

## 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 영향: 남편의 민주적 자녀 양육으로 조절된 결혼 만족도의 매개 효과\*

조 설 애

정 영 숙<sup>†</sup>

부산대학교 심리학과

본 연구는 초등학교 1학년 자녀를 둔 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정에서 남편의 민주적 자녀양육으로 조절된 결혼 만족도의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 한국아동패널조사 8차년도에 워킹맘 610명과 배우자를 대상으로 한 워킹맘의 일-가족 갈등, 남편의 민주적 자녀 양육, 워킹맘의 결혼만족도 및 우울의 설문조사 자료를 사용하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정에서 결혼 만족도는 매개 효과를 가지는 것으로 나타났다. 둘째, 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만족도의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육이 조절 효과를 나타냈다. 셋째, 워킹맘의 일-가족 갈등, 결혼 만족도 및 우울 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육은 조절된 매개 효과를 가지는 것으로 나타났다. 이런 결과는 남편의 민주적 자녀 양육이 일-가족 갈등을 경험하는 워킹맘의 결혼 만족도를 보호함으로써 워킹맘의 우울을 완화할 수 있음을 보여준다. 따라서 본 연구 결과는 일-가족 갈등을 경험하는 워킹맘의 우울을 예방하기 위해서는 결혼 만족도를 증가시키고, 남편의 양육의 질을 높이는 것이 중요함을 시사한다.

주요어 : 워킹맘, 일-가족 갈등, 우울, 남편의 양육, 결혼 만족도

\* 이 논문은 2013년 정부(교육부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2013S1A3A2054886).

† 교신저자: 정영숙, 부산대학교 심리학과, (46241) 부산시 금정구 부산대학로 63번길 2  
E-mail: yschong@pusan.ac.kr

현대 사회에서 전세계적으로 여성의 경제 활동 참가는 급격히 증가하였다. 이제 많은 기혼 여성은 가정과 직장에서의 역할을 동시에 수행하고 있다. 우리나라의 경우, 여성의 경제활동 참여율은 2005년에 최초 50%가 되었고(여성가족부, 2006), 최근 60%를 넘어섰다(통계청, 2018). 그리고 과반수 이상의 여성들은 여성의 취업이 결혼과 상관없이 이루어져야 한다고 생각하고 있다(통계청, 2009). 최근 조사에서도 유배우자 가구 중 맞벌이 가구는 44.9%로 나타나(통계청, 2017), 결혼, 출산을 모두 경험한 여성 중 절반이 워킹맘으로 가사 일과 직업의 이중 부담을 경험하고 있다.

워킹맘의 역할 부담에 대한 연구에서 일-가족 갈등(family-work conflicts)은 가장 많이 연구된 개념 중 하나이다. 고전적으로 일-가족 갈등이란 직업과 가정 영역의 다중 역할을 양립하기 어려워 생기는 갈등을 뜻한다(Greenhaus & Beutell, 1985). 예를 들어 갑작스런 회의로 가족 행사에 참석하지 못하거나, 아이가 아파서 직장에 출근하지 못하게 되는 일 등이 일어날 수 있다. 한국 취업모들은 가정 내 역할과 직장인으로서의 역할로 심리적 부담이 높다고 보고하고 있다(차영란, 김기범, 전경숙, 2007). 심지어 30-40대 취업모 대상 연구에서 90.9%는 일과 가정의 역할을 유지하는 것이 고통스럽다고 응답하였다(이하나, 2016).

한국 워킹맘들이 일-가족 갈등을 경험하는 데에는 다양한 원인이 있다. 첫 번째 원인은 문화적 영향으로 워킹맘들이 겪는 심리적 부담감의 가중이다. 한국은 상호의존성이 중시되는 집단주의 문화권으로 타인 돌봄과 배려가 중요한 가치를 지니는 사회이다(Hofstede, 2001, 2011). 또한 유교 사상의 영향이 강해 여성과 남성의 역할을 안팎(domestic-public)으로

분명히 구분하여 남성은 바깥양반, 여성은 안사람의 역할을 해왔다(조혜정, 1981; O'Brien 등, 2014). 여성에게는 어머니, 딸, 며느리로서의 역할이 매우 중요하기 때문에, 바깥양반 즉 경제적 역할을 겸하게 된 취업모는 안사람인 양육과 가사 역할에 대한 부담이 가중될 수밖에 없다. 양육과 가사에 대한 강한 책임감은 슈퍼우먼 콤플렉스, 슈퍼맘, 프로맘 등의 신조어에서도 찾아볼 수 있다. 취업모들이 일과 직업 모두에서 완벽한 수행을 해야 한다고 생각하거나(한경훈, 박소정, 김세현, 2015), 자녀의 발달단계에 따라 전인 교육을 하는 완벽한 전문가가 되어야 한다고 여긴다는 것이다(전명숙, 양난미, 2013). 그러나 이런 사회적 기대는 이상과 현실과의 괴리로 좌절감과 심리적 부담을 증가시킨다(유성경, 임영선, 김태원, 2017).

두 번째 원인은 문화적 영향으로 워킹맘들이 겪는 신체·물리적 부담의 가중이다. 경제활동 참여하는 기혼 여성의 증가 속도와는 달리 배우자인 기혼 남성이 가족 영역으로 들어오는 속도는 매우 더디다(조윤진, 유성경, 2012). 물론 공동 양육 개념이 확산되고, 실천도 늘어나고 있긴 하다(Feinberg, 2003). 하지만 공동 양육을 수행하는 기혼남성들도 대개 일차 양육 책임자는 어머니라고 생각한다(이선아, 2014). 아내가 일을 하더라도 가사와 아이 양육을 아내 책임이라고 본다(박영희, 2018). 이러한 한국 기혼 남성의 태도는 실제 행동에서도 드러나는데, 맞벌이 가구 남성의 평균 가사 및 돌봄 노동 시간은 하루 62분으로 여성의 231분에 비해 턱없이 적다(통계청, 2014). 심지어 맞벌이와 홀벌이 가구 남성의 가사노동 시간도 거의 차이가 없다(김소영, 2017). OECD 국가 중 한국 기혼 남성이 가장 집안일을 적게하는

것도 같은 맥락이다(천금주, 2015). 그러므로 현실적으로 가사 및 돌봄 노동 시간이 긴 기혼 여성은 기혼 남성보다 일가족 갈등을 더 높게 경험할 수밖에 없다(이윤석, 2010; 한경혜, 장미나, 2011; Aryee, Srinivas, & Tan, 2005).

KB금융경제연구소에서 워킹맘 2000명을 조사한 '2019 한국워킹맘보고서'에 따르면 워킹맘의 95%는 퇴사를 고민한 경험이 있고, 주된 이유를 자녀 돌봄과 직장 업무로 대답하였다. 실제 기혼여성 5명 중 1명이, 30대 여성은 3명 중 1명이 경력이 단절될 정도로 일-가족 갈등의 영향은 심각하다(권승현, 2019). 일-가족 갈등의 부정적 효과는 경력 단절 뿐 아니라 개인의 신체 및 심리 건강 저하(Tinker & Moore, 2003), 직장 내 업무 수행의 저하(Wayne, Mussisca, & Fleeson, 2004), 가족 내 관계의 질 저하(Ford, Heinen, & Langkamer, 2007) 등 매우 광범위하다.

워킹맘들 중 일-가족 갈등을 능동적이고 주체적으로 잘 조정하며, 배우자 등 주변 지원을 활용하면서 적응적으로 지내는 사람들도 있지만(김은석, 유성경, 임인혜, 박찬정, 임지숙, 2017) 일부 워킹맘들은 높은 일-가족 갈등으로 긴장과 혼돈감, 미안함과 두려움, 죄책감, 우울 등의 부정적 정서에 압도되기도 한다(노성숙, 한영주, 유성경, 2014; 임지숙, 임영선, 유성경, 2017; 최정숙, 2011; Haslam, Patrick, & Kirby, 2015). 이런 워킹맘들은 직업 현장에서 여성과 엄마라는 편견에 힘겹고, 엄마로서의 역할을 충분히 하지 못해 자녀에게 문제가 생길까 두려움을 느낀다(노성숙, 한영주, 유성경, 2014). 만약 자녀에게 문제가 발생하면 자신이 일하기 때문이라고 생각해 죄책감을 느끼고 우울감이 증가하게 된다(유성경, 임지숙, 손은영, 2016; Borelli, Nelson, River, Birken, &

Moss-Racusin, 2017).

