

The Mediating Effect of Caregiving Stress on the Relationship Between Care Burden and Depression Among Parents Caring for Adults with Developmental Disabilities

Jun-su Kim*, Woo-hong Cho*

*Professor, Dept. Social Welfare, Seowon University, Chungbuk, Korea

[Abstract]

This study aimed to examine the mediating effect of caregiving stress on the relationship between caregiving burden and depression among parents caring for adult children with developmental disabilities. To achieve this, a survey was conducted with 300 parents in the Chungbuk region from November 1 to November 30, 2023, and data from 200 responses were analyzed using SPSS 27.0 Process Macro 4.2. The results indicated that caregiving burden had a statistically significant positive effect on caregiving stress. Secondly, both caregiving burden and caregiving stress had statistically significant positive effects on depression, confirming that caregiving stress partially mediates the relationship between caregiving burden and depression. Additionally, the statistical significance of the mediating effect was verified through bootstrapping. Based on these findings, it is suggested that practical and policy efforts be made to alleviate the caregiving burden of parents caring for adult children with developmental disabilities, including emotional, physical, and economic support, as well as programs to help cope with caregiving stress to improve depressive symptoms.

▶ **Key words:** Care Burden, Care Stress, Depression, Adults with Developmental Disabilities, Families of Individuals with Developmental Disabilities

[요 약]

본 연구는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담이 우울에 미치는 영향 관계에서 돌봄 스트레스가 갖는 매개효과를 검증하기 위한 목적으로 수행되었다. 이를 위해 2023년 11월 1일 ~ 11월 30일까지 충북지역 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모 300명을 설문 조사한 자료 중 200부를 SPSS 27.0 Process Macro 4.2를 활용하여 분석하였다. 그 결과, 돌봄 부담이 돌봄 스트레스에 통계적으로 유의미한 정(+)적 영향을 미쳤다. 둘째, 돌봄 부담과 돌봄 스트레스가 우울에 통계적으로 유의미한 정(+)적 영향을 미쳐 돌봄 스트레스가 돌봄 부담과 우울의 관계를 부분매개하는 것을 확인하였다. 또한, 매개효과를 부트스트래핑을 통해 통계적 유의성 검증한 결과 통계적으로 유의하였다. 이러한 연구결과를 바탕으로 성인 발달장애 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담 경감을 위한, 정서적, 신체적, 경제적 지원과 돌봄 스트레스 대처를 위한 프로그램 지원 등 우울감 개선을 위한 실천적, 정책적 노력을 제언하였다.

▶ **주제어:** 돌봄 부담, 돌봄 스트레스, 우울, 성인 발달장애, 발달장애 가족

-
- First Author: Jun-su Kim, Corresponding Author: Woo-hong Cho
 - *Jun-su Kim (solrins@naver.com), Dept. Social Welfare, Seowon University
 - *Woo-hong Cho (csdcj@hanmail.net), Dept. Social Welfare, Seowon University
 - Received: 2025. 05. 02, Revised: 2025. 06. 07, Accepted: 2025. 06. 10.

I. Introduction

2024년 우리나라 등록장애인은 2,631,356명이고 이중 발달장애인은 280,672명으로 전체 장애인 인구 중 10.7%에 해당한다[1]. 발달장애인 수는 해마다 줄지 않고 증가하고 있으며 인구 고령화의 영향으로 성인 발달장애인도 증가하고 있다. 발달장애는 지적장애와 자폐성 장애로 나뉜다. 지적장애는 정신 발육의 영구적 지체 상태로 지적 능력 발달이 불충분하거나 불완전한 이유로 사회생활에 상당한 곤란이 있는 경우를 의미한다[2]. 자폐성 발달장애는 인지 능력, 의사소통, 사회성, 자기 통제력 부족 때문에 일상생활 수행 능력(Instrumental Activities of Daily Living, IADL) 및 사회활동에 있어서 다른 장애 유형보다 더 많은 돌봄이 필요하다[2]. 발달장애인은 재활치료 서비스와 돌봄이 필요해도 비용부담 때문에 도움을 받기 어렵다[3].

우리 사회에서 발달장애인 돌봄의 주체는 가족으로 인식되고 있으며 주 돌봄 제공자는 상당한 돌봄 부담과 스트레스를 경험한다. 발달장애인은 학령기에 학교 등 공적 서비스를 통한 돌봄을 기대할 수 있지만 성인이 된 이후에는 이러한 공적 서비스가 줄어들어 부모의 돌봄 부담은 훨씬 증가한다. 성인이 되면 자연스럽게 취업과 사회활동을 통해 부모로부터 자립하지만, 발달장애인의 경제활동 참여율은 27.2%, 고용률은 26%에 그치고 있다[4]. 그마저도 발달장애인 취업은 장애인직업훈련시설, 장애인보호작업장 등에서 이루어지고 있어 자립을 위한 경제적 기반 형성도 어려운 실정이다. 이 때문에 발달장애 성인 자녀를 둔 부모도 73.2%가 자녀의 독립이 어려워 부모의 돌봄이 필요하다고 인식하고 있다[4].

