

The Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety of Mothers with School-Aged Children: The Sequential Mediating Effects of Self-Differentiation and Child-Based Self-Worth

Eun Hye Yang¹, Ji Hyun Oh²

M.A., Department of Counselling Psychology, Chosun University, Gwangju, Korea¹

Professor, Department of Counselling Psychology, Chosun University, Gwangju, Korea²

학령기 자녀를 둔 어머니의 불안애착과 양육불안의 관계: 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과

양은혜¹, 오지현²

조선대학교 상담심리학과 석사¹, 조선대학교 상담심리학과 교수²

Objectives: The objective of this study was to investigate whether self-differentiation and child-based self-worth sequentially mediate the association between anxious attachment and parenting anxiety in mothers of school-age children.

Methods: A survey was conducted on 400 mothers raising children aged 7 to 12 and consisted of anxiety attachment, parenting anxiety, self-differentiation, and child-based self-worth. The data were analyzed using SPSS 27 and SPSS Macro versions 4 and 6.

Results: Self-differentiation and child-based self-worth partially mediated the relationship between anxiety attachment and parenting anxiety. Self-differentiation and child-based self-worth displayed sequential mediating effects.

Conclusion: What kind of personal path the mother who formed anxiety attachment was affected by when she felt parenting anxiety was confirmed. In particular, to prepare a counseling intervention plan in parental counseling by confirming the sequential mediation of self-differentiation and child-based self-worth is meaningful. In counseling, dealing with the level of self-differentiation will be an important factor for mothers who complain of parenting anxiety. Given that previous studies examining parenting anxiety in relation to the mother's self-esteem are insufficient, this study is meaningful in revealing how the mother's internal variables of raising school-age children focus on relationships that increase parenting anxiety. The fact that the child-based self-worth, which reflects the socio-cultural characteristics of Korea of highly interested in academic and child achievement, was found to increase mother's parenting anxiety is meaningful.

Keywords: school-aged children, anxiety attachment, parenting anxiety of mothers, self-differentiation, child-based self-worth

Introduction

자녀를 양육하는 것은 자녀가 잘 자랄 수 있도록 보살피

고 긍정적인 발달로 이끌어가는 능력이며 짧은 시간이 아닌 자녀의 출생부터 오랜 시간 동안 지속되는 과정이다. 자녀가 발달함에 따라 부모 또한 자녀의 발달적 욕구에

Corresponding Author: Ji Hyun Oh, Professor, Department of Counselling Psychology, Chosun University, 309, Philmundaero, Dong-gu, Gwangju, Korea.
E-mail: oj@chosun.ac.kr

©The Korean Association of Child Studies
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://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.

맞춘 역할을 가지게 되는데 학령기 아동의 양육은 신체적, 인지적, 사회적 측면에서 발달적 특징이 영유아기와 차이가 있다. 학부모로서의 역할이 더욱 다양해 지는데, 아동의 학교생활 적응, 방과 후 돌봄과 또래 관계 형성 등에 도움을 주게 된다. 특히 학령기에는 원하지 않는 일들도 견디고 수행하는 시기로 자신을 유능한 사람으로 느끼며 근면성을 발달해 나간다. 따라서 부모는 자녀에게 적절한 학습 환경을 제공하고 지원하는 역할을 하게 될 뿐만 아니라 부모와 정서적 상호작용을 통해 자녀는 자신의 정서를 적절한 방법으로 표현하고 조절하는 능력이 향상된다(Jeong, 2014). 이는 건강한 성인으로 성장하기 위한 중요한 단계이기 때문에 학령기 아동의 부모역할이 가중되고 양육 역량이 더욱 요구됨을 알 수 있다(Ahn & Lee, 2013; W. Lee, 2023).

최근에는 SNS 이용이 증가되면서 접하는 정보를 실제 양육에 적용하는 것에 어려움을 느끼며 양육의 의미가 신체적 성장뿐만 아니라 자아존중감, 대인관계 등 다양한 영역으로 확장되어 양육불안이 더욱 증가된다(S. M. Kim & Kim, 2020). 많은 양의 정보는 불확실하고 모호한 과정인 양육에서 오히려 혼란과 불안을 가져올 수 있으며(W. Lee, 2023) 이러한 환경에서 다른 가정과 비교를 하게 되고 아동을 잘 길러야 한다는 강박적인 부담이 증가한다(Sohui Lee et al., 2002). 특히 자녀가 유아기에서 학령기로 전환되는 어머니의 역할에 대한 연구(S. J. Kim et al., 2015)를 살펴보면 초등학교 자녀는 스스로 직면하는 상황들을 헤쳐나가야 하기 때문에 어머니는 초등학교 입학 시기에 불안이 높아진다. 또한 교과목 위주의 학습이 시작되기 때문에 자녀의 학업성취에 관한 불안을 느끼게 되는데 학교생활 적응과 학업성취는 객관적인 결과로 나타나기 때문에 자녀뿐만 아니라 부모 역할에 대한 평가로 느껴지게 되어 책임이 가중된다. 초등학생 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 대해 면담을 진행한 선행연구를 보면 취업모와 전업모 둘 다 과도한 양육부담을 느끼는 것으로 나타나 학령기 자녀를 양육하는 것은 양육불안의 향상으로 연결되는 것을 확인하였다(J.-H. Lee & Park, 2020).

양육과 불안이 합쳐진 양육불안(parenting anxiety)은 자녀를 양육하는 과정에서 겪는 부모의 복잡하고 부정적인 정서로 불안을 의미하며 ‘압박 받는 부모현상(pressured parent phenomenon)’으로 불리기도 한다(Grolnick & Seal, 2008). 불안이 높은 부모는 위협을 더 민감하게 감지하고 무의식적으로 위협적인 상황으로 왜곡하며 더욱 작은 자극에도

불안을 느낀다(Eysenck, Derakshan, Santos, & Calvo, 2007). 자녀의 발달에서 전체가 아닌 부분적인 것에 초점을 두며 선택적인 편견으로 인한 비교와 경쟁에 초점을 두게 되는 것(Oh & Kim, 2021)으로 연결되어 불안이 양육에 중요한 영향을 미칠 수 있음을 추측할 수 있다. 따라서 어머니의 양육불안에 주목할 필요성이 있으나 그동안 부모가 느끼는 불안에 대한 연구는 주로 특성불안이나 상태불안, 분리불안과 같은 변인으로 측정되거나(Hong & Lee, 2018; I. Y. Lee & Chong, 2016; H. B. Shin, 2012) 혹은 양육불안을 양육스트레스와 혼재되어 사용했다(Sunnam Lee & Lee, 2017). 일반적인 불안척도인 STAI나 BAI, 스트레스 척도인 K-PSI 등을 사용해왔으나 이러한 변인들은 양육이라는 상황을 반영하지 못한다. 이에 따라 국내에서는 양육불안에 대한 척도는 We와 Chae (2015)의 연구부터 시작되었으며 최근까지 그 대상과 하위요인을 달리하며 개발되고 있다. 이러한 양육불안을 높이는 경로에 대한 연구는 부족한 상황이기 때문에 본 연구에서는 부모의 개인내적인 특성이 양육불안에 미치는 영향을 탐색해 보고자 한다.

양육불안과 관련된 변인으로는 어머니의 불안애착을 찾아볼 수 있는데, 현재 어머니가 어떠한 애착을 형성하였는지는 자녀를 양육하는데 있어 중요한 요인이 될 수 있다. 성인애착이란 생애 초기부터 형성된 애착이 성인기에도 중요한 대상과의 관계에서 지속적으로 영향을 주는 것으로 특정한 타인과의 접촉을 통해 신체적, 정서적 안정과 친밀감을 유지하려는 성향이다(Berman & Sperling, 1994). 그 중 불안애착은 관계에 대한 집착과 몰입, 근접성을 추구하는 것으로 과잉 활성화(hyperactivation)된 정서적 대처전략을 사용하여 타인에 대한 근접성을 강박적으로 추구하고 관심과 주의를 확인하려는 강한 노력을 하게 된다. 거부에 지나치게 민감하여 대인관계에서 경험하는 위협을 반추하거나 과장되게 지각하고 심리적 고통을 호소하여 타인의 주의를 이끄려는 모습을 보인다(Mikulincer & Florian, 1998; Shaver & Mikulincer, 2002).

