

부모소진과 유아기 문제행동 간 관계에서
어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과
거부적 양육태도의 매개효과*Received: April 15, 2025
Revised: May 18, 2025
Accepted: May 23, 2025정명아¹, 김연수²
전주대학교 일반대학원 상담심리학과/ 석사¹, 전주대학교 상담심리학과/ 부교수²교신저자: 김연수
전주대학교 사회과학대학
상담심리학과,
전주시 완산구 천장로 303

E-MAIL: yskim17@jj.ac.kr

Maternal adaptive cognitive-emotional regulation and rejective
parenting attitudes as mediators between parental burnout and
early childhood problem behaviorMyeonga Jeong¹, Yeonsoo Kim²
Department of Counseling Psychology, Jeonju University/ Master's degree¹
Department of Counseling Psychology, Jeonju University/ Associate Professor²* 해당 논문은 정명아(2025)의
석사학위 논문을 수정·보완한
것임.

ABSTRACT

본 연구는 부모소진이 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도를 통해 유아기 자녀의 문제행동에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 만3-5세 자녀를 양육 중인 어머니 400명을 대상으로 온라인 설문을 실시하여 자료를 수집하였다. 주요 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 부모소진, 유아기 내재화 및 외현화 문제행동, 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략, 거부적 양육태도 간에 모두 유의한 상관이 나타났다. 둘째, 부모소진은 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략을 낮추고, 이는 거부적 양육태도를 높이며, 결과적으로 유아기 내재화 문제행동을 증가시키는 순차적 이중매개효과가 나타났다. 이때 인지적 정서조절전략이 내재화 문제행동에 미치는 직접적인 효과는 유의하지 않았다. 셋째, 부모소진은 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략을 낮추고, 이로 인해 거부적 양육태도가 높아지며, 결과적으로 유아기 외현화 문제행동이 증가하는 순차적 이중매개효과를 나타냈다. 이때 정서조절전략과 거부적 양육태도는 각각 외현화 문제행동에 유의한 직접효과를 보였다. 이러한 연구결과를 바탕으로 본 연구의 의의와 시사점을 논의하였고 연구의 제한점을 제시하였다.

주요어 : 부모소진, 내재화 및 외현화 문제행동, 인지적 정서조절전략, 거부적 양육태도, 유아기



© Copyright 2025, The Korean Journal of Developmental Psychology.
All Rights Reserved.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

부모는 자녀를 출산하고 양육하는 과정에서 큰 행복을 경험하지만 동시에 부담감과 스트레스, 신체적 피로감을 경험하기도 한다. 부모 역할 수행 과정에서의 심리·사회적 기대와 반복되는 스트레스 대처에 필요한 자원의 만성적인 불균형으로 발생하는 증후군을 부모소진(parental burnout)이라고 한다(Mikolajczak & Roskam, 2018; Roskam et al., 2017).

그동안 부모가 경험하는 심리적 어려움과 관련하여 주로 양육스트레스(parenting stress)라는 개념을 중심으로 연구가 진행되었다(김현령, 류수민, 2015; 서석원, 2019). 부모소진과 양육스트레스는 부모 역할에서 기인하는 심리적 부담과 부정적 정서를 포함한다는 공통점이 있지만, 그 양상과 심각도에서 차이를 지적할 수 있다. 양육스트레스는 일상적인 양육 상황에서 경험되는 지속적이거나 반복적인 스트레스 반응을 포괄하며, 다양한 수준으로 나타날 수 있다(이윤주, 김진숙, 2012). 한편, 부모소진은 양육스트레스와 비교해 볼 때 만성적 스트레스가 보다 두드러지는 현상으로 이해된다(Mikolajczak & Roskam, 2018). 이러한 점을 고려할 때, 기존의 양육스트레스 중심 연구에서 더 나아가 부모소진이라는 개념에 주목한다면 양육이 자녀의 발달에 미치는 영향을 보다 명세화할 수 있을 것이다.

부모소진에 대한 체계적 연구가 시작된 2007년 이후, 다양한 연구 결과가 축적되는 과정에서 부모소진은 직무소진과 달리 끝을 예측할 수 없고, 벗어나기 어렵다는 특성이 밝혀졌다. 그로 인해 Mikolajczak 외(2020)가 부모소진과 직무소진, 우울 증상을 구분하여 분석한 결과, 부모소진에서는 직무소진이나 우울에서 발견되지 않았던 방임 및 폭력적 양육태도의 증가가 확인되었다. 또한 부모

소진을 측정할 수 있는 도구도 개발되었다. 구체적으로 Hurbert와 Aujoulat(2018)은 부모소진을 경험하는 어머니를 대상으로 면접을 통해 부모소진과 관련된 문항을 추출하였으며, 이를 바탕으로 Roskam 외(2018)가 부모소진 측정도구(Parental Burnout Assessment: PBA)를 개발하였다. 이와 같이 부모소진에 대한 개념 명세화와 도구 개발을 계기로 부모소진에 대한 연구가 지난 10년간 약 20배 증가할 만큼 관심이 집중되고 있다(Mikolajczak et al., 2023).

부모소진에 관한 초기 연구에서는 자폐증이나 소아당뇨와 같은 중증 및 만성질환의 자녀를 양육하고 있는 부모가 주 대상이었다(Lindström et al., 2010; Varghese & Venkatesan, 2013). 그러나 부모소진이 특정 부모에게만 국한되지 않는다는 지적에 따라(Abdoli et al., 2020) 특별한 질환을 가지고 있지 않은 일반군 아동의 부모로 연구 대상이 확대되었다(임희수, 이희영, 2024; Wu et al., 2022). 이와 관련하여 Roskam 외(2021)가 42개국을 대상으로 부모소진을 탐색한 연구에서도 대부분의 문화권에서 최소 5%의 부모가 소진을 경험하는 것이 보고됨으로써 부모소진의 문화 보편성이 확인되었다. 이러한 연구들을 종합하였을 때, 자녀를 양육하는 과정에서 많은 부모가 소진을 경험할 수 있음을 알 수 있다.

