creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

간호학 석사 학위논문

미취학 자녀를 둔 여군의 정신건강과 양육 스트레스 및 사회적 지지의 관계

2022년 2월

서울대학교 대학원

간호학과 간호학 전공

김 리 아

미취학 자녀를 둔 여군의 정신건강과 양육 스트레스 및 사회적 지지의 관계

지도교수 Heeseung Choi

이 논문을 간호학 석사 학위논문으로 제출함

2021년 12월

서울대학교 대학원

간호학과 간호학 전공

김 리 아

김리아의 석사 학위논문을 인준함

2021년 12월

위 원 장 _____ (인)

부위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

국 문 초 록

최근 여성의 사회 참여 증가와 군 내 여성 인력 확대 정책으로 여군의 수는 지속적으로 증가하고 있으나, 격오지 근무, 별거 생활, 순환 보직과 같은 특수한 근무 환경으로 인해 여군의 양육 스트레스는 해소되지 않고 있다. 이러한 양육 스트레스는 사회적 지지 정도에 영향을 받으며, 이는 정신건강에도 상당한 영향을 줄 수 있다. 따라서 본 연구는 우울 및 불안 심화, 삶의 질 저하를 중심으로 스트레스 요인의 과정을 본 스트레스 과정 모델(Stress Process Model)을 적용하여 미취학 자녀를 둔 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 관계를 확인하고자 한다.

본 연구는 자가 보고식 설문지를 활용한 서술적 상관관계 연구이다. 2021년 6월 16일부터 8월 16일까지 모바일 설문을 통하여 미취학 자녀를 가진 육, 해, 공 여군 197명의 자료를 수집하였다. 이를 바탕으로 여군의 인구사회학적 특성과 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 살펴보았으며, SPSS/WIN 28.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 여군의 양육 스트레스는 평균 3.24(SD=0.70)점으로 해군에 근무하는 경우, 상사 이상 부사관인 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우에서 양육 스트레스가 높았다. 둘째, 여군의 배우자 및 주위 사람들의 지지는 평균 3.70(SD=0.69)점으로 소령 이상의 장교 이상인 경우, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수가 많을수록, 자녀 평균 나이가 어릴수록, 자녀 돌봄 관련 지출을 하지 않을수록 여군의 미취학 자녀 양육에 대한 배우자 및 주위 사람들의 지지가 높았다. 셋째, 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원은 총점 9.49(SD=3.66)점으로 소, 중위 장교를 제외한 계급과 배우자와 함께 거주하지 않는 경우, 군 복무 기간이 길수록, 자녀 수가 많을수록 군 복지 제도

및 의료 서비스 이용률이 높았다. 넷째, 여군의 정신건강 중 우울은 평균 51.72(SD=9.84)점으로 해군에 근무하는 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우에서 우울 수준이 높았다. 한편, 불안은 평균 51.82(SD=11.95)점으로 공군에 근무하는 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 자녀 수가 적을수록 불안 수준이 높았다. 최종적으로 여군의 미취학 자녀 양육 시 우울 및 불안에 해당하는 정신건강과 양육 스트레스 및 사회적 지지는 모든 변수 간 유의한 상관관계가 있었다($.16 \leq r \leq .79$, $.05 < p < .001$). 특히, 우울 및 불안은 양육 스트레스와 유의한 양(+)의 상관관계를 보였으며, 사회적 지지와 유의한 음(−)의 상관관계를 보였다.

본 연구 결과를 바탕으로 미취학 자녀를 둔 여군의 우울 및 불안 감소를 위해 근무 패턴에 맞는 상담 서비스 구축 및 다양한 형태의 정신건강 서비스 제공, 해당 서비스 접근성을 높이기 위한 군 내 다양한 채널(인트라넷, SNS, 애플리케이션, 우편물 등) 운영 등 군 조직 차원의 여군 친화적인 정신건강 관리가 필요하다. 또한, 여군의 정책 요구도를 반영한 군 제도 시스템 구축으로 군 보육 시설의 획기적인 확충, 의료 시설에 대한 접근성 향상과 같이 국가 차원의 정책적 전략이 포함되어야 한다. 추후 반복 연구를 통해 미취학 자녀 양육 시 여군의 우울 및 불안에 영향을 미치는 요인들을 명확히 확인하고, 이를 기반으로 여군의 정신건강 증진 프로그램 개발에 관한 연구를 수행해야 할 것이다.

주 요 어 : 여군, 정신건강, 양육 스트레스, 사회적 지지, 우울, 불안
학 번 : 2020-24114

목 차

Ⅰ. 서론 ····· 1
1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구 목적 ····· 5
3. 용어 정의 ····· 6
Ⅱ. 문헌고찰 ····· 8
1. 양육 스트레스 ····· 8
2. 사회적 지지 ····· 11
3. 정신건강 ····· 14
1) 우 울 ····· 14
2) 불 안 ····· 19
Ⅲ. 이론적 기틀 ····· 23
Ⅳ. 연구 방법 ····· 26
1. 연구 설계 ····· 26
2. 연구 대상 ····· 26
3. 연구 도구 ····· 29
4. 자료 수집 방법 ····· 34
5. 자료 분석 방법 ····· 35
6. 윤리적 고려 ····· 36
Ⅴ. 연구 결과 ····· 37
1. 연구 대상자의 특성 ····· 37
2. 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 ····· 40
3. 인구사회학적 특성에 따른 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 ·· 47
4. 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 상관관계 ····· 54
Ⅵ. 논의 ····· 56
Ⅶ. 결론 및 제언 ····· 71

<참고문헌> ····· 73
<부　　록> ····· 102
<Abstract> ····· 111

List of Tables

Table 1. Demographic characteristics of participants ····· 38
Table 2. Parenting stress, social support and mental health level ····· 40
Table 3. Military support and utilization related to the welfare system ·· 42
Table 4. Military support and utilization for medical services ····· 44
Table 5. Mental health level of the participants ····· 46
Table 6. Parenting stress, social support and mental health according to demographic characteristics ····· 50
Table 7. Correlation between parenting stress, social support and mental health ····· 55

List of Figures

Figure 1. An overview of conceptual model ····· 24
Figure 2. Conceptual framework of this study ····· 25

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

여성의 사회 참여는 활발히 진행 중이며, 이러한 추세는 국방 분야에서도 동일하게 발생하고 있다. 또한, 기술 발달에 따른 전쟁 성격의 변화, 저출산에 따른 남성 인력의 한계로 인한 군 여성 인력 확대 정책으로 여군 비중은 2016년 10,097명(전체 군의 5.5%)에서 2020년 13,891명(7.4%)으로 증가하였다(국방부, 2020; 김경순, 2011; 정주성, 2009). 나아가 군은 2022년까지 여군을 16,519명(8.8%)으로 확대할 계획이다(국방부, 2020). 따라서 여성 인력의 군 내 활용도가 높아짐에 따라 군은 양성평등 정책 지원, 여군 관련 시설 확충, 인사관리 등 여군의 안정적인 근무여건을 고려하고 있다(국방부, 2020). 그러나 격오지 근무로 인한 별거 생활, 휴일 중 근무 지역 내 대기 및 2~3년 단위의 잦은 근무지 이동과 같은 군의 특수한 환경은 여군의 일 가정 양립을 어렵게 한다(박유석, 2009; 오유라, 2015). 또한, 상위 계급으로의 진급을 위해 다양한 보직 및 전문적인 전투 지휘 임무를 수행하는 시기는 여성의 생애 주기 상 임신, 출산 및 육아를 수행하는 시기와 맞물려 여군들은 직장과 가정 사이에서 역할 불균형을 경험할 수 있다(오유라, 2015). 이러한 역할 불균형으로 인해 발생하는 양육 스트레스는 누적되어 양육 과정부터 생활 전반까지 부정적인 영향을 미치며, 여성의 경력 단절로 이어진다(방경숙, 김성재, 정예슬, 송민경, 이금희 & 임지희, 2019). 여군의 경우도 육아 부담과 양육 스트레스로 인하여 전역을 생각한 비율이 63.8%인 것으로 나타났다(김윤미, 2011). 이처럼 출산, 육아로 인해 전역을 고민하는 여군은 직무 불안정이 높으며, 이에 따른 군의 사기 저

하, 부대의 단결 저해 등 국가 안보에 치명적인 손실이 될 수 있으므로 여군의 양육 스트레스에 주목할 필요가 있다(오유라, 2015).

반면, 사회적 지지는 양육 스트레스를 완화시켜주는 주요한 보호 요인으로 여군의 경우, 배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 있다(서민교, 2007). 먼저, 배우자 및 주위 사람들의 지지 경우, 그들의 지지가 부족하거나 없을 때, 육아 휴직이나 이직을 고려하는 여군의 비율이 높았다(강미영, 2007). 즉, 배우자의 가사 분담, 조부모의 손자녀 대리 양육, 양육 정보 공유와 같은 가족 및 주위 사람들의 지지는 여군의 주관적 삶의 질에 많은 영향을 준다(서민교, 2007; 오유라, 2015). 다음으로 복지 제도에 대한 이용 및 군의 지원의 경우, 군에서는 일 가정 양립 지원 제도와 같은 별도 지침을 마련하여 시행 중이지만, 대체 인력 부족으로 상당수의 여군이 동료들의 업무 가중을 고려해 제도 이용에 소극적일 수밖에 없다(서민교, 2007). 즉, 미흡한 가족 친화적 조직 문화와 지원 제도의 실용적 한계는 여군의 일 가정 양립을 어렵게 한다(D.-H. Lee, Yoon, & Park, 2019). 다음으로 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원의 경우, 산부인과가 개설된 군 병원은 전국 17곳 중 11곳으로 분만 시설과 신생아실을 갖춘 군 병원은 전무하다. 이러한 여성 진료 항목 부족과 산부인과 전담 인력 부족은 여군이 군 의료기관 이용(62.0%)보다 민간 의료기관 이용(86.5%)을 선호하게 만든다(김혜원, 2018). 또한, 군의관 성별 편중 및 군 내 개인 정보 유출에 대한 염려는 군 의료 서비스 이용을 기피하게 만든다. 즉, 여성 진료의 양적, 질적 부족은 여군의 건강에 심각한 위협으로 작용할 우려가 있다(안상수, 2012). 따라서 배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원과 같은 여러 영역의 사회적 지지는 여군의 일 가정 양립을 가능하게 하므로 중요하게 고려되어야 한다(권조은, 김광숙, 박정옥, & 김수, 2019).

한편, 정신건강은 양육 스트레스의 결과 요인으로, 자녀를 양육하는 여성은 우울과 불안을 경험할 수 있다(김경은, 2011; 이선아, 2014; Im, 2004). 특히 취업모의 경우, 가사와 직장 생활을 병행하는 과정에서 이중 역할부담으로 양육 스트레스가 심화되며, 여성은 가정 내 돌봄의 역할을 제대로 수행하지 못한다는 죄책감, 우울 및 불안을 겪을 수 있다(이선아, 2014). 여군의 경우도 군 조직의 특수한 근무 환경으로 인한 열악한 양육 조건은 이들의 정신건강을 위협한다. 즉, 미취학 자녀를 양육하는 여군의 우울과 불안은 집중력과 주의력 감소, 더 나아가 직무 몰입도 저하와 같은 개인 및 조직 차원의 부정적인 결과를 초래한다(서혜석, 김정은, & 이대식, 2011; 유치성, 2017). 이는 자녀의 정서 발달과 부부 관계에도 영향을 주며, 가족의 결속력 및 응집력을 약화시켜 가족 기능 전반에 악영향을 미친다(고은비, 2016; 김수원, 장미경 & 김유진, 2007; 박애선, 2013). 더하여, 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 확산으로 사회 구성원의 우울 및 불안 등 정신적, 심리적 건강이 악화되고 있으며, 이러한 현상은 군 조직도 예외는 아니다(Mamun, M. A., Sakib, N., Gozal, D., Bhuiyan, A. I., Hossain, S., Bodrud-Doza, M., & Pakpour, A. H., 2021; Guo, X., Wu, L., Yu, X., Sun, Z., & Liu, W., 2020). 그러므로 코로나바이러스 감염증(COVID-19)과 같은 펜데믹 상황에서의 미취학 자녀를 둔 여군의 정신건강에 대한 연구가 필요하며, 조직적 측면에서도 관심을 가져야할 중요한 문제이다(서혜석, 김정은, & 이대식, 2011; 유치성, 2017).

결론적으로 군 조직의 특수한 근무 환경 내 불안정한 자녀 양육 환경을 개선하기 위해 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 지속적으로 파악하는 것이 중요하다. 그러나 국내 여군의 정신건강에 관한 연구는 전반적인 건강실태 조사연구(2003; 2015; 2018) 외 전무하며, 여군의 양육 스트레스에 관한 연구는 서민교(2007) 외에는 거의 없는 실정이

다. 따라서 본 연구는 우울 및 불안 심화, 삶의 질 저하를 중심으로 스트레스 요인의 과정을 본 스트레스 과정 모델(Stress Process Model)을 기반으로 미취학 자녀를 양육하는 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 관계를 다각적으로 탐색하고자 한다. 이는 정신건강 증진 프로그램 개발 및 정책 수립에 대한 기초 자료로 활용되어 여군의 정신건강 증진에 도움이 될 것이라 기대된다.

2. 연구 목적

본 연구는 미취학 자녀를 둔 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 관계를 탐색하여, 여군을 위한 정신건강 증진 프로그램 개발 및 정책 수립을 위한 기초 자료를 마련하고자 한다. 본 연구의 구체적인 목표는 다음과 같다.

1) 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 파악한다.
2) 여군의 인구 사회학적 특성에 따른 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 차이를 확인한다.
3) 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 상관관계를 파악한다.

3. 용어 정의

1) 양육 스트레스

양육 스트레스는 자녀 양육으로 인해 부모가 인지하는 부담감을 의미한다. 이는 부모 역할 수행 과정에서 경험하는 일상적 스트레스, 부모 역할에 대한 부담감 및 자녀 양육을 타인에게 부탁해야 하는 것에 대한 죄책감을 포함한다(김기현, 1997; 김미예 & 박동영, 2009). 본 연구는 Crinic & Greenberg(1983)의 PDH(Parenting Daily Hassles), Abdin(1990)의 PSI(Parenting Stress Index)에서 parental distress 요인 및 Mann & Thornberg(1987)의 MGS(Maternal Guilt Scale)를 Kim & Kang(1997)이 한국의 사회 문화적인 배경에 맞게 번안 및 수정한 척도를 사용하였다. 점수가 높을수록 양육 스트레스가 높은 것을 의미한다.

2) 사회적 지지

사회적 지지는 한 개인이 자신의 대인 관계에서 얻을 수 있는 모든 긍정적인 지지를 의미한다(Cohen, 1978). 본 연구는 서민교(2007)의 연구를 기반으로 배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원으로 구분하였다.

(1) 배우자 및 주위 사람들의 지지

본 연구는 Abdin(1990)이 개발한 Parenting Alliance Inventory(PAI)를 신숙재(1998)가 수정, 보완한 도구를 사용하여 측정한 값으로 점수가 높을수록 배우자 및 주위 사람들의 지지 정도가 높은 것을 의미한다.

(2) 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원

본 연구는 복지 제도 이용률 및 군의 지원 정도를 측정하기 위해 서민교(2007)가 개발한 복지 제도에 대한 이용 및 군의 지원 도구를 수정, 보완하여 사용하였으며, ‘출산휴가, 육아 휴직 및 당직 면제제도 이용 여부, 이용 기간 적정성, 제도 이용 중 부대와 동료에 대한 심리적 불편감, 지역 내 보육 시설 이용, 군 부대 내 보육 시설 필요성’ 등으로 구성하였다.

한편 의료 서비스 이용률 및 지원 정도를 측정하기 위해 해당 문항을 ‘군 병원 접근 용이성, 자녀(혹은 본인)의 군 병원 진료 이용 여부, 자녀(혹은 본인)의 군 병원 진료를 통해 도움을 받은 정도’ 등으로 구성하였다. 점수가 높을수록 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 높은 것을 의미한다.

3) 정신건강

정신건강은 개인의 정신 상태를 나타내기 위해 다각적인 측면에서 보편적으로 정의한다(박동건, 조현주, & 최대정, 2004). 본 연구는 National Institutes of Health(NIH)에서 개발한 Patient Reported Outcome Measurement Information System - Short Form(PROMIS-SF)을 Choi, Ko, & Kim(2017)이 번안한 PROMIS 한국어판(K-PROMIS)의 우울과 불안으로 측정하였다. 점수가 높을수록 우울 및 불안 증상이 심화함을 의미한다.

Ⅱ. 문 헌 고 찰

1. 양육 스트레스

양육 스트레스는 양육 과정에서 복합적인 요인들의 상호작용으로 발생한다(송희승, 이수정, & 이승희, 2020; 여정희 & 전나미, 2013). 양육 스트레스는 어머니의 양육 효능감을 낮추고, 역할 수행을 어렵게 하며, 자녀에게도 악영향을 미칠 수 있다(석소원 & 윤명숙, 2020; 최윤희 & 문혁준, 2016). 따라서 이는 개인의 불편함을 넘어 가족 구성원에게도 부정적인 영향을 미침으로써 가정생활 전반을 무너뜨릴 수 있는 위험요인이다(최미경, 신정희, 구현경, 박선영, 한현아 & 최단비, 2008).

우선, 국외 연구에서 언급된 양육 스트레스에 대한 개념을 보면, Crnic & Greenberg(1983)는 부모 역할 수행과 자녀와의 상호작용에서 발생하고, 일상 스트레스보다 더 주요한 스트레스의 근원이라고 보았다. Mercer(1985)는 자녀 양육 시 경험하는 가장 빈번한 스트레스로 보았고, Abidin(1990)은 자녀를 양육하면서 겪는 실제적인 어려움에 대한 지각 정도에 따라 양육 스트레스 수준이 달라진다고 보았다. 다음으로 국내 연구에서 언급된 양육 스트레스에 대한 개념을 보면, 부모 역할 수행 시 지속적이고, 누적된 스트레스 경험을 말하며(이정숙 & 두정일, 2008), 이선아(2014)는 자녀를 양육하는 부모는 이를 경험할 수 있으나, 전업주부와 취업모가 경험하는 양육 스트레스의 양상이 다르다고 보았다. 즉, 전업주부는 육아에 전념하면서 발생하는 사회적 고립으로 인해 양육 스트레스를 겪는 반면, 취업모는 다양한 역할 중첩으로 양육 스트레스를 경험하기 때문에 그 성격이 다른 것이다(이선아, 2014).

선행 연구에 따르면 양육 스트레스는 주 양육자인 어머니의 취업 여부에 따라 원인과 정도가 다르게 나타났다. 즉, 취업모의 양육 스트레스는 가정과 직장의 이중 역할 부담에서 발생하는 불균형 상태로 나타나는 반면(김기현 & 조복희, 2000), 전업주부의 양육 스트레스는 가사노동과 자녀 양육으로 인해 자신이 원하는 일을 성취하지 못했다는 욕구 불만과 좌절감 등에 의해 나타난다고 보았다(박미숙, 2012). 또한, 이 둘의 양육 스트레스 정도에 대한 연구 결과는 일관적이지 않다. 즉, 많은 업무 수행과 동시에 가사와 자녀에 대한 양육으로 인한 부담감이 가중되어 전업주부보다 취업모의 양육 스트레스가 높다는 연구(김기현 & 조복희, 2000; Hwang, 1993; Kim & Kang, 1997)가 있는 반면, 일부 연구는 취업모보다 전업주부의 양육 스트레스 정도가 더 높은 것으로 나타나기도 하였다(손수민, 2012; 송미혜, 송연숙, & 김영주, 2007; Forgays & Forgays, 1993; J.-S. Choi, 2009; Yoon, Hwang, & Cho, 2009).

최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19)의 장기적 확산으로 인해 취업모와 전업주부 모두 자녀 양육에 대한 스트레스를 호소하고 있다(이진희 & 임진형, 2021). 즉, 어린이집과 보육 시설의 제한적 운영과 같은 자녀 양육 환경 변화로 취업모와 전업주부 모두 우울, 불안, 수면 장애를 호소하고 있다(Brown, Doom, Lechuga-Peña, Watamura, & Koppels, 2020; Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, C. P., Reynolds, K., Protudjer, J. L., & Roos, L. E., 2020; Coyne, L. W., Gould, E. R., Grimaldi, M., Wilson, K. G., Baffuto, G., & Biglan, A., 2020; Peng, M., Mo, B., Liu, Y., Xu, M., Song, X., Liu, L., & Yu, Z., 2020). 또한, 국외 연구도 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 이후 자녀를 양육하는 부모의 정신건강이 더 악화되었다고 보고한 비율은 22.15%에서부터 34.1%로 나타났으며, 자녀의 나이가 어릴수록 양육 스트레스가 높았다(Wales,

2020). 국내 연구도 자녀를 양육하는 부모의 73.2%가 코로나바이러스 감염증(COVID-19)의 발생 이후 양육 스트레스가 높아졌음을 알 수 있다(이봉주, 2020). 이처럼 코로나바이러스 감염증(COVID-19)으로 인한 일상의 변화는 취업모와 전업주부에게 전반적인 변화를 가져왔고, 불안, 염려와 같은 심리적인 어려움을 야기했다(배은정, 2021; Bartlett, Griffin, & Thomson, 2020).

한편, 여군의 양육 스트레스는 직업 특성상 잦은 부대 이동으로 인한 가족과의 별거로 발생한다(서민교, 2007; Willis, 2020). 여군을 대상으로 한 양육 스트레스 연구(2011)에서는 여군의 육체적 양육 부담감이 높으며, 자녀 양육 문제로 고충이 심한 것으로 나타났다. 여군의 삶의 질에 대한 연구(2015)에서도 여군은 출산과 육아로 인한 직장-가정 갈등 요인을 겪고 있는 것으로 나타났다(오유라, 2015). 또한, 여군의 자녀 보육 제도에 관한 연구(2019)에서는 교육 시설 및 편의 시설이 열악한 곳에서의 근무는 양육 스트레스를 유발하는 것으로 나타났다. 그러므로 가정 내 지지 체계 강화와 동료 및 지휘관의 인식 개선과 같은 주위 사람들의 지지가 필요하고, 육아휴직 제도, 부대 내 보육 시설 확대, 탄력 근무 제도들의 원활한 사용과 같은 군 내 총체적이고, 면밀한 시스템 강화도 필요하다(김윤미, 2011).

2. 사회적 지지

사회적 지지는 가족, 친구, 이웃이 제공하는 여러 형태의 도움과 긍정적인 지지이며, 개인의 심리 적응을 돕고, 문제 해결 능력을 촉진한다. 특히, 스트레스 상황에서 사회적 지지로부터 얻는 정서적 지지, 물질적 제공, 사회관계망 및 소속감을 통하여 스트레스를 조절하거나 완화할 수 있다(정동화, 2010). 따라서 사회적 지지는 스트레스를 경험하는 개인을 지원하고, 더 나아가 가족의 안녕과 적응에 도움을 주는 대표적인 자원이다(이연희, 2013).

국외 연구에서 언급된 사회적 지지의 개념을 보면, Turner(1981)은 서로 의사소통 하는 조직망 내에서 보살핌과 사랑을 받고 있다고 믿는 정보라고 정의하였으며, Cohen & Thomas(1985)는 대인 관계로부터 얻을 수 있는 모든 자원이라고 정의하였다. House(1988)는 정서적 관심, 물질이나 서비스를 통한 도움, 환경에 대한 정보, 자가 평가 관련 정보 중 하나 혹은 그 이상을 포함하는 대인 관계로 정의하였다. Sarason(1990)은 자신이 도움을 필요로 할 때, 주변인으로부터 도움을 얻을 수 있다는 믿음으로 개인의 적응에 직접적인 영향을 주는 요소라고 보았다. 국내 연구에서 언급된 사회적 지지의 개념을 보면, 박지원(1986)은 사회 지지망, 지지 형태, 지지 욕구의 세 차원을 포함시켰다. 먼저, 사회 지지망은 가족, 친구, 전문가, 이웃에게 받는 정서적 지지이며, 지지 형태는 정보적 지지, 물질적 지지, 평가적 지지로 보았다. 지지 욕구는 사회관계에 대한 유대감, 자신감, 신뢰감으로 정의하였다(유연옥, 2017; 이연희, 2013). 강선희(2015)은 인간관계에서 중요도가 높은 가족, 친구, 이웃과 상호작용을 통하여 얻을 수 있는 긍정적인 요소 및 자원이라고 정의하였다.