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모는 장애 자녀 출생과 동시에 부모 중 한 사람은 자녀 돌봄에 전적으로 헌신해야 하는 상황을 마주하게 되면서[5], 시간적 소비가 많다. 발달장애 자녀 돌봄에 필요한 시간 때문에 맞벌이보다 외벌이 가구가 될 가능성이 높아 재정적 수입은 줄어들고, 반면 치료비와 교육비 등의 지출은 늘어나 돌봄 부담이 심화되며 노년기 빈곤으로 이어지는 심각한 문제가 발생하고 있다[2]. 발달장애 성인 자녀에 대한 돌봄은 부모의 건강이 유지되는 한 돌봄은 멈추지 않으며, 부모가 사망하거나 질병, 노령으로 돌봄이 어려워질 경우 가족 구성원 중 누군가에게 돌봄 부담은 연속적으로 전이된다[6]. 2023년 발달장애인 일과 삶 실태조사에 따르면 보호자의 52.2%가 자녀 돌봄이 부담된다고 밝혔고[4], 부담되지 않는다고 밝힌 경우는 16.8%에 그쳐 발달장애 자녀 돌봄 부담이 심각함을 시사한다.

돌봄 부담은 신체적, 정서적, 재정적 상황 인식에 부정적 자극을 준다. 이를 스트레스 과정모형에서 객관적 환경이 스트레스를 자극하고 심리적 환경을 통해 스트레스 인식과 스트레스 반응으로 이어진다고 설명한다[7]. 즉, 자녀 돌봄 때문에 시간 사용, 재정적 지출, 끝나지 않는 책임감 등 객관적 상황 인식이 돌봄 부담을 가져온다. 이러한 돌봄 부담은 스트레스 원으로 일상의 상황을 통제하기 어려운 심리적 환경을 인식함으로써 스트레스를 발생시킬 수 있다. 만약 스트레스가 적절히 관리되지 않으면, 돌봄 제공자는 실패감, 좌절감, 우울 등 심리적 부작용을 경험할 가능성이 높아진다[8]. 특히 발달장애가 있는 성인 자녀를 돌보는 부모는 자녀 출생 이후 지속된 돌봄 부담과 돌봄 스트레스로 심각한 부정적 정서를 경험하기 때문에 스트레스의 부정적 결과에 더 취약함으로 개입과 지원이 필요하다[9].

선행연구인 Park 등, Choi는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담이 우울감을 증가시키는 직접적 원인이 된다고 설명한다. 또한, Kim은 돌봄 부담은 부모의 돌봄 스트레스를 증가시키는 원인이 된다고 설명한다. 더불어 Kim의 연구에서 돌봄 스트레스가 우울 증가의 원인이라는 인과관계도 입증되었다. 그러나 이러한 부모의 돌봄 부담과 우울, 스트레스의 간접효과에 대한 검증이 단선적인 관계 분석에 그치고 있다. 또한 연구 대상에 있어서도 주로 아동기 자녀를 돌보는 부모를 대상으로 하는 연구들이 주를 이루고 있을 뿐 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담에 관한 연구는 부족하다. 이에 본 연구에서는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담과 우울의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증하고자 한다.

II. Preliminaries

우울은 침울한 기분이나 의욕의 저하, 활동력 감소가 지속되는 상태를 의미한다[10]. 우울은 심리적, 신체적, 사회적 원인에 의해 발생하는 부정적 정서 상태로 발달장애 자녀를 둔 부모의 우울은 발달장애 자녀 돌봄과 관련하여 발생할 가능성이 크다[11]. 발달장애 자녀를 둔 부모는 자녀의 출생부터 성인이 되기까지 다양한 사회적 편견을 견디고, 자녀 발달의 지연 때문에 실패감을 경험하면서 높은 수준의 우울을 보인다[12]. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모는 자신의 건강이 지속되는 한 자녀 돌봄도 멈추지 않고 자신이 늙고 병들어 더 이상 자녀 돌봄을 할 수 없을 때까지 자녀를 돌봐야 한다는 책임감을 느낀다[13]. 더불어

어 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모는 자신이 죽은 이후 자녀 돌봄에 대한 걱정과 불안 때문에 심각한 우울감에 빠지기도 한다[8].

이러한 발달장애 자녀를 둔 부모가 자녀에 대한 돌봄을 제공해야 한다는 의무와 책임감으로 받아들이는 부담감을 돌봄 부담이라 한다[10]. 선행연구인 Pruchno와 Meeks, Choi, Boo 등, Park 등은 돌봄 부담은 우울한 정서의 원인이 된다는 일관된 결과를 주장한다. 예컨대 Boo 등은 성인 발달 장애 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 발달장애 자녀의 문제행동, IADL, 역할의 과부하 등의 문제와 연결되어 이를 해결하는 과정에서 정신적인 어려움을 겪게 한다고 설명한다[10]. 특히 성인 자녀를 둔 부모는 자신의 노화, 은퇴와 수입의 감소 상황까지 겹치면서 미래에 대한 불안과 우울한 정서로 이어진다[14]. 발달장애 자녀는 성인이 되어도 자립하기 어렵기 때문에 돌봄 부담은 자녀의 미래에 대한 걱정까지 포함한다. 이러한 삶 전반에서 경험하는 돌봄 부담은 육체적 피로, 정신적 피로감, 심리적 불안감 등 우울의 신체화 반응으로도 이어진다[15].

