pISSN 1226-4474, eISSN 2982-6845
The Korean Journal of Human Development Vol. 33, No. 3, September 2026, 163-178
https://doi.org/10.15284/kjhd.2026.33.3.163

KJHD

어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과*

The Sequential Mediating Effects of Parental Burnout and Rejective Parenting Attitudes on the Relationship between Maternal Socially Prescribed Perfectionism and Early Childhood Problem Behaviors

1차원고접수: 2026.07.06. 수정원고접수: 2026.08.25. 최종게재결정: 2026.09.19.

정수인[1] · 김연수[2]
[1]전주대학교 상담심리대학원 아동발달상담심리학과, 석사
[2]전주대학교 사회과학대학 상담심리학과, 부교수

Jeong, Suin[1]
Kim, Yeonsoo[2]
[1]Dept. of Child Developmental Counseling Psychology, Graduate School of Jeonju University
[2]Dept. of Counseling Psychology, Jeonju University

국문초록 본 연구의 목적은 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과를 확인하는 것이다. 이를 위해 만 3 ~ 5세 유아(남아 214명, 여아 186명)의 어머니 400명을 대상으로 다차원적 완벽주의 척도, 부모소진 척도, 부모-자녀 수용・거부 및 통제 척도, 유아 행동평가척도로 구성된 온라인 설문을 실시하고 PROCESS macro v4.2의 model 6을 사용해 분석하였다. 그 결과 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과가 유의하였으며, 직접효과는 유의하지 않았다. 반면 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서는 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과와 직접효과 모두 유의하였다. 본 연구의 의의는 어머니의 성격 특성인 사회부과적 완벽주의가 유아의 문제행동에 이르는 경로를 문제행동 유형별로 구체적으로 확인하였다는 데 있다. 내재화 문제행동에 대해서는 거부적 양육태도의 감소에 초점을 둔 개입이, 외현화 문제행동에 대해서는 어머니의 사회부과적 완벽주의 자체를 함께 다루는 개입이 고려될 필요성을 논의하였다.

주요어 사회부과적 완벽주의, 부모소진, 거부적 양육태도, 내재화 문제행동, 외현화 문제행동, 유아기

Abstract The purpose of this study is to examine the sequential mediating effects of parental burnout and rejective parenting attitudes on the relationship between mothers' socially prescribed perfectionism and problem behaviors in young children. Participants were 400 mothers of children aged 3-5 years (214 boys and 186 girls), who completed an online survey assessing multidimensional perfectionism, parental burnout, parental acceptance-rejection/control, and child behavior. Data were analyzed using PROCESS macro Model 6. The results showed a significant sequential mediating effect of parental burnout and rejective parenting attitudes on the relationship between mothers' socially prescribed perfectionism and children's internalizing problems, whereas the direct effect was not significant. In contrast, for externalizing problems, both the sequential mediating effect and the direct effect of mothers' socially prescribed perfectionism were significant. This study contributes to the literature by identifying distinct pathways through which mothers' socially prescribed perfectionism is associated with young children's problem behaviors according to problem type. The findings suggest that interventions for internalizing problems may benefit from reducing rejective parenting attitudes, whereas interventions for externalizing problems may need to address mothers' socially prescribed perfectionism itself.

Keywords *socially prescribed perfectionism, parental burnout, rejective parenting attitude, internalizing problem behavior, externalizing problem behavior, early childhood*

* 이 논문은 제1저자의 석사학위논문(2026)의 일부를 수정・보완한 것임.

Corresponding to 김연수(Kim, Yeonsoo)
전주대학교 사회과학대학 상담심리학과, 부교수(Dept. of Counseling Psychology, Jeonju University) E-mail. yskim17@jj.ac.kr
Copyright © 2026 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

유아기는 독특한 발달적 전환점을 맞이하는 시기이다. 이전까지는 주로 가정 내 양육자와의 관계에 집중되었던 유아의 생활 반경은 이 시기 동안 유치원과 어린이집이라는 새로운 사회적 공간으로 확장된다. 유아는 또래와의 관계를 본격적으로 경험하고 교사와 관계를 맺으며 집단생활에서 요구되는 규칙 준수와 감정 조절을 학습해야 한다. 동시에 언어 발달이 급격히 이루어지면서 자신의 감정과 욕구를 언어로 표현하는 능력이 확장되고, 상징적 사고와 자기개념의 형성이라는 인지발달 과업도 이 시기에 집중된다(Berk, 2020). 이처럼 여러 발달과업을 수행해야 하는 유아기는 사회적 요구와 개인의 발달적 역량 사이의 불균형이 빈번하게 발생하는 시기인 만큼, 이 시기 동안 정서적, 행동적 어려움, 즉 문제행동이 나타날 가능성이 높아질 수 있다.

유아의 문제행동은 일상생활에서 발달적, 사회적 기대와 규범에서 벗어나 부적응적인 형태를 보이는 인지적, 정서적, 기능적 행동을 의미한다(김영아, 이진, 문수종, 김유진, 오경자, 2009; Achenbach & Rescorla, 2000; Guo, Hao, Wang, & Li, 2024). 유아기의 문제행동은 부정적인 감정과 고통이 표현되는 방향성을 기준으로 두 유형으로 구분된다(Achenbach & Rescorla, 2000). 내재화 문제행동은 유아가 자신의 고통이나 부정적인 감정을 적절히 밖으로 표현하지 못하고 안으로 향하게 하여 감정을 지나치게 절제하고 억제하는 정서적 부적응을 말한다. 또한 외현화 문제행동은 유아가 감정과 행동을 스스로 적절히 통제하지 못하여 부정적인 감정이 바깥으로 표현되어 결과적으로 타인이나 주변 환경과 갈등을 일으키는 형태의 행동적 부적응을 의미한다(김영아 등, 2009; 김은경, 박서이, 2025; Suarez & Yakupova, 2026).

유아기 문제행동의 위험요인과 관련하여 부모 개인의 심리적 취약성이 실제 양육과정을 통해 유아의 문제행동으로 연결될 수 있다는 통합적 관점이 꾸준히 강조되어 왔다(Shaw, Gilliom, Ingoldsby, & Nagin, 2003; Yan, Ansari, & Peng, 2021). 심리적 취약성이란 개인 내부에 안정적으로 존재하다가 스트레스 상황에서 활성화되어 정서적 고통이나 부적응적 기능의 위험을 높이는 개인적 특성을 의미한다(Ingram & Luxton, 2005). 유아기 문제행동과의 관련성이 보고되어 온 부모의 심리적 취약성 변인으로는 완벽주의(강효진, 이시자, 2021; 김예진, 이동귀, 2021), 신경증 성향(송민정, 한세영, 2011; Prinzie et al., 2004), 우울 및 불안(Goodman et al., 2011) 등을 들 수 있다. 이 중 어머니의 완벽주의는 단순히 높은 기준을 추구하는 부모 자신의 내적 성향일 뿐만 아니라 다양한 발달과업에 직면한 유아의 수행과 행동에 대한 높은 기준을 통해 지속적인 심리적 긴장과 부담을 유발하고 발달에 영향을 미칠 수 있다는 점에서(강효진, 이시자, 2021), 유아기 문제행동의 위험요인으로 주목할 필요가 있다.

