

누적된 고립감을 감내하며 엄마되기: 전업모의 COVID-19 팬데믹 시기 부모기 전이 경험에 관한 현상학적 연구*

Being a Mother with Accumulated Isolation: Phenomenological Research of Transition to Parenthood among Full-Time Mothers during the COVID-19 Pandemic

1차원고접수: 2023.10.10. 수정원고접수: 2023.11.29. 최종게재결정: 2023.12.13.

신혜림¹ · 김현경² · 주수산나³

¹연세대학교 아동가족학과, 박사후 연구원

²연세대학교 아동가족학과, 교수

³연세대학교 인간생애와 혁신적 디자인 융합전공, 연구교수

Sin, Hyelim¹

Kim, Hyoun Kyoung²

Joo, Susanna³

^{1,2}Dept. of Child & Family Studies, Yonsei University

³BK21 Symbiotic Society and Design, Yonsei University

국문초록 본 연구는 COVID-19 상황에서 부모기 전이를 경험하고 영아기 자녀를 양육하고 있는 전업모들이 그 현상을 어떻게 경험하고 있는지 이해하는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 '전업모들은 COVID-19 상황에서 부모기 전이를 어떻게 경험하는가'라는 연구 질문에 따라 서울과 경기 지역에 거주하고 2020년도에 3개월 이상의 임신기간을 가진 후 첫 자녀를 출산한 전업모 13명을 모집 후 질적 연구를 수행하였다. 자료의 분석은 현상학적 방법 중 Moustakas(1994)의 분석단계를 참고하여 진행하였다. 본 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 전업모는 임신 중 직면하게 된 COVID-19로 인해 스스로와 주변으로부터 이중적 고립 상황에 놓이게 되었다. 둘째, 참여자들은 COVID-19로 인해 남편이나 다른 사회지지 체계조차 함께하지 못하는 고립된 출산 및 산후조리원 생활을 경험하였다. 셋째, COVID-19는 육아가 처음인 전업모에게 부모기 전이 적응과 팬데믹의 어려움이라는 이중 부담을 안겨주었다. 본 연구를 통해 또 다른 팬데믹 상황에서 돌봄에 대한 부담과 함께 사회적 단절을 경험할 전업모들의 어려움에 관심을 가지고 대책을 논의할 수 있을 것이다.

주요어 전업모, 부모기 전이, COVID-19 팬데믹, 현상학

Abstract The main goal of this study is to understand the everyday experiences of full-time mothers who experienced the transition to parenthood and caring during the COVID-19 pandemic. Qualitative research was conducted to explore the following research question: How did full-time mothers manage the transition to parenthood during the COVID-19 pandemic? The study included 13 full-time mothers who lived in Seoul and Gyeonggi, were at least 3 months pregnant, and gave birth to their first child in 2020. The analysis was performed using steps suggested by Moustakas(1994), which integrates systematic processes with organizational and structural approaches. The main findings of this study are summarized as follows. First, full-time mothers were placed in a double isolation situation from themselves and their surroundings due to COVID-19, which they faced during pregnancy. Second, participants experienced isolated childbirth and postpartum care center life that even their husbands could not join. Third, COVID-19 places a double burden on full-time mothers who are new to parenting, such as adjustment to parental transition and difficulties caused by COVID-19. Through this study, we will be able to prepare the difficulties of full-time mothers who will experience social disconnection along with the burden of caring when a crisis such as COVID-19 occurs again

Keywords full-time mothers, COVID-19 pandemic, phenomenological analysis, transition to parenthood

* 이 논문은 주저자의 박사학위논문 중 일부를 요약한 연구임.

Corresponding to 김현경 (Kim, Hyoun Kyoung)

연세대학교 아동가족학과, 교수 (Dept. of Child & Family Studies, Yonsei University) E-mail. hyounkim@yonsei.ac.kr

Copyright © 2023 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

부모가 되는 것은 생애과정에서 경험할 수 있는 위대한 변화 중 하나이다(Palkovitz & Sussman, 2014). 하지만 최근 출산에 대한 가치관 변화로 더 이상 출산은 자연스러운 생애 과업이 아닌 심사숙고하여 결정하는 사건으로 인식되고 있다(Beck-Gernsheim, 2005). 즉 현재 우리 사회는 출산과 양육에 대해 과거와는 다른 인식과 기대를 가지고 있으며, 출산과 양육을 둘러싼 사회문화적 환경도 달라졌다. 그럼에도 불구하고 여전히 다수의 사람들은 결혼을 하고, 아이를 낳아 부모가 된다(주수산나, 전해정, 2016). 그러나 모든 사람들의 부모기 전이 경험이 동일한 방식으로 이루어지지는 않는다. 부모기 전이(transition to parenthood)와 같은 삶에 대한 다양한 선택은 그들이 살고 있는 시대적 흐름과 사회적 변화, 환경과의 영향에서 자유로울 수 없기 때문이다. 생애과정 관점에서는 같은 사건이나 경험이라도 생애의 어느 시점에 겪었느냐에 따라 그 결과나 경험이 다르게 나타난다고 본다(Elder, Johnson, & Crosnoe, 2003). 때문에 COVID-19 팬데믹과 같은 역사적 사건으로 갑작스럽게 전 지구적인 변화를 마주한 상황에서 자녀를 임신하고 출산한 사람들의 경험은 팬데믹 이전 시기의 경험과는 다를 것으로 예상할 수 있다.

2019년 12월에 시작된 COVID-19는 전 세계를 위협하며 사회 전반은 물론이고 개인의 일상에도 예측할 수 없는 변화를 일으켰다. 장기간 지속되는 팬데믹 상황에 사람들은 감염에 대한 두려움을 느꼈는데, 특히 어머니로의 전이를 준비하는 임산부나 어린 자녀를 둔 어머니들은 더 높은 스트레스를 경험하였다(Serafini et al., 2020). 정부는 빠른 속도로 다양한 정책을 내놓으며 팬데믹 위기 중에서도 개인들이 대처할 수 있는 방안들을 제시하였다. 하지만 대부분의 정책적 관심과 해결 방안은 경제생활과 COVID-19의 전염과 관련된 백신접종, 사회적 거리두기 등에 집중되어 있었다. 정부에서 시행한 지원방안도 맞벌이 부부를 위한 지원 또

는 어린이집이나 학교와 같이 기관에 다니는 아이들에 초점이 맞추어져 있었다. 가정에서 자녀를 양육하는 전업모는 정책적인 도움뿐 아니라 연구에서도 상대적으로 소외되었다. 그러나 COVID-19로 인한 국민들의 심리정신적 상태를 분석한 이은환의 연구(2020)결과, 국민의 절반 수준이 COVID-19로 인한 우울감을 경험하고 있었고(48%), 특히 전업모들은 팬데믹으로 인한 스트레스에 취약한 것으로 나타났다. 전업모 중에서도 COVID-19 시기에 부모기로 전이하는 사람들은 엄마라는 새로운 역할로의 적응과 더불어 팬데믹 위기 상황에 대처해야 하는 이중의 과제로 더욱 어려움이 컸을 것으로 예상된다.

COVID-19 팬데믹 상황에서 어머니를 대상으로 진행된 선행연구들은 양육 스트레스 및 우울과 같은 어머니의 정서적 경험(김성현, 2022; 여종일, 2019; 이수진, 김향란, 2021), 어머니의 양육행동이 유아에게 미치는 영향(강희주, 구슬이, 윤은영, 정익중, 2021; 정익중, 이수진, 강희주, 2020), 영유아 자녀를 돌보는 부모의 경험에 관한 연구(김미라, 채선미, 2022; 김성현, 2021; 문주혜, 동폴잎, 2022; 이민지, 오지현, 2022; 이조은, 2021; 주하나, 2020) 등이 있으나, 대부분 전업모와 취업모를 구분하지 않고 진행되었거나 자녀가 만 5세 이상인 전업모와 취업모를 비교하는 연구들이다. COVID-19 시기에 부모기 전이를 맞이한 전업모 경험을 살펴본 연구는 찾아볼 수 없다. 따라서 본 연구는 취업모의 일과 가정, 일과 자녀 돌봄, 일과 삶에 관한 연구들로 소외되어 온 전업모의 돌봄경험과 COVID-19 팬데믹 중 그들의 부모기 전이 경험을 총체적 시각으로 이해하기 위해, ‘COVID-19 상황에서의 전업모의 부모기 전이 경험은 어떠한가?’라는 연구 질문에 따라 질적연구를 진행하였다. 이를 통해 COVID-19라는 팬데믹 상황에서의 전업모의 부모기 전이 경험을 이해함으로써 COVID-19와 같은 새로운 위기상황이 나타났을 때 정책적으로 소외되어 있는 전업모들의 어려움을 완화시키고 그들에게 현실적으로 필요한 도움을 모색해볼 수 있을 것으로 기대한다.

2. 선행연구 고찰

1) 부모기 전이

첫 자녀의 출산을 통해 부모라는 새로운 사회적 역할을 획득하고, 부부 중심의 2인 체계에서 자녀를 포함하는 다인 체계로 가족 체계가 새롭게 변하는 시기를 부모기 전이라고 한다(LaRossa, 1986). 오늘날 혼인관계 비중이 줄어들면서 한부모 맥락에서 부모기 전이 경험하는 사례들이 늘어나고 있지만 이들 맥락은 양부모 체계에서 전이하는 맥락과 구별되는 맥락으로서 구분되어 심층적으로 이해되어야 하기에 이 연구에서는 부부중심 2인체계에서 자녀 체계가 추가되는 과정으로 연구 맥락을 한정하고자 한다. 따라서 본 연구에서는 부모기 전이기를 부부가 첫 자녀의 출생으로 인해 겪게 되는 중요한 변화이자 부모로의 역할에 적응해 가는 점진적인 과정으로 정의하고 임신, 출산, 양육 세 단계의 과정으로 살펴보고자 한다.

부모기 전이의 첫 번째 과정은 임신이다. 부부에게 이 시기는 부모 됨으로의 전이에 적응하는 시점이고 (Alhusen, 2008), 여성에게 임신은 신체적 불편감과 동시에 심리적, 정신적, 사회·경제적 스트레스를 유발하는 경험이다(Reeder, Mastroianni, & Martin, 1997). 임신기간의 스트레스는 태아와 임부에게 모두 부정적 영향을 미쳐 태아의 건강뿐 아니라 임부 자신의 신체적, 정신적 건강을 해치고 출산 후 어머니의 양육스트레스 및 아동의 발달 문제로도 이어질 수 있다(DiPietro, 2010). 하지만 누군가에 의해 지지와 격려를 받을 수 있는 환경에서 태아를 인정받을 때 임부는 안정된 정서를 가지고 임신 과정 동안의 부정적 상황을 완화시킬 수 있는 것이다(Nylen, O'Hara, & Engeldinger, 2013).

부모기 전이의 두 번째 과정은 출산이다. 자녀 출산은 여성에게 임신의 반응만큼이나 다증적이고 모순된 정서를 느끼게 한다(김재선, 2018). 더욱이 산후의 여성은 분만이나 제왕절개로 인해 아픔을, 모유 수유로 인해 불편함을, 그리고 신생아에게 지속적으로 주어야 할 관심과 돌봄으로 인한 피로로 인해 신체적으로나 심리적으로 많이 지치게 된다(곽금주, 박수현, 2015).

출산 후 여성 대부분은 슬픔, 불면, 불안, 우울감과 같은 정서적 어려움을 겪게 된다(김재선, 2018). 특히 자신의 부정적인 감정을 표출하는 것이 어머니로서 바람직하지 않다고 여기며 참는 성향의 산모들의 경우 더 깊은 우울감을 느낄 수 있어 관심과 주의를 필요로 한다(강민철, 김동민, 김수임, 2012).

