부적인 상관성이 있으며(김선미, 김정민, 2020; 손금옥, 김민진, 2022; 이애선, 정여주, 2022), 어머니의 양육불안이 높은 경우 배우자 지지를 낮게 지각하는 경향이 있는 것으로 나타났다(김소영, 2022). 또한, 배우자가 지지하고 양육에 참여할수록 어머니의 심리적 안녕감이 증가하는 것으로 밝혀졌다(권준호, 2022; 김경철, 강보미, 2022; 이소영 등, 2013). 특히, 학업에 대한 배우자의 적극적인 지지와 양육에 대한 도움은 학업모에게 다중역할의 추진력을 실어주는 것으로 보고되었고(시본영, 김현주 2018), 다중역할 수행자의 경우 배우자의 지지는 여성의 다중역할 수행 능력을 함양하며 심리적 안녕감을 높이는 데 도움을 주는 것으로 밝혀졌다(김지민, 유성경, 2022). 자녀양육에 있어서 배우자는 매우 중요한 요인으로서(Abidin, 1992; Belsky, 1984), 배우자의 양육협력이 학업모의 양육불안과 안녕감 간의 관계에 미치는 영향을 살펴보는 것은 의미 있는 작업일 것이다.

끝으로, 학업모의 양육불안과 안녕감 간의 관계에서 영향을 미치는 주요한 심리 내적 요

인(intrapersonal factor)으로 ‘학습몰입’에 주목하였다. 몰입(flow)은 고도로 집중된 상태를 말하는데, Maslow(1968)의 ‘절정경험’과 상응하는 경험으로 최고의 수행이 가능하며 그 자체로 즐거움을 느끼며 보상이 된다(Csikszentmihalyi, 1990; Privette, 1983). Csikszentmihalyi(1990)는 몰입이론을 통해 몰입과 불안이 서로 다른 경로로 작용한다고 밝힌 바 있으며, Jackson 등(1998)은 몰입에 영향을 미치는 요인으로 집중력 부족, 부적절한 걱정 등 불안을 쫓기도 하였다. 이외에도 여러 국내외 연구(오예근, 김경은, 2017; 유영달, 2009; 조수선, 주라헬, 2020; Asakawa, 2010; Fullagar et al., 2013; Rakei et al., 2022)에서 몰입과 불안의 부적인 관계가 밝혀진 바 있다.

또한, 학습몰입 수준이 높은 성인 학습자의 경우, 자존감과 내적 성장에 대한 만족도가 높고, 부적 정서 경험은 적게 하는 것으로 나타났다(趙繁菲 등, 2022), 높은 정서적 안녕감(오지은, 서현아, 2016)과 높은 심리적 안녕감(전산산, 권인탁, 2022)을 경험하는 것으로 밝혀졌다. 한편 학업에 몰입함에 따라 학업모가 자녀에 대해 갖는 죄책감이 커진다고 보고한 연구(시본영, 김현주, 2018)도 있으므로, 학습몰입 수준에 따라 양육불안이 학업모의 안녕감에 미치는 영향이 달라지는지 실증적 자료를 통해 살펴볼 필요가 있겠다.

이러한 배경에서 본 연구는 어린 자녀를 양육하며 대학원에 재학 중인 학업모의 안녕감에 영향을 미치는 주요 변인들을 상정하고, 이들 변인 간 관련성을 종합적으로 이해하고자, 다음과 같은 가설을 설정하였다.

첫째, 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개할 것이다.

둘째, 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안

녕감에 미치는 영향을 조절할 것이다.

셋째, 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개하며, 학습몰입은 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 것이다.

본 연구에서 변인들의 구조적 관계를 검증하기 위해 설정한 연구모형은 그림 1과 같다.

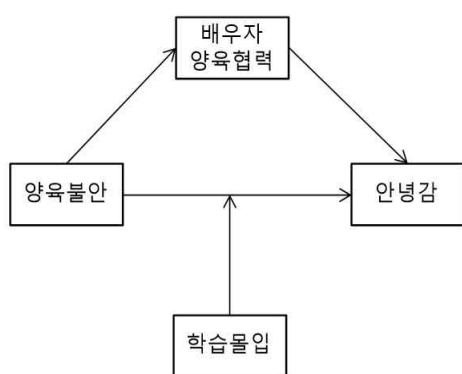


그림 1. 연구모형

방 법

연구참여자

본 연구는 배우자와 함께 서울, 경기도, 인천에 거주하면서 만 3~9세 자녀를 양육하는 30, 40대 기혼여성대학원생을 대상으로 하였다. 연구는 기관생명윤리위원회(IRB)의 연구승인(과제번호 2022-10)을 받아 윤리적 기준에 따라 진행하였으며, 참여자의 권리보호를 위해 연구목적, 설문에 대한 동의를 얻었으며, 동의 의사를 밝힌 참여자로부터 자료를 수집하여 분석하였다. 설문은 대학원 관련 카페 및 소셜네트워크서비스를 이용하여 온라인 설문 링크를 문자 또는 이메일로 전달

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
연령	30~39세	152	83.5
	40~49세	30	16.5
거주 지역	서울	94	51.6
	경기도	59	32.4
	인천	29	15.9
대학원 과정	석사	153	84.1
	박사	24	13.2
	석박사통합	5	2.7
배우자 외 양육자 수	없음	81	44.5
	1명	76	41.8
	2명 이상	25	13.7
자녀 수	1명	148	81.3
	2명	32	17.6
	3명	2	1.1

하는 방식으로 이루어졌으며, 수집된 213명의 자료 중 부적합하거나 불성실하게 응답한 자료를 제외하고 최종적으로 182명의 자료를 분석에 사용하였으며, 참여자의 일반적 특성은 표 1에 제시하였다.

표 1에서 보듯이, 연구에 참여한 학업모의 연령은 30대가 152명(83.5%)으로 40대 30명(16.5%)보다 월등히 많았으며, 학위과정은 석사과정 153명(84.1%) 박사과정 24명(13.2%), 석박사통합과정 5명(2.7%) 순이었다. 배우자 외 양육자가 없는 경우는 81명(44.5%), 1명인 경우 76명(41.8%), 2명 이상인 경우도 25명(13.7%)이었다. 자녀의 수는 1명인 경우 148명(81.3%), 2명인 경우 32명(17.6%), 3명인 경우가 2명(1.1%)으로 나타났다.