다수의 연구에서 워킹맘의 일-가족 갈등은 우울을 증가시키는 것으로 나타났다(설진희, 박수현, 2019; 송지은, Nadine, 한경혜, 2007; 전연진, 김호정, 2019; Hammer, Cullen, Neal, Sinclair, & Shafiro, 2005; Obidoa, Reeves, Warren, Reisine, & Cherniack, 2011; O'Brien 등, 2014). 실제로 워킹맘은 취업주부보다, 배우자보다, 자녀 없이 일하는 기혼여성보다 더 우울한 것으로 보고되고 있다(송지은, Nadine, 한경혜, 2007; 이주희, 이은희, 2000; Adhikari, 2012; Fujimoto, Shinohara, & Oohira, 2014). 이스라엘, 한국, 미국의 워킹맘 비교 연구에서도 한국 워킹맘의 우울이 가장 높게 나타나 그 심각성을 잘 보여준다(O'Brien 등, 2014). 어머니의 우울은 개인적 적응 뿐 아니라 가족구성원에게도 부정적 영향을 주고(박희진, 문혁준, 2013), 가족 전체의 위기도 야기할 수 있어(정지연, 2008) 중요하게 다루어야 한다. 취업모의 높은 일-가족 갈등과 우울 수준을 감안하면, 취업모의 일-가족 갈등이 우울을 증가시키는 과정에 영향을 주는 요인들을 체계적으로 확인하여 우울을 관리하는 것이 필요하다.

일-가족 갈등은 어떤 과정을 통해 우울을 증가시키는가? 자원 관리 이론과 경험적 연구들에서 시사점을 찾을 수 있다. 먼저 자원관리이론이 주는 시사점을 살펴보자. O'Brien과 동료들은(2014) 자원 관리 이론(Conservation of Resource Theory; Hobfoll, 1989, 1998, 2001)을 통하여 일-가족 갈등이 개인에게 미치는 부정적 영향의 과정을 설명하였다. 일-가족 갈등이 가족관계의 질이나 직장 업무 능력 등 개인의 자원 손실을 만들고 결국 부정적인 신체적·심리적 결과를 야기한다고 것이다. 이 설명을 참조하면, 워킹맘의 일-가족 갈등이 가족관계

의 질이나 업무 능력의 질이라는 자원을 손상시켜 최종적으로 우울을 증가시키는 과정을 설명할 수 있다. 본 연구에서는 가족관계의 질 중 특히 부부관계가 어떤 역할을 하는지 확인하고자 한다.

경험적 연구들은 일가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정에서 가족관계의 질의 효과를 시사해준다. 메타분석 연구들은 일가족 갈등이 가족관계 만족도와 결혼 만족도를 감소시키고, 가족끼리 보내는 시간이나 개입의 질이 떨어지고, 부부갈등과 부부 긴장도 및 가족 스트레스를 증가시키는 등 전반적인 가족관계의 질을 감소시킨다고 하였다(Allen, Herst, Bruck, & Sutton, 2000; Ford, Heinen, & Langkamer, 2007; Michel, Mitchelson, Kotrba, LeBreton, & Baltes, 2009). 일-가족 갈등이 부부관계의 질에 미치는 효과에 초점을 맞춘 연구들은 일-가족 갈등이 부부 간 적대감을 높이고 온정을 낮추며 결혼 만족도를 감소시킨다고 하였다(강수정, 정미라, 김해미, 2018; 김소정, 2016; 김연재, 이재림, 2014; 정선이, 차승은, 김순덕, 박미희, 2019; Kinnunen, Geurts, & Mauno, 2004; Matthews, Conger, & Wickrama, 1996).

일-가족 갈등이 우울에 영향을 주는 과정에서 부부관계의 질의 역할을 살펴보려면, 부부관계의 질이 우울에 미치는 영향도 알아봐야 한다. 여러 연구에서 부부관계의 낮은 질은 우울을 증가시키는 것으로 나타났다. 부부갈등이 높을 때(연은모, 윤해옥, 최효식, 2015), 결혼 생활 적응이 낮을 때(Holt-Lunstad, Birmingham, & Jones, 2008), 결혼 만족도가 낮을 때(이주연, 정혜정, 2015; Mamun 등, 2009; Whisman, 2001), 부부관계 스트레스가 높을 때(Coyne, & Benazon, 2001), 부부관계 양가감정이

높을 때(Abakoumkin, Stroebe, & Stroebe, 2010) 우울은 증가한다. 그러므로 자원관리론, 일-가족 갈등이 부부관계의 질에 미치는 영향에 대한 연구, 부부관계의 질이 우울에 미치는 영향에 대한 연구들을 종합하면 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정에서 부부관계의 질의 매개 역할을 고려할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 선행연구에서 가장 많이 다루어진 부부관계의 질의 변인인 결혼 만족도의 매개 효과를 살펴보고자 한다.

한편 워킹맘의 남편인 자녀 아버지의 가사 및 돌봄 노동은 워킹맘의 일-가족 갈등의 부정적 효과를 줄이는 중요한 요인이다(KB금융경제연구소, 2019; O'Brien 등, 2014). 워킹맘은 가사 및 돌봄 노동의 물리적 심리적 부담이 높으므로(김수정, 김은지, 2007), 이를 분담하는 배우자의 역할이 중요하다. 특히 아버지의 가사 및 돌봄 노동은 어머니의 결혼 만족도를 높이며(Dew & Wilcox, 2011; Wilcox & Nock, 2006) 아버지 본인의 결혼 만족도도 높인다(Stevens, Kiger, & Riley, 2001). 뿐만 아니라 결혼생활 적응과 부부관계 친밀도도 높이는 등(Galovan, Holmes, Schramm, & Lee, 2014) 부부관계의 전반적인 질을 향상시키는 효과를 가진다.

워킹맘들은 가사 노동보다는 자녀 양육과 관련된 갈등이 많다고 보고하며(김경화, 2013), 가장 높은 부담이 자녀 양육이라고 보고하고 있다(유성경 등, 2018). 자녀 양육의 부담은 우울을 높이는 중요한 요인이기도 하다(송지은, Nadine, 한경혜, 2007). 그러므로 워킹맘의 일-가족 갈등과 관련하여 남편의 가사 노동보다는 돌봄 노동에 좀 더 초점을 맞출 필요가 있다. 아버지의 돌봄 노동은 양육 참여나 양육 분담 등으로 연구되어 왔는데, 아버지의 양육

참여의 수준에 따라 부부관계의 질이 달라진다는 결과는 일관되게 보고되고 있다(Bragiel & Kaniok, 2011; Umemura, Christopher, Mann, Jacobvitz, & Hazan, 2015; Mehall, Spinrad, Eisenberg, & Gaertner, 2009). 아버지의 양육 참여가 높을수록 어머니의 결혼 만족도가 높았으며(김혜성, 그레이스정, 2019), 부부 친밀도도 높았고(Hawkins, Garrere, & Gottman, 2002), 커뮤니케이션의 질도 높았으며(이정순, 2003), 부부갈등은 낮은 것으로 나타났다(안재진, 2011). 반면에 아버지의 양육 참여가 적을수록 결혼 만족도가 낮았고(Goeke-Morey & Cummings, 2007), 부부갈등은 높은 것으로 나타났다(최효식, 윤해옥, 연은모, 2015). 요약하면 아버지의 양육 참여 수준이 높아지면 부부관계의 질이 높아지고, 양육 참여 수준이 낮아지면 부부관계의 질도 떨어지는 것을 알 수 있다. 종합해보면 아버지의 양육 참여는 일가족 갈등이 미치는 부정적 영향의 보호 요인으로 볼 수 있으며, 그 수준에 따라 부부관계의 질에 다른 영향을 미치는 조절 변인으로 고려할 수 있다.

그런데 아버지의 양육 참여 연구는 양육 참여 정도의 양에 대한 연구가 많고 그 내용이나 질에 대한 연구는 적은 실정이다(이미현, 최혜순, 2014). 좀 더 질 좋은 양육 참여는 부부관계의 질을 보호할 수 있으므로(Erel & Burman, 1995), 아버지의 양육 참여의 질에 대한 연구는 반드시 필요하다. 특히 아버지가 어떻게 양육에 참여하는 것이 어머니의 일-가족 갈등에 보호 요인으로 작용하는지, 일가족 갈등이 부부관계의 질에 미치는 영향을 줄이는지 확인할 필요가 있다.

양육의 질은 다양한 양육 유형으로 연구되어 왔는데(Maliki & Inokoba, 2011) 그 중 일관

되게 긍정적 효과를 보이는 양육 유형은 민주적 양육(democratic parenting)이다(임혜림, 김서현, 2017; 허묘연, 2004; Baumrind, 1980). 민주적 양육은 자녀에 대한 수용과 통제가 균형을 이룬 양육 유형을 말한다(Baumrind, 1971). 그러므로 민주적 양육은 자녀에 대한 애정과 공감을 기반으로 충분히 의사소통하며 자녀의 일상생활을 관리, 감독하는 양육 방식이다(손보영, 김수정, 박지아, 김양희, 2012). 민주적 양육을 하는 부모는 자녀가 왜 특정 방식으로 행동해야 하는지 설명과 토론을 통해 이해할 수 있도록 돕는다. 자녀에게 명확한 지시를 내리고, 자녀가 자신의 행동을 내적으로 통제할 수 있도록 일관성 있게 가르친다(Baumrind, 1980). 민주적 양육은 자녀의 학교 생활 적응(박미경, 오현주, 2016), 탄력성(권유경, 정소희, 2012), 자아존중감(임선아, 2013) 등 자녀의 발달의 다양한 측면에 긍정적 효과를 보고하고 있다. 하지만 일-가족 갈등이 부부관계의 질이나 우울에 영향을 주는 과정에서 민주적 양육이 어떤 역할을 하는지에 대한 연구는 매우 적은 실정이다. 따라서 본 연구는 워킹맘의 일-가족 갈등이 부부관계의 질과 우울에 미치는 영향에서 남편인 아버지의 양육 참여의 질로써 민주적 자녀 양육의 조절효과를 검증해 보고자 한다.