부모기 전이의 세 번째 과정은 영아기 자녀 양육이다. 양육은 ‘아이를 보살피서 자라게 한다’는 사전적 의미를 가진다(국립국어원, 2022). 영아기는 전생애 발달의 여러 단계 중 짧은 일부이지만 신체, 인지, 사회, 정서적인 부분이 급속도로 발달함과 동시에 양육자의 관심과 보살핌이 절대적으로 필요한 시기이자(방은주, 2018), 다른 시기에 비해 이후의 발달에 미치는 영향이 크고 지속적이기 때문에 매우 중요한 시기이다(박수연, 2013). 부모는 양육을 통해 아이가 사회 구성원으로서 잘 성장할 수 있는 기초를 마련해 줌과 동시에 부모역할에 대한 만족감도 함께 경험하게 되며(이석미, 조성연, 2017), 부모로서의 정체성을 확립해 나가게 된다. 반면 첫 자녀를 양육하는 과정에서 부모는 부모역할에 대한 의무감과 부담감, 죄책감 등과 같은 발달 과업으로 인한 어려움, 부모 개인 생활 제한 및 부족, 육체적 피로감 등으로 인한 체력적인 어려움 또한 경험하게 된다(권경숙, 2008). 이처럼 임신, 출산, 양육을 경험하는 부모기 전이 시기는 부부에게는 부모라는 새로운 역할과 함께 일상적인 생활에서의 다양한 변화를 맞이하게 되는 시기이자, 자녀에게는 인간발달 중 가장 중요한 시기이기 때문에 그와 관련된 연구들이 많이 필요로 한다.

2) COVID-19와 임신, 출산, 양육 경험

(1) COVID-19 시기의 임신

준비와 계획의 여부와는 상관없이 첫 자녀를 임신한 부부들은 임신을 경험하면서 부모가 되는 것에 대한 많은 부담과 불안을 느끼게 된다(김기현, 2000). 그리고 COVID-19 팬데믹은 부모기 전이를 경험하는 부모들에게 추가적으로 더 많은 부담과 불안을 안겨주었다. 첫 부모역할이 다른 역할에 비해 더 어려운 역할전이

라고 인식하는 임부와 남편에게 있어 COVID-19라는 팬데믹은 큰 불안 요소로 다가올 수밖에 없었다. 임신 중 COVID-19 감염은 임부 특성을 고려했을 때 취약성이 높으며, 나이나 기저질환 여부, 인종 등을 보정한 후에도 COVID-19 임부의 중환자실 입원 및 위험도가 비임신 여성과 비교하여 높은 것으로 나타났다(Ellington et al., 2020). 하지만 백신 개발 시 임부와 수유부는 연구 대상에 포함되지 않았기 때문에 임부 집단에 대한 확립된 COVID-19 관련 지침은 미비한 실정이었다(차현화, 성원준, 2021).

또한 COVID-19로 인해 임부가 느끼게 된 정신적, 신체적 긴장은 임부의 정서적 위기를 촉진시키는 요인이 될 수 있다(박길순, 2023). Davenport, Meyer, Meah, Strynadka와 Khurana의 연구(2020)에 따르면 팬데믹 시기에 모성우울증 증상을 보고한 임부의 비율이 15%에서 41%로 증가했으며, 중간에서 중증 수준의 불안 증세를 겪는 임부의 비율도 약 2.5배 증가했다고 한다. 임신 스트레스로 인한 임부의 우울 및 불안은 임부 개인뿐 아니라 태아, 그리고 엄마와 태아의 애착형성에 영향을 미친다(이승아, 이성희, 2015). 이러한 결과들에 따라 COVID-19 감염에 대한 우려로 긴장감이 높아진 임부의 산후 우울과 같은 심리적 방역에도 관심을 가져야 함을 볼 수 있다.

(2) COVID-19 시기의 출산

일반적인 출산에도 위험 요소는 늘 존재하나 COVID-19 팬데믹 시기의 임부는 통상적인 출산 준비와 함께 감염병 예방 및 감염병으로 인한 돌발상황에 대처하기 위한 추가적인 준비까지 신경 써야 했다. 차현화와 성원준의 연구(2021)에 따르면 COVID-19 시기 임부는 37주부터 병원에 입원할 것을 대비하여 휴식을 포함한 사회적 거리두기를 시작했다. 출산 시 COVID-19 감염은 산모뿐 아니라 태어나는 자녀, 함께 머무는 산모와 아기에게도 영향을 미치기 때문에, 감염병 예방을 위한 권고사항을 참고하여 출산을 준비하였다. 출산 전 COVID-19 검사를 하여 무증상 또는 생체징후가 안정적인 유증상 환자는 입원을 허가하였지만, 생체징후가

불안정한 유증상 산모는 중환자실이 있는 3차 의료기관으로 보내졌다. COVID-19가 의심되거나 확진된 경우 분만은 지정된 장소에서 시행되거나 가능하면 음압 병실이나 음압 수술실에서 분만과 제왕절개술이 행해졌다(차현화, 성원준, 2021).

COVID-19로 인한 변화들은 산모의 정신건강에도 영향을 미쳤다(도유록, 2023). 특히 산부인과에서는 출산 후 산모 1명 당 보호자 1인만을 동반할 수 있도록 허용하였고, 그 외 사람들의 방문안을 금지하였기에 출산 과정에서 여성들은 상대적으로 고립감을 호소하였다(Chivers et al., 2020). COVID-19 확산기인 2020년 한 해 동안 임신과 출산을 경험한 여성에서 유·아동 부모에 이르기까지의 가족들의 일상과 돌봄의 변화를 소셜 빅데이터를 통해 살펴본 도유록의 연구(2023)에 따르면 ‘조리원 정보’에서는 ‘남편’, ‘2주’, ‘혼자’, ‘도우미’ 등의 키워드가 나타났으며, ‘산전검사’에서는 ‘코로나’가 ‘병원’, ‘진료’, ‘검사’ 등의 단어와 함께 나타나 초음파 검사나 의료시설 이용에 남편 및 보호자 동반이 제한되었다는 내용이 나타났다. 분만 및 산후조리기에 가장 높은 점유율을 보인 토픽인 ‘조리원 후기’에서는 ‘마사지’, ‘(의사)선생님’, ‘신생아실’ 등이 키워드로 나타났으며, COVID-19 시기에 남편을 비롯한 외부인 출입이 제한되었다는 내용이 나타났다(도유록, 2023). 두려움을 불러일으키는 첫 임신과 출산의 경험은 COVID-19로 인한 불확실성의 증가, 감염병으로 인한 병원과 산후조리원의 이용 제한 및 가족과의 분리 등으로 인하여 산모에게 더욱 힘든 경험이 되었을 것으로 추측할 수 있다.

3) COVID-19 시기의 영아기 자녀 양육

첫 자녀를 양육하는 과정에서 어머니들은 부모 역할에 대한 의무감, 어머니 역할 수행에 대한 부담감, 죄책감 등과 같은 발달 과업으로 인한 어려움, 부모 개인 생활 제한 및 부족, 육체적 피로감 등으로 인한 체력적인 어려움을 경험하게 된다(권경숙, 2008). 부모기로의 전이 과정에서 겪게 되는 어려움들은 경과에 대한 예

측이 어려운 COVID-19 상황으로 인해 영아기 자녀를 둔 부모들에게도 강력한 스트레스 요인으로 작용하였다. 어린아이들에게 COVID-19로 인한 위중한 증세가 나타나는 경우는 드문 것으로 나타났다(김기환 등, 2020). 하지만 영아는 스스로 자신의 건강 문제를 확인하고 질병을 예방하는 데에 능동적이지 못할 뿐 아니라 면역계의 불완전한 발달로 전염병에 취약하고(하영혜, 2012), 기관에서의 집단생활 중에 감염병 예방수칙을 준수하는 데 어려움이 있다(최예린, 2020). 때문에 부모들은 COVID-19가 확산되는 상황에서 자녀들의 집단생활에 대한 심리적 압력과 불안을 경험하게 되었다.

COVID-19 기간 동안 영아들이 집에 머무르는 시간이 증가하면서 부모들은 자녀의 학습 발달, 신체 발달, 사회성 발달 또한 걱정하게 되었다(주하나, 2020). 교육기관의 휴원으로 인해 영아의 상호작용 주체인 교사나 또래들과의 상호작용이 감소하게 되면서 영아들의 학습 기회가 감소하게 될 것이라는 불안감과 함께, 부모와 자녀가 함께 하는 놀이 시간이 길어짐에 따라 부모 자신이 자녀와 함께 놀아주어야 한다는 책임감과 그렇지 못했을 때 죄책감도 함께 느끼고 있었다(Wang, Zhang, Zhao, Zhang, & Jiang, 2020). 부모들은 COVID-19로 인해 대인 간 접촉을 줄일 수밖에 없는 상황에서 자신의 양육 방법이 적절한 것인지 확인할 방법이 없고, 어떤 활동을 준비해야 영아의 발달과 학습을 이끌어줄지 내적 혼란 또한 경험하고 있었다(석민아, 문인경, 이병호, 2021). 이렇듯 전이를 경험하는 부모들은 자신이 마주한 새로운 역할뿐 아니라 팬데믹으로 변화된 일상 속에서 많은 어려움과 혼란을 경험하고 있었다. 특히 처음 부모가 된 전업모들은 어머니라는 새로운 역할에 적응도 하기 전에 COVID-19를 마주하며 어려움이 가중되었을 가능성이 높다. 본 연구에서는 선행 연구들에서 살펴볼 수 없었던 COVID-19 상황에서의 임신과 출산, 자녀 양육의 일상적 행위를 전업모만의 경험과 관점을 통해 이해해 보고자 하였다.

4) COVID-19시기 전업모의 부모기 전이 경험

전업모는 일과 양육 사이에서 양육을 택한 여성으로(김은혜, 2018), 사전적으로는 ‘다른 직업에 종사하지 않고 집안일만 전문으로 하는 주부’를 일컫는다(국립국어원, 2022). 우리나라 기혼 여성의 경제활동 참여율은 지속적인 증가 추세로, 15 ~ 54세 기혼여성의 과반수(62.6%)가 취업 활동에 종사하지만, 여전히 37.4%의 여성은 전업모로 생활하고 있다(통계청, 2022). 오늘날에는 임신이나 출산, 양육이 시작되는 때에 일을 그만두면서 전업모가 되는 어머니들이 많다. 통계청이 발표한 ‘2022년 상반기 지역별고용조사 경력단절 여성현황’에 따르면, 15 ~ 54세 기혼여성 832만 3천명 중 38.9%는 비경제활동인구이고 그 중 경력단절여성은 44.7%로 나타났다. 특히 18세 미만 자녀와 함께 사는 경력단절여성 118만 4천명 중에서는 6세 이하 자녀가 있는 경력단절여성이 59.5%로 가장 많았다. 경력단절 여성의 비경제활동의 주된 사유는 육아(43.2%), 결혼(27.4%), 임신·출산(22.1%), 자녀교육(3.8%), 가족 돌봄(3.4%) 순으로 높게 나타났다(통계청, 2022). 즉 기혼여성이 전업모가 되는 것은 스스로의 선택이긴 하지만 임신과 출산, 자녀 양육이라는 상황에서 어쩔 수 없이 내린 결론인 경우가 많을 것으로 사료된다(한현이, 2016).