완벽주의는 자신 또는 타인에게 지나치게 높은 기준을 설정하고, 이를 충족시키지 못할 경우 과도한 자기비난과 실패감을 경험하는 성향을 의미한다(Hewitt & Flett, 1991). 완벽주의는 자기지향적, 타인지향적, 사회부과적 완벽주의의 세 차원으로 구분되는데(Hewitt & Flett, 1991), 이 중 사회부과적 완벽주의(socially prescribed perfectionism)는 타인이 자신에게 완벽함을 기대한다고 지각하고 그 기대에 반드시 부응해야 한다는 강박적 압박을 내면화하는 성향이다. 이는 외부 평가에 의해 추동되는 수동적이고 불안 유발적인 속성을 지닌다는 점에서 세 유형 중 가장 부적응적인 완벽주의 성향이라고 할 수 있다. 양육 장면에 적용해 보면, 부모 역할과 관련하여 사회부과적 완벽주의 성향이 높은 부모는 '좋은 부모'가 되어야 한다는 사회적 압박과 양육 기준을 과도하게 내면화하며, 양육 과정에서 지속적인 부담과 심리적 긴장을 경험하기 쉽다. 어머니의 완벽주의 성향이 자신 뿐 아니라 유아의 문제행동에도 미치는 부정적 영향은 여러 연구에서 보고되어 왔다(김예진, 이동귀, 2021; 윤현정, 2024). 예를 들어 김예진과 이동귀(2021)는 어머니의 부적응적 완벽주의 성향이 부정적 양육행동을 매개하여 유아기 자녀의 정서 및

행동 문제에 영향을 미침을 보여주었다. 또한 사회부과적 완벽주의 성향이 높은 부모일수록 타인의 기대와 평가에 민감하게 반응하고 부모 역할 수행 과정에서 더 높은 정서적 탈진과 부담을 경험하는 경향이 있었다(신가영, 김보영, 2025; Mikolajczak, Gross, & Roskam, 2023; Sorkkila & Aunola, 2020). 이처럼 양육 과정에서 부모가 경험하는 만성적인 심리적 긴장으로서 어머니 개인 뿐 아니라 유아 발달에도 영향을 미칠 수 있는 변인으로 부모소진을 들 수 있다.

부모소진(parental burnout)이란 자녀를 양육하는 과정에서 부모가 경험하는 역할 요구와 이에 대처하기 위해 필요한 자원 간의 만성적인 불균형으로 발생하는 증후군을 의미한다(Mikolajczak & Roskam, 2018). 초기에는 주로 자폐스펙트럼 장애나 소아당뇨 등 장기적, 지속적 돌봄이 필요한 만성질환 아동의 부모를 대상으로 연구가 진행되어 오다가(Lindström, Åman, & Norberg, 2010; Varghese & Venkatesan, 2013), 다양한 문화권에서 특별한 장애를 가지고 있지 않은 일반 아동의 부모도 경험할 수 있다는 점이 보고되면서 그 대상이 확대되었다(Roskam et al., 2021). 한편 부모소진과 관련된 원인 및 결과 변인에 대한 탐색에 있어 주로 양육자 당사자에 초점이 맞춰져 있었으나(Mikolajczak, Aunola, Sorkkila, & Roskam, 2023), 부모소진과 자녀발달, 특히 문제행동 간 관련성에 대한 연구도 점차 증가하는 추세이다(정명아, 김연수, 2025; Chen, Qu, Yang, & Chen, 2022; Guo et al., 2024; Song, Wang, Chen, & Li, 2024). 최근 여러 선행연구에서 부모소진은 아동 및 청소년(Chen et al., 2022; Guo et al., 2024; Song et al., 2024)과 유아(Cao, Gou, Han, Li, & Zhou, 2024; Suarez & Yakupova, 2026; Woine et al., 2024)의 문제행동을 유의하게 예측하였다. 또한 부모소진이라는 양육자의 심리적 내적 경험이 자녀의 문제행동에 영향을 미치는 과정에서 양육태도를 매개하는 경향이 있었다. 부모소진 상태에서 나타나는 양육에서의 변화는 수용과 온정의 감소(Woine et al., 2024)와도 관련이 있었지만 적대감, 방임, 냉담함과 같은 부정적, 거부적 태도의 활성화로도 나타났다(Chen et al., 2022; Song et al., 2024). 아직까지 부모소진이 긍정적 양육의 부족과 부정적 양육의 활성화 둘 중 무엇과 더 강한 관련성을 가지는지 명확한 결론이 내려지지 않은 상태이기는 하지만, 부모소진과 부정적 양육태도 간의 관련성을 보고한 선행연구들이 상대적으로 많다는 점을 고려하면 부모소진은 단순히 긍정적 양육행동을 약화시키는 것 뿐 아니라 주로 자녀를 향한 부정적 정서 표출을 촉진하는 방식, 즉 거부적 양육태도를 증가시키는 변인으로 작용할 가능성이 있다.

거부적 양육태도(rejective parenting attitude)란 자녀를 양육하면서 취하게 되는 냉담하고 적대적인 태도를 의미한다(Rohner, 2005). 부모소진이 거부적 양육태도를 거쳐 문제행동에 미치는 영향은 주로 청소년을 대상으로 한 연구에서 보고되었다(Chen et al., 2022; Song et al., 2024). 예를 들어 Song 등(2024)은 어머니의 부모소진이 청소년 자녀의 사회적 적응에 미치는 영향에서 거부적 양육태도의 매개효과를 분석한 결과 부모소진은 거부적 양육태도를 직접적이고 유의하게 정적으로 예측하였으며 부모소진이 거부적 양육태도를 거쳐 청소년의 사회적 적응에 미치는 간접효과도 유의하였다. 한편 Chen 등(2022)도 거부적 양육태도와 밀접하게 관련된 적대감과 관련 변인 간 관련성을 알아본 3시점 종단연구 결과, 어머니의 부모소진이 자녀의 내재화 문제로 가는 직접 경로는 통계적으로 유의하지 않았으며, 어머니의 적대감을 거쳐서만 영향을 미치는 완전매개효과를 보고하였다. 반면, 외현화 문제행동의 경우 어머니의 적대감을 거치는 간접 경로뿐만 아니라, 부모소진이 외현화 문제를 직접 악화시키는 경로도 유의하게 나타났다(Chen et al., 2022). 국내 선행연구에서도 3 ~ 5세 유아를 양육 중인 어머니의 부모소진과 유아의 문제행동 간 관계에서 거부적 양육태도의 매개효과가 유의하였다(정명아, 김연수, 2025). 구체적으로 이 연구에서는 거부적 양육태도가 부모소진과 유아 문제행동 간의 관계를 유의하게 매개하였으나, 내재화 및 외현화 문제행동에 따라 그 경로의 강도와 직접효과의 유의성이 부분적으로 상이하게 나타났다. 앞서 기술한 바와 같이 부모소진이라는 양육자의 개인 내적 경험이

자녀와 상호작용하는 과정에서 양육태도 및 행동으로 표출되고 결과적으로 문제행동에도 순차적으로 영향을 미침을 추론할 수 있다.

선행연구들을 종합하면 어머니의 사회부과적 완벽주의는 소진과 거부적 양육태도를 거쳐 순차적으로 유아의 문제행동과 관련될 가능성이 있으나 이를 하나의 모형 안에서 통합적으로 검증한 연구는 상대적으로 많지 않다. 어머니의 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 관련하여 주요 위험요인임을 보고한 연구들은 자녀의 발달적 결과로서 유아기 문제행동을 포함하지 않았다(신가영, 김보영, 2025; Sorkkila & Aunola, 2020). 부모소진과 거부적, 적대적 양육태도, 문제행동 간 관련성을 살펴본 국외 연구들은 그 대상이 청소년이어서 유아의 문제행동에 대해서는 변인 간 관련성을 명세화할 수 없다는 한계가 있다(Chen et al., 2022; Song et al., 2024). 또한 부모소진이 거부적 양육태도를 매개로 유아의 문제행동에 영향을 미친다는 것을 확인한 연구는 부모소진에 영향을 미치는 선행 요인으로서 어머니의 성격적 특성을 고려하지 않아(정명아, 김연수, 2025), 어머니가 왜 부모소진에 이르게 되는지 그 원인에 대해서는 설명할 수 없다. 요컨대 어머니의 심리적 취약성에서 출발하여 부모소진과 거부적 양육태도를 거쳐 유아의 문제행동에 이르는 전체 경로를 하나의 모형 안에서 확인한 연구는 찾아보기 힘들다. 이와 같은 통합적 경로를 확인함으로써 유아기 문제행동을 예방할 수 있는 개입의 시점을 부모소진 및 거부적 양육태도보다 더 선행할 수 있는 변인으로 확장하고 개입의 유형을 다각화하는 데 기초 자료를 제공할 수 있다는 점에서 추가적 연구가 필요하다.