부모소진에 영향을 미치는 변인으로는 신경증(Mikolajczak & Roskam, 2018), 사회부과 완벽주의(Sorkkila & Aunola, 2020), 우울(Huang et al., 2023; Mikolajczak et al., 2020), 정서지능(Lin et al., 2022; Mikolajczak et al., 2018)과 같은 개인 내적인 변인과 공동 양육 갈등(Mikolajczak et al., 2018; Zhang & Zhao, 2024), 사회적 지지(남지혜 외, 2023; Séjourné

et al., 2018), 낮은 결혼만족도(Mikolajczak & Roskam, 2018)와 같은 사회·환경적 변인이 지적되었다. 또한, 부모소진은 죄책감 및 자살 사고(Mikolajczak et al., 2023), 아동 방임 및 학대(Mikolajczak et al., 2018), 자녀에 대한 심리적 통제(Guo et al., 2024) 등을 유의하게 예측하였다. 이를 종합해 보면 대부분의 선행연구에서 부모소진과 관련된 원인 및 결과 변인으로 부모 당사자에 초점이 맞춰져 있다는 것을 확인할 수 있다. 이와 관련하여, Mikolajczak 외(2023)는 49건의 부모소진 연구에 대한 메타분석을 통해 부모소진이 자녀에게 미치는 직접적인 효과를 살펴본 연구가 상대적으로 부족하다는 점을 지적하며 관련 연구에 대한 필요성을 제기한 바 있다. 이러한 필요성을 고려하여 본 연구에서는 부모소진이 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동에 영향을 미치는 과정을 살펴보고자 한다. 기존 연구에서 양육스트레스와 자녀의 문제행동 간 관계를 탐색한 모형이 존재하지만(김현령, 류수민, 2015; 박진아 등, 2009), 비교적 가벼운 수준의 스트레스 경험을 포괄하는 양육스트레스와 부모소진은 질적인 차이를 지닌 개념으로, 자녀의 문제행동에 미치는 영향 또한 경로와 양상에 차이가 있을 수 있다. 이러한 점에서 부모소진을 중심으로 자녀의 문제행동에 미치는 영향을 탐색하는 것이 필요하다.

문제행동(problem behavior)이란 일상생활에서의 사회적 기대나 규범에서 벗어나 부적응적인 양상을 띠는 인지·정서·기능적 행동을 말하며, 행동의 방향성에 따라 내재화(internalizing) 및 외현화(externalizing) 문제행동으로 구분된다(Achenbach & Rescorla, 2000). 본 연구에서는 내재화 문제행동과 외현화 문제행동이 유아기 문제행동이라는 공통된 상위 개념에 포함되지만, 심리

적 기제와 주요 특성에 차이가 있는 독립적인 하위 구성 개념으로 간주하고 분석하고자 한다. 최근 몇몇 연구에서 부모소진이 청소년기 자녀의 문제행동을 유의하게 예측한다는 결과가 보고되었다(Chen et al., 2022; Ping et al., 2023; Yang et al., 2021). 그러나 부모소진은 만 5세 미만의 자녀를 양육하는 시기에 가장 많이 발생한다(Giraldo et al., 2022). 또한, 유아기 문제행동은 안정적으로 유지되는 경향이 있으며(Campbell, 1995), 이후 청소년기의 학업 부진, 사회적 부적응 등의 문제로 이어질 가능성이 높다(Moffitt & Caspi, 2001). 이처럼 유아기 문제행동은 발달 전반에 영향을 미치는 시작점으로 볼 수 있기에 조기 발견과 개입이 필요하다는 점에서 부모소진이 유아기 문제행동에 미치는 영향을 확인할 필요가 있다. 이와 관련하여 최근 Minh 외(2022)는 6-14세 아동을 대상으로 자녀의 문제행동과 부모소진의 관련성을 확인하였고, Cao 외(2024)도 부모소진과 학령전기 아동의 문제행동 간 관련성을 살펴보았다. 이 두 연구는 청소년기 이전 시기의 문제행동을 살펴보았다는 점에서 의의가 있지만 몇 가지 한계가 있다. Minh 외(2022)는 아동·청소년을 모두 포함하여 연령 범위를 확장하였지만, 여전히 유아는 포함되지 않았다. Cao 외(2024)는 부모소진과 유아기 문제행동 간 직접적 관련성만을 확인했을 뿐 두 변인 간 관계를 매개하거나 조절할 수 있는 다른 변인들을 포함하지 않았다. 부모소진은 어머니의 심리 내적 경험이므로 부모소진이 자녀의 문제행동에 영향을 미치는 과정에 구체적으로 어머니의 태도와 행동 변화 등을 확인할 수 있는 매개변인을 포함하여 추가 검증할 필요가 있다.

부모소진과 자녀의 문제행동 간 관계를 살펴본 선행연구에서 두 변인 간 관계를 매개하는 변인으

로 적대감(Chen et al., 2022), 심리적 공격성(Yuan et al., 2022), 심리적 통제(Guo et al., 2024), 거부(Song et al., 2024) 등 거부적 양육태도(rejection parenting attitude)를 설정하였음을 확인할 수 있다. 이는 부모소진이 다양한 형태의 거부적 양육태도에 영향을 미치는 과정은 복잡할 수 있으며, 자녀를 양육하면서 취하게 되는 일반적인 태도나 행동 양식으로 정의되는 양육태도가 부모소진과 유아기 내재화 및 외현화 문제행동 간 관계에서 매개 역할을 할 가능성을 강하게 시사한다. 이러한 측면을 고려하여 본 연구에서도 거부적 양육태도를 매개변인으로 설정하고자 한다.

한편, 본 연구는 부모소진이 유아기 문제행동에 영향을 미치는 과정에서 심리·사회적 요인에 대한 보다 정교한 이해를 시도하기 위해 정서조절전략(emotional regulation strategies)을 첫 번째 매개변인으로 설정하였다. 정서조절전략은 개인이 부정적 정서를 최소화시키기 위해 사용하는 대처능력을 의미한다(Gross, 2002). 그 중 적응적인 인지적 정서조절전략은 정서적 경험을 인지적 처리 과정을 사용하여 재평가하거나 강도를 변화시키는 등 정서를 유지 및 통제할 수 있도록 돕는다는 점에서(Garnefski et al., 2001) 거부적 양육태도를 낮추는데 기여할 수 있을 것으로 예상된다.

부모소진과 어머니의 적응적인 인지적 정서조절 전략 간 유의한 부적 상관은 일부 선행연구에서 확인되었으나(신가영, 2023; Lin et al., 2022), 두 변인 간 직접적인 인과적 방향성과 영향력을 구조화된 경로 분석을 통해 살펴본 연구는 아직 충분히 축적되지 않았다. 그러나 부모소진과 유사한 개념인 직무소진이 적응적인 인지적 정서조절전략의 사용을 어렵게 한다는 사실을 확인한 연구가 있다(이서현, 하규영, 2023). 또한, Deligkaris 외(2014)의

직무소진과 인지 기능의 관계에 관한 연구에서 소진으로 정서적 자원이 고갈될 경우, 인지적 자원을 소모하지 않는 방향으로 행동한다는 결과가 얻어졌다. 이는 부모소진이 양육 과정에서의 부정적 상황에 대처하기 위한 적응적인 인지적 정서조절전략의 사용을 감소시킨다는 것을 가정할 수 있다.