취업모와 비교하여 전업모는 ‘엄마 노릇’을 하기에 상대적으로 유리한 상태에 있는 것으로 여겨지지만, COVID-19와 같은 위기 상황은 이들이 수행하던 돌봄 노동의 수요를 비약적으로 증가시켜 일상에 과부하를 발생시켰다(박주연, 2022). ‘COVID-19 시대’의 돌봄노동을 살펴본 박주연의 연구(2022)에 참여한 전업모 대부분은 결혼 혹은 출산 전에 직장을 다니고 있었지만 자녀 양육을 위하여 자발적으로 노동시장에서 물러난 엄마들이었다. 이들 대부분은 재취업을 원했지만, COVID-19 이후 돌봄노동의 부담이 커지면서 임금노동에 대한 구체적인 계획은 세우지 못하고 있었다. 특히 미성년 자녀를 둔 전업모 참여자들은 모성 이데올로기를 도덕적 규범으로 내면화하여 팬데믹 동안 늘어난 엄마 역할을

잘 해내기 위해 애쓰고 있었다. 이렇게 한국 사회는 여전히 가사와 육아 부담을 온전히 여성의 몫이라고 생각하는 관습과 분위기를 가지고 있기 때문에 전업모가 가정의 영역을 벗어나 사회에서 자신의 역량을 마음껏 펼치기가 쉽지 않다(이영환, 이수재, 2007). 전업모들이 양육에 대한 많은 책임과 부담감뿐 아니라 COVID-19를 마주하며 겪는 또 다른 어려움을 파악하고 대처하기 위해서는 이들의 경험을 이해하기 위한 심층적인 연구가 우선적으로 필요하다. 그러나 지금까지의 선행 연구들은 전업모와 취업모를 구분하지 않고 살펴보았거나 주로 자녀가 초등학교생인 전업모를 다루었다는 점에서 돌봄의 초기인 영아기 자녀를 둔 전업모의 경험을 살펴보지 못했다는 제한점을 가지기에, 본 연구에서는 COVID-19 시기에 처음 부모가 된 전업모만의 경험을 통해 그들의 부모기 전이 경험과 팬데믹에서의 일상을 살펴보려고 하였다.

3. 연구문제

연구문제 1. COVID-19 상황에서의 전업모의 생애 단계별 임신, 출산, 자녀 양육 경험은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

연구 참여자는 COVID-19 시기에 임신과 출산을 경험하고 영아기 자녀를 양육하는 전업모 13명이다. 연구 참여자의 특성을 살펴보면 다음과 같다. 연령 범위는 29세에서 40세였으며, 평균연령은 34.4세였다. 현재 전업모인 참여자들은 모두 이전에 취업한 경험이 있었다. 참여자 중 3명은 결혼 후 살던 지역을 옮기며 취업을 중단하였고, 3명은 임신을 준비하며, 그리고 나머지 7명은 출산을 계기로 자발적 또는 비자발적으로 취업을 중단하였다. 모든 어머니들이 전문대졸 이상이었고, 이 중 6명의 어머니는 대학원에서 석사과정 이상의 교육 수준을 가졌다. 한 명의 참여자를 제외하고 다른 모든 연구 참여자들은 본인이 가정에서 자녀를 양육하고 있었다. 본인이 양육하는 이유 중 대부분은 자녀의 어린 연령과 COVID-19로 인한 불안감 때문이었다. 연구 참여자의 연령과 자녀 정보, 취업 이력과 양육형태, 남편의 직업과 같은 참여자의 특성은 다음과 같다(표 1 참조).

2. 연구도구

질적 연구방법의 여러 가지 다양한 접근법 중 현상

표 1. 참여자의 일반적 특성

사례	연령	학력	배우자연령	배우자직업	자녀 출생년도 (성별)	마지막 직업 (퇴직 사유)	양육형태
1	34	석사	40	목사	2021년생 (여)	연구원 (출산)	본인 양육
2	37	석사	36	심리상담사	2020년생 (남)	심리상담사 (임신)	본인 양육
3	34	대졸	32	직업군인	2020년생 (여)	해외영업 (지역이동)	본인 양육
4	34	대졸	38	경찰	2021년생 (여)	승무원 (임신준비)	본인 양육
5	34	석사	35	회사원	2021년생 (남)	미술치료사 (출산)	본인 양육
6	32	석사	32	직업군인	2020년생 (여)	영양사 (지역이동)	본인 양육
7	32	대졸	31	직업군인	2020년생 (쌍둥이 여)	학원강사/학생 (출산)	본인 양육
8	32	전문대	33	직업군인	2020년생 (쌍둥이 남)	백화점 와인샵 (지역이동)	본인 양육
9	31	전문대	37	기술직	2020년생 (여)	방송작가 (임신)	본인 양육
10	38	석사	29	회사원	2020년생 (여)	종교시설 (출산)	본인 양육
11	36	대졸	37	회사원	2020년생 (남) 2021년생 (여)	유치원 교사 (출산)	첫째: 교육기관 둘째: 본인양육
12	33	대졸	32	자영업	2020년생 (남)	영어강사 (출산)	본인 양육
13	35	석사	35	학생	2021년생 (남)	심리상담사 (출산)	본인 양육

학적 연구는 개인의 일상 경험, 개인의 주관적 의미와 느낌이 존중되고, 인간의 행위에 대해서는 맥락과 이유를 설명하는 데 중점을 둔다(이남인, 2016). Van Manen(2016)은 현상학적 연구를 “무엇이 그 자체인가, 무엇이 어떻게 그 자체가 되는가를 궁금해하는 것에서 시작한다고 보았다. 현상학적 연구는 궁금한 상태로 둘러싸인 채 진행될 수 있다.”고 하였다. 현상에 대한 개인의 경험을 보편적 본질에 대한 기술로 축소하고자 하는 현상학의 기본적인 목적을 달성하기 위해 연구자들은 인간 경험의 ‘대상’인 현상을 확인한다. 현상학적 연구는 현상을 경험한 사람으로부터 자료를 수집하고 그들이 ‘무엇’을 경험했는지와 그것을 ‘어떻게’ 경험했는지를 논의하는 것이다. 따라서 현상학적 연구방법은 객관적 데이터에 근거해 어떤 현상을 ‘외부로부터 설명’하려는 계량적 접근방법에서 벗어나 ‘내부로부터 이해’하는 기술적 접근을 사용한다(신충식, 이광석, 2009).

현상학에서 연구자는 현상과 관련된 개인적 경험을 논의하면서 연구로부터 자신을 괄호 속에 묶어 두는 판단중지의 과정과 반성적 환원의 과정을 가진다. 이것은 현상과 관련된 개인적 경험을 밝히는 과정에서 과거의 지식이 현재에 관여하지 않도록 하는 것이다(Giorgi, 2009). 본 연구는 전통 현상학의 철학적 관점을 철저히 반영하여 실제적인 것, 자연적 태도에 대한 모든 판단을 유보하는 초월론적 현상학의 ‘전제가 없는’ 판단중지 및 환원이 아닌 연구의 대상인 ‘경험’을 올바르게 파악하는 데 방해가 될 수 있는 그릇된 선입견을 배제하고, 연구자의 판단을 유보함으로써 ‘경험적’ 판단중지를 실천하고자 하는 현상학적 시각(김인지, 2011)을 가지고 연구를 진행하였다.

3. 연구 절차

질적 연구에서는 연구 주제에 대해 가장 적절한 정보를 제공해 줄 수 있는 참여자를 선정하는 적절성과 현상에 대한 풍부한 설명을 위해 자료가 포화 상태에 이를 때까지 인터뷰를 진행하는 충분성이라는 두 가지 원리가 필요하다(Morse & Field, 1995). 이에 따라 본

연구에서는 참여자들이 COVID-19라는 역사적 시간 중에서도 유사한 상황을 경험한 집단이라는 것을 가정하기 위하여 서울과 경기 지역에 거주하는 어머니로 제한하기로 하였다. 그리고 COVID-19가 발생한 시점부터 2020년도에 지속적으로 전업모 상태를 유지한 어머니를 참여자로 선정하였다. 또한 연구의 참여자는 2020년도 COVID-19 발생 후 임신기간을 3개월 이상 경험하고 첫째 아이를 출산한 전업모 중 자발적으로 연구에 참여하길 희망한 사람이다. 참여자들을 대상으로 진행된 반구조화된 인터뷰는 2021년 7월 7일에 시작하여 더 이상 새로운 통찰을 제공해 주지 않을 만큼 포화가 되는 시점인 2022년 3월 2일까지 진행되었고, 연구 참여자는 총 13명이었다. 자녀가 보육기관에 가는 참여자의 경우 자녀가 등원한 이후 오전에 인터뷰하는 것을 선호하였고, 가정 보육 중인 참여자의 경우 자녀가 잠든 이후나 남편이 퇴근한 저녁 이후에 인터뷰하는 것을 선호하였다. 또한 COVID-19라는 감염병 특성상 참여자가 대면 인터뷰를 원하지 않을 경우 줌(ZOOM)을 통해 비대면 인터뷰를 진행하였는데, 모든 참여자가 비대면 인터뷰를 희망하였기에, 원하는 시간에 각자의 가정에서 약 60분에서 90분에 걸친 인터뷰를 참여자마다 한 번씩 진행하였다.

4. 자료 분석

Moustakas의 초월론적 또는 심리학적 현상학은 연구자의 해석보다 연구 참여자의 경험에 대한 기술을 중요하게 생각하는 현상학적 접근이다(Creswell & Poth, 2016). 또한 현상과 관련된 개인적 경험을 확인하고 연구자가 연구 참여자의 경험에 초점을 맞출 수 있도록 개인적 경험을 한쪽으로 치워 놓는 판단중지 또는 괄호치기에 초점을 둔다(박혜리, 2021). 본 연구에서는 현상학의 분석 방법 중 자료분석 절차의 체계적인 단계와 조직적·구조적 기술을 조합하는 지침을 가진 Moustakas(1994)의 분석단계를 참고하여 분석을 진행하였다. 먼저 참여자의 동의하에 녹음한 인터뷰 파일은 인터뷰가 끝난 후 즉시 저장한 후, 전사작업을 진행하

었다. 그 후 예정된 질문을 고려하지 않으면서 전사한 인터뷰 자료 전체를 여러 번 읽으며 참여자들이 무엇을 말하고자 했는지 살펴보았다. 이 과정에서 인터뷰 파일에는 나타나지 않은 비언어적 영역, 인터뷰 시 주변 상황, 참여자의 태도와 같은 맥락적 상황은 전사한 원자료에 보충 기록하였다.

두 번째로, 연구자는 인터뷰 전사 자료에서 연구 참여자들이 어떻게 이 현상을 경험하고 있는지에 대한 이해를 제공하는 진술을 찾아보고, ‘의미 있는 진술’들을 나열하였다. 각각의 진술에 동등한 가치를 두어, 반복되거나 중복되지 않는 진술들의 목록을 작성하기 위해 참여자 경험의 의미가 잘 드러나는 의미 단위에 표시하면서 읽는 과정을 진행하였다. 그 후 의미 있는 진술들은 더 의미 단위의 넓은 정보의 단위로 묶는 과정을 통해 주제로 발전시키는 과정을 진행하였다. 더 큰 단위들로 묶는 과정은 군집을 생성하거나 반복을 제거하기 때문에 해석을 위한 기반을 제공할 수 있다(Creswell & Poth, 2016). 본 연구에서는 생애과정 관점에 따라 참여자들의 임신, 출산, 양아기 자녀 양육 시점에 따라 의미 있는 진술들을 묶어 살펴보았고, 시점에 따라 주제를 분류하고 조직화하였다.