한편 내재화 문제행동과 외현화 문제행동은 동일한 선행변인에 노출되더라도 서로 다른 경로와 강도로 영향을 받을 가능성이 있다. 내재화 문제행동은 부정적 감정을 내부로 향하게 하는 과도한 정서적 억제를 특징으로 하는 반면, 외현화 문제행동은 감정과 행동이 외부로 표출되어 타인과 갈등을 일으키는 형태를 띤다(김영아 등, 2009). 이같은 차이를 고려할 때 어머니의 사회부과적 완벽주의로부터 소진과 거부적 양육태도를 거쳐 문제행동에 이르는 경로의 양상도 상이할 가능성이 있다. 이와 관련하여 유아기 자녀의 어머니를 대상으로 한 선행연구에서 부모소진이 거부적 양육태도를 매개로 문제행동에 이르는 경로는 내재화 문제행동과 외현화 문제행동에 따라 직접효과의 유의성이 다르게 나타났다(정명아, 김연수, 2025). 이를 고려하면 문제행동 유형을 구분하여 변인 간 관련성을 살펴볼 필요가 있다.

본 연구에서는 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과를 확인하고자 한다. 또한 내재화 및 외현화 문제행동의 상이한 특성을 고려하여, 별도의 모형을 통해 문제행동 유형별 경로를 비교 검토할 것이다. 순차적 매개효과를 탐색하는 이유는 양육자 개인이 가지고 있는 심리적 취약성이 양육 장면에서 부모

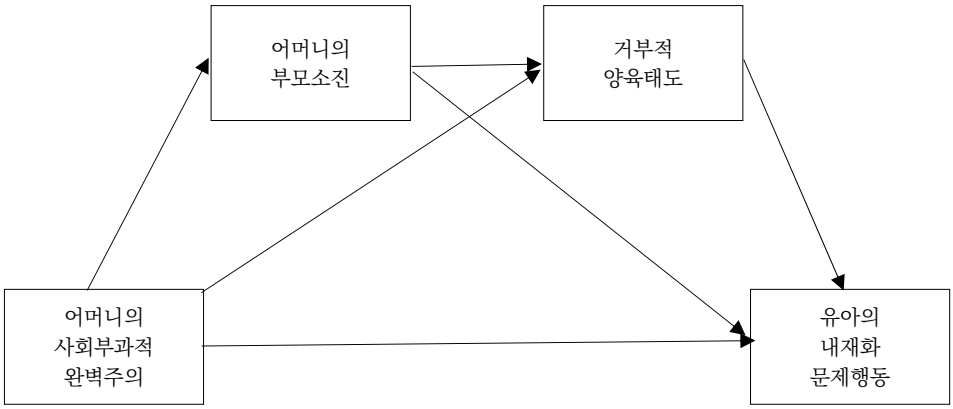


그림 1. 연구모형 1

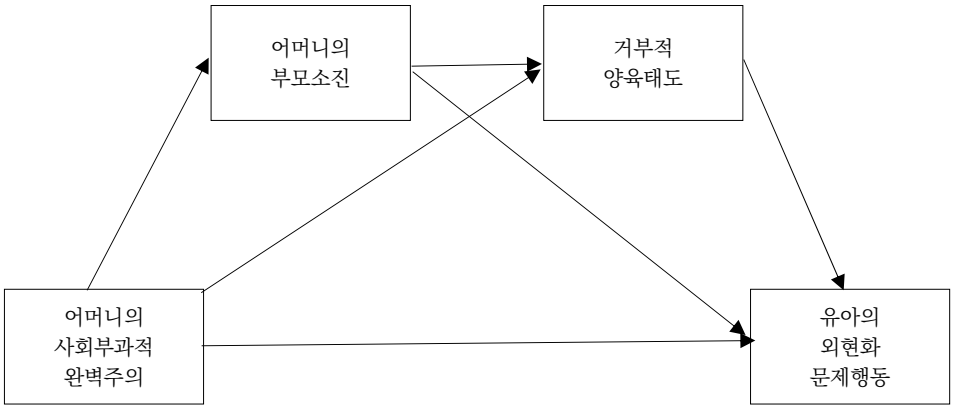


그림 2. 연구모형 2

소진과 관련되고, 부모소진이라는 개인 내적 경험이 아동과의 상호작용에서 거부적 양육태도로 표출, 누적되어 문제행동 증가와 관련될 수 있음을 실증적 자료로 확인하기 위함이다. 이를 통해 어머니의 성격적 취약성과 유아기 문제행동 간 관련성을 보다 통합적으로 이해하는데 도움이 될 수 있을 것이다. 위와 같은 연구문제를 탐색하기 위하여 본 연구에서는 그림 1 및 그림 2와 같은 연구모형을 설정하였다.

2. 연구문제

연구문제1. 어머니의 사회부과적 완벽주의, 부모소진, 거부적 양육태도, 유아기 내재화 및 외현화 문제행동은 서로 상관이 있는가?

연구문제2. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 내재화 문제행동 간 관계를 부모소진과 거부적 양육태도가 순차적으로 매개하는가?

연구문제3. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 외현화 문제행동간 관계를 부모소진과 거부적 양육태도가 순차적으로 매개하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 만 3세부터 5세 사이의 유아를 양육하는 어머니 400명을 대상으로 하였다. 자료 수집은 온라인 설문조사 전문 업체인 (주)마크로밀 엠브레인의 패널을 활용하여 2026년 4월에 진행되었다. 연구 참여자에게는 온라인으로 연구 설명문 및 동의서를 제공하고 자발적 동의를 얻은 후 설문을 실시하였다. 이때 연구 참여자에게 만일 자녀가 2명 이상일 경우에는 3 ~ 5세 사이의 자녀 중 한 명만을 생각하여 연령과 성별을 비롯하여, 전체 문항에 대해 응답하도록 요청하였다. 본 연구에 참여한 어머니들의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시하였다. 어머니 연령은 평균 38.16세였으며(SD = 3.72), 자녀의 성별은 남아 214명, 여아 186명이었다. 또한 최종 학력은 대학교 졸업자가 가장 많았으며(65%), 직업 상태로 전업주부라고 답한 비율이 가장 높았다(41.5%). 총 자녀 수는 2명(49.2%), 1명(43.8%), 3명 이상(7%) 순이었다.

2. 측정도구

1) 사회부과적 완벽주의

어머니의 사회부과적 완벽주의를 측정하기 위해 Hewitt과 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(Multi-dimensional Perfectionism Scale)를 국내 실정에 맞게 번안, 타당화한 한기연(1993)의 도구를 사용하였다. 본 연구에서는 다차원적 완벽주의를 측정하는 45문항 중 사회부과적 완벽주의를 측정하는 15문항만을 사용하였으며 주로 타인의 기대와 인정에 대한 강박적 부담

표 1. 연구 참여자의 인구통계학적 특성 (N = 400)

변인	구분	빈도(명)	비율
어머니 연령	30대	264	66.0
	40대	118	29.5
	기타	18	4.5
최종 학력	대학교 졸업	260	65.0
	전문대 졸업	75	18.8
	대학원 졸업 이상	35	8.8
	고등학교 졸업	30	7.5
직업 상태	전업주부	166	41.5
	사무직계열	150	37.5
	전문직계열	42	10.5
	기타 및 서비스직	42	10.5
총 자녀 수	1명	175	43.8
	2명	197	49.2
	3명 이상	28	7.0
자녀 성별	남아	214	53.5
	여아	186	46.5
자녀 연령	만 3세	162	40.5
	만 4세	165	41.3
	만 5세	73	18.2
전체		400	100.0

감을 평가하는 내용이었다. 구체적인 문항의 예로는 '나의 가족은 내가 완벽하기를 기대한다' 등이 있다. 5점 Likert 척도로 평정되며, 총점이 높을수록 타인으로부터 완벽해야 한다는 압박감을 더 강하게 지각함을 의미한다. Hewitt과 Flett(1991)에서 보고된 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .84로 나타났으며, 본 연구에서는 .86이었다.

