

# 어린 두 자녀를 둔 3교대 간호사의 양육 갈등 경험: 현상학적 연구

김증임<sup>1</sup> · 염정원<sup>2</sup> · 박선경<sup>2</sup> · 정현희<sup>2</sup> · 민엄주<sup>2</sup> · 박선화<sup>2</sup> · 이정미<sup>2</sup> · 염영선<sup>2</sup>

순천향대학교 의과대학 간호학과 교수<sup>1</sup>, 순천향대학교 간호학과 대학원생<sup>2</sup>

## Experience of Conflict in Three Shift Nurses Rearing more than Two Kids: Phenomenological Study

Kim, Jeung-Im<sup>1</sup> · Yeom, Jeong Won<sup>2</sup> · Park, Sun-Kyung<sup>2</sup> · Jeong, Hyun-Hee<sup>2</sup> · Min, Uhm-Joo<sup>2</sup> ·  
Park, Sun Hwa<sup>2</sup> · Lee, Jung-Mi<sup>2</sup> · Yeom, Young-Sun<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Professor, School of Nursing, Soonchunhyang University, Cheonan

<sup>2</sup>Graduate Student, School of Nursing, Soonchunhyang University, Cheonan, Korea

**Purpose:** To understand the essentials of rearing conflict experience by three shift nurses in advanced general hospitals. **Methods:** The design was a qualitative research of phenomenology. Participants were 7 shift nurses working in advanced general hospitals who were rearing young children. Data were collected individually through in-depth interview on their life experiences. Data were analyzed by Colaizzi's phenomenological methodology. **Results:** Eighteen themes were drawn from 256 meaningful experiences and these themes were integrated to six theme clusters. The most influencing themes were 'Regret that I cannot satisfy even the slightest wish', 'Fail to care for kids', and 'Mutual feeling to care giver between appreciation and inconvenience'. Other themes were as follows: 'Body and mind are broken', 'The need for a three-shift system to support nurses who are rearing children', 'Doing my best for work and child rearing'. **Conclusion:** The nature of three-shift nurses working in advanced hospital and caring kids is explained as 'lives with conflict' between work and home. This study suggests it is necessary to establish a 24-hour care center for 3-shift nurses to keep working while rearing their children.

**Key Words:** Shift work schedule, Nurses, Hospitals, General, Emotions, Qualitative research

### 서론

#### 1. 연구의 필요성

2016년 여성의 고용률은 49.9%로 2010년(47.8%)과 2013년(48.8%)보다 더 증가하였다[1]. 여성은 자신의 직업을 통해 자아실현의 욕구를 충족시키고 경제적으로도 독립된 생활을 추

구한다. 여성은 결혼과 동시에 직장가사와 병행하게 되고, 또 자녀를 갖게 된 후에는 어머니로서 주 양육자의 역할을 담당하게 되므로 삼중고를 경험한다[2].

최근 몇 년 동안 우리나라 학부모들의 교육열은 과거보다 훨씬 더 높아졌고, 양육환경이나 양육에 관련된 정보가 다양해지고 급격히 변화되면서 이에 적절히 대응하지 못하는 어머니들은 부모 역할을 제대로 수행하지 못한다는 부담감으로 양육 스

**주요어:** 어린이, 교대근무스케줄, 간호사, 종합병원, 질적 연구

**Corresponding author:** Yeom, Young-Sun

School of Nursing, Soonchunhyang University, 31 Soonchunhyang 6-gil, Dongnam-gu, Cheonan 31151, Korea.

Tel: +82-41-570-2493, Fax: +82-41-570-2498, E-mail: dudtjs5454@naver.com

- 이 연구는 순천향대학교 연구지원을 받아 수행되었음.

- This study was supported by Soonchunhyang University Research Fund.

Received: Jun 17, 2018 / Revised: Aug 17, 2018 / Accepted: Aug 29, 2018

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

트레스가 증가한다. 양육 스트레스는 간호사직에서 다른 직종의 취업모보다 높게 나타났는데, 이는 간호사의 직업적 특성, 교대근무와 관련이 있다[3]. 또한, 동일 직종 내 여성이 차지하는 비율을 보면 여성 간호사(96.0%)가 초등학교 여교사(76.9%), 여성 약사(63.8%), 여성 공무원(43.9%)보다 훨씬 높은 비율을 차지한다[1].