이러한 특성을 가진 불안애착은 불안장애와 밀접한 관련성이 있는 것으로 나타났다(Mickelson, Kessler, & Shaver, 1997). 불안애착을 형성한 어머니는 자신에 대한 확신이 없고 거부와 관련된 공포로 인해 관계에 대한 통제감을 상실하여 높은 불안으로 이어진다(Moon & Min, 2008). 부정적인 감정을 강하게 지각하기 때문에 심리적 부적응을 증가시키고 양육 상황에서 또한 부정 정서를 예민하게

받아들이며 상실과 거부와 같은 정서를 자주 느껴 양육불안이 높아질 수 있다(Kang & Choi, 2019). A. Lee와 Chung (2022)의 연구에서 유아기 자녀 어머니를 대상으로 불안 애착이 양육불안에 직접적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 불안애착 어머니는 자신에 대한 부정적인 자아상으로 인해 타인의 인정에 집착하고 끊임없이 확인받고자 한다. 이러한 불안애착을 가진 어머니는 양육자로서 역할과 능력에 대한 불신감에도 영향을 주기 때문에 양육불안은 가중될 것으로 추측해 볼 수 있겠다.

특히 학령기 아동은 어머니와 밀착되어 있던 유아기와 달리 또래와의 관계도 중요해지면서 부모자녀 간 관계가 변화한다. 예를 들어 초등학교에 입학한 이후 아동은 집단활동에 참여하며 또래와 협동하는 방법을 배우고, 학업 및 운동기술 향상을 통해 성취감을 경험하게 된다(Jeong, 2014). 이에 따라 초등학교 시기에 어머니는 학교생활 적응, 방과 후 돌봄, 또래관계 형성 지원 등 새로운 역할을 수행하게 되며, 이는 이전 시기와는 다른 형태의 집약적인 돌봄노동을 요구한다(Y. K. Lee & Lee, 2021). 이처럼 영유아기와 달라지는 부모역할로 인해 혼란을 경험할 수 있으며, 초등학교라는 교육기관에서 이루어지는 자녀에 대한 객관적, 공식적 평가는 어머니에게 자신의 부모 역할 수행에 대한 외적 평가로 인식될 가능성이 있다. 특히 타인의 평가에 민감한 불안애착 성향의 어머니에게 이러한 상황은 자녀의 독립과 분리를 위협적으로 지각하게 만드는 맥락으로 작용할 수 있다. 그 결과 정서적 혼란을 경험하며, 이는 양육 과정에서의 불안감을 높이는 요인으로 작용할 수 있다. 애착이 비교적 안정적으로 형성되며 이후 변화가 쉽지 않다는 점을 고려할 때, 학령기 자녀를 둔 어머니의 불안애착과 양육불안의 관계를 매개하는 심리적 변인을 탐색하는 연구의 필요성이 제기된다.

애착은 자기분화에 영향을 미칠 수 있는데, 자기분화(differentiation of self)는 가족체계이론의 핵심 개념이다. 사고와 정서를 분리하는 능력과 타인으로부터 자기를 분리하여 정서적 관계를 맺으면서 독립성을 유지할 수 있는 능력이며 태어난 가정으로부터 개별화된 정도를 말한다(Kerr & Bowen, 1988). 자기분화는 가족 내의 정서적 과정을 중요시하며 심리내적으로 성숙하고 감정에 따라 충동적으로 반응하지 않는 상태이다. 관계적인 면에서 자신의 주체성과 자율성을 유지하며 친밀한 관계를 맺을 수 있는 것으로 보다 성숙한 자기를 가지고 있다(Cho & Park, 2012). 이러한 자기분화의 개별성과 연합성의 개념

과 애착이론의 분리와 애착은 유사성을 가지고 있다. 자기분화에서 개별성과 일체성의 균형을 가졌을 때 분화 수준이 높아지는 것처럼 애착이론에서 안정적인 애착을 형성하는 것은 주 양육자와의 친밀감과 독립성이 균형을 이루었다고 볼 수 있다(Hwang & Park, 2003). 애착은 건강한 자아상을 형성하도록 하여 합리적인 사고를 가능하게 하고 부모와의 긍정적인 경험은 자녀의 자기분화 수준을 높일 수 있다(Bartle & Anderson, 1991). 선행연구에 따르면 성인애착이 자기분화를 매개로 대인관계에 영향을 미치는 것(Ah & Lee, 2016)으로 나타났으며, 성인 불안애착이 자기분화에 부적인 영향을 주어 연인관계 만족도를 저해시키는 요인으로 나타났다(Yoon, 2021).

자기분화는 부모의 정서적인 측면에도 영향을 주게 되는데 Bowen (1976)은 자기분화와 불안이 역기능적인 관계를 만들기 때문에 가족치료의 목표는 자기분화를 촉진하여 불안 수준을 감소시키는 것으로 보았다. 즉, 사고와 감정의 균형이 이루어지는 자기분화를 통해 불안을 다스릴 수 있는 것이다. 자기분화가 높을 때 타인과 적절한 거리감을 유지할 수 있고 불안을 느낄 때 정서적인 충동을 다루며 문제를 해결할 수 있다. 반면 자기분화 수준이 낮을 때 만성적인 불안이 높아지며 스트레스를 지각했을 때 신체적, 정신적 문제가 쉽게 나타날 수 있다. 외부세계에 매우 민감하고 객관적인 지각이 어려워 타인보다 스트레스를 더 높게 지각하기 때문에 편안함을 느낄 수 있는 상황이 적다(C.-O. Park & Cho, 2011). 감정과 사고를 분리하는 것에서 어려움을 겪기 때문에 자아개념이 빈약하고 정서적인 균형을 저해해 결국 높은 수준의 만성불안이 나타난다(S.-S. Lee, 2000). 부모의 자기분화와 양육불안을 다루는 선행연구를 살펴보면 자기분화가 어머니의 불안과 양육태도를 예측하여 자기분화 수준이 낮을 때 어머니는 불안을 더 높게 지각하고 이는 양육에서 자녀와 부정적인 상호작용을 높이는 것으로 나타났다(C.-O. Park & Cho, 2011). 따라서 자기분화 수준은 매우 친밀한 관계인 자녀를 양육하는데 있어서 불안을 예측할 수 있는 요인이 될 수 있다.

어머니의 불안애착과 양육불안을 연결하는 또 다른 변인으로는 자녀수반 자기가치감이 있다. Crocker와 Wolfe (2001)는 자존감과 개인이 원하는 목표 사이에 연결된 '자기가치감 수반성(contingencies of self-worth)'를 제시하여 개인이 중요하게 여기는 영역에서의 성공과 실패에 따라 자존감에 미치는 영역이 달라짐을 제시하였다. 대인관

계에서도 자기가치감이 수반 될 수 있는데(Sanchez & Kwang, 2007) 부모와 자녀의 관계에서는 자녀의 성공과 실패에 따라 부모가 자기가치를 수반하는 자녀수반 자기가치감이 있다(Eaton & Pomerantz, 2004, as cited in An & Yoo, 2019). 한국의 문화적인 특성을 고려할 때 자녀의 성공은 한국 어머니들의 행복감을 설명하는 중요한 요인이었으며(Y. Park & Kim, 2009) 어머니들이 가장 자랑스럽게 여기는 성공 경험이 자녀의 교육적 성취로 나타났다(Y.-S. Park, Kim, & Tak, 2002).