2) 부모소진

어머니가 자녀를 양육하는 과정에서 겪는 정서적, 심리적 소모 상태를 측정하기 위하여 엄문설과 이양희(2020)의 척도를 사용하였는데 이는 Roskam, Brianda와 Mikolajczak(2018)의 부모소진 척도(Parental Burnout Assessment; PBA)를 한국어로 번안하고 타당화한 도구이다. 이 척도는 단순히 육체적으로 힘든 상태를 넘어, 양육이라는 특수한 맥락에서 부모가 경험하는 만성적인 자원 고갈을 평가하기 위한 4개의 하위 차원, 총 23문항으로 구성되어 있다. 하위 요인별 구체적인 예시 문항은 다음과 같다. 부모 역할에 대한 과도한 책임감으로 한계에 다다랐다고 느끼는 '탈진(9문항)'은 '나는 부모로서 정말 지쳐 있다는 느낌이 든다', 소진을 겪기 전 과거의 긍정적이었던 자신의 모습과 대조하며 자책감을 느끼는 '자기대조(6문항)'는 '나는 아이에게 예전만큼 좋은 엄마가 아니라고 생각한다'라는 문항을 포함한다. 또한 양육에서 기쁨을 느끼지 못하는 '포화(5문항)'는 '나는 부모 역할을 해내지 못할 것 같다', 자녀의 요구에 기계적으로만 반응하는 '정서적 거리두기(3문항)'는 '나는 나의 아이들을 위해 꼭 해야 하는 것 이외는 하지 않는다' 등의 문항이 있다. 각 문항은 7점 Likert 척도로 평정되며, 합산 점수가 높을수록 어머니가 체감하는 부모소진 증상이 심각함을 시사한다. 엄문설과 이양희(2020)의 타당화 연구에서 신뢰도는 전체 .95로 보고되었으며, 본 연구에서의 전체 신뢰도는 .96, 하위 요인별로는 탈진 .95, 자기대조 .92, 포화 .91, 정서적 거리두기 .82였다.

3) 거부적 양육태도

어머니의 양육태도를 파악하기 위하여 Rohner(2005)

가 개발한 부모-자녀 수용・거부 및 통제 척도(PARQ/Control)를 나은숙과 이종인(2008)이 한국의 양육 문화에 맞추어 재구성한 부모용 척도 중 거부적 양육태도 13문항을 사용하였다. 구체적인 예시 문항을 살펴보면, '아이가 잘못을 저지를 경우, 윽박지르거나 위협적으로 대한다', '가급적 내 아이와 함께 있지 않으려고 한다', '아이가 버릇없이 행동하면 친구들 앞에서 창피를 준다' 등 신체적, 언어적으로 상처를 주거나 자녀를 무시하며 애정을 제한하는 내용들로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 거부적 양육태도가 강함을 의미한다. 본 연구에서 내적 합치도는 .89로 나타났다.

4) 유아의 문제행동

유아기 자녀가 일상생활에서 나타내는 정서 및 행동적 어려움을 측정하기 위해 Achenbach와 Rescorla (2000)의 척도를 김영아 등(2009)이 한국 영유아의 발달적 특성에 맞게 표준화한 유아 행동평가척도(CBCL 1.5-5) 부모용을 사용하였다. 본 연구에서는 내재화 문제행동 36문항과 외현화 문제행동 24문항, 총 60문항을 사용하였다. 이 척도는 어머니가 자녀의 행동을 직접 관찰하여 3점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있다('전혀 그렇지 않다(0점)'부터 '자주 그렇다(2점)'). 본 연구에서는 CBCL의 내재화 및 외현화 문제행동 각 문항의 평정값(0 ~ 2점)을 평균 산출한 원점수 형태로 분석에 활용하였으며, 점수가 높을수록 유아의 문제행동 수준이 심각함을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's α는 전체 .95, 하위 변인인 내재화 문제행동은 .91, 외현화 문제행동은 .93이었다.

3. 연구절차

본 연구는 자료 수집에 앞서 연구자가 속한 기관의 생명윤리위원회로부터 연구 절차 및 윤리적 타당성에 대한 사전 심의를 거쳐 승인(jjIRB-260226-HR-2026-0208)을 받은 후 진행되었다. 자료 수집은 온라인 리서치 전문 기관인 (주)마크로밀 엠브레인의 패널을 활용하였다. 업체 시스템을 통해 연구 대상자 조건에 부합하는 대상자를 선정하여 설문 참여를 요청하였으며, 연구의 목적과 익명성 보장 등이 포함된 안내문을 읽고 연구 참여에 자발적으로 동의한 대상자에 한하여 조사를 실시하였다. 설문 응답을 완료한 참여자에게는 설문 소요 시간에 따라 소정의 포인트를 지급하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 29.0 프로그램과 Hayes(2022)의 PROCESS macro v4.2를 사용하여 분석하였다. 구체적으로 다음과 같은 분석절차를 거쳤다. 첫째, 어머니의 사회부과적 완벽주의, 부모소진, 거부적 양육태도 및 유아의 문제행동의 기술통계 분석을 실시하였으며 측정 변인들 간의 관련성을 파악하기 위해 Pearson의 적률상관 분석을 실시하였다. 둘째, 어머니의 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 거부적 양육태도를 거쳐 각각 유아의 내재화 문제행동과 외현화 문제행동에 이르는 구조적 관계와 순차적 매개효과를 확인하기 위해 SPSS PROCESS macro의 model 6를 실시하였다. 셋째, 매개경로의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하였다. 5,000회의 재표집을 실시하였으며, 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되지 않을 경우 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다.

Ⅲ. 결과 및 해석

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관

어머니의 사회부과적 완벽주의, 부모소진, 거부적 양육태도 및 유아의 내재화・외현화 문제행동의 일반적 경향성과 정규성을 파악하기 위해 기술통계 분석을, 변인 간의 관련성을 알아보기 위해 상관 분석을 실시하였다. 그 결과는 표 2와 같다.

먼저 각 변인의 정규성을 살펴본 결과, 왜도(skewness)

절댓값은 0.13 ~ 1.28로 나타났고, 첨도(kurtosis) 절댓값은 0.22 ~ 1.62로 나타났다. 이는 Kline(2015)이 제시한 정규성 가정의 기준, 즉 왜도 절댓값 3 미만, 첨도 절댓값 10 미만을 충족하는 것으로 나타나, 본 연구의 변인들이 정규성을 갖추었음을 확인하였다.

변인 간의 상관관계를 분석한 결과, 모든 주요 변인 간에는 통계적으로 유의미한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로, 어머니의 사회부과적 완벽주의는 부모소진(r = .53, p < .001), 거부적 양육태도(r = .23, p < .001), 내재화 문제행동(r = .28, p < .001), 외현화 문제행동(r = .29, p < .001)과 유의한 정적 상관이 있었다. 또한 부모소진은 거부적 양육태도(r = .53, p < .001), 내재화 문제행동(r = .44, p < .001), 외현화 문제행동(r = .45, p < .001)과 유의한 정적 상관을 나타냈다. 거부적 양육태도는 내재화 문제행동(r = .46, p < .001), 외현화 문제행동(r = .47, p < .001)과 유의한 정적 상관이 있었다.

2. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과

어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과를 분석하였다(표 3 참조). 구체적으로 어머니의 사회부과적 완벽주의는 유아의 내재화 문제행동에 유의한 정적 영향이 있었으며(β = .28, p < .001), 부모소진에도 유의한 정적 영향을 미쳤다(β = .53, p < .001).

사회부과적 완벽주의와 부모소진을 동시에 투입한 결과, 사회부과적 완벽주의는 거부적 양육태도에 유의한 영향이 없었으나(β = -.06, p > .05), 부모소진은 거부적 양육태도에 유의한 정적 영향을 미쳤다(β = .57, p < .001).

한편 사회부과적 완벽주의, 부모소진 및 거부적 양육태도를 유아의 내재화 문제행동에 동시에 투입하였을 때, 사회부과적 완벽주의는 유의한 영향을 미치지 않

표 2. 주요 변인들의 상관관계 및 평균, 표준편차

	1	2	3	4	5
1. 사회부과적 완벽주의	1				
2. 부모소진	.53***	1			
3. 거부적 양육태도	.23***	.53***	1		
4. 내재화 문제행동	.28***	.44***	.46***	1	
5. 외현화 문제행동	.29***	.45***	.47***	.78***	1
M	1.64	1.81	.94	.27	.29
SD	.53	1.24	.50	.21	.24
왜도	.19	.72	.13	1.03	1.28
첨도	.22	-.24	-.36	.82	1.62

***p < .001.

표 3. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 매개효과

독립변인	종속변인	*B*	*SE*	β	*t*	*F*	R^2
사회부과적 완벽주의	내재화 문제행동	.12	.03	.28	4.50***	20.25***	.08
사회부과적 완벽주의	부모소진	1.23	.10	.53	12.50***	156.16***	.28
사회부과적 완벽주의	거부적 양육태도	-.06	.05	-.06	-1.22	79.69***	.29
부모소진		.23	.02	.57	11.30***		
사회부과적 완벽주의	내재화 문제행동	.03	.02	.06	1.24	50.21***	.28
부모소진		.05	.01	.25	4.32***		
거부적 양육태도		.15	.02	.31	6.21***		

***p < .001.

았으나(β = .06, p > .05), 부모소진(β = .25, p < .001), 거부적 양육태도(β = .31, p < .001)는 유아의 내재화 문제행동에 유의한 정적 영향이 있었다.