한편, 6세 이하의 어린 자녀는 감각적 경험과 운동 활동을 통하여 사물을 이해하고, 외부 환경에 반응하기 때문에 지속적인 관심이 필요하다. 또 자율성과 독립심이 발달함으로써 주변 환경에 대한 적극적인 탐색과 학습을 시도하는데, 위험에 대한 경험이나 판단이 미숙하여 사고의 위험이 크기 때문에 부모의 역할에 대한 부담감을 증가시킨다[4]. 특히 어린 자녀에 대한 양육은 자녀수에 따라 어려움 정도가 달라진다. 일 연구에 의하면 2명 이상의 자녀를 둔 어머니가 외동이를 둔 어머니보다 양육 스트레스가 높았다[5].

최근 영유아보육법 제14조[6]의 실시를 강화하면서 직장어린이집 수가 늘어나고 있지만[7] 불규칙한 근무시간인 사람과 3교대 근무를 하는 사람은 아이를 돌볼 양육시설을 찾기 어려워[8] 양육 스트레스, 죄책감을 느끼며, 직장생활을 지속할 수 없는 어려움을 겪기도 한다[9]. 특히 3교대 근무 간호사는 새벽 6시 출근 혹은 밤 11시 퇴근과 같은 근무시간의 특성상 어린이집 운영 시간에 자녀를 맡기기 어려움을 느낀다. 결혼, 임신, 출산, 자녀 양육 등은 정상적인 삶이지만 일과 가정을 양립하기에 어려움이 있을 때 사직을 고려하게 된다[10].

한편 3교대 간호사의 양육에 대한 어려움은 몇몇 연구를 통해 알 수 있다[4,11,12]. 그러나 취업모 연구는 간호사가 1명이고 자녀수도 1명인 연구이거나, 참여자의 자녀가 아동기와 청소년기였기 때문에 2명 이상의 어린 자녀를 둔 3교대 간호사의 양육 경험을 반영하기에는 한계가 있다. 또한, 3교대 간호사의 자녀 양육 체험연구는 ‘첫 임신하게 된 이야기를 해주세요’, ‘분만할 때는 어떠셨나요?’와 같이 임신과 분만에 중점을 두었고, 연구결과는 ‘일하면서 아기와 대화로 태교를 대신함’, ‘엄마 때문에 태아가 해를 입을까 두려워함’, ‘내 몸에서 아기의 존재를 느낌’, ‘임신에 밤 근무로 고통스러움’ 등으로[11] 출산 후 양육보다는 출산 전의 경험에 초점을 두고 있었다.

이에 본 연구에서는 중증도가 높은 환자를 대상으로 하는 상급종합병원에 근무하는 간호사 중 3교대 근무를 하면서 둘 이상의 어린 자녀를 둔 간호사를 대상으로 양육을 하면서 경험하는 갈등이 무엇인지를 심층적으로 파악하였다. 즉 상급종합병원에 근무하는 3교대 간호사들의 양육 경험에서 찾아볼 수 있는 구조와 의미를 파악하여 중재방안의 기초자료를 마련하고

자 본 연구를 시도하였다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 상급종합병원 3교대 간호사가 어린 자녀 양육과 일을 병행하면서 경험한 체험의 구조와 의미를 총체적이고 심층적으로 이해하는 것이다. 이 결과는 궁극적으로 3교대 간호사에게 적합한 양육환경을 만들어가는 기초자료로 유용할 것으로 기대한다.

## 연구 방법

### 1. 연구설계

본 연구는 질적 연구설계이다. 콜레지[13]의 현상학적 연구 방법을 이용하여 상급종합병원에서 3교대 간호사로서 두 명 이상의 어린 자녀의 양육을 병행하면서 겪은 갈등 경험에 대한 구조와 의미를 탐구하고자 하였다. 콜레지 방법은 개인의 속성보다는 연구참여자 전체에게 나타나는 공통적인 속성을 이끌어내는데 초점을 둔다[14]. 본 연구에서는 일과 양육을 병행하면서 겪는 갈등 경험에 대한 구조와 의미를 파악하고자 하는 본 연구의 목적에 가장 적합한 방법이라 할 수 있다.