이러한 자녀수반 자기가치감은 불안애착에 영향을 받을 것으로 추측되는데 불안애착의 경우 자신에 대한 부정적인 상이 형성되기 때문에 타인에게 의존하고 집착하게 되며 인정받는 것에 민감하게 반응한다. Crocker와 Park (2004)의 주장에 따르면 불안애착이 높을 때 외적인 영역인 타인승인에 더 많은 자기가치감을 수반하게 된다고 하였다. 불안애착을 형성하였을 때 자신에 대한 신뢰가 낮으며 부정적인 자기상을 형성하게 되고 타인에 대한 의존이 높아지게 된다. 타인으로부터 인정욕구를 높이고 타인이 자신을 수용하는지에 대해 민감하며 관심을 받기 위해 노력한다(Bae & Yang, 2016). 이러한 불안애착의 특징이 자신의 자존감을 내적인 영역에서 찾지 못하여 외적인 영역에서 찾게 될 수 있으며 어머니의 불안애착은 자녀수반 자기가치감을 선행하는 변인이 될 것이다.

한편 자녀수반 자기가치감은 부모의 내적인 정서 상태에 영향을 줄 수 있다. 어머니와 자녀가 서로에게 밀착되고 의존이 높을수록 불안은 증가하며 이는 지나친 연합을 경험하게 되어 분리불안에도 영향을 주게 된다(H. Park, 2001). 외부로 통해 인정받고자 하거나 부정적인 평가에 대한 두려움이 높을수록 우울과 불안이 높아질 수 있다(Burns, Brown, Ashby Plant, Sachs-Ericsson, & Joiner, 2006). 자존감을 내적인 요인이 아닌 외적인 요인에 수반하였을 때 개인은 성취에 대한 결과를 통제하기 어려우며 실패에 대해 부정적인 감정을 더욱 높게 지각한다(Crocker & Park, 2004). 따라서 부정적 정서인 불안이 높아질 수 있으며 부모가 자녀의 성취에 집중하는 자녀수반 자기가치감이 높아질수록 양육 불안이 높아질 것을 예측할 수 있다. 그러나 부모의 자녀수반 자기가치감이 양육에서의 불안을 높이는지에 대한 직접적인 선행연구는 없었다.

어머니의 성인애착과 양육불안의 관계를 설명하는 변인 중 자기분화는 자녀수반 자기가치감을 선행하는 변인으로 설명될 수 있다. 선행연구에 따르면 어머니의 자기

분화 수준은 자녀수반 자기가치감을 예측할 수 있는 변인으로 연구되어 왔다. 어머니의 심리내적인 변인과 자녀수반 자기가치감의 관계를 연구한 결과 자기분화, 자아정체감, 집중적 모성 이데올로기 중 자기분화가 자녀수반 자기가치감에 가장 높은 영향력을 가지는 것으로 나타났다(S.-H. Park, 2020). 또한 어머니의 자기분화 수준이 높을 때 자녀수반 자기가치감이 낮아졌다(An & Yoo, 2019). 이는 자기분화 수준이 낮을수록 타인을 통해 자신의 가치를 찾고자 하기 때문에 자녀와의 관계에서 자녀수반 자기가치감이 높아지는 것으로 해석할 수 있다(Y. A. Kim, 2021).

자기분화의 특성을 살펴보면, 심리 내적인 측면과 대인관계적 측면으로 나눌 수 있으며(Bowen, 1976) 대인관계적 측면에서 ‘자기’의 형성은 진짜자기(solid self)와 가짜자기(pseude self)에 영향을 주게 된다(M. Kim, 2021). 진짜 자기가 형성되지 못했을 때 타인과의 융합이 높아지며 이는 자신의 내적인 자원보다 타인의 생각과 인정에 휘둘리게 된다(S.-K. Chung & Kim, 2004). 또한 자기분화가 잘 이루어지지 않은 어머니는 개별화 능력이 부족해 자녀와 자신을 독립적으로 보지 못하고 자녀와 쉽게 융합된다(Peleg, 2005). 자신의 정체성이 모호하기 때문에 타인의 인정과 승인을 기대하게 되며(M. Kim, 2021) 특히 자녀에 대한 동일시가 높게 나타나는 한국의 문화적 배경에서는 어머니와 자녀의 관계가 상호의존적임을 넘어서 혼연일체의 관계로 발현된다(Choi, Kim, & Yu, 1994, as cited in M. Park & An, 2023). 이러한 자기분화의 특성은 자녀와의 심리적 경계가 구분되지 않으며 자신의 분신처럼 여기는 것으로 연결될 수 있다. 부모가 자녀의 성취를 자신의 것으로 지각하고 자녀에게 자신의 기대수준을 충족할 것을 요구하며(Seol, Kyeong, & Park, 2015) 자기가치를 수반하게 되는 것이다.

종합해보면 학령기 자녀를 둔 어머니의 애착 특성은 친밀감과 독립성의 균형을 이루어 자기분화 수준과 밀접하게 관련될 수 있다. 특히 불안애착이 높을수록 정서적 경계설정과 개별화에 어려움을 경험하며, 이러한 특성은 자녀와의 관계에서 자신의 가치감을 자녀의 성취나 반응에 과도하게 수반시키는 양상으로 나타날 가능성이 있다. 이와 같은 자녀수반 자기가치감은 외적 상황이나 자녀의 성과에 따라 어머니의 정서가 불안정해지며, 결과적으로 양육 상황 전반에서 불안감을 증폭시키기는 요인으로 작용할 수 있다.

이에 본 연구는 어머니의 불안애착과 양육불안 간의

관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 통해 어머니의 자기분화와 자녀로부터 분리된 자기가치감의 중요성을 확인하고, 학령기 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 한 부모 교육 및 상담 장면에서 활용될 수 있는 기초적인 자료를 제공하고자 한다.

연구문제 1

어머니의 자기분화는 불안애착과 양육불안 간의 관계를 매개하는가?

연구문제 2

어머니의 자녀수반 자기가치감은 불안애착과 양육불안 간의 관계를 매개하는가?

연구문제 3

어머니의 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감은 순차적 매개효과가 있는가?

중인 만 7-12세 아동의 어머니를 대상으로 했다. 온라인 설문조사 전문기업 EMBRAIN을 통해 설문을 실시하였으며 최종 분석에 활용된 자료는 총 400명의 자료이다. 자녀가 여러명일 경우 만 7-12세 자녀 중 한명을 선정해서 작성하도록 하였으며 연구대상의 나이 및 성별은 Table 1에 제시하였다. 학령기 자녀의 어머니는 자녀의 학업성취, 또래관계, 학교생활 적응, 학부모 활동 등 보다 많은 역할을 수행하게 된다. 또한 신체, 인지, 사회정서의 발달뿐만 아니라 교육자의 역할을 하게 되며 이에 대해 걱정과 불안을 느끼며 양육에 대한 어려움을 경험한다. 이처럼 학령기는 부모들의 민감성과 불안감을 고조시켜 새로운 양육의 위기를 겪는 시기이다(Rhee & Doh, 2014). 선행연구에서 자녀가 초등학교에 들어가면서 어머니는 달라지는 환경으로 인한 부모역할 불안, 자녀발달 불안, 양육불안 모두 유의미하게 상승했다(S. Shin, 2019). 따라서 본 연구에서는 학령기 자녀를 둔 어머니를 대상으로 연구를 진행한다.

연구도구

불안애착 척도

어머니의 불안애착을 측정하기 위해 성인애착유형 척도인 Brennan, Clark과 Shaver (1998)의 성인용 친밀 관계 애착 척도(Experiences in Close Relationship-Revised [ECR-R])를 사용하여 어머니의 불안애착을 평가하였다. 이를 S. H.

Methods

연구대상

본 연구는 2024년 9월 전국에 위치한 초등학교에 재학

Table 1
Demographic Characteristics of the Study Subjects

	Category	n (%)
Mother's age	25-29 years	2 (0.5)
	30-39 years	96 (24.0)
	40-49 years	294 (73.5)
	50-59 years	8 (2.0)
Child's sex	Male	188 (47.0)
	Female	212 (53.0)
Child's age	7 years	60 (15.0)
	8 years	42 (10.5)
	9 years	64 (16.0)
	10 years	91 (22.8)
	11 years	79 (19.8)
	12 years	64 (16.0)

Note. N = 400.