돌봄 부담은 발달장애 자녀 돌봄 과정에서 신체적, 정서적, 경제적, 사회적 측면에서 스트레스를 발생시킨다[6]. 스트레스는 적응하기 어려운 상황에서 경험하는 신체적 심리적 긴장 상태로 정의한다[16]. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 스트레스는 자녀 돌봄 상황에서 요구하는 정신적, 물질적, 시간적 헌신 요구에 통제력을 상실한 상태에서 느끼는 인지적, 정서적, 신체적 반응이라 할 수 있다[3]. Pearlin 등의 스트레스 과정 모델에 따르면 돌봄 부담은 자녀의 IADL 부족에 따른 돌봄 제공 상황에서 실패감 느끼게 하며 이 때문에 스트레스를 유발한다고 할 수 있다[7]. 성인 발달장애 자녀에 대한 돌봄 부담은 오랫동안 중첩되어 온 삶의 흔적으로 스트레스를 유발한다[3]. 이에 Shin과 Kim은 발달장애 성인 자녀의 부모는 중장년기를 자녀 돌봄에 헌신하면서 소득의 부족, 노후 준비가 부족할 뿐만 아니라 사회적 관계의 축소로 외로움을 느끼는 등 신체적, 심리적, 사회적으로 불리한 상황에 놓이게 되면서 스트레스를 경험한다고 하였다[13]. 또한 돌봄 제공 과정에서 나타나는 자녀의 문제행동, 발달 지연에 따른 좌절감, 실패감 등은 부모의 책임감과 돌봄 부담을 증가시켜 스트레스를 유발하게 한다[3][6][13].

스트레스 과정 모델에 따르면 스트레스 인식은 스트레스 반응 행동으로 나타난다고 설명한다[7]. 발달장애 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담과 스트레스는 부정적 정서인 우울과 불안의 원인이 된다[3][6][8]. 경제적, 심리적, 사회적 맥락에서 경험하는 긴장 상태인 스트레스가 적절한 외

부 보호 효과에 의해서 통제되지 않을 때 심각한 우울을 유발한다[3][8][9]. 이러한 외부 보호 자원은 사회적지지, 외부지원, 사회적 자본, 자조집단 모임 등 스트레스 완충 효과를 가져오는 심리 사회적 측면에서 고려될 수 있다[14]. 그러나 발달장애 자녀를 둔 부모는 외부 보호 자원의 접근과 획득이 쉽지 않아 스트레스로 인한 심한 우울을 경험할 위험이 크다[10].

이상의 논의를 통해 돌봄 스트레스가 돌봄 부담과 우울의 관계에서 영향을 매개한다고 인식할 수 있다. 따라서 본 연구는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담과 우울의 관계에서 스트레스의 매개효과를 검증하고자 하였다.

III. The Proposed Scheme

3.1 Research Model

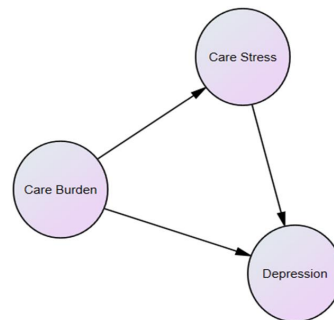


Fig. 1. Research model

본 연구는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담이 우울에 미치는 영향력을 확인하고 돌봄 스트레스의 매개효과를 검증하는 것이다. 이에 Fig 1과 같은 연구모형을 설정하고 다음과 같이 연구문제 및 연구가설을 설정하였다.

3.2 Hypothesis

연구문제: 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 돌봄 스트레스를 매개로 우울에 영향을 미치는가?

H1. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 우울에 영향을 미칠 것이다.

H2. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 돌봄 스트레스에 영향을 미칠 것이다.

H3. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 스트레스는 우울에 영향을 미칠 것이다.

H4. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 돌봄 스트레스를 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다.

IV. Research method and Empirical Analysis

4.1 Data Collection

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담과 우울의 관계에서 돌봄 스트레스의 매개효과를 분석하기 위해 충북지역 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모 300명을 2023년 11월 1일부터 2023년 11월 30일까지 조사하여 회수된 220명의 응답 중 체계적 결측과 불성실한 응답 20부를 제외하고 200명의 응답을 최종분석에 활용하였다. 본 연구에서는 돌봄 부담을 독립변수, 우울을 종속변수, 돌봄 스트레스를 매개변수로 하여 SPSS 25.0 Process Macro 4.2, Model 4로 분석하였다.