### 2. 연구참여자

본 연구의 중심은 상급종합병원에서 3교대 근무를 하며 면담 당시 두 명 이상의 어린 자녀를 둔 간호사이다. 대상자 선정은 자녀 양육의 경험을 잘 표현할 수 있는 참여자를 의도적으로 표본 추출하여 참여자를 선정하였다[14]. 연구대상자 선정기준은 상급종합병원에서 5년 이상 근무를 한 3교대 근무 간호사로서, 6세 이하 자녀가 두 명 이상이고, 부부가 맞벌이 근무를 하며 본 연구에 대한 설명을 듣고 녹음과 필사 사실을 알고 참여에 동의한 자이다. 임상경력 5년 이상을 기준으로 한 이유는 병원 근무 후 업무의 숙련도가 몸에 익혀진 간호사로 2명 이상의 자녀를 출산하는 기간을 고려하였다.

근무형태에 따른 양육 경험의 차이를 배제하기 위하여 낮 근무 간호사와 2교대 근무 간호사, 남자 간호사, 선천성 질환이나 37주 이전 출생한 자녀를 둔 간호사는 제외하였다. 또 초등학교는 혼자서 등하교를 하므로 학령 전 어린이의 양육과는 관련이 달라 초등자녀만 있는 간호사는 대상에서 제외하였다.

### 3. 자료수집

자료수집은 2017년 10월 17일부터 2018년 2월까지 이루어졌다. 본 연구에 적합한 참여자는 편의추출을 하였다. 동료 간호사에게 연구의 취지를 설명하여 참여자를 소개받았다. 연구자는 1명을 먼저 면담한 자료를 가져오면 함께 모여 분석을 하고 다음 참여자에게 어떤 질문을 더 할지를 논의하였다. 1주 후에 2명의 연구자가 각각 1명씩을 면담한 후 다시 분석하는 방식으로 면담-분석-면담을 하였다. 자료수집을 위한 심층 면담은 조용하고 부드러운 분위기에서 이루어졌고, 참여자가 원하는 시간과 장소에서 실시하였다. 한 사람당 1회씩 면담을 하였으며 추가면담이 필요한 경우 2회 면담을 하였다. 면담은 연구자 1인과 참여자 1인으로 1:1 면담을 하였다. 연구자는 면담 전 신뢰 관계를 형성하여 심층면담이 잘 이루어질 수 있도록 준비하여 면담을 진행하였다. 면담 시작 전에 목적을 설명하고, 비밀이 보장되므로 편안하게 말하도록 안내하였다. 면담 동안 녹음이 이뤄짐을 설명하고, 면담내용은 모두 녹음하였다. 연구에 대한 설명과 함께 연구 동의서에 서명을 받았으며, 소정의 감사 물품을 제공할 것임을 미리 알렸다. 매번 면담을 마친 후 녹음 내용은 필사하고, 연구단계별 추진 일정표에 따라 매주 1회 공동 연구자들과 함께 선행연구 분석, 인터뷰 내용 분석, 결과도출, 결과논의 및 해석을 위해 여러 차례 회의를 거쳤다. 면담 후 필사한 내용 중 의미를 충분히 파악하지 못한 부분은 추가면담을 하였다. 면담자료의 분석을 하면서 새로운 주제가 나오지 않았을 때 자료가 포화된 것으로 판단하여 참가자의 추가 모집을 중단하였다.

면담은 개방형 질문으로 상급종합병원에서 3교대 간호사의 자녀 양육갈등 경험의 구조와 의미를 파악하기 위해 주 질문과 부가 질문을 준비하여 면담하였으며, 1회 면담시간은 1~2시간 정도 걸렸다.