선행 연구에 따르면 사회적 지지는 여성의 생애 사건과 전환 시기에 매우 중요하다(임수진, 2010). 즉, 이는 사회 지지망으로부터 양육에 대한 새로운 경험을 얻을 수 있으며, 여성의 심리적 피로와 양육 스트레스를 감소시킬 수 있다(남궁연옥, 양혜경, & 조영채, 2007). 먼저, 여성의 양육 스트레스에 가장 큰 영향을 미치는 변수는 배우자의 지지로, 이는 어머니로서 적응하는 것을 돕는다(김미은 & 허명행, 2014; 송주은 & 고정미, 2016; 임수진, 2010). 따라서 자녀 양육에 대한 배우자의 지지 결여와 그로 인한 불만족은 양육 스트레스를 증가시키는 요인이 된다(Mohammad, Gamble, & Creedy, 2011). 다음으로, 자녀 양육 과정에서 주위 사람들의 지지도 중요하다. 이에 따라 여성은 양육으로 인한 문제 상황을 긍정적으로 인식하고, 이들의 지지는 여성의 양육 스트레스를 감소시킨다(이은주 & 박정숙, 2015). 특히, 친정과 시댁의 조력은 정서적 공감과 개입을 통하여 이루어지며, 여성에게 어머니 역할에 대한 학습 기회를 제공한다(송주은, 장순복, & 손연정, 2007). 마지막으로 직장 내 육아 관련 복지 제도는 탄력근무제, 직장 동료의 배려 및 육아 휴직 등이 있으며, 이는 일 가정 양립 과정에서 야기된 정서적 긴장을 완화시키고, 일과 가정의 균형을 통하여 삶에 대한 안정감과 만족감을 느끼게 한다(김민정, 2007). 따라서 직장 내 육아 관련 복지 제도가 부족하다면 역할 불균형과 그로 인한 심리적 불안감을 경험할 수 있다(한정아, 2015).

한편, 여군의 양육 과정에 가장 큰 영향을 미치는 사회적 지지 요소는 일관되지 않은 것으로 나타났다. 사회적 지지가 여군의 양육 스트레스에 미치는 영향에 관한 연구(2007)에서는 배우자의 지지가 양육 스트레스에 결정적인 영향을 미치며, 주위 사람의 지지도 유의미한 영향을 미치는 것으로 보았다. 반면, 직장-가정 갈등, 직무 스트레스가 여군의 삶의 질에 미치는 영향에 대한 연구(2015)에서는 시부모 지원이 여군의 삶의 질에 가장 큰

영향을 미친다고 보았다. 여군의 자녀 보육 제도 관련 연구(2019)에서는 미비한 보육 제도는 자녀 양육 과정에서 제한사항이 되며, 그로 인한 가정 문제가 심화되는 경우, 직업 군인을 포기하거나 직장에서의 역할을 축소할 수밖에 없다고 보았다. 또한, 간호 장교의 복지 관련 연구(2002)에서는 간호 장교의 이직 의사를 나타낸 가장 큰 이유는 열악한 양육 환경 및 복지 문제로, 양육에 대한 많은 어려움이 있기 때문이다. 이처럼 다양한 측면의 사회적 지지는 여군의 양육 스트레스에 영향을 미칠 수 있으며, 이들의 정신건강에도 상당한 영향을 준다(송민영, 류성연, & 이뿐새, 2017; 정은영 & 강민주, 2015; Im, 2004).

3. 정신건강

정신건강은 정신 병리학적인 개념에서 출발하였으나, 개인의 정신 상태를 나타내기 위해 다각적인 측면에서 보편적인 용어로 정의되고 있다(김경진, 설지환, 백영석, & 김재현, 2004). 즉, 미국 정신위생위원회(NCMH)는 만족스러운 인간관계를 형성하고, 이를 유지하는 능력이며 적응 과정으로 보았다. 영국 보건 의료 서비스(NHS)는 심리적, 정서적, 지적 발달 능력, 공감 능력, 발달 과정으로서 발달을 방해하거나 손상하지 않는 능력으로 보았다(고진희, 2009). 따라서 정신건강은 개인의 정신 상태를 표현하기 위한 포괄적인 용어로, 본 연구는 우울과 불안의 정서 상태를 통하여 이를 알아보고자 한다.

1) 우울

우울은 일상생활을 방해하는 극심한 비관, 슬픔 및 낙담에 이르는 부정적인 정서이며, 정신건강 장애를 의미한다(APA, 2019). DSM-5(Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorder, 5thedition)는 평소 즐기는 일에 대한 흥미 저하, 슬픔, 수면 과다 및 불면이 나타나고, 무기력하거나 심한 피로, 죽음에 대한 반복적인 생각, 자살 시도나 자살하기 위한 구체적인 계획을 세우는 것을 포함하고 있다. ICD-10(International Classification of Diseases 10th revision)은 식욕 저하, 불면, 집중력 장애와 최소한의 노력에도 심각한 피로감을 느끼거나 자부심이나 자신감 결여, 죄책감이나 무가치함을 느끼는 것으로 보았다.

우선, 국외 연구에서 언급된 우울의 개념을 보면, Nietzel & Wakefield(1996)는 슬프거나 희망 없음, 불안정감을 느끼는 것으로 일상생활에서 흥미나 즐거움이 감소하거나 불쾌한 기분을 느끼는 정서 상태로

정의하였으며, Ross(2000)는 슬프고, 희망이 없다고 느끼는 것이라고 정의하였다. Barker(2003)는 슬픔, 절망, 미래에 대한 비관 및 생산성의 저하, 수면 장애, 부적절감, 자기 혐오감, 절망감의 특징을 가지는 감정적 반응으로 정의하였다. 국내 연구에서 언급된 우울의 개념을 보면, 이지현(2010)은 우울한 상태를 일시적인 기분 저하가 아닌 사고 과정, 동기 의욕, 관심, 행동, 수면, 신체활동과 같은 전반적인 정신 기능이 저하된 상태로 정의하였으며, 노병일(2011)은 생활 간 비관적으로 보이는 현상을 특징으로 가지는 마음 상태라고 정의하였다. 따라서 우울은 조기에 발견하거나 치료하면 효과가 좋지만, 그렇지 않은 경우 재발과 만성화로 인하여 일상생활의 기능이 손상되거나 자살의 위험률이 증가하는 등 문제가 심각해지기 때문에 경제적, 사회적으로 부담이 큰 질환 중 하나이다(Kennedy & Foy, 2005; Malone & Lartey, 2004).

특히, 어머니 우울은 아버지보다 자녀의 행동에 직접적인 영향을 준다(김미예 & 박동영, 2009; 도현심, 김민정, 최미경, 김상원, & 조수정, 2012). 즉, 어머니 우울은 자녀를 무기력하게 만들거나 부정적인 정서를 유발함으로써 자녀의 문제행동을 높이게 된다(이아름 & 정정희, 2021; 권수진, 오새니, & 이상희, 2016). 한편, 육아 중인 한국 여성의 우울 유병률이 높은데, 전업주부의 경우, 가사와 육아를 병행하는 등 매일 같은 일을 반복하지만, 그에 따른 적절한 평가가 되지 않기 때문이다(신경림, 2001). 반면, 취업모의 경우 직장과 가정 사이 과중한 요구에 시달리고, 승진이나 보수에서 성차별을 받기 때문으로 분석된다(신경림, 2001). 특히, 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 이후 부모들은 우울, 스트레스, 심리적인 불안감이 증가하였으며, 이는 아동 학대 방임으로 이어질 수 있다(Brown, Doom, Lechuga-Peña, Watamura, & Koppels, 2020; Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, C. P., Reynolds, K., Protudjer, J. L., & Roos,

L. E., 2020; Davenport, Meyer, Meah, Strynadka, & Khurana, 2020; Peng, M., Mo, B., Liu, Y., Xu, M., Song, X., Liu, L., & Yu, Z., 2020). 실제로 코로나바이러스 감염증(COVID-19)이후 주 양육자인 여성의 40% 이상이 우울을 호소하고 있다(Davenport, M. H., Meyer, S., Meah, V. L., Strynadka, M. C., & Khurana, R., 2020). 이는 가정 내 중추적인 역할을 담당하는 어머니의 개인적인 발전뿐 아니라 사회적, 국가적인 발전에도 심각한 영향을 미치므로, 이들의 정신건강 문제는 매우 중요한 의미를 갖는다(허정록 & 정은영, 2010; 허제은, 2015).

어머니의 우울과 관련된 선행 연구를 살펴보면, 취업모와 전업주부의 우울을 비교한 선행 연구 결과들은 일관되지 않은 것으로 나타났다. 취업모에게 일 가정 양립은 역할 불균형과 역할 과중을 일으키는 촉매제로 우울 증상을 초래한다고 보고 있는 반면(박기순 & 박소영, 2019; 신기영, 1997; 이경혜, 2006; 하오령 & 권정혜, 2006; R. C. Barnett & Baruch, 1985), 취업모가 전업주부보다 심리적으로 건강하다고 보는 연구들도 있다(김지형, 2020; 이선이, 1995; Hashmi, Khurshid, & Hassan, 2007; Lim & Lee, 2012; Mirowsky & Ross, 1992). 한편, 이인숙(2002)은 취업모와 전업주부의 우울은 유의한 차이가 없는 것으로 보았다. 그러나 현대 사회의 취업모 대부분이 자녀 양육에 어려움을 호소하고 있기 때문에(김민정, 김수지, 김정은, 손한결, & 김태선, 2018; 김태홍, 2002; 이윤정, 2015) 취업모의 우울을 사회적 문제로 의식하며, 이를 대처하기 위한 국가적 논의가 필요하다.

한편, 군인의 우울은 군 조직의 특수성과 밀접한 연관을 갖는다. 군 조직은 민간 조직과는 달리 집단생활과 규율 준수, 서열 중심의 위계적인 체제의 특징을 갖는다(김중백, 2018). 2012년 국방부에서 시행한 우울증 유병률 조사에서는 군 내 우울 장애 발병률은 일반인보다 약 1.8% 높은

4.6%로 나타났으며, 일반 국민보다 군 장병이 우울과 관련된 증상을 더 겪고 있었다(김중백, 2018). 최근 군 입대 병사의 정신건강에 관한 관심은 높아지고 있으나, 상대적으로 직업 군인의 우울에 대한 연구는 미흡하였으며, 특히 여군의 우울에 대한 연구는 전반적인 건강실태 조사연구(2003; 2015; 2018) 외 전무한 실정이다.

군인의 우울과 관련된 국내 선행 연구를 살펴보면, 먼저 군 입대 병사의 경우, 진석범(2000)은 일반인과 군 장병을 대상으로 정신건강과 스트레스 요인에 관한 연구를 통해 군 장병의 스트레스 정도는 일반인보다 양호한 편이지만, 적대감, 강박, 우울, 공포와 불안, 신체화 발현이 상대적으로 높다고 보았다. 우상욱(2008)은 일반 사회와는 다른 환경에서의 군 생활은 스트레스의 연속이라는 점을 지적하였으며, 김의열(2009)은 군 입대 병사의 경우, 군 생활 스트레스를 겪으며, 이 스트레스가 증가할수록 우울과 불안이 심화한다고 보았다. 이아영(2018)은 군 입대 병사의 스트레스 반응과 우울은 양적 상관관계가 있다고 보았으며, 이러한 상관성은 자살 과거력이 있는 사람의 경우, 스트레스에 더 취약하고, 우울 증상이 쉽게 발생할 수 있다고 보았다. 특히, 이새롬(2019)은 공군 병사의 군 생활 스트레스와 우울은 밀접한 관련이 있으며, 군 생활 스트레스가 우울을 직접적으로 야기시키는 것으로 보았다. 다음으로 직업 군인의 경우, 안현의(2007)는 직업 군인이 병사를 관리하고, 병사와 상급 간부 간 교량 역할을 수행하는 과정에서 중압감을 느끼며, 대인 관계 측면에서는 신체화, 강박, 편집증 순으로 어려움을 겪는다고 보았다. 서정열(2012)은 직업 군인의 우울은 병사와 부대 전체에 영향을 미칠 수 있기 때문에 이들의 정신건강 관리는 매우 중요한 사안이라고 보았다. 특히, 김근아(2012)는 공군 간부가 느끼는 우울이 조직 몰입에 부정적인 영향을 준다고 보았으며, 전소연(2021)은 해군 간부의 높은 우울은 조직 몰입을 낮추고, 이직 의도에도 영향을 준다고 보았다. 또한, 국외

연구에 따르면, 군 입대 병사의 경우, L. Blackburn(2015) 은 군 생활 간 군 장병의 낮은 자기 효능감은 우울과 PTSD에 영향을 주고, 전역 후 삶에도 영향을 미친다고 보았다. BM Kuehn(2009)은 우울을 군 장병의 자살에 대한 주요한 원인으로 보았으며, 군 장병의 자살률이 증가하고 있기 때문에 우울에 대한 관리를 중요한 과제라고 보았다. 다음으로 직업 군인의 경우, 군 전투 경험에 노출된 직업 군인은 남성보다 여성이 우울에 더 취약함을 알 수 있었으며, 여군의 우울은 만성화될 위험이 크다고 보았다(Hoge, Clark, & Castro, 2007; Luxton, Skopp, & Maguen, 2010). 또한, 2~4년마다 주기적인 부대 이동으로 인한 장기간 가족과의 분리 환경에서 여군은 스트레스를 경험하며, 이는 우울의 예측 요인이라고 보았다(Adler, Huffman, Bliese, & Castro, 2005; Todd, 2011; Wessner Blais, 2015). 그러나 국내 여군의 우울에 대한 연구는 전반적인 건강실태 조사연구(2003; 2015; 2018) 외 거의 전무한 실정이며, 특히 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 장기화로 사회 구성원의 전반적인 우울, 스트레스, 심리적인 불안감이 상승되었기 때문에 우리나라 여군의 정신건강 연구가 필요한 실정이다.

2) 불안

불안은 잘 모르는 환경에 적응하려고 할 때, 자신을 보호하기 위한 정신 작용의 반응 양상으로 정상적인 불안은 상황에 적절하게 대처하고자 긴장을 느끼는 것을 의미하는 반면, 비정상적인 불안은 실제 위험요인과 무관한 공포심, 근거 없는 불안을 느끼고, 병적 장애나 신경증적 장애가 발현된다(김영희, 2014).

국외 연구에서 언급된 불안의 개념을 보면, Freud(1936)는 유기체의 불쾌한 정서이며, 자아가 절박한 위험을 경고하는 것으로 그에 따라 개인이 적절한 방식으로 반응하는 것이라고 정의하였다. Davison(1978)은 본능의 충동, 외부적 위험에 반응하는 자아 부적응의 증상이라고 하였으며, Speilberger(1983)은 측정 가능한 것으로 보고, 상태 불안(state anxiety)과 특성 불안(trait anxiety)으로 구분하였다. 상태 불안은 특수한 상황 속에서 순간적으로 느끼는 불안을 의미하는 반면, 특성 불안은 개인의 경향성을 의미한다고 보았다(조슬기, 2015). Appelbaum(1990)은 누구나 겪을 수 있으며, 어떤 사람에게는 적응적인 현상일 수도 있고, 그렇지 않을 수도 있다고 보았다. 그는 이를 존재론적 불확실성의 한 측면일 수도 있고, 신경증적 증상의 일부일 수 있다고 정의하였다. 국내 연구에서 언급된 불안의 개념을 보면, 송지영 등(1997)은 정상인도 겪을 수 있는 증상으로, 환경에 적응하는데 필요한 현상이라고 정의하였으며, 홍성훈 등(2006)은 부정적인 사건을 예측할 때, 경험하는 신체적인 긴장 상태나 부정적인 정서 상태를 의미한다고 보았다. 김혜숙(2016)은 미래의 가능성으로 자신의 안전이 깨어질 것이라는 두려운 감정을 뜻한다고 보았다. 이처럼 불안은 위협적인 환경 자극에서 오는 스트레스와 개인의 심리, 신체, 행동에 대한 복합적인 과정이라고 볼 수 있다(조슬기, 2015).

어머니 불안은 자녀에게 과도한 간섭을 행사하고, 자녀의 대처 능력을

의심하며 과도한 통제적 방식으로 양육할 가능성이 있다(소언주 & 도현심, 2001; 송하나, 2018; Ginsburg, Grover, Cord, & Ialongo, 2006). 구체적으로 불안한 부모의 자녀는 그렇지 않은 자녀에 비해 불안 장애로 진단받을 확률이 7배나 높았다(김영미 & 송하나, 2019). 이처럼 어머니의 불안은 직, 간접적으로 자녀의 불안에 영향을 준다. 특히, 남성보다 여성이 가정에서의 역할 수행을 더 많이 해야 한다는 사회적 인식이 강하며(J.-H. Lee & Park, 2020), 이와 같이 여성에게 양육 부담을 가중하는 현상으로 인해 육아 중인 한국 여성의 불안 유병률이 줄어들지 않고 있다(이재희 & 박지희, 2020). 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 이후 주 양육자인 여성의 72%가 중증도 불안을 경험하고 있으며, 이는 자녀가 코로나바이러스 감염증(COVID-19)에 감염되지 않을까 하는 불안까지 더해진 결과이다(Davenport, M. H., Meyer, S., Meah, V. L., Strynadka, M. C., & Khurana, R., 2020). 특히, 취업모의 경우 직장 내 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 확진자로 인한 불안함, 아이를 긴급 보육 맡기는 것에 대한 죄책감이 주를 이룬다(박서연, 2021; 주해란 & 한아름, 2021).

어머니의 불안과 관련된 선행 연구를 살펴보면, 취업모와 전업주부의 불안 요인은 상이하다. 즉, 취업모는 일 가정 양립에 어려움을 느끼고, 직장과 가정 간 서로 다른 역할이 충돌하면서 직무 스트레스 및 양육 불안을 겪는다고 보는 반면(Barnett, Marshall, & Sayer, 1992; Byron, 2005; Sung, 2011), 전업주부는 반복적인 일상 속 어머니 역할에서 긍정적인 측면을 쉽게 찾아내지 못하고, 양육 과정에서 오는 좌절감, 스트레스, 양육 불안을 느끼고 있다고 보는 연구들도 있다(Bae, 2014; Jeong, 2018). 따라서 불안으로 인해 양육 스트레스도 가중될 수 있으며(손영지, 2010), 더 나아가 어머니의 불안이 높을수록 우울이 가중되기 때문에 자녀 양육 과정에서 불안과 우울은 서로 공존하는 경우가 많다(김남재, 2005; 문설화, 오은미, &

유선영, 2021; 추교숙 & 송현주, 2009; 허영호, 2007). 그러므로 자녀를 양육하는 과정에서 불안이라는 문제에 관심을 가지고, 이를 대처하기 위한 사회적 논의가 필요하다.

한편, 군인의 불안은 군이라는 독특한 환경적 특성으로 발생할 수 있다(이승엽, 윤창교, 민정아, 이창욱, 박동언, 안종성, & 양주연, 2014). 군 입대 병사의 경우, 자율성 제한, 강력한 위계질서로 이루어진 군대 내 적응의 어려움으로 인한 불안을 경험하는 반면(김무영, 2007; 김혜숙, 2016), 직업 군인의 경우, 직무 불안정성, 지휘 책임 및 병력 관리 부담에서 불안을 경험한다고 보았다(최성택, 2019). 이러한 직업 군인의 불안은 개인뿐 아니라 군 부대 전체에도 영향을 미칠 수 있다는 점에서 파급 효과가 크지만, 병사보다 상대적으로 소홀히 다뤄져 왔다(박일, 김민순, & 고영건, 2013). 그러므로 직업 군인이 군 생활 간 겪는 불안과 같은 심리적인 어려움에 대한 이해가 필요하다.

군인의 불안과 관련된 국내 선행 연구를 살펴보면, 먼저 군 입대 병사의 경우, 김무영(2007)은 일부 병사들은 군 생활 부적응을 겪으며, 이로 인한 어려움과 불안이 정신건강 문제를 일으킬 가능성이 커진다고 보았다. 김신실 등(2019)은 군 입대 병사의 불안은 음주 동기나 과음, 자살을 예측하는 요인이며, 여러 건강 문제를 야기할 수 있다고 보았다. 다음으로 직업 군인의 경우, 최종호(2015)는 직업 군인은 전역 전 진로 불안을 느낄 수 있다고 보았으며, 이러한 불안이 지속되면 직무 몰입 저하, 직업 만족도 저하를 느낀다고 보았다. 한편, 김선아 등(2011)은 군 입대 병사와 직업 군인이 느끼는 불안은 모두 우울과 매우 밀접한 관계가 있다고 보았다. 하지만 군 입대 병사의 불안에 대한 연구에 비해 상대적으로 직업 군인에 관한 연구는 미흡하였고, 특히 여군의 불안에 관한 연구는 전무한 실정이다. 한편, 국외 선행 연구를 살펴보면, 먼저 군 입대 병사의 경우, Mehlum, L(1999)는 불

안 수준이 알코올 소비 증가와 관련 있다고 보았으며, Sayar, K., Ebrinc, S., & Ak, I(2001)는 불안 성향이 있는 군 장병들을 대상으로 한 연구에서 낮은 사회 경제적 상태, 낮은 교육 수준을 불안 관련 요인으로 제시하였다. 다음으로 직업 군인의 경우, Lester, P(2010)는 직업 군인은 장기간 전투 지역에 노출될 때 불안을 느끼며, 이러한 환경은 군 자녀 및 배우자에게도 불안 및 우울의 요인이 될 수 있다고 보았다. 또한, 전투 지역에 있었던 직업 군인들은 전역 후에도 불안 및 PTSD를 호소하며, 이러한 증상은 알코올과 흡연의 의존성을 증가시킨다고 보았다(Black, D. W., Carney, C. P., Peloso, P. M., Woolson, R. F., Schwartz, D. A., Voelker, M. D., & Doebbeling, B. N., 2004). 한편, 직업 군인인 여성은 주기적인 부대 이동으로 스트레스와 불안을 경험한 적이 있으며(Todd, 2011), 여군이 군 생활 간 경험한 PTSD는 불안, 우울의 요인이 된다고 보았다(Erbes, Meis, Polusny, & Compton, 2011). 또한, 군과 가정 양립 때문에 여군은 부모로서 낮은 만족도를 느끼며, 이는 양육 과정에서도 부정적인 영향을 줄 수 있다(Berz, Taft, Watkins, & Monson, 2008). 그러나 국내 여군의 불안에 관한 연구는 전무하기 때문에 다양한 인구 사회학적 특성을 가진 여군의 불안에 대한 한국 실정에 맞는 연구가 필요하다.

Ⅲ. 이 론 적 기 틀

본 연구는 Pearlin(1981)의 스트레스 과정 모델(Stress Process Model)을 적용하여 미취학 자녀를 양육하는 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 살펴보고, 이들 간의 상관관계를 파악하는 것을 목적으로 한다. 스트레스 과정 모델이란 사회 속에서 개인이 경험하는 스트레스를 다양한 요인으로 설명한 것이다(Pearlin, 1999). 이는 상황적 혹은 배경 요인(background and context), 스트레스 요인(stressor & strains), 중재 요인(mediator)과 스트레스 결과(outcome)로 구성되며, 이들은 서로 상호작용을 한다.