Kim (2004)이 원척도를 번안한 후 신뢰도와 타당도를 검증한 척도이다. 총 36문항으로 구성되어 있으며 회피애착과 불안애착 중 본 연구에서는 불안애착을 측정하는 척도 18문항(예: “다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다.”)을 사용하였다. 문항은 7점 Likert로 구성되어 있으며 총점으로 환산된 점수가 높을수록 불안 수준이 높은 불안정한 애착패턴을 가지고 있음을 나타낸다. 불안애착은 거절과 유기에 대한 공포 및 걱정으로 관계에 지나치게 몰입하거나 과도한 정서를 표현하는 것을 측정한다. 본 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .93으로 나타났다.

양육불안 척도

학령기 자녀를 양육하는 어머니의 양육 불안 정도를 측정하기 위해서 We와 Chae (2015)가 개발하여 타당화한 양육불안 척도를 사용했다. 총 26문항(예: “나는 아이가 남들만큼 잘 하지 못하면 뒤떨어진 사람이 될 것 같다.”)으로 5점 Likert 평정척도로 구성되어 있으며 총점으로 환산된 점수가 높을수록 양육불안이 높음을 나타낸다. 하위요인은 5가지로 구성되어 부모역할 효능감으로 인한 불안 6문항, 완벽주의로 인한 불안 6문항, 자녀에 대한 염려 5문항, 자녀와의 애착에 대한 불안 5문항, 사회적 지지에 대한 염려 4문항이 있다. 본 연구에서 전체 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 나타났으며, 요인별로 살펴보면 부모 효능감으로 인한 불안 .87, 자녀와의 애착에 대한 불안 .83, 자녀에 대한 염려 .76, 사회적 지지에 대한 염려 .73, 완벽주의로 인한 불안 .84으로 나타났다.

자기분화 척도

부모의 자기분화를 측정하기 위해 Chung과 Cho (2007)의 자기분화 척도를 사용하였다. 총 38문항(예: “내 자존심은 다른 사람들이 나를 어떻게 생각하느냐에 따라 달라진다.”)으로 이루어졌으며 6점 Likert 척도로 구성되어 있다. 하위요인으로서는 3가지로 심리내적(정서적 반응, 자기입장) 차원 17문항, 대인관계적(타인과 융합, 정서적 단절) 12문항, 심리내적과 대인관계적(정서적 융합) 9문항으로 구성되어 있다. 총점으로 환산된 점수가 높을수록 어머니의 개별성과 연합성이 적절한 균형을 이루어 자기분화 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 척도 전체의 신뢰도(Cronbach's α)는 .92이고, 심리내적차원 .85, 대인관

계적차원 .81, 심리내적과 대인관계적차원은 .85로 나타났다.

자녀수반 자기가치감 척도

자녀수반 자기가치감을 측정하기 위해 Maternal Child-based Worth 척도를 사용하였으며 이는 Eaton과 Pomerantz (2004)가 개발하고 Seol 등(2015)이 번역하고 타당화 한 자녀수반 자기가치감 척도를 사용하였다. 총 15문항(예: “내 자녀가 학교생활을 얼마나 잘 하는지는 내가 한 인간으로서 얼마나 가치 있는 사람인지 보여준다.”)으로 구성되어 있으며 7점 Likert 척도로 이루어져 있다. 총점으로 환산된 점수가 높을수록 어머니가 자녀의 수행정도에 따라 자신의 가치감을 느끼는 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .93로 나타났다.

연구절차

본 연구는 2024년 9월 온라인 설문조사 전문기업 EMBRAIN을 통해 설문을 실시하였다. EMBRAIN은 1998년에 설립되었으며 조사패널은 성비와 연령대가 고르게 분포되어 있다. 2024년 10월 기준 1,763,172명의 패널을 보유하고 있다. 연구 참여자들이 설문응답에 있어서 효과적으로 진행할 수 있는 방안을 모색하여 온라인 설문지로 준비하였다. 이는 연구자가 사전에 모의로 진행한 후 적절하다고 판단되어 진행하였다. 해당 연구에 대한 참여 의사를 지닌 학령기 아동을 양육하는 어머니들을 대상으로 연구의 목적과 비밀보장에 대한 내용을 제시하였고, 이에 동의한 어머니들만 연구에 참여하였다. 최종 분석에 활용된 자료는 총 400명의 자료이다.

자료분석

본 연구는 어머니의 불안애착과 양육불안 간의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과를 살펴보기 위해 SPSS 27.0 (IBM Co., Armonk, NY)과 PROCESS macro version 4.1 (Hayes, 2018)을 사용하였으며 수집된 자료를 분석하였다. 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하여 매개효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 자료를 분석하기 위해 연구 대상의 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하고 주요 변인들의 특성을

파악하기 위해 기술통계분석을 실시한다. 각 측정 도구의 신뢰도를 확인하기 위해 Cronbach's α 를 사용하여 내적 합치도 계수를 산출한다. 불안애착, 양육불안, 자기분화, 자녀수반 자기가치감 간의 상관관계를 확인하기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시한다. 자기분화와 자녀수반 자기가치감에 대하여 PROCESS macro Model 4를 활용하여 단순매개효과를 검증하였으며, PROCESS macro Model 6을 사용하여 순차적 매개효과를 검증하였다.

Results

측정 변인들의 일반적인 경향

측정 변인들의 기술통계를 살펴보면 Table 2에 제시된 바와 같이 각 변인들의 평균으로 불안애착은 49.43, 양육불안은 65.96, 자기분화는 137.73, 자녀수반 자기가치감은 46.76으로 나타났다. 측정 변인들의 정규분포를 확인한 결과 왜도의 절대값은 최소 .01에서 최대 .42으로 나타났

다. 첨도는 절대값 최소 -.00에서 최대 .35로 분석되었다. 정상분포의 조건으로 변인들 간 왜도와 첨도가 각 절댓값 2와 7을 넘지 않았기 때문에 모든 변수가 정규성 가정을 충족한다(Curran, West, & Finch, 1996).

상관관계는 불안애착은 양육불안($r = .59, p < .01$), 자기분화($r = -.62, p < .01$) 자녀수반 자기가치감($r = .51, p < .01$)에서 양육불안과 자녀수반 자기가치감은 정적 상관을 보였고 자기분화는 부적 상관을 보였다. 양육불안은 자기분화($r = -.63, p < .01$), 자녀수반 자기가치감($r = .59, p < .01$)으로 자기분화와는 부적 상관, 자녀수반 자기가치감과는 정적인 상관을 보였고 자기분화는 자녀수반 자기가치감($r = -.52, p < .01$)과 유의한 부적 상관관계를 보였다.

매개효과 분석

다음으로 매개효과 분석을 진행하기 위해 PROCESS macro Model 4를 사용하였다. 첫째 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화의 매개효과를 살펴보았으며 Table 3에 제시였다. 어머니의 불안애착은 자기분화($\beta = -.62, p < .001$)에 부적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 확인되

Table 2

Descriptive Statistics and Correlations Among Variable

	Anxiety attachment	Parenting anxiety	Self-differentiation	Child-based self-worth
Anxiety attachment	—			
Parenting anxiety	.59**	—		
Self-differentiation	-.62**	-.63**	—	
Child-based self-worth	.51**	.59**	-.52**	—
<i>M</i>	49.43	65.96	137.73	46.76
<i>SD</i>	15.73	16.09	23.44	16.21
<i>Skewness</i>	.42	.21	.01	.23
<i>Kurtosis</i>	.31	-.00	-.02	-.14

Note. $N = 400$.

** $p < .01$.

Table 3

Verification of the Mediating Effect of Self-Differentiation in the Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
Anxiety attachment (X) → Self-differentiation (M1)	-.92	.06	-.62	-15.58***	.00	-1.03	-.80
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.33	.05	.32	6.89***	.00	.24	.42
Self-differentiation (M1) → Parenting anxiety (Y)	-.30	.03	-.44	-9.34***	.00	-.36	-.24

Note. $N = 400$.