적응적인 인지적 정서조절전략이 거부적 양육태도에 미치는 영향에 관한 소수의 선행연구를 살펴보면, 적응적인 인지적 정서조절전략을 많이 사용하는 어머니에게서 부정적인 양육태도가 더 적게 보고되었다(하유미, 박성연, 2013). 이에 더하여, 어머니의 인지적 정서조절과 양육태도에 관한 메타분석 연구(Zimmer-Gembeck et al., 2022)에 따르면, 적응적인 인지적 정서조절전략을 적게 사용하는 어머니일수록 더 높은 수준의 부정적 양육태도를 보이는 경향이 있었다. 요컨대, 적응적인 인지적 정서조절전략이 거부적 양육태도에 부적 영향을 미친다는 것을 예상할 수 있다.

종합하면, 어머니의 부모소진은 적응적인 인지적 정서조절전략의 사용을 어렵게 하고 그로 인한 거부적 양육태도가 유아기 내재화 및 외현화 문제행동에 영향을 미칠 가능성이 높다고 가정할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 만 3-5세의 유아기 자녀를 양육하는 어머니를 대상으로 부모소진과 유아기 내재화 및 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과를 확인하고자 한다. 본 연구의 연구 문제와 연구모형은 다음과 같다.

연구 문제 1. 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략, 거부적 양육태도, 유아기 내재화 및 외현화 문제행동은 서로 상관이 있는가?

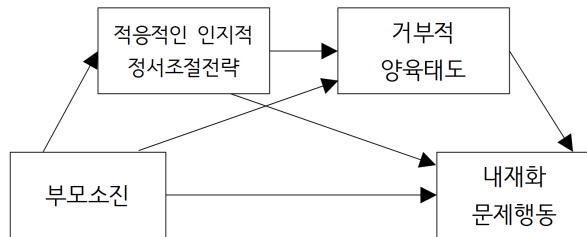


그림 1. 연구모형 1

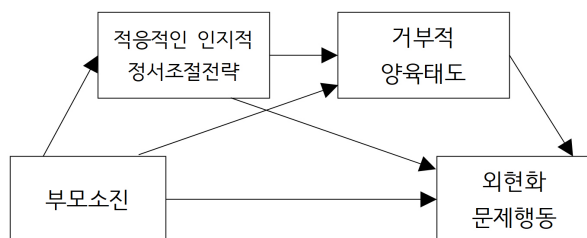


그림 2. 연구모형 2

연구 문제 2. 부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도가 순차적으로 매개하는가? (그림 1)

연구 문제 3. 부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도가 순차적으로 매개하는가? (그림 2)

방 법

연구대상

본 연구는 전국의 만 3-5세 자녀를 양육 중인 어머니 400명을 대상으로 온라인 설문을 통해 자료를 수집하였다. 이 중 연구대상에 해당하지 않는 응답자 1명, 불성실 응답자 44명, 중복 응답자 5명을 제외한 총 350명(87.5%)의 자료가 최종 분석에

포함되었다. 불성실 응답의 기준은 반복적인 응답 패턴, 15개 이상 문항에 동일 응답 또는 극단값만 선택한 경우였다. 응답자의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시한 바와 같다.

표 1. 응답자의 인구통계학적 특성($n=350$)

변인	구분	빈도(%)
거주 지역	서울특별시	193(55.1)
	광역시	46(13.2)
	경기도	52(14.9)
	충청도	8(2.3)
	전라도	43(12.3)
	경상도	4(1.1)
	강원도	4(1.1)
자녀 연령	만 3세	189(54.0)
	만 4세	105(30.0)
	만 5세	56(16.0)
자녀 성별	남	185(52.9)
	여	165(47.1)
어머니 연령	20세~29세	16(4.6)
	30세~39세	292(83.4)
	40세~49세	39(11.1)
	50세~59세	3(0.9)
어머니 최종학력	고등학교졸	30(8.6)
	전문대졸	40(11.4)
	대학교졸	265(75.7)
	대학원졸	15(4.3)
어머니 직업	전업주부	107(30.6)
	전문직	29(8.3)
	사무직	152(43.4)
	서비스직	44(12.6)
	생산직	11(3.1)
	기타	7(2.0)

연구도구

부모소진

Roskam 외(2018)가 개발하고 엄문설과 이양희(2020)가 번안 및 타당화한 한국판 부모소진 척도(Parental Burnout Assessment; PBA)를 사용하였다. 이 척도는 탈진(9문항), 정서적 거리두기(3문항), 포화(5문항), 자기대조(6문항)로 구성되어 있으며, 각 문항은 7점 Likert 척도(그런 적이 없음: 0점 ~ 매일: 6점)로 평정된다. 하위요인 간 점수를 합산하여 부모소진의 총 점수가 산출되며, 점수가 높을수록 부모소진을 더 심하게 경험하는 것으로 해석한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .96, 탈진 .93, 정서적 거리두기 .76, 포화 .90, 자기대조 .91로 나타났다.

유아기 내재화 및 외현화 문제행동

Achenbach와 Rescorla(2000)가 개발하고 김영아 외(2009)가 번안 및 표준화한 한국판 유아 행동평가 척도-부모용(Korean version of the Child Behavior Checklist for ages 1.5-5; 한국판 CBCL 1.5-5)을 사용하였다. 본 연구에서는 내재화 문제행동(36문항)과 외현화 문제행동(24문항) 척도만을 사용하였다. 각 문항은 3점 Likert 척도(전혀 해당하지 않음: 0점 ~ 자주 그런 일이 있거나 많음: 2점)로 평정된다. 각 문항 간 점수의 합산으로 내재화 및 외현화 문제행동의 총 점수가 산출되며, 점수가 높을수록 해당 문제행동을 더 많이 보이는 것으로 해석한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .98, 내재화 문제행동 .96, 외현화 문제행동 .95였다.

적응적인 인지적 정서조절전략

Garnefski 외(2001)가 개발한 척도를 김소희(2004)가 한국어로 번역하고 안현의 외(2013)가 타당화한 한국판 인지적 정서조절전략 척도(Korean version of the Cognitive Emotional Regulation Questionnaire; K-CERQ)를 사용하였다. 본 연구에서 적응적인 인지적 정서조절전략을 측정하기 위해 수용(3문항), 긍정적 재초점(4문항), 긍정적 재평가(4문항), 균형있게 바라보기(4문항), 해결중심사고(4문항)를 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(거의 그렇지 않음: 1점 ~ 거의 항상 그러함: 5점)로 평정된다. 각 하위요인 간 점수의 합산으로 총 점수가 산출되며, 점수가 높을수록 적응적인 인지적 정서조절전략을 많이 사용하는 것으로 해석할 수 있다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .95, 수용 .76, 긍정적 재초점 .83, 긍정적 재평가 .84, 균형있게 바라보기 .78, 해결중심사고 .83으로 나타났다.