먼저, 상황적 혹은 배경 요인(background and context)은 개인의 인구사회학적 특성과 관련된 요인으로 스트레스 과정 전반에 영향을 줄 수 있다. 이는 나이, 성별, 종교, 교육, 직업 등을 포함한다(Pearlin, L.I., Mullan J.T., Semple, S.J., 1990). 다음으로 스트레스 요인(stressor & strains)은 문제가 발생할 수 있는 조건이나 경험으로 개인의 적응 능력을 와해시킬 수 있으며, 나아가 개인 자체에 악영향을 끼칠 수 있다(Pearlin, 1999). 이는 급성 스트레스 원(acute stressors), 만성 스트레스 원(chronic stressors), 환경적 스트레스 원(ambient stressors)을 포함한다(Pearlin, 1989). 특히, 급성 스트레스 원은 단기적으로 개인에게 부정적인 영향을 주는 반면, 만성 스트레스 원은 스트레스 상황이 장기적으로 지속되어 개인의 심리 사회적 안녕을 위협한다(Kessler & McLeod, 1984). 한편, 환경적 스트레스 원은 지역 사회에 함께 거주하는 이웃들, 직장 환경, 경기 침체와 같은 사회적 환경이 개인에게 부정적인 영향을 준다(Giusto & Van Willigen, 2003). 다음으로 중재 요인(mediators)은 스트레스 환경에서 개인이 행동적, 인지적으로 대처하기 위해 사용하는 전략으로 스트레스 원과

스트레스 결과에 영향을 줄 수 있다. 이는 숙달 정도, 자아존중감, 사회적 지지와 같은 자원을 의미한다(Giusto & Van Willigen, 2003; Pearlin, 1999). 다음으로 스트레스 결과(outcome)는 스트레스 사건으로 인하여 파생되는 부정적 결과로 신체적 건강 악화, 불안 심화, 우울증, 삶의 만족도 저하를 포함하며, 해당 모델에서 주로 언급되고 있는 스트레스 결과는 우울이다(Pearlin, L. I., Menaghan, E. G., Lieberman, M. A., & Mullan, J. T., 1981; Pearlin, 1989). 따라서 스트레스 과정 모델은 스트레스의 요인과 결과 사이의 단순한 관계를 규명하기보다는 스트레스 요인이 어떠한 과정을 통해 결과에 이르는지에 대한 구체적인 과정을 설명하고 있다는 측면에서 매우 유용한 모델이라 할 수 있다(김희정, 2000)(Figure 1).

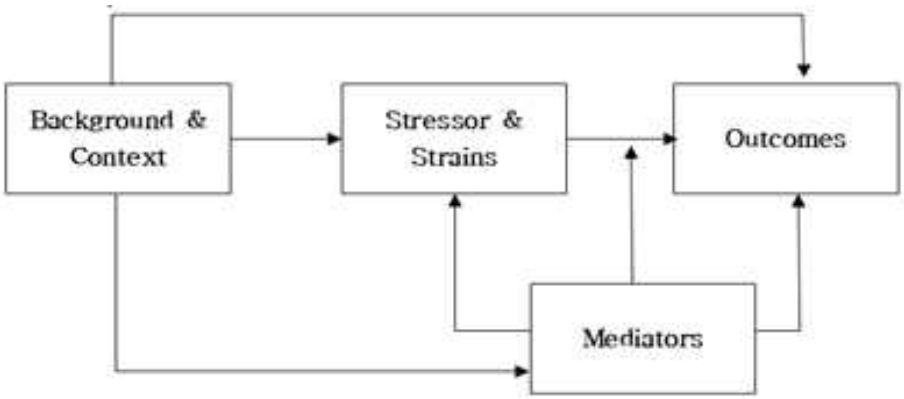

Figure 1. An overview of conceptual model by Pearlin, L.I., Mullan J.T. Semple, S.J(1990)

본 연구에서 상황적 혹은 배경 요인(background and context)은 여군 본인, 가족의 인구 사회학적 특성으로 나타냈다. 다음으로 스트레스 요인(stressor & strains)은 매우 다양하지만, 군 조직의 특수한 환경 내에서의 미취학 자녀 양육 시 양육 스트레스를 스트레스 원으로 다루었다. 다음으로 중재 요인(mediator)은 미취학 자녀 양육 스트레스에 대한 대처 전략인 사회적 지지로 다루었다. 특히 취업모의 경우, 가정 및 직장 생활을 영위하기 위한 가족과 직장의 지지 모두 중요하므로(이운경, 2021; Armstrong, Birnie-Lefcovitch, & Ungar, 2005; Solmeyer & Feinberg, 2011), 본 연구는 미취학 자녀 양육 시 사회적 지지로 배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원으로 나타냈다. 다음으로 스트레스 결과(outcome)는 여군의 우울과 불안으로 나타냈으며, 이를 통해 여군의 정신건강을 보고자 한다. 따라서 본 연구는 스트레스 과정 모델에 입각해 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 상관성을 확인하고자 한다. 본 연구의 개념적 틀은 다음과 같다(Figure 2).

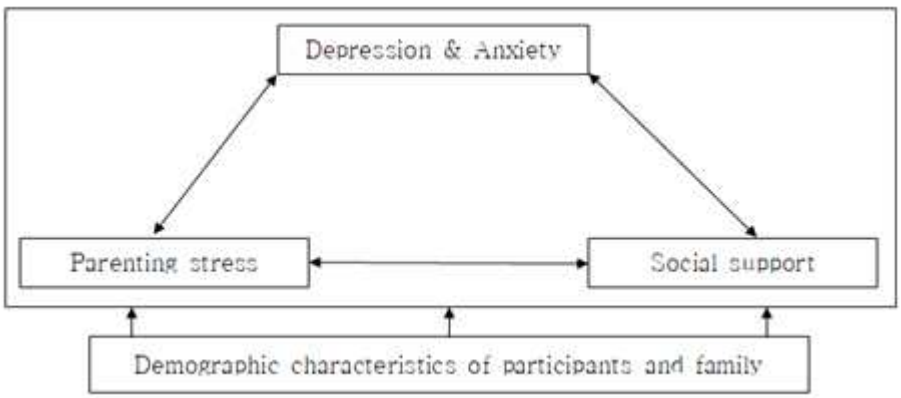

Figure 2. Conceptual framework of this study

Ⅳ. 연 구 방 법

1. 연구 설계

본 연구는 미취학 자녀 양육 시 여군들의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 살펴보고, 이들 간의 상관관계를 확인하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구 대상

본 연구는 우리나라 육, 해, 공군에서 근무하고 있는 기혼 여군 중 미취학 자녀를 둔 여군을 표적 모집단으로 설정하고, 이들 중 연구 목적을 이해하고, 자발적으로 연구 참여에 동의한 자를 대상으로 하였다. 또한, 전, 후방 지역에 근무하고 있는 육, 해, 공 여군들을 편의표본 추출 방법을 사용하여 군(軍) 별, 특성 별로 다양한 대상을 모집하였다. 연구 참여자는 국방부 양성평등 정책과에서 운영 중인 기혼 여군 온라인 커뮤니티 게시판을 통해 모집되었다.

1) 선정 기준

(1) 2021년 기준 군 복무 기간이 1년 이상이며, 미취학 자녀를 둔 여군

(2) 현재 자녀와 함께 거주 중인 여군

(3) 연구 목적을 이해하고, 자발적으로 참여하기를 동의한 여군

2) 제외 기준

(1) 임신 전부터 정신건강의학과에서 우울이나 불안 관련 질환을 진단받고, 치료 중인 여군

(2) 우울 및 불안 관련 질환 외 다른 정신과 병력으로 약을 복용 중인 여군

(3) 입대 후 출산하지 않고, 입대 전 모든 출산을 시행한 여군

3) 대상자 수 산출

본 연구는 통계적 검정력 분석 G*power 3.1프로그램을 이용하여 통계적 검정법에 따라 대상자 수를 산출하였다. 상관관계 분석에 필요한 적정 표본 수는 양측 검정, 효과 크기.25, 유의수준.05, power.9로 산출하면 총 164명으로 탈락률 20%를 고려하여 총 197명의 유효 대상자를 목표로 하였다. 여성의 양육 스트레스에 관한 선행 연구들에 의하면, 결혼 이주 여성(김혜경, & 이은희, 2014), 미숙아 어머니(김정임, 2018), 유아기 자녀를 둔 여성을 대상으로 한 양육 스트레스(김지형, 2020), 코로나19 이후 여성의 양육 스트레스 연구(배은정, 2021) 모두 중간 효과(.25)를 보였다. 따라서 위 선행 연구에 근거하여 중간 효과 크기(.25)로 하였다.

육, 해, 공 여군을 대상으로 한 임신 및 출산 관련 선행 연구에서는 육, 해, 공 여군 구성 비율을 7:1:2로 보았으며(권조은, 2019; 김윤미, 2011),

국방개혁에 관한 법률 시행령에 의한 2020년 여군 구성 비율은 육군은 74.2%, 해군 12.8%, 공군 13.0%이다. 따라서 육, 해, 공 여군 구성 비율(7.4:1.2:1.3)을 근거로 하여 육군 146명, 해군 25명, 공군 26명을 유효 대상자로 선정하였다. 총 197명이 설문 응답에 참여하였고, 연구 대상자 선별 질문과 불성실한 응답으로 탈락한 27명을 제외하면 육군 128명, 해군 21명, 공군 21명으로 총 170명의 응답을 최종 분석에 사용하였으며, 탈락률은 13.7%로 통계적 분석 요건을 충족하였다.

3. 연구 도구

본 연구는 총 100문항으로 구조화된 자가 보고 설문지를 사용하였다. 설문 내용은 양육 스트레스, 사회적 지지(배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원) 및 정신건강(우울 및 불안)과 인구 사회학적 특성으로 구성하였다. 본 연구에서 사용한 도구는 원 도구 개발 저자와 번안자로부터 모두 사용 승인을 받았다. 도구의 적절성과 설문 소요 시간을 알아보기 위하여 미취학 자녀를 둔 기혼 여군 5명을 직급으로 구분하여 예비조사를 하였으며, 의료 서비스 문항 중 모호한 선택지 일부분을 수정, 보완하였다.

1) 양육 스트레스

본 연구는 양육 스트레스를 측정하기 위해 Crinic 등(1995)의 PDH(Parenting Daily Hassles), Abdin 등(1990)의 PSI(Parenting Stress Index)에서 parental distress 요인 그리고 Mann 등(1987)의 MGS(Maternal Guilt Scale)를 Kim & Kang(1997)이 한국의 사회 문화적인 배경에 맞게 번안 및 수정한 도구를 사용하였다. 양육 스트레스에 관한 문항은 총 32문항으로, 일상적 스트레스(12문항), 부모 역할 부담감(12문항), 자녀 양육을 타인에게 부탁해야 하는 것에 대한 죄책감(8문항)으로 구성하였다. 해당 도구는 취업모를 대상으로 한 일상적 스트레스, 부모 역할 수행에 따른 심리적 부담감 그리고 자녀 양육을 타인에게 부탁해야 하는 것에 대한 죄책감을 통합적으로 측정한다(강은미 & 김순규, 2011). 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 양육 스트레스가 높은 것을 의미한다. 해당 측정 도구 개발 당시 Cronbach’s α 는 .87 이었으며(Abdin, 1990),

Kim & Kang(1997)의 연구에서 Cronbach’s α 는 .88이었다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .94이다.

2) 사회적 지지

(1) 배우자 및 주위 사람들의 지지

본 연구는 자녀 양육에 대한 배우자의 지지 정도를 측정하기 위해 Abdin(1990)이 개발한 Parenting Alliance Inventory(PAI)를 신숙재(1998)가 수정, 보완한 도구를 사용하였다. 본 척도는 13문항, 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 배우자의 자녀 양육에 대한 지지가 높은 것을 의미한다. 신숙재(1998)의 연구에서 Cronbach’s α는 .85이었으며, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .93이다.

본 연구는 자녀 양육에 대한 주위 사람의 지지 정도를 측정하기 위해 박지원(1986)이 개발하고, 신숙재(1998)가 수정, 보완한 도구를 사용하였다. 본 척도는 12문항, 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 주위 사람들의 자녀 양육에 대한 지지가 높은 것을 의미한다. 개발 당시 Cronbach’s α는 .97이었으며(1986), 신숙재(1998)의 연구에서 Cronbach’s α는 .85이었다. 본 연구에서 Cronbach’s α는 .93이다.

(2) 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원

본 연구는 자녀 양육에 대한 복지 제도 이용 및 군의 지원 정도를 측정하기 위해 서민교(2007)의 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원에 대한 도구를 수정, 보완하여 사용하였다. 본 척도는 진위형 9문항으로 ‘출산휴가, 육아 휴직 및 당직 면제제도 이용 여부, 이용 기간 적정성, 제도 이용 중 부대와 동료에 대한 심리적 불편감, 지역 내 보육 시설 이용, 군 부대 내 보육 시설 필요성’ 등으로 구성하였다. 해당 도구의 척도는

‘네’가 1점, ‘아니오’를 0점으로 하여 총 점수를 더하며, 점수가 높을수록 복지 제도에 대한 이용 및 군의 지원이 높은 것을 의미한다. 이 도구의 1-2, 1-3, 3-2, 3-3, 5-2, 5-3번 문항은 역 환산하여 분석하였다.

한편, 자녀 양육에 대한 의료 서비스 이용 및 군의 지원 정도를 측정하기 위해 본 척도는 진위형 4문항으로 ‘군 병원 접근 용이성, 자녀(혹은 본인)의 군 병원 진료 이용 여부, 자녀(혹은 본인)의 군 병원 진료를 통해 도움을 받은 정도’에 대한 문항 등으로 구성하였다. 해당 도구의 척도는 ‘네’가 1점, ‘아니오’를 0점으로 하여 총 점수를 더하며, 점수가 높을수록 자녀 양육에 대한 군 의료 서비스 이용 및 지원 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원에 대한 Cronbach’s α는 .63이다.

3) 정신건강(우울, 불안)

(1) 우울

본 연구는 우울을 측정하기 위해 National Institutes of Health(NIH)에서 개발한 Patient Reported Outcome Measurement Information System - Short Form(PROMIS-SF)을 Choi, Ko, & Kim (2017)이 번안한 PROMIS 한국어판(K-PROMIS)의 우울 도구를 사용하였다. 본 척도는 총 8문항, 5점 Likert 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 우울이 심한 것을 의미한다. 우울 집단 선별을 위한 절단점으로 평균 T-score 50점, 표준편차 10점을 기준으로 하여, 55점 미만이면 정상, 55~60점 미만인 경우 경미한 우울, 60~70점 미만인 경우 중등도 우울, 70점 이상이면 심각한 우울로 분류하였다(Choi, Ko, & Kim, 2017). 개발 당시 Cronbach’s α는 .92이었으며, 한국어로 번안한 K-PROMIS에서

Cronbach’s α는 .93이었다(Choi, Ko, & Kim, 2017). 본 연구에서 Cronbach’s α는 .96이다.

(2) 불안

본 연구는 불안을 측정하기 위해 National Institutes of Health(NIH)에서 개발한 Patient Reported Outcome Measurement Information System – Short Form (PROMIS-SF)을 Choi, Ko, & Kim (2017)이 번안한 PROMIS 한국어판(K-PROMIS)의 불안 도구를 사용하였다. 본 척도는 총 8문항, 5점 Likert 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 불안이 심한 것을 의미한다. 불안 집단 선별을 위한 절단점으로 평균 T-score 50점, 표준편차 10점을 기준으로 하여, 55점 미만이면 정상, 55~60점 미만인 경우 경미한 불안, 60~70점 미만인 경우 중등도 불안, 70점 이상이면 심각한 불안으로 분류하였다(Choi, Ko, & Kim, 2017). 개발 당시 Cronbach’s α는 .89였으며, 한국어로 번안한 K-PROMIS에서 Cronbach’s α는 .92이었다(Choi, Ko, & Kim, 2017). 본 연구에서 Cronbach’s α는 .96이다.

4) 인구 사회학적 특성

본 연구는 여군의 인구 사회학적 특성을 살펴보기 위해 서민교(2007), 민혜영, & 정금희(2015)와 김혜원(2018)의 선행 연구를 바탕으로 여군 본인과 여군 가족 관련 총 14문항으로 구성했다. 여군 본인과 관련된 내용으로는 나이, 교육 수준, 소속 군, 계급, 근무 부대, 복무 형태, 복무 기간, 종교 등으로 구성했으며, 여군 가족과 관련된 내용으로는 결혼 상태, 가족 동거 형태, 배우자 직업, 자녀 수와 자녀 나이, 양육 조력자, 양육시설 지출 비용으로 구성했다.

4. 자료 수집 방법

본 연구는 국군의무사령부 연구윤리심의위원회(IRB)의 승인(AFMC-202106-HR-037-02)후 2021년 6월 16일부터 8월 16일까지 자료 수집을 진행하였다. 자료 수집을 위해 연구자가 대상자를 직접 만나 연구에 대해 설명해야 하나, 부대를 직접 방문하여 다수의 인원을 모집하고, 설문 작성을 시행하기에는 부적절한 상황(코로나바이러스 감염증)임을 고려하여 온라인 설문조사(Google Survey)를 시행하였다. 제도 발전담당관의 허가를 득한 후 국방부 양성평등 정책과에서 운영 중인 여군 전용 온라인 커뮤니티 포털사이트에 연구 공고문과 설문 접속 링크를 게시하였으며, 연구 참여자 동의를 얻은 후 연구를 진행하였다. 연구 공고문 내 연구 목적과 방법, 연구 참여 조건, 연구의 이익과 위험, 연구 참여 중 중단 가능, 연구 대상자의 익명성 보장 등에 대한 설명을 포함하였으며, 의문점이 있을 시 연구자에게 직접 연락하도록 안내하였다.

연구 대상자 선정 기준에 부합하고, 연구 목적과 방법에 자발적으로 동의한 인원들이 설문 링크에 접속하여 온라인 설문에 참여하였다. 즉, 연구 참여자들이 대상자 선정 기준에 부합하는지 확인하기 위해 온라인 조사 첫 화면에 '연구 대상자 선정 기준과 제외 기준'에 대한 질문들을 제시하였다. 대상자 선별 질문에 부합하는 경우 설문을 계속 진행하도록 하고, 이는 연구에 대한 자발적 참여로 간주하였다. 설문 응답에 소요되는 시간은 약 15~20분 정도로 연구 참여를 완료한 참여자에게는 설문 종료 후 1주일 이내에 5,000원 상당의 모바일 기프티콘을 제공하였다. 설문에 대한 답례품 지급 목적으로 수집된 휴대 전화 정보는 기프티콘 지급 후 즉시 폐기되었다.

5. 자료 분석 방법

수집된 자료는 IBM SPSS statistics 28.0 프로그램을 이용하여 분석되었으며, 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

1) 연구 참여자의 인구 사회학적 특성은 기술 통계 및 빈도 분석을 통해 빈도, 백분율, 평균, 표준편차를 산출하였다.
2) 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강은 평균과 표준편차를 산출하여 분석하였다.
3) 여군의 인구 사회학적 특성에 따른 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강은 t-test와 일원 분산분석(one way ANOVA)을 이용하여 분석하였고, 사후 검정은 Scheffe test를 사용하여 분석하였다.
4) 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 관계 Pearson's Correlation Coefficient 값을 이용하여 분석하였다.
5) 측정 도구의 신뢰도는 Cronbach's α 계수를 산출하여 확인하였다.
6) 모든 통계의 유의 수준은 양측 검정에서 $p<.05$로 하였다.

6. 윤리적 고려

연구 공고문 내 연구 목적과 의의를 설명하여 이를 이해하고, 자발적 참여에 동의하는 여군을 대상으로 연구를 시행하였다. 연구 참여 중 언제라도 자유로이 철회할 수 있으며, 이에 따른 불이익은 전혀 없다는 내용을 안내하는 등 윤리적인 측면을 고려하였다. 수집된 자료들은 다른 연구 목적으로 사용하거나, 다른 연구자에게 제공하지 않으며, 연구 관련 모든 자료는 연구자만이 아는 비밀번호가 설정된 컴퓨터에 비밀번호가 설정된 파일에 저장하여 보완을 유지하였다. 수집된 설문 자료는 3년간 보관하고, 코딩 자료는 연구 결과 보고 및 발표 후 완전히 폐기될 예정이다.

Ⅴ. 연 구 결 과

1. 연구 대상자의 특성

연구 대상자의 일반적 특성은 Table 1과 같다. 먼저, 연구 대상자 본인과 관련된 일반적 특성의 경우, 연령에서는 만 30~34세가 86명(50.6%)으로 가장 많았으며 대부분 기혼이었다(168명, 98.8%). 소속 군(軍)에서 육군 128명(75.2%), 해군 21명(12.4%), 공군 21명(12.4%) 순이었고, 계급 분포에서 장교 계급(61.2%)이 부사관 계급(38.8%)보다 많았으며, 장교 계급 중 대위가 72명(42.4%), 부사관 중 하, 중사가 44명(25.9%)으로 가장 많았다. 복무 형태에서 대부분 장기 복무 중인 것으로 나타났으며(138명, 81.2%), 군 복무 기간은 5~10년 이하로 복무한 인원이 74명(43.5%)으로 가장 많았다.

다음으로 연구 대상자 가족에 대한 일반적 특성의 경우, 배우자 직업은 군인이 가장 많았으며(103명, 60.6%), 비(非) 군인인 경우는 대부분 사무직이었으나(60명, 35.3%), 자영업, 노무자, 무직도 소수 포함되었다(7명, 4.1%). 가족 동거 형태는 부부와 자녀가 함께 거주한 경우가 가장 많았으며(115명, 67.6%), 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수는 평균 18.16일(SD=12.11)로 나타났다. 대리 양육자로 보육 시설이 가장 많았으며(84명, 49.4%), 자녀 수는 1명이 가장 많았다(85명, 50.0%). 자녀 돌봄 지출 여부는 응답자 절반 이상이 자녀 돌봄을 위해 별도 비용을 지출하고 있는 것으로 나타났으며(110명, 64.7%), 이 중 자녀 1인당 월 평균 돌봄 지출 비용은 20만 원 이하인 경우가 52명(47.3%)으로 가장 많았다.

Table 1. Demographic characteristics of participants

(N=170)

Characteristics	Categories	n(%)
Age(years)	≤29	36(21.2)
	30~34	86(50.6)
	≧35	48(28.2)
Level of education	High school	4(2.4)
	Junior college	21(12.3)
	University	110(64.7)
	Graduate school or higher	35(20.6)
Marital status	Married	168(98.8)
	Divorced	2(1.2)
Affiliation	Army	128(75.2)
	Navy & Marine	21(12.4)
	Air force	21(12.4)
Rank	Staff sergeant & Sergeant 1st class	44(25.9)
	Master sergeant or higher	22(12.9)
	First & Second Lieutenant	15(8.8)
	Captain	72(42.4)
	Major or higher	17(10.0)
Current workplace	Policy unit	18(10.6)
	Education unit	28(16.5)
	Combat unit	45(26.5)
	Combat support unit	33(19.4)
	Combat service support unit	46(27.0)
Service type	Short-term service	15(8.8)
	Extended-term service	17(10.0)
	Long-term service	138(81.2)
Period of service (years)	≤3	14(8.2)
	>3 and ≤5	26(15.3)
	>5 and ≤10	74(43.5)
	>10	56(33.0)

(N=170)

Characteristics	Categories	n(%)
Religion	Christian	50(29.4)
	Buddhism	16(9.4)
	Catholic	22(13.0)
	Atheism	82(48.2)
Husband’s job	Soldier	103(60.6)
	Civilian	67(39.4)
Family residence	Couple and child	115(67.6)
	Lone parent and child	31(18.2)
	Couple, child and grandparents	21(12.4)
	Lone parent, child and grandparents	3(1.8)
Number of days stayed with husband in one month	0	35(20.6)
	1~10	13(7.6)
	11~19	25(14.7)
	20~30	97(57.1)
	M±SD	18.16±12.11
Surrogate caregiver	Childcare facility	84(49.4)
	Grandparents	64(37.6)
	Husband	11(6.5)
	Others	11(6.5)
Number of child	1	85(50.0)
	2	68(40.0)
	3	17(10.0)
Average age of child	1~2	37(21.8)
	3~4	59(34.7)
	5~6	42(24.7)
	≧7	32(18.8)
	M±SD	4.15±1.97
Whether to spend for child support	Yes	110(64.7)
	No	60(35.3)
Average child support expenses per child(won) (n=110)	≤200,000	52(47.3)
	>200,000 and <400,000	34(30.9)
	≧400,000	24(21.8)

2. 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강

여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강은 Table 2와 같다.