4.2 Development of the Measurement Items

본 연구에서 독립변수 돌봄 부담은 발달장애 성인 자녀를 돌보는 과정에서 느끼는 어려움으로 인해 비롯한 부정적 영향으로 정의하였으며, Brannan이 개발한 돌봄 부담 척도(Caregiver Strain Questionnaire Scale: CGSQ)를 Kim 등 이 번안하여 사용한 21문항을 활용하여 5점 리커트 방식으로 측정하였다. 문항 합의 평균 점수가 높을수록 돌봄 부담이 크다고 평가한다. 본 연구에서 측정도구 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .942$ 로 나타났다.

본 연구에서 매개변수 돌봄 스트레스는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모가 인지하는 심리적, 신체적, 정서적 압박으로 인해 상황에 대한 조절력을 상실한 상태로 정의하였고, 이를 측정하기 위해 Greene 등의 돌봄 스트레스 척도를 Park 등이 수정한 15문항을 활용하였다. 본 척도는 5점 리커트 방식으로 측정하고 문항 점수의 평균이 높을수록 스트레스가 심하다고 평가한다. 본 연구에서 측정도구 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .932$ 로 나타났다.

본 연구에서 종속변수 우울은 발달장애 성인 자녀를 돌봄으로 인해 발생하는 슬픔과 침울한 감정상태로 정의하며, Spitzer 등이 개발한 Patient Health Questionnaire(PHQ)의 한국어판으로 번안한 Park 등의 PHQ-9를 활용하여 측정하였다. PHQ-9는 9문항을 4점 리커트 방식을 측정하며 점수가 높을수록 우울이 심하다고 판단한다. 본 연구에서 측정도구 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .875$ 로 나타났다.

Table 1. Measuring Tool

Variable	Concept definition	Reference
Care Burden	The burden of fulfilling the duty and responsibility of providing care	21 questions Likert 5 $\alpha = .942$
Care Stress	Cognitive, emotional, and physical responses experienced when losing control in caregiving situations that demand mental, material, and time commitment	15 questions Likert 5 $\alpha = .932$
Depression	The negative emotional state caused by psychological, physical, and social factors	9 questions Likert 7 $\alpha = .875$

4.3 General Characteristics of the subjects

본 연구의 연구 대상의 인구통계학적 특성은 <Table 2>와 같다. 성별은 남성 68명(34.0%), 여성 132명(66.0%)으로, 여성의 비율이 높았다. 부모의 연령대는 40세 이상 49세 미만 24명(12.2%), 50세 이상 59세 미만 105명(53.3%), 60세 이상 69세 미만 56명(28.4%), 60세 이상 12명(6.1%)으로, 주로 50대가 많았다. 성인 자녀의 연령대는 20세 이상 29세 미만 128명(65.0%)이 가장 많았고, 부모의 건강 상태는 보통 106명(55.8%)이 가장 높은 비율을 차지했다. 경제적 상태는 보통 142명(74.3%)으로 대체로 양호하였다. 성인 자녀의 일상생활 활동(ADL) 상태는 나쁜 상태가 98명(51.3%)으로 절반 이상이 어려움을 겪고 있음을 보였다.

Table 2. Social Demographic Characteristics of Research Participants

Characteristics		n	%
Gender (n=200)	Male	68	34.0
	Female	132	66.0
Parental Age (n=197)	40 year over~49 year less than	24	12.2
	50 year over~59 year less than	105	53.3
	60 year over~69 year less than	56	28.4
	60 year More than	12	6.1
Adult Child Age (n=197)	20 year over~29 year less than	128	65.0
	30 year over~39 year less than	57	28.9
	40 year over~49 year less than	10	5.1
	50 year More than	2	1.0
Parental Health Status (n=190)	Bad	32	16.8
	Normal	106	55.8
	Good	52	27.4
Economic Status (n=191)	Bad	44	23.0
	Normal	142	74.3
	Good	5	2.6
Adult Child ADL (n=191)	Bad	98	51.3
	Normal	47	24.6
	Good	46	24.1

4.4 Sample Characteristics and Correlations of Variables

본 연구의 주요 변수 특성은 <Table 3>에 정리하였다. 독립 변수인 돌봄 부담은 평균 2.87 (SD=.736)였고, 매개 변수인 돌봄 스트레스는 평균 3.03 (SD=.780)로 나타났다. 종속 변수인 우울은 평균 1.69 (SD=.608)이었다. 자료의 정규성 분포를 확인한 결과, 왜도(.328 ~ 1.208)와 첨도(.078 ~ 1.806)가 각각 3과 8을 넘지 않아 정규성을 만족하는 것으로 판단하였다[23].