거부적 양육태도

Rohner(2005)가 개발하고 나은숙과 이종인(2008)이 한국 양육 문화에 맞게 재구성하여 타당화한 부모의 수용-거부와 통제 척도(Parental Acceptance-Rejection Questionnaire/Control: PARQ/C)를 사용하였다. 본 연구에서는 거부적 양육태도에 해당하는 적대/공격(7문항), 무관심/방임(3문항), 조건적 거부(3문항) 척도만을 사용하였다. 각 문항은 4점 Likert 척도(전혀 그렇지 않음: 1점 ~ 항상 그러함: 4점)로 평정된다. 문항 간 점수의 합산으로 총 점수가 산출되며, 점수가 높을수록 거부적 양육태도의 특성이 두드러진다고 해석할 수 있다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .92, 적대/공격 .87, 무관심/방임 .70, 조건적 거부

.70으로 나타났다.

결 과

연구절차

연구자 소속 기관 생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받은 후(승인번호: jjIRB-240730-HR- 2024-0711), 2024년 8월부터 10월까지 온라인 설문조사를 실시하였다. 연구 목적과 절차에 대한 안내문 제시 후 자발적으로 참여에 동의한 어머니를 대상으로 설문을 진행하였다.

자료분석

본 연구에서는 SPSS 29.0을 활용하여 기술통계 및 상관분석을 실시하였다. PROCESS macro model 6을 사용하여 부모소진과 유아기 내재화 및 외현화 문제행동 간 관계에서 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과를 확인했으며, 부트스트래핑(Bootstrapping)을 통해 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다.

주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 유아의 내재화 문제행동과 외현화 문제행동 간 상관이 .80 이상으로 나타났다. 이는 분석 결과의 해석을 왜곡시킬 수 있는 문제로 지적된다(Osborne, 2010; Randolph & Myers, 2013). 이를 완화하고 변수 간 분산을 조정하기 위해 내재화 및 외현화 문제행동에 대해 로그변환을 시행하였다. 로그변환 후 변인들의 주요 특성과 변인 간 상관관계를 확인하기 위해 기술통계 분석과 상관분석을 실시하였으며, 결과는 표 2와 같다. 우선 왜도의 범위는 -1.48~.34로 |2|를 넘지 않으며, 첨도의 범위는 -.81~1.97로 |7|를 넘지 않아 정규분포 조건을 충족하였다(Curran et al., 1996).

다음으로 상관분석 결과 변인들 간 모두 유의한 상관이 있었다. 구체적으로 부모소진은 내재화 문제행동($r=.71, p<.01$), 외현화 문제행동($r=.71, p<.01$), 거부적 양육태도($r=.65, p<.01$)와 정적 상

표 2. 변인 간 상관관계 및 기술통계

변인	1	2	3	4	5
1 부모소진	-				
2 내재화 문제행동	.71**	-			
3 외현화 문제행동	.71**	.85**	-		
4 적응적인 인지적 정서조절전략	-.55**	-.53**	-.58**	-	
5 거부적 양육태도	.65**	.66**	.66**	-.64**	-
<i>M</i>	3.50	2.44	2.12	4.28	3.04
<i>SD</i>	0.84	1.08	1.03	0.25	0.34
왜도	-.99	-.65	-.46	-1.48	.34
첨도	1.31	-.26	-.59	1.97	-.81

** $p<.01$.

관, 적응적인 인지적 정서조절전략($r=-.55, p<.01$)과 부적 상관을 보였다. 내재화 문제행동은 외현화 문제행동($r=.85, p<.01$), 거부적 양육태도($r=.66, p<.01$)와 정적 상관, 적응적인 인지적 정서조절전략($r=-.53, p<.01$)과는 부적 상관이 있었다. 외현화 문제행동 또한 거부적 양육태도($r=.66, p<.01$)와는 정적 상관, 적응적인 인지적 정서조절전략($r=-.58, p<.01$)과는 부적 상관을 보였다. 마지막으로 거부적 양육태도와 적응적인 인지적 정서조절전략은 유의한 부적 상관($r=-.64, p<.01$)이 있었다.

부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과를 분석한 결과는 표 3에 제시하였다. 구체적으로 살펴보면, 부모소진은 내재화 문제행동에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta=.96, p<.001$), 적응적인 인지적 정서조절전략에는 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(β

$= -.18, p<.001$). 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략을 동시 투입하여 거부적 양육태도에 미치는 영향을 알아보았을 때, 각각 부모소진은 유의한 정적 영향($\beta=.18, p<.001$), 적응적인 인지적 정서조절전략은 유의한 부적 영향($\beta=-.53, p<.001$)을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 부모소진, 적응적인 인지적 정서조절전략, 거부적 양육태도를 내재화 문제행동에 동시 투입하였을 때, 부모소진($\beta=.64, p<.001$)과 거부적 양육태도($\beta=.95, p<.001$)가 유아기 내재화 문제행동에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 적응적인 인지적 정서조절전략이 유아기 내재화 문제행동에 미치는 영향($\beta=-.30, p=.152$)은 유의하지 않은 것으로 나타났다.

본 연구모형에서 변인 간 간접효과의 통계적 유의성을 확인하고자 신뢰구간에서 모수 추정에 사용하기 위한 5,000개의 표본을 생성하였다. 부트스트래핑 결과는 표 4에 제시하였다. 적응적인 인지적 정서조절전략에서 내재화 문제행동으로 향하는 방향을 제외한 모든 경로에서 95% 신뢰구간 내 0을 포함하고 있지 않아 해당 모형에서 변인 간 간접효과가 있는 것으로 확인되었다(Hesterberg, 2011). 부모소진이 거부적 양육태도를 통해 내재화 문제

표 3. 부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

종속변수	독립변수	β	se	t	F	R ²
내재화 문제행동	부모소진	.96	.05	17.96***	322.68***	.51
적응적인 인지적 정서조절전략	부모소진	-.18	.02	-11.87***	140.98***	.31
거부적 양육태도	부모소진	.18	.02	9.11***	175.43***	.53
	적응적인 인지적 정서조절전략	-.53	.06	-8.47***		
	부모소진	.64	.07	9.50***		
내재화 문제행동	적응적인 인지적 정서조절전략	-.30	.21	-1.44	140.61***	.58
	거부적 양육태도	.95	.17	5.59***		