Table 2. Parenting stress, social support and mental health level

(N=170)

Variables	Mean±SD (Range)
Parenting stress	3.24±0.70(1.56~5.00)
Support from spouse	3.73±0.73(1.00~5.00)
Support from surrounding people	3.67±0.83(1.00~5.00)
Military support related to welfare system and medical service	9.49±3.66(0.00~22.00)
Depression	51.72±9.84(38.2~81.1)
Anxiety	51.82±11.95(37.1~82.8)

1) 양육 스트레스

양육 스트레스 전체 평균은 3.24(SD=0.70)점으로 나타났다. 하위 영역을 살펴보면, 자녀 양육으로 인한 일상적 스트레스가 3.71(SD=0.64)점으로 가장 높았고, 다음으로 부모 역할 부담감은 3.05(SD=0.89)점, 자녀 양육을 타인에게 부탁해야 하는 것에 대한 죄책감은 2.81(SD=0.92)점 순으로 나타났다. 자녀 양육으로 인한 일상적 스트레스가 전체 평균보다 높았고, 부모 역할 부담감 및 자녀 양육을 타인에게 부탁해야 하는 것에 대한 죄책감은 전체 평균보다 낮게 나타났다.

2) 사회적 지지

(1) 배우자 및 주위 사람들의 지지

배우자의 지지는 평균 3.73(SD=0.73)점, 주위 사람들의 지지는 평균 3.67(SD=0.83)점으로 나타났다. 배우자 지지는 배우자 및 주위 사람들의 지지 전체 평균인 3.70(SD=0.69)점보다 높았으나, 주위 사람들의 지지는 전체 평균보다 낮게 나타났다.

(2) 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원

복지 제도에 대한 이용 및 군의 지원은 Table 3과 같다. 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원은 총점 9.49(SD=3.66)점으로 나타났다.

Table 3. Military support and utilization related to the welfare system

(N=170)

Characteristics	Categories	n(%)	Mean±SD
Maternity Leave	Person who took maternity leave	155(91.2)	2.7±0.90
	Person satisfied with maternity leave benefits	52(30.6)	
	Felt guilty for taking maternity leave (n=155)	66(42.6)	
	Worried about task related to affiliated unit during maternity leave (n=155)	58(37.4)	
Parental Leave	Person who took parental leave	97(57.1)	15.5±9.9
	Person satisfied with parental leave benefits	64(37.6)	
	Felt guilty for taking parental leave (n=97)	44(45.4)	
	Worried about task related to affiliated unit during parental leave (n=97)	49(50.5)	
Duty Exemption	Person who used duty exemption system	90(52.9)	2.2±1.98
	Felt guilty for using duty exemption system (n=90)	30(33.3)	
	Worried about task related to affiliated unit during duty exemption	48(53.3)	
Childcare facility	Person who used the childcare facility	138(81.2)	33.3±33.9
	Received government support for childcare and education expenses	133(78.2)	37.2±18.3
	Found childcare facility helpful	165(97.1)	
	Need more childcare facilities in military bases	155(91.2)	

분석 결과, 첫째, 출산 휴가 제도 이용과 관련하여 대부분이 출산 휴가 제도를 이용하였으며(155명, 91.2%), 평균 기간은 2.7개월(SD=0.90)이었다. 출산 휴가에 대한 의견으로는 52명(30.6%)이 출산 휴가 기간이 충분하다고 응답했고, 66명(42.6%)이 출산 휴가로 인하여 동료, 상사에게 폐를 끼치는 것 같다고 응답했으며, 58명(37.4%)이 출산 휴가 중 부대 걱정을 하는 것으로 나타났다.

둘째, 육아 휴직 제도 이용과 관련하여 응답자 절반 이상이 육아 휴직 제도를 이용하였으며(97명, 57.1%), 평균 기간은 15.5개월(SD=9.9)이었다. 육아 휴직에 대한 의견으로 64명(37.6%)이 육아 휴직 기간이 충분하다고 응답했고, 44명(45.4%)이 육아 휴직으로 인하여 동료, 상사에게 폐를 끼치는 것 같다고 응답했으며, 49명(50.5%)이 육아 휴직 중 부대 걱정을 하는 것으로 나타났다.

셋째, 당직 면제 제도 이용과 관련하여 응답자 절반 정도가 당직 면제 제도를 이용하였으며(90명, 52.9%), 평균 기간은 월 평균 2.2일(SD=1.98)이었다. 당직 면제 제도에 대한 의견으로 30명(33.3%)이 당직 면제 제도로 인하여 동료, 상사에게 폐를 끼치는 것 같다고 응답했고, 48명(53.3%)이 당직 면제 기간 중 부대 걱정을 하는 것으로 나타났다.

넷째, 보육 시설 이용과 관련하여 대부분 인원이 보육 시설을 이용하였으며(138명, 81.2%), 정부로부터 육아 비용을 지원받았다(133명, 78.2%). 보육 시설 이용 비용은 월 평균 33.3만 원(SD=33.9)이며, 정부의 육아 지원비는 월 평균 37.2만 원(SD=18.3)이었다. 보육 시설에 대한 의견으로 응답자 대부분이 보육 시설은 자녀에게 도움이 된다고 응답하였으며(165명, 97.1%), 부대 내 보육 시설 설치가 필요하다고 응답하였다(155명, 91.2%).

다음으로 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원은 Table 4와 같다.

Table 4. Military support and utilization for medical services

(N=170)

Characteristics	Categories	n(%)
Military hospital	Easy access to military hospital	69(40.6)
Childcare	Experienced in using a military hospital	22(12.9)
	Helpful for my child (n=22)	19(86.4)
Obstetrics and Gynecology	Experienced in using a military hospital	70(41.2)
	Helpful for myself (n=70)	62(88.6)
Psychiatry	Experienced in using a military hospital	15(8.8)
	Helpful for myself (n=15)	12(80.0)
The reason why my child did not use the military hospital(n=148)	Used private hospital	98(66.2)
	No nearby military hospital	48(32.4)
	Lack of trust in military hospitals	34(23.0)
	Exceeding the scope of military hospital care	26(17.6)
	Difficulty in coordinating work schedules for military hospital use	23(15.5)
	Long waiting time	12(8.1)
	Others	21(14.2)
The reason why I did not use the military hospital obstetrics and gynecology (n=100)	Used private hospital	57(57.0)
	No obstetrics and gynecology in the nearby military hospital	27(27.0)
	Uncomfortable about a surgeon being a male	26(26.0)
	No nearby military hospital	20(20.0)
	Lack of trust in military hospitals	19(19.0)
	Lack of information about obstetrics and gynecology in military hospital	7(7.0)
	Others	19(19.0)
The reason why I did not use the military hospital psychiatry (n=155)	Not applicable as there are no psychiatric symptoms	133(85.8)
	The burden of exposing my identity	22(14.2)
	No nearby military hospital	6(3.9)
	Lack of trust in military hospitals	4(2.6)
	Others	9(5.8)

*Multiple response possible

분석 결과, 첫째, 군 병원 위치 접근성이 낮다고 한 인원은 101명(59.4%)으로 나타났다.

둘째, 자녀 진료 목적으로 대부분 인원이 군 병원을 이용하지 않았으며(148명, 87.1%), 사유는 '민간병원 이용', '근처 군 병원 부재', '군 병원 신뢰 부족' 순으로 나타났다. 반면, 이용한 인원은 22명(12.9%)으로, 이들 대부분은 군 병원 진료가 자녀 진료에 도움이 되었다고 응답하였다(19명, 86.4%).

셋째, 산전, 산후 관리 목적으로 절반 이상의 인원이 군 병원 산부인과를 이용하지 않지 않았으며(100명, 58.8%), 사유는 '민간병원 이용', '근처 군 병원 산부인과 미 개설', '군의관 성별 편중으로 인한 불편함' 순으로 나타났다. 반면, 이용한 인원은 70명(41.2%)으로, 이들 대부분은 군 병원 산부인과가 산전, 산후 관리에 도움이 되었다고 응답하였다(62명, 88.6%).

넷째, 정신과 진료 목적으로 대부분 인원이 군 병원을 이용하지 않았으며(155명, 91.2%), 사유는 '정신과적 증상 없음'을 제외하고, '개인 정보 유출에 대한 염려', '군 병원 신뢰 부족', '근처 군 병원 부재' 순으로 나타났다. 반면, 이용한 인원은 15명(8.8%)으로 이들 대부분은 군 병원 정신과 진료가 도움 되었다고 응답하였다(12명, 80.0%).

3) 정신건강(우울, 불안)

여군의 정신건강(우울, 불안)은 Table 5와 같다.

Table 5. Mental health level of the participants

(N=170)

Characteristics	Categories	n(%)
Depression	Normal (55 <)	98(57.6)
	Mild (≥55 and <60)	27(15.9)
	Moderate (≥60 and <70)	44(25.9)
	Severe (≥70)	1(0.6)
Anxiety	Normal (55 <)	100(58.8)
	Mild (≥55 and <60)	19(11.2)
	Moderate (≥60 and <70)	41(24.1)
	Severe (≥70)	10(5.9)

우울 점수 평균은 51.72점(SD=9.84)이며, 우울 증상 군은 72명(42.4%)으로 확인되었다. 경미한 우울을 가진 대상자는 27명(15.9%), 중등도 우울을 가진 대상자는 44명(25.9%), 심각한 우울을 가진 대상자는 1명(0.6%)이었다. 다음으로, 불안 점수 평균은 51.82점(SD=11.95)으로 불안 증상 군은 70명(41.2%)으로 확인되었다. 경미한 불안을 가진 대상자는 19명(11.2%), 중등도 불안을 가진 대상자는 41명(24.1%), 심각한 불안을 가진 대상자는 10명(5.9%)이었다.

3. 인구사회학적 특성에 따른 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강

대상자의 인구 사회학적 특성에 따른 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강은 Table 6과 같다. 분석 결과 첫째, 양육 스트레스는 소속 군, 계급, 배우자 직업에 따라 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면, 해군의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 육군이 해, 공군보다 유의하게 낮았다(F=15.76, p<.001). 상사 이상 부사관의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 하, 중사인 부사관보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.832, p=.001). 또한, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 여군의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 배우자 직업이 군인인 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.914, p<.05).

둘째, 배우자 및 주위 사람 지지는 나이, 학력, 소속 군, 계급, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수, 자녀 평균 나이, 자녀 돌봄 지출 여부에 따라 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면, 소령 이상 여군의 배우자 및 주위 사람 지지가 가장 높았으며, 특히, 상사 이상 부사관 보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.158, p<.01). 한 달 중 배우자와 20일 이상 거주한 여군의 배우자 및 주위 사람 지지가 가장 높았으며, 10~19일 거주한 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.980, p<.01). 1~2세 자녀를 가진 여군의 배우자 및 주위 사람 지지가 가장 높았으며, 7세 이상보다 유의하게 높게 나타났다(F=4.416, p<.01). 또한, 자녀 돌봄 관련 지출을 하지 않은 여군의 배우자 및 주위 사람 지지가 가장 높았으며, 자녀 돌봄 관련 지출을 하는 여군보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.157, p<.05).

셋째, 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원은 학력, 계급, 복무 형태, 군 복무 기간, 가족 동거 형태, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수, 대리 양육자, 자녀 수에서 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면, 소령 이상인 여군의 경우에서 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 소, 중위 장교는 타 계급보다 통계적으로 유의하게 낮게 나타났다(F=9.906, p<.001). 장기 복무인 여군의 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 단기복무보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.53, p<.05). 배우자와 거주하지 않는 여군의 경우, 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 한 달 중 10~19일 정도 거주한 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=4.122, p<.01). 또한, 세 자녀 가정인 경우, 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 한 자녀 가정보다 두 자녀 이상 가정이 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=14.956, p<.001).

넷째, 우울은 학력, 소속 군, 배우자 직업, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수, 자녀 수에서 유의한 차이가 있었으며, 구체적으로 살펴보면, 해군이 가장 높았으며, 육군이 해군보다 우울 수준이 유의하게 낮았다(F=6.045, p<.01). 또한, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 우울 수준이 가장 높았으며, 배우자 직업이 군인인 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=8.265, p=.005).

다섯째, 불안은 소속 군, 배우자 직업, 대리 양육자, 자녀 수에 따라 유의한 차이가 있었다. 구체적으로 살펴보면, 공군이 가장 높았으며, 육군이 타 군보다 불안 점수가 유의하게 낮았다(F=9.577, p<.001). 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 여군의 불안 수준이 가장 높았으며, 배우자 직업이 군인인 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다(F=12.755, p<.001).

또한, 한 자녀 가정인 여군의 불안 점수가 가장 높았으며, 세 자녀 가정보다 한 자녀 가정인 여군이 통계적으로 유의하게 높게 나타났다($F=5.568$, $p<.01$).

Table 6. Parenting stress, social support and mental health according to demographic characteristics

(N=170)

Variables	Categories	n	Parenting stress			Private support			Public support			Depression			Anxiety		
			Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*
Age	≤ 29[a]	36	3.05±.68	1.561	.213	3.95±.52	3.413	.035*	8.61±3.13	1.800	.168	49.93±8.69	.755	.471	50.84±11.53	.226	.798
	30−34[b]	86	3.26±.77			3.66±.77			9.95±4.07			52.33±10.8			52.35±12.64		
	≥ 35[c]	48	3.32±.59			3.58±.62			9.29±3.17			51.76±9.83			51.42±11.22		
Level of education	High school	4	3.34±.26	1.257	.291	3.47±.46	3.988	.009**	7.75±2.99	2.968	.034*	56.88±5.93	3.354	.016*	56.76±10.34	1.485	.220
	Junior college	21	3.34±.76			3.37±.76			9.48±3.01			52.78±9.90			52.83±11.86		
	University	110	3.28±.73			3.68±.68			9.06±3.72			52.79±9.58			52.58±11.97		
	Graduate school or higher	35	3.04±.57			3.98±.63			11.03±3.56			47.16±9.85			48.24±11.82		
Marital status	Married	168	3.23±.70	.035	.852	3.70±.70	.001	.980	9.51±3.67	.334	.564	51.71±9.89	.037	.849	51.69±11.95	1.671	.198
	Divorced	2	3.33±1.35			3.69±.09			8.00±2.83			53.05±3.18			62.65±7.42		
Affiliation	*Army*[a]	128	3.08±.61	15.76	<.001*** b,c>a	3.78±.64	4.064	.019*	9.52±3.79	.452	.637	50.28±9.54	6.045	.003** b>a	49.63±11.41	9.577	<.001*** b,c>a
	Navy Marine[b]	21	3.73±.86			3.40±.86			9.90±3.08			56.94±10.26			58.24±12.16		
	Air force[c]	21	3.72±.65			3.49±.70			8.86±3.38			54.35±9.40			58.72±10.36		
Rank	Staff sergeant & *sergeant 1st class*[a]	44	2.91±.61	4.832	.001** b>a	3.68±.61	4.158	.003** e>b	9.23±3.70	9.906	<.001*** a,b,d,e>c	50.06±10.38	2.030	.093	49.17±12.06	2.082	.085
	Master sergeant or *higher*[b]	22	3.59±.65			3.23±.80			9.05±3.18			54.28±8.96			54.13±12.41		
	First & Second *Lieutenant*[c]	15	3.47±.61			3.65±.41			4.80±2.65			56.89±5.43			56.28±6.26		
	Cap*tain*[d]	72	3.30±.75			3.79±.73			10.39±3.18			51.44±9.90			52.87±12.51		
	Major or *higher*[e]	17	3.15±.55			4.04±.52			11.06±3.58			49.37±10.9			47.25±10.67		

(N=170)

Variables	Categories	n	Parenting stress			Private support			Public support			Depression			Anxiety		
			Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*
Current workplace	Policy unit	18	3.26±0.73	0.626	.644	3.85±0.51	1.277	.281	8.78±3.99	2.144	.078	53.64±10.74	0.451	.772	55.55±13.03	1.028	.394
	Education unit	28	3.09±0.64			3.65±0.73			8.50±4.31			52.57±10.75			53.87±11.70		
	Combat unit	45	3.28±0.66			3.63±0.63			9.13±3.61			51.53±9.86			49.69±12.57		
	Combat support unit	33	3.35±0.78			3.55±0.85			9.48±3.49			52.12±9.79			51.71±10.83		
	Combat service support unit	46	3.19±0.72			3.84±0.65			10.72±3.02			50.37±9.13			51.26±11.78		
Service type	*Short-term service*[a]	15	2.97±0.63	1.209	.301	3.86±0.77	0.458	.633	7.07±3.28	4.53	.012* c>a	52.13±8.70	0.402	.669	53.77±10.86	.334	.716
	Extended-term service[b]	17	3.27±0.59			3.64±0.70			8.71±3.79			53.68±10.14			52.95±10.34		
	Long-term service[c]	138	3.26±0.72			3.69±0.69			9.85±3.59			51.44±9.95			51.46±12.28		
Period of service (years)	≤ 3[a]	14	3.20±0.80	0.080	.971	3.80±0.71	0.335	.800	7.79±4.15	4.936	.003** d>b	54.11±10.13	1.230	.300	54.86±12.07	1.731	.163
	> 3 and ≤ 5[b]	26	3.19±0.54			3.69±0.67			7.54±4.35			54.25±8.83			55.57±10.82		
	> 5 and ≤ 10[c]	74	3.26±0.77			3.65±0.70			9.93±3.35			50.51±9.96			51.45±11.87		
	> 10[d]	56	3.24±0.67			3.75±0.69			10.23±3.19			51.55±9.97			49.83±12.27		
Religion	Christian	50	3.16±0.70	0.729	.536	3.84±0.71	1.701	.163	9.46±3.70	0.713	.546	50.41±9.89	0.903	.441	51.42±11.34	1.183	.318
	Buddhism	16	3.42±0.66			3.41±0.73			9.88±4.13			53.82±11.25			55.21±13.14		
	Catholic	22	3.15±0.74			3.68±0.79			10.41±3.10			50.18±9.18			48.20±11.77		
	Atheism	82	3.28±0.71			3.68±0.63			9.18±3.69			52.53±9.71			52.37±12.08		
Husband's job	Soldier	103	3.12±0.69	4.914	.028*	3.79±0.62	1.227	.270	9.72±3.32	1.000	.319	49.80±9.94	8.265	.005**	49.36±12.22	12.755	< .001***
	Civilian	67	3.38±0.76			3.63±0.81			9.71±3.30			54.39±9.93			55.79±10.95		

(N=170)

Variables	Categories	n	Parenting stress			Private support			Public support			Depression			Anxiety		
			Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*
Family residence	Couple and child	115	3.20±0.66	0.528	.664	3.72±0.71	0.565	.639	9.00±3.64	2.910	.036*	51.58±9.72	0.056	.983	51.55±11.66	0.496	.685
	Lone parent and child	31	3.23±0.86			3.63±0.63			11.00±3.66			52.21±11.19			53.59±13.29		
	Couple, child and grandparents	21	3.42±0.73			3.63±0.72			9.62±3.38			52.00±9.44			51.49±11.54		
	Lone parent, child and grandparents	3	3.22±0.67			4.13±0.49			11.67±2.08			50.43±4.47			45.87±15.18		
Number of days stayed with husband in one month	0^a	35	3.24±0.83	1.949	.124	3.69±0.62	4.980	.002** d>c	11.06±3.48	4.122	.008** a>c	52.35±10.72	2.736	.045*	53.14±13.27	2.009	.115
	$<10^b$	13	3.20±0.70			3.57±0.80			8.85±2.54			51.59±10.56			51.02±12.10		
	$10\sim19^c$	25	3.54±0.66			3.27±0.49			7.88±4.25			56.45±8.12			56.45±10.90		
	$\geq 20^d$	97	3.16±0.65			3.83±0.70			9.42±3.51			50.30±9.55			50.25±11.49		
Surrogate caregiver	Grand Parents	64	3.34±0.75	1.318	.270	3.61±0.70	0.739	.530	8.36±4.11	3.539	.016*	54.12±9.58	2.383	.071	54.78±12.18	3.651	.014*
	Childcare facility	84	3.14±0.64			3.73±0.65			10.23±3.25			49.95±9.76			48.95±10.95		
	Husband	11	3.16±0.66			3.89±0.89			10.36±3.08			50.12±8.65			51.75±14.40		
	Others	11	3.43±0.91			3.78±0.82			9.55±2.95			52.94±11.14			56.53±11.24		
Number of child	1^a	85	3.25±0.71	0.955	.387	3.68±0.70	0.088	.916	8.08±3.69	14.956	<.001*** b,c>a	53.58±10.04	3.181	.044*	54.75±11.98	5.568	.005** a>c
	2^b	68	3.17±0.70			3.73±0.69			10.75±3.09			49.65±9.45			49.24±11.50		
	3^c	17	3.43±0.69			3.70±0.73			11.47±2.90			50.75±9.05			47.43±10.35		
Average age of children	$1\sim2^a$	37	3.10±0.63	2.526	.059	3.94±0.62	4.416	.005** a>d	8.43±3.38	2.016	.114	49.47±9.08	0.984	.402	50.87±9.85	.244	.865
	$3\sim4^b$	59	3.13±0.75			3.69±0.73			9.34±4.31			51.78±10.65			51.32±13.12		
	$5\sim6^c$	42	3.31±0.61			3.77±0.55			10.38±3.31			52.48±9.65			52.52±12.69		
	$\geq 7^d$	32	3.49±0.75			3.36±0.76			9.81±2.78			53.24±9.32			52.90±11.30		

(N=170)

Variables	Categories	n	Parenting stress			Private support			Public support			Depression			Anxiety		
			Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*	Mean±SD	F or t	*p*
Whether to spend for child support	Yes	110	3.28±0.72	1.414	.236	3.62±0.71	4.157	.043*	9.55±3.21	0.102	.750	51.18±10.07	.945	.332	51.97±12.33	0.054	.816
	No	60	3.15±0.66			3.85±0.63			9.37±4.38			52.72±9.39			51.53±11.32		
Average child support expenses per child (won)	≤ 200,000[a]	52	3.29±0.68	0.132	.877	3.67±0.68	0.240	.787	9.75±3.21	1.627	.201	50.99±9.71	.820	.443	50.85±12.32	1.492	.230
	200,001 ~ 400,000[b]	34	3.33±0.84			3.62±0.71			10.50±3.19			51.35±9.61			49.83±11.62		
	≥ 400,001[c]	24	3.23±0.61			3.55±0.64			8.92±3.65			54.01±10.39			55.12±11.88		

주) 문자 a,b,c,d,e는 Scheffe의 사후 검정 결과임

주) Private support: Support from spouse and surrounding people

Public support: Military support related to welfare system and medical service

4. 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 상관관계

여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강의 상관관계를 알아보기 위하여 피어슨 상관분석을 실시하였다(Table 7). 우울과 불안에 해당되는 정신건강은 모든 변수와 유의미한 상관관계가 있었다. 특히, 우울($r=.631$, $p<.001$) 및 불안($r=.510$, $p<.001$)은 양육 스트레스와 유의한 양(+)의 상관관계를 보였다. 한편, 우울($r=-.611$, $p<.001$) 및 불안($r=-.507$, $p<.001$)은 배우자 및 주위 사람들의 지지와 유의한 음(−)의 상관관계를 보였으며, 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원($r=-.199$, $p<.01$, $r=-.231$, $p<.01$)에서도 유의한 음(−)의 상관관계를 보였다.

Table 7. Correlation between parenting stress, social support and mental health

(N=170)

Variables	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
(1) Parenting stress	1				
(2) Private support	$-.494^{***}$ (< .001)	1			
(3) Public support	$-.156^{*}$ (.041)	$.200^{**}$ (.009)	1		
(4) Depression	$.631^{***}$ (< .001)	$-.611^{***}$ (< .001)	$-.199^{**}$ (.009)	1	
(5) Anxiety	$.510^{***}$ (< .001)	$-.507^{***}$ (< .001)	$-.231^{***}$ (.002)	$.793^{***}$ (< .001)	1

주) Private support: Support from spouse and surrounding people

주) Public support: Military support related to welfare system and medical service

Ⅵ. 논 의

본 연구는 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 이들이 경험하는 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 살펴보고, 각 변수 간의 상관관계를 파악하여 여군의 정신건강 증진을 위한 정신건강 프로그램 개발 및 여군 친화적인 제도 개선에 대한 기초 자료를 마련하고자 한다.