*** $p < .001$.

었다. 다음으로 자기분화는 양육불안($\beta = -.44, p < .001$)에 부적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 어머니의 불안애착은 양육불안($\beta = .32, p < .001$)에 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

간접효과의 유의성은 5,000번의 bootstrapping을 통해 복원 추출된 bootstrap sample의 간접효과 분포에서 95% 신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않을 때 유의확률(p)이 유의수준 .05보다 작은 것으로, 간접효과가 유의미한 것으로 판단한다. 분석 결과로 하한 신뢰구간과 상한 신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않으므로 유의미한 간접효과가 나타난 것으로 해석할 수 있으며 이에 대한 결과는 Table 4에 제시하였다. 불안애착과 양육불안에 직접효과 값은 .33로 $p < .001$ ($p = .000$)이며 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 불안애착과 양육불안 사이에 직접효과가 있는 것으로 나타났다. 자기분화의 간접효과 값은 .27로 $p < .001$ ($p = .000$)이며 신뢰구간에서 0을 포함하지 않으므로 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 불안애착이 양육불안에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 자기분화를 통해서 양육불안으로 이어지는 간접효과도 유의하여 부분

매개했음을 알 수 있다.

둘째, 불안애착과 양육불안의 관계에서 자녀수반 자기 가치감의 매개효과를 살펴보았으며 결과는 Table 5에 제시하였다. 불안애착은 자녀수반 자기 가치감($\beta = .50, p < .001$)에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났 다. 다음으로 자녀수반 자기 가치감은 양육불안($\beta = .39, p < .001$)에 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났 으며, 어머니의 불안애착은 양육불안($\beta = .39, p < .001$)에 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

간접효과의 유의성은 5,000번의 bootstrapping을 통해 복원 추출된 bootstrap sample의 간접효과 분포에서 95% 신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않을 때 유의확률(p)이 유의수준 .05보다 작은 것으로, 간접효과가 유의미한 것으로 판단한다. 분석 결과로 하한 신뢰구간과 상한 신뢰구 간 사이에 0이 포함되지 않으므로 간접효과가 유의미하 다고 해석할 수 있으며 결과는 Table 6에 제시하였다. 불 안애착과 양육불안에 직접효과 값은 .40으로 $p < .001$ ($p = .000$)이며 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 불안애착과 양육불안 사이에 직접효과가 있는 것으로 나타났다. 자기

Table 4

Bootstrapping Results of the Indirect Effects of Self-Differentiation in the Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	<i>B</i>	<i>SE</i> / <i>BootSE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i> / <i>BootLLCI</i>	<i>ULCI</i> / <i>BootULCI</i>
Total effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.60	.04	14.54***	.00	.52	.68
Direct effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.33	.05	6.89***	.00	.23	.42
Indirect effect						
Anxiety attachment (X) → Self-differentiation (M1) → Parenting anxiety (Y)	.27	.04	—	—	.20	.34

Note. $N = 400$. *BootSE*, *BootLLCI*, and *BootULCI* are reported for the indirect effects only.

*** $p < .001$.

Table 5

The Mediating Effect of Child-Based Self-Worth in the Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
Anxiety attachment (X) → Child-based self-worth (M2)	.52	.04	.50	11.66***	.00	.43	.61
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.40	.04	.39	9.18***	.00	.32	.49
Child-based self-worth (M2) → Parenting anxiety (Y)	.39	.04	.39	9.14***	.00	.30	.47

Note. $N = 400$.

*** $p < .001$.

분화의 간접효과 값은 .20으로 $p < .001$ ($p = .000$)이며 신뢰구간에서 0을 포함하지 않으므로 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 불안애착이 양육불안에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 자녀수반 자기가치감을 통해서도 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 불안애착이 증가하면 자녀수반 자기가치감이 증가하며, 자녀수반 자기가치감이 증가하면 양육불안이 증가하는 간접효과를 가진 것으로 나타났다.

순차적 매개효과 분석

다음으로 어머니의 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과를 분석하기 위해 PROCESS macro Model 6을 사용하였으며 결과는 Table 7에 제시하였다. 어머니의 불안애착은 자기분화($\beta = -.62, p < .001$)에 부적으로 유의한 영향을 미치

며 자녀수반 자기가치감($\beta = .29, p < .001$)과 양육불안($\beta = .23, p < .001$)에 정적으로 유의한 영향을 나타냈다. 자기분화는 자녀수반 자기가치감($\beta = -.34, p < .001$)과 양육불안($\beta = -.33, p < .001$)에 부적으로 유의한 영향을 나타냈다. 자녀수반 자기가치감은 양육불안($\beta = .30, p < .001$)에 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

불안애착이 양육불안으로 가는 경로에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 5,000번의 bootstrapping을 통해 복원 추출된 bootstrap sample을 통해 효과성을 판단한다. 분석 결과로 하한 신뢰구간과 상한 신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않으므로 간접효과가 유의미하다고 해석할 수 있으며 Table 8에 제시하였다.

불안애착이 자기분화를 통해 양육불안에 미치는 간접효과의 신뢰구간에서 0을 포함하지 않기 때문에 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($B = .21, CI [.14, .29]$).

Table 6

Bootstrapping Results of the Indirect Effects of Child-Based Self-Worth in the Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	B	SE / BootSE	t	p	LLCI / BootLLCI	ULCI / BootULCI
Total effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.60	.04	14.54***	.00	.52	.68
Direct effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.40	.04	9.18***	.00	.32	.49
Indirect effect						
Anxiety attachment (X) → Child-based self-worth (M2) → Parenting anxiety (Y)	.20	.03	—	—	.15	.26

Note. $N = 400$. BootSE, BootLLCI, and BootULCI are reported for the indirect effects only.

*** $p < .001$.

Table 7

The Sequential Mediating Effect of Self-Differentiation and Child-Based Self-Worth in the Relationship Between Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	B	SE	β	t	p	LLCI	ULCI
Anxiety attachment (X) → Self-differentiation (M1)	-.92	.06	-.62	-15.58***	.00	-1.03	-.80
Anxiety attachment (X) → Child-based self-worth (M2)	.30	.05	.29	5.61***	.00	.20	.41
Self-differentiation (M1) → Child-based self-worth (M2)	-.24	.04	-.34	-6.59***	.00	-.31	-.17
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.24	.05	.23	5.13***	.00	.15	.33
Self-differentiation (M1) → Parenting anxiety (Y)	-.23	.03	-.33	-7.20***	.00	-.29	-.17
Child-based self-worth (M2) → Parenting anxiety (Y)	.29	.04	.30	6.95***	.00	.21	.38

Note. $N = 400$.

*** $p < .001$.

Table 8

Bootstrapping Results of the Indirect Effects of Self-Differentiation and Self-Value with Children in the Relationship Between Mother's Anxiety Attachment and Parenting Anxiety

Path	<i>B</i>	<i>SE</i> / <i>BootSE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i> / <i>BootLLCI</i>	<i>ULCI</i> / <i>BootULCI</i>
Total effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.60	.04	14.54***	.00	.52	.68
Direct effect						
Anxiety attachment (X) → Parenting anxiety (Y)	.24	.05	5.13***	.00	.15	.33
Indirect effect						
Anxiety attachment (X) → Self-differentiation (M1) → Parenting anxiety (Y)	.21	.04	—	—	.14	.29
Anxiety attachment (X) → Child-based self-worth (M2) → Parenting anxiety (Y)	.09	.02	—	—	.05	.13
Anxiety attachment (X) → Self-differentiation (M1) → Child-based self-worth (M2) → Parenting anxiety (Y)	.06	.02	—	—	.04	.10

Note. *N* = 400. *BootSE*, *BootLLCI*, and *BootULCI* are reported for the indirect effects only.

****p* < .001.

이는 어머니의 불안애착이 높을수록 자기분화 수준이 낮아져 양육불안을 높이는 것에 영향을 줄 것임을 의미한다. 불안애착이 자녀수반 자기가치감을 통해 양육불안에 미치는 간접효과의 신뢰구간에서 0을 포함하지 않기 때문에 불안애착과 양육불안의 관계에서 자녀수반 자기가치감의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다 ($B = .09$, CI [.05, .13]). 이는 어머니의 불안애착이 높을수록 자녀수반 자기가치감이 높아져 양육불안을 높이는 것에 영향을 줄 것임을 의미한다. 불안애착이 자기분화와

자녀수반 자기가치감을 통하여 양육불안에 미치는 간접효과의 신뢰구간이 0을 포함하지 않으므로, 어머니의 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감이 순차적 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 검증되었다($B = .06$, CI [.04, .10]). 본 연구의 모형에서 불안애착이 양육불안으로 가는 직접 효과뿐만 아니라 자기분화, 자녀수반 자기가치감의 매개변인의 간접효과가 유의미하게 나타나 최종 모형의 경로계수를 Figure 1에 제시하였다.