측정 도구

양육불안

학업모의 양육불안을 측정하기 위해 위지희와 채규만(2015)이 개발한 양육불안척도를 사용하였다. 총 26개 문항, 5개 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 방식(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)으로 평정하고, 점수가 높을수록 양육불안이 높은 것을 의미한다. 위지희와 채규만(2015)이 보고한 각 요인별 내적일치도는 부모역할 효능감으로 인한 불안 .87, 자녀와의 애착으로 인한 불안 .75, 자녀에 대한 염려 .81, 사회적 지지에 대한 염려 .79, 완벽주의로 인한 불안 .80, 전체 .94였으며, 본 연구에서는 각 요인별 .82, .80, .71, .70, .79 전체 .93이었다.

안녕감

학업모의 안녕감을 측정하기 위해 Keyes 등(2008)이 통합적 안녕감을 측정하고자 개발한 Mental Health Continuum-Short Form(MHC-SF)을 임영진 등(2012)이 타당화한 한국판 정신적 웰빙척도를 사용하였다. 총 14개 문항, 3개 하위요인으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 방식(0=전혀 없음, 5=매일)으로 평정하고, 점수가 높을수록 안녕감이 높음을 의미한다. 임영진 등(2012)이 보고한 각 요인별 내적일치도는 정서적 안녕감 .88, 심리적 안녕감 .90, 사회적 안녕감 .81, 전체 .93이었으며, 본 연구에서는 각 요인별 .80, .86, .85, 전체 .93이었다.

배우자 양육협력

학업모가 지각한 배우자의 양육협력을 측정하기 위해 Abidin과 Brunner(1995)가 개발한 Parenting Alliance Inventory(PAI)와 국내에서 상

용되고 있는 배우자의 양육협력 척도(신숙재, 1997)를 김정미 등(2014)이 수정·보완하여 타당화한 한국판 배우자 양육협력 검사를 사용하였다. 총 14개 문항, 2개 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 방식(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)으로 평정하고, 점수가 높을수록 배우자 양육협력이 큰 것을 의미한다. 김정미 등(2014)이 보고한 각 요인별 내적일치도는 양육참여 .90, 의견일치 .86, 전체 .92였으며, 본 연구에서는 각 요인별 .80, .71, 전체 .85였다.

학습몰입

학업모의 학습몰입을 측정하기 위해 김아영 등(2010)이 개발한 성인용 학습몰입척도를 사용하였다. 총 29개 문항, 9개 하위요인으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 방식(1=전혀 아니다, 6=매우 그렇다)으로 평정하고, 점수가 높을수록 몰입감이 강한 것을 의미한다. 김아영 등(2010)이 보고한 각 요인별 내적일치도는 도전-기술 균형 .82, 명확한 목표 .65, 구체적 피드백 .76, 행동-지각 일치 .73, 과제집중 .82, 통제감 .76, 자의식 상실 .79, 변형된 시간감각 .75, 자기목적적 경험 .90으로 보고되었으며, 본 연구에서는 각 요인별 .72, .71, .70, .80, .81, .81, .83, .76, .84, 전체 .94였다.

자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 IBM SPSS 21 프로그램과 PROCESS Macro 4.0을 이용하여 다음과 같은 방법에 따라 분석하였다. 우선, 수집된 자료의 객관성과 각 측정도구의 신뢰성을 검증하기 위하여 Cronbach's α 계수를 구하고, 수집자료에 대한 기술통계치를 구하여 정

규성을 확인하였다. 이후 연구참여자에 대한 주요 변인 간의 상관관계를 파악하기 위하여 Pearson 적률상관분석을 실시하였다. 또한, 분산팽창지수(Variation Inflation Factor, VIF)를 구하여 다중공선성을 확인하였다.

다음으로, 양육불안과 안녕감 간의 관계에서 배우자 양육협력의 매개효과와 학습몰입의 조절효과, 그리고 이를 통합한 조건부과정분석(conditional process analysis; Hayes, 2013)을 위해 Hayes(2013)의 PROCESS Macro Model 4, 1, 5를 이용하고 부트스트래핑 기법으로 유의성을 검증하였다. 추가로 학습몰입의 조절효과와 조건부직접효과의 경우 Johnson-Neyman 기법으로 유의영역을 확인하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

주요 변인들의 기술통계치 및 상관분석을 표 2에 제시하였다. 분석결과 모든 변인이 왜도의 절대값이 2 미만, 첨도의 절대값이 7 미만이라는 기준(Kline, 2015)에 부합하여, 자료가 정규분포 가정을 충족하는 것으로 확인되었다. 또한, 종속변수인 안녕감을 예측하는 변수 간의 다중공선성을 살펴본 결과, 분산팽창지수(VIF)가 1.11~1.30인 것으로 나타나 Hocking과 Pendleton(1983)의 기준인 10 이하에 잘 부합하므로, 다중공선성에 문제가 없는 것으로 확인되었다.

본 연구모형에 투입된 변인 간 상관분석결과를 살펴보면 다음과 같다. 우선 안녕감은 학습몰입($r=.65, p<.001$) 및 배우자 양육협력($r=.49, p<.001$)과 중등도의 정(+)적 상관을 나

표 2. 주요 변인 간 기술통계 및 상관분석

변인	1	2	3	4
1. 양육불안	-			
2. 안녕감	-.17*	-		
3. 배우자 양육협력	-.31***	.49***	-	
4. 학습몰입	-.11	.65***	.39***	-
평균	2.93	2.66	3.61	3.85
표준편차	.68	.91	.57	.75
왜도	-.52	.00	-.18	-.29
첨도	-.69	-.71	1.04	.68

주. $N=182$, * $p<.05$, *** $p<.001$

타냈으며, 양육불안($r=-.17, p<.05$)과는 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 다음으로, 양육불안은 배우자 양육협력($r=-.31, p<.001$)과 약한 부(-)적 상관을 나타냈으며, 학습몰입($r=-.11, p>.05$)과는 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 끝으로, 배우자 양육협력은 학습몰입($r=.39, p<.001$)과 중등도의 정(+)적 상관이 있는 것으로 나타났다.