1. 여군의 양육 스트레스

본 연구는 양육 스트레스 5점 만점에 평균 3.24점으로 본 연구와 동일 척도를 사용한 선행 연구들과 비교하였을 때, 기혼 보육교사의 양육 스트레스 평균 2.87점(정희정, 2018), 병원 간호사의 양육 스트레스 평균 3.15점(정이랑 & 이태화, 2020), 미취학 자녀를 가진 여성 소방 공무원의 양육 스트레스 평균 3.16점(채가영 & 백미례, 2015)보다 높게 나타났다. 이를 바탕으로 여군의 양육 스트레스 수준이 타 직종 취업모에 비해 높으며, 이는 잦은 근무지 이동으로 인한 거주 이전, 근무 외 비상 대기, 수시로 있는 야근과 같은 자녀를 양육하기에 불안정한 직업 특성으로 인해 다소 높은 양육 스트레스를 호소한 것으로 보인다. 또한, 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 한 선행 연구(2007)에서 양육 스트레스는 평균 2.49점으로 이전보다 양육 스트레스가 증가하였다. 이는 남성보다 여성에게 가정 내 역할 수행에 대한 책임감을 다소 부여하는 일반적인 사회적 분위기와 더불어 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19)확산으로 보육 시설 축소 운영 및 중단으로 자녀 돌봄 부담 증가, 자녀가 코로나바이러스 감염증(COVID-19)에 감염될 수 있다는 불안감, 자녀의 외부 활동 감소로 인한 사회성 발달 지연 등

코로나바이러스 감염증(COVID-19)으로 변화된 양육 환경에서 기인한 것으로 보인다.

본 연구에서 양육 스트레스는 소속 군, 계급, 배우자 직업에 따라 유의한 차이가 있었다. 먼저, 소속 군에서는 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 한 선행 연구(2007)에서 소속 군에 따라 유의한 차이를 보이지 않은 것과 달리, 본 연구는 해군의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 육군이 해, 공군보다 양육 스트레스가 유의하게 낮게 나타났다. 해군의 경우, 장기간 승선 생활로 인하여 자녀와 장시간 떨어져 양육에 공백이 생길 수 있으며, 근무 간 자녀를 맡길 적당한 보육시설을 찾아야 하는 어려움에서 기인한 것으로 보인다.

계급에서는 상사 이상 부사관의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 하, 중사인 부사관보다 유의하게 높게 나타났다. 군인 계급에 따른 양육 스트레스에 관한 선행 연구가 없어 직접적인 비교가 어려우나, 이는 상사 이상 부사관은 주임원사, 선임 부사관 등 여러 직책 및 장교와 병사 집단 간의 가교 역할 수행으로 하, 중사인 다른 부사관보다 높은 직무 수준을 요구받는 것에서 기인한 것으로 보인다. 즉, 고난도의 직무 수행은 직장과 가정 간의 역할 불균형과 양육 스트레스를 발생시킨 것으로 보인다.

배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 여군의 양육 스트레스가 가장 높았으며, 배우자 직업이 군인인 경우보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다. 이와 달리, 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 한 선행 연구(2007) 및 여군의 주관적 삶의 질에 관한 선행 연구(2015)에서는 배우자 직업에 따른 직장과 가정 간 갈등의 유의한 차이가 없었으나, 본 연구는 군인 부부보다 비(非) 군인 부부인 여군의 양육 스트레스가 높았다. 이는 군인 부부의 경우, 서로의 업무 및 군 특수성에 대한 이해도가 높고, 동일 권역 내 근무하도록 배려해주는 제도적 효과로 인하여 여군의 양육 스트레스 수준이 비

(非) 군인 부부보다 낮다고 생각되나, 해당 제도의 효과에 대한 연구는 전무하기 때문에 제도 시행 후 군인 부부의 양육 스트레스에 대하여 확인할 필요가 있다. 한편, 비(非) 군인 부부의 경우, 현 제도상 군인 부부에 비해 부부간 서로의 근무지 거리가 덜 고려되는 실정으로 인해 배우자와 따로 거주하거나, 근무지와 거주지 간의 장거리 이동으로 군인 부부인 여군보다 양육 스트레스가 더 높은 것으로 생각된다. 따라서 현재 군인 부부로 한정하고 있는 동일 권역 내 근무를 비(非) 군인 부부에게도 확대하는 정책적 지원을 고려해 볼 수 있으며, 이는 비(非) 군인 부부인 여군의 양육 스트레스 감소에 기여할 수 있을 것으로 기대된다.

2. 여군의 사회적 지지

본 연구는 미취학 자녀를 둔 여군의 사회적 지지를 배우자 및 주위 사람들의 지지와 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원으로 나누어 살펴보았다

1) 여군의 배우자 및 주위 사람들의 지지

배우자 지지의 경우 5점 만점에 평균 3.73점으로 본 연구와 동일 척도를 사용한 선행 연구들과 비교하였을 때, 미취학 자녀를 가진 여군의 배우자 지지는 평균 3.68점(서민교, 2007), 미취학 자녀를 가진 여성 소방 공무원의 배우자 지지는 평균 3.54점(채가영 & 백미례, 2015), 여성 일반 근로자의 배우자 지지는 평균 3.11점(이지희 & 문혁준, 2005)보다 높게 나타났다. 한편, 주위 사람들의 지지의 경우, 5점 만점에 평균 3.67점으로 본 연구와 동일 척도를 사용한 선행 연구(서민교, 2007)와 비교하였을 때, 미취학 자녀를 가진 여군에 대한 주위 사람들의 지지는 평균 3.49점보다 높게 나타났다. 요약하자면, 선행 연구(2007)보다 배우자와 주위 사람들의 지지가 모두 증가하였으며, 특히, 여군 배우자의 지지는 타 직종 취업모보다 높았다. 이는 군인 부부가 절반 이상(60.6%)으로 업무에 대한 고충을 상호 간 잘 이해하며, 가정에서의 역할을 원만히 조율하는 과정에서 기인한 것으로 보인다.

또한, 본 연구에서 배우자 및 주위 사람들의 지지는 계급, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수, 자녀 평균 나이, 돌봄 지출 여부에 따라 유의한 차이가 있었다. 계급에서는 소령 이상 장교의 배우자 및 주위 사람들의 지지가 가장 높았으며, 특히 상사 이상의 부사관보다 통계적으로 유의하게 높았다. 계급에 따른 배우자 및 주위 사람들의 지지에 관한 선행 연구가 없어 직접적인 비교가 어려우나, 이는 순환 근무 주기가 긴 부사관과 달리 장교

의 경우 지휘능력 함양을 위해 2~3년 주기로 전·후방 부대를 순환과 다양한 직책 수행으로 가사 및 양육의 외주화나 조부모의 양육 지원이 가능한 경우가 많기 때문인 것으로 보인다. 또한, 본 연구는 군인을 배우자로 둔 소령 이상 장교 집단은 71%, 상사 이상 부사관 집단은 59%로 이러한 비율은 장교의 잦은 보직 순환 및 특수한 환경의 업무를 원활히 이해해 줄 수 있는 비슷한 직업의 배우자 선택에서 기인한 것으로 보인다.

한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수에서는 20일 이상 거주한 경우가 10~19일 거주한 경우보다 배우자의 지지가 통계적으로 유의하게 높게 나타났다. 이는 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수가 많을수록 배우자의 가사 분담률 및 자녀 양육 참여가 증가한다고 추측할 수 있으나, 배우자의 지지는 배우자와의 동거 여부와 관계가 없다는 선행 연구(Han, Y. M, 2002)와 차이가 있다. 또한, 이는 주말 부부처럼 배우자와 함께 거주하는 일수가 적을수록 휴일에 가족을 만나 양육의 공백을 메꾸기 위하여 자녀 양육 과정에 적극적으로 참여한다는 연구(곽인숙, 2008)와도 차이가 있다. 즉, 양육 과정에서 배우자와의 거주 일수에 따라 배우자의 지지를 설명하는 것은 불충분하다(한삼성, 정성화, & 강성욱, 2013). 따라서 배우자의 지지를 살펴볼 때, 양육 분담을 공평하게 해야 한다고 생각하는 배우자의 양육 분담 의식과 그에 따른 실질적인 도움 및 정서적 지지가 얼마나 이루어졌는지를 통하여 이를 확인할 필요가 있다(허성은, 2021; Han, Y. M, 2002).

자녀 평균 나이에서는 평균 1~2세 자녀를 가진 여군의 배우자 및 주위 사람들의 지지가 가장 높았으며, 7세 이상 자녀를 가진 여군보다 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이는 자녀 나이에 따라 배우자 지지와 유의한 차이를 보이지 않은 선행 연구(송미혜, 송연숙, & 김영주, 2007)와 달리 자녀가 어릴수록 관심과 주의를 더 기울여야 하며, 배우자가 자녀 양육 과정에 활발히 참여하게 되는 선행 연구(안수미, 2013)와 일관된다.

자녀 돌봄 지출 여부에서는 자녀 돌봄 관련 지출을 하지 않은 여군의 배우자 및 주위 사람 지지가 가장 높았으며, 자녀 돌봄 관련 지출을 하는 여군보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다. 본 연구에서 자녀 돌봄 지출을 하지 않는 여군 중 조부모나 배우자와 함께 거주한 비율은 80%로 자녀 돌봄에 있어서 보육 시설과 개인 위탁이 아닌 조부모와 배우자의 조력으로 자녀 돌봄 지원을 받고 있음을 알 수 있다. 이는 가족 내 양육 조력자인 조부모나 배우자가 있을 때, 보육 시설 이용이 줄어들고, 보육비 지출이 상대적으로 적은 것과 일관된다(서문희, 임상헌 & 임유경, 2001; 김승용 & 정미경, 2006). 특히, 조부모의 경우, 손자녀의 안정적인 성장과 성인 자녀의 경제적 활동을 지원하며, 세대 간 관계를 통합하는 역할을 한다(정미경, 2005; 정순희, 2005; 김승용 & 정미경, 2006). 즉, 자녀 양육 과정에서 조부모의 역할이 중요하다는 것을 알 수 있다(정순희, 2005).

2) 여군의 복지 제도, 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원

본 연구는 복지 제도에 대한 이용의 경우, 출산 휴가(91.2%), 육아 휴직(57.1%), 당직 면제 제도(52.9%)의 이용률을 보였다. 이는 여군을 대상으로 한 실태조사(국가인권위원회, 2014)에서 나타난 출산 휴가 이용률(92.9%)과 육아 휴직 이용률(52.4%)과 비슷한 수치이며, 여성 근로자 대상으로 한 실태조사(이삼식, 2015)에서 나타난 결과(출산휴가 이용률 74.8%, 육아 휴직 이용률 34.6%)보다 높은 수준이다. 또한, 여군을 대상으로 한 선행 연구(서민교, 2007)에서 나타난 결과(육아 휴직 이용률 13%, 당직 면제제도 이용률 30%)보다 모두 증가하였으며, 이는 모성보호 정책 실시와 최근 군 내 의무적 출산 휴가 및 육아 휴직 사용 권고에서 기인한 것으로 보인다. 그러나 육아 휴직 이용률 자체는 증가하였으나, 육아 휴직을 이용할 때 부대에 대한 걱정과 동료에 대한 미안함을 느끼는 비율

(45.4%)은 출산 휴가 이용 시(42.6%) 보다 더 높게 나타났다. 따라서 상대적으로 휴가 기간이 긴 육아 휴직을 실시할 경우, 업무 공백을 줄이고, 부담감 없이 휴직하도록 업무 대행자를 선발하고, 이들에게 추가 수당을 지급하는 것과 같은 실용적인 방안들을 모색해야 할 필요가 있다. 또한, 당직 면제제도의 경우도 부대 동료에 대한 미안함을 느끼는 비율(33.3%)과 제도 이용 중 부대를 걱정하는 비율(53.3%)은 선행 연구(서민교, 2007)에서 나타난 결과(부대 동료에 대한 미안함 81%, 부대에 대한 걱정 66%)보다 감소하였지만, 여전히 당직 면제 이용률(52.9%)은 절반밖에 되지 않는다. 따라서 복지 제도에 대한 군의 지원의 경우, 여군 인력 확대로 육아 휴직 인원도 지속적으로 증가하고 있으나, 대체 인력 운영이 미흡하다는 것을 알 수 있다. 그러므로 여군 임신 및 양육 과정에서 배려와 보호에 대한 조직 분위기 및 사회적 인식이 충분히 형성되어야 한다.

한편, 정부의 육아 교육비 지원을 받는 인원은 78.2%으로, 미취학 자녀의 육아 교육비를 지원받은 인원이 150명 중 2명(1.3%)에 불과했던 선행 연구(서민교, 2007)에 비해 육아 교육비 지원 이용률이 증가하였다. 이는 영유아 보육 예산의 지속적 증가와 무상보육 실시와 같은 보육 제도의 획기적인 변화에서 기인한 것으로 보인다. 또한, 연구 참여자의 91.2%는 군 부대 내 보육 시설의 설치를 희망하고 있는 것으로 나타났으며, 서민교(2007), 권조은(2019)의 연구와 유사한 결과로 전방 부대나 격오지 근무로 상대적으로 민간 운영 보육 시설과의 접근성 저하에서 기인한 것으로 보인다. 이는 부대 내 어린이집 운영 확대가 필요함을 시사하지만, 부대 내 어린이 집에 대한 수요가 상대적으로 적어 증설이 제한된다면 국, 공립 어린이집을 적극적으로 활용하는 등 다양한 방안을 모색하고, 지원할 필요가 있다.

다음으로 의료 서비스에 대한 이용의 경우, 자녀 건강 문제로 대상자의

대부분(87.1%)이 군 병원을 이용한 적이 없는 것으로 나타났으며, 이는 선행 연구(서민교, 2007)와 유사한 결과이다. 군 병원을 이용하지 않는 이유는 '민간병원 이용','근처 군 병원 부재','군 병원에 대한 신뢰 부족' 순으로 나타났다. 자녀 진료 목적으로 군 병원을 이용한 인원은 소수이지만, 이용 인원 중 대부분(86.4%)이 군 병원 진료가 도움이 되었다고 응답하였다. 즉, 자녀 건강 문제로 인한 군 병원 이용률은 낮으나, 이용한 대부분의 사람에게 군 병원 진료가 도움이 되었던 것으로 나타난 점을 고려할 때 군 보건 의료체계 접근성 강화에 대한 노력이 필요함을 시사한다.

본인 진료 목적으로 군 병원 산부인과를 이용한 적이 없다는 인원은 참여자의 58.8%였으며, 사유는 '민간병원 이용', '근처 군 병원 내 산부인과 미 개설', '군의관 성별 편중으로 인한 불편함' 순으로 나타났다. 한편, 군 병원 정신과를 이용한 적이 없다는 인원은 대상자의 대부분이었으며(91.2%), 군 병원을 이용하지 않는 이유는 정신과적 증상이 없어 진료 해당 사항이 없는 경우를 제외하고, '개인 정보 유출에 대한 염려', '근처 군 병원 부재', '군 병원에 대한 신뢰 부족' 순으로 나타났다. 그러나, 군 병원 산부인과나 정신과를 이용한 인원의 대부분(각각 88.6%, 80.0%)이 군 병원 진료가 도움이 되었다고 응답하였다. 여전히 여군은 군 의료기관보다 민간 의료기관 이용을 더 선호하나, 이용한 대부분의 사람에게 군 병원 진료가 도움이 되었던 것으로 나타난 점을 고려할 때, 군 병원 이용 증대를 위해서는 군 의료 서비스 다양화와 군 의료에 대한 신뢰도 제고가 필요함을 시사한다. 또한, 여군의 군 병원 의료 서비스 접근도 및 선호도 향상은 여군의 건강을 유지하고, 더 나아가 군인의 복지 증진, 전투력 유지에 기여할 것으로 생각된다.

또한, 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원은 계급, 복무형태, 군 복무 기간, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수, 자녀 수에 따라

유의한 차이가 있었다. 계급에서는 소령 이상 장교의 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 소, 중위 장교는 가장 낮은 것으로 나타났다. 소령 이상 장교는 중간관리자급의 간부로서 군 복지 제도 및 의료 서비스 관련 정보 및 접근도가 상대적으로 높고, 직무를 수행하면서 복지 제도 및 의료 서비스를 이용하는데 상대적으로 자율성이 보장되는 반면, 소, 중위 장교는 대부분 20대 초, 중반인 초급 간부로서 짧은 복무 기간으로 다른 계급에 비해 직무 불안정성이 높고, 복지 제도 및 서비스 이용하는데 접근도 및 자율성이 상대적으로 낮은 것으로 보인다.

복무 형태 및 군 복무 기간에서는 장기 복무 여군이 단기 복무 여군보다 유의하게 높았으며, 121개월 이상 복무한 여군이 37~60개월 이하 복무한 인원보다 유의하게 높게 나타났다. 이는 121개월 이상 복무한 인원의 경우, 장기 복무 인원으로서 어느 정도 직업의 안정성을 확보하였기 때문에 복지 제도 및 의료 서비스 관련 접근도가 높은 것을 알 수 있다. 반면, 37~60개월 복무한 경우, 복무 기간이 짧기 때문에 새로운 업무에 적응하는 과정에서 오는 시간적, 심리적 여유 부족으로 인해 군 복지 제도와 의료 서비스에 관한 정보와 접근도가 상대적으로 낮은 것을 알 수 있다.

한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수에서는 배우자와 거주하지 않는 여군의 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 가장 높았으며, 한 달 중 10~19일 정도 거주한 경우보다 통계적으로 유의하게 높았다. 이는 배우자와 거주하지 않는 여군의 경우, 배우자와 함께 거주한 가정보다 홀로 육아하는 것으로 인해 복지 제도 및 의료 서비스에 대한 높은 수요로 군의 지원을 적극 활용한 것으로 생각된다.

자녀 수에서는 한 자녀보다 두 자녀 이상 가정의 복지 제도와 의료 서비스에 대한 이용 및 군의 지원이 유의하게 높았다. 이는 한 자녀보다는 두 자녀 이상 출산한 다자녀 가구의 복지 제도 및 의료 서비스 수요가 높은 것

에서 기인한 것으로 보인다.

3. 여군의 정신건강

1) 여군의 우울

본 연구에서 미취학 자녀를 양육하는 여군 중 72명(42.4%)이 우울군에 해당했다. 그 중 경미한 우울은 27명(15.9%)이며, 중등도 이상 우울을 경험하는 여군은 45명(26.5%)에 달했다. 본 연구와 동일 척도를 사용한 국외 연구로 외과적 치료를 받은 재향 군인의 우울은 평균 49.30점이며(Hadlandsmyth, K., Dindo, L. N., St. Marie, B. J., Wajid, R., Embree, J. L., Noiseux, N. O. & Rakel, B. A., 2020), 국내 연구로 소방 공무원의 우울은 평균 42.54점(전예슬, 2018), 국내 항공사에 근무하는 외국인 조종사 우울은 평균 45.19점(정은지, 2018)이다. 즉, 선행 연구들의 직군보다 여군 평균 우울 점수(51.72점)가 더 높게 나타났다. 이는 타 직종에 비해 사회 환경적 자원이 부족한 지역 내 군 부대 환경은 자녀 양육 및 교육 문제에 대한 어려움을 가중시킨다(이뿐새 & 서종건, 2021). 이러한 군인의 불안정한 양육 환경은 우울과 자살사고 증가와 연관성이 있다는 선행연구(Angrist, J. D., & Johnson IV, J. H, 2000)와 일관된다. 그러나 선행연구의 대상자인 재향 군인, 소방 공무원, 외국인 조종사는 대부분 남성인 반면, 본 연구 참여자는 여성으로, 여성에게서 우울 빈도가 더 높다는 연구 결과들을 참고하여 성별에 따라 우울증 유병률 및 특성에 대한 고려가 필요하다. 한편, 대한민국 여군의 건강 실태를 조사한 연구(2015; 2018)에서는 우울 군은 각각 185명(8.9%)과 29명(4.9%)으로 나타났으며, 2018년 여군 우울 점수는 3점 만점에 평균 0.18점으로 나타났다. 즉, 선행 연구(2018) 대비 본 연구에서 여군 우울 수준이 증가하였음을 알 수 있다. 이

는 최근 장기화된 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 상황은 자녀 양육을 포함한 일상생활 전반에 심각한 불안정성을 유발하여 여군의 우울 수준이 증가한 것으로 보인다. 군 조직 내 여군의 우울은 집중력, 주의력, 직무 몰입도 저하를 유발하여 조직 차원의 부정적인 결과를 초래할 수 있다(홍성휘, 2021). 따라서 여군의 양육 환경 개선과 우울을 완화시킬 수 있는 정신건강 프로그램 개발이 필요하며, 추후 반복 연구를 통해 여군 우울에 영향을 미치는 요인들을 확인하고, 관계성을 명확하게 확인할 필요가 있다.

본 연구에서 우울은 소속 군, 배우자 직업에 따라 유의한 차이가 있었다. 소속 군에서는 해군의 우울 수준이 가장 높은 것으로 나타났으며, 육군이 타 군보다 유의하게 낮게 나타났다. 본 연구에서 해군의 양육 스트레스가 가장 높은 것과 일관된 결과이며, 대한민국 여군의 건강실태 조사(2015)에서 해병대 소속 여군의 우울이 타 군보다 가장 높은 것과 일치한다. 이는 해병대를 포함한 해군 소속 여군의 삶에 대한 만족도가 타 군보다 낮고, 자살 사고가 높다는 선행 연구(2015)와 연관된 결과임을 알 수 있다. 이처럼 군인의 우울은 자살 사고와 뚜렷한 양적 상관관계이며, 낮은 삶의 만족도를 초래한다(박일 & 고영건, 2012; 이아영, 이해우, 조선진, 임현우, 장세보, & 박종익, 2018). 즉, 해군 내 낮은 여성 인력 구성 비율, 외부와 장기간 단절된 근무 환경, 고위험 임무 수행, 밀폐되고 협소한 공간과 기계 소음과 같은 특수한 근무 여건으로 인하여 우울 수준이 높은 것으로 보인다. 따라서 해군 소속 여군에 대한 정신건강에 대한 체계적인 실태조사와 심층적인 연구가 필요하며, 이들의 정신건강을 증진시킬 수 있는 전략적 접근이 필요하다.

배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 배우자 직업이 군인인 경우보다 여군의 우울 수준이 유의하게 높게 나타났다. 즉, 군인 부부의 경우, 동일 직종 종사로 특수한 근무 환경의 직업적 이해도가 높으며, 이를 수용하는 태

도를 보이기 때문이라고 추측할 수 있다(이뿐새 & 서종건, 2021). 한편, 군 특성상 주기적인 근무지 이동으로 인한 자녀 양육의 불편함을 줄이기 위하여, 군은 군인 부부가 동일 권역 내 근무 하도록 배려 해 주는 '상시동일 근무' 제도로 동거권을 보장하고 있다(박지수, 2018; 이민수, 2018). 군인 부부인 여군의 우울 수준이 유의하게 낮은 것은 군인 부부에 대한 제도 활용 효과로 추측되나, 해당 제도에 대한 효과성을 확인하기 위하여 제도 시행 후 군인 부부의 삶의 질 및 정신건강에 대하여 확인할 필요가 있다. 한편, 비(非) 군인 부부의 경우, 신혼부부에 한해 배우자의 직장과 가까운 근무지로 1회 이동이 가능한 것 외에는 동거권을 보장받을 수 있는 제도가 없다(권조은, 김광숙, 박정옥, & 김수, 2019). 따라서 미취학 자녀를 직접 양육하는 비(非) 군인 부부도 취학 전 양육 시기 동안에는 거주지 변경 없이 동일 부대에서 지속 근무하거나, 동일 권역 내 근무지를 이동하도록 하는 제도를 고려해 볼 수 있다.

2) 여군의 불안

본 연구에서 미취학 자녀를 양육하는 여군 중 70명(41.2%)이 불안군에 해당했다. 그 중 경미한 불안은 19명(11.2%)이며, 중등도 이상 불안을 경험하는 여군은 51명(30.0%)에 달했다. 본 연구와 동일 척도를 사용한 국외 연구로 외과적 치료를 받은 재향 군인의 불안은 평균 49.83점이며(Hadlandsmyth, K., Dindo, L. N., St. Marie, B. J., Wajid, R., Embree, J. L., Noiseux, N. O. & Rakel, B. A., 2020), 국내 연구로 소방 공무원의 불안은 평균 42.5점(전예슬, 2018), 국내 외국인 조종사의 불안은 평균 44.01점(정은지, 2018)이다. 즉, 선행 연구들의 직군보다 여군 평균 불안 점수(51.82점)가 더 높게 나타났다. 그러나 선행연구의 대상자인 재향 군인, 소방 공무원, 외국인 조종사는 대부분 남성인 반면, 본 연구 참여자는

여성으로 성별에 따라 불안 유병률 및 특성에 대한 고려가 필요하다. 또한, 이는 여군 우울이 타 직종에 비해 높다는 본 연구 결과와 일관된다. 한편, 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19)의 장기화에 따라 자녀 양육을 포함한 일상생활의 불안정한 변화에서 기인한 것으로 보이며, 여군의 접근성을 고려한 비대면 심리 상담 및 맞춤형 심리지원 서비스와 같은 정신건강 증진 프로그램에 대한 지원이 필요하다. 더 나아가 추후 여군 불안에 영향을 미치는 요인들을 확인하고, 관계성을 명확히 확인할 필요가 있다.