연구모형에서 변인 간 간접효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다(표 4 참조). 이때 간접효과는 신뢰구간 내에 0이 포함되지 않을 경우 유의한 것으로 판단하였다(Hesterberg, 2011). 구체적으로 사회부과적 완벽주의가 부모소진을 통해 유아의 내재화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과(B = .06, 95% CI [.03, .09])는 유의한 것으로 나타났다. 반면 사회부과적 완벽주의가 거부적 양육태도를 통해 유아의 내재화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과(B = -.01, 95% CI [-.02, .01])는 95% 신뢰구간 내에 0을 포함하고 있어 통계적으로 유의하지 않았다. 마지막으로 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 거부적 양육태도를 순차적으로 매개하여 유아의 내재화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과(B = .04, 95% CI [.03, .06])는 유의한 것으로 나타났다. 또한 총 간접효과(B = .09, 95% CI [.06, .13]) 역시 유의한 것으로 확인되었다.

어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 매개경로계수는 그림 3과 같다.

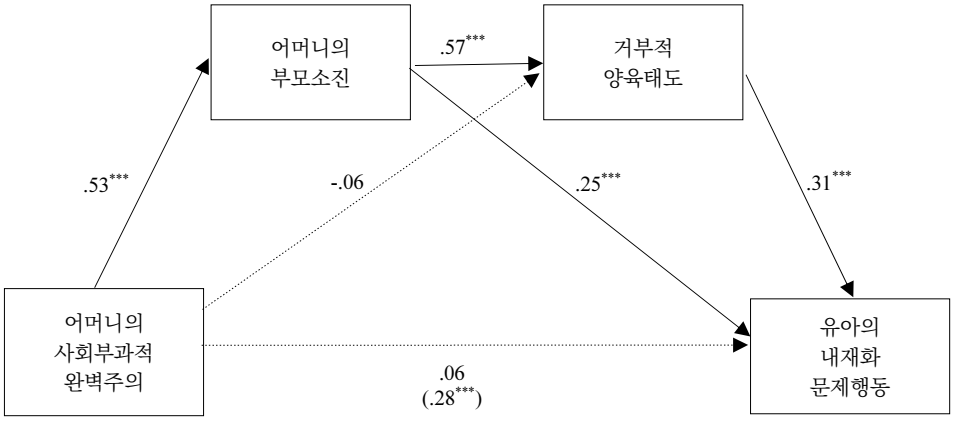
3. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과

어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과를 분석한 결과는 표 5에 제시하였다. 구

표 4. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 간접효과

구분	경로	B	*Boot SE*	95% CI	
				LLCI	ULCI
총효과	사회부과적 완벽주의 → 내재화 문제행동	.12	.03	.07	.17
직접효과	사회부과적 완벽주의 → 내재화 문제행동	.03	.02	-.02	.07
간접효과	총 간접효과	.09	.017	.06	.13
	사회부과적 완벽주의 → 부모소진 → 내재화 문제행동	.06	.017	.03	.09
	사회부과적 완벽주의 → 거부적 양육태도 → 내재화 문제행동	-.01	.007	-.02	.01
	사회부과적 완벽주의 → 부모소진 → 거부적 양육태도 → 내재화 문제행동	.04	.008	.03	.06

주. Boot *SE* = Bootstrap Standard Error. Bootstrap 표본 수는 5,000개, 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 간접효과가 유의한 것으로 해석함.



***p < .001.

그림 3. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과

체적으로 살펴보면, 어머니의 사회부과적 완벽주의는 유아의 외현화 문제행동에 유의한 정적 영향을 미쳤으며(β = .29, p < .001), 부모소진에도 유의한 정적 영향을 미쳤다(β = .53, p < .001).

사회부과적 완벽주의와 부모소진을 동시에 투입하여 거부적 양육태도에 미치는 영향을 살펴본 결과, 사회부과적 완벽주의는 거부적 양육태도에 유의한 영향을 미치지 않았으나(β = -.06, p > .05), 부모소진은 거부적 양육태도에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(β = .57, p < .001).

사회부과적 완벽주의, 부모소진 및 거부적 양육태도를 유아의 외현화 문제행동에 동시에 투입하였을 때, 사회부과적 완벽주의(β = .11, p < .05), 부모소진(β = .16, p < .01), 거부적 양육태도(β = .33, p < .001) 모두 유아의 외현화 문제행동에 유의한 정적 영향을 미쳤다.

변인 간 간접효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다(표 6 참조). 내재화 문제행동에 대한 분석에서와 마찬가지로 신뢰구간 내에 0이 포함되지 않을 경우 간접효과가 유의한 것으로 판단하였다. 구체적으로 사회부과적 완벽주의가 부모소진을 통해 유아의 외현화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과는 유의한 것으로 나타났다(B = .04, 95% CI [.01, .07]). 반면 사회부과적 완벽주의가 거부적 양육태도를 통해 유아의 외현화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과는 95% 신뢰구간에 0이 포함되어 유의하지 않은 것으로 나타났다(B = -.01, 95% CI [-.02, .01]).

마지막으로 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 거부적 양육태도를 순차적으로 매개하여 유아의 외현화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과(B = .04, 95% CI [.03, .06])는 유의한 것으로 나타났다. 또한 총 간접효과(B = .07, 95% CI [.04, .11]) 역시 유의한 것으로 확인되었다.

어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 매개경로계수는 그림 4와 같다.

표 5. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 매개효과

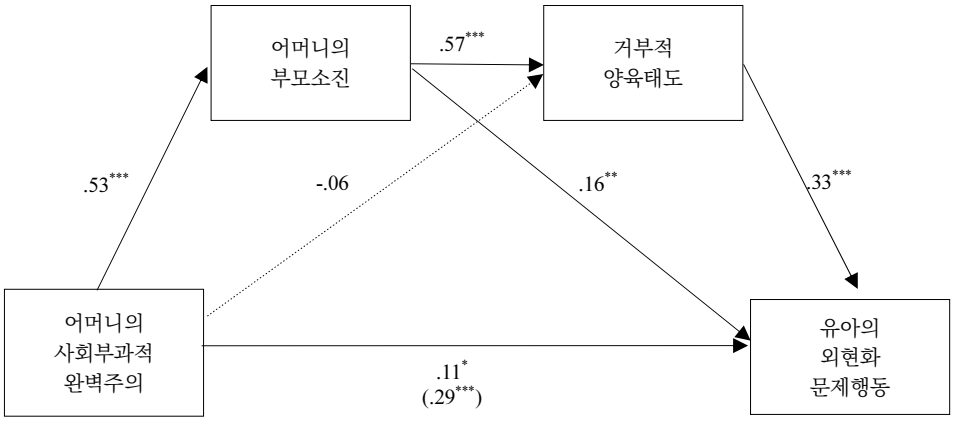
독립변인	종속변인	B	SE	β	t	F	R^2
사회부과적 완벽주의	외현화 문제행동	.12	.03	.29	4.60***	21.16***	.08
사회부과적 완벽주의	부모소진	1.23	.10	.53	12.50***	156.16***	.28
사회부과적 완벽주의	거부적 양육태도	-.06	.05	-.06	-1.22	79.69***	.29
부모소진		.23	.02	.57	11.30***		
사회부과적 완벽주의	외현화 문제행동	.05	.02	.11	2.19*	41.16***	.24
부모소진		.03	.01	.16	2.71**		
거부적 양육태도		.16	.03	.33	6.26***		

*p < .05. **p < .01. ***p < .001.