*** $p<.001$.

표 4. 부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 간접효과

구분	독립변수	β	se	LLCI	ULCI
총효과	부모소진 → 내재화 문제행동	.96	.05	.86	1.07
직접효과	부모소진 → 내재화 문제행동	.64	.07	.51	.78
	총 간접효과	.32	.05	.24	.42
	부모소진 → 적응적인 인지적 정서조절전략 → 내재화 문제행동	.05	.03	-.00	.12
간접효과	부모소진 → 거부적 양육태도 → 내재화 문제행동	.17	.04	.11	.25
	부모소진 → 적응적인 인지적 정서조절전략 → 거부적 양육태도 → 내재화 문제행동	.09	.02	.06	.13

** $p < .01$.

행동에 영향을 미치는 간접효과($\beta = .17$, 95% CI = .11~.25)는 유의한 것으로 나타났으며, 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략을 통해 내재화 문제행동에 미치는 영향에 대한 간접효과($\beta = .05$, 95% CI = -.00~.12)는 통계적으로 유의하지 않았다. 그러나 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도를 순차적으로 매개해 내재화 문제행동에 미치는 간접효과($\beta = .09$, 95% CI = .06~.13)는 유의한 결과를 나타냈다.

부모소진과 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개 경로계수는 그림 3과 같다.

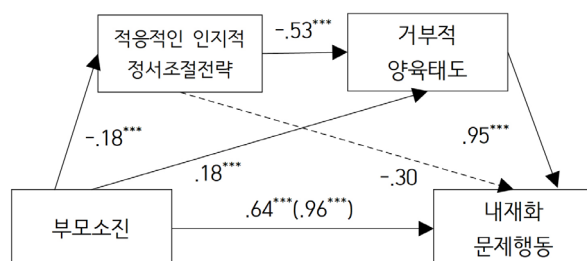


그림 3. 부모소진과 유아기 내재화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과를 분석한 결과는 표 5에 제시하였다. 구체적으로, 부모소진은 외현화 문제행동에 유의한 정적 영향($\beta = .93$, $p < .001$), 적응적인 인지적 정서조절전략에는 유의한 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.18$, $p < .001$). 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략을 동시 투입하여 거부적 양육태도에 미치는 영향을 알아보았을 때, 부모소진은 유의한 정적 영향($\beta = .19$, $p < .001$), 적응적인 인지적 정서조절전략은 유의한 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.52$, $p < .001$). 또한 부모소진, 적응적인 인지적 정서조절전략, 거부적 양육태도를 외현화 문제행동에 동시 투입하였을 때, 외현화 문제행동에 적응적인 인지적 정서조절전략은 유의한 부정적 영향($\beta = -.67$, $p < .001$)을 미치는 것으로 나타났다, 부모소진($\beta = .57$, $p = .000$)과 거부적 양육태도($\beta = .84$, $p < .001$)는 유의한 정적 영향을 미치는

표 5. 부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

종속변수	독립변수	β	se	t	F	R^2
외현화 문제행동	부모소진	.93	.05	-17.34***	300.72***	.50
적응적인 인지적 정서조절전략	부모소진	-.18	.02	-11.42***	130.38***	.30
거부적 양육태도	부모소진	.19	.02	8.81***	156.72***	.51
	적응적인 인지적 정서조절전략	-.52	.07	-8.02***		
	부모소진	.57	.07	8.78***		
외현화 문제행동	적응적인 인지적 정서조절전략	-.67	.19	-3.47***	145.14***	.59
	거부적 양육태도	.84	.16	5.38***		

*** $p < .001$.

표 6. 부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 간접효과

구분	독립변수	β	se	LLCI	ULCI
총효과	부모소진 → 외현화 문제행동	.93	.05	.83	1.04
직접효과	부모소진 → 외현화 문제행동	.57	.07	.44	.70
	총 간접효과	.36	.05	.27	.45
	부모소진 → 적응적인 인지적 정서조절전략 → 외현화 문제행동	.12	.04	.06	.19
간접효과	부모소진 → 거부적 양육태도 → 외현화 문제행동	.16	.04	.09	.24
	부모소진 → 적응적인 인지적 정서조절전략 → 거부적 양육태도 → 외현화 문제행동	.08	.02	.04	.13

** $p < .01$.

것으로 나타났다.

변인 간 간접효과의 통계적 유의성을 확인하기 위한 부트스트래핑 결과는 표 6에 제시하였다. 모든 경로에서 95% 신뢰구간 내 0을 포함하고 있지 않아 해당 모형에서 변인 간 간접효과가 있는 것으로 확인되었다(Hesterberg, 2011). 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략을 통해 외현화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과($\beta = .12$, 95% CI=.06~.19)는 유의한 것으로 나타났으며, 부모소진이 거부적 양육태도를 통해 외현화 문제행동에

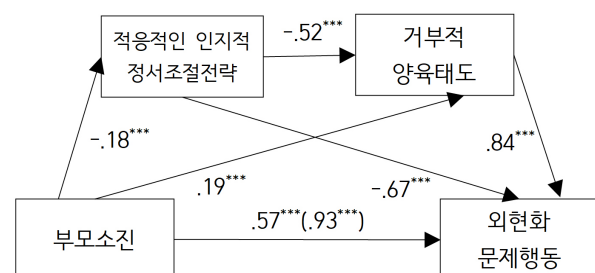


그림 4. 부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과

영향을 미치는 간접효과($\beta=.16$, 95% CI=.09~.24) 또한 유의한 것으로 나타났다. 마지막으로 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도를 순차적으로 매개해 외현화 문제행동에 미치는 간접효과($\beta=.08$, 95% CI=.04~.13) 역시 유의한 결과를 나타냈다.

부모소진과 외현화 문제행동 간 관계에서 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개경로계수는 그림 4와 같다.

논 의

최근, 자녀 양육 과정에서 일시적이지만 빈번한 양육스트레스가 누적되고 만성화되어 발생하는 부모소진에 대한 연구가 꾸준히 증가하였다. 대부분의 선행연구가 부모소진의 원인과 부모 당사자와 관련된 결과 변인에 초점을 맞춰 왔지만 (Mikolajczak et al., 2023), 자녀에게 미치는 직접적인 효과 역시 확인할 필요가 있다. 이에 따라 본 연구에서는 부모소진이 유아기 자녀의 문제행동에 영향을 미치는 과정을 살펴보고자 하였다. 매개변인으로 어머니의 심리 내적 경험인 부모소진과 자녀의 문제행동을 연결시킬 수 있는 어머니의 구체적 태도에 해당하는 거부적 양육태도와 부모소진이 거부적 양육태도를 통해 자녀의 문제행동에 미치는 부정적 영향을 감소시킬 수 있는 적응적인 인지적 정서조절전략을 설정하였다.