본 연구에서 불안은 소속 군, 배우자 직업, 자녀 수에 따라 유의한 차이가 있었다. 소속 군에서는 공군의 불안 수준이 가장 높은 것으로 나타났으며, 육군은 타 군의 불안보다 유의하게 낮게 나타났다. 이는 본 연구에서 육군이 해, 공군의 우울 수준이 타 군보다 낮은 것과 일관된 결과임을 알 수 있다. 즉, 대한민국 여군의 건강실태 조사(2015)에서 공군 소속 여군이 업무 수준에 대한 염려가 타 군에 비해 가장 높은 것과 일관된 결과이다. 이와 같은 결과를 미루어 볼 때, 공군은 육군보다 극소수 집단으로, 항공기 소음과 진동, 섬광 등의 환경적 요인, 잦은 비행 대기와 같은 특수한 근무 여건으로 인하여 수면의 질 저하, 업무 부담감을 느끼며(이새롬, 2019), 그로 인한 불안 수준이 높은 것으로 보인다. 그러나 공군 소속 여군의 불안에 대한 연구는 전무하므로, 추후 반복 연구를 통해 공군 소속 여군의 불안에 영향을 미치는 요인들을 확인하고, 관계성을 명확하게 확인할 필요가 있다.

배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 군인 배우자를 둔 여군보다 여군의 불안 수준이 유의하게 높게 나타났다. 또한, 여군의 주관적인 삶의 질(2015)에 관한 연구에서 비(非) 군인 배우자를 둔 여군의 경우, 군인 배우자를 둔 여군에 비해 직무 불안정이 높은 것과 일관된 결과이다. 즉, 군인 부부의 경우, 군 특수성과 서로의 업무에 대한 이해도가 높기 때문에 직무 불안정이 낮다고 추측할 수 있다. 또한, 군인 부부는 동일 권역 내 근무하

도록 배려해주는 제도적 효과로 인하여 여군의 불안 수준이 낮다고 생각되나, 해당 제도의 효과에 대한 연구는 전무하기 때문에 제도 시행 후 군인 부부의 삶의 질 및 정신건강에 대하여 확인할 필요가 있다.

자녀 수에서는 한 자녀의 가정인 여군의 불안 수준이 가장 높은 것으로 나타났으며, 세 자녀보다 한 자녀 가정인 여군의 불안이 유의하게 높게 나타났다. 본 연구에서 세 자녀 가정인 여군의 경우, 연령은 모두 30, 40대로 계급은 대위 이상 장교이며, 상사 이상 부사관인 장기 복무자임을 알 수 있다. 이는 세 자녀 가정인 여군은 상대적으로 높은 연령과 계급에서 오는 심리적, 사회적 안정감으로 불안 수준이 낮다고 생각된다. 또한, 다자녀 가정의 다양한 자녀 양육 경험과 다 년간 적응한 육아 과정은 심리적 여유로 이어져 불안도가 낮아진 상황에서 기인한 것으로 보인다. 그러나 이는 자녀가 많을수록 여군의 직장과 가정 간의 갈등이 높았다는 선행 연구(2015) 결과와 자녀 수에 따라 여군의 양육 스트레스 정도가 유의하지 않다는 선행 연구(2007) 결과와 일관되지 않는다. 즉, 해석이 명료하지 않은 부분이 있으므로 추후 연구는 자녀 수에 따른 여군의 직장과 가정 간의 갈등과 심리적 안녕에 대해 자세히 밝힐 필요가 있다.

한편, 본 연구의 제한점은 온라인 설문조사를 통해 자료를 수집했기 때문에 연구 대상자가 SNS 이용자로 한정되어 다양한 여군의 상황을 반영하지 못했을 가능성이 있다. 또한, 횡단 연구로 설계했기 때문에 구조적 한계가 있어 시간의 흐름에 따라 변화하는 우울 및 불안과 같은 정서 상태를 설명하는데 어려움이 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 현재 여군의 정신건강에 관한 연구는 미비하고, 체계적인 정보가 거의 없는 실정으로 이에 본 연구는 양육 과정에서 임신, 출산 및 육아를 지원하는 가족 친화적 조직 문화 조성과 정신건강 증진을 목표로 여군 정신건강에 대한 연구 범위를 확장시킨 점에서 의의가 있다. 또한, 최근 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 상황 이후 급격히 변화된 양육 환경에서 육, 해, 공 여군이 느끼는 정신건강과 양육 스트레스 및 사회적 지지의 관계를 탐색하여, 여군의 정신건강 증진 프로그램 개발 및 정책 수립에 대한 기초 자료로 활용될 수 있다는 점에서 의의가 있다.

Ⅶ. 결 론 및 제 언

본 연구는 미취학 자녀를 둔 여군의 양육 스트레스, 사회적 지지 및 정신건강 수준을 살펴보고, 이들의 관계를 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다. 육, 해, 공 여군을 대상으로 모바일 설문지를 이용하여 2021년 6월 16일부터 8월 16일까지 자료를 수집하였고, 총 197명의 자료를 수집하여 170명의 자료를 분석에 이용하였다.

주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 여군의 양육 스트레스는 보육교사, 간호사 및 여성 소방 공무원인 타 직종의 양육 스트레스보다 높고, 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 한 선행 연구(2007)에 비해 증가하였다. 특히, 해군에 근무하는 경우, 상사 이상 부사관인 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우에서 양육 스트레스가 높았다.

둘째, 여군의 배우자 및 주위 사람들의 지지는 여성 소방 공무원, 여성 근로자인 타 직종 취업모에 비해 높고, 미취학 자녀를 둔 여군을 대상으로 한 양육 스트레스에 대한 선행 연구(2007)에 비해 증가하였다. 특히, 소령 이상의 장교 이상인 경우, 한 달 중 배우자와 함께 거주한 일수가 많을수록, 자녀 평균 나이가 어릴수록 높았다. 또한, 자녀 돌봄 관련 지출을 하지 않는 경우는 조부모와 같은 돌봄 제공자가 있어 배우자 및 주위 사람들의 지지가 높았다.

셋째, 과거보다 군 복지 제도 및 의료 서비스를 이용하는 여군이 증가하고 있다. 특히, 소, 중위 장교를 제외한 나머지 계급, 배우자와 함께 거주하지 않는 경우, 군 복무 기간이 길수록, 자녀 수가 많을수록 군 복지 제도 및 의료 서비스를 많이 이용했다. 그러나 군 복지 제도를 이용함에 있어 조직 내 여군 친화적 분위기 조성과 실용적인 방안 마련에 대한 많은 과제가 남아있음을 알 수 있었다. 또한, 군 의료 서비스의 경우도 군 병원 이용 증

대를 위해 군 의료 서비스에 대한 접근도, 다양화 및 신뢰도 제고가 필요함을 시사한다.

넷째, 여군의 우울은 소방 공무원, 국내 항공사에 근무하는 외국인 조종사인 타 직종보다 높고, 특히 해군에 근무하는 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우에서 우울 수준이 높았다. 한편, 불안은 소방 공무원, 국내 항공사에 근무하는 외국인 조종사인 타 직종보다 높고, 특히 공군에 근무하는 경우, 배우자 직업이 비(非) 군인인 경우, 자녀 수가 적을수록 불안 수준이 높았다.

본 연구 결과를 바탕으로 다음과 같이 제언을 하고자 한다. 미취학 자녀를 둔 여군의 우울 및 불안 감소를 위해 군 조직 차원의 여군 친화적인 정신건강 관리가 필요하다. 예를 들어, 여군의 근무패턴에 맞춰진 상담 서비스 구축 및 다양한 형태의 정신건강 서비스 제공, 해당 서비스 접근성을 높이기 위한 군 내 다양한 채널(인트라넷, SNS, 애플리케이션, 우편물 등) 운영 등이 있다. 또한, 여군의 정책 요구도를 반영한 군 제도 시스템 구축으로 군 보육 시설의 획기적인 확충, 의료시설에 대한 접근성 향상 등과 같이 여군의 이용률을 실질적으로 제고할 수 있는 방안을 마련할 것을 제언한다.

후속 연구를 위한 제언으로, 본 연구 결과에서는 여군의 우울 및 불안이 타 직종에 비해 높은 수준으로 나타났는데, 추후 반복 연구를 통해 여군 우울 및 불안에 영향을 미치는 요인들을 명확하게 확인할 필요가 있다. 추가적으로 코로나바이러스 감염증(COVID-19) 상황과 같은 국가적 재난 상황에서 이들의 접근성을 고려한 비대면 심리 상담 프로그램과 같은 정신건강 증진 프로그램 개발 및 타당성 검증에 관한 확대 연구를 제언한다. 이를 통해, 취약한 대상 군을 알아보고, 실질적인 심리 지원 방안을 제시하여 여군 개인, 그들의 가족, 군 조직 나아가 국가 차원에서의 정신건강 증진에 기여하고자 한다.

참 고 문 헌

강미영. (2007). 여군의 인구통계학적 특성, 직무특성, 가족지지가 조직몰입과 경력몰입에 미치는 영향에 관한 연구. *서울: 연세대학교, 석사학위논문.*

강선희. (2015). 진로의사결정유형과 진로관여행동의 관계에 대한 교사의 사회적 지지의 조절효과. 경남대학교 대학원 석사학위논문.

강은미, & 김순규. (2011). 맞벌이 남편과 아내의 양육 스트레스와 보육서비스 만족도가 추가자녀 출산의도에 미치는 영향. *육아지원연구, 6*(1), 67-87.

고명진. (2009). *사회적 지지제공자와 지지유형이 초등학생의 창의성에 미치는 영향.* 경남대학교, KR. Retrieved from http://dlps.nanet.go.kr/SearchDetailView.do?cn=KDMT1200978456&sysid=nhn

고은비. (2016). 영유아 자녀를 둔 취업모의 양육스트레스와 우울 간의 관계에서 사회적 지지의 조절효과.

고진희. (2009). 학교폭력 가해자와 피해자의 정신건강 비교연구. *한남대학교 대학원, 석사학위논문.*

곽인숙. (2008). 주말부부의 거주유형에 따른 심리적 비용과 보상에 관한 연구". *한국가정관리학회지, 21*(2).

국가인권위원회. (2014). 여군 인권상황 실태조사.

국방부. (2020). *여군비중확대 및 근무여건 보장 추진협의회(최종) (4).*

권수진, 오새니, & 이상희. (2016). 유아의 문제행동 관련변인 연구: 유아변인, 어머니변인, 또래관계변인, *미래유아교육학회지, 23*(4), 385-406. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=A102393011

권순만. (2017). *노인 우울이 자살의도에 미치는 영향.* 가톨릭관동대학교, 강릉. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T14566539 (국내박사학위논문)

권순원, 이영지, & 김봄이. (2013). 기혼 여성의 직장-가정 갈등요인이 직무만족에 미친 영향. *경영교육연구, 28*(1), 299-329.

권조은. (2019). *미취학 자녀를 둔 기혼 여군 장교의 국방 일-가정양립 지원제도 활용정도와 재직의도.* 연세대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15011233 (국내석사학위논문)

권조은, 김광숙, 박정옥, & 김수. (2019). 미취학 자녀를 둔 기혼 여군 장교의 일· 가정 양립 지원제도 활용 정도와 재직의도 영향요인. *Korean Journal of Women Health Nursing, 25*(3), 329-344.

김경순. (2011). 국방환경의 변화와 여군의 역할 확대. *민족연구*(45), 113-137.

김경은. (2011). 어머니의 우울, 양육 효능감, 놀이참여도와 유아의 사회정서능력 간의 관계. 인간발달연구, 18, 1-17

김경진, 설지환, 백영석, & 김재현. (2004). 정신분열병 환자의 삶의 질과 정신사회적 특성과의 관계. *대한신경정신의학회지, 43*(5), 603-610.

김근아. (2012). 공군 준· 부사관의 부부관계의 질이 조직몰입에 영향을 미치는 관계에서 심리적 안녕감의 매개효과에 관한 연구. *한국군사회복지*

학, 5(2), 111-154.

김기현. (1997). 양육스트레스 척도의 개발. *대한가정학회지, 35*(5), 141-150.

김기현, & 조복희. (2000). 맞벌이 부부의 양육 스트레스에 영향을 미치는 생태학적 관련 변인 탐색. *아동학회지, 21*(4), 35-50.

김남재. (2005). 관찰자 관점과 자기제시 동기가 사회불안에 미치는 영향. *Korean Journal of Clinical Psychology, 24*(2), 341-358.

김동원. (2007). 한국 여군증가의 효과성 분석: 기능적, 문화적, 보상적 효과를 중심으로. *정부학연구, 13*(3), 169-197.

김무영. (2007). 학술논문 : 군 상담능력 향상방안. *군사논단, 50*(-), 221-251.

김미애. (2018). 다문화가정 어머니의 양육효능감이 양육스트레스에 미치는 영향. *아동보호연구, 3*(1), 59-96. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=A105309314

김미예, & 박동영. (2009). 영유아 어머니의 양육스트레스, 우울 및 언어적 학대. *아동간호학회지 제, 15*(4).

김미은, & 허명행. (2014). 산후 개월 이내 산모의 수면의 질 산후 피로도 및 산후 우울 6. *Korean J Women Health Nurs (여성건강간호학회지), 20*(4), 266-276.

김민정. (2007). *취업모의 사회적 지지, 양육스트레스, 결혼만족도/직업만족도가 양육행동에 미치는 영향.* 국민대학교 교육대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T10872373 (국내석사학위논문)

김민정, 김수지, 김정은, 손한결, & 김태선. (2018). 유아기 자녀를 둔 가정의 취업모를 대상으로 한 부모교육 프로그램의 효과: 부모존경-자녀존중 부모교육 프로그램을 중심으로. *한국보육지원학회지, 14*(1), 41-62.

김선아, 김현례, 우정희, 박수인, & 금란. (2011). 일 지역 육군 군인들의 의사소통능력, 대인관계수준, 불안, 우울. *정신간호학회지 제 권제호 년월, 20*(1), 3.

김수원, 장미경, & 김유진. (2007). 어머니의 우울과 양육스트레스 및 영유아의 울음과 기질이 가족기능에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 16(2), 251-257.

김승용, & 정미경. (2006). 손자녀 돌봄에 대한 조모 및 취업모의 인식 조사 연구. *열린유아교육연구, 11*(5), 67-96.

김신실, & 김명숙. (2019). 군인에서 드럼클럽 활동 프로그램이 불안, 스트레스 및 공격성에 미치는 효과. *동서간호학연구지, 25*(2), 175-183. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=A106447206

김영미, & 송하나. (2019). 부모의 불안이 아동의 불안에 미치는 영향: 과보호 양육과 아동의 인지적 왜곡의 매개효과 검증. *아동학회지, 40*(5), 55-68.

김영희. (2014). *국선도 수련이 성인들의 신체적 자기개념과 정신건강에 미치는 영향.* 한서대학교 건강증진대학원, 서산. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T13462560 (국내석사학위논문)

김유경, 이선미, 정선옥, 심윤희, & 노미영. (2017). 함정 근무 여군의 직무 스트레스, 건강증진행위, 건강상태의 관련성. *군진간호연구, 35*(1), 53-64.

김윤미. (2011). *여군의 출산의도와 영향요인.* 연세대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T12401699 (국내석사학위논문)

김은정, 박성덕, & 김경철. (2014). 아버지의 양육참여와 부부갈등이 어머니의 양육스트레스에 미치는 종단적 영향력.

김의열. (2009). 신세대 장병의 적응실태 및 군 사회복지실천에 관한 연구. *한국군사회복지학, 2*, 67-108.

김정임. (2018). *애니메이션을 이용한 이른 둥이 전문가 지지중재 프로그램이 미숙아 어머니의 상태불안, 스트레스와 모성정체성에 미치는 효과.* 아주대학교 일반대학원,

김중백. (2018). 당신의 정신건강은 안녕하십니까: 정신건강, 내면의 또 다른 힘. *국방인문총서, 7*, 5-103.

김지용. (2018). 한국 여군의 역할 확대 방안에 관한 연구. *한일군사문화연구, 25*, 177-204.

김지형. (2020). 어머니 취업과 우울, 모유수유 기간과 유아기 체질량지수 궤적과의 관계. *한국모자보건학회지, 24*(2), 75-84.

김태홍. (2002). *제 4 차 여성 의 취업 실태 조사*: 한국 여성 개발원.

김현지, 김혜인, 이세연, 최창훈, & 김혜원. (2019). 사관학교 여생도의 경구피임약에 대한 지식, 태도와 월경에 대한 태도. *군진간호연구, 37*(1), 12-21.

김혜경, & 이은희. (2014). 결혼이주여성과 한국여성의 양육 스트레스 비교. *Perspectives in Nursing Science (간호학의 지평), 11.*

김혜숙. (2016). 군인의 정신건강 증진을 위한 사이코드라마 프로그램 효과.

김혜원, & 박영숙. (2009). 군인가족의 학령전기 자녀 양육스트레스와 가족기능. *군진간호연구, 27*(2), 27-40.

김혜원, 최승혜, 김수연, 서송화, & 황점숙. (2018). 여군의 임신과 출산 건강관리 교육 요구도. *군진간호연구, 36*(2), 92-105.

김혜원, 조순영, 강점숙, 서송화, 이건희. (2018). 대한민국 여군의 건강행위와 여성건강 상태.

김희수, 홍성호 (2006). 대학생의 전공계열에 따른 인지양식과 자기효능감 및 학업적응의 관계.

김희정. (2000). 정신장애인을 돌보는 가족원의 스트레스 과정에 관한 연구.

남궁연옥, 양혜경, & 조영채. (2007). 도시지역 일부 산모들의 산후우울과 사회적 지지와의 관련성. *한국모자보건학회지, 11*(2), 149-161.

노병일, & 손정환. (2011). 비정규직 근로자의 사회적 배제가 정신건강에 미치는 영향: 건설직 일용근로자의 우울을 중심으로. *한국사회복지학, 63*(1), 113-135.

도현심, 김민정, 최미경, 김상원, & 조수정. (2012). 부부갈등과 어머니의 분노 및 우울이 유아의 행동문제에 미치는 영향. *아동학회지, 33*(2), 145-164.

문설화, 오은미, & 유선영. (2021). COVID-19 팬데믹 상황에서 초등학생 어머니의 변화된 양육 경험. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 32*(2), 162-174.

문정순, 윤원숙, 정정화, 이지영, 조일님, & 강영자. (2003). 여군 건강실태

조사연구-여군 건강 및 복지 정책 개발을 위한 기초 연구. *군진간호연구, 21*(1), 128-188.

민혜영, & 정금희. (2015). 고령임산부의 임신과 출산 건강관리 요구. *Korean J Women Health Nurs (여성건강간호학회지), 21*(4), 332-341.

박기순, & 박소영. (2019). 취업모의 우울감에 미치는 영향 요인분석. *융합정보논문지, 9*(9), 185-194.

박동건, 조현주, & 최대정. (2004). 직장에서의 특정 부적 정서 경험에 따른 정서조절이 수행 및 정신건강에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강, 9*(4), 831-852.

박미숙. (2012). *취업모와 비취업모의 양육스트레스, 양육효능감 및 유아교육기관만족도 연구.* 목포대학교, 무안군. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T12708823 (국내박사학위논문)

박미은. (2019). 군인의 직업적 특성이 군인 아내들의 스트레스에 미치는 영향. *한국군사회복지학, 12*, 61-87.

박서연. (2021). *코로나19에 대응하기 위한 어린이집 교사와 어머니의 어려움과 노력.* 배재대학교 일반대학원, 대전. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15915555 (국내석사학위논문)

박애선. (2013). 자폐성 장애아동 어머니의 양육스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향-가족기능성과 사회적 지지의 매개효과 검증. 한국가족복지학, 41, 143-165

박유석. (2009). *육군 여군 장교의 직무 만족도 연구: 결정요인을 중심으*

로. 서울대학교 행정대학원,

박일, & 고영건. (2012). 정신전력이 군 생활 적응에 미치는 영향. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, *25*(1), 105-124.

박일, 김민순, & 고영건. (2013). 직업 군인이 군 생활을 힘들어 하는 이유는?: 장교들의 인식 유형과 심리적 특성. *한국심리학회지: 산업 및 조직, 26*(4), 625-651.

박지수. (2018). 군인의 직업특성과 군인 아내의 결혼만족도 및 양육스트레스의 관련성: 부정적 인식과 군인가족 자부심의 매개효과 (Doctoral dissertation, 서울대학교 대학원).

박지원. (1986). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. *간호학논집-연세대학교, 9*(1), 22-31.

박진이. (2002). *간호장교 복지요구에 관한 실증적 연구.* 대전대학교, [대전]. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T8945700 (국내석사학위논문)

방경숙, 김성재, 정예슬, 송민경, 이금희, & 임지희. (2019). 국내 미혼모의 양육스트레스 관련 연구 분석. 스트레스硏究, 27(4), 287-297.

배은정. (2021). *코로나19 대유행에 따른 유아의 일상생활 변화와 어머니의 코로나19에 대한 걱정이 양육스트레스에 미치는 영향.* 연세대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15772263 (국내석사학위논문)

백서영, 김광숙, 김수, & 조순영. (2020). 여군의 산전관리 적정성 및 출산결과. *군진간호연구, 38*(2), 1-16.

서문희, 임상헌, & 임유경. (2001). 자녀양육실태와 미취학아동 보육 교육 서비스 이용 및 비용에 관한 분석. *서울: 한국보건사회연구원.*

서민교. (2007). *사회적 지지가 기혼여군의 자녀양육 효능감과 양육 스트레스에 미치는 영향.* 충남대학교 행정대학원, 대전. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T10915389 (국내석사학위논문)

서정열. (2012). 직업 군인의 경제적 스트레스가 아내폭력에 미치는 영향과 우울의 매개효과 검증. 한국군사회복지학, 5(2), 31-58.

서혜석, 김정은, & 이대식. (2011). 병사의 스트레스, 우울 및 사회적 지지 간의 관계. *교류분석상담연구, 1*(1), 79-93. Retrieved from newnonmun.com

석소원, & 윤명숙. (2020). 출산 후 산모의 양육스트레스와 산후 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과. *인문사회 21, 11*(2), 343-358.

소언주, & 도현심. (2001). 어머니의 분리불안: 어머니의 특성, 아동의 초기 기질 및 과보호적 양육행동과의 관계. *대한가정학회지, 39*(11), 209-222.

손귀현, 손영우, & 정은경. (2018). 여군들의 일-가정 갈등과 군 사기와의 관계: 직무소진의 매개효과와 유리천장 인식의 조절효과. *한국심리학회지: 산업 및 조직, 31*(1), 175-194.

손수민. (2012). 영아기 자녀를 둔 취업모와 비 취업모의 양육 스트레스 비교와 관련변인에 관한 연구. *미래유아교육학회지, 19*(1), 331-357.

손영지. (2010). *어머니의 양육스트레스와 양육 행동 간의 관계.* 이화여자대학교 대학원, 서울. Retrieved from

http://www.riss.kr/link?id=T12115266 (국내석사학위논문)

송명진. (2014). 여군 인력의 효율적 운영방안에 관한 연구. *군사발전연구, 8*(1), 91-113.

송미혜, 송연숙, & 김영주. (2007). 유아기 어머니의 양육스트레스 및 사회적 지지가 양육효능감에 미치는 영향. *열린 유아 교육 연구, 12*(5), 165-183.

송민영, 류성연, & 이뿐새. (2017). 어머니의 우울, 양육스트레스와 유아의 내재화문제 간 자기회귀 교차지연효과 검증. *육아지원연구, 12*(4), 65-93.