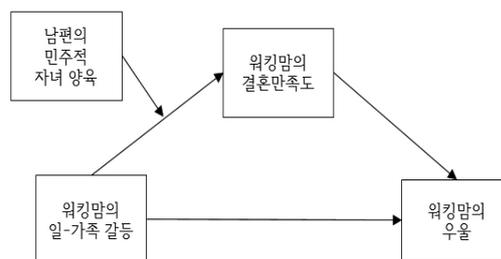


그림 1. 연구 모형

지금까지 살펴본 바와 같이 본 연구는 일-가족 갈등이 높은 워킹맘을 대상으로, 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정을 상세히 살피고자 하였다. 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울을 높이는 과정에서 부부관계의 질의 대표적 변인인 결혼 만족도의 매개 효과를 살펴보고, 동시에 이 과정에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절 효과를 검증하고자 하였다. 그러므로 본 연구의 연구 가설은 그림 1로 제시한 바 아래와 같다.

연구 가설 1. 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 영향에서 결혼 만족도의 매개효과가 있을 것이다.

연구 가설 2. 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도에 미치는 영향에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과가 있을 것이다.

연구 가설 3. 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도를 매개로 우울에 미치는 영향에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절된 매개효과가 있을 것이다.

### 연구 방법

#### 연구 대상

본 연구는 한국아동패널(Panel Study on Korean Children) 8차년도(2015년)의 초등학교 1학년 자녀를 둔 워킹맘의 데이터를 사용하였다. 한국아동패널은 육아정책연구소에서 주관하여 우리나라 아동의 발달 과정을 출생부터 각 시기의 발달 특성 및 양육 요구, 육아지원기관의 기능 등 다양한 자료를 국가적 차원에서 종단적으로 수집하려는 목적으로 설계되었다. 2008년 4월~7월 중 전국 의료기관에서 출

표 1. 연구대상자의 특성(N=610)

		워킹맘	남편
학 력	초졸	1 ( .2)	0 ( .0)
	중졸	3 ( .5)	2 ( .3)
	고졸	140 ( 23.0)	140 ( 23.0)
	전문대졸	169 ( 27.7)	127 ( 20.8)
	대학교졸	244 ( 40.0)	266 ( 43.6)
	대학원졸	53 ( 8.7)	64 ( 10.5)
	무응답	0 ( .0)	11 ( 1.8)
	관리자	7 ( 1.1)	21 ( 3.4)
	전문직	262 ( 43.0)	110 ( 18.0)
	사무직	162 ( 26.6)	148 ( 24.3)
직 업 종 류	서비스직	52 ( 8.5)	32 ( 5.2)
	판매직	74 ( 12.1)	57 ( 9.3)
	농림어업	3 ( .5)	7 ( 1.1)
	기능직	4 ( .7)	67 ( 11.0)
	기계직	13 ( 2.1)	78 ( 12.8)
	단순노무직	26 ( 4.3)	16 ( 2.6)
	군인	1 ( .2)	8 ( 1.3)
	미분류	0 ( .0)	6 ( 1.0)
	무응답	6 ( 1.0)	60 ( 9.8)
	직 업 지 위	상용직	405 ( 66.4)
임시직		65 ( 10.7)	10 ( 1.6)
일용직		7 ( 1.1)	12 ( 2.0)
종업원등고용주		33 ( 5.4)	41 ( 6.7)
종업원없는자영업		67 ( 11.0)	50 ( 8.2)
무급가족종사자		33 ( 5.4)	4 ( .7)
무응답		0 ( .0)	113 ( 18.5)

( )는 %임

생한 신생아와 그 부모를 대상으로 시작되었으며, 이들이 성인기를 시작하는 2027년까지 매해 데이터를 수집하고 있다. 본 연구에서는

한국 아동패널의 8차년도 자료의 응답자 1568명 중 현재 직업을 가지고 일을 하고 있는 상태인 워킹맘들만 대상으로 하였다. 총 694명의 워킹맘 중 응답률이 70% 미만인 사람들을 제외한 610명을 선정하였다.

본 연구에서 초등학교 1학년 자녀를 둔 워킹맘을 조사대상자로 선정한 이유는 다음과 같다. 기존 워킹맘의 일-가족 갈등에 대한 연구와 아버지의 양육 참여에 대한 연구는 자녀가 영유아기인 시기에 집중되어 있다(노성숙, 한영주, 유성경, 2012; 이미현, 최혜순, 2014). 하지만 워킹맘의 일-가족 갈등이 가장 극심한 시기 중 하나는 자녀의 초등학교 입학 시기로(이숙현, 2010), 워킹맘들은 이 시기를 경력단절의 최고의 위기 시기로 경험하고 있다(KB경제연구소, 2019). 한국에서 자녀가 초등학교에 입학하면 새로운 돌봄 행동들이 필요하다(김희진, 장영은, 2013). 오후 일찍 하원하는 자녀의 방과 후 스케줄을 짜거나, 방학 동안의 돌봄 공백과 관련한 걱정은 매우 흔하다. 자녀의 학교생활 지도나 학업 지도의 어려움 및 양육 정보 부족으로 워킹맘들은 퇴사나 이직에 대한 갈등을 극심히 경험한다(KB경제연구소 2019). 따라서 본 연구는 초등학교 1학년 자녀를 둔 워킹맘을 대상으로 하였다.

워킹맘의 평균 연령은 38.05세( $SD=3.62$ )였고, 남편의 평균 연령은 40.42( $SD=4.01$ )였다. 가구의 평균소득은 월 520.97만원이었고, 워킹맘의 근로소득 평균은 187.13만원이었다. 그 외 인구통계학적 특징은 표 1에서 제시하였다.

#### 측정 도구

##### 워킹맘의 일-가족 갈등

워킹맘이 일과 가정생활 양립의 어려움으로

인해 겪는 스트레스와 다중역할갈등을 측정하기 위한 ‘일-가족 갈등(work-family strains)’ 9개 문항을 사용하였다. 이것은 Marshall과 Barnett (1993)의 연구에서 사용된 것을 한국아동패널 연구진이 번역한 것으로 일이 가족에 미치는 갈등과 가족이 일에 미치는 갈등의 내용이 포함되어 있다. 문항의 예로 ‘직장에서 해야 할 일들이 가족과 함께 보내는 시간을 방해한다’, ‘일을 할 때, 가족에 관한 일이나 집에서 해야 할 일들로 인해 방해 받는다’ 등이 있다. 5점 리커트 척도(5=매우 그렇다, 1=전혀 그렇지 않다)였으며, 신뢰도 계수 cronbach's  $\alpha$ 는 .90였다.

##### 남편의 민주적 자녀 양육

남편의 민주적 양육행동을 측정하기 위해 조복희, 이진숙, 이홍숙, 권희경(1999)의 연구에서 사용된 한국 부모의 자녀 양육 방식의 차원을 평가하는 도구를 수정한 것을 사용하였다. 이 도구는 양육행동을 측정하는 12개 문항으로 구성되어 있으며 온정적 양육 6문항, 통제적 양육 6문항으로 나뉘어져있다. 이 문항들은 것이다. 온정적 양육을 측정하는 문항에는 ‘아이와 친밀한 시간을 갖는다’, ‘아이의 의견을 존중하고 표현할 수 있게 한다’ 등이 포함되며, 통제적 양육에는 ‘나는 지켜야 할 규칙, 규율을 세우고 아이가 지키도록 한다’, ‘나는 아이의 공격행동을 제지한다’ 등이 있다. 5점 리커트 척도(5=매우 그렇다, 1=전혀 그렇지 않다)로, 신뢰도 계수 cronbach's  $\alpha$ 는 전체 .89이었고, 온정적 양육은 .80, 통제적 양육은 .84로 나타났다.

##### 워킹맘의 결혼 만족도

워킹맘의 결혼만족도를 측정하기 위해

Chung(2004)의 연구에서 사용된 결혼만족도(Revised-Kansas Marital Satisfaction Scale; RKMSS)를 번역·수정한 것을 사용하였다. 문항의 예로는 ‘귀하는 배우자로서의 남편에 대하여 얼마나 만족하십니까?’, ‘귀하는 결혼생활에 얼마나 만족하십니까?’ 등이 있으며, 4점 리커트 척도(4=매우 만족한다, 1=전혀 만족하지 않는다)였고, 신뢰도 cronbach’s  $\alpha$ 는 .98이었다.