양육불안과 안녕감 간의 관계에서 배우자 양육협력의 매개효과

학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향에서 배우자 양육협력의 매개효과를 검증하고자 Hayes(2013)의 PROCESS Macro Model 4를 이용하고, 간접효과에 대한 유의성은 부트스트래핑 기법을 사용하여 검증하였다. 검증 시 95% 신뢰구간으로 부트스트래핑을 위한 재추출한 표본 수는 10,000으로 하였다.

분석결과를 표 3과 같으며, 양육불안과 안

표 3. 양육불안과 안녕감 관계에서 배우자 양육협력의 매개효과 검증 결과

경로	B(SE)	t	R ²	F	df	95% CI	
						LL	UL
총 효과 양육불안 → 안녕감	-.23(.10)	-2.37*	.03	5.63*	(1, 180)	-.42	-.04
양육불안 → 배우자 양육협력	-.26(.06)	-4.43***	.10	19.67***	(1, 180)	-.38	-.15
직접효과 배우자 양육협력 → 안녕감	.76(.11)	6.98***	.24	27.90***	(2, 179)	.54	.97
양육불안 → 안녕감	-.03(.09)	-.34				-.21	.14
간접효과 양육불안 → 배우자 양육협력 → 안녕감	-.20(.06)					-.34	-.08

주. N=182, CI=신뢰구간; LL=하한^{lower} limit, UL=상한^{upper} limit.

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

안녕감 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과 검증 결과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않으므로, 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(B=-.20, 95% CI[-.34, -.08]). 또한, 양육불안과 안녕감 간의 총 효과는 B=-.23(p<.05)으로 유의하였으나, 매개변수인 배우자 양육협력이 투입되면서 양육불안과 안녕감 간 경로의 직접효과가 B=-.03(p>.05)으로 유의하지 않은 것으로 나타나 양육불안과 안녕감 간의 관계를 배우자 양육협력이 완전매개하는 것으로 밝혀졌다. 이로써 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개할 것이라고 설정한 가설 1은 지지되었다.

양육불안과 안녕감 간의 관계에서 학습몰입의 조절효과

학업모의 양육불안과 안녕감의 관계에서 학습몰입이 조절하는 모형을 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS Macro Model 1을 이용하였고, 조절효과의 유의성은 부트스트래핑 기법을 사용하여 검증하였다. 검증 시 95% 신뢰구간으로 부트스트래핑을 위해 재추출한 표본 수는 10,000이었으며, 조절효과의 해석을 용이하게 하고 다중공선성 문제를 최소화하고자 독립변인 및 조절변인을 평균중심화(Meancentering)하였다.

표 4. 양육불안과 안녕감 관계에서 학습몰입의 조절효과 검증 결과

경로	B(SE)	t	R ²	F(3, 178)	95% CI	
					LL	UL
양육불안 → 안녕감	-.19(.07)	-2.49**			-.35	-.04
학습몰입 → 안녕감	.83(.07)	11.43***	.45	48.30***	.69	.98
양육불안 x 학습몰입 → 안녕감	.27(.09)	2.45**			.04	.41

주. N=182, CI=신뢰구간; LL=하한^{lower} limit, UL=상한^{upper} limit.

** p<.01, *** p<.001

표 5. 학습몰입 수준에 따른 조건부효과

조절변인	B	SE	t	95% CI	
				LL	UL
-1SD(-.75)	-.36	.12	-3.09**	-.60	-.13
학습몰입 M	-.19	.08	-2.49*	-.35	-.04
+1SD(.75)	-.02	.09	-.24	-.20	.15

주. N=182, CI=신뢰구간; LL=하한^{lower limit}; UL=상한^{upper limit}.

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

분석결과는 표 4와 같으며, 양육불안과 학습몰입의 상호작용은 안녕감에 유의하게 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다 ($B = .27, t = 2.45, p < .01$). 이는 양육불안이 학업모의 안녕감에 미치는 영향이 학습몰입의 수준에 따라 달라짐을 의미한다.

이에 따라 특정 값 선택방법을 사용하여 학습몰입의 수준에 따라 양육불안과 안녕감의 상호작용 효과의 양상을 살펴보았으며, 그 결과를 표 5와 그림 2에 제시하였다. 학습몰입이 평균보다 1 표준편차 이하로 낮은 수준($B = -.36, p < .01$)이거나 평균 수준($B = -.19, p < .05$)일 때는 양육불안이 학업모의 안녕감에 유의

하게 부(-)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면, 학습몰입이 평균보다 1 표준편차 이상 높은 수준일 때는 양육불안이 학업모의 안녕감에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다($B = -.02, p > .05$). 즉, 학습몰입의 수준이 높아질수록 양육불안과 안녕감의 관계가 약해지는 것을 확인할 수 있다. 이로써 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 것이라 설정한 가설 2는 지지되었다.

끝으로, Johnson-Neyman 기법을 활용하여 학습몰입의 조절효과의 유의영역을 확인하였다. 그 결과 양육불안이 안녕감에 영향을 미치는 조건부효과가 평균중심화한 학습몰입의 값이 .20 이하에 해당하는 하위 63.19%의 학업모에게 통계적으로 유의하였고, .20 이상에 해당하는 상위 36.81%의 학업모에게는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 밝혀졌다.