송주은, & 고정미. (2016). 출산 후 1 년 이내 초산모의 모성역할적응에 영향을 미치는 요인. *한국모자보건학회지, 20*(3), 284-296.

송주은, 장순복, & 손연정. (2007). 산후 피로에 영향을 미치는 요인. *성인간호학회지, 19*(4), 670-681.

송지영, 염태호, 오동재, & 조성욱. (1997). 신체화에 따른 질병행동의 특성에 관한 연구. *정신신체의학, 5*(2), 176-184.

송하나. (2018). 어머니의 우울과 불안이 유아의 불순응과 외현적 문제 행동에 미치는 종단적 영향: 어머니 통제적 양육 행동의 매개효과 검증. *아동학회지, 39*(1), 119-128.

송희승, 이수정, & 이승희. (2020). 양육 우울의 개념 분석: 혼종 모형. *한국웰니스학회지, 15*(3), 269-282.

신경림. (2001). 한국여성의 우울증상 실태조사 연구. *Journal of Korean Academy of Nursing, 31*(3), 391-400.

신기영. (1997). 중년기 주부의 가족역할 수행과 심리적 복지에 관한 연구. *대한가정학회지, 35*(1), 111-128.

신숙재. (1998). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 모성 행동에 미치는 영향. *연세대학교 박사학위논문.*

안상수. (2012). 여군 인권상황 실태조사. *[NHRC] 국가인권위원회 발간자료*, 0-0.

안수미. (2013). *아버지의 자녀양육참여와 자녀양육시간.* 서울대학교 대학원,

안현의, 손난희, 이문희, & 서은경. (2007). 군복무 부적응 실태 및 인권침해 경험과의 관련성. 상담학연구, 8(2), 425-435.

여정희, & 전나미. (2013). 분만경험과 산후 우울이 출산 후 여성의 삶의 질에 미치는 영향. *Journal of Korean Academy of Nursing, 43*(1), 11-19.

오유라. (2015). *기혼여군의 직장-가정 갈등, 직무스트레스가 주관적 삶의 질에 미치는 영향.* 서울대학교 대학원,

우상욱. (2008). 군 신병경험이 군 생활 적응과 스트레스에 미치는 영향. *고려대학교 대학원 석사학위논문.*

유연옥. (2017). *어머니의 양육죄책감과 사회적 지지가 유아의 사회정서 발달에 미치는 영향.* 동국대학교, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T14446456 (국내석사학위논문)

유치성. (2017). *군 간부들의 학습된 무력감, 우울, 조직몰입 및 직무열의의 관계.* 연세대학교 대학원, 서울. Retrieved from

http://www.riss.kr/link?id=T14450338 (국내석사학위논문)

윤경아, & 노병일. (2003). 여군 장교의 복지욕구. *군사학연구, 1*, 155-190.

윤원숙, 이순영, 황점숙, 안은경, 최민선, 이종희. (2015). 대한민국 여군의 건강실태 조사

이경혜. (2006). 기혼 직장여성이 경험하는 성역할 스트레스와 대처. *간호과학-이화여자대학교, 18*(1), 30-37.

이기선. (2014). 여군의 증가 정책에 따른 군대내 성범죄 예방을 위한 소고. *Korean Journal of Sexual Health, 1*(2), 44-52.

이동호. (2019). *여군간부 자녀 보육제도 개선방안에 관한 연구.* 우석대학교 국방정책대학원, 완주. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15117506 (국내석사학위논문)

이동호, 윤여연, & 박상혁. (2019). 여군 간부 자녀 보육제도 개선방안에 관한 연구. *문화기술의 융합, 5*(2), 53-57.

이민수. (2018). 한국 여군의 직장-가정 갈등이 이직의도에 미치는 영향. *Journal of The Korean Data Analysis Society, 20*(2), 841-857.

이봉주. (2020). 아동 재난대응 실태 현황과 개선 과제: 코로나 19 경험을 중심으로. *한국 사회 복지 학회 학술대회 자료집*, 731-749.

이뿐새, & 서종건. (2021). 출산과 양육을 경험한 여군의 일· 가정 양립에 대한 질적 연구. *여성연구*, 331-358.

이삼식. (2015). 2015 년 전국 출산력 및 가족보건· 복지실태조사. In: 한국보건사회연구원.

이새롬. (2019). *공군 병사의 군 생활 스트레스와 우울.* 연세대학교 보건대학원,

이선아. (2014). *양육스트레스가 취업모의 우울에 미치는 영향: 자아존중감과 사회적 지지의 매개효과를 중심으로.* 서울대학교 대학원,

이선이. (1995). 가정주부와 취업주부의 생활사건스트레스와 정신건강에 관한 연구. *한국보건간호학회지, 9*(2), 69-79.

이승엽, 윤창교, 민정아, 이창욱, 박동언, 안종성, 양주연. (2014). 한국 군 장병에서의 불안장애의 발생률. *대한불안의학회지, 10*(1), 59-67.

이아름, & 정정희. (2021). 어머니 양육스트레스와 유아 문제행동의 관계에서 어머니 우울의 종단적 매개효과. *열린 유아 교육 연구, 26*(3), 37-62.

이아영, 이해우, 조선진, 임현우, 장세보, & 박종익. (2018). 자살 관련 행동의 과거력이 있는 한국군 장병에서의 스트레스, 우울 증상, 사회적 관계의 연관성. *J Korean Neuropsychiatr Assoc, 57*(4), 323-331.

이연희. (2013). 유아의 회복탄력성과 스트레스 및 사회적 지지와의 관계. *중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문.*

이운경. (2021). 학령 초기 자녀를 둔 취업모의 일-양육 갈등과 가족공동체 활동 간의 관계: 우울, 부부 공동양육, 사회적 지지의 조절효과. 가정과 삶의 질 연구, 39(3), 35-51.

이윤정. (2015). 취업모와 비 취업모의 양육스트레스에 관한 연구.

이은주, & 박정숙. (2015). 산후우울 예측모형 개발: 산전우울의 매개효과 검증을 중심으로.

이인숙. (2002). 기혼여성의 우울과 배우자 지지. *여성건강간호학회지,*

8(4), 482-493.

이재희, & 박지희. (2020). 초등학생 자녀를 둔 취업모와 전업모의 양육불안. *The Journal of the Convergence on Culture Technology (JCCT), 6*(3), 211-216.

이정숙, & 두정일. (2008). 유아의 적응적 기질과 아버지의 양육참여도가 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향. *한국아동심리치료학회지, 3*, 1-17.

이지현, & 김종임. (2010). 요통이 있는 병사의 통증, 우울, 군생활 적응에 관한 연구. *근관절건강학회지, 17*(2), 173-182. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=A82496719

이지희, & 문혁준. (2005). 아버지의 양육 참여도 및 양육 스트레스와 유아의 사회적 능력과의 관계. *생활과학연구논집, 25*(1), 75-95.

이진희, & 임진형. (2021). 영아기 부모 양육스트레스 관련 연구 동향 분석. *한국산학기술학회논문지, 22*(2).

임수진. (2010). *배우자의 사회적 지지가 산후 우울에 미치는 영향.*

전소연, & 최희승. (2021). 해군 간부의 긍정심리자본과 이직의도: 우울과 조직몰입의 이중매개효과. 군진간호연구, 39(2), 1-16.

전예슬. (2018). *소방공무원들의 수면 관련 요인.* 서울대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T14953655 (국내석사학위논문)

전지승. (2020). *사회적 지지가 가정위탁아동의 자립의지에 미치는 영향.* 성균관대학교 일반대학원, 서울. Retrieved from

http://www.riss.kr/link?id=T15520063 (국내석사학위논문)

정계룡. (2018). 여군 인력의 효율적 활용을 위한 시론: '여군에 관한 인식'을 중심으로. *한국군사학논집, 74*(2), 115-138.

정동화. (2010). *심리 사회적 스트레스*: 한국 학술 정보.

정미경. (2005). 조모교육 프로그램 참여경험이 조모의 역할인식에 미치는 효과. *한국노년학, 25*, 155-175.

정순희. (2005). 노인의 생산 활동 수준 및 관련변수의 분석. *한국노년학, 25*, 155-170.

정은영, & 강민주. (2015). 맞벌이 가정 어머니의 양육지식과 직무만족도 및 배우자의 지지가 양육스트레스에 미치는 영향.

정은지. (2018). *국내 외국인 조종사의 문화적응스트레스 수준과 정신건강에 영향을 미치는 요인.* 서울대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T14817480 (국내석사학위논문)

정이랑, & 이태화. (2020). 육아휴직 후 복귀한 간호사의 양육스트레스와 동료지지가 일과 삶의 균형에 미치는 영향.

정재극. (2015). 여군 인사운영시스템에 관한 연구. *융합보안논문지, 15*(3), 31-39.

정주성. (2009). 중장기 병역정책의 과제와 발전방향. *국방정책연구, 25*(3), 9-45.

정희정. (2018). *기혼보육교사의 양육스트레스와 일-가정 역할갈등이 직무몰입에 미치는 영향.* 인천대학교 교육대학원, 인천. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T14751303 (국내석사학위논문)

조상욱. (2013). *성인기 발달장애인 자녀의 자립이 부모의 돌봄 스트레스와 삶의 만족에 미치는 영향.* 서울대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T13143295 (국내석사학위논문)

조선웅. (2015). 육군'군인 부부'여군의 일과 가정 양립에 관한 연구. *한국군사학논집, 71*(3), 1-37.

조슬기. (2015). *대학생의 생활스트레스가 신체화 증상에 미치는 영향.* 대구가톨릭대학교 대학원, 경산. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T13700474 (국내석사학위논문)

주해란, & 한아름. (2021). 코로나 19 기간 동안 어린이집 긴급보육을 이용하는 영아기 어머니의 정서적 경험에 관한 연구. *열린유아교육연구, 26*(1), 209-227.

진석범. (2000). 군 장병들의 스트레스 요인과 정신건강에 관한 연구. *가톨릭대학교 사회복지대학원 석사학위 청구논문.*

채가영, & 백미례. (2015). 취학 전 자녀를 둔 여성소방공무원의 직무만족도와 배우자 지지가 양육스트레스에 미치는 영향. *한국응급구조학회지, 19*(1), 87-98.

최미경, 신정희, 구현경, 박선영, 한현아, & 최단비. (2008). 청소년 자녀를 둔 어머니의 양육효능감 및 양육스트레스와 부모교육 지식수준 및 요구도. *아동학회지, 29*(5), 227-242.

최성택. (2019). *직무불안정이 직업 군인의 이직의도에 미치는 영향.* 서울대학교 대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15120649 (국내석사학위논문)

최윤희, & 문혁준. (2016). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 배우자 지지, 사회적 지지가 양육행동에 미치는 영향. *유아교육학논집, 20*(6), 407-424.

최은숙, & 이태연. (2015). 시설청소년에 대한 사회적 지지가 자립의지에 미치는 영향 자아탄력성의 조절효과. *청소년학연구, 22*(7), 445-468.

최종호. (2015). 軍 간부의 직업가치관이 진로에 대한 전역前 불안에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원, 서울. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T13692515 (국내석사학위논문)

추교숙, & 송현주. (2009). 장애아동 어머니 우울, 불안 및 스트레스 대처에 대한 K-MBSR 프로그램 효과. *서울여자대학교 특수치료전문대학원 석사학위논문.*

하오령, & 권정혜. (2006). 기혼 직장여성의 정신 건강과 역할 만족도: 역할 갈등, 완벽주의 및 가족 지지 중심으로. *Korean Journal of Clinical Psychology, 25*(3), 675-696.

한삼성, 정성화, & 강성욱. (2013). 중· 고령자의 배우자 만족도와 우울증과의 관련성. *The Korean Journal of Health Service Management, 7*(1), 59-68.

한정아. (2015). *가정-직장간 갈등과 가족지지가 취업모의 양육스트레스에 미치는 영향.* 충북대학교, 청주. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T13697243 (국내석사학위논문)

허성은. (2021). 취업모가 지각한 사회적 지지와 양육효능감이 부모역할만족도에 미치는 영향.

허영호. (2007). *아토피피부염 환아 어머니의 사회적 지지, 불안과 우울에 관한 연구.* 한양대학교,

허정록, & 정은영. (2010). 미용요법 프로그램이 중년여성의 우울증 및 스트레스에 미치는 효과. *대한미용학회지, 6*(1), 73-78.

허제은. (2015). 중년기혼여성우울 구조 모형, 고신대학교 박사학위 논문.

홍성휘. (2021). 군인의 직업적 특성과 배우자와의 동거여부가 우울에 미치는 영향. 평택대학교 일반대학원, 평택. Retrieved from http://www.riss.kr/link?id=T15834950 (국내박사학위논문)

Abdin, R. (1990). Parenting Stress Index-Short Form Manual. *Los Angeles, CA: Western Psychological Services.*

Adler, A. B., Huffman, A. H., Bliese, P. D., & Castro, C. A. (2005). The impact of deployment length and experience on the well-being of male and female soldiers. *Journal of occupational health psychology, 10*(2), 121.

Angrist, J. D., & Johnson IV, J. H. (2000). Effects of work-related absences on families: Evidence from the Gulf War. *ILR Review, 54*(1), 41-58

APA. (2019). Depression. In APA Dictionary of Psychology. Retrieved December 20, 2019, https://dictionary.apa.org/depression.

Appelbaum, S. H., & Primmer, B. (1990). An HRx for Computer Anxiety. *Personnel (AMA), 67*(9), 8-11.

Armstrong, M. I., Birnie-Lefcovitch, S., & Ungar, M. T. (2005).

Pathways between social support, family well being, quality of parenting, and child resilience: What we know. Journal of child and family studies, 14(2), 269-281.

Bae, S. M. (2014). A study on the experience and adaptation of parenting alone by full-time parenting mothers with first child in the toddler period: based on the grounded theor.

Barker, R. L. (2003). The social work dictionary.

Barnett, R., Marshall, N. L., & Sayer, A. (1992). Positive-spillover effects from job to home: A closer look. *Women & health, 19*(2-3), 13-41.

Barnett, R. C., & Baruch, G. K. (1985). Women's involvement in multiple roles and psychological distress. *Journal of personality and social psychology, 49*(1), 135.

Bartlett, J. D., Griffin, J., & Thomson, D. (2020). Resources for supporting children' s emotional well-being during the COVID-19 pandemic. *Child Trends, 12*.

Berz, J. B., Taft, C. T., Watkins, L. E., & Monson, C. M. (2008). Associations between PTSD symptoms and parenting satisfaction in a female veteran sample. *Journal of Psychological Trauma, 7*(1), 37-45.

Blackburn, L., & Owens, G. P. (2015). The effect of self efficacy and meaning in life on posttraumatic stress disorder and depression severity among veterans. Journal of clinical psychology, 71(3),

219-228

Black, D. W., Carney, C. P., Peloso, P. M., Woolson, R. F., Schwartz, D. A., Voelker, M. D., & Doebbeling, B. N. (2004). Gulf War veterans with anxiety: prevalence, comorbidity, and risk factors. Epidemiology, 135-142.

Boekhorst, M. G., Potharst, E. S., Beerthuizen, A., Hulsbosch, L. P., Bergink, V., Pop, V. J., & Nykl□ček, I. (2020). Mindfulness During Pregnancy and Parental Stress in Mothers Raising Toddlers. *Mindfulness, 11*(7), 1747-1761.

Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Pe□a, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child abuse & neglect, 110*, 104699.

Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of vocational behavior, 67*(2), 169-198.

Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, C. P., Reynolds, K., Protudjer, J. L., & Roos, L. E. (2020). Maternal psychological distress & mental health service use during the COVID-19 pandemic. *Journal of affective disorders, 276*, 765-774.

Choi, H., Ko, H., & Kim, C. (2017). *Development of Korean version of the Patient Reported Outcomes Measurement Information System (PROMIS) mental health measures for children and their parents.* Paper presented at the Poster session presented at the

Global Korean Nursing Foundation Second International Nursing Conference, Chicago, IL.

Choi, J.-S. (2009). The Effects of Child-care's Values and Satisfaction in a Relationship with a Spouse on the Parenting Stress of Mothers with a Child Younger than 36Months of Age. *Journal of Korean Home Management Association, 27*(5), 13-24.

Cohen, J. (1978). Partialed products are interactions; partialed powers are curve components. *Psychological bulletin, 85*(4), 858.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin, 98*(2), 310.

Coyne, L. W., Gould, E. R., Grimaldi, M., Wilson, K. G., Baffuto, G., & Biglan, A. (2020). First things first: parent psychological flexibility and self-compassion during COVID-19. *Behavior analysis in practice*, 1-7.

Crnic, K., & Acevedo, M. (1995). Everyday stresses and parenting.

Crnic, K. A., Greenberg, M. T., Ragozin, A. S., Robinson, N. M., & Basham, R. B. (1983). Effects of stress and social support on mothers and premature and full-term infants. *Child development*, 209-217.

Davenport, M. H., Meyer, S., Meah, V. L., Strynadka, M. C., & Khurana, R. (2020). Moms are not OK: COVID-19 and maternal mental health. *Frontiers in global women's health, 1*, 1.

Davison, G. C. (1978). Not can but ought: The treatment of homosexuality.

Erbes, C. R., Meis, L. A., Polusny, M. A., & Compton, J. S. (2011). Couple adjustment and posttraumatic stress disorder symptoms in National Guard veterans of the Iraq war. *Journal of Family Psychology, 25*(4), 479.

Forgays, D. K., & Forgays, D. G. (1993). Personal and environmental factors contributing to parenting stress among employed and nonemployed women. *European journal of personality, 7*(2), 107-118.

Freud, S. (1936). Inhibitions, symptoms and anxiety. *The Psychoanalytic Quarterly, 5*(1), 1-28.

Ginsburg, G. S., Grover, R. L., Cord, J. J., & Ialongo, N. (2006). Observational measures of parenting in anxious and nonanxious mothers: Does type of task matter? *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 35*(2), 323-328.

Giusto, K., & Van Willigen, M. (2003). *Pearlin's stress process model, stigma, and the case of lesbian mental health.* Paper presented at the Meeting of the American Sociological Association, Atlanta, GA.

Guo, X., Wu, L., Yu, X., Sun, Z., & Liu, W. (2020). Mental health care for military personnel in the COVID-19 epidemic. *Military medicine*, *185*(9-10), e1401-e1405.

Hadlandsmyth, K., Dindo, L. N., St. Marie, B. J., Wajid, R., Embree, J. L., Noiseux, N. O. & Rakel, B. A. (2020). Patient-Reported Outcomes Measurement Information System (PROMIS) instruments: reliability and validity in veterans following orthopedic surgery. *Evaluation & the health professions, 43*(4), 207-212.

Han, Y. M. (2002). 주말부부의 자녀 양육. In *Proceedings of the KHMA Conference* (pp. 28-38). Korean Home Management Association

Hashmi, H. A., Khurshid, M., & Hassan, I. (2007). Marital adjustment, stress and depression among working and non-working married women. *Internet journal of medical update, 2*(1), 19-26.

Hoge, C. W., Clark, J. C., & Castro, C. A. (2007). Commentary: Women in combat and the risk of post-traumatic stress disorder and depression. *International journal of epidemiology, 36*(2), 327-329.

House, J. S., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). Structures and processes of social support. *Annual review of sociology, 14*(1), 293-318.

Hwang, I. (1993). Family resources and parenting stress of employed mothers. *Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul, Korea.*

Im, H.-S. (2004). 사회적 지지가 장애아동을 둔 어머니들의 양육스트레스와 우울증에 미치는 영향. *한국사회복지학회: 학술대회논문집*, 653-670.

Jeong, H. R. (2018). The Mediating Effect of Maternal Gate-closing on relationships among Intensive Parenting Attitudes, Neuroticism, and Parenting Stress: A Comparison of Full-time Mothers and Working Mother.

Kennedy, N., & Foy, K. (2005). The impact of residual symptoms on outcome of major depression. *Current psychiatry reports, 7*(6), 441-446.

Kessler, R. C., & McLeod, J. D. (1984). Sex differences in vulnerability to undesirable life events. *American sociological review*, 620-631.

Kim, K.-H., & Kang, H.-K. (1997). Development of the parenting stress scale. *Journal of the Korean Home Economics Association, 35*(5), 141-150.

Kuehn, B. M. (2009). Soldier suicide rates continue to rise. Jama, 301(11), 1111-1113.

Lee, D.-H., Yoon, Y.-Y., & Park, S.-H. (2019). A Study on the Improvement of Child Care System for a woman soldier. *The Journal of the Convergence on Culture Technology, 5*(2), 53-57.

Lee, E. J., & Park, J. S. (2015). Development of a prediction model for postpartum depression: Based on the mediation effect of

antepartum depression. *Journal of Korean Academy of Nursing, 45*(2), 211-220.

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.

Lester, P., Peterson, K., Reeves, J., Knauss, L., Glover, D., Mogil, C., Wilt, K. (2010). The long war and parental combat deployment: Effects on military children and at-home spouses. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 49(4), 310-320.

Lim, H., & Lee, D. (2012). The effect of couples' characteristics, economic characteristics, mother's psychological characteristics on infant mother's marital satisfaction for working mothers and homemaker mothers. *Korean Journal of Early Childhood Education, 32*(5), 451-470.

Luxton, D. D., Skopp, N. A., & Maguen, S. (2010). Gender differences in depression and PTSD symptoms following combat exposure. *Depression and anxiety, 27*(11), 1027-1033.

Malone, D., & Lartey, P. (2004). Depression and suicide. *Clinical Preventive Medicine II*, 69-80.

Mamun, M. A., Sakib, N., Gozal, D., Bhuiyan, A. I., Hossain, S., Bodrud-Doza, M., & Pakpour, A. H. (2021). The COVID-19

pandemic and serious psychological consequences in Bangladesh: a population-based nationwide study. *Journal of affective disorders*, *279*, 462-472.

Mann, M. B., & Thornburg*, K. R. (1987). Guilt of working women with infants and toddlers in day care. *Early Child Development and Care, 27*(3), 451-464.

Mehlum, L. (1999). Alcohol and stress in Norwegian United Nations peacekeepers. *Military medicine, 164*(10), 720-724.

Mercer, R. T. (1985). The process of maternal role attainment over the first year. *Nursing research*.

Mirowsky, J., & Ross, C. E. (1992). Age and depression. *Journal of Health and Social Behavior*, 187-205.

Mohammad, K., Gamble, J., & Creedy, D. (2011). Prevalence and factors associated with the development of antenatal and postnatal depression among Jordanian women. *Midwifery, 27*(6), e238-e245.

Morelli, M., Cattelino, E., Baiocco, R., Trumello, C., Babore, A., Candelori, C., & Chirumbolo, A. (2020). Parents and Children During the COVID-19 Lockdown: The Influence of Parenting Distress and Parenting Self-Efficacy on Children's Emotional Well-Being. *Frontiers in Psychology, 11*, 2584.

Nietzel, M., & Wakefield, J. (1996). American psychiatric association diagnostic and statistical manual of mental disorders.

Contemporary psychology, 41, 642-651.

Pearlin, L. I. (1989). The sociological study of stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 241-256.

Pearlin, L. I. (1999). The stress process revisited. In *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 395-415): Springer.

Pearlin, L. I., Menaghan, E. G., Lieberman, M. A., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Behavior*, 337-356.

Pearlin, L. I., Mullan, J. T., Semple, S. J., & Skaff, M. M. (1990). Caregiving and the stress process: An overview of concepts and their measures. *The gerontologist, 30*(5), 583-594.

Peng, M., Mo, B., Liu, Y., Xu, M., Song, X., Liu, L., & Yu, Z. (2020). Prevalence, risk factors and clinical correlates of depression in quarantined population during the COVID-19 outbreak. *Journal of affective disorders, 275*, 119-124.

Ross, C. E. (2000). Neighborhood disadvantage and adult depression. *Journal of Health and Social Behavior*, 177-187.

Sarason, B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). Social support: The sense of acceptance and the role of relationships.

Sayar, K., Ebrinc, S., & Ak, I. (2001). Alexithymia in patients with antisocial personality disorder in a military hospital setting. *The Israel journal of psychiatry and related sciences, 38*(2), 81.