Table 3. Characteristics of Major Variables (n=200)

Variable	Min	Max	Mean (S.D)	Skewness	Kurtosis
Care Burden	1.00	5.00	2.87 (±.736)	.733	1.188
Care Stress	2.00	5.00	3.03 (±.780)	.328	.078
Depression	1.00	4.00	1.69 (±.608)	1.208	1.806

Table 4. Differences in depression by demographic variables (n=200)

Variable	M	S.E	t/f	
Gender (n=200)	Male	1.63	.564	-1.997*
	Female	1.81	.674	
Parental Age (n=197)	40 year over~49 year less than	1.83	.509	.571
	50 year over~59 year less than	1.65	.657	
	60 year over~69 year less than	1.70	.503	
	60 year More than	1.66	.772	
Adult Child Age (n=197)	20 year over~29 year less than	1.71	.603	1.313
	30 year over~39 year less than	1.61	.575	
	40 year over~49 year less than	1.68	.785	
	50 year More than	2.40	.070	
Parental Health Status (n=190)	Bad	1.88	.620	4.654*
	Normal	1.68	.550	
	Good	1.50	.511	
Economic Status (n=191)	Bad	1.82	.607	1.326
	Normal	1.65	.605	
	Good	1.70	.617	
Adult Child ADL(n=191)	Bad	3.00	1.23	3.681*
	Normal	2.65	1.25	
	Good	2.10	1.10	

* $p < .05$.

연구 참여자의 인구사회학적 특성에 따른 우울의 차이를 분석한 결과는 <Table 4>와 같다. 인구사회학적 특성 중 성별에 따라서 여성의 우울 평균 점수가 1.81점으로 남

성의 우울 평균 1.63점에 비해 상대적으로 높았다 ($t=-1.997^*$). 주관적 건강 상태가 나쁜 편의 우울이 1.88점으로 보통 1.68점, 좋음 1.50점에 비해 상대적으로 높은 것으로 나타났다($F=4.654^*$). 연구 참여자 자녀의 일상생활 수행 능력의 경우 자녀의 일상생활 수행 능력이 낮은 집단의 우울 평균 점수가 3.00점으로 보통 2.65점, 좋음 2.10점에 비해 상대적으로 높은 것으로 나타났다($F=3.681^*$).

주요 변수 간 관계와 다중 공선성 확인을 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 분석 결과, 우울은 돌봄 부담($r=.547, p<.001$) 및 돌봄 스트레스($r=.563, p<.001$)와 통계적으로 유의한 정(+)적 상관관계를 보였고, 돌봄 부담과 돌봄 스트레스 간에도 통계적으로 유의미한 정(+)적 상관관계가 나타났다($r=.622, p<.001$). 상관관계의 절대 값이 0.7 미만으로 나타나 다중공선성 문제가 낮은 것으로 판단하였다.

Table 5. Correlation Analysis Between Variables (n=200)

Variable	1	2	3
1.Care Burden	1		
2.Care Stress	.622***	1	
3.Depression	.547***	.563***	1

*** $p < .001$

V. Analysis Results

본 연구는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담이 우울에 미치는 관계에서 돌봄 스트레스의 매개효과를 검증하기 위해 <Table 6>과 <Table 7>과 같이 연구 모형 1과 연구 모형 2로 나누어 위계적 회귀 분석을 수행하였다. <Table 6>에서는 돌봄 부담을 독립 변수로, 돌봄 스트레스를 매개 변수로 설정하여 영향을 분석하였다. 이후 돌봄 스트레스의 매개 효과 분석을 위해 <Table 7>과 같이 돌봄 부담과 돌봄 스트레스를 독립 변수로 하고 우울을 종속 변수로 설정한 모형에서 변수 간 영향 관계를 분석하였다. 연구모형 1에서는 인구통계학적 요인 중 주관적 건강 상태($\beta=-.202, p<.05$)가 통계적으로 유의한 영향을 미쳤으며, 독립변수인 돌봄 부담이 돌봄 스트레스에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미쳤다. 연구모형 1의 설명력은 44.2%로 나타났으며($F=18.905, p<.001$), 따라서 "발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 돌봄 스트레스에 영향을 미칠 것이다."라는 연구가설(H2)은 채택되었다.

Table 6. Regression Analysis of the Effect of Care Burden on Care Stress (n=200)

Variable	B	β	S.E	t	LLCI	ULCI
Cconstant	2.227		.572	3.893	1.097	3.356
Care Burden	.649	.584	.070	9.244***	.510	.787
Gender	.036	.021	.100	.358	-.162	.234
Parental Age	-.007	-.063	.008	-.832	-.023	.009
Adult Child's Age	-.003	-.028	.008	-.378	-.019	.013
Health Status	-.202	-.166	.080	-2.509*	-.360	-.043
Economic Status	-.083	-.049	.105	-.784	-.291	.125
Adult Child's ADL	-.044	-.046	.063	-.698	-.169	.081

R=.665, R²=.442, F=18.905***

* p<.05, *** p<.001

1) ref. male

연구모형 2에서는 우울을 종속변수로 하고, 돌봄 부담과 돌봄 스트레스를 독립변수로 설정하여 분석하였다. 그 결과, 성별에서 남성보다 여성의 우울이 높은 것으로 나타났다($\beta=.136, p<.05$). 독립변수로 투입된 돌봄 부담은 우울을 증가시키는 요인으로 나타났고($\beta=.269, p<.01$), 돌봄 스트레스 또한 우울을 증가시키는 요인으로 확인되었다($\beta=.357, p<.001$). 따라서 “발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 우울에 영향을 미칠 것이다”라는 연구가설(H1)과 “발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 스트레스는 우울에 영향을 미칠 것이다”라는 연구가설(H3)이 채택되었다. 연구모형 2의 설명력은 39.6%로 나타났다($F=13.609, p<.001$).