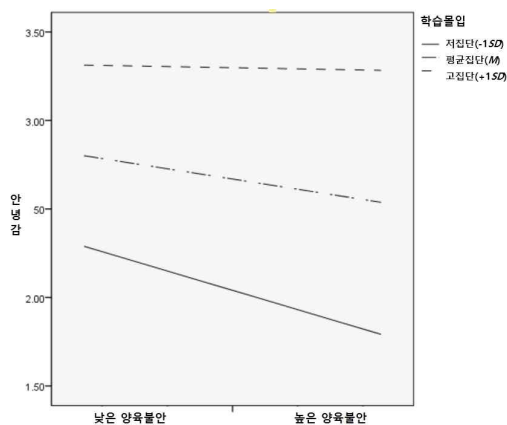


그림 2. 학습몰입에 따른 양육불안과 안녕감의 관계

양육불안과 안녕감 간의 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과와 학습몰입의 조건부직접효과

양육불안과 안녕감 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과와 학습몰입의 조건부직접효과

표 6. 양육불안과 안녕감 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과와 학습몰입의 조건부직접효과 검증 결과

경로	B(SE)	t	R ²	F	df	95% CI	
						LL	UL
양육불안 → 배우자 양육협력	-.26(.06)	-4.43***	.98	19.67***	(1, 180)	-.38	-.15
양육불안 → 안녕감	-.09(.07)	-1.21				-.25	.06
배우자 양육협력 → 안녕감	.40(.10)	4.19***				.21	.59
학습몰입 → 안녕감	.71(.08)	9.49***	.50	44.00***	(4, 177)	.57	.86
양육불안 X 학습몰입 → 안녕감	.20(.09)	2.28*				.03	.38
양육불안→배우자 양육협력→안녕감	-.11(.05)					-.21	-.03

주. N=182, CI=신뢰구간; LL=하한^{lower} limit; UL=상한^{upper} limit.

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

과를 동시에 검증하는 조건부과정분석을 위해 Hayes(2013)의 PROCESS Macro Model 5를 이용하였고, 이에 대한 유의성은 부트스트래핑 기법을 사용하여 검증하였다. 검증 시 95% 신뢰구간으로 부트스트래핑을 위해 재추출한 표본 수는 10,000이었다. 또한, 독립변인 및 조절변인을 평균중심화하였다.

분석결과는 표 6과 같으며, 양육불안과 안녕감 관계에서 배우자 양육협력의 간접효과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않으므로, 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(B=-.11, 95% CI [-.21, -.03]). 또한, 양육불안은 배우자

양육협력에 유의하게 부(-)적 영향을 미치며 (B=-.26, p<.001), 배우자 양육협력은 안녕감에 유의하게 정(+)적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.40, p<.001). 이 과정에서 양육불안이 안녕감에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나(B=-.09, p>.05), 양육불안과 안녕감 간의 관계를 배우자 양육협력이 완전매개하는 것으로 밝혀졌다.

또한, 양육불안과 학습몰입의 상호작용은 안녕감에 유의하게 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.20 t=2.28, p<.05). 이에 따라 특정 값 선택방법을 사용하여 학습몰입의

표 7. 학습몰입 수준에 따른 조건부직접효과

조절변인	B	SE	t	95% CI	
				LL	UL
-1SD(-.75)	-.25	.12	-2.13*	-.48	-.02
학습몰입 M	-.09	.08	-1.21	-.25	.06
+1SD(.75)	.06	.09	.67	-.11	.23

주. N=182, CI=신뢰구간; LL=하한^{lower} limit; UL=상한^{upper} limit.

*p<.05

수준에 따른 조건부직접효과를 살펴보았으며, 그 결과를 표 7에 제시하였다. 표에서 확인할 수 있듯이, 학습몰입이 평균보다 1 표준편차 이하로 낮은 수준에서 양육불안이 안녕감에 유의하게 부(-)적 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=-.25, p<.05$). 반면, 학습몰입이 평균보다 1 표준편차 이상 높은 수준과 평균 수준에서는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하므로 양육불안이 안녕감에 미치는 영향이 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉, 학습몰입이 평균 수준 이상에서는 학업모의 양육불안에 따라 안녕감이 달라지지 않았으나, 학습몰입이 낮은 수준에서는 학업모의 양육불안이 높을수록 안녕감이 감소하였다. 이로써 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개하며, 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 것이라 설정한 가설 3은 지지되었다(그림 3 참조).

끝으로, Johnson-Neyman 기법을 활용하여 학습몰입의 조건부직접효과의 유의영역을 확인하였다. 그 결과 양육불안이 안녕감에 영향을 미치는 조건부직접효과가 평균중심화한 학습몰입의 값이 $-.52$ 이하에 해당하는 하위

17.58%의 학업모에게 통계적으로 유의하였고, $-.52$ 이상에 해당하는 상위 82.42%의 학업모에게는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 밝혀졌다.

논 의

본 연구는 유·아동기의 어린 자녀를 키우며 다중역할 수행 중인 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향에서 배우자 양육협력의 매개효과와 학습몰입의 조절효과를 검증하고자 하였다. 결과에 대해 논의를 전개하면 다음과 같다.

첫째, 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개할 것이라는 가설 1은 지지되었다. 이러한 결과는 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육불안이 높을수록 배우자 지지를 낮게 지각한다는 김소영(2022)의 연구와 유사한 결과이며, 배우자가 양육에 참여하고 지지할수록 어머니의 안녕감이 증가한다고 한 연구자들(권준호, 2022; 덩징야, 진미정, 2018; 이소영 등, 2013)의 보고와 일치한다.

이처럼 본 연구를 통해 양육불안이 학업모의 안녕감에 미치는 부정적인 영향을 배우자 양육협력이 완전매개하는 것으로 나타난 것은 양육불안의 부정적 영향으로부터 학업모의 안녕감을 보호하는 역할로서의 배우자 양육협력의 중요성을 강력히 시사한다고 하겠다. 따라서, 학업모의 배우자가 적극적으로 양육에 참여할 수 있도록 직장에서의 유연한 근무시간, 육아 휴직 및 휴가 제도 등 제도적 장치가 마련되어야 할 것이다. 더불어, 제도가 현실에서 실행되도록 사회 전반의 인식 개선과 문화적