본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 먼저, 주요 변인 간 단순 상관분석 결과, 부모소진과 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동 사이의 정적 상관은 유아기 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동과 정적 상관을 보고한 선행연구(Cao et al., 2024; Woine

et al., 2024)의 결과와 일치한다. 또한 유아기 내재화 및 외현화 문제행동이 이후 시기 문제행동에 영향을 미칠 수 있다는 점을 고려할 때, 부모소진이 만 6-14세 아동(Minh et al., 2022) 및 청소년(Chen et al., 2022; Ping et al., 2023; Yang et al., 2021) 자녀의 문제행동과 정적 상관을 보고한 선행연구의 결과와 맥을 같이한다.

부모소진과 거부적 양육태도 사이에 정적 상관이 나타난 본 연구의 결과는 거부적 양육태도의 하위 요인 중 적대감(Chen et al., 2022), 거부(Song et al., 2024)와 정적 상관을 보고한 연구와 일관된다. 뿐만 아니라 심리적 공격성과 통제, 방임 및 학대 등과 같은 부정적 양육태도와 정적 상관을 보고한 선행연구(Guo et al., 2024; Yuan et al., 2022)와도 관련지을 수 있다. 아울러 본 연구에서 부모의 거부적 양육태도와 유아기 자녀의 문제행동 간 정적 상관이 확인되었다. 이는 거부적 양육태도와 유아기 문제행동 간 정적 상관을 보고한 선행연구(김복현 외, 2014; 류관열, 2014)의 결과와 일관되는 것이다.

한편, 본 연구에서 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략 사이에 나타난 부적 상관은 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략의 부적 상관을 보고한 연구결과(Lin & Szczygieł, 2022; Mikolajczak et al., 2023)와 일치하며, 적응적인 인지적 정서조절전략 중 하나인 인지적 재평가와 부적 상관을 보고한 연구결과(Lin et al., 2022; Vertsberger et al., 2022)와 맥을 같이 한다. 반면, 부모소진과 적응적인 인지적 정서조절전략의 상관관계가 나타나지 않은 연구결과(Yang et al., 2021)도 존재하기에 추가적인 검증이 필요하다.

부모소진이 거부적 양육태도를 매개로 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동에 미치는 경로는 유의한

영향이 있는 것으로 확인되었다. 이는 부모소진이 거부적 양육태도를 통해 동일 시점 자녀의 문제행동에 영향을 미친다는 선행연구 결과(Chen et al., 2022; Yang et al., 2021)와 일치한다.

본 연구에서는 부모소진과 유아기 문제행동 간 관계에서 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 순차적 매개효과가 부분적으로 확인되었다. 구체적으로, 부모소진과 유아기 내재화 문제행동의 경우에서 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략이 유아기 내재화 문제행동에 미치는 직접경로는 유의하지 않은 것으로 나타났으며, 부모소진이 감소시킨 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략이 거부적 양육태도를 매개하여 순차적으로 유아기 내재화 문제행동에 영향을 미치는 간접효과만이 유의하였다.

반면, 부모소진과 유아기 외현화 문제행동 간 관계에서 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도의 매개효과를 살펴본 결과 모든 경로가 유의한 것으로 나타났다. 이는 부모소진이 높을수록 적응적인 인지적 정서조절전략이 감소하고 이는 거부적 양육태도를 증가시켜 외현화 문제행동을 증가시키는 것으로 해석할 수 있다. 이 결과는 외현화 문제행동에 비해 내재화 문제행동의 특성이 부모의 정서적 반응보다는 양육태도와 같은 행동적 변수에 더 민감하게 반응한 결과일 가능성을 보여주는 것으로 해석될 수 있다.

요컨대, 유아기 문제행동을 내재화 및 외현화로 구분하여 살펴본 본 연구 결과는 두 문제행동 유형에서 부모요인이 미치는 경로가 동일하지 않음을 시사하며, 특히 적응적인 인지적 정서조절전략의 직접적인 영향력이 외현화 문제행동에 비해 내재화 문제행동에서는 상대적으로 낮게 나타났다는 점에서 이론적 및 실천적 함의를 제공한다.

본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 부모소진이 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동에 미치는 영향을 실증적으로 규명하였다. 국내·외적으로 부모소진에 관한 연구가 증가하고 있지만, 대부분 부모소진의 유발 요인이나 부모 개인에게 미치는 영향에 초점을 맞추는 경향이 있었다. 더욱이 국내에서는 부모소진으로 인해 발생하는 결과 변인을 살펴본 연구는 찾아보기 힘든 실정이다. 이러한 점에서 본 연구결과는 부모소진과 자녀의 문제행동 간 관계를 밝힘으로 부모소진의 파급효과에 대한 이해를 확장하였다는 점에서 의의가 있다. 이는 부모소진에 대한 적절한 개입이 자녀의 내재화 및 외현화 문제행동을 예방하는 데 기여할 수 있을 것임을 시사한다. 둘째, 기존 연구에서는 부모소진이 주로 청소년 자녀에게 미치는 영향을 살펴보았으나, 본 연구는 유아기 자녀의 문제행동에 미치는 영향을 확인하였다는 점에서 차별성이 있다. 만 5세 미만 아동은 급격한 성장이 이루어지는 시기로 부모의 역할과 요구 또한 변화하며 부모소진이 더 빈번하게 나타날 수 있다. 본 연구결과를 통해 부모소진이 유아기 자녀의 발달에 미칠 수 있는 부정적 영향을 확인하였다. 이는 부모소진을 조기에 예방하고 관리할 수 있는 프로그램의 개발 필요성을 시사한다. 셋째, 부모소진이 적응적인 인지적 정서조절전략과 거부적 양육태도를 매개로 유아기 문제행동에 영향을 미치는 경로를 규명하였다. 이는 부모소진이 단순히 부모 개인의 정서적 문제에 국한되지 않고, 자녀의 발달적 적응에도 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 이는 문제행동을 보이는 유아에 대해 보다 정교한 개입 방안을 마련하기 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 어머니에게 인지행동 교육을 통해 정서조절을 훈련시키는 것이 유아의 문제행동을 감소시키는 데 효과