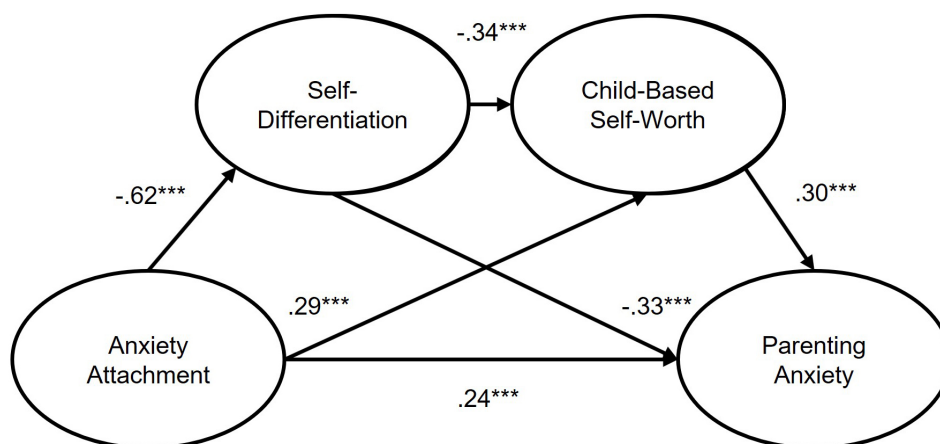


Figure 1. A model of the sequential mediating effects of self-differentiation and child-based self-worth in the relationship between anxiety attachment and parenting anxiety.

****p* < .001.

Discussion

본 연구는 초등학생 자녀를 둔 어머니를 대상으로 불안애착, 자기분화, 자녀수반 자기가치감, 양육불안 간의 관계를 살펴보고, 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개효과를 확인하고자 하였다. 어머니의 양육불안에 자녀와의 관계적인 영향을 주는 변인을 탐색하여 실제 상담 및 부모교육의 개입에 기초자료를 제시하고자 하였다.

첫째, 불안애착이 자기분화를 매개로 양육불안에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자기분화는 부분매개하는 것으로 나타났다. 이는 불안애착이 양육불안에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 자기분화를 매개로 간접적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 특히 학령기 아동을 양육하는 과정에서 부모의 역할이 증가되고 자녀와 밀착된 관계를 벗어나 스스로 능력을 독려해야 하는 상황에서 불안애착을 형성한 어머니는 양육 상황에서 합리적인 대처를 하지 못하게 되고 스스로의 능력과 자녀와의 관계에서 불신감을 느껴 양육불안을 높이는 것으로 해석할 수 있다. 또한 자기분화의 간접적인 영향은 관계에서 명확한 경계를 가지지 못한 불안애착은 자신에 대한 상이 부정적이기 때문에 타인과의 관계에서 정체성을 유지하지 못해 자아가 분화되지 못한다. 그러나 미래를 예측하기 어려운 양육에서는 자신의 기준을 만들기 어렵고 모호한 단서에 초점을 맞추게 되는데 자기분화 수준이 낮은 어머니는 외부세계에 더욱 민감하고 객관적인 판단이 어려워 문제를 크게 지각하게 된다. 이때, 감정적인 통제가 어려워 자녀와의 관계에서 부정적인 정서를 강하게 느끼게 되며 자녀에 대한 죄책감이나 자신의 능력에 대한 불신감으로 이어져 양육불안을 높이는 것으로 해석된다.

둘째, 불안애착이 자녀수반 자기가치감을 매개로 양육불안에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자녀수반 자기가치감은 부분매개하는 것으로 나타났다. 불안애착이 자녀수반 자기가치감을 증가시켜 양육불안에 영향을 주는 간접적인 효과가 유의미했다. 불안애착을 가진 어머니는 자신의 능력이나 가치를 믿지 못하기 때문에 정서적으로 밀착된 관계를 경험하게 되는 자녀에게로 자신의 자존감을 수반하는 것을 의미한다. 모호한 양육에서 명확한 기준을 찾지 못하고 눈에 보이는 자녀의 성취라는 결과에 기대는 것이다. 또한 학령기에는 어머니가 자녀의 학업에 참여하

며 자녀의 성취에 자기가치감을 수반되는 것으로 나타난다. 이는 통제하기 어려운 외부 요인이기 때문에 쉽게 불안정해지며 평가에 대한 두려움이 양육불안을 높이는 것으로 해석할 수 있다.

셋째, 불안애착과 양육불안의 관계에서 자기분화와 자녀수반 자기가치감이 순차적으로 부분매개하는 것이 나타났다. 이는 불안애착을 형성한 어머니는 양육불안이 직접적으로 촉발되기도 하지만, 자기분화와 자녀수반 자기가치감을 통해 간접적인 경로 또한 유의미한 영향을 미친다는 것을 의미한다. 따라서 높은 불안애착으로 인해 자기분화 수준이 낮은 어머니에게 자녀수반 자기가치감은 양육불안을 예측할 수 있는 주요한 요인으로 해석된다. 자기분화 수준이 낮은 어머니의 경우, 개별성을 발휘하기 어려우며 자녀와의 관계에 몰입되기 때문에 심리적인 경계가 모호해져 자녀를 또 다른 나로 여기고 자녀가 성취하지 못할 때 부족한 자신을 느껴 자존감이 불안정해지는 것으로 해석해 볼 수 있겠다. 이는 곧 자녀의 수행에 따라 어머니의 자존감에 영향을 받기 때문에 양육 상황에서 쉽게 초조하거나 불편한 감정으로 이어져 높은 양육불안에 영향을 준다.

이러한 결과를 바탕으로 부모상담 및 교육 현장에 적용 가능한 시사점은 다음과 같다. 첫째, 불안애착을 형성한 어머니가 양육불안을 느끼는 경우 어떠한 개인내적인 경로로 영향을 받는지 확인하였다. 특히 자기분화와 자녀수반 자기가치감의 순차적 매개를 확인하여 부모 상담에 있어 상담적 개입방안을 마련하는 것에 의의를 가진다. 먼저 상담에 있어서 양육불안을 호소하는 어머니에게 자기분화 수준을 다루는 것이 중요한 요인이 될 것이다. 자녀와의 관계에서 적절한 유대감과 자율성을 유지하고 있는지를 살피는 것이 필요함을 시사한다. 그러나 자기분화는 단기간에 변화시키기 어렵기 때문에 이에 따른 치료적 개입에도 한계가 있어 자기분화가 어떻게 양육불안에 이르게 되는지 기제를 찾아 개입하는 것이 효과적일 수 있다. 이에 따라 본 연구에서는 불안애착을 형성하여 자기분화 수준이 낮은 어머니에게 자녀수반 자기가치감을 함께 고려하는 개입방안이 효과적일 수 있음을 시사한다. 예시로 부모성찰 프로그램을 고려해볼 수 있다. 정신화를 기반으로 한 치료 MBT (Mentalization-Based Treatment)는 궁극적으로 타인이 자신과는 다른 감정, 생각, 소망 등의 주관적인 내적 세계를 가지는 것을 이해하고 표현하는 능력의 향상을 목표로 한다(Fonagy & Bateman, 2007). 불

안애착을 형성하여 자녀와 분리되지 못해 자녀에게 자신의 가치를 수반하는 어머니에게 자녀와 자신이 구분되는 존재이며 자녀와의 관계에서 경험하는 정서를 의식화할 수 있게 돕는다. 정신화는 자녀와의 관계에서 자신 및 자녀의 정신상태에 대한 지각과 영향력을 이해하고 자녀의 요구에 초점을 유지하도록 한다(Ensink, Normandin, Plamondon, Berthelot, & Fonagy, 2016; Ordway, Webb, Sadler, & Slade, 2015). 따라서 자녀의 성취를 향한 부모중심의 양육이 아닌 자녀중심의 양육을 촉진하는 것을 도울 수 있을 것이다.