표 6. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 간접효과

구분	경로	B	$Boot\ SE$	95% CI	
				LLCI	ULCI
총효과	사회부과적 완벽주의 → 외현화 문제행동	.12	.03	.07	.17
직접효과	사회부과적 완벽주의 → 외현화 문제행동	.05	.02	.01	.09
간접효과	총 간접효과	.07	.016	.04	.11
	사회부과적 완벽주의 → 부모소진 → 외현화 문제행동	.04	.015	.01	.07
	사회부과적 완벽주의 → 거부적 양육태도 → 외현화 문제행동	-.01	.008	-.02	.01
	사회부과적 완벽주의 → 부모소진 → 거부적 양육태도 → 외현화 문제행동	.04	.009	.03	.06

주. Boot SE = Bootstrap Standard Error. Bootstrap 표본 수는 5,000개, 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 간접효과가 유의한 것으로 해석함.



*p < .05. **p < .01. ***p < .001.

그림 4. 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과

Ⅳ. 논의 및 결론

본 연구는 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기의 내재화 및 외현화 문제행동 간의 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과를 검증하고자 하였다. 그 결과 어머니의 사회부과적 완벽주의와 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과는 내재화와 외현화 문제행동 모두에서 유의하게 나타났다. 그러나 구체적인 양상에서는 차이가 있었다. 주요 연구 결과를 보다 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 어머니의 사회부과적 완벽주의, 부모소진, 거부적 양육태도 및 유아기 내재화 및 외현화 문제행동 간의 상관관계를 분석한 결과, 모든 주요 변인 간에는 유의한 정적 상관이 있었다. 구체적으로 어머니의 사회부과적 완벽주의는 부모소진, 거부적 양육태도, 유아기 내재화 문제행동, 외현화 문제행동 모두와 통계적으로 유의한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 어머니의 사회부과적 완벽주의와 부모소진 간 관련성을 보고한 선행연구(신가영, 김보영, 2025; Sorkkila & Aunola, 2020), 부모소진과 거부적 양육태도 간 유의한 상관이 나타난 선행연구(정명아, 김연수, 2025)의 결과와 일치한다. 또한 부모소진이 거부적 양육태도, 유아기 내재화 문제행동, 외현화 문제행동과 유의한 정적 상관을 보인 점은, 부모소진과 문제행동 간 관련성을 보고한 최근의 국내외 선행연구(정명아, 김연수, 2025; Cao et al., 2024; Suarez & Yakupova, 2026; Woine et al., 2024)의 결과와 일관된다.

둘째, 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아기 내재화 문제행동 사이의 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과가 유의하게 나타났다. 반면 부모소진과 거부적 양육태도를 함께 투입하였을 때, 어머니의 사회부과적 완벽주의가 유아기 내재화 문제행동에 미치는 직접효과는 유의하지 않았다. 이러한 결과는 유아기 자녀의 내재화 문제행동과의 관계에서 부적응적 완벽주의의 직접효과가 유의하지 않았던 김예진과 이동귀(2021)의 결과와도 부분적으로 일치한다. 이는 어머니의 사회부과적 완벽주의라는 성향 자체가 유아에게 곧바로 불안이나 위축 등 내재화 문제행동을 유발하기보다는, 먼저 부모의 심리적 자원을 고갈시켜 부모소진을 초래하고, 이러한 소진 상태가 거부적 양육방식과 관련될 때 최종적으로 유아의 심리적 어려움과 관련될 가능성을 시사한다. 즉, 어머니의 완벽주의적 성향 그 자체가 유아에게 직접적 자극으로 작용하기보다는 개인적 성향이 부모소진과 거부적 양육이라는 만성적, 누적적인 부정적 양육 환경과 관련될 때 비로소 유아의 내면화된 심리적 고통으로 연결될 수 있다. 이와 관련하여 Woine 등(2024)의 주장을 고려할 필요가

있다. Woine 등(2024)에 따르면 내재화 문제행동의 경우 자녀가 느끼는 정서적 고통은 부모가 처한 부모소진 자체에서 오기보다, 그 소진 상태로 인해 발생하는 눈에 보이는 관계적 행동(예: 적대적 언어 표현, 온정 상실, 정서적 방임)을 자녀가 직접 지각하고 내면화하는 과정을 거칠 수 있다. 이 때문에 구체적 양육태도가 부모소진의 효과를 완전매개하는 경향이 나타나게 된다(Woine et al., 2024).

셋째, 유아기 외현화 문제행동을 종속변인으로 두었을 때에도 어머니의 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 거부적 양육태도를 차례로 거치는 순차적 매개효과가 유의하게 나타났다. 그러나 내재화 문제행동에 대한 결과와는 달리 외현화 문제행동에서는 부모소진과 거부적 양육태도라는 중간 과정을 거친 후에도, 어머니의 사회부과적 완벽주의가 유아기 외현화 문제행동에 미치는 직접효과가 여전히 유의하게 나타나 부분매개의 경향을 보였다. 이 결과는 어머니의 사회부과적 완벽주의가 부모소진과 거부적 양육태도를 거쳐 간접적으로 영향을 미칠 뿐 아니라, 유아기 외현화 문제행동과 직접적으로도 관련될 가능성이 있음을 시사한다. 완벽주의 성향이 높은 어머니는 타인의 평가에 지나치게 민감하여 자녀의 행동이 사회적 기준에 미치지 못할 때 이를 강압적으로 통제하거나 과도하게 개입하려는 경향이 강하다(윤현정, 2024). 본 연구의 결과는 이처럼 외부의 높은 기준과 압박이 만들어낸 긴장감과 부정적 양육 분위기는 자녀에게 좌절감과 반항심을 자극할 수 있으며, 결과적으로 공격성, 충동성 혹은 주의집중 문제와 같은 외현화 문제행동으로 이어졌을 가능성을 제시한 선행연구들과 관련지을 수 있다(강효진, 이시자, 2021; 임승비, 한세영, 2024). 또한 외현화 문제행동의 경우, 부모소진은 부모가 자녀의 파괴적 행동에 규칙을 설정하고 일관되게 한계를 설정하는 데 필요한 자기조절 자원(self-regulatory resources)을 고갈시키는 경향이 있음을 고려해야 한다(Mikolajczak & Roskam, 2018). 거부나 적대감, 긍정성 저하 등 양육태도의 미세한 변화라는 간접적, 우회적 경로를 거치기 이전에, 에너지가 소진된 부모의 일관성 없는 훈육이나 방임 그 자체가 자녀의 공격성과 규율 위반을 직접적으로 조절하지 못하고 촉발하기 때문에 부분매개 효과가 나타날 수 있다(Woine et al., 2024).

앞서 기술한 바와 같이 본 연구에서 다루어진 주요 변인 간의 관계가 내재화 문제행동과 외현화 문제행동에 따라 다른 양상을 보인 점은 최근 부모소진 연구에서도 보고된 내재화 및 외현화 문제행동의 차별적 경로와도 부분적으로 일치한다(정명아, 김연수, 2025; Chen et al., 2022; Woine et al., 2024). 예를 들어 정명아와 김연수(2025)는 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도를 통해 유아기 문제행동에 영향을 미친다고 보고하였으며, 내재화와 외현화 문제행동에서 일부 매개경로의 유의성 패턴이 다르게 나타남을 확인하였다. 다만 본 연구와는 투입된 독립변인과 매개변인들의 구성이 서로 상이하므로 두 연구의 결과를 직접 비교하는 데에는 한계가 있다. 그러나 정명아와 김연수(2025)는 부모소진을 경험한 이후 어떤 경로를 거쳐 유아의 문제행동과 관련되는지는 보여주었으나 부모소진에 영향을 미칠 수 있는 변인에 대해서는 다루지 않았던 반면, 본 연구는 부모소진에 선행할 수 있는 어머니의 개인적 취약성 변인으로서 사회부과적 완벽주의의 역할을 확인했다는 점에서 선행연구의 결과를 확장했다고 할 수 있다. 따라서 두 연구의 결과를 함께 고려해 본다면, 유아기 문제행동 유형에 따라 부모의 심리적 특성과 양육과정 변인이 작동하는 방식이 다를 수 있으므로 유아기 문제행동 예방을 위한 개입 시 내재화와 외현화 문제행동의 유형을 구분하여 접근할 필요성이 있음을 추론할 수 있다. 예를 들어 내재화 문제행동에 대해서는 양육태도의 질적 변화를 통한 간접적 경로가 핵심적으로 작용하는 만큼 거부적 양육태도의 감소에 초점을 둔 개입이, 외현화 문제행동에 대해서는 어머니의 사회부과적 완벽주의 자체를 다루는 개입이 함께 고려될 수 있을 것이다.