세 번째로 연구자는 의미 있는 진술과 주제를 바탕으로 연구 참여자들이 현상에 대해 ‘무엇’을 경험하였는지에 대해 기술하였다. 이를 경험에 대한 조직적 기술이라고 부르며 연구자는 연구 대상자들의 이야기에서 글자 그대로의 예시를 포함한 경험 전반을 조직적으로 기술하게 된다. 그리고 의미있는 진술과 주제를 바탕으로 연구 참여자들의 경험이 ‘어떻게’ 일어났는지에 대한 조건, 상황 또는 맥락에 대한 구조적 기술을 하였다. 이 단계에서 연구자는 구조적 기술을 활용하여 특정한 경험이 발생하게 된 가능한 모든 의미와 관점을 도출하고, 의미를 주제별로 분류한 후 기술하게 된다(강진숙, 장지훈, 최종민, 2009). 마지막으로 연구 참여자들이 현상에 대해 무엇을 경험하였고 어떻게 경험하였는지, 조직적 기술과 구조적 기술 모두를 포함한 복합적인 기술을 사용하여 개인에게 나타나는 경험의 본질을 제시하고자 하였다(Moustakas, 1994).

본 연구에서 연구 절차의 타당성 검증은 인터뷰 전사 자료와 함께 면담 시 연구자가 직접 관찰한 참여자의 말과 행동, 면담 상황에서 발생한 일상적 사건, 그 외의 변화 등을 관찰하여 연구자가 갖는 생각과 직관 등을 작성한 필드노트를 통해 삼각검증(triangulation)을 적용하였다. 또한 질적 연구 경험이 있는 가족학 전공 전문가 이인에게 동료검증(peer debriefing)을 받았다. 마지막으로 성찰(reflexivity)을 통해 연구에 영향을 미칠 수 있는 연구자 개인의 편견과 선입견, 개인적 경험과 기존의 지식을 기술하고 참여자 인터뷰 과정에서 그리고 결과를 분석하는 중에 끊임없이 점검하며 참여자의 경험을 이해함에 있어 객관성을 유지하고 신뢰성을 높이고자 하였다.

III. 결과 및 해석

1. 전업모의 부모기 전이 과정과 COVID-19

1) 전업모의 COVID-19 팬데믹 상황에서의 임신 경험

(1) 축소된 관계망과 자발적 고립

임신은 하나의 생명이 만들어지는 중요하고도 소중한 과정이다. 여성은 임신 중 많은 신체적, 정서적 변화를 경험하게 되고, 익숙하지 않은 변화의 과정에서 설레는 기다림과 동시에 많은 걱정과 어려움을 느끼게 된다. 또한 배 속의 아이와 산모는 조심해야 할 것들이 많아 그로 인한 어려움도 따르게 된다. 참여자들은 ‘열달이라는 임신기간을 보내며’ 그 시간이 ‘코로나 이전과 많이 달랐다’고 이야기했다. 참여자들은 먹고 싶었던 음식을 먹기 위해 식당을 찾아가는 것도 조심스러워 하지 못했고, 태교 여행과 같이 출산 전 남편과 가고 싶던 곳도 쉽게 가지 못하게 되었다. 자연스럽던 외출과 만남까지도 어려워져 COVID-19가 모든 상황을 ‘송두리째 바꿔놓았다’고 느끼고 있었다. 팬데믹 이전 상황에서는 임신했기 때문에 주변에서 임신부를 더욱 챙겨줄 것으로 기대하거나, 특별한 대접을 누리는 특별한

일상을 기대하였다. 그러나 팬데믹은 임신을 위험도가 더 높은 상황, 임신부는 더욱 감염병 예방을 위해 조심해야 할 대상으로 규정하였고, 이로 인하여 임신은 팬데믹으로 인하여 축소된 상호작용과 자발적으로 고립된 일상을 경험하게 하였다. 이 과정에서 임신부는 팬데믹 이전 시기의 임신부들의 경험이나 기대들과 비교하여 자신의 임신 경험에서 상대적인 박탈감을 느끼게 되었다.

초기니까 막 조심하고 밖에 거의 안 나갔어요. 그냥 집에만 있고 (...) 남편은 태교 여행이다, 맛집이다 가잖아요. 근데 그런데 전혀 못 가고 그냥 tv로 (...) 바다 가고 싶다고 맨날 막 남편 붙잡고 막을 때도 있었고. (참여자 7)

결혼이나 출산하기 전까지 직장생활을 하면서 다양한 관계를 통해 유대를 맺던 여성들은 출산과 동시에 초보 어머니가 되어 사회적 관계로부터 멀어지거나 차단을 경험한다(정혜선, 2010). 참여자 중 절반은 결혼을 기점으로 또는 임신을 준비하거나 임신 중에 다니던 직장을 그만두었다. 전업모가 되며 축소된 참여자들의 사회생활은 COVID-19로 인해 더욱 축소되었고 임신하며 자의적으로 고립된 생활을 유지할 수밖에 없었다.

임신 중이었고, 그 다음에 병원에도 자주 가야 했고. 사실 병원 가는 거 외에 거의 마트 가는 것 정도. 장 보는 거 외에는 외출을 안 하다시피 했지만 불안했던 것 같고요. (...) 종교 생활도 바로 이제 온라인으로 바뀌서 하고, (참여자 2)

출근으로 인한 외출이 사라진 참여자들은 병원 외에는 최소한의 외출을 유지했고, 외부 활동이 많은 타인과의 접촉에 더욱 예민해질 수밖에 없었다. 회사 출근과 같이 외부 활동이나 타인과의 접촉이 강제되는 상황을 벗어난 전업모들은 그들 스스로 자발적으로 거리두기 강도를 높여서 실행하는 모습을 보이기도 하였다.

웬지 일을 했으면 더 그냥 코로나 뭐 별거 아니잖아. 그냥 나만 조심하면 되지. 약간 이렇게 생각했을 것 같아요. 근데 저는 맨날 뉴스 보고 집에서 있고. 오히려 막 계속 ‘조심해야 되겠다’라는 생각이 계속 있으니까. 근데 결국 회사 다니는 사람. 제 친구들 보면 어떻게. 잘 다니거든요. (...) 근데 저는 오히려 반대로 집에 있으니까 더 경각심이 크고. 절대 나가면 안 돼. (참여자 4)

(2) 임신부를 위한 고강도 이중 고립

출근을 위한 필수적인 외출을 하지 않아도 되는 전업모 참여자들은 임신부로서 조심해야만 하는 일상에 팬데믹으로 인한 고립된 상황까지 더해져 이중 고립의 상황에 처하기 쉬웠다. 국내에서는 COVID-19 예방을 위해 강도 높은 사회적 거리 두기, 마스크 착용 의무화, 백신 접종 등 다양한 정책을 실시하였고, 영업시간제한, 사적 모임 금지, 재택근무 확대 등으로 사회적 고립은 심화되었다. 하지만 강력한 거리두기가 풀린 시점에서도 참여자들은 본인이 임신부이기 때문에 그리고 배속 아이의 안전을 위해 타인과의 만남과 외출뿐 아니라 가족과의 만남도 최소화하는 등 많은 부분을 조심하며 다른 사람들보다 더 길게 고강도의 고립 생활을 유지해왔다.

코로나가 터지니까 서로 오고 가는 게 조심스러운 거예요. 또 제가 임신해 놓으니까 시댁에서도 아예 왕래를 끊으셨고, 혹시나 제가 그럴까 봐 또 엄마 아빠도 되게 조심하시게 되고 (...) 코로나 때문에 다 발길이 푹 끊긴 거죠. (참여자 2)

배 속에서 소중한 아이가 자라고 있는 임신부이기 때문에 더 조심하며 지내면서도 스스로 통제할 수 없는 모든 상황은 두렵게만 다가왔다. 하지만 COVID-19 발생으로 예측할 수도, 통제할 수도 없는 상황이 조심스러운 것은 참여자 자신들만은 아니었다. 임신부의 안전이 걱정스러운 가족 및 가까운 지인들이 전하는 우려의 말들은 오히려 참여자들의 불안을 증가시켰다. 임

산부인 참여자만큼이나 임신부와 만남을 조심스러워하는 가까운 사람들로 인해 외출 및 만남이 제한되는 상황에 참여자들의 답답함 또한 늘어났다. 참여자들은 임신부라는 이유로 본인 스스로 그리고 주변으로부터 ‘이중 고립’으로 경험하고 있었다.

임신해서 출산하면 사람들을 더 못 만나는데 그게 딱 스톱이 되니까 힘들더라고요. (...) 신랑이랑 난 여기저기 놀러 다니고 싶는데 이제 막 주변에서 전화 와가지고 가족들이 집에만 있어라 이러니까 그것도 너무 스트레스받는 거예요. 인스타그램에 어디 놀러 갔다 왔다 사진 올려도 막 댓글로 임신부가 이런 데 다녀도 되니, 코로나 조심해라, 이런 식으로. 그래서 저는 되게 힘들었어요. 그때부터 우울증이 있었던 것 같아요. 집에만 있어야 되는 그 현실들. (참여자 9)

(3) 낯선 임신, 그러나 한정된 배움의 기회

연구 참여자들 대부분은 첫 자녀 임신으로 궁금한 것도 모르는 것도 많은 상태로 자신에게 일어나는 변화를 하루하루 마주하고 있었다. 주변에서 보고 들었던 것처럼 출산 전후 과정을 준비하려 했지만, COVID-19로 인해 고립된 상황과 축소된 관계망으로 인해 예상치 못한 어려움을 경험하기도 하였다. 병원과 센터에서 이루어지던 임신부 프로그램들은 사회적 거리두기로 취소되었고, 태어날 자녀에 대한 정보를 얻을 수 있는 박람회 등에 방문하는 것도 어려워졌다. 이 시기에만 할 수 있고 배울 수 있는 것들을 하지 못하게 된 참여자들은 ‘많은 것을 포기한 시간’을 아쉬워했다.

병원이나 이런 데서 제공하는 부부 프로그램이나 이런 거 있잖아요. 그런 거 다 취소되고 (...) 라마즈 호흡법 (...) 마사지, 산모 요가? 이런 거 한번 가보고 싶었는데 (...) 저 산후조리원도 한 번도 방문 안 하고 그냥 전화로 예약했어. 방문이 안 돼서. (...) 베이비 페어 박람회, 유아용품 박람회도 원래 가보고 싶었거든. 결국 모든 데서 하긴 했고,

가는 사람들도 있고, 거기 가서 사는 사람도 막 후기 올라오긴 했는데 저는 안 갔어요. 가기 좀 찝찝하고 (...) 아무튼 거의 포기한 게 많았던 것 같아요. (참여자 1)

전업모 참여자들은 아직 경험해 보지 못한 출산과 육아에 관한 정보를 배울 곳이 없었던 것에 대해서도 아쉬움을 이야기했다. 직장을 다닐 때 그리고 COVID-19 이전과는 달리 주변 사람들과의 만남이 줄어들어 정보를 나누는 것에도 한계가 있었고 궁금했던 정보들은 대부분 인터넷을 통해서 찾아야 했다.

배가 점점 불러오는 과정을 제가 겪어보니까 확실히 내가 몰랐던 게 이렇게 많았구나 뭐 알아야 할 게 많네 막 새로운 사실을 막 알아야겠다는 생각이 많이 들었던 것 같아요 (...) 회사 다니면은 맨날맨날 보는 사이니까 물어도 보고 정보도 듣고 (...) 저도 예전에는 (임신한 동료) 매일 보고 이야기도 듣고 했는데 막상 제가 임신하고 일은 안 하니 물어볼 곳도 없고. (참여자 13)

2) 전업모의 COVID-19 팬데믹 상황에서의 출산 경험

(1) 의료서비스 이용의 불편함, 동시에 안도감

COVID-19로 인해 병원은 그 어떤 장소보다 안전하지 않은 장소가 되었다. 때문에 임신부라면 정기적으로 방문해야 하는, 그리고 출산이 이루어지고 신생아와 함께 머물게 되는 산부인과 병원 역시 엄격한 방식으로 COVID-19 방역과 안전에 신경을 쓰게 되었다. 자연스럽게 진통이 오면 병원을 방문하거나 정해진 날짜에 출산하던 상황과는 달리 출산이 다가온 참여자들은 남편과 함께 매일 COVID-19 검사를 하며 병원에 갈 준비를 해야 했고 숨쉬기조차 힘든 진통의 순간에도 마스크를 벗을 수 없었다. 또한 출산 직전 COVID-19 방역 정책으로 변해버린 병원 내 방침들로 어려움을 겪기도 하였다.