둘째, 그동안 양육불안에 대한 연구는 영유아 자녀를 가진 어머니를 대상으로 연구가 되었으며 학령기 자녀를 둔 어머니의 양육불안에 주목한 연구는 제한적이었다. 특히 어머니의 자존감과 관련하여 양육불안을 살펴본 선행 연구는 미비하였다. 이에 본 연구는 부모자녀 관계에 초점을 맞추어 학령기 자녀를 양육하는 어머니의 개인내적인 변인들이 어떠한 경로로 양육불안을 높이는지를 밝히는데 의의가 있다. 한국 어머니들의 학문적 사회화 과정을 살펴본 선행연구(Chun, Son, & Ham, 2023)에서는 어머니가 자녀에게 학업성취에 대해 학업적 기대, 태도, 가치를 제공하는 것으로 나타났다. 자녀의 성적이 떨어지면 어머니가 지속적으로 대처하고 개입하였으며 다른 어머니들과의 경쟁에 참여해 부모 역할에서 인정받고자 하는 자존감을 충족하였다. 이는 자녀에게 장기적인 이익을 주기 위함이지만 자녀가 자율성을 발달하기 어려운 환경을 만들게 된다. 이러한 선행연구를 바탕으로 본 연구에서는 학업과 자녀의 성취에 대한 관심이 높은 한국의 사회문화적인 특성을 반영한 자녀수반 자기가치감이 어머니의 양육불안을 높임을 발견했다는 의의를 가진다.

Crocker (2002)는 자존감을 추구하는 것에 대한 대안점으로 자기 확신을 갖고, 역기능적인 영역에서의 수반을 포기하며, 무조건적 긍정적인 존중을 통해 비조건적 자존감을 개발하며, 초월적인 목표를 가져 스스로에게 가치 있다고 믿을 수 있는 방법을 찾는 것을 제시하였다. 불안 애착을 형성하여 자기분화 수준이 낮은 어머니에게 자녀수반 자기가치감의 대안으로 자녀의 성취와 같은 외부적인 평가가 아니라 자신의 삶에서 내부적인 요소나 자녀의 성장과 같은 목표를 추구할 수 있도록 부모교육 현장에서 도와 양육불안을 저하시키는 것에 기초를 마련하는 데 활용될 수 있겠다.

제한점 및 후속 연구를 위한 제안은 다음과 같다. 첫째

본 연구는 온라인 설문조사를 통해 자기보고식으로 측정된 결과만을 활용하였다. 각 측정도구들은 신뢰도와 타당도가 검증되었으나 불안애착, 양육불안, 자기분화, 자녀수반 자기가치감은 부정적인 문항으로 보일 가능성이 있기 때문에 참여자가 사회적으로 바람직하게 응답하였을 가능성을 배제할 수 없다. 따라서 후속 연구에서는 보다 객관적인 자료수집방법을 통해 측정하는 것이 필요하다. 둘째, 본 연구는 학령기 아동을 양육하는 어머니를 대상으로 연구가 진행되었기 때문에 그 외에 양육자에게 연구결과를 적용하기에 한계가 있다. 셋째, 본 연구는 성인애착과 양육불안의 관계에서 어머니의 개인내적인 변인인 자기분화와 자녀수반 자기가치감을 사용하였으나 두 변인 사이를 매개하는 변인이 더 존재할 것으로 예상된다. 선행연구에 따르면 어머니의 SNS상 사회비교가 양육불안에 미치는 영향으로 배우자지 지 및 사회적 지지의 조절효과를 확인하였다(S. M. Kim & Kim, 2020). 이처럼 양육불안과 관련하여 개인외적인 변인들을 포함하여 복합적인 관련성을 함께 고려하는 연구가 필요할 것으로 보인다.

Acknowledgements

This study was supported by research fund from Chosun University, 2025

Notes

This article is a part of the first author's master's thesis submitted in 2025 and was presented at the 2025 Annual Spring Conference of the Korean Association of Child Studies.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

In English

- Bartle, S. E., & Anderson, S. A. (1991). Similarity between parents' and adolescents' levels of individuation. *Adolescence*, 26(104), 913-924. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1789178/>
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. New York: Guilford Press.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In Guerin, P. J. (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York: Gardner Press.
- Burns, A. B., Brown, J. S., Ashby Plant, E., Sachs-Ericsson, N., & Joiner, T. E. (2006). On the specific depressive nature of excessive reassurance-seeking. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 135-145. doi:10.1016/j.paid.2005.05.019
- Chun, H. J., Son, H. Y., & Ham, K. A. (2023). Understanding the experiences of mothers with academic socialization in South Korea: A phenomenological approach. *Journal of Child and Family Studies*, 32(7), 1962-1976. doi:10.1007/s10826-022-02476-x
- Crocker, J. (2002). The costs of seeking self-esteem. *Journal of Social Issues*, 58(3), 597-615. doi:10.1111/1540-4560.00279
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin*, 130(3), 392-414. doi:10.1037/0033-2909.130.3.392
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108(3), 593-623. doi:10.1037/0033-295x.108.3.593
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29. doi:10.1037/1082-989x.1.1.16
- Ensink, K., Normandin, L., Plamondon, A., Berthelot, N., & Fonagy, P. (2016). Intergenerational pathways from reflective functioning to infant attachment through parenting. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 48(1), 9-18. doi:10.1037/cbs0000030
- Eysenck, M. W., Derakshan, N., Santos, R., & Calvo, M. G. (2007). Anxiety and cognitive performance: Attentional control theory. *Emotion*, 7(2), 336-353. doi:10.1037/1528-3542.7.2.336
- Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2007). Mentalizing and borderline personality disorder. *Journal of Mental Health*, 16(1), 83-101. doi:10.1080/09638230601182045
- Grolnick, W. S., & Seal, K. (2008). *Pressured parents, stressed-out kids: Dealing with competition while raising a successful child*. New York: Prometheus Press.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: W. W. Norton & Company.
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1092-1106. doi:10.1037/0022-3514.73.5.1092
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143-165). New York: Guilford Press.
- Ordway, M. R., Webb, D., Sadler, L. S., & Slade, A. (2015). Parental reflective functioning: An approach to enhancing parent-child relationships in pediatric primary care. *Journal of Pediatric Health Care*, 29(4), 325-334. doi:10.1016/j.pedhc.2014.12.002
- Peleg, O. (2005). The relation between differentiation and social anxiety: What can be learned from students and their parents? *The American Journal of Family Therapy*, 33(2), 167-183. doi:10.1080/01926180590921403
- Sanchez, D. T., & Kwang, T. (2007). When the relationship becomes her: Revisiting women's body concerns from a relationship contingency perspective. *Psychology of Women Quarterly*, 31(4), 401-414. doi:10.1111/j.1471-6402.2007.00389.x
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161. doi:10.1080/14616730210154171

In Korean

- Ah, Y. A., & Lee, M. H. (2016). The mediating effect of self-differentiation in the effect that adult attach-