### 워킹맘의 우울

워킹맘의 우울을 측정하기 위해 Kessler, Andrew, Cople, Hiripi, Mroczek, Normand 등(2002)의 연구에서 사용된 것을 번역한 6개 문항을 사용하였다. ‘5점 리커트 척도(1=전혀 안느낌, 5=항상 느낌)로 신뢰도 계수는 .92로 나타났다.

### 자료 분석

자료 분석을 위해서 SPSS 25.0 및 Process Macro v3.4를 이용하였다. 먼저 기술통계, 왜도와 첨도를 살펴 정규성 확인을 확인한 후 상관분석을 실시하였다. 다음으로 조절된 매개

효과를 분석하기 전에 매개효과와 조절효과가 통계적으로 유의해야 하므로 매개 효과, 조절효과, 조절된 매개효과 순으로 분석하였다(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007). 단순매개효과 분석은 process macro model 4를 통해 실시하였다. 조절효과는 process macro model 1를 통해 분석하였고, 마지막으로 조절된 매개효과는 process macro model 7을 이용해 확인하였다.

## 결 과

### 변인의 기술 통계 및 상관분석 결과

데이터가 정규성을 충족하는지 살펴보기 위해 왜도와 첨도를 검토한 결과, 왜도는 최대절대값 .91 이하, 첨도는 1.61 이하로 나타나, 왜도<3, 첨도<10이므로 정상성에 위배되지 않았다(Kline, 2011).

다음으로 변인들의 평균 및 표준편차와 상관분석 결과를 표 2에 제시하였다. 먼저 워킹맘의 일-가족 갈등은 남편의 민주적 자녀 양육과 부적 상관이 있었으며( $r=-.09, p<.05$ ), 모

표 2. 각 요인들 간의 상관( $N=610$ )

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
	워킹맘의 일-가족 갈등	남편의 민주적 자녀 양육 전체	남편의 민주적 자녀 양육:온정	남편의 민주적 자녀 양육:통제	워킹맘의 결혼 만족도	워킹맘의 우울
2	-.09*					
3	-.09*	.81**				
4	-.05	.78**	.27**			
5	-.22**	.30**	.35**	.11**		
6	.20**	-.19**	-.22**	-.08*	-.49**	
<i>M(SD)</i>	2.72(.72)	3.51(.46)	3.63(.60)	3.40(.56)	3.69(.84)	5.28(1.03)

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

워킹맘의 결혼 만족도와 부적 상관을( $r=-.22, p<.01$ ), 워킹맘의 우울과는 정적 상관이 나타났다( $r=.20, p<.01$ ). 남편의 민주적 자녀 양육은 워킹맘의 결혼 만족도와는 정적 상관을( $r=.30, p<.01$ ), 워킹맘의 우울과는 부적 상관을 나타냈다( $r=-.19, p<.01$ ). 워킹맘의 결혼 만족도는 워킹맘의 우울과 유의한 부적 상관이 있었다( $r=-.49, p<.01$ ).

### 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울 간의 관계에서 결혼만족도의 매개효과

워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 영향에서 결혼 만족도의 매개효과를 살펴보기 위해 Process Macro의 model 4로 분석을 실시하였다. Bootstrapping 샘플은 5000개로 지정하고, 신뢰구간은 95%로 분석하였다.

표 3과 그림 2에 제시한 바와 같이, 워킹맘의 일-가족 갈등은 결혼 만족도에 유의한 영향을 미치고( $\beta=-.25, p<.001$ ), 결혼 만족도는 우울에 유의한 영향을 미쳐( $\beta=-.39, p<.001$ ) 결혼만족도는 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울 간의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 또한 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 총효과과는  $\beta=.20(p<.001)$ 이었으나, 매개 변인인 결혼 만족도가 투입되면서 경로의 직접효과가  $\beta=.10(p<.01)$ 로 감소하여 결혼 만족도가 매개하

였음을 확인하였다. 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 간접효과는 부트스트래핑 결과는 표 4에 제시한대로 상한과 하한값 사이 0이 존재하지 않아 유의한 것으로 나타났다.

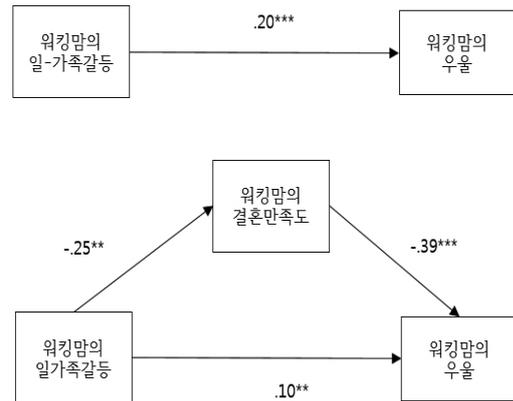


그림 2. 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울 간의 관계에서 결혼 만족도의 매개효과

표 4. 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울 간의 관계에서 결혼 만족도의 매개효과

효과	$\beta$	se	LLCI	ULCI
총효과	.20	.04	.12	.27
직접효과	.10	.04	.03	.17
간접효과	.10	.02	.06	.14

표 3. 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울 간의 관계에서 결혼만족도의 매개효과

경로	$\beta$	se	t	p	LLCI	ULCI
워킹맘의 일-가족 갈등 → 결혼 만족도	-.25	.05	-5.51	.0000	-.35	-.16
워킹맘의 일-가족 갈등 → 우울	.10	.04	2.76	.0059	.03	.17
워킹맘의 결혼만족도 → 우울	-.39	.03	-12.84	.0000	-.45	-.33

LLCI=boot 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 하한값

ULCI=boot 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 상한값

### 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼만족도 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과

워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도에 미치는 영향에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과를 확인하기 위해 Hayes(2018)가 제안한 Process Macro의 model 1을 이용해 분석하였다. 부트스트래핑은 5000회 지정하였고, 신뢰구간은 95%로 설정하였으며, 변인들은 평균중심화(mean centering) 하였다.

표 5와 그림 3에 제시한 바와 같이, 워킹맘의 일-가족 갈등은 결혼 만족도에 유의한 부적 영향을 미쳤고( $\beta = -.23, p < .001$ ), 조절변인인 남편의 민주적 자녀 양육은 유의한 정적 영향을 미쳤다( $\beta = .50, p < .001$ ). 워킹맘의 일-가족 갈등과 남편의 민주적 자녀 양육의 상호작용은 모의 결혼만족도에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타나 조절효과가 있었다( $\beta = .19, p < .001$ ). 이는 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼

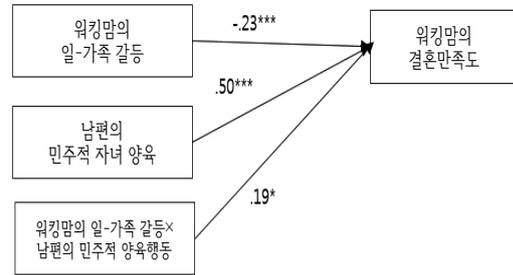


그림 3. 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼만족도 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과

만족도에 미치는 영향이 남편의 민주적 자녀 양육의 정도에 따라 달라짐을 뜻한다. 또한 상호작용에 따른  $R^2$ 의 변화량은 .01( $p < .05$ )로 나타나 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼만족도 사이에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과가 검증되었다.

조절 변인인 남편의 민주적 자녀 양육의 특정 값( $\pm 1 SD$ )에서, 워킹맘의 일-가족 갈등이 모의 결혼 만족도에 미치는 조건부효과를 살

표 5. 모의 일-가족 갈등과 결혼만족도 간의 관계에서 부의 민주적 양육행동의 조절효과

변인	$\beta$	se	t	p
모의 일-가족 갈등 → 모의 결혼 만족도	-.23	.04	-5.10	.0000
부의 민주적 양육행동 → 모의 결혼 만족도	.50	.07	7.16	.0000
모의 일-가족 갈등 × 부의 민주적 양육행동 → 모의 결혼 만족도	.19	.09	2.05	.0413
	$R^2$	F	p	
상호작용에 따른 $R^2$ 증가	.01	4.18	.0413	
	$\beta$	se	LLCI	ULCI
조건부 간접효과				
M-1SD(-.6740)	-.31	.06	-.43	-.19
M(.0000)	-.23	.04	-.31	-.14
M+1SD(.6740)	-.14	.06	-.26	-.02

LLCI=boot 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 하한값

ULCI=boot 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 상한값

퍼본 결과 모든 조건에서 유의하였다. 그러므로 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도에 미치는 영향은 조절변인인 남편의 민주적 자녀 양육의 정도의 수준에 따라 달라짐을 확인하였다. 보다 그 형태를 구체적으로 살펴보기

위해 남편의 민주적 자녀 양육을 저, 중, 고집단으로 나누어 살펴본 결과를 그림 4에 제시하였다. 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도에 미치는 영향은 남편의 민주적 자녀 양육의 수준에 따라 조절된다고 할 수 있다.