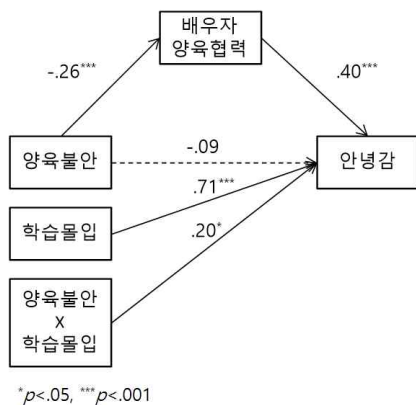


그림 3. 조건부과정분석 결과

변화가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 것이라는 가설 2는 지지되었다. 구체적으로 말하면, 학습몰입의 수준이 높을 때보다 학습몰입의 수준이 낮을 때 양육불안과 안녕감의 관계가 더 강한 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 몰입이 대학생의 스트레스가 안녕감 또는 삶의 질을 감소시키는 부정적인 영향을 완충하는 요인이라고 밝힌 선행연구들(고현정, 이민규, 2013; 백유미, 2017)과 맥을 같이한다. 또한, 다중역할 수행자의 한 영역에서의 역할이 다른 영역의 역할 수행으로 인한 스트레스를 완화할 수 있다는 Staines(1980)의 주장을 뒷받침하는 결과로서, 학업모의 학습몰입은 양육불안이 안녕감에 미치는 부정적인 영향을 완충하는 것으로 해석할 수 있다.

따라서 학업모가 양육불안을 경험하더라도 학습몰입 수준에 따라 안녕감이 달라질 수 있으므로, 만 3~9세 자녀를 양육하는 학업모의 경우 양육불안을 낮추는 것에만 치중하기보다 학습몰입을 증진할 수 있도록 하는 것이 필요함을 시사한다. 즉, 학업모의 안녕감을 증진하는 것을 목적으로 하는 상담 및 코칭을 할 때, 우선 학업모의 학습몰입 정도를 파악하여 개인에게 적절한 목표를 설정하도록 돕고 자기일치적인 학업동기 혹은 내적 동기를 촉진하는 것이 주효할 것이다.

셋째, 배우자 양육협력은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 매개하며, 학습몰입은 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 영향을 조절할 것이라는 가설 3은 지지되었다. 구체적으로 배우자 양육협력과 함께 고려시 가설 2의 결과보다 더 낮은 수준의 학습몰입에서 양육불안이 안녕감에 부정적인 영향을

미치는 것으로 나타났다. 이는 기혼 여교사를 대상으로 한 김윤미 등(2013)의 연구에서, 배우자 지지와 몰입이 높은 집단이 양육 스트레스를 적게 경험한다고 밝혀진 것과 유사하다고 하겠다.

이 같은 본 연구결과는 양육불안과 안녕감 간의 관계에서 배우자의 양육협력의 중요한 매개변인인 동시에, 학업모의 학습몰입 수준에 따라 안녕감에 미치는 양육불안의 부정적 영향이 달라질 수 있음을 시사한다. 오늘날 낮은 출산율과 결혼율, 높은 이혼율로 인해 우리 사회의 미래에 대해 암울한 전망이 많은 현실에서, 우리 사회의 미래인 어린 자녀를 양육하며 한 개인으로 사는 삶을 준비하는 여성들을 위한 지원에 관심을 기울여야 할 것이다. 여성의 사회참여가 많이 늘었다고 하지만, 여전히 사회적 인재로 충분히 기능하기 어려운 현실에서 이러한 변화는 기혼여성들 개인의 안녕은 물론이고 가족과 사회 모두의 번영을 불러올 것이다.

본 연구의 한계점을 밝히고, 후속 연구를 위한 제언을 하자면 다음과 같다. 첫째, 불안이 심리적 안녕감에 주요 예측변인으로 보는 선행연구 결과(Yüksel & Bahadır-Yilmaz, 2019)와는 달리, 본 연구에서는 학업모의 양육불안이 안녕감에 미치는 직접적인 영향이 미미한 것으로 나타났다. 이는 학업모가 양육불안은 경험하지만, 배우자의 양육협력과 학업을 통한 자기실현 등에 의해서 안녕감에는 크게 영향을 미치지 않는 것으로 해석할 수 있다. 이에 향후 전업모, 취업모 등 여러 어머니 대상으로 양육불안이 안녕감에 미치는 영향에 관하여 추가로 확인할 필요가 있다.

둘째, 서울, 경기도, 인천에 거주 중인 기혼 여자대학원생을 대상으로 자료를 수집하였으

므로, 연구결과를 해석할 때 지나치게 일반화하지 않도록 주의할 필요가 있다. 이에 자녀를 양육하며 학업을 병행하는 여성들이 사회적 인재로서 충분히 기능할 수 있도록 돕는 것이 중요한 만큼, 폭넓은 지역 및 다양한 학업 과정에 있는 학업모를 대상으로 후속 연구가 이루어져야 할 것이다.

셋째, 본 연구를 통해 자료를 수집한 결과 대학원 석박사과정에 재학 중인 학업모의 경우 어린 자녀의 양육을 도와주는 사람이 배우자 외에 더 있는 경우가 과반수에 달하는 것으로 나타났다. 이를 고려할 때, 배우자 외에 자녀 양육을 돕는 조력자의 유무, 배우자의 소득 수준이나 가정의 재정상태, 학업모의 취업 여부 등 본 연구에서 미처 다루지 못한 다양한 변수들이 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수 없다. 후속 연구에서는 이를 토대로, 학업모와 그 가정의 다양한 특성을 고려하여 자료를 얻고 다각적으로 분석하여, 변인 간의 관계를 보다 면밀히 살펴보면 좋을 것이다.

이상의 한계점에도 불구하고, 본 연구의 의의를 밝히자면 다음과 같다. 첫째, 학업모의 안녕감을 계량적으로 분석하였다는 데 의의가 있다. 그동안 취업모의 안녕감에 관한 양적 연구들(김안나, 2017; 도청화, 2022)은 이루어진 바 있지만, 대학원에 재학 중인 학업모를 대상으로 한 연구는 찾아보기 어려웠다. 그나마 이루어진 몇 편의 연구들도 소수를 심층면담한 자료를 내용분석한 질적 연구(김은하 등, 2008; 박종환, 지명자, 2018; 서정원, 2015; 시분영, 김현주, 2018; 이미정 등, 2018; 장정윤, 강경미, 2019)로서, 다중역할 수행자로서 이들의 주관적 경험에 관한 깊이 있는 이해를 얻는 데에는 도움이 되었겠으나, 결과를 일반

화하는 데에는 어려움이 있었다(오혜인 등, 2021). 이러한 점에서, 본 연구를 통해 182명의 학업모부터 자료를 얻어 회귀분석을 통해 결과를 도출하였다는 데 의의가 있다.