한편 본 연구에서 어머니의 사회부과적 완벽주의가 거부적 양육태도만을 단독으로 경유하여 유아의 문제행동에 영향을 미치는 간접경로는 두 유형의 문제행동 모두에서 유의하지 않은 것으로 나타났다. 반면 부모소

진과 거부적 양육태도의 순차적 경로는 유의하게 나타났다. 이 결과는 사회부과적 완벽주의와 거부적 양육태도 간 관계에서 부모소진이라는 심리적 자원 고갈의 과정을 경유할 가능성을 시사한다. 부모소진의 위험요인과 보호요인에 대한 위기-자원 균형이론(BR²)의 관점에서 이를 해석하면, 사회부과적 완벽주의라는 내적 위험요인은 그 자체만으로는 즉각적으로 거부적 양육행동을 활성화하지 않을 수 있다(Mikolajczak & Roskam, 2018). 완벽주의 성향의 어머니는 오히려 초기에는 '좋은 부모'가 되고자 하는 동기로 인해 자녀에게 더 많은 노력과 헌신을 기울일 가능성이 있으며(Mikolajczak & Roskam, 2018), 이 단계에서는 냉담, 방임, 적대감과 같은 거부적 양육행동이 전면화되지 않을 가능성이 있다. 즉 양육자의 완벽주의적 동기 자체는 오히려 양육에 대한 과잉 개입과 통제와 관련될 수 있으며, 타인의 기대를 충족해야 한다는 외부 지향적 압박으로 인해 어머니가 지속적인 실패 경험과 자원 고갈이라는 부모소진을 경험하고 나면, 자녀와의 상호작용 자체를 회피하거나 부정적으로 반응하게 되고, 이것이 거부적 양육태도로 나타났을 수 있다. 이러한 관점에서 볼 때, 사회부과적 완벽주의를 가진 어머니가 경험하는 부모소진은 자녀를 더 강하게 통제하려는 방향보다는, 오히려 정서적 거리감과 관계 단절로 표출될 가능성이 높다. 이러한 과정은 부모소진의 진행 경과에 대한 미끄러운 경사면(slippery slope) 과정 모형으로 설명될 수 있다(Roskam & Mikolajczak, 2021). 이 모형에 따르면 부모소진의 네 가지 차원인 탈진, 자기대조, 포화, 정서적 거리두기는 한꺼번에 나타나기 보다는 시간 경과에 따라 서로 체계적인 관련성을 지니고 나타나며, 자녀에 대한 방임과 밀접하게 관련된 정서적 거리두기는 부모소진의 초기 경험인 탈진에 의해 예측되는 등 부모소진의 경험이 누적되어 나타난다고 할 수 있다. 이를 고려하면 본 연구의 결과는 어머니의 사회부과적 완벽주의와 거부적 양육태도가 단순하게 선형적으로 연결되기 보다는, 두 변인을 연결하는 주요 변인인 부모소진에 의해 매개될 가능성을 시사한다고 하겠다. 다만 본 연구는 횡단적으로 이루어졌으며 사회부과적 완벽주의 성향을 가진 어머니가 경험할 수 있는 부모소진의 시간적 경과를 직접적, 종단적으로 확인하지 못했으므로 향후 연구에서 확인할 필요가 있다.

본 연구는 어머니의 사회부과적 완벽주의와 유아의 문제행동 간 관계에서 부모소진과 거부적 양육태도의 순차적 매개경로의 가능성을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 아울러 유아의 문제행동이 나타나는 과정이 문제행동의 유형에 따라 서로 상이할 가능성을 제시하였다. 구체적으로 불안이나 위축과 같은 내재화 문제행동은 어머니의 완벽주의가 직접 영향을 주기보다는 부모소진과 거부적 양육이라는 간접적인 경로를 통해 설명될 가능성이 있다. 반면, 공격성이나 충동성 같은 외현화 문제행동은 이러한 중간 경로를 거칠 뿐 아니라, 어머니의 완벽주의 성향 자체와 직접적으로 관련될 가능성이 있는 것으로 보인다.

본 연구의 한계는 다음과 같다. 첫째, 앞으로의 연구에서는 완벽주의 성향이 높은 어머니들이 스스로 설문에 답할 때 생길 수 있는 주관적 편향을 줄일 필요가 있다. 이를 보완하기 위해 유치원이나 어린이집 교사 등 제3자의 평가를 함께 받거나, 실제 양육 상황을 직접 관찰하는 방식을 도입하여 자료의 객관성을 다각도로 확보하려는 노력이 필요하다.

둘째, 본 연구는 특정한 시점에 조사한 횡단적 자료를 바탕으로 진행되었다. 이 때문에 변인들 간의 시간적 선후 관계 및 인과관계를 명확하게 언급하기에는 한계가 있다. 따라서 앞으로의 연구에서는 시간적 간격을 두고 자료를 추적하는 종단 연구 설계를 통해, 변인들이 서로 주고받는 영향력의 방향을 더욱 면밀하게 검증해야 할 것이다.

셋째, 본 연구가 집중한 부적응적 경로 외에도, 소진의 충격을 줄여줄 수 있는 긍정적인 대처 방식인 적응적 정서조절, 심리적 유연성이나 주변의 지지 체계인 가족의 지지를 조절 변인으로 넣어 분석해 볼 필요가 있다. 이를 확인한다면 부모소진에 대한 한층 더 풍부하고 실질적인 임상 지침을 제시할 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구의 연구대상은 주 양육자인 어머니였다. 이는 유아기 자녀를 둔 어머니가 여전히 양육의 주

된 책임자로서 사회적 기대와 평가에 더 많이 노출되는 경향이 있다는 현실적 맥락을 고려할 때 사회부과적 완벽주의의 영향력이 어머니 집단에서 더 크게 나타날 것이라고 판단했기 때문이다. 그러나 최근의 공동양육에 대한 인식 변화와 아버지의 양육 참여 증가 추세를 고려하면 본 연구의 결과를 아버지를 비롯한 다양한 양육자에게 일반화하는 데에는 제한이 있을 수 있다. 후속 연구에서는 아버지를 포함한 연구 설계를 통해 부모가 각자 경험하는 완벽주의와 소진의 양상을 비교하거나, 아버지의 공동양육 참여가 어머니의 사회부과적 완벽주의와 소진 간의 관계를 어떻게 조절하는지를 탐색할 필요가 있다. 이를 통해 부모의 심리적 취약성과 유아기 문제행동, 그리고 부모소진 간 관련성에 대한 보다 깊이 있는 이해가 가능할 것이다.

참고문헌

강효진, 이시자 (2021). 어머니의 양육행동 및 완벽주의가 유아의 문제행동에 미치는 영향. **미래유아교육학회지**, 28(3), 117-140. https://doi.org/10.22155/JFECE.28.3.117.140

김영아, 이진, 문수종, 김유진, 오경자 (2009). 한국판 CBCL 1.5-5의 표준화 연구. **한국심리학회지: 임상**, 28(1), 117-136. https://doi.org/10.15842/kjcp.2009.28.1.007

김예진, 이동귀 (2021). 어머니의 부적응적 완벽주의 성향과 유아의 문제행동의 관계: 인지적 정서조절 전략과 통제적 양육행동의 매개효과. **한국심리학회지: 발달**, 34(4), 45-66. https://doi.org/10.35574/KJDP.2021.12.34.4.45

김은경, 박서이 (2025). 알레르기 질환 유아의 외현화 문제행동, 학업 기술의 관계: 어머니의 온정적 양육행동의 매개효과를 중심으로. **인간발달연구**, 32(3), 45-57. https://doi.org/10.15284/kjhd.2025.32.3.45

나은숙, 이종인 (2008). 부모의 자녀수용-거부와 통제 척도에 대한 한국 타당화 검사: 유아 부모용. **미래유아교육학회지**, 15(3), 215-247.