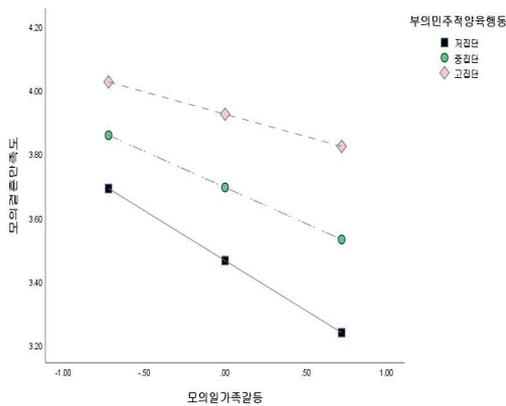


그림 4. 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼만족도의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절효과

### 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만족도 및 우울 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절된 매개효과

조절된 매개효과 분석 전에 매개효과와 조절효과가 유의한지 살펴보아야 하므로(배은경, 이민규, 2018; Preacher, Rucker & Hayes, 2007) 앞서 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 미치는 영향에서 결혼 만족도의 매개 효과가 유의한지 확인하였다. 그리고 워킹맘의 일-가족 갈등이 결혼 만족도에 미치는 영향에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절 효과도 유의하였다. 이에 따라 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만

표 6. 워킹맘의 일-가족 갈등, 결혼 만족도 및 우울 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절된 매개효과

경로	$\beta$	se	t	p	LLCI	ULCI
워킹맘의 일가족 갈등 → 결혼만족도	-.23	.04	-5.10	.0000	-.31	-.14
남편의 민주적 자녀 양육 → 결혼 만족도	.50	.07	7.16	.0000	.36	.63
워킹맘의 일-가족 갈등×남편의 민주적 자녀 양육 → 결혼 만족도	.19	.09	2.05	.0413	.0075	.37
워킹맘의 일-가족 갈등 → 우울	.10	.04	2.76	.0059	.03	.17
워킹맘의 결혼 만족도 → 우울	-.39	.03	-12.84	.0000	-.45	-.33
부의 민주적 양육행동의 조건부 값에 따른 조절된 매개의 간접효과						
	$\beta$	se		LLCI	ULCI	
M-1SD(-.4613)	.12	.03		.07	.18	
M(.0000)	.09	.02		.05	.13	
M+1SD(.4613)	.05	.03		.01	.10	

LLCI=*boot* 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 하한값  
ULCI=*boot* 간접 효과의 95% 신뢰구간 내의 상한값

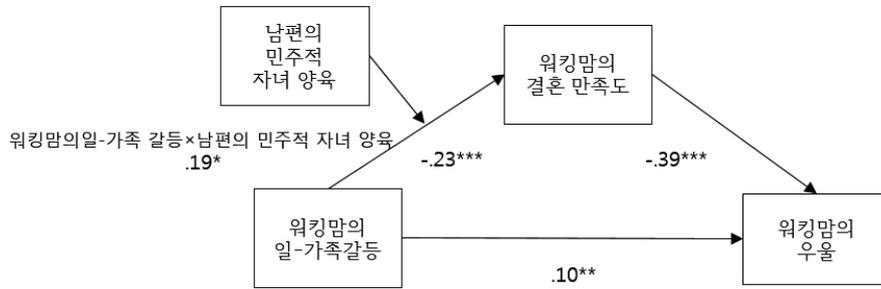


그림 5. 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만족도 및 우울간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절된 매개효과

죽도 및 우울 간의 관계에서 부의 민주적 양육행동의 조절된 매개효과를 검증하기 위해 Process Macro의 model 7을 통해 분석을 실시하였다.

표 6과 그림 5에 제시한 대로, 부의 민주적 양육행동이 높으면 모의 일-가족 갈등이 높더라도 부의 민주적 양육행동이 낮은 사람들에 비해 결혼만족도가 높아, 결과적으로 모의 우울을 완화시키는 데 도움을 미치는 것으로 해석할 수 있다.

조절 변인인 남편의 민주적 자녀 양육의 조건값에 대한 매개 변인의 간접효과를 살펴본 결과, 조건값이 평균보다 낮은 경우(-1SD)의 매개변인의 간접효과는 .12, 평균인 경우의 간접효과는 .09, 조건값이 평균보다 높은 경우(+1SD)의 간접효과는 .05로 나타났다. 즉, 부의 민주적 양육행동의 수준이 높을수록 모의 결혼만족도의 간접효과는 줄어든다는 것으로 해석할 수 있다.

## 논 의

본 연구는 일-가족 갈등이 높은 시기인 초등학교 1학년 자녀를 둔 워킹맘을 대상으로

일가족 갈등이 어머니의 우울에 영향을 주는 매커니즘을 확인하고자 하였다. 연구 결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울간의 관계에서 결혼 만족도의 매개효과를 살펴본 결과, 워킹맘의 일-가족 갈등은 우울에 유의한 영향을 미치고, 결혼 만족도는 이를 매개하는 것으로 나타났다. 이는 일가족 갈등이 우울을 높인다는 이전 연구(설진희, 박수현, 2019; Gharavi, Nicholson, MacDonald, Osher, & Levitt, 2002) 및 낮은 결혼 만족도가 우울을 증가시킨다는 연구와(이주연, 정혜정, 2015) 같은 맥락의 결과이다. 일-가족 갈등이 가족관계의 질을 감소시키고 이것이 결국 심리적 건강에 부정적 영향을 미친다는 선행연구(O'Brien 외, 2014)와도 일치하는 결과이다. 특히 본 연구에서는 높은 일-가족 갈등이 가족관계의 질 중 부부관계의 질을 손상시키고, 이를 통해 워킹맘의 우울을 높이는 데 기여하는 매개 효과를 가지는 것을 검증하였다. 이 연구결과는 일-가족 갈등이 우울에 영향을 줄 때 결혼 만족도라는 부부관계의 질을 매개 요인으로 중요하게 다루어야 함을 보여준다.

둘째, 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만족도 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조

절효과를 살펴본 결과, 워킹맘의 일-가족 갈등은 결혼 만족도에 부적 영향을 미치고, 남편의 민주적 자녀 양육은 결혼 만족도에 정적 영향을 미쳤다. 또한 워킹맘의 일-가족 갈등과 남편의 민주적 자녀 양육의 상호작용은 워킹맘의 결혼 만족도에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타나 조절 효과가 검증되었다. 다시 말하면 워킹맘의 일-가족 갈등이 높을 때, 남편의 민주적 자녀 양육의 수준이 높고 집단은 결혼 만족도가 높은 것으로 나타났다. 이것은 선행 연구에서 남편의 양육 참여가 일-가족 갈등의 부정적 효과에 대한 보호요인으로 나타난 것과 맥락이 같다(김수정, 김은지, 2007; KB금융경제연구소, 2019). 그리고 남편의 양육 참여의 수준에 따라 부부관계의 질이 달라진다는 다른 선행연구(김혜성, Grace Chung, 2019; Geock-Morey & Cummings, 2007)뿐 아니라 좀 더 개입하고 향상된 질 좋은 양육이 부부관계의 질에 영향을 준다는 연구 결과와도(Erel & Burman, 1995; Gutek, Searle, & Klepa, 1991) 일치하는 결과이다. 하지만 선행 연구와 본 연구의 차별점은 선행 연구에서 남편의 양육 참여 양의 수준의 효과를 확인했다면, 본 연구에서는 남편의 양육 참여 중 민주적 양육이라는 질의 수준에 따라 효과가 다르다는 것을 검증했다는 점이다. 구체적으로 살펴보면 남편의 민주적 자녀 양육이 낮거나 중간 정도인 워킹맘은 일-가족 갈등이 높을수록 결혼만족도가 낮아지지만, 남편의 민주적 자녀 양육의 수준이 높은 워킹맘은 일-가족 갈등이 높아도 결혼만족도가 낮아지지 않는 것으로 나타났다. 남편의 민주적 자녀 양육은 일가족 갈등을 경험하는 워킹맘의 결혼만족도가 낮아지지 않도록 보호하고 완화하는 요인으로 역할을 한다는 것을 의미한다. 따라서 본 연구의

결과를 고려하면 아버지의 양육의 질을 높이는 것, 특히 민주적 양육 태도를 높이는 것이 결과적으로 워킹맘의 일-가족 갈등이 부부관계의 질을 낮추는 영향을 완화할 수 있다.

셋째, 앞서 살펴본 매개효과 및 조절 효과를 통합하여 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울과의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육으로 조절된 결혼 만족도의 매개효과를 확인하였다. 워킹맘이 높은 일-가족 갈등을 경험했을 때 결혼만족도를 낮추게 되어 결과적으로 우울이 증가할 수 있는데, 남편의 민주적 자녀 양육이 높아지면 워킹맘은 일-가족 갈등이 높더라도 결혼 만족도가 높으며, 결국 우울을 낮추는 효과가 있었다. 다시 말하면 일-가족 갈등이 높더라도 남편의 민주적 자녀 양육 수준이 높으면 결혼 만족도에 덜 부정적 영향을 주었고, 결과적으로 우울을 높이지 않았다. 남편의 민주적 자녀 양육이 결국 모의 우울을 보호하는 역할을 하는 것으로 확인하였다.