둘째, 양육과 학업을 병행하는 학업모의 특성을 고려하여 관련성이 높은 주요 변인들을 선정한 후, 가설적 연구모형을 수립하고 그 효과를 검증함으로써 양육불안이 안녕감에 미치는 영향이 배우자 양육협력과 함께 학습몰입의 수준에 따라 달라질 수 있음을 경험적으로 입증하였다는 데 의의가 있다. 이로써 기혼여성이 양육과 학업을 병행하면서 가중되는 불안을 감당하고, 한 여성으로서의 미래를 위한 선택인 현재의 학업에 충실히 몰입할 수 있도록 배우자를 비롯한 가족의 협력과 지원이 필요함을 경험적으로 확인하였다는 데 의의가 있다.

셋째, 저출산·고령화 사회로 접어든 우리의 현실에서 미래의 인적자원으로서 가치를 지니는 여성의 대학원 진학은 해마다 증가하고 있다(임후남 등, 2021). 이러한 가운데 이들의 행복한 결혼과 건강한 자녀양육을 위한 제도적 기반이 필요함에도 불구하고, 아직 우리 사회에서는 학계는 물론이고 가족과 사회 모두 그 가치나 중요성에 비해 학업모에 관한 관심이 턱없이 부족하다(오혜인 등, 2021). 이러한 상황에서 본 연구가 어머니이자 공부하는 여성인 학업모의 안녕감 증진을 위해 배우자 양육협력과 학습몰입의 중요성을 학문적으로 밝혀내었다는 데 의의가 있다.

종합하면, 학업모들이 어려운 현실 속에서도 포기하지 않고 미래를 위해 사회적 인재로서 잘 준비할 수 있도록 젊은 부부를 대상으로 배우자의 양육협력에 초점을 둔 심리교육이 도움이 될 것이며, 학업모 개인을 위한 상

담에서는 학습몰입을 높일 수 있는 심리개입을 전략으로 삼을 때 효과적일 수 있을 것이다. 나아가 오늘날 날로 늘고 있는 학업모들이 어린 자녀를 믿고 맡길 수 있는 돌봄 서비스 지원 정책을 마련한다거나, 자녀를 양육하는 학업모의 경우 특별학자금 및 기타 재정적 지원 제도를 마련한다면, 현재 저출산 고령화 사회로 빠르게 변화하고 있는 우리 사회의 미래가 그리 암울하지만은 않을 것이다. 본 연구결과를 토대로, 가정에서뿐만 아니라, 사회에서도 자신의 꿈을 펼치며 구성원으로 해야 할 역할과 책임을 다하고자 노력하는 젊은 학업모들과 그 가족을 위한 실효성 있는 정책과 제도에 대한 고민이 이루어지기를 기대한다.

참고문헌

- 강설화 (2013). 기혼여성이 느끼는 대학원생활의 의미와 갈등. 이화여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 고현정, 이민규 (2013). 대학생의 몰입이 스트레스와 안녕감에 미치는 영향: 몰입의 조절효과와 대처방략의 매개효과를 중심으로. *스트레스연구*, 21(4), 283-292.
- 권준호 (2022). 아버지의 양육참여가 어머니의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 중앙대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김경철, 강보미 (2022). 아버지의 양육참여도가 영유아기 자녀를 둔 어머니의 행복감에 미치는 영향에서 어머니의 결혼만족도와 양육스트레스의 연속다중매개 효과. *영유아교육·보육연구*, 15(2), 5-29.
- 김선미, 김정민 (2020). 영유아 자녀를 둔 어머니의 SNS상의 사회비교가 양육불안에 미치는 영향: 배우자 및 사회적 지지의 조절효과. *가정과 삶의 질 연구*, 38(1), 93-109.
- 김소영 (2022). 양육불안과 자녀와의 관계 양육스트레스, 배우자지지 간의 관계 연구. 중앙대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김이영, 탁하얀, 이채희 (2010). 성인용 학습몰입 척도 개발 및 타당화. *교육심리연구*, 24(1), 39-59.
- 김안나 (2017). 영유아기 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스 및 일-가정 양립 갈등과 부모역할만족도의 관계에서 사회적 지지의 매개효과. *열린유아교육연구*, 22(5), 209-231.
- 김윤미, 이지연, 박미란 (2013). 기혼 여교사의 배우자 지지, 다중역할 현실성에 따른 양육스트레스와 교사 효능감. *상담학연구*, 14(1), 305-322.
- 김은하, 임연옥, 박경숙, 김남영 (2008). 기혼여자 대학원생의 다중역할 수행 경험과정. *성인간호학회지*, 20(1), 113-125.
- 김정미, 임희선, 허성호 (2014). 한국판 부모 양육효능감 검사(K-PSOC) 및 배우자 양육협력 검사(K-PAD)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 발달*, 27(2), 1-24.
- 김지민, 유성경 (2022). 맞벌이 남성과 여성의 배우자 지지 및 일-가정 양립 촉진적 자기와 심리적 안녕감의 관계: 일-가정 향상의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 27(2), 143-167.
- 도청화 (2022). 취업모의 일-가정 갈등 및 향상이 학령초기 아동의 행동문제에 미치는 영향. 이화여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 덩징야, 진미정 (2018). 아버지의 양육참여가