제가 쌍둥이다 보니까 제왕절개를 해서 낄짜를

정해났어요. (3일 전)아침에 (...) 갑자기 양수가 터진 거예요. (...) 갔는데 코로나 검사를 하고 결과 나올 때까지 수술을 못한대요. 그래서 검사를 했는데, 그게(검사 결과가) 8시간 후에 나오잖아요. 근데 진통이 시작된 거예요. 양수가 터지니까 그 래가지고 막. 나는 수술할 사람인데 진통을 한 8시간 했나. 근데 자궁이 한 5cm 이렇게 열린 거야 (...) 그래서 제가 먼저 검사하고 저는 응급실로 들어가고 남편은 검사하고 한 두 세 시간 후에 올라왔던 것 같아요. (참여자 7)

하지만 줄을 서서 코로나 입장 체크를 하고 들어가는 것이 불편하면서도 체계적으로 느껴졌고, 전염 예방을 위해 병원 내 소독과 관리하는 모습에서 출산 시 안심할 수 있었다고도 이야기했다. COVID-19로 인해 ‘철저한 안전을 위한 불편함’ 속에서 자신들이 보호받고 있음을 느끼기도 한 것이다.

병원에 갔을 때 좀 다르게 느꼈던 거는 방역을 좀 이렇게 뭐랄까 철저하게 하는 부분이 어떤 다른 기관에서는 되게 제한적이고 불편하게 느껴질 수도 있는데 병원이랑 조리원 시설에서는 그런 게 다행이라고 느껴지더라고요. 맞아 이렇게 해야지 애들한테 피해가 없지, 이렇게 해야지 산모들이 피해를 안 보지. 이런 식으로. (참여자 5)

(2) 배제된 남편과 가족, 선택의 여지가 없는 외로운 출산 경험

주변의 이야기를 듣고 정보를 찾아본다고 해도 막상 본인이 경험하는 첫 출산은 혼돈과 두려움 속에 이루어지곤 한다. COVID-19로 인해 병원에 출입할 수 있는 가족은 산모 이외 한 명으로 제한되었고, 대부분은 남편이 동반하여 퇴원까지 함께 지내게 되었다. 하지만 병원에 동반한 남편 역시 출산의 과정을 함께 할 수는 없었다.

이렇게 남편이 출산 과정에서 배제되는 줄 몰랐

어요. 그 병원이 가족 분만실이라고 해가지고, 분만할 때는 천 가리고 위에서 다 보는 줄 알았거든요. 진짜 다 나가 있었어요. 내가 다른 후기를 볼 때는 그렇지 않았던 것 같거든요, 과거에는. 근데 이제 코로나니까 배제를 한 건지 (...) 진짜 남편이 다 나가 있더라고 (...) 출산해서 남편이 배제됐다는 게 너무 충격적이었어. (참여자 1)

손자녀를 기다리는 조부모님과 가족들은 면회조차 되지 않아 태어난 아이를 사진으로만 만나야 했다. 출산 직후 산모들은 출산으로 인한 통증과 불편한 몸, 다양한 감정을 느끼게 되지만 주변의 도움과 축하를 기대하기 어려운 상황이었다. 그로 인해 참여자들은 일반적으로 많지 않은 상황에서 출산을 경험하며 남들이 다 해보는 경험을 하지 못한 아쉬움과 박탈감을 경험하고 있었다.

굉장히 서운하고 섭섭했죠. 왜냐하면 제가 산후 우울증 왔을 때 너무 힘들어서 (가족들에게) 오면 안 되냐고 했는데, 코로나가 너무 심하니까 다들 반대를 했고. 그런 것들이 굉장히 상처였던 것 같아요. (...) 그게 아직까지도 조금 서운하고 상처로 있는 것 같아요. 근데 어쩔 수 없었다고 생각할 수 밖에 없으니까. (...) 아마 코로나 아니었으면 면회도 많이 오셨을 거예요. 근데 그게 다 없었으니까.. 위로, 선물, 면회 이런 게 없었으니까 조금 아쉽죠. (참여자 9)

(3) 감옥같은 조리원 생활

출산 후 산모들은 출산 방법에 따라 병원에서 2박 3일 또는 5박 6일을 지낸 후 아이와 함께 집으로 돌아가거나 조리원에서 약 2주간의 시간을 보내며 회복하게 된다. 최근 많은 산모들은 출산 후 조리원에서 아이와 산모가 안전하게 회복할 수 있는 시간을 보낸 후 집으로 돌아가는 방법을 이용한다. 대부분 조리원에서는 산모들이 함께 식사를 하고 서로 정보를 나누거나 비슷한 경험들을 공유하기도 하고, 산후에 필요한 운동

과 관리를 받고, 수유하는 법과 아이를 목욕시키는 법 등 꼭 알아야 하는 점들에 대해 배우기도 한다. 남편들은 퇴근 후 산모와 함께 조리원에 머물고, 가족들은 정해진 면회 시간에 아이와 산모를 방문할 수 있다. 하지만 COVID-19 시기에 조리원에서의 생활은 많이 달라졌다. 조리원은 여전히 남편과 함께 지낼 수는 있지만 남편이 출근 등으로 한 번 외부에 나가게 되면 다시 조리원 내로 들어올 수 없게 되었다. 그로 인해 출근하는 대부분의 남편들은 조리원에서 생활하지 못하고, 2주간의 시간 동안 산모는 혼자 조리원에서 생활해야 했다. 식사 시간에는 마스크를 벗을 수밖에 없으니 산모들은 함께 식사하지 못하고 각자의 방에서 혼자 식사를 했다. 수유실에 모여 하던 수유도 최소의 인원로 모이게 되거나 대화를 할 수 없었고, 산모를 위한 관리나 신생아를 돌보기 위한 교육 등은 거의 이루어지지 않았다. 때문에 대부분의 시간을 혼자 보내게 된 조리원에서의 시간이 ‘감옥’ 같았다고 이야기했다.

조리원에서부터 거의 하루에 매일 통곡하듯이 울고, 너무 외롭고, 인생에서 되게 행복할 줄 알았던 시기가 나 혼자 모든 걸 감당하고, 아기랑 저랑. 모유수유하는 그 싸움만 계속하는데 너무 힘들고. 두렵고 뭐 격려해 주거나 용기를 주거나 축하해 주는 사람들도 없고.. 특히나 신랑도 못 보고 엄마도 못 만나고. 조리원이 감옥같이 느껴지더라고요. (...) 아이에게도 미안한 거예요. 그냥 이런 세상이.. 막 축복받고 축하받고 했으면 좋겠는데.. 그것 때문에 되게 많이 울었던 거 같아요. (참여자 2)

COVID-19가 발생한 이후 출산을 경험한 여성들은 높은 우울과 불안 증상을 보였다(Cameron et al., 2020; Davis-Floyd, Gutschow, & Schwartz, 2020). 특히 처음 출산을 경험하는 여성들은 출산에 대한 우려와 COVID-19로 인해 모호해진 출산의 상황들, 출산 시 그리고 출산 후 병원 방문객에 대한 제한 등으로 높은 스트레스를 나타냈다(Taubman-Ben-Ari, Ben-Yaakov, & Chasson, 2021). 이렇게 팬데믹 중에 출산하며 겪게 되는 어려움

과 고립감은 전업모만의 경험이 아닌 모든 임신부에게 해당되는 어려움이었다.

산후조리원 들어가서도 프로그램이 아무것도 없었거든요. 밥만 먹고 방에 들어가서 나올 수가 없었어요. (...) 그러면서 되게 멘탈이 무너졌던 것 같아요. 왜냐하면 나는 아이를 낳았고 너무나 내 몸은 연약해졌고 이제 막 모유수유 해야 되는데 그거를 잘 못하겠고, 근데 조리원에서는 모유수유 프로그램 그런 것도 없고 그냥 방에만 있어야 되고 미치겠는 거예요. (...) 조리원 천국이라고 하는데 천국이 아니라 거의 감옥이었던 것 같아. 극도로 행복한데, 정말 극도로 외롭고 우울하더라고요. (참여자 9)

3) 전업모의 COVID-19 팬데믹 상황에서의 영아기 자녀 양육 경험

(1) 초보 전업모의 삼중부담: 엄마도, 양육도, COVID-19도 처음

자녀 양육을 처음 시작한 영아기의 어머니들은 양육 과정에서 육체적인 피로의 증가와 함께 역할 수행에 대한 부담감, 죄책감으로 정신적인 어려움을 호소하고 있으며 양육 방법의 무지와 대처 능력의 부족으로 인해 많은 어려움을 겪게 된다(황은민, 2022). 참여자들은 부모로서의 부족한 양육지식 같은 실제적 필요 사항 등을 다른 가족 구성원 또는 가까운 지인으로부터 보충할 수 없는 COVID-19 팬데믹 상황과 함께 처음 경험하는 부모기 전이로 인한 어려움도 함께 느끼고 있었다.

매일매일 울면서 키웠던 것 같아요. 우선 모유수유가 잘 안되고 그리고 아이가 체중이 잘 안 늘더라고요. 그러니까 할 줄 모르고 방법도 모르겠는데, 주변에 도움받을 사람은 없고. 만약에 코로나가 아니었으면 좀 이렇게 애기를 낳은 친구들도 와줄 수 있고 뭔가 실질적으로 그냥 애기를 듣는 것과 직접 와서 봐주고 하는 거랑은 차이가 분명

히 있을 텐데. 그러니까 그냥 모든 게 너무 모르겠고 이게 아기한테 잘못하는 건가, 잘하는 건가 막 계속 그런 거에 시달리고. (참여자 2)

전업모와 취업모는 자녀를 양육하는 과정에서 서로 다른 스트레스를 경험하게 된다(김은경, 고진강, 2016). 취업모의 경우는 직장생활을 통해 자아실현을 하게 되고 주변 성인들과의 만남을 통해 정서적 지원을 얻을 수 있어 오히려 전업주부보다 양육 스트레스 지수가 높지는 않으나, 자녀를 직접 돌보지 못한다는 죄책감과 불안감을 경험하게 된다(손수민, 2012). 전업모인 참여자들은 COVID-19 상황에서 취업모와 달리 자신이 자녀를 직접 돌볼 수 있다는 점에 안심하면서도 끝이 보이지 않는 팬데믹 상황 속 제한된 사회생활 중에 어린 자녀가 올바르게 성장하고 있는지, 자신이 자녀의 발달과 학습을 잘 이끌고 있는지 끝없이 고민하고 있었다. 또한 '제한된 상황' 속에서 하루의 상당 시간을 자신과만 보내는 자녀의 발달에 대한 나 홀로 책임감은 참여자들의 어려움을 가중시키고 있었다.