조운진과 유성경(2012)은 여성의 일-가족 갈등이 심리적·사회적·문화적 영향력을 다차원적으로 반영하므로 이를 이해하기 위해서는 가족과 직장 장면에서 관련된 다양한 요인들을 복합적으로 살펴봐야 한다고 제시한 바 있다. 본 연구의 결과는 워킹맘의 일-가족 갈등의 부정적 효과의 매커니즘 중 특히 배우자와의 관계적 요인을 구체적으로 확인했다는 점에서 학문적 의의가 있다. 그 외 몇 가지 실용적 의의를 살펴보면 다음과 같다. 먼저 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 경로에서 부부관계의 질 중 결혼 만족도의 매개효과를 확인하여 우울 예방 및 개입에 실용적 함의가 있다. 워킹맘의 정신건강을 위해서는 일-가족 갈등을 직접적으로 낮추려는 노력만이 아니라, 매개 효과를 보인 요인인 부부

관계의 질인 결혼 만족도를 향상시키기 위한 개인적 차원과 제도적 차원의 다양한 방안이 필요하다. 개인적 차원에서는 맞벌이 부부 각자가 부부관계의 질 향상을 위해 노력해야 할 것이다. 상담 현장에서는 워킹맘의 우울을 다룰 때 부부관계의 향상에 초점을 맞출 필요가 있을 것이다. 국가 및 제도적 차원에서는 워킹맘의 정신건강을 위한 부부관계의 질을 관리하는 정책 및 서비스가 필요하다. 현재 우리나라 여성가족부 산하 한국건강가정진흥원에서는 일가정양립지원사업과 가족 상담 사업 등을 실시하고 있고, 이에 따라 건강가정지원센터가 지역사회에서 실제적 서비스를 제공하고 있다. 서비스 중 부부관계 향상에 도움이 되는 것들에는 부부상담, 맞벌이 가족 통합 지원 등이 있다. 하지만 다문화, 한문화 가족 등 가족 통합 지원이나 가족 돌봄 나눔 서비스 및 가족 문화 관련 프로그램에 비해 그 수가 적어 앞으로 부부관계를 중심의 서비스가 보완되어야 할 것으로 생각된다.

다음으로 본 연구는 워킹맘의 일-가족 갈등과 결혼 만족도 및 우울 간의 관계에서 남편의 민주적 자녀 양육의 조절된 매개 효과를 확인하였다. 아버지의 민주적 양육 행동이 일-가족 갈등이 부부관계의 질을 낮추지 못하도록 부부관계의 질을 보호할 뿐 아니라, 우울에 미치는 영향에서도 중요한 보호 요인임을 검증한 것이다. 적극적으로 양육 참여를 하고 있는 아버지들에 대한 질적 연구에서(김용익, 김낙홍, 2015) 아버지들 또한 일-가족 균형을 위해 고군분투하고 있으며, 양육에 대한 무지를 인식하면서 지속적인 배움을 통해 부부관계를 긍정적으로 만들고 자녀와 좋은 관계를 쌓기 위해 노력하고 있음을 보고하였다. 그러므로 단순히 아버지의 가사 노동 및 돌봄 노

동 참여의 양만 늘릴 것이 아니라, 아버지가 양질의 양육 참여를 할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 최근 공동 육아에 대한 태도가 확산되고 있으므로(Craig, Mullan, & Blaxland, 2010) 아버지 대상 양육 교육을 통해 아버지들도 충분한 애정과 훈육의 균형을 유지하는 민주적 양육자로 기능하도록 해야 할 것이다. 대한민국 정부는 일-가정 양립 지원을 위해 다양한 정책을 펼치고 있는데(유계숙, 2012) 학부모 지원센터, 건강가족지원센터, 지역사회 복지관 등 다양한 사회서비스 기관들은 아버지의 양육 참여를 촉진하는 프로그램을 실시하고 있다(고선주, 2012). 이런 프로그램이 보다 확장되고, 그 초점이 자녀와의 민주적인 대화, 명확하고 단호한 규칙을 통한 훈육 등 민주적 양육 행동을 촉진하는 것으로 이루어질 필요가 있다. 이러한 개입을 통한 아버지 양육의 질의 향상은 워킹맘의 정신건강을 보호할 뿐 아니라 자녀의 발달에도 긍정적 영향을 미칠 수 있을 것이다.

본 연구 결과를 바탕으로 한 후속 연구에 대한 제언은 아래와 같다. 첫째, 본 연구에서는 워킹맘의 일-가족 갈등의 부정적 효과를 완화하는 데 있어 보호요인으로 남편의 양육의 질이 중요함을 강조하였다. 그러나 질적인 양육 행동을 하는 아버지는 실제 양육 참여의 양도 많을 수 있다. 따라서 양육의 질의 순수한 보호 효과를 살펴보기 위해 양육의 양을 통제하여 검증하는 연구가 추가될 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 워킹맘의 일-가족 갈등을 측정하는 도구로 일이 가족에 미치는 갈등과 가족이 일에 미치는 갈등을 합산하여 사용하는 척도를 사용하였다. 일-가족 갈등에 대한 여러 연구들은 이 두 방향의 갈등을 합산하는 방식의 척도들을 사용하고 있으나(김소

정, 2016; 김정운, 박정열, 2008; 임다희, 탁성숙, 이선우, 2018) 이 두 방향을 각자 독립적 요인으로 보아야 한다는 연구들도 있다(유성경, 홍세희, 박지아, 김수정, 2012). 따라서 추후에 두 요인의 영향을 독립적으로 검증하는 연구도 필요할 것이다. 셋째, 워킹맘의 일-가족 갈등이 우울에 영향을 미치는 과정에서 매개나 조절 효과를 가질 수 있는 다른 변인에 대한 추가 고려도 필요하다. 본 연구 외의 추가적으로 의미있는 매커니즘을 확인한다면, 워킹맘의 일-가족 갈등을 줄이고 정신건강을 보호하는 데 있어 보다 도움이 될 것이다. 넷째, 종단 연구를 실시한다면 본 연구에서 확인한 매커니즘의 장기적 효과를 검증할 수 있을 것이다. 일-가족 갈등은 단기적으로 끝나지 않으며 일종의 장기전이다. 따라서 초등 자녀 이전 시기 뿐 아니라 그 이후 시기까지 망라해 영유아기, 아동기, 청소년기에 이르기까지 부부관계의 질과 아버지 양육의 질의 영향력을 검증하는 연구가 필요할 것이다. 다섯째, 워킹맘의 일-가족 갈등과 우울의 관계에서 영향을 미치는 다른 심리적 기제에 대한 연구가 추가된다면, 워킹맘의 일-가족 갈등의 부정적 효과를 줄이는 데 더 큰 도움이 될 것이다. 여섯째, 본 연구의 결과를 바탕으로 맞벌이 부부 대상의 행복 프로그램을 개발할 수 있리라 본다. 부부관계의 질 향상과 아버지 양육 행동 향상을 주요한 주제로 한 프로그램을 고안, 실시한다면 워킹맘의 적응 및 심리적 건강에 보다 도움이 될 것이다.

### 참고문헌

강수경, 김해미, 정미라 (2018). 임신기 아버지

의 가족친화적 직장조직문화가 행복감에 미치는 영향: 일-가정 갈등과 부부관계 질의 매개효과. *한국가족복지학*, 23(1), 1-20.

고선주 (2012). 저출산 대응: 가족내 자녀양육 지원강화. *한국심리학회지: 사회문제*, 18(1), 53~77.

권승현 (2019.12.18.). 기혼 여성 5명 중 1명 경력단절...30대에 집중. *파이낸셜뉴스*.  
<https://www.fnnews.com/news/201912181135567012>

권유경, 정소희 (2012). 어머니의 양육행동과 아동의 탄력성에 영향을 미치는 요인 연구. *한국청소년연구*, 23(4), 219-243.

김경화 (2013). 영유아와 초등학생 자녀를 둔 남녀취업자의 일/가족 갈등 인식: 성별과 관련 변인의 상호작용효과를 중심으로. *가족과 문화*, 25(4), 60-90.

김소정 (2016). 기혼 직장인들의 일가족갈등이 결혼만족도에 미치는 영향: 성 차이를 중심으로. *사회복지연구*, 47(2), 201-226.

김소영 (2017). 남편의 가사노동과 자녀돌봄 분담 유형별 관련요인 및 부부의 가사분담만족도: 맞벌이 부부와 비맞벌이 부부 비교. *한국가족관계학회지*, 22(3), 47-72.

김수정, 김은지 (2007). 한국 맞벌이 가구에서 가사노동과 경제적 의존의 관계: 교환 혹은 젠더보상?. *한국사회학*, 41(2), 147-174.

김연재, 이재림 (2014). 근무시간 특성, 일-가족 갈등, 부부관계 만족도: 직종별 분석. *한국가정관리학회 학술발표대회 자료집*, 262.

김용익, 김낙홍 (2015). '아빠학교'의 아버지들이 양육참여를 통해 겪은 삶의 경험 탐색. *육아지원연구*, 10(2), 191-215.