- 다문화가정 어머니의 삶의 만족도에 미치는 영향. 가정과 삶의 질 학회 학술발표대회 자료집, 198-198.
- 박종환, 지명자 (2018). 기혼여성의 상담대학원 수학경험에 관한 질적 연구. 한국콘텐츠학회논문지, 18(11), 379-392.
- 백경선 (2011). 기혼자 간호학생의 학습활동경험. 질적연구, 12(1), 49-58.
- 백유미 (2017). 대학생의 스트레스와 삶의 만족도, 대학생활만족도의 관계에서 몰입의 조절효과. 한국산학기술학회 논문지, 18(5), 490-496.
- 서우경, 김도연 (2013). 어머니의 불안, 양육태도 및 심리적 안녕감이 양육스트레스에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 26(1), 121-136.
- 서정원 (2015). 엄마대학원생의 학업: 육아 양립 경험에 관한 현상학적 연구. 여성연구, 89(2), 83-118.
- 손금옥, 김민진 (2022). 다문화가정 유아의 또래관계에 어머니의 양육불안과 아버지의 양육참여가 미치는 영향: 모-자녀 관계와 유아 놀이성의 직렬다중매개효과. 어린이문학교육연구, 23(3), 249-272.
- 시본영, 김현주 (2018). 영유아기 자녀를 둔 스터딩맘의 양육 경험에 관한 현상학적 연구. 한국사회복지질적연구, 12(1), 81 -107.
- 신숙재 (1997). 어머니의 양육 스트레스, 사회적 지원과 부모 효능감이 양육행동에 미치는 영향. 연세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 연은모, 최효식 (2020). 아버지 양육참여 변화 유형에 따른 자녀의 문제행동 및 어머니의 심리적 특성 차이 비교: 잠재계층성장 모형 적용을 중심으로. 한국산학기술학회논문지, 21(1), 468-476.
- 오예근, 김정은 (2017). 직장인의 스트레스와 불안이 업무몰입에 미치는 영향: 스마트폰 중독의 매개효과를 중심으로. 디지털융복합연구, 15(9), 487-495.
- 오지은, 서현아 (2016). 예비유아교사의 학습동기와 주관적 안녕감의 관계에서 학습몰입의 매개효과. 유아교육연구, 36(3), 251-268.
- 오향지 (2018). 유아교육을 전공하는 엄마대학원생의 학업과 육아경험에 대한 내러티브 탐구. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오혜인, 김만준, 이청아, 이학건, 조예상 (2021). COVID-19와 <자기만의 방>에서 소외되는 여성들에 대한 연구 - 엄마대학원생들의 학업 - 육아 양립경험을 중심으로. 여성연구, 111(4), 5-36.
- 위지희, 채규만 (2015). 양육불안 척도 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 34(4), 945-970.
- 유영달 (2009). 또래상담자 훈련 프로그램이 불안 및 의사소통능력에 미치는 효과 - 프로그램 중 몰입감 경험의 중요성을 중심으로 -. 청소년복지연구, 11(4), 253-279.
- 이미정, 이성남, 이가영, 임해나 (2018). 기혼여성간호사의 대학원과정 경험에 대한 일상생활기술적 연구. 학습자중심교과교육연구, 18, 1323-1342.
- 이병호, 석민아, 문인경 (2020). 코로나바이러스 감염증-19(COVID-19) 발생으로 가정양육에서 겪는 부모의 경험. 한국열린유아교육학회 학술대회 논문집, 203-207.
- 이소영, 최인령, 김은영 (2013). 미취학 자녀를 둔 취업여성의 심리적 안녕감에 영향을

- 미치는 요인. 한국자료분석학회, 15(4), 2069-2084.
- 이수진, 김향란, 이수진 (2021). 영유아 어머니의 코로나19 관련 불안 영향요인. 한국월니스학회지, 16(3), 309-316.
- 이애선, 정여주 (2022). 유아기 자녀를 둔 어머니의 애착 불안과 애착 회피가 양육불안에 미치는 영향: 지각된 배우자 지지와 자기자비의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 22(17), 489-508.
- 이재희, 박지희 (2020). 초등학생 자녀를 둔 취업모와 전업모의 양육불안. 문화기술의융합, 6(3), 211-216.
- 이진희, 홍주연 (2022). 어머니의 양육불안이 양육 스트레스에 미치는 영향: 유아 기질의 다중매개효과를 중심으로. 놀이치료연구, 26(1), 21-40.
- 이현아, 이강이 (2021). 어머니의 양육불안이 유아의 자기결정성에 미치는 영향: 과제 지원 행동의 매개효과를 중심으로. 아동학회지, 42(2), 185-198.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도(MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 369-386.
- 임현주 (2020). 어머니의 양육효능감과 양육불안감, 양육행동이 유아의 학습준비도에 미치는 영향. 유아교육연구, 40(6), 291-315.
- 임후남, 이기준, 오요섭, 오지연 (2021). 2021 교육통계연보(SM2021-13). 한국교육개발원. <http://kedi.re.kr/khome/main/research/selectPubForm.do?plNum0=14623>
- 장정운, 강경미 (2019). 유아교육 전공 대학원생 엄마들의 자녀양육 경험에 대한 질적 탐색. 학습자중심교과교육연구, 19(9), 647-674.
- 전산산, 권인탁 (2022). 중국 대학평생교육원 학력인정과정 성인학습자의 심리적 안녕감에 대한 학업적 효능감, 자기주도학습 및 학습몰입의 구조적 관계. 평생학습사회, 18(4), 164-190.
- 정계숙 (2019). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육역량과 양육불안이 분노 표현에 미치는 영향. 생태유아교육연구, 18(1), 179-206.
- 정세진, 신나리 (2018). 어머니 양육불안과 아버지 양육참여도가 유아기 자녀의 정서 조절능력에 미치는 영향: 자녀 기질 유형의 조절효과를 중심으로. 인간발달연구, 25(4), 155-174.
- 정유진 (2020). 간호학 전공 여성 대학원생의 건강 구조모형. 서울대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 정현정 (2018). 영유아기 자녀를 둔 엄마대학원생의 학업·양육 병행 경험 및 양육지원에 대한 요구. 중앙대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 조경희, 김갑순 (2021). 유아기 자녀 어머니의 코칭역량 및 양육불안이 유아의 자아존중감에 미치는 영향. 코칭연구, 14(3), 145-163.
- 赵繁菲, 임명희, 서재복 (2022). 중국 여성평생 학습자의 주관적 행복감에 미치는 영향요인으로 참여동기, 학습몰입, 사회적지지 의 구조적 관계와 매개 효과. 아시아연구, 25(2), 105-121.
- 조수선, 주라헬 (2020). 전면적 원격수업 상황에서 대학생의 학습몰입에 영향을 미치는 요인 연구: 코로나 불만의 조절효과. 교육정보미디어연구, 26(4), 909-934.
- 진미진, 손은정 (2021). 상담전공 대학원생의 스트레스가 우울 및 삶의 만족도에 미치