아기 키우면서 이제 저랑 아기랑만 둘이 있어가지고. 아기가 너무 좀 사람으로 인한 자극이 너무 없는 것 같은 느낌이 드는 거예요. 뭐 만나지를 잘 안 않으니까. 근데 보통 밖에 나가면 사람들이 아기는 좀 이렇게 막 와서 말도 걸어주고 모르는 사람들도 와서 막 얘기하고 그러잖아요. 그런데 코로나니까 그게 없더라고요. (...) 사람들이 되게 멀게 느껴지더라고요. 나는 진짜로 누가 말을 걸어줬으면 좋겠는데. (참여자 1)

(2) 해소되지 않는 양육 스트레스와 고립감

영아기 자녀는 생존을 위하여 부모에게 전적으로 의존하는 대상임과 동시에 인간의 성장과 발달에 있어 그 기초를 형성하는 중요한 시기로 영아기 자녀에게 있어 부모는 태어나면서부터 관계를 맺는 중요한 타인이며 발달 전반에 강력한 영향력을 미친다(이은희, 2017). 하지만 영아기 자녀를 양육하는 전업모들은 끝

임없이 반복되는 돌봄과 일상의 제약으로 신체적 어려움뿐 아니라 자유롭지 않은 일상에서의 정서적 어려움도 느끼고 있었다. 정서적 지원이 부족한 전업모들은 본인의 생활은 없이 어머니로서의 삶만 존재한다고 느낄 때 경험하는 고독감과 학습된 무기력감을 느끼게 된다(노영주, 2000). COVID-19로 인해 어린 자녀를 양육하는 전업모들은 가족을 포함한 모든 사람들과의 만남을 조심할 수밖에 없었고, 그들의 주변 사람들 역시 어린 자녀와 함께 하는 만남이 조심스러울 수밖에 없었다. COVID-19로 인한 '관계의 단절'은 임신기부터 양육기인 지금까지 지속적으로 이어져 전업모 참여자들이 경험하는 '고립감'은 누적되고 있었다.

코로나로 인한 스트레스가 좀... 괜찮다고 생각해야 사니까 이거를 그렇게 생각 안 하려고 노력은 하지만 육아가 좀 쉽지 않잖아요. 육아한다는 거 자체가. 근데 그래도 한번씩 이렇게 오면은, 예를 들어 육아 스트레스 그런게 있어도 이런 상황이 아니었더라면 훨씬 풀 수 있는거나 만날 수 있는 사람도 쉽게 만날 수 있어. 얼마든지 놀러 오라고 할 수 있는데 지금은 그럴수가 없으니까. (참여자 3)

COVID-19가 아니더라도 영아기 자녀를 양육하는 부모는 사람들을 만나거나 외출하는 것이 마냥 자유롭지는 않다. 특히 출근을 위한 외출과 사회생활을 하며 만나는 사람들이 없는 전업모들에게 타인과 만남의 기회는 더욱 적다. 전업모들은 가끔 영아기의 아이들이 참여할 수 있는 문화센터 내 강좌에 참여하며 만나게 되는 또래 아이의 부모 또는 동네 놀이터 등에서 자주 마주치는 부모들과 서로 정보를 교류하며 육아로 인해 답답한 시간을 나누곤 했다. 하지만 COVID-19로 인해 외출은 더 어려워지고 아이가 참여할 수 있는 활동도 대부분 진행을 멈추었다.

아무래도 같이 육아하는 엄마들 만나서 얘기도 많이 나누고 정보도 많이 교류하고 이려고 싶은데 그러질 못하니까 약간 가끔 우울감이 올 때도 있

고, 일단은 제일 큰 건 답답한 게 제일 큰 거 같은 데. (참여자 6)

(3) 자녀가 마주하는 무채색의 세상에 대한 슬픔과 위축감
COVID-19 발생 후 ‘평범했던’ 일상에는 많은 제한이 생기게 되었다. 마스크를 착용한 생활은 어느새 당연한 일상이 되었고, 사회적 거리두기 정책으로 많은 인구가 밀집하지 않도록 인원을 제한하는 등의 방역 지침들도 이어졌다. 백신 접종 이 전까지 그리고 그 이후에도 가장 안전한 방법 중 하나는 마스크 착용이었다. 하지만 어린아이들에게 마스크를 씌우는 것은 쉽지 않다. 마스크 착용을 의무화했던 기간에도 정부는 24개월 미만 영·유아의 경우 호흡기가 제대로 발달해 있지 않을 뿐만 아니라 호흡 곤란 시 스스로 마스크를 벗지 못할 위험이 있어 마스크 의무착용 대상이 아님을 공지하였다. 하지만 피치 못할 외출 시 부모는 마스크를 쓰지 않은 자녀가 걱정되어 ‘방풍 커버’, ‘코로나 모자’ 등과 같은 다른 방법을 찾아야만 했고, 권고 사항이 아님에도 불구하고 마스크를 하지 않고 외출했을 경우에는 타인들의 우려 섞인 목소리에 위축되곤 했다. 이제 막 신생아기를 지난 영아기 자녀를 키우는 참여자들이 COVID-19 시기에 그나마 할 수 있는 외출은 아이를 유모차에 태우고 집 근처를 산책하는 것이었다. 하지만 가장 아름다운 것만 보여주고 싶은 부모의 마음과는 달리 사람들과 거리를 둘 수밖에 없는 COVID-19라는 팬데믹으로 ‘따뜻함이 사라진 세상’에 태어난 자녀들에게 미안한 마음까지도 느끼고 있었다.

산책만 나가도 아기가 세상에 보는 처음 경험하는 사람들이 다 마스크를 끼고 있어요. (...) 아기가 보는 세상은 그냥 다 눈만 보이는 세상... 입 모양을 못 보니까 저 사람의 표정을 못 보잖아요. 그러니까 아기가 사람들에 대한 경계가 처음에 되게 심한 거 같더라고요. 그게 너무 슬픈 거예요. 산책을 나갔는데 우리 아기한테 손 흔들어주는 한 사람을 만나면 그날 그게 신랑이랑 너무 기쁜 거예요. 오늘 산책에 나가길 잘했다, 우리 아기한테 손

흔들어 주는 사람(눈물)... 저는 그 따뜻한 게 너무 고맙고 (...) 사람들에게 대한 따뜻함이 사라지니까. 근데 그게 우리 아기가 태어난 세상에서 처음 경험하는 세상이니깐 그게 너무 슬픈 거죠. 서로를 경계하고 막 서로 부딪히는 것도 조심해야 되고 이런 상황. (참여자 2)

위험에 자신뿐 아니라 자녀와 가족들을 노출시키지 않고자 모든 일상생활을 조심하며 지내온 참여자들은 ‘자유롭지 않은 상황’ 속에서 ‘자유로웠던’ 시간을 기억하고 또 바라고 있었다.

코로나가 아니었으면 아이한테 더 좋은 자극을 많이 줄 수 있는 그런 기회들이 많이 있었을 것 같아요. 물론 1년도 안 된 조그만 아기지만 제한된 이런 상황이 굉장히 조금 삶을 좀 더 위축되게 한다, 그래야 될까요. 좀 자유롭지 못한 그런 상황이 더 많았었던 것 같아요. 예를 들어서 (...) 코로나가 아니었다면 진짜 제한되지 않은 상황에서 자유롭게 아이를 어디든지 이제 데리고 갈 수도 있어요. (참여자 10)

참여자들을 위축되게 만드는 상황은 자신과 자녀의 감염뿐만이 아니었다. 자신과 자녀의 감염이 남편의 직장에게까지 피해를 끼치지 않을까 걱정하지 않을 수 없는 상황에서 전업모의 일상은 더욱 조심스러워졌다. 위축될 수밖에 없는 다양한 상황들로 인해 코로나로 인한 고립의 강도와 고립에 관한 사회적 압력은 전업모에게 더욱 크게 작용하고 있었다.

아무래도 신랑은 이제 군인이다 보니까 코로나에 엄청 예민해요. 그래가지고 제가 밖에 나가서 만약에 누구를 만나거나 만나고 오면은 진짜 신랑도 엄청 많이 걱정을 하고, 이제 밖에 나가는 거 자체에 대해서 조금 많이 꺼려하고 경계하는 편인데. 제가 그렇게 나갔다가 오면은 이제 신랑도 엄청 걱정하고 싫어하기 때문에. (참여자 6)

IV. 논의 및 결론

본 연구는 COVID-19 팬데믹 상황에서 부모기 전이를 경험하고 영아기 자녀를 양육하는 전업모들의 일상적 경험을 상세히 이해하고, 전업모에게 현실적으로 필요한 도움을 모색해 보는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 역사적 시간과 공간이 변화하면 생애과정도 변화한다는 생애과정 관점에 따라 ‘전업모들은 COVID-19 상황에서 부모기 전이를 어떻게 경험하는가?’라는 질문을 통해 질적 연구를 수행하였다. 연구를 통하여 발견한 주요 결과와 관련 논의는 다음과 같다.

첫째, 전업모들은 임신 중 COVID-19를 마주하였거나 팬데믹 중 임신을 하며 본인 스스로 그리고 주변으로부터 이중적인 고립 상황에 놓이게 되었다. 전업모가 되며 축소된 사회적 관계망은 COVID-19와 임신으로 인해 더욱 축소되었고 임신하며 자의적으로 또 주변 사람들에게 듣게 되는 감염에 대한 우려로 인해 고강도의 고립된 생활을 유지하였다. 이는 전업모들이 일상 교류나 사회관계망이 매우 좁다는 차원에서 맞벌이 여성보다 더욱 심한 임신 우울증이나 고독감을 느끼게 한 것으로 보인다. 임신부의 고립감 및 낮은 사회적 지지는 태아의 신체적 건강과 정서적 안정 및 출산 이후 자녀의 삶과 생활양식에 영향을 미친다(금유나, 2022). 반면 임신부에 대한 사회적 지지는 임신부의 스트레스 대처 행위를 증진시킬 수 있기 때문에 임신부의 부정적 정서를 경감시키고 긍정적인 정서를 높일 수 있는 방법을 찾고 행하는 것은 임신부와 태아 모두에게 중요한 일이다(조희은, 2022). 특히 선행연구들에서 많은 임신부들이 COVID-19 팬데믹 시기에 우울감과 고립감을 느꼈다는 것은 유사하지만(Cameron et al., 2020; Davenport et al., 2020; Davis-Floyd et al., 2020), 본 연구 결과에 의하면 고립된 강도와 고립에 관한 사회적 압력은 전업모들에게 더욱 크게 작용함을 볼 수 있다. 이는 전업모들이 출산 후 산전·산후 우울증과 부적응에 더 취약할 수 있는 상황에 놓여있다는 것을 보여주며, 임신부의 고립감을 완화시킬 수 있는 사회적

지지가 더욱 필요함을 시사한다.

둘째, 참여자들은 COVID-19 팬데믹으로 남편과 가족조차 함께하지 못하는 나 홀로 출산과 조리원 생활을 경험하였다. 한국 사회에서는 출산 이후 여성의 신체적, 심리적 회복을 돕는 동시에 자녀와 함께 지내면서 주변 가족의 도움과 지지 속에 어머니의 역할에 적응할 수 있는 산후 조리가 중요하게 여겨졌다. 하지만 핵가족화로 가족의 돌봄이 어려워지고 전문적인 요구가 증가하면서 생긴 산후조리원은 최근 출산 후 여성이 선택하는 가장 대표적인 장소가 되었다(장현진, 2021). COVID-19가 발생한 후에도 많은 산모들은 출산 후 조리원에서의 산후조리를 받고자 했지만, 신생아와 회복이 필요한 산모가 거주하는 장소인 만큼 감염병 예방을 위한 조리원의 방침은 강화되었고 그로 인해 산모의 고립감 또한 높아졌다. 하지만 이러한 경험은 전업모만의 고유 경험이라기보다 COVID-19시기 출산 과정에서 산모 모두가 공통적으로 경험했을 어려움으로 예상된다. 여성에서 어머니로의 전이는 발달기적 주요 사건 중 하나이지만, 이 시기에 여성은 새로운 역할과 환경적 변화로 많은 어려움을 겪게 된다(김수정, 서지민, 2018). 그들의 적응을 도울 수 있도록 COVID-19와 같은 팬데믹 시기에도 출산 시 산모들이 느낄 고립감을 최소화하면서도 감염병을 예방할 수 있는 방안을 마련하기 위한 세심한 전략이 필요하다.