Table 7. Regression Analysis of the Effects of Care Burden and Care Stress on Depression (n=200)

Variable	B	β	S.E	t	LLCI	ULCI
Constant	.421		.436	.955	-.440	1.282
Care Burden	.029	.269	.063	3.317**	.085	.333
Care Stress	.250	.357	.056	4.423***	.138	.361
Gender	.159	.136	.073	2.174*	.015	.304
Parental Age	-.002	-.029	.006	-.374	-.014	.010
Adult Child's Age	-.001	-.008	.006	-.105	-.012	.011
Health Status	-.091	-.107	.060	-1.521	-.209	.027
Economic Status	.045	.039	.077	.556	-.107	.198
Adult Child's ADL	-.038	-.057	.046	.407	-.129	.053

R=.629, R²=.396, F=13.609***

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

1) ref. male

<Table 6>와 <Table 7>과 같이 경로 간 영향 관계와 통계적 유의성을 확인한 후, 매개효과 분해와 간접효과와 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. 분석 결과, 총 효과는 .477이었고, 직접효과는 .269, 간접효과는 .208로 나타났다. 이는 돌봄 스트레스가 돌봄 부담과 우울의 관계를 부분 매개한다는 것을 의미한다. 부트스트래핑 결과, 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 매개효과와 통계적 유의성이 확인되었다. 따라서 “발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 돌봄 스트레스를 매개로 우울에 영향을 미칠 것이다”라는 연구가설(H4)은 채택되었다.

Table 8. Mediating Effect Decomposition

(n=200)

Effect	B	β	Boot se	Indirect confidence intervals	
				Boot LLCI	Boot ULCI
Total effect	.371	.477	.054	.264	.477
Direct effect	.209	.269	.063	.085	.333
Indirect effect	.162	.208	.053	.119	.330

VI. Conclusions

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담이 우울을 증가시키는 것으로 확인되었다. 이는 발달장애 성인 자녀의 평생 돌봄에 대한 누적된 심리적 소진과 신체적 노화에 따른 복합적 상황으로 인한 심리적, 신체적, 경제적 부담으로 지속적 돌봄 제공이 어려운 상황에서 느끼는 무력감, 절망감 등 우울을 증가시킨다고 주장한 Park 등, Choi, Shin과 Kim, Hwang 등, Parl 등의 선행연구를 지지한다. 침울한 기분, 의욕 저하, 활동력 감소 등이 지속되는 상태를 개선하려면 우울을 발생시키는 환경으로부터 분리와 인지적 재구조화가 필요하다[3]. 즉, 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 심리적 탄력성 회복을 위한 지원이 필요하다. 예컨대 Lee 등, Park 등 선행연구에서 밝힌 바와 같이 돌봄 부담과 우울의 부정적 관계는 외적 지원을 통해 완충될 수 있기 때문에 전문적 상담과 돌봄휴가 등 지원이 제공되어야 한다. 따라서 장기간 발달장애 성인 자녀 돌봄으로 소진된 부모의 심리적, 정서적 회복지원을 위한 심리지원 바우처 서비스를 적용하는 등 구체적인 지원들이 모색되어야 한다.

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 스트레스를 증가시키는 것으로 입증되었다. 이는 돌봄 제공자

로서 역할기대를 충족하지 못한다는 좌절감이 부모의 심리적 부담으로 작용하고 정서적·심리적 균형 상태를 위협하여 스트레스를 유발한다는 Yoo와 Kahng, Choi, Kim, Shin의 기존 연구 결과를 뒷받침하는 결과로 해석된다. 따라서 발달장애 성인 자녀 돌봄 부담 경감을 위한 장애인 평생학습센터 등 공적 돌봄 서비스를 확대할 필요가 있다. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 돌봄 부담은 자녀의 일상생활 수행 능력이라는 객관적 상황 인식에서 출발한다[7]. 이러한 객관적 상황 인식 개선을 위해 평생학습센터, 자립생활지원(IL)센터 확대 설치와 운영을 통한 발달장애인의 일상생활 수행 능력이 향상되도록 지원해야 한다. 더불어 노화로 돌봄수행이 어려워지는 부모의 돌봄 스트레스 감소를 위해 자립생활지원 사업을 통해 장기적인 측면에서 장애인의 자립계획을 수립하고 이행할 수 있도록 지원할 필요가 있다.