적이라는 선행연구(정순중, 김유숙, 2006; David et al., 2014)를 함께 고려해 보았을 때, 어머니의 적응적인 인지적 정서조절전략의 사용이 부정적 양육태도를 완화하고, 궁극적으로 유아의 문제행동을 감소시키는 데 기여할 수 있을 것으로 기대된다. 넷째, 최근 사회적으로 양육 부담과 부모의 소진이 증가하는 현실 속에서 본 연구결과는 부모소진이 자녀의 발달에 미치는 영향을 실증적으로 확인함으로써 포괄적인 양육 지원체계의 필요성을 제기할 수 있다. 이는 지역사회와 정책 수준에서 부모의 정서적 건강을 지원하기 위한 제도적 기반 마련에 대한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구의 제한점에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 온라인 설문을 통해 어머니의 자기보고 방식으로 자료를 수집하는 과정에서 연구참여자의 사회적 바람직성과 방어적 응답 경향성을 통제하기 어렵다. 특히 자녀의 문제행동이나 양육태도는 사회적으로 바람직한 방향으로 응답이 왜곡되기 쉬운 항목들이므로, 추후 연구에서 자녀의 교사의 보고 또는 객관적인 행동 관찰, 면담 등 다양한 방법을 통해 자료를 수집하여 응답의 편향 가능성을 보완할 필요가 있다. 둘째, 부모소진과 자녀의 문제행동을 단일 시점에서만 수집하여 부모소진과 유아기 문제행동 간의 인과관계가 지속적으로 유지되는지에 대한 추적이 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 발달단계에 따라 변화할 수 있는 유아기 문제행동을 측정하기 위해 6개월 또는 1년 단위로 부모소진과 유아기 문제행동을 반복 측정한다면 부모소진의 장기적 영향력과 그 경로상의 매개 기제 변화를 입체적으로 이해할 수 있을 것이다. 셋째, 어머니를 연구대상자로 선정하였지만, 최근 맞벌이 가정이 증가하며 조부모 또는 대리 양육자가 자녀를 주로 양육하는 가정이 많아지고 있다.

따라서 후속 연구에서는 연구대상을 실제 양육하는 시간이나 역할 정도를 기준으로 분류하는 방법을 고려해 볼 필요가 있다. 넷째, 배우자, 조부모, 베이비시터 등 공동 양육자의 존재가 부모소진에 대한 보호요인 또는 조절요인으로 작용할 수 있다. 따라서 공동 양육자의 존재 여부를 조절변인으로 포함하거나, 단독 양육자와 공동 양육자 집단 간 비교 분석을 통해 공동 양육자의 보호 효과를 실증적으로 검토할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구에서는 유아기 내재화 및 외현화 문제행동이 서로 다른 양상의 특성을 지닌다는 점을 고려하여 두 변인을 독립된 모형으로 분석하였다. 이에 따라 상대적 영향력을 직접 비교하지 않았다. 추후 연구에서는 두 문제행동 유형 간 차별적 영향력을 분석하기 위한 통합모형을 적용함으로써, 내재화 및 외현화 문제행동에 영향을 미치는 공통 요인과 차별 요인을 보다 심층적으로 탐색할 수 있을 것이다.

Conflict of Interest

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

참고문헌

- 김녹현, 정영주, 차선희 (2014). 어머니의 양육태도가 유아의 문제행동에 미치는 영향. **복지행정논총**, 24(2), 89-121.
- 김소희 (2004). **스트레스 사건, 인지적 정서조절 전략과 심리적 안녕감 간의 관계**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

- 김영아, 이진, 문수종, 김유진, 오경자 (2009). 한국판 CBCL 1.5-5의 표준화 연구. **한국심리학회지: 임상**, 28(1), 117-136.
- 김현령, 류수민 (2015). 어머니의 양육스트레스, 결혼만족도가 유아의 문제행동에 미치는 영향에서 양육방식의 매개효과. **유아교육학논집**, 19(2), 193-209.
- 나은숙, 이종인 (2008). 부모의 자녀수용-거부와 통제 척도에 대한 한국 타당화 검사: 유아 부모용. **미래유아교육학회지**, 15(3), 215-247.
- 남지혜, 이희영, 이지경 (2023). 유아 어머니가 지각한 양육효능감과 사회적지지가 부모 소진에 미치는 영향. **학습자중심교과교육연구**, 23(23), 443-454.
- 류관열 (2014). 부모양육태도와 유아의 자아탄력성이 유아문제행동에 미치는 영향. **아동교육**, 23(3), 289-298.
- 박진아, 이경숙, 신의진 (2009). 모-자녀관계와 어머니의 양육스트레스가 유아의 문제행동에 미치는 영향. **한국심리학회지 여성**, 14(4), 549-566.
- 서석원 (2019). 어머니의 자아존중감과 양육스트레스가 유아의 문제행동에 미치는 영향: 어머니의 온정적 양육태도의 매개효과. **생태유아교육연구**, 18(4), 51-71.
- 서장원 (2022). **심리학 연구방법의 기초**. 서울:학지사.
- 신가영 (2023). **사회부와 완벽주의와 부모 소진의 관계: 인지적 재평가와 자기자비의 순차적 매개효과**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 안현의, 이나빈, 주혜선 (2013). 한국판 인지적 정서조절전략 척도(K-CERQ)의 타당화. **상담학연구**, 14(3), 1773-1794.
- 엄문설, 이양희 (2020). 한국판 부모 소진 척도 타당화 연구. **한국위기관리논집**, 16(10), 119-133.
- 이서현, 하규영 (2023). 리더의 직무소진과 혁신행동: 적응적 인지적 정서 조절과 회복탄력성의 조절된 매개를 중심으로. **한국심리학회지: 산업 및 조직**, 36(4), 585-610.
- 이윤주, 김진숙 (2012). 영유아기 자녀를 둔 기혼 여성의 양육스트레스와 우울의 관계: 자아존중감 안정성의 조절효과와 매개효과. **상담학연구**, 13(5), 2229-2249.
- 임희수, 이희영 (2024). 어머니의 양육스트레스와 부모 소진과의 관계에서 양육효능감의 매개효과. **인문사회과학연구**, 25(1), 471-490.
- 정순중, 김유숙 (2006). 학부모 정서관리훈련 프로그램의 개발 및 효과. **한국심리학회지: 건강**, 11(4), 817-838.
- 하유미, 박성연 (2012). 어머니의 성인애착, 부정정서 및 정서조절양식이 양육행동에 미치는 영향. **인간발달연구**, 19(2), 175-195.
- Abdoli, S., Vora, A., Smither, B., Roach, A. D., & Vora, A. C. (2020). I don't have the choice to burnout: experiences of parents of children with type 1 diabetes. *Applied Nursing Research*, 54, 151317. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2020.151317>
- Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2000). *Manual for the ASEBA preschool forms and profiles*(Vol. 30). Burlington, VT: University of Vermont, Research center for children, youth, & families.
- Campbell, S. B. (1995). Behavior problems in preschool children: A review of recent