- ment has on the interpersonal relationships of university students. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 24(1), 89-106. doi:10.35151/KYCI.2016.24.1.005
- Ahn, H.-J., & Lee, H.-W. (2013). Parenting behaviors of kindergarten parents' parenting as teachers in relations to their expectation on their children's future school adjustment in elementary schools. *Journal of Life-span Studies*, 3(1), 45-58. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002134619>
- An, Y. S., & Yoo, S. K. (2019). Dual mediation effect of child contingent self worth and anxiety in the relation of self differentiation and psychological control parenting of mother. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 24(2), 125-147. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002483852>
- Bae, S.-H., & Yang, N.-M. (2016). The relationship between insecure attachment and loneliness of college students: The mediating effect of rejection sensitivity and active stress coping strategy. *Korea Journal of Counseling*, 17(3), 355-375. doi:10.15703/kjc.17.3.201606.355
- Cho, S. H., & Park, C. O. (2012). Inquiry into parenting experiences based on Bowen's concept of self-differentiation. *Early Childhood Education Research & Review*, 16(2), 139-166. Retrieved from <https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07445510>
- Chung, H., & Cho, E.-K. (2007). Korean self-differentiation inventory: Development and validation. *Korean Journal of Family Therapy*, 15(1), 19-46. doi:10.21479/KAFT.2007.15.1.19
- Chung, S.-K., & Kim, J.-H. (2004). The effect of the group counseling for family relationship enhancement developed on the basis of the Bowen theory on the differentiation of self and the anxiety. *Korea Journal of Counseling*, 5(3), 823-838. Retrieved from <https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE11121661>
- Hong, M. J., & Lee, S. Y. (2018). The effects of mothers' trait anxiety, overprotection and adolescents' behavioral inhibition on adolescents' social anxiety. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 26(2), 1-21. doi:10.35151/kyci.2018.26.2.001
- Hwang, Y. H., & Park, E. Y. (2003). Attachment and self-differentiation: Essential similarities. *Korean Journal of Family Therapy*, 11(1), 155-177. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART000861468>
- Jeong, O. (2014). *Jeonsaengae inganbaldarui iron* [전쟁애 인간발달의 이론]. Seoul: Hakjisa.
- Kang, S., & Choi, Y. (2019). The mediating effect of mentalization on the relationship between parents' adult attachment and parenting behavior. *Korean Journal of Play Therapy*, 22(4), 463-485. doi:10.17641/KAPT.22.4.6
- Kim, M. (2021). *Gihonyeoseongui jagibunhwawa uurui gwa ngyeeseo uisatongui maegaehyogwa* [기혼여성의 자기분화와 우울의 관계에서 의사소통의 매개효과] (Master's thesis). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T15803211>
- Kim, S. H. (2004). *Adaptation of the experiences in close relationships-revised scale into Korean: Confirmatory factor analysis and item response theory approaches* (Master's thesis). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T9328715>
- Kim, S. J., Song, S.-M., Do, H.-S., Sin, N., Kim, M.-J., & Kim, E. H. (2015). A qualitative study to the mother's role experiences during their child's transition from early childhood to middle childhood. *Korean Journal of Child Studies*, 36(2), 111-130. doi:10.5723/KJCS.2015.36.2.111
- Kim, S. M., & Kim, J. M. (2020). The effects of social comparison of mothers with infants and young children on social media on their parenting anxiety: The moderating effects of spousal and social support. *Journal of Korean Home Management Association*, 38(1), 93-109. doi:10.7466/JKHMA.2020.38.1.93
- Kim, Y. A. (2021). *Mediating effect of self differentiation and child invested contingent self-esteem in the relation of maternal family-of-origin experience and psychological control parenting: Focused on mothers of school-age children* (Master's Thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T15732146>
- Lee, A., & Chung, Y. (2022). The effects of attachment anxiety and attachment avoidance on parenting anxiety of mothers with children in early childhood: The mediating effects of the perceived marital support and self-compassion. *The Journal of Learner-Centered*

- Curriculum and Instruction*, 22(17), 489-508. doi:10.22251/jlcci.2022.22.17.489
- Lee, I. Y., & Chong, Y. S. (2016). Relationships of maternal separation anxiety, overprotection, separation-Individuation in adolescent children and psychological adaptation. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 29(4), 123-144. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002172836>
- Lee, J.-H., & Park, J.-H. (2020). Parenting anxiety about working mother and full-time mother, with elementary school children. *The Journal of the Convergence on Culture Technology*, 6(3), 211-216. doi:10.17703/JCCT.2020.6.3.211
- Lee, S., & Lee, J. (2017). The development of a measuring instrument for parenting anxiety in mothers of children in early childhood stage. *Korean Journal of Early Childhood Education*, 37(4), 297-325. doi:10.18023/kjece.2017.37.4.012
- Lee, S., Jung, M., Kim, K., Park, I., Son, J., Kim, Y., . . . Kim, M. (2002). *Hyeondaegajokbokjiron* [현대가족복지론]. Paju, Gyeonggi: Yangseowon.
- Lee, S.-S. (2000). A Study on the relationship between married adults level of self differentiation and their life satisfaction. *Journal of Family Relations*, 5(1), 23-43. Retrieved from <https://kiss.kstudy.com/Detail/A?r?key=1722194>
- Lee, W. (2023). *A phenomenological study of the parenting experiences of school-age only children* (Doctoral dissertation). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T16826371>
- Lee, Y. K., & Lee, H. J. (2021). Parenting stress experience and adaptation process of working moms during the COVID-19 pandemic. *Korean Journal of Family Welfare*, 26(1), 171-201. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002699344>
- Moon, Y.-K., & Min, H.-S. (2008). The relationship among mothers with adult attachment, anxiety, depression, and parenting stress who are rearing preschoolers. *Journal of Korean Home Management Association*, 26(5), 165-176. Retrieved from <https://scienceon.kisti.re.kr/srch/selectPORSrchArticle.do?cn=JAKO200835062474731>
- Oh, Y. J., & Kim, Y. H. (2021). Development and validation of parental anxiety scale. *Journal of Future Early Childhood Education*, 28(2), 27-57. doi:10.22155/JFECE.28.2.27.57
- Park, C.-O., & Cho, S.-H. (2011). The relationship among mother's self-differentiation, parenting-style, parental role satisfaction, and parenting stress. *Early Childhood Education Research & Review*, 15(2), 537-559. Retrieved from <https://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07445400>
- Park, H. (2001). *The relationship between the mother and her infant* (Master's thesis). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T8022072>
- Park, M., & An, D. (2023). Relationship between negative experience of work—family multiple roles and depression among working women raising school-age children: Mediation effects of child-based self-worth moderated by mentalization. *Clinical Psychology in Korea: Research and Practice*, 9(3), 375-401. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART003006189>
- Park, S.-H. (2020). *The effects of psychological variables and marital satisfaction on child-based self worth of adolescents' mothers* (Master's thesis). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T15644533>
- Park, Y., & Kim, U. (2009). Factor influencing happiness among Korean adults: The influence of occupational achievement, success of children, emotional support and self-efficacy. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 14(3), 467-495. doi:10.18205/kpa.2009.14.3.009
- Park, Y.-S., & Kim, U., & Tak, S.-Y. (2002). The effect of economic crisis on success attribution among Korean students and adults: An indigenous psychological analysis. *Korean Journal of Psychological and Social Issues*, 8(1), 103-139. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART000868121>
- Rhee, S.-H., & Doh, H.-S. (2014). The development and validation of a parenting behavior scale for parents of early school-age children. *Korean Journal of Child Studies*, 35(6), 111-133. doi:10.5723/KJCS.2014.35.6.111
- Seol, K. O., Kyeong, Y., & Park, J. E. (2015). Mother's child-based self-worth, parenting and psychological adjustment of children. *Korean Journal of Psychology: General*, 34(1), 109-131. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART000868121>

- kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001977986
- Shin, H. B. (2012). Case study on collage art therapy for the reduction of social disturbance and depression of mothers of disabled children. *Journal of Clinical Art Psychotherapy*, 2(1), 89-108. Retrieved from <https://www.earticle.net/Article/A309018>
- Shin, S. (2019). An analysis of the influential factors on mother's child-rearing anxiety before and after their children's entrance into elementary school. *Korean Journal of Childcare and Education*, 15(6), 21-40. Retrieved from <https://scholar.kyobobook.co.kr/article/detail/4050027473345>
- We, J.-H., & Chae, K.-M. (2015). Development and validation of the parenting anxiety scale. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 34(4), 945-970. Retrieved from <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002052971>
- Yoon, B. M. (2021). *The effects of adult attachment on satisfaction of romantic relationship in early adulthood: The mediating effect of rejection sensitivity and self-differentiation* (Master's thesis). Retrieved from <https://www.riss.kr/link?id=T15936957>

ORCID

Eun Hye Yang	https://orcid.org/0009-0008-8296-3260
Ji Hyun Oh	https://orcid.org/0000-0001-9846-4310

Received December 15, 2025

Revision received January 21, 2026

Accepted January 29, 2026