마지막으로 COVID-19는 엄마도, 육아도, 팬데믹도 처음인 영아기 자녀를 둔 전업모들에게 해소되지 않는 양육 스트레스와 부모기 전이 적응 그리고 COVID-19로 인한 어려움의 삼중 부담을 안겨주었다. COVID-19로 제한된 일상과 고립된 상황 안에서 첫 자녀를 양육하며 엄마로서의 역할 수행이 미숙한 데서 오는 어려움과 죄책감, 전업모로 자녀를 양육하며 해소되지 않는 양육 스트레스와 고립감, 팬데믹 중에 태어난 자녀에 대한 미안함을 경험하였다. 또한 자신을 주 양육자로 받아들이고 있는 전업모들은 갈수록 높아지는 육아에 대한 사회적 요구와 기대수준에 대한 부담감과 함께 COVID-19로 인한 가정 내 보육의 질에 대해서도 어려움을 이야기했다. 이는 자녀 돌봄과 관련해서 COVID-19

가 가져온 돌봄의 부담이 한국 사회에서는 일하는 여성이 아니라 무급 가족 돌봄과 무급 자녀 돌봄의 담당자인 전업주부에게 부과되고 있다는 은기수의 연구(2020)에서도 볼 수 있는 결과이며, COVID-19로 인한 불안과 우울 수준이 전업주부에서 가장 높게 나타난 이은환의 연구(2020)에서도 전업모의 어려움을 살펴볼 수 있다. 정부나 사회는 일과 가정, 일과 자녀 돌봄, 일과 삶을 병행할 수 있는 여성의 삶을 보장하는데 관심을 가져왔고, COVID-19 상황에서 자녀 돌봄의 어려움으로 인한 일하는 여성의 고통에 많은 관심을 쏟았다(은기수, 2020). 하지만 전업모가 경험하는 어려움은 취업모에 비해 당연시되거나 알려지지 않아 맞벌이 부부를 위한 연구에 비해 주변화된 경향이 있다. 일을 통해 사회생활을 하며 자신의 정체성을 형성해왔던 전업모들은 임신과 출산, 양육이라는 어렵고도 낯선 세계에 입문함과 동시에 사회와도 단절됨에 따라 정신적 힘들어 몇 배로 가중될 수 있다(엄경애, 양성은, 2010). 또한 한 시점의 짧은 경험이 아닌 점진적인 변화를 내포하는 부모기 전이 시기에 마주하게 된 COVID-19로 인해 임신기부터 양육기까지 이어지는 제약된 상황과 관계의 단절 등으로 인한 ‘누적된 고립감’은 더욱 커지게 되는 것이다. 본 연구를 통해 COVID-19 시기 부모기 전이를 경험한 전업모를 살펴봄으로써 COVID-19와 같은 위기의 상황이 다시 발생하였을 때, 돌봄의 부담과 함께 사회적 단절을 경험하게 될 전업모의 어려움에도 관심을 가지고 대처방안을 마련할 수 있을 것으로 기대된다.

이상에서 논의한 연구 결과들을 토대로 전업모의 부모기 전이 그리고 COVID-19와 같은 팬데믹 위기 상황에서도 부모기 전이를 경험하며 새로운 부모 역할을 마주하는 전업모들이 잘 적응할 수 있도록 돕는 실천적 개입방안을 논의하면 다음과 같다. 첫째, 전업모가 경험하는 부모기 전이의 다양한 어려움과 팬데믹 상황에서 느끼는 사회적 고립감을 현실적으로 또 심리적으로 돌볼 수 있는 제도적 장치가 마련되어야 한다. 이에 지역사회에 위치한 가족센터에서는 심리적 도움이 필요한 전업모들을 위한 상담 서비스와 함께 지역사회

내 유사한 경험을 공유할 수 있는 전업모들을 활용한 지지체계 풀링 및 비대면 교류 프로그램과 같이 적응을 위한 지원 프로그램 개발 및 시행이 요구된다. 이와 더불어 COVID-19와 같은 팬데믹 상황과 임신과 출산, 어린 자녀 양육으로 자유로운 시간 사용 및 외출이 어려운 전업모들을 위해 다양한 정보통신기술을 활용한 비대면 교육 및 비대면 상담 서비스가 마련된다면 전업모들이 느끼는 고립감에서 벗어나 개인 내적 자원을 강화시킬 수 있는 현실적인 도움이 될 것으로 기대된다.

둘째, COVID-19와 같은 감염병 및 격리 시대에서 전업모들이 받고 있는 양육으로 인한 스트레스 감소를 위한 방안을 마련할 필요가 있다. 박혜리의 연구(2021)에서 볼 수 있듯이 첫 자녀를 양육하는 전업모들이 양육지식의 부재로 더 큰 스트레스를 지각하게 된다. 특히 감염병으로 인해 타인과의 교류가 더욱 어려워진 전업모의 경우 첫 육아로 인한 궁금증을 해소할 기회는 더욱 줄어들었다. 최근에는 많은 지식과 정보를 인터넷을 통해 찾을 수 있지만 너무 많은 정보 가운데 어떤 것이 옳은 것인지를 가려내는 것도 쉽지 않아졌다. 때문에 부모들이 원하는 때에 빠르고 편리하게 임신 시기별 궁금증과 출산, 자녀 양육 및 발달에 관한 전문가의 답변을 구할 수 있는 비대면 시스템이 마련될 필요가 있다. 예를 들어 자녀의 월령에 맞춰 부모에게 전달되는 예방접종 문자 등과 연계하여 발달단계에 따른 양육지식 등을 전달하는 시스템을 개발한다면 전업모들이 자녀를 양육하면서 경험하는 어려움과 양육 스트레스 해소에 긍정적인 효과를 줄 수 있을 것으로 사료된다.

셋째, 사회적 체계는 전업모의 적응을 위한 심리, 사회적 기반 형성에 도움을 준다(권혜진, 2022). COVID-19의 감염성과 장기화로 전보다 축소되거나 위축된 사회적 관계 속에서 부모기 전이를 경험하는 전업모가 외로움과 고립감, 부담감에서 벗어나 부모로서의 새로운 정체성을 긍정적으로 형성하고 나아갈 수 있기 위해서는 도구적이고 정서적 지지를 줄 수 있는 사회적 자원이 필요하다. 가족관계의 변화와 같은 일상의 스트레스 원이나 COVID-19 팬데믹과 같은 사회적 스트레스 사

건에 대처할 수 있는 가까운 가족과 친구, 또는 동료로부터의 사회적 지지, 즉 정서적 지원 및 도구적 지원을 제도적으로 막기보다 함께 안전할 수 있는 방법을 고민해 볼 필요가 있다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 지닌다. 첫째, 본 연구는 수도권에 거주하는 고학력의 전업모에 대한 인터뷰 자료에 기초하여 분석되었으므로, 수도권 외 지방도시 또는 도시가 아닌 지역에 거주하거나 고학력이 아닌 전업모의 경우에는 본 연구 결과와는 다르게 COVID-19 기간의 부모기 전이를 경험했을 가능성이 있다. 또한 본 연구에서 이야기하는 ‘부모기 전이’는 부모 중심의 2인체계에서 자녀를 포함하는 다인 체계로 변하는 참여자만을 대상으로 진행되었으나 후속 연구에서는 보다 다양한 가족 맥락에서의 부모기 전이 경험이나 전업모의 경험에 대한 이해도 필요하다. 따라서 후속 연구에서는 지역이나 학력, 소득, 가족구조에 대해 다양한 범주의 전업모들을 대상으로 추가적인 연구를 진행할 필요가 있다. 둘째, 임신과 출산, 부모기 전이를 전업모 혼자 경험하는 것이 아님에도 불구하고 본 연구에서는 남편을 포함하지 않고 전업모 개인만을 대상으로 연구가 진행되었다. 후속 연구에서는 부모기 전이의 또 다른 주체자인 아버지들의 경험 또는 부부를 함께 살펴보고 분석하는 것이 필요하다. 부부단위 연구를 통해 전업모가 경력단절에 이르는 의사결정 경로와 전업모의 정체성 형성 및 적응의 과정 등을 미시적인 관계 안에서 더 상세하게 살펴볼 수 있을 뿐 아니라 본 연구와는 또 다른 부모기 전이 경험을 살펴볼 수 있을 것으로 기대된다.

위와 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 생애과정 관점에 따라 역사적 시간과 공간이 변화하면 생애과정도 변화한다는 점에서 COVID-19라는 사회적, 역사적 요인이 전업모의 부모기 전이 과정과 어떻게 교차하는지에 대한 탐색을 시도하였다는 점에서 의의가 있다. 또한 지금까지 수행된 선행연구에서는 전업모의 COVID-19 시기 영유아기 자녀 양육은 탐색이 되었지만 임신과 출산 과정까지 살펴본 연구는 국내에서는 찾아보기 어렵다. 따라서 본 연구는 부모기 전이 과정의 시작인 임

신과 출산과정에 관한 연구의 공백을 메워서 전업모 참여자들의 부모기 전이를 생애과정 관점에 따라 임신에서부터 출산, 영아기 자녀 양육에 이르기까지 긴 호흡으로 접근했다는 점에서 의의가 있다.

참고문헌

- 강민철, 김동민, 김수임 (2012). 산후우울증 유병률 및 관련 요인에 대한 메타연구: 사회적 지지와 양육스트레스를 중심으로. *상담학연구*, 13(1), 149-168.
<https://doi.org/10.15703/kjc.13.1.201202.149>
- 강진숙, 장지훈, 최종민 (2009). 2008 촛불집회 참여 경험에 대한 현상학적 연구: 대학생 참여자 및 1인 미디어 이용자를 중심으로. *한국방송학보*, 23(4), 7-48.
- 강희주, 구슬이, 윤은영, 정익중 (2021). 아동과 부모의 경험을 통해 본 코로나 19 이후 아동 일상 변화에 대한 질적 연구. *사회과학연구*, 32(4), 95-120.
<https://doi.org/10.16881/jss.2021.10.32.4.95>
- 권경숙 (2008). 영아를 양육하는 초보 어머니들의 양육 특성과 어려움에 관한 질적 연구. *열린유아교육연구*, 13(1), 229-255.
- 권혜진 (2022). 영유아 자녀를 둔 이주 가정 어머니의 사회적 자본과 교육지원의 다양성. *인문사회* 21, 13(3), 57-68.
<http://doi.org/10.22143/HSS21.13.3.5>
- 곽금주, 박수현 (2015). *여성심리학*. 서울: 학지사.
- 국립국어원. (2022). 표준국어대사전. <https://stdict.korean.go.kr/search/searchResult.do>에서 2023년 4월 20일 인출
- 금유나 (2022). 임신부의 모성정체성 형성을 위한 집단사진미술치료 프로그램 사례연구. *한양대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김기현 (2000). 취업모의 양육 스트레스에 영향을 미치는 생태학적 변인 탐색. *한국생활과학회지*, 9(1), 71-84.
- 김기환, 조은영, 김동현, 김한울, 박지영, 은병옥, 조대선, 최수한, 최재홍, 한미선, 최은화, 김종현 (2020). 소아 청소년 코로나 바이러스 감염증-19 대응지침. *Pediatric Infection & Vaccine*, 27(1), 24-34.
<https://doi.org/10.14776/piv.2020.27.e11>
- 김미라, 채선미 (2022). 코로나바이러스감염증-19의 팬데믹 시기 영유아 어머니의 양육 행동 변화 영향 요인. *한국모자보건학회지*, 26(2), 80-90.
<https://doi.org/10.21896/jksmch.2022.26.2.80>
- 김성현 (2022). 어머니의 코로나 19 스트레스가 유아의 문제 행동에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 22(7), 181-194. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2022.22.7.181>
- 김성현 (2021). 코로나 19 시대 영유아기 부모의 스트레스에