Shin, H. S., & Kim, J. M. (2010). Analysis of relationships between parenting stress, maternal depression, and behavioral problems in children at risk for attention deficit hyperactive disorder. *Journal of Korean Academy of Nursing*, *40*(3), 453-461

Solmeyer, A. R., & Feinberg, M. E. (2011). Mother and father adjustment during early parenthood: The roles of infant temperament and coparenting relationship quality. Infant Behavior and Development, 34(4), 504-514.

Spielberger, C. D. (1983). State-trait anxiety inventory for adults.

Sung, J. (2011). Mother' s parenting guilt relationship variables; Depending on the mother' s employment status and the child' s developmental stage. *Master's Thesis, Ewha Women University*.

Todd, B. L. (2011). Associations between co-parenting, parenting stress, and military deployment.

Turner, R. J. (1981). Social support as a contingency in psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 357-367.

Wales, C. s. C. f. (2020). Coronavirus and Me.

Weitlauf, A. S., Vehorn, A. C., Taylor, J. L., & Warren, Z. E. (2014). Relationship satisfaction, parenting stress, and depression in mothers of children with autism. *Autism*, *18*(2), 194-198.

Wessner Blais, B. N. (2015). Maternal deployment and maternal

resilience: Effects on parenting stress and resilience building strategies for children.

Willis, A. (2020). Postpartum Depression in Military Mothers: Active Duty and Partners of Active Duty Service Members.

Yoon, J.-W., Hwang, R. I., & Cho, H. H. (2009). Parenting stress and related factors of employed and non-employed mothers with preschool children. *Korean Journal of Women Health Nursing, 15*(4), 294-302.

부 록

부록 1. 설문지

1. 양육 스트레스

다음은 여러분의 양육 스트레스를 알아보기 위한 질문입니다. 해당하는 번호에 V표 해주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	아이가 태어난 이후로 나의 수면 시간이 불규칙 해졌다.					
2	아이를 돌보기 위해 내 생활을 포기하는 경우가 많다.					
3	아이가 집을 너무 어지럽힌다.					
4	아이를 돌보느라 집안에서는 다른 일을 할 수가 없다.					
5	아이를 돌보기 위해 내 계획을 변경하는 경우가 많다.					
6	아이 때문에 항상 마음에 여유가 없다.					
7	시간에 맞춰 외출하기 위해 아이를 챙기는 일이 어렵다					
8	아이와 함께 외출했을 때 아이를 다루기가 어렵다.					
9	아이를 다른 사람에게 맡기고 출근하는 것이 어렵다.					
10	아이를 돌보는 것이 육체적으로 너무 피곤하다					
11	아이를 돌보는 것이 너무 힘들어서 내 개인시간을 가질 수가 없다.					
12	아이가 태어난 후 집안일이 짜증스러워졌다.					
13	아이가 나를 성가시게 할 때가 많아 힘들다.					
14	아이 때문에 모임에 가면서도 그리 즐겁지 않을 것이라고 생각한다.					
15	아이에게 더 친근하고 따뜻하게 대해야 한다는 것이 어렵게 느껴진다.					
16	아이가 생긴 후에 예전만큼 나의 생활이 즐겁지가 않다.					
17	요즘은 육아정보가 너무 다양해서 어떤 것을 선택해야 할 지 혼란스럽다.					
18	내가 부모역할을 잘못하기 때문에 우리 아이가 다른 아이들보다 뒤쳐지는 것 같은 기분이 들 때가 있다.					
19	아이를 잘 키울 수 있을지 자신이 없다.					
20	좋은 부모가 될 수 있을지 자신이 없다.					
21	양육비용이나 탁아비용이 부담이 된다.					
22	아이가 정서적으로 불안정한 모습을 보이면 내 탓인 것 같아서 괴롭다.					
23	피곤할 때 아이가 놀아 달라고 보채면 귀찮다는 생각이 든다.					
24	아이로부터 도망치고 싶을 때가 있다					

	문 항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
25	다른 사람이 아이를 돌보는 동안 다칠까 걱정되었다.					
26	아이가 아픈 것을 직장에 다니는 내 탓으로 돌리려는 주변 사람들 때문에 힘들었다.					
27	어린이집으로 아이를 데리러 갔을 때 얼굴이나 손이 더러워서 화가 난 적이 있다					
28	어린이집으로 아이를 데리러 갔을 때 옷이나 기저귀가 젖어 있어서 화가 난 적이 있다.					
29	할머니나 외할머니에게 아이를 맡기면 버릇이 나빠질까 걱정되었다.					
30	근무하는 동안 아이에게 갑작스러운 일이 생겼을 때 즉시 가보지 못해서 안타까웠던 적이 있었다.					
31	아이를 돌보는 사람이 아이를 거칠게 대하지 않을까 걱정되었다.					
32	아이의 잘못을 모두 직장에 다니는 내 탓으로 돌리려는 주변 사람들 때문에 힘들 때가 있다.					

2. 사회적 지지

다음은 여러분의 미취학 자녀를 키우면서 배우자의 도움에 대한 질문입니다. 각 문항을 읽으신 후 여러분의 의견과 일치하는 칸에 V표 해주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	남편과 나는 아이의 특성을 파악하는데 있어 의견이 일치한다.					
2	남편과 나는 아이의 능력을 평가하는 시각이 같다.					
3	아이가 어떤 아이로 성장하는지에 대해서 남편과 나는 목표가 같다.					
4	아이가 벌을 받아야 할 때, 남편과 나는 대개 같은 방식으로 벌을 준다.					
5	남편과 나는 아이가 해야 할 것과 해서는 안 될 것에 대해서 의견이 일치한다.					
6	아이에게 문제가 생겼을 때, 우리 부부는 그 문제를 해결하기 위해 함께 협조한다.					
7	남편은 내가 부모 역할을 쉽게 하도록 해준다.					
8	만약 별거나 이혼을 할지라도 우리 부부는 아이의 문제에 대해서는 함께 협력하리라고 나는 믿는다.					
9	남편과 나는 아이에 관한 이야기를 잘 나눈다.					
10	남편과 아이에 대해 이야기하는 것은 나에게 도움이 된다.					
11	남편과 나는 부모로서 좋은 팀이다.					
12	남편은 아이의 마음을 잘 알아주며, 놀아 주기도 한다.					
13	남편이 아이가 뭔가 잘못했다고 여길 때, 나도 남편 생각에 동의한다.					

다음은 여러분의 미취학 자녀를 키우면서 배우자 이외 주위사람에게 받는 도움에 대한 질문입니다. 각 문항 읽으신 후 여러분의 의견과 일치하는 칸에 V표 해주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	주위에는 우리 아이에 관한 문제를 기꺼이 들어주며, 나의 어려움을 이해해주는 사람이 있다.					
2	내 주위에는 필요한 경우, 안심하고, 아이를 맡길 수 있는 사람이 있다.					
3	내 주위에는 아이 때문에 꼭 필요하다고 부탁하면 큰돈이라도 마련해줄 사람이 있다.					
4	내 주위에는 아이를 키울 때, 문제가 생기면 문제의 원인을 찾는데 도움이 되는 정보를 주는 사람이 있다.					
5	내 주위에는 아이를 양육하고, 교육하는데 일반적으로 도움이 되는 정보를 얻을 수 있는 사람이 된다.					
6	내 주위에는 내가 몸져누워 있거나 너무 바쁠 때, 가사나 아이 양육을 대신해주는 사람이 있다.					
7	내 주위에는 아이 키우는 나의 방식을 인정하고 존중해주는 사람이 있다.					
8	내 주위에는 내가 아이 문제로 혼란에 빠져 있을 때, 내가 결정을 내릴 수 있도록 관심을 갖고, 격려해주는 사람이 있다.					
9	내 주위에는 아이 때문에 필요한 물건이라고 하면 언제라도 나에게 그 물건을 빌려주는 사람이 있다.					
10	내 주위에는 내가 아이 문제로 기분이 언짢을 때, 나의 감정을 이해해주고, 기분을 바꾸어 주려고 노력하는 사람이 있다.					
11	내 주위에는 아이 키우기는 중요하면서도 힘이 드는 일임을 잘 알아주는 사람이 있다.					
12	내 주위에는 아이와 관련하여 어떤 문제가 생겼을 때, 해결에 도움이 되는 구체적인 대안이나 정보를 주는 사람이 있다.					

다음은 복지 제도 및 의료 서비스 관련 군의 지원이 미취학 자녀를 키우면서 얼마나 도움이 되었는지에 대한 질문입니다.

■ 다음은 복지 제도와 관련된 군의 지원 내용입니다.

1. 귀하는 출산 휴가를 이용하신 적이 있으십니까? ① 네 → 1-1~3 이동 ② 아니오

1-1. 있다면 기간은? _____개월(평균)

1-2. 있다면 동료, 상사 등에게 폐를 끼치는 것으로 생각하였습니까? ① 네 ② 아니오

1-3. 있다면 출산 휴가 시 부대 일이 걱정이 되었습니까? ① 네 ② 아니오

2. 귀하는 출산 휴가 기간이 충분하다고 생각하십니까? ① 네 ② 아니오

3. 귀하는 육아 휴직을 이용하신 적이 있으십니까? ① 네 → 3-1~3 이동 ② 아니오

3-1. 있다면 기간은? _____개월(평균)

3-2. 있다면 동료, 상사 등에게 폐를 끼치는 것으로 생각하였습니까? ① 네 ② 아니오

3-3. 있다면 육아 휴직 시 부대 일이 걱정이 되었습니까? ① 네 ② 아니오

4. 귀하는 육아 휴직 기간이 충분하다고 생각하십니까? ① 네 ② 아니오

5. 귀하는 당직 면제제도를 이용하신 적이 있으십니까? ① 네 → 5-1~3 이동 ② 아니오

5-1 있다면 기간은? _____일/월(평균)

5-2 있다면 동료, 상사 등에게 폐를 끼치는 것으로 생각하였습니까? ① 네 ② 아니오

5-3 있다면 당직 면제제도를 이용 시 부대 일이 걱정이 되었습니까? ① 네 ② 아니오

6. 귀하는 보육 시설을 이용하고 있습니까? ① 네 ② 아니오

6-1 있다면 이용하는데 월 평균 비용은? _____만원

7. 귀하는 보육 시설 이용 시, 정부 육아교육비 지원을 받고 있습니까? ① 네 ② 아니오

7-1 있다면 지원받는 월 평균 비용은? _____만원

8. 귀하는 보육 시설이 자녀 양육에 도움이 된다고 생각하십니까? ① 네 ② 아니오

9. 귀하는 군 부대 내 보육 시설이 필요하다고 생각하십니까? ① 네 ② 아니오

■ 다음은 의료 서비스와 관련된 군의 지원 내용입니다.

10. 귀하는 군 병원이 이용하기에 가까운 위치에 있다고 생각하십니까? ① 네 ② 아니오

11. 귀하의 미취학 자녀가 군 병원을 이용한 적이 있습니까?

① 네 → 11-1~2 이동 ② 아니오 → 11-3 이동

11-1 **있다면** 연 평균 이용횟수는? _____회

11-2 **있다면** 군 병원 진료가 자녀에게 도움을 주었습니까? ① 네 ② 아니오

11-3 **이용한 적이 없다면** 이유는 무엇이었습니까? (복수응답가능)

① 민간 병원 이용 ② 근처 군 병원 부재
③ 긴 대기시간 ④ 군 병원 진료 범위 초과
⑤ 군 병원에 대한 신뢰 부족 ⑥ 군 병원 이용을 위한 근무 일정 조정의 어려움
⑦ 기타 ( )

12. 귀하는 산전, 산후 관리 목적으로 군 병원 산부인과를 이용한 적이 있습니까?

① 네 → 12-1~2 이동 ② 아니오 → 12-3 이동

12-1 **있다면** 연 평균 이용횟수는? _____회

12-2 **있다면** 군 병원 산부인과 진료가 귀하에게 도움을 주었습니까? ① 네 ② 아니오

12-3 **이용한 적이 없다면** 이유는 무엇이었습니까? (복수응답가능)

① 근처 군 병원 내 산부인과 미 개설 ② 민간 병원 이용
③ 근처 군 병원 부재 ④ 군 병원 이용을 위한 근무 일정 조정의 어려움
⑤ 군의관이 남군인 것에 대한 불편감 ⑥ 군 병원에 대한 신뢰 부족
⑦ 군 병원 내 해당 과에 대한 정보 부족 ⑧ 산부인과 진료 필요성 못 느낌
⑨ 기타 ( )

13. 귀하는 정신과 진료 목적으로 군 병원을 이용한 적이 있습니까?

① 네 → 13-1~2 이동 ② 아니오 → 13-3 이동

13-1 ① **있다면** 연 평균 이용횟수는? _____회

13-2 ① **있다면** 군 병원 진료가 정신건강관리에 도움이 되었습니까? ① 네 ② 아니오

13-3 ② **이용한 적이 없다면** 이유는 무엇이었습니까? (복수응답가능)

① 정신과적 증상이 없으므로 해당 사항 없음 ② 근처 군 병원 부재
③ 군 병원 이용을 위한 근무 일정 조정의 어려움 ④ 신분 노출에 대한 부담감
⑤ 긴 대기시간 ⑥ 진급에 불이익이 될 수 있다는 불안감
⑦ 군 병원에 대한 신뢰 부족 ⑧ 군 병원 내 해당 과에 대한 정보 부족
⑨ 군 병원 진료 범위 초과 ⑩ 기타 ( )

3. 정신건강 – 우울

각 문항에서 지난 일주일 동안 본인에게 해당되는 것을 하나만 체크해주세요.

	문 항	있 음	드물게	가 끔	자 주	항 상
1	나는 내 자신이 무가치하다고 느꼈다.					
2	나는 무력감을 느꼈다.					
3	나는 우울했다.					
4	나는 희망이 없다고 느꼈다.					
5	나는 내가 실패자라는 느낌이 들었다.					
6	나는 불행하다고 느꼈다.					
7	나는 앞날에 대해서 아무것도 기대할 것이 없다고 느꼈다.					
8	나는 기운이 날 만한 일이 하나도 없다고 느꼈다.					

3. 정신건강 – 불안

각 문항에서 지난 일주일 동안 본인에게 해당되는 것을 하나만 체크해주세요.

	문 항	있 음	드물게	가 끔	자 주	항 상
1	나는 두려움을 느꼈다.					
2	나는 불안감 외에 다른 것이 집중하기 어려웠다.					
3	나는 걱정에 압도당했다.					
4	나는 마음이 불편했다.					
5	나는 초조했다.					
6	나는 불안해서 도움이 필요하다고 느꼈다.					
7	나는 불안했다.					
8	나는 긴장감을 느꼈다.					

4. 인구사회학적 특성

각 여러분의 일반적 특성을 알아보기 위한 질문입니다. 해당하는 번호에 V표(또는 답) 해주시기 바랍니다.

■ 다음은 귀하와 관련된 내용입니다.

1. 귀하의 연령은 어떻게 됩니까?

① 만 20~25세 미만 ② 만 25~30세 미만 ③ 만 30~35세 미만 ④ 만 35~40세 미만

⑤ 만 40세 이상

2. 학력 수준은 어디에 해당됩니까?

① 고등학교 졸업 ② 대학 중퇴 ③ 전문대 졸업 ④ 4년제 대학교 졸업 ⑤ 대학원 재학중 이상

3. 귀하의 소속 군은 어디에 해당됩니까?

① 육군 ② 해군(해병대 포함) ③ 공군

4. 귀하의 계급은 무엇입니까?

① 하, 중사 ② 상사이상 ③ 소, 중위 ④ 대위 ⑤ 소령 이상

5. 귀하께서 근무하시는 부대는 어디에 해당됩니까?

① 정책부대 ② 교육부대 ③ 전투부대 ④ 전투지원부대 ⑤ 전투근무지원부대(병원부대포함)

6. 복무 형태는 무엇입니까? ① 단기복무 ② 연장복무 ③ 장기복무

7. 군 복무 기간은 얼마나 되십니까? ____개월

8. 종교는 무엇입니까? ① 기독교 ② 불교 ③ 천주교 ④ 무교 ⑤ 기타

■ 다음은 귀하의 가족과 관련된 내용입니다.

9. 귀하의 현재 결혼 상태는 어디에 해당됩니까? ①기혼 ② 이혼 ③ 기타 (구체적으로_____)

10. 배우자의 직업은 어디에 해당됩니까?

① 군인 ② 공무원 ③ 교사 ④ 회사원 ⑤ 전문직 ⑥ 노동자 ⑦ 무직 ⑧ 기타(구체적으로_____)

11. 가족과의 동거 형태는 무엇 입니까?

① 부부, 자녀→11-1 이동 ② 부부, 자녀, 조부모(친정, 시댁) →11-1 이동 ③ 본인과 자녀

④ 기타 (　　)

11-1 남편과 함께 거주 중이라면 한 달에 몇 일 거주 중이십니까? _____일/월(평균)

12. 귀하의 자녀 수와 평균 연령은 어떻게 되십니까? ____ 명, ___세

13. 귀하께서 근무하시는 동안 자녀를 양육하는 주 양육자는 누구입니까?

① 시부모 ② 친정부모 ③ 친척 ④ 도우미 아주머니 ⑤ 보육시설 ⑥기타(구체적으로_____)

14. 자녀를 돌보는 사람(혹은 시설)에 지출하는 비용이 있으십니까?

① 있다 →14-1 이동 ② 없다

14-1 있다면 월 평균 비용은 얼마나 되십니까?

① 10만원 미만 ② 10~20만원 미만 ③ 20~30만원 미만 ④ 30~40만원 미만

⑤ 40만원 이상

* 끝까지 성실히 답해 주셔서 진심으로 감사드립니다 *

Abstract

A study of the correlation between mental health, parenting stress, and social support of female soldiers with preschool children

Riah Kim
Department of Nursing
The Graduate School
Seoul National University

The number of women in the military has continuously increased in recent years, driven by the increased number of economically active women and the efforts of the Republic of Korea (ROK) Armed Forces to increase women in its workforce. However, for many women in the military, child rearing is still a highly stressful experience on account of extraordinary work arrangements involving required services in remote areas, separation from their families, and job rotation cycles. Parenting stress is affected by the level of social support, and may exert significant impact on one' s mental health. As such, this study uses a stress process model to examine the stress factors focusing on outcomes such as depression, anxiety, and lower quality of living, and understand the relationship between the parenting stress, social support, and mental health of

female soldiers with preschool children.

This study is a descriptive correlation study utilizing a self-reporting questionnaire. A mobile survey was conducted from June 16, 2021 to August 16, 2021 to collect data on 197 women serving in the ROK Army, Navy, and Air Force with preschool children. Then, the findings were analyzed to identify the demographical characteristics, parenting stress, social support and depression, and anxiety of the participants using the SPSS/WIN 28.0 program.

The findings of this study are as follows. First, the parenting stress was 3.24 (SD=0.70) score on average. The respondents serving in the Navy reported the highest parenting stress level than those in the other military branches. Master sergeant or higher reported greater parenting stress than staff sergeant and sergeant 1st class. In addition, respondent whose husbands are not a soldier reported higher levels of parenting stress.

Second, the support from spouse and surrounding people was 3.70(SD=0.69) score on average. Major or higher reported greater the support from spouse and surrounding people than Master sergeant or higher. In addition, it was higher as the number of days spent with the husband in a month, younger children and not spending for child support.

Third, the military support related to welfare system and medical service was 9.49 (SD= 3.66). First and Second Lieutenant reported lower military support than other ranks. In addition, it was higher

than as the longer service period, the number of children and living separately from spouse.

Fourth, depression was 51.72 (SD= 9.84) score on average. The respondents serving in the Navy scoring higher than those in the other branches. In addition, respondents whose husbands are not a soldier reported higher levels of depression. Anxiety was 51.82 (SD= 11.95) score on average. The respondents serving in the Air Force and respondents with fewer children scored higher than others. In addition, respondent whose husbands are not a soldier reported higher levels of anxiety. Finally, the parenting stress, social support, depression, and anxiety of female soldiers with preschool children were significantly correlated with each other ($.16 \leq r \leq .79$, $.05 < p < .001$). In particular, depression and anxiety showed significantly positive correlation with parenting stress, and significantly negative correlation with social support.

The findings of this study suggest the need for women-friendly mental health management programs across the military to reduce depression and anxiety experienced by female soldiers with preschool children, including counseling services catered to their work patterns, diverse mental health services, and various channels to improve the accessibility of those services (intranet, social media, applications, mail, etc.). In addition, national-level policy strategies are required to increase military childcare facilities and improve access to medical facilities by building a system within the military that caters to the needs of female soldiers. More studies

are required in the future to clarify the factors affecting the depression and anxiety of women in the military parenting preschool children, and the findings should be used to inform further studies to develop mental health promotion programs for female soldiers.

Keywords : Female soldier, mental health, parenting stress, social support, depression, anxiety

Student number : 2020-24114

감사의 글

석사 과정의 마무리로 한 편의 소중한 논문을 완성하고 감사의 글을 쓰기까지 쉽지 않은 시간이었지만, 혼자만의 힘으로 채워진 연구가 아니라 많은 분들의 관심과 노력이 깃든 논문이기에 더욱 사랑과 애정을 가지고 연구하였습니다. 저의 석사 학위 논문을 완성할 수 있도록 도와준 모든 분들께 진심으로 감사합니다.

우선, 부족한 저를 이 자리에 올 수 있게 해준 최희승 지도교수님께 진심으로 깊은 감사의 말씀을 전하고 싶습니다. 한결 같은 믿음으로 지켜봐 주시고, 망설이고 주저할 때는 힘껏 당겨 주셨기 때문에 여기까지 올 수 있게 해 주셨습니다. 2년 간의 석사 과정을 수학하면서 교수님은 저에게 큰 버팀목이었습니다. 온화한 카리스마를 가진 교수님을 보면서 많은 것을 느끼고 배웠으며, 교수님을 본받아서 많은 이들에게 선한 영향력을 주고 싶습니다. 논문에 대해 아낌없는 조언을 해준 김성재 교수님, 채선미 교수님께도 진심으로 감사드립니다. 교수님들의 소중한 고견, 열정, 지지, 격려가 있었기에 연구를 끝까지 완료할 수 있었습니다. 논문의 사소한 부분까지 체크해주시는 교수님들의 정확하고, 세심한 지도에 진심으로 감사드립니다.

다음으로, 학문에 매진할 수 있게 물심양면으로 지원해준 든든한 버팀목 엄마, 늘 발전적인 태도로 삶을 살아가며, 그 방식을 알려준 인생의 멘토 아빠, 6년간 만나면서 서로 바쁜 시기임에도 불구하고, 힘든 내색 없이 항상 한결 같은 예비 신랑 대한, 절친이나 다름없는 내 동생 은진, 가족의 활력이 되어주는 둘째 동생 은투에게 깊은 감사의 인사를 전합니다. 앞으로 소중한 가족이 될 어머님, 아버님, 유리, 재현에게도 감사의 인사를 드립니다. 위 가족들의 많은 도움과 응원을 통해 2년간의 석사 과정을 무사히 마칠 수 있었고, 의미 있는 연구 결과를 얻을 수 있었습니다.

대학원 신입생 때, 사소한 질문까지 항상 친절한 답변을 해주시고, 저뿐 아니라 같은 연구실 지도학생들까지 살뜰히 챙겨준 전예슬 선생님, 부족한 저에게 함께 연구를 제안해주신 덕분에 많은 연구를 진행할 수 있게 도와준 안중근 선생님, 제 이야기 잘 들어주고 같이 있으면 마음이 편한 김지우 선생님, 비대면 수업이 지속되었음에도 꾸준히 연락하고 첫 대학원 생활을 같이 보낸 대학원 동기인 조수현 선생님, 지속적인 연구모임을 하며 함께 연구자의 길을 걷고 있는 신소연 선생님께도 진심으로 감사드립니다.

그리고 무엇보다 이 논문이 나올 수 있게 연구를 참여해주신, 지금 이 순간에도 나라와 가정을 지키기 위해 전국 각지에서 힘쓰고 있는 대한민국 여군 분들께 진심으로 감사드립니다. 저를 포함한 여군이라는 이름을 가진 모든 이들과 그들의 가족들을 아끼고 사랑하는 마음으로 논문을 썼습니다. 이 논문을 통해 여군, 그리고 군인 배우자, 군인 자녀 모두에게 진심 어린 도움이 될 수 있기를 바라며, 글을 마칩니다.

2022년 1월

김리아 올림