김정운, 박정열 (2008). 일과 삶의 균형 (Work-Life Balance) 척도 개발을 위한 연구. 여가

- 학연구, 5(3), 53-69.
- 김혜성, Grace H. Chung (2019). 다문화 청소년의 민족정체성에 영향을 미치는 부모 요인 분석: 어머니와 아버지의 영향 요인 비교. 한국가정관리학회지, 37(4), 57-70.
- 김희진, 장영은 (2013). 초등학교 저학년 자녀를 둔 취업모의 다중역할의 질과 심리적 안녕감이 양육행동에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 22(4), 593-607.
- 노성숙, 한영주, 유성경 (2012). 한국에서 '워킹맘'으로 살아가기: 직장인업마의 다중역할 경험에 대한 현상학적 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 24(2), 365-395.
- 박미경, 오현주 (2016). 민주적 양육방식이 취업모 아동의 학교생활적응에 미치는 영향. 학습자중심교과교육연구, 16, 249-270.
- 박영희 (2018). 남녀 대학생이 지각하는 부모양육태도와 결혼가치관 관계에서 성역할태도의 매개효과. 동신대학교 석사학위논문.
- 박희진, 문혁준 (2013). 영아를 둔 어머니의 자녀에 대한 애착, 우울, 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. 인간발달연구, 20, 81-98.
- 설진희, 박수현 (2019). 일-가정 다중역할 부정적 경험이 미취학 자녀를 가진 전일제 직장여성의 내재화 문제에 미치는 영향: 사회지향성의 매개효과. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 25(1), 55-77.
- 손보영, 김수정, 박지아, 김양희 (2012). 바람직한 부모 양육태도가 초기청소년의 삶의 만족에 미치는 영향: 학교생활 적응 및 자아탄력성의 매개효과, 성차비교. 한국청소년연구, 23(1), 149-173.
- 송지은, Nadine F. Marks, 한경혜 (2007). 직업, 가족 및 일-가족 전이가 취업자의 정신건강에 미치는 영향-한국과 미국의 비교. 가족과 문화, 19, 61-92.
- 안재진 (2011). 부의 양육참여가 출산 후 초기모의 양육 스트레스에 미치는 영향: 부부관계의 질을 매개로. 한국아동복지학, 35, 127-158.
- 여성가족부 (2006). 2005 가족실태조사. 여성가족부.
- 연은모, 윤해옥, 최효식 (2015). 부부갈등, 양육스트레스, 우울 간의 종단적 관계: 자기회귀교차지연모형의 적용. 한국영유아보육학, 93, 1-29.
- 유계숙 (2012). 저출산 대응을 위한 일-가정 양립지원정책, 한국심리학회지: 사회문제, 18(1), 111~125.
- 유성경, 임영선, 김태원 (2017). 마음챙김이 워킹맘의 인지적, 심리적 유연성에 미치는 영향. 상담학연구, 18(1), 389-411.
- 유성경, 임영선, 임인혜, 김태원, 정혜림, 황민혜 (2018). 워킹맘의 일 가정 양립 촉진을 위한 집단상담 프로그램 개발 및 효과성 검증. 한국심리학회지: 여성, 23(3), 377-407.
- 유성경, 임지숙, 손은영 (2016). 한국 맞벌이 여성들의 일-가정 양립 경험에 대한 개념도 연구. 상담학연구, 17(6), 475-498.
- 이미현, 최혜순 (2014). 아버지 양육참여 관련 연구동향 분석. 청소년학연구, 21(7), 307-330.
- 이윤석 (2010). 취업한 기혼 남녀의 일과 가족 전이: 부정적 전이와 긍정적 전이의 통합적 접근. 한국인구학, 33(2), 1-31.
- 이선아 (2014). 양육스트레스가 취업모의 우울에 미치는 영향: 자아존중감과 사회적 지지의 매개효과를 중심으로. 서울대학교 사회복

- 지학과 박사학위논문.
- 이숙현 (2010). 취업모의 다중역할의 질과 심리적 건강. *한국가족관계학회지*, 15(3), 67-90.
- 이정순 (2003). 유아기 자녀를 둔 아버지의 양육참여와 부부관계, 부모성장과의 관계. *아동학회지*, 24(3), 99-108.
- 이하나 (2016. 5. 15). 맞벌이 가족 행복하십니까?... 일과 생활의 균형이 관건. *여성신문*. <http://www.womennews.co.kr/news/view.asp?num=93883..>
- 이주연, 정혜정 (2015). 노년기의 부부관계 만족도와 우울의 종단적 상호관계-성별과 연령집단에 따른 차이를 중심으로. *상담학연구*, 16(4), 575-593.
- 이주희, 이은희 (2000). 맞벌이 부부의 직장, 가정의 역할갈등과 우울과의 관계에 대한 대처방식의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 5(2), 287-303.
- 임다희, 탁성숙, 이선우 (2018). 조직문화가 일-가정양립 갈등에 미치는 영향: 경쟁가치모형을 적용하여. *한국조직학회보*, 15(2), 29-56.
- 임선아 (2013). 민주적 부모양육태도가 아동의 자기조절학습능력, 자존감, 학교적응에 미치는 구조모형 비교: 저소득층 아동과 비저소득층 아동. *교육심리연구*, 27(1), 125-142.
- 임지숙, 임영선, 유성경 (2017). 출산 후 워킹맘의 가능한 자기(possible self). *한국심리학회지: 여성*, 22(2), 211-245.
- 임혜림, 김서현 (2017). 민주적 부모양육태도가 또래애착을 매개로 중학생의 자아정체감에 미치는 영향. *한국생활과학회지*, 26(3), 171-185.
- 한경혜, 장미나 (2011). 일상재구성법을 통해 살펴본 영, 유아자녀를 둔 기혼 여성들의 행복감. *한국가족복지학*, 16(4), 5-27.
- 전명숙, 양난미 (2013). 학령기 아동을 키우는 전일제 취업모들의 일-가족 갈등과 우울의 관계: 배우자 지지와 부모효능감의 매개효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 282-282.
- 전연진, 김호정 (2019) 영유아 자녀를 둔 여성의 일-가족 갈등과 우울의 관계 및 자기자비의 조절효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 92-92.
- 정지연 (2008). 취업모의 양육스트레스, 자기지각 및 사회적 지지가 우울감에 미치는 영향. *연세대학교 석사학위논문*.
- 조복희, 이진숙, 이홍숙, 권희경 (1999). 한국 부모의 자녀 양육방식에서의 차원과 평가. *대한가정학회지* 37(10), 123-133.
- 조윤진, 유성경 (2012). 기혼 취업 여성의 사회적 지지와 일-가족 갈등 및 향상의 관계에서 문제-중심 대처와 우울정서의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(2), 441-463.
- 조혜정 (1981). 전통적 경험세계와 여성. *아시아여성연구*, 20, 81-111.
- 정선이, 차승은, 김순덕, 박미희 (2019). 맞벌이 부부의 일/가족 부정적 전이와 결혼의 질 그리고 부부갈등의 역할. *한국가족관계학회지*, 23(4), 3-20.
- 차영란, 김기범, 전경숙 (2007). 중년여성의 일상생활속의 사회적 역할과 삶의 만족과의 관계분석. *한국심리학회지: 여성*, 12(3), 299-313.
- 천금주 (2015. 12. 07). 한국 남성 가사노동시간 OECD 중 꼴찌... 하루 평균 45분. *국민일보*. <http://news.kmib.co.kr/article/view.asp?arcid=00>

- 10137133
- 최정숙 (2011). 일-가족 역할갈등에 관한 근거 이론 연구: 학령기 자녀를 둔 전문직 여성을 중심으로. *정신건강과 사회복지*, 39, 214-247.
- 최효식, 윤해옥, 연은모 (2015). 어머니-아버지 간 아버지 양육참여 지각 차이와 유아의 상호작용적 또래놀이 간의 관계: 부부갈등, 우울, 긍정적 양육태도의 매개효과. *유아교육연구*, 35(1), 153-174.
- 통계청 (2019). 2018 인구총조사. 통계청.
- 통계청 (2017). 2016 인구총조사. 통계청.
- 통계청 (2009). 2008 인구총조사. 통계청.
- 한경혜, 장미나 (2011). 일상재구성법을 통해 살펴본 영, 유아자녀를 둔 기혼 여성들의 행복감. *한국가족복지학*, 16(4), 5-27.
- 한경훈, 박소정, 김세현 (2015). 기혼유자녀 직장여성의 수퍼우먼 신드롬 유형에 따른 건강관련 삶의 질 양상 연구. *사회과학연구*, 31(2), 25-43.
- 허묘연. (2004). 청소년이 지각한 부모 양육행동 척도의 개발 및 타당화 연구. *청소년상담연구*, 12(2), 170-189.
- KB경영연구소 (2019). 2019 한국 워킹맘보고서. KB금융.
- Abakoumkin, G., Stroebe, W., & Stroebe, M. (2010). Does relationship quality moderate the impact of marital bereavement on depressive symptoms?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(5), 510-526.
- Adhikari, H. (2012). Anxiety and Depression: comparative study between working and non-working mothers. *Global Journal of Human-Social Science Research*, 12(12), 101-103.
- Allen, T. D., Herst, D. E., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: a review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278-308.
- Aryee, S., Srinivas, E. S., & Tan, H. H. (2005). Rhythms of Life: Antecedents and Outcomes of Work-Family Balance in Employed Parents. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 132-146.
- Baumrind, D. (1980). New directions in socialization research. *American psychologist*, 35(7), 639-652.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental psychology*, 4, 1-103.
- Borelli, J. L., Nelson, S. K., River, L. M., Birken, S. A., & Moss-Racusin, C. (2017). Gender differences in work-family guilt in parents of young children. *Sex Roles*, 76(5-6), 356-368.
- Bragiel, J., & Kaniok, P. E. (2011). Fathers' marital satisfaction and their involvement with their child with disabilities. *European Journal of Special Needs Education*, 26(3), 395-404.
- Coyne, J. C., & Benazon, N. R. (2001). Not agent blue: Effects of marital functioning on depression and implications for treatment. In S. R. H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice* (p. 25-43). American Psychological Association.  
<https://doi.org/10.1037/10350-002>.
- Craig, L., Mullan, K., & Blaxland, M. (2010). Parenthood, policy and work-family time in Australia 1992-2006. *Work, Employment and Society*, 24(1), 27-45.
- Dew, J., & Wilcox, W. B. (2011). If momma ain't happy: Explaining declines in marital