- 는 영향: 자기돌봄의 조절효과. *상담심리 교육복지*, 8(3), 193-212.
- 최나리, 진미경 (2014). 유아기 어머니의 양육 스트레스와 주관적 안녕감의 관계에서 감사성향의 조절효과. *한국놀이치료학회지*, 17(4), 453-469.
- 통계청 (2022). 2021 한국의 사회지표.
- 한금윤 (2015). 대학생의 연애, 결혼에 대한 의식과 문화 연구. *인간연구*, 28, 7-29.
- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Psychology*, 21(4), 407-412.
https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12
- Abidin, R. R., & Brunner, J. F. (1995). Development of a parenting alliance inventory. *Journal of Clinical Child Psychology*, 24(1), 31-40.
https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2401_4
- Almasri, N., Read, B., & Vandeweerdt, C. (2022). Mental health and the PhD: Insights and implications for political science. *PS: Political Science & Politics*, 5(2), 347-353.
<https://doi.org/10.1017/S1049096521001396>
- Asakawa, K. (2010). Flow experience, culture, and well-being: How do autotelic Japanese college students feel, behave, and think in their daily lives?. *Journal of Happiness Studies*, 11(2), 205-223.
<https://doi.org/10.1007/s10902-008-9132-3>
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55, 83-96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Bolotnyy, V., Basilico, M., & Barreira, P. (2022). Graduate student mental health: Lessons from American economics departments. *Journal of Economic Literature*, 60(4), 1188-1222.
<https://doi.org/10.1257/jel.20201555>
- Calong, K. C., & Comendador, J. (2021). Stress, anxiety and mental well-being among nursing students: A descriptive-correlational study. *Journal of Health and Caring Sciences*, 3(1), 33-42.
<https://doi.org/10.37719/jhcs.2021.v3i1.oa003>
- Cohen, S., Mermelstein, R., Kamarck, T., & Hoberman, H. M. (1985). Measuring the functional components of social support. In I. G. Sarason & B. R. Sarason (Eds.), *Social support: Theory, research and applications* (pp. 73-94). Kluwer Academic Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Ersoy, K., Altin, B., Sarikaya, B. B., & Özkardas, O. G. (2020). The comparison of impact of health anxiety on dispositional hope and psychological well-being of mothers who have children diagnosed with autism and mothers who have normal children, in Covid-19 pandemic. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 9(2), 117-126.
- Fullagar, C. J., Knight, P. A., & Sovern, H. S. (2013). Challenge/skill balance, flow, and performance anxiety. *Applied Psychology*, 62(2), 236-259.
<https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2012.00494.x>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Hocking, R. R., & Pendleton, O. J. (1983). The regression dilemma. *Communications in Statistics-Theory and Methods*, 12(5), 497-527.

- <https://doi.org/10.1080/03610928308828477>
Jackson, S. A., Ford, S. K., Kimiecik, J. C., & Marsh, H. W. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 20*(4), 358-378.
<https://doi.org/10.1123/jsep.20.4.358>
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health Social Behavior, 43*(2), 207-222.
<https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 1007-1022.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Keyes, C. L. M., Wissing, M., Potgieter, J., Temane, M., Kruger, A., & van Rooy, S. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum-Short Form(MHC-SF) in Swetsana-speaking South Africans. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 15*(3), 181-192.
<https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Maslow, A. H. (1968). Music education and peak experience. *Music Educators Journal, 54*(6), 72-171. <https://doi.org/10.2307/3391274>
- Okoro, C., Oluwatobi, M. O., & Umeokafor, N. (2022). The developmental trajectory of a decade of research on mental health and well-being amongst graduate students: A bibliometric analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(9), 4929.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19094929>
- Privette, G. (1983). Peak experience, peak performance, and flow: A comparative analysis of positive human experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*(6), 1361-1368.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.6.1361>
- Rakei, A., Tan, J., & Bhattacharya, J. (2022). Flow in contemporary musicians: Individual differences in flow proneness, anxiety, and emotional intelligence. *PLoS One, 17*(3), 1-20.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265936>
- Staines, G. L. (1980). Spillover versus compensation: A review of the literature on the relationship between work and nonwork. *Human Relations, 33*, 111-129.
<https://doi.org/10.1177/001872678003300203>
- Yüksel, A., & Bahadır-Yılmaz, E. (2019). Relationship between depression, anxiety, cognitive distortions, and psychological well-being among nursing students. *Perspectives in Psychiatric Care, 55*(4), 690-696.
<https://doi.org/10.1111/ppc.12404>
- 1차원고접수 : 2024. 01. 24.
심사통과접수 : 2024. 03. 15.
최종원고접수 : 2024. 03. 30.

The Mediating Effect of Parenting Alliance and the Moderating Effect of Learning Flow in the Relation between Parenting Anxiety and Well-Being of Student Mothers

Gi Ran Jo

Jeong-Mi Lee

Seoul Graduate School of Counseling Psychology

The purpose of this study was to verify the mediating effect of spouse parenting alliance and the moderating effect of learning flow in the relation between parenting anxiety and well-being of student mothers. Data were collected online from 182 married female graduate students in their 30s and 40s with children aged 3-9 years living in Seoul, Gyeonggi-do, and Incheon with their spouse and analyzed using PROCESS Macro Models 4, 1, and 5. The research results are as follows. First, it was found that spouse parenting alliance completely mediated the effect of parenting anxiety on the well-being of student mothers. Second, learning flow moderated the effect of parenting anxiety on the well-being of student mothers. Third, the indirect effect of spouse parenting alliance and conditional direct effect of learning flow in the relation between parenting anxiety and well-being of student mothers were statistically significant. The results of this study can be used to prepare effective policies and institutions for student mothers and their families, as well as psychological education and counseling interventions that can improve the well-being of student mothers.

Key words : Student Mothers, Parenting Anxiety, Well-Being, Parenting Alliance, Learning Flow