- 관한 연구. *안전문화연구*, 13, 375-390.
<https://doi.org/10.52902/kjsc.2021.13.375>
- 김수정, 서지민 (2018). 초산모를 위한 모성역할적응 프로그램의 효과. *여성건강간호학회지*, 24(3), 322-332.
<https://doi.org/10.4069/kjwhn.2018.24.3.322>
- 김인지 (2011). 상징적 상호작용론적 관점에서 본 어머니의 자녀 훈육 경험. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 김은경, 고진강 (2016). 어머니의 양육스트레스와 분노, 신체화 증상과의 관계. *스트레스연구*, 24(3), 151-160.
<https://doi.org/10.17547/kjsr.2016.24.3.151>
- 김은혜 (2018). 첫 자녀 출산 예정인 예비부모를 위한 부모존경-자녀존중 예비부모교육 프로그램의 개발 및 효과 검증. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김재선 (2018). 부모전이기 여성을 위한 탈인습적 기독교교육 모형. 연세대학교 연합신학대학원 석사학위논문.
- 노영주 (2000). 초기 모성경험에 관한 질적 연구. *가정과삶의 질연구*, 18(3), 71-83.
- 도유록 (2023). 코로나19 확산기 온라인 육아 커뮤니티의 돌봄 관련 토픽의 점유율 변화: 가족생활주기별 구분. *가정과삶의 질연구*, 41(1), 29-47.
<https://doi.org/10.7466/JFBL.2023.41.1.29>
- 문주혜, 동풀잎 (2022). COVID-19 팬데믹 상황에서 영유아기 자녀를 둔 해군가족의 어려움과 요구. *유아교육연구*, 42(3), 193-216.
<https://doi.org/10.18023/kjece.2022.42.3.008>
- 박길순 (2023). COVID-19 상황에서 임부가 지각한 스트레스가 후속출산의도에 미치는 영향. *한양대학교 대학원 석사학위논문*.
- 박수연 (2013). 영아와 부모의 특성 및 육아유형과 영아발달간의 관계: 월령단계별 및 종단적 분석. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 박주연 (2022). '코로나 시대'의 성별화된 돌봄노동과 부모노릇. *한국여성학*, 38(4), 195-227.
<https://doi.org/10.30719/JKWS.2022.12.38.4.195>
- 박혜리 (2021). 전업모의 첫 자녀 양육 스트레스에 대한 현상학적 연구. *부부가족상담연구*, 2(2), 41-54.
- 방은주 (2018). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스, 양육지식, 양육효능감과의 관계. *영유아교육: 이론과 실천*, 3(2), 61-81.
<https://doi.org/10.20926/ETPIYC.2018.3.2.3>
- 석민아, 문인경, 이병호 (2021). 코로나 19로 인한 부모의 가정교육 경험에 관한 연구. *열린유아교육연구*, 26(3), 199-230.10.20437/KOAECE26-3-08
- 손수민 (2012). 영아기 자녀를 둔 취업모와 비취업모의 양육 스트레스 비교와 관련 변인에 관한 연구. *미래유아교육학회지*, 19(1), 331-357.
- 신충식, 이광석 (2009). 질적 연구방법의 현상학적 토대. *서울행정학회 학술대회 발표논문집*, 801-819.
- 엄경애, 양성은 (2010). 고학력 여성의 경력단절 및 자녀양육 경험에 관한 연구. *가정과삶의 질학회 학술발표대회 자료집*, 308-308.
- 여종일 (2019). 유아기 자녀 어머니의 우울증상, 가족관계, 사회적 지지 및 양육행동의 관계. *한국영유아보육학*, 116, 65-90.
<https://doi.org/10.37918/kce.2019.05.116.65>
- 은기수 (2020). 코로나 19 팬데믹과 자녀 돌봄의 변화. *노동리뷰*, 188, 35-49.
- 이남인 (2016). 현상학과 질적 연구. 파주: 한길사.
- 이민지, 오지현 (2022). 코로나19 팬데믹 상황에서의 유아기 자녀를 둔 어머니 양육경험에 대한 사례연구. *한국지역사회생활과학회지*, 33(2), 295-312.
<http://doi.org/10.7856/kjcls.2022.33.2.295>
- 이석미, 조성연 (2017). 부모역할만족척도의 타당화 연구. *생애학회지*, 7(2), 23-38.
<https://doi.org/10.30528/jolss.2017.7.2.002>
- 이수진, 김향란 (2021). 영유아 어머니의 코로나19 관련 불안 영향요인. *한국웰니스학회지*, 16(3), 309-316.
<https://doi.org/10.21097/ksw.2021.08.16.3.309>
- 이승아, 이성희 (2015). 임부의 태아애착행위에 영향을 미치는 요인. *한국산학기술학회논문지*, 16(3), 2020-2028.
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.3.2020>
- 이영환, 이수재 (2007). 미취학 자녀를 둔 취업 주부와 전업주부의 생활시간에 관한 연구-2004년 통계청에서 발표한 생활시간조사 자료를 중심으로. *한국가정과학회지*, 10(1), 19-25.
- 이은환 (2020). 코로나19 세대, 정신건강 안녕한가!. *이슈&진단*, 414, 1-25.
- 이은희 (2017). 영아기 첫 자녀를 둔 어머니의 원가족 애착경험이 양육스트레스에 미치는 영향. *성신여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이조은 (2021). 코로나 시대에 영아 가정양육을 하고 있는 엄마들의 이야기. *한국유아교육학회 정기학술발표논문집*, 2021, 267-269.
- 장현진 (2021). 초보 어머니들의 산후조리원 경험. *육아지원연구*, 16(1), 5-27.
<https://doi.org/10.16978/eccec.2021.16.1.001>
- 정익중, 이수진, 강희주 (2020). 코로나 19로 인한 아동일상 변화와 정서 상태. *한국아동복지학*, 69(4), 59-90.
<https://doi.org/10.24300/jkscw.2020.12.69.4.59>
- 정혜선 (2010). 영유아기 자녀를 둔 전업주부의 품앗이육아 공동체 참여 경험에 관한 질적 연구. *한국생활과학회지*, 19(3), 429-441.
- 조희은 (2022). 임신부의 행복, 우울, 사회적 지지에 대한 온라인 대면 집단미술치료 효과. *차의과학대학교 대학원 박사학위논문*.
- 주수산나, 전해정 (2016). 부모기 전이 부부의 부부갈등이 결혼만족도의 변화에 미치는 영향. *가족과 문화*, 28(3), 60-87.

- <https://doi.org/10.21478/family.28.3.201609.003>
주하나 (2020). 코로나사태에서 영유아기 어머니의 자녀 양육에 대한 인식유형 연구: Q 방법론적 접근. *학부모연구*, 7(4), 23-48.
- 차현화, 성원준 (2021). 코로나바이러스 감염증-19 (COVID-19) 와 임신. *한국모자보건학회지*, 25(1), 10-20.
<https://doi.org/10.21896/jksmch.2021.25.1.10>
- 최예린 (2020). 코로나 19 에 대한 보육교사의 정서적 경험과 달라진 어린이집 일상에 관한 연구. *한국유아교육연구*, 22(1), 253-279.
<https://doi.org/10.15409/riece.2020.22.1.12>
- 통계청. (2022. 11. 22). 2022년 상반기 지역별고용조사 기혼 여성의 고용 현황. https://www.kostat.go.kr/board.es?mid=a10301030300&bid=211&act=view&list_no=421921에서2023년4월20일인출
- 하영혜 (2012). 영아전담보육시설의 건강관리 현황 및 보육교사의 교육요구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 한현이 (2016). 전업주부의 스트레스 요인에 따른 상담개입 적용방안 고찰. *건신사회과학연구*, 1(10), 43-65.
- 황은민 (2022). 질적 메타분석을 통한 영유아기 어머니의 양육 경험에 관한 연구. 동의대학교 대학원 박사학위논문.
- Alhusen, J. L. (2008). A literature update on maternal-fetal attachment. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 37(3), 315-328.
<https://doi.org/10.1111/j.1552-6909.2008.00241>
- Beck-Gernsheim, E. (2005). 가족 이후에 무엇이 오는가?. 박은주(역). 서울: 새물결. (원본 발간일, 1998)
- 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.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.081>
- Chivers, B. R., Garad, R. M., Boyle, J. A., Skouteris, H., Teede, H. J., & Harrison, C. L. (2020). Perinatal distress during COVID-19: Thematic analysis of an online parenting forum. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), 1-8. <https://doi.org/10.2196/22002>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- 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.
<https://doi.org/10.3389/fgwh.2020.00001>
- Davis-Floyd, R., Gutschow, K., & Schwartz, D. A. (2020). Pregnancy, birth and the COVID-19 pandemic in the United States. *Medical Anthropology*, 39(5), 413-427.
<https://doi.org/10.1080/01459740.2020.1761804>
- DiPietro, J. A. (2010). Psychological and psychophysiological considerations regarding the maternal-fetal relationship. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 19(1), 27-38.
<https://doi.org/10.1002/icd.651>
- Elder, G. H., Johnson, M., & Crosnoe, R. (2003). The emergence and development of life course theory. In J. T. Mortimer, & M. J. Shanahan (Eds.), *Handbook of the life course* (pp. 3-19). New York: Springer.
- Ellington, S., Strid, P., Tong, V. T., Woodworth, K., Galang, R. R., Zambrano, L. D., Nahabedian, J., Anderson, K., & Gilboa, S. M. (2020). Characteristics of women of reproductive age with laboratory-confirmed SARS-CoV-2 infection by pregnancy status-United States, January 22-June 7, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(25), 769.
- Giorgi, A. (2009). *A descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach*. Pittsburg, PA: Duquesne University Press.
- LaRossa, R. (1986). *Becoming a parent* (Vol. 3). New York: SAGE Publications.
- Morse, J. M., & Field, P. A. (1995). *Nursing research: The application of qualitative approaches*. UK: Nelson Thornes.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Sage publications.
- Nylen, K. J., O'Hara, M. W., & Engeldinger, J. (2013). Perceived social support interacts with prenatal depression to predict birth outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 36(4), 427-440.
<https://doi.org/10.1007/s10865-012-9436-y>
- Palkovitz, R. J., & Sussman, M. B. (2014). *Another perspective on the trials and triumphs in the transition to parenthood*. (pp. 21-24). UK: Routledge.
- Reeder, S. J., Mastroianni, L. & Martin, L. L. (1997). *Maternity nursing*. (16th ed). Philadelphia: J. B. Lippincott co.
- Serafini, G., Parmigiani, B., Amerio, A., Aguglia, A., Sher, L., & Amore, M. (2020). The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(8), 531-537.
<https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa201>
- Taubman-Ben-Ari, O., Ben-Yaakov, O., & Chasson, M. (2021). Parenting stress among new parents before and during the COVID-19 pandemic. *Child abuse & neglect*, 117, 105080.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105080>
- Van Manen, M. (2016). *Phenomenology of practice: Meaning-*

giving methods in phenomenological research and writing. UK: Routledge.

Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children

during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945–947.

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)