- satisfaction among new mothers. *Journal of Marriage and Family*, 73(1), 1-12.
- Erel, O., & Burman, B. (1995). Interrelatedness of marital relations and parent-child relations: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 118(1), 108-132.
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting: Science and Practice*, 3(2), 95-131.
- Ford, M. T., Heinen, B. A., & Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: a meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology*, 92(1), 57-80.
- Fujimoto, T., Shinohara, S.K. and Oohira, T. (2014), Work - Family Conflict and Depression for Employed Husbands and Wives in Japan: Moderating Roles of Self and Spousal Role Involvement, Family Relationships and Familial Responses to Health Issues. *Contemporary Perspectives in Family Research, Vol. 8A*, Emerald Group Publishing Limited, pp. 135-162. <https://doi.org/10.1108/S1530-35352014000008A004>
- Galovan, A. M., Holmes, E. K., Schramm, D. G., & Lee, T. R. (2014). Father involvement, father - child relationship quality, and satisfaction with family work: Actor and partner influences on marital quality. *Journal of Family Issues*, 35(13), 1846-1867.
- Ghatavi, K., Nicolson, R., MacDonald, C., Osher, S., & Levitt, A. (2002). Defining guilt in depression: a comparison of subjects with major depression, chronic medical illness and healthy controls. *Journal of Affective Disorders*, 68(2-3), 307-315.
- Goeke-Morey, M. C., & Cummings, E. (2007). Impact of father involvement: A closer look at indirect effects models involving marriage and child adjustment. *Applied Development Science*, 11(4), 221-225.
- 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.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88.
- Hammer, L. B., Cullen, J. C., Neal, M. B., Sinclair, R. R., & Shafiro, M. V. (2005). The Longitudinal Effects of Work-Family Conflict and Positive Spillover on Depressive Symptoms Among Dual-Earner Couples. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(2), 138 - 154.
- Haslam, D. M., Patrick, P., & Kirby, J. N. (2015). Giving voice to working mothers: A consumer informed study to program design for working mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 24(8), 2463-2473.
- Hawkins, M. W., Carrère, S., & Gottman, J. M. (2002). Marital sentiment override: Does it influence couples' perceptions?. *Journal of Marriage and Family*, 64(1), 193-201.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), 4-40.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context. *Psychology and*

- Culture*, 2(1).  
<https://doi.org/10.9707/2307-0919.1014>
- Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations across Nations*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W., & Jones, B. Q. (2008). Is there something unique about marriage? The relative impact of marital status, relationship quality, and network social support on ambulatory blood pressure and mental health. *Annals of Behavioral Medicine*, 35(2), 239-244.
- Kessler, R. C., Andrew, G., Cople, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S., & LT, W. EE, & Zaslavsky, A.(2002). Short Screening Scales to Monitor Population Prevalences and Trends in Nonspecific Psychological Distress. *Psychological Medicine*, 32(6), 959-976.
- Kinnunen, U., Geurts, S., & Mauno, S. (2004). Work-to-family conflict and its relationship with satisfaction and well-being: A one-year longitudinal study on gender differences. *Work and Stress*, 18(1), 1-22.
- Maliki, A. E., & Inokoba, P. K. (2011). Parental child rearing styles, parental marital relationship and students' attitude towards cultism in Niger Delta University, Bayelsa state of Nigeria: Counselling implications. *Journal of Social Sciences*, 27(3), 209-214.
- Mamun, A. A., Clavarino, A. M., Najman, J. M., Williams, G. M., O'Callaghan, M. J., & Bor, W. (2009). Maternal depression and the quality of marital relationship: a 14-year prospective study. *Journal of Women's Health*, 18(12), 2023-2031.
- Matthews, L. S., Conger, R. D., & Wickrama, K. A. (1996). Work-family conflict and marital quality: Mediating processes. *Social Psychology Quarterly*, 62-79.
- Marshall, N. L., & Barnett, R. C. (1993). Work family strains and gains among two earner couples. *Journal of Community Psychology*, 21(1), 64-78.
- Mehall, K. G., Spinrad, T. L., Eisenberg, N., & Gaertner, B. M. (2009). Examining the relations of infant temperament and couples' marital satisfaction to mother and father involvement: A longitudinal study. *Fathering*, 7(1), 23.
- Michel, J. S., Mitchelson, J. K., Kotrba, L. M., LeBreton, J. M., & Baltes, B. B. (2009). A comparative test of work-family conflict models and critical examination of work-family linkages. *Journal of Vocational Behavior*, 74(2), 199-218.
- Obidoa, C., Reeves, D., Warren, N., Reisine, S., & Cherniack, M. (2011). Depression and work family conflict among corrections officers. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 53(11), 1294-1301.
- O'Brien, K. M., Ganginis Del Pino, H. V., Yoo, S.-K., Cinamon, R. G., & Han, Y.-J. (2014). Work, family, support, and depression: Employed mothers in Israel, Korea, and the United States. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 461-472.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions.

- Multivariate behavioral research*, 42(1), 185-227.
- Stevens, D., Kiger, G., & Riley, P. J. (2001). Working hard and hardly working: Domestic labor and marital satisfaction among dual earner couples. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 514-526.
- Tinker, S., & Moore, K. (2003). Teachers' work hours, work-family conflict and health: the mediating effects of perceived control and organisational support. *Journal of Health Psychology*, 8(3), 663-678.
- Umemura, T., Christopher, C., Mann, T., Jacobvitz, D., & Hazen, N. (2015). Coparenting problems with toddlers predict children's symptoms of psychological problems at age 7. *Child Psychiatry & Human Development*, 46, 981 - 996. doi: 10.1007/s10578-015-0536-0
- Wayne, J. H., Musisca, N., & Fleeson, W. (2004). Considering the role of personality in the work - family experience: Relationships of the big five to work - family conflict and facilitation. *Journal of Vocational Behavior*, 64(1), 108-130.
- Whisman, M. A. (2001). The association between depression and marital dissatisfaction. In S. R. H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice*(p. 3 - 24). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10350-001>
- Wilcox, W. B., & Nock, S. L. (2006). What's love got to do with it? Equality, equity, commitment and women's marital quality. *Social Forces*, 84(3), 1321-1345.

논문 투고일 : 2020. 05. 28

1 차 심사일 : 2020. 06. 09

게재 확정일 : 2020. 08. 12

## The Relationships between Work-Family Conflict, Marital Satisfaction and Depression of Working Mother: The Moderated Mediation Effect of Democratic Parenting of Father

Seolae, Jo

Young-sook, Chong

Department of Psychology, Pusan National University

The purpose of this study is to examine the role of democratic parenting behavior of father in the relations of work-family conflict, marital satisfaction and depression of working mother who has child in 1st grade in elementary school. This study used data from 2015 Panel Study on Korean Children. The subjects are 610 working mothers and their spouses who completed the survey included the scales of work-family conflicts, democratic parenting behavior, marital satisfaction, and depression. The main results are followed. First, marital satisfaction of mother mediated the relationship between work-family conflict and depression. Second, the interaction of work-family conflict of mother and democratic parenting behavior of father had an effect on marital satisfaction of mother. Third, the moderated mediation effect of democratic parenting behavior of father on the association between work-life conflict, marital satisfaction and depression of mother. These findings suggested democratic parenting behavior of father as protective factor concerning in work-family conflict of working mother. These findings suggest that enhancing marital satisfaction and quality of parenting of father are important to protect depression of working mother who experienced the work-family conflict.

*Key words* : working mother, work-family conflict, depression, parenting of father, marital satisfaction