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 스트레스는 우울을 증가시키는 것으로 나타났다. 이는 평생 돌봄 걱정이라는 심리적 스트레스가 우울을 증가시킨다고 주장한 Yoo와 Kahng, Kim, Lee와 Park, Park 등의 선행연구를 뒷받침하는 결과로 해석된다. 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 스트레스는 심리적, 신체적, 정서적 측면 등 다차원적으로 발생한다. Pearlin 등의 스트레스 과정모델에 따르면 스트레스 원인 객관적 상황에 변화를 주는 것이 완충효과를 나타낸다고 설명한다[3]. 따라서 발달장애 자녀의 돌봄에 따른 경제활동 참여가 어려워 노후 소득보장 준비가 되지 않은 주 양육자의 돌봄노동을 인정하고 공적 연금제도와 연계하여 추가납부 적용과 연금 납부 지원을 통해 돌봄으로 인한 경제적 스트레스를 감소시킬 필요가 있다. 더불어 부모는 자신 죽음 이후 자녀의 독립생활을 걱정하고 이에 대한 정서적 스트레스가 크다[4]. 따라서 장애인의 자립준비 계획을 통한 자립과 공공후견제도의 확대를 통한 자립생활 지원의 체계를 견고하게 해야 할 것이다. 이러한 객관적이고 주관적 측면에서 스트레스 상황의 개선을 통해 심각한 우울로 진행되지 않도록 해야 할 것이다.

발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 우울은 돌봄 부담과 돌봄 스트레스가 인원이 되어 나타나는 문제로 확인되었다. 이는 성인이 되어서도 부모의 돌봄이 필요한 발달장애 특성에 기인한 결과로 볼 수 있다. 따라서 부모의 돌봄 부담을 최소화할 수 있는 공적체계 마련과 더불어 부모 사후 발달장애 자녀가 온전히 삶을 살아갈 수 있도록 지원하는 공적 돌봄체계 마련이 시급하다. 현재 시행하고 있는 발달장애인 주간활동서비스를 확대 강화하도록 노력해야 한다. 무엇보다 현재 65세 이후 서비스 이용이 제한되는

문제에 대한 개선이 필요하다. 더불어 직업훈련, 사회적응 훈련, 건강관리, 창의적 여가활동에 초점을 둔 주간활동을 보다 확대하여 디지털 정보화 사회에 맞는 디지털 기반 주간활동으로 확대할 필요가 있다. 디지털 리터러시 역량 강화교육, 정보접근성 향상 교육, 온라인 교육콘텐츠 개발 등 구체적 실천 목표를 제시하고 이를 실행할 수 있도록 제도개선이 필요하다.

본 연구에서는 발달장애 성인 자녀를 돌보는 부모의 스트레스가 돌봄 부담과 우울 간 관계에서 간접적으로 매개한다고 확인되었다. 이는 기존 연구의 단선적인 분석을 보완한 점에서 학문적 의의가 있다. 또한, 돌봄 제공자의 스트레스 관리의 중요성을 환기하였다는 데 의의가 있다.

REFERENCES

- [1] Ministry of Health and Welfare. "2023 Statistics on the Status of Registered Persons with Disabilities". 2023.
- [2] Park, S. K., Bae, J. P., Han, S. E. and Kim, S. M. "Care Strain and Depression Among Mothers Of Developmental Disabilities Children: The Role Of Resilience As a Moderator," *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 18, No. 12, pp. 579-594, 2018. DOI : 10.5392/JKCA.2018.18.12.579
- [3] Yoo, C. M. and Kahng, S. K. "Testing the Caregiving Stress Process Model among Older Parents Caring for Children with Developmental Disabilities," *Journal of Disability and Welfare*, Vol. 28, pp. 29-48, 2015. DOI : 10.22779/kadw.2015.28.29
- [4] The Korea Employment Development Institute for the Disabled, "2023 Survey of Developmental Disabilities and Life Survey," *The Korea Employment Development Institute for the Disabled*, 2023.
- [5] Pruchno, R. A. and Meeks, S. "Health-related stress, affect, and depressive symptoms experienced by caregiving mothers of adults with a developmental disability," *Psychology and Aging*, Vol. 19, No. 3, pp. 394-401, 2004.
- [6] Choi, H. K. "The Effect of Caregiving Burden and Social Support on the Depression Level of Parents Caring For Adult Children with Developmental Disability," *Journal of Social Science*, Vol. 21, No. 2, pp. 243-263, 2010. DOI : 10.16881/jss.2010.04.21.2.243
- [7] Pearlin, L. I., Mullan, J. T., Semple, S. J. and Skaff, M. M. "Caregiving and the stress process: An overview of concepts and their measures," *The Gerontologist*, Vol. 30, No. 5, pp. 583-594, 1990. DOI : 10.1093/geront/30.5.583
- [8] Kim, G. E. "Depression in the Elderly Mothers of Adults with Intellectual Disability : The Moderating Effect of Family Relationship", *Mental Health & Social Work*, Vol. 38, 237-259, 2011.
- [9] Lee, O. N. and Park, K. A. "The Mediating Effect of Social Support