송민정, 한세영 (2011). 어머니의 신경증적 성격특성과 양육스트레스 및 유아의 스트레스가 문제행동에 미치는 영향. **대한가정학회지**, 49(5), 117-127. https://doi.org/10.6115/khea.2011.49.5.117

신가영, 김보영 (2025). 미성년 자녀를 둔 어머니의 사회부과 완벽주의와 어머니의 소진의 관계: 인지적 재평가와 자기자비의 순차 매개효과. **가족과 가족치료**, 33(3), 299-321. https://doi.org/10.21479/kaft.2025.33.3.299

엄문설, 이양희 (2020). 한국판 부모소진 척도 타당화 연구. **한국위기관리논집**, 16(10), 119-133. https://doi.org/10.14251/crisisonomy.2020.16.10.119

윤현정 (2024). **어머니의 부적응적 완벽주의가 아동의 문제행동에 미치는 영향: 어머니의 심리적 통제와 아동의 정서조절의 순차적 매개효과**. 경희대학교 대학원 박사학위논문.

임승비, 한세영 (2024). 유아의 부정적 정서성이 어머니·아버지의 양육행동과 유아의 문제행동에 미치는 영향: 어머니·아버지의 의도적 통제와 양육행동의 조절효과. **아동학회지**, 45(2), 113-128. https://doi.org/10.5723/kjcs.2024.45.2.113

정명아, 김연수 (2025). 어머니의 소진과 유아기 문제행동 간 관계에서 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과. **한국심리학회지: 발달**, 38(2), 37-56. https://doi.org/10.35574/KJDP.2025.6.38.2.37

한기연 (1993). **다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성**. 고려대학교 대학원 박사학위논문.

Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2000). *Manual for the ASEBA preschool forms and profiles.* Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families.

Berk, L. E. (2020). **생애발달 I**. 김민희, 김연수, 김지연, 노수림, 맹세호, 이승진, 이정윤(역). 서울: 시그마프레스. (원본 발간일, 2018)

Cao, J., Gou, M., Han, X., Li, D., & Zhou, G. (2024). Co-parenting, parental burnout, child internalizing and externalizing problems: Moderation by parental psychological flexibility. *Journal of Child and Family Studies, 33*(8), 2614-2623. https://doi.org/10.1007/s10826-024-02828-9

Chen, B. B., Qu, Y., Yang, B., & Chen, X. (2022). Chinese mothers' parental burnout and adolescents' internalizing and externalizing problems: The mediating role of maternal hostility. *Developmental Psychology, 58*(4), 768-777. https://doi.org/10.1037/dev0001311

Goodman, S. H., Rouse, M. H., Connell, A. M., Broth, M. R., Hall, C. M., & Heyward, D. (2011). Maternal depression and child psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Child and Family Psychology Review, 14*, 1-27. https://doi.org/10.1007/s10567-010-0080-1

Guo, X., Hao, C., Wang, W., & Li, Y. (2024). Parental burnout, negative parenting style, and adolescents' development. *Behavioral Sciences, 14*(3), 161-173. https://doi.org/10.3390/bs14030161

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based*

approach (3rd ed.). New York, NY: Guilford Press.

Hesterberg, T. (2011). Bootstrap. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Computational Statistics, 3*(6), 497-526. https://doi.org/10.1002/wics.182

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456-470. https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456

Ingram, R. E., & Luxton, D. D. (2005). Vulnerability-stress models. In B. L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), *Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective* (pp. 32-46). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). New York, NY: Guilford Press.

Lindström, C., Åman, J., & Norberg, A. L. (2010). Increased prevalence of burnout symptoms in parents of chronically ill children. *Acta Paediatrica, 99*(3), 427-432. https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2009.01586.x

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR^2). *Frontiers in Psychology, 9*, 886-897. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886

Mikolajczak, M., Aunola, K., Sorkkila, M., & Roskam, I. (2023). 15 years of parental burnout research: Systematic review and agenda. *Current Directions in Psychological Science, 32*(4), 276-283. https://doi.org/10.1177/09637214221142777

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2023). Parental emotion regulation, stress, and burnout. In I. Roskam, J. J. Gross, & M. Mikolajczak (Eds.), *Emotion regulation and parenting* (pp. 116-128). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Prinzie, P., Onghena, P., Hellinckx, W., Grietens, H., Ghesquière, P., & Colpin, H. (2004). Parent and child personality characteristics as predictors of negative discipline and externalizing problem behaviour in children. *European Journal of Personality, 18*(2), 73-102. https://doi.org/10.1002/per.501

Rohner, R. P. (2005). *Parental Acceptance-Rejection Questionnaire (PARQ): Test manual.* Storrs, CT: Rohner Research Publications.

Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2021). The slippery slope of parental exhaustion: A process model of parental burnout. *Journal of Applied Developmental Psychology, 77,* 101354. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101354

Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., Aunola, K., Bader, M., Bahati, C., Barham, E. J., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M. E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., César, F., Chen, B.-B., Dorard, G., dos Santos Elias, L. C., Dunsmuir, S., Egorova, N., Favez, N., Fontaine, A.-M., Foran, H., Fricke, J., Furutani, K., Gallée, L., Gannagé, M., Gaspar, M., Godbout, L., Goldenberg, A., Gross, J. J., Gurza, M. A., Hall, R., Hashmi, M. A., Hatta, O., Helmy, M., Hoang, T. V., Huynh, M. T., Kaneza, E., Kawamoto, T., Knezevic, G., Kpassagou, B. L., Lazarevic, L. B., Vigouroux, S. L., Lebert-Charron, A., Leme, V., Lin, G.-X., MacCann, C., Manrique-Millones, D., Matias, M., Miranda-Orrego, M. I., Miscioscia, M., Morgades-Bamba, C., Mousavi, S. F., Moutassem-Mimouni, B., Muntean, A., Murphy, H., Ndayizigiye, A., Tenkue, J. N., Olderbak, S., Ornawka, S., Osman, F., Oyarce-Cadiz, D., Pérez-Díaz, P. A., Petrides, K. V., Pineda-Marin, C., Prandstetter, K., Prikhidko, A., Ricci, R. T., Salinas-Quiroz, F., Sánchez-Rodríguez, R., Sarrionandia, A., Scola, C., Sezibera, V., Silva, P., Simonelli, A., Soenens, B., Sorbring, E., Sorkkila, M., Schrooyen, C., Stănculescu, E., Starchenkova, E., Szczygiel, D., Tapia, Tri, J., T. M. T., Tremblay, M., Ustundag-Budak, A. M., Pacheco, M. V., van Bakel, H., Verhofstadt, L., Wendland, J., Yotanyamaneewong, S., & Mikolajczak, M. (2021). Parental burnout around the globe: A 42-country study. *Affective Science, 2*(1), 58-79. https://doi.org/10.1007/s42761-020-00028-4

Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology, 9,* 758. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758

Shaw, D. S., Gilliom, M., Ingoldsby, E. M., & Nagin, D. S. (2003). Trajectories leading to school-age conduct problems. *Developmental Psychology, 39*(2), 189-200. https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.2.189

Song, T., Wang, W., Chen, S., & Li, Y. (2024). Mothers' parental burnout and adolescents' social adaptation and security: The mediating role of parenting style. *Current Psychology, 43*(27), 23144-23155. https://doi.org/10.1007/s12144-024-06045-x

Sorkkila, M., & Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies, 29,* 648-659. https://doi.org/10.1007/s10826-019-01607-1

Suarez, A., & Yakupova, V. (2026). Parental burnout and early-childhood behavioral problems: Longitudinal associations beyond maternal depression. *Children, 13*(2), 176. https://doi.org/10.3390/children13020176

Varghese, R. T., & Venkatesan, S. (2013). A comparative study of maternal burnout in autism and hearing impairment. *International Journal of Psychology and Psychiatry, 1*(2), 101-108. https://doi.org/10.5958/j.2320-6233.1.2.016

Woine, A., Escobar, M. J., Panesso, C., Szczygieł, D., Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2024). Parental burnout and child behavior: A preliminary analysis of mediating and moderating effects of positive parenting. *Children, 11*(3), 353-368. https://doi.org/10.3390/children11030353

Yan, N., Ansari, A., & Peng, P. (2021). Reconsidering the relation between parental functioning and child externalizing behaviors: A meta-analysis on child-driven effects. *Journal of Family Psychology, 35*(2), 225-235. https://doi.org/10.1037/fam0000805