- research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 36(1), 113-149.
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1995.tb01657.x>
- 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, 1-10.
<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>
- Curran, P., West, S., Finch, J., & Appelbaum, M. I. (1996). The Robustness of Test Statistics to Nonnormality and Specification Error in Confirmatory Factor Analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
<https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.16>
- David, O. A., David, D., & Dobrea, A. (2014). Efficacy of the rational positive parenting program for child externalizing behavior: can an emotion-regulation enhanced cognitive-behavioral parent program be more effective than a standard one? *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 14(2), 159-178.
- Deligkaris, P., Panagopoulou, E., Montgomery, A. J., & Masoura, E. (2014). Job burnout and cognitive functioning: A systematic review. *Work & Stress*, 28(2), 107-123.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problem. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Giraldo, C. P., Santelices, M. P., Oyarce, D., Chalco, E. F., & Escobar, M. J. (2022). Children's age matters: Parental burnout in Chilean families during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13, 946705.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.946705>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
<https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Guo, X., Hao, C., Wang, W., & Li, Y. (2024). Parental Burnout, Negative Parenting Style, and Adolescents' Development. *Behavioral Sciences*, 14(3), 161-172.
<https://doi.org/10.3390/bs14030161>
- Hesterberg, T. (2011). Bootstrap. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Computational Statistics*, 3(6), 497-526.
<https://doi.org/10.1002/wics.182>

- Huang, Y., Mao, F., Zhang, X., Wang, J., Xu, Z., & Cao, F. (2023). Exploring the relationship between postnatal depressive symptoms and parental burnout from the perspective of the population and individual level. *BMC Psychiatry*, 23(1), 409.
<https://doi.org/10.1186/s12888-023-04853-2>
- Hubert, S., & Aujoulat, I. (2018). Parental burnout: When exhausted mothers open up. *Frontiers in Psychology*, 9, 357722.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01021>
- Lin, G. X., & Szczygieł, D. (2022). Perfectionistic parents are burnt out by hiding emotions from their children, but this effect is attenuated by emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 184, 111187.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111187>
- Lin, G. X., Goldenberg, A., Arian, G., Brytek Matera, A., Czepczor Bernat, K., Manrique Millones, D., ... & Gross, J. J. (2022). Reappraisal, social support, and parental burnout. *British Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 1089-1102.
<https://doi.org/10.1111/bjc.12380>
- Lin, G. X., Szczygieł, D., & Piotrowski, K. (2022). Child-oriented perfectionism and parental burnout: The moderating role of parents' emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 198, 111805.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111805>
- 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 (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 361705.
<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., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80, 134-145.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2023). Parental Emotion Regulation, Stress, and Burnout. *Emotion Regulation and Parenting*, 116.
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Lindahl Norberg, A., & Roskam, I. (2020). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptoms?

- Clinical Psychological Science*, 8(4), 673-689.
<https://doi.org/10.1177/2167702620917447>
- Minh, T. N., Quang, A. M. T., & Ha, T. A. (2022). The influence of children's behavior problems on parents' psychological well-being: A serial mediation model of parental psychological control and parental burnout. *Children and Youth Services Review*, 134, 106366.
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106366>
- Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2001). Childhood predictors differentiate life-course persistent and adolescence-limited antisocial pathways among males and females. *Development and Psychopathology*, 13(2), 355-375.
<https://doi.org/10.1017/S0954579401002097>
- Osborne, J. (2010). Improving your data transformations: Applying the Box-Cox transformation. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 15(1), 1-9.
- Ping, Y., Wang, W., Li, Y., & Li, Y. (2023). Fathers' parenting stress, parenting styles and children's problem behavior: The mediating role of parental burnout. *Current Psychology*, 42(29), 25683-25695.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-03667-x>
- Randolph, K. A., & Myers, L. L. (2013). *Basic statistics in multivariate analysis*. NY: Oxford University Press.
- Rohner, R. P. (2005). Parental Acceptance-Rejection Questionnaire (PARQ): Test manual. *Handbook for the study of parental acceptance and rejection/Rohner Research Publications*.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_56
- Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., ... & 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, 350462.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 236360.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
- Séjourné, N., Sanchez-Rodriguez, R., Leboullenger, A., & Callahan, S. (2018). Maternal burn-out: an exploratory study. *Journal of reproductive and infant psychology*, 36(3), 276-288.
<https://doi.org/10.1080/02646838.2018.143>

- 7896
- 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, 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>
- 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.
- Vertsberger, D., Roskam, I., Talmon, A., Van Bakel, H., Hall, R., Mikolajczak, M., & Gross, J. J. (2022). Emotion regulation during the COVID-19 pandemic: Risk and resilience factors for parental burnout (IIPB). *Cognition and Emotion*, 36(1), 100-105.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2021.2005544>
- 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>
- Wu, K., Wang, F., Wang, W., & Li, Y. (2022). Parents' education anxiety and children's academic burnout: The role of parental burnout and family function. *Frontiers in Psychology*, 12, 764824.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.764824>
- Yang, B., Chen, B. B., Qu, Y., & Zhu, Y. (2021). Impacts of parental burnout on Chinese youth's mental health: The role of parents' autonomy support and emotion regulation. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 1679-1692.
<https://doi.org/10.1007/s10964-021-01450-y>
- Yuan, Y., Wang, W., Song, T., & Li, Y. (2022). The mechanisms of parental burnout affecting adolescents' problem behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15139.
<https://doi.org/10.3390/ijerph192215139>
- Zhang, Q., & Zhao, M. (2024). Influence of Co-Parenting on Parental Burnout: A Moderated Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 14(3), 159-173.
<https://doi.org/10.3390/bs14030159>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2022). Parent

emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63-82.

<https://doi.org/10.1177/01650254211051086>

Maternal adaptive cognitive-emotional regulation and rejective parenting attitudes as mediators between parental burnout and early childhood problem behavior

Myeonga Jeong¹

Yeonsoo Kim²

Department of Counseling Psychology, Jeonju University/ Master's degree¹

Department of Counseling Psychology, Jeonju University/ Associate Professor²

This study examined how parental burnout influences behavioral problems in preschool-aged children through mothers' use of adaptive cognitive emotion regulation strategies and rejective parenting attitudes. Data were collected via an online survey from 400 mothers raising children aged 3-5 years. The main findings of this study are as follows. First, significant correlations were found between parental burnout, internalizing and externalizing behavioral problems in preschool children, mothers' adaptive cognitive emotion regulation strategies, and rejective parenting attitudes. Second, although mothers' adaptive cognitive emotion regulation strategies did not directly affect the relationship between parental burnout and children's internalizing behavioral problems, a sequential double mediation effect was observed for rejective parenting attitudes. Third, regarding the relationship between parental burnout and externalizing behavioral problems, both adaptive cognitive emotion regulation strategies and rejective parenting attitudes demonstrated significant double mediation effects. This study discusses these findings significance, implications, and limitations.

Key words : parental burnout, internalizing and externalizing problem behaviors, cognitive-emotional regulation, rejective parenting attitudes, early childhood