- on the Relationship between Parental Stress and Depression Among Parents of Children with a Disability,” *Journal of Korea Entertainment Industry Association*, Vol. 14, No. 4, pp. 411-419, 2020. DOI : 10.21184/jkeia.2020.6.14.4.411
- [10] Boo, K. H., Gong, H. J. and Park, S. J. “The Relationship between Care Burden and Quality of Life of Mothers Caring for Adult Children with Developmental Disabilities: The Mediating and the Moderating Roles of Depression,” *The Journal of the Korean Association on Developmental Disabilities*, Vol. 25, No. 3, pp. 249-271, 2021. DOI : 10.34262/kadd.2021.25.3.271
- [11] Lee, Y. H., Kim, D. K. and Choi, O. H. “The Effect on the Depression of Family Cohesion of the Mother with a Handicapped Child: Focusing on the Mediating Effects of Care Burden,” *Social Science Research*, Vol. 23, No. 1, pp. 159-180, 2016.
- [12] Kim, Y. H. and Ju, Y. K. “Analysis on the Characteristics of and Structural Relationship between Irrational Belief, Depression and Anxiety Consciousness of Parents of Children with Developmental Disabilities,” *Korean Journal of Special Education*, Vol. 48, No. 4, pp. 201-222. 2014.
- [13] Shim, S. S. and Kim, S. C. “A Study on the factors affecting in care stress of parents of adult with Autism disabilities,” *Journal of Community Welfare*, Vol. 47, pp. 307-327. 2013.
- [14] Hwang, S. Y., Sung, J. M. and Lee, E. B. “The relationship between subjective care burden and depression of mothers of children with developmental disabilities : Focusing on the mediating role of leisure satisfaction,” *Disability & Social Welfare*, Vol. 14, No. 1, pp. 94-126. 2023. DOI : 10.36064/koddi.2023.14.1.004
- [15] Park, S. K., Bae, J. P., Han, S. E. and Kim, S. M. “Care Strain and Depression Among Mothers Of Developmental Disabilities Children: The Role Of Resilience As a Moderator,” *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 18, No. 12, pp. 579-594, 2018. DOI : 10.5392/JKCA.2018.18.12.579
- [16] National Institute of the Korean Language, *Standard Korean Language Dictionary*. 2025.
- [17] Brannan, A. M., Heflinger, C. A. and Bickman, L. “The Caregiver Strain Questionnaire: Measuring the impact on the family of living with a child with serious emotional disturbance,” *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, Vol. 5, No. 4, pp. 212-222, 1997. DOI :10.1177/1063426697005004
- [18] Kim, J. Y., Park, S. K., Choi, Y. I. and Kim, D. H. “The Influence of Parenting Burden on Child Abuse among Mother Raising Children with Developmental Disabilities: The Multiple Additive Moderating Effect of Usefulness of Family Support Services and The Level of Future Planning,” *Journal of Disability and Welfare*, Vol. 62, No. 62, pp. 237-258, 2023. DOI : 10.22779/kadw.2023.62.62.237
- [19] Greene, J. G., Smith, R., Gardiner, M., and Timbury, G. C. “Measuring behavioural disturbance of elderly demented patients in the community and its effects on relatives:a factor analytic study,” *Age and Ageing*, Vol. 11, No. 2, pp. 121-126, 1982. DOI : 10.1093/ageing/11.2.121
- [20] Kim, S. A. and Koh, E. Y. “The Impact of Caregiving Stress on Life Satisfaction of Mothers of Children with Developmental Disabilities : The Differential Mediating Effects of Bi-factorial Self-compassion,” *Asian Journal of Education*, Vol. 20, No. 1, pp. 271-299, 2019. DOI : 10.15753/aje.2019.03.20.1.271
- [21] Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., Patient Health Questionnaire Primary Care Study Group. & Patient Health Questionnaire Primary Care Study Group. “Validation and utility of a self-report version of PRIME-MD: the PHQ primary care study”, *JAMA* Vol. 282, No. 18, pp. 1737-1744, 1999. DOI : 10.1001/jama.282.18.1737
- [22] Park, S. J., Choi, H. R., Choi, J. H., Kim, G. W. and Hong, J. P. “Reliability and Validity of the Korean Version of the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9),” *Anxiety and Mood*, Vol. 6, No. 2, pp. 119-124, 2010.
- [23] Kline, R. B. “Principles and practice of structural equation modeling”. Guilford publications. 2023.

Authors



Jun-su Kim Received the Ph.D. degrees in Social Welfare department of Jeonbuk National University, in 2019. Dr. Kim joined the faculty of the Department of Social Welfare at Seowon University, Chungbuk,

Korea, in 2022. The main interesting fields are Social work practice and Social welfare administration, Community organization, Elderly welfare, Program development and evaluation.



Woo-hong Cho Received the Ph.D. degrees in Social Welfare department of Chosun University, in 2007. Dr. Cho joined the faculty of the Department of Social Welfare at Seowon University, Chungbuk, Korea, in

2014. The main interesting fields are social welfare and social welfare policy, social welfare administration, elderly welfare, community welfare.