- 주 질문은 “3교대 근무를 하면서 두 명 이상의 어린 자녀를 돌본 경험을 이야기해주시겠습니까?”이다.
- 부가 질문은 “3교대 근무를 하는 것이 자녀 양육에 어떤 영향을 주는지요?”, “자녀를 돌보는 분과 관계는 어떠한가요?”, “자녀를 양육하면서 직장을 그만둘 생각을 하였다면 어떤 상황이 있었나요?”, “3교대 근무를 하면서 두 자녀를 키우는 간호사들에게 필요한 것이 있다면 어떤 것이 있을까요?”, “자녀를 양육하면서 걱정되는 것이 있다면 이야기해주세요요”이다.

참여자가 편안하게 이야기할 수 있도록 경청하면서 참여자 스스로 경험을 이야기할 수 있도록 유도하였다. 마지막 질문

이라는 것을 알려주어 참여자도 시간 관리를 할 수 있도록 배려하였으며, 종결단계에서 더 하고 싶은 이야기가 있는지 확인하였다.

### 4. 자료분석

본 연구는 현상학적 접근방법 중 참여자로부터 기술된 내용에서 명확한 의미를 찾고 현상의 본질을 정확하게 진술하도록 하는 콜레지 방법[13]을 적용하였다.

첫 번째 단계는 연구자료 전체를 검토하여 전반적인 느낌을 얻었다. 이 과정에서 3교대 간호사의 자녀 양육 경험에 대한 느낌을 이해하기 위하여 심층 면접 후 녹음해 온 내용을 여러 차례에 걸쳐 들으면서 대상자의 진술 그대로를 글로 옮겨 기술하였으며, 진행 과정 시 필사본을 반복적으로 읽어 참여자들의 경험에 대한 전체적인 느낌을 얻었다.

두 번째 단계는 3교대 간호사의 양육 현상을 포함하는 유의미한 진술과 구절을 구별하였다. 참여자들 간의 반복적으로 진술되는 내용, 강조되는 내용, 연구자들이 판단하기에 연구참여자의 돌봄 경험의 본질적인 의미를 나타내고 있다고 판단되는 내용에 밑줄을 그었다.

세 번째 단계는 의미형성단계로 3교대 간호사의 양육 경험의 중요 진술들을 읽고 논의하면서 연구자의 언어로 표현하였다.

네 번째 단계는 위의 세 단계의 작업을 한 차례 더 반복하면서 모든 참여자의 공통 주제와 양육경험의 의미들을 ‘주제 묶음(clusters of themes)’으로 정리하였다. 의미들을 통해 주어진 것을 토대로 그들과 더불어 주어지는 주제들을 파악하였고 주제와 주제가 도출된 인터뷰 내용을 전지에 붙여 분류하고 타당성을 검토하기 위해서 연구자료를 보면서 더 적절한 주제로 수정하였다.

다섯 번째 단계는 양육 경험에 대한 ‘포괄적인 기술’을 하였다.

여섯 번째 단계는 3교대 간호사의 양육 경험에 대한 포괄적인 기술을 연구주제로 독자가 이해할 수 있도록 명료한 진술로 바꾸는 작업을 하였다.

마지막으로 연구참여자의 형편을 고려하여 참여자가 근무하는 병원 내 회의실 혹은 세미나실에서 연구결과를 설명하고 주제 묶음이 연구참여자의 경험을 올바르게 기술되었는지 등 본 연구결과와 타당성을 검토하였다. 이 과정에서 죄의식 유무를 가지고 오래 논의를 하였고, 한 개인의 경험보다는 나머지 참여자의 경험이 죄의식을 항상 느낀다고 하여 연구결과에 반영하였다.

## 5. 연구의 엄밀성 확보

본 연구의 질과 신뢰성을 확보하기 위하여 연구자들은 대학원 박사과정에서 질적 연구방법론을 한 학기 동안 수강하였으며, 질적 연구 워크숍에 1회 이상 참여하여 면담기법과 질적 자료를 분석하는 방법을 훈련하면서 연구를 수행하기 위한 연구자 준비를 하였다. 연구책임자는 질적간호연구학회의 평생회원으로서 세미나와 학술대회에 참석하여왔다.

또한, 연구의 질을 검증하고 타당성과 신뢰성을 높이기 위해 Guba와 Lincoln [15]의 사실적 가치, 적용성, 감사가능성, 중립성을 평가의 기준으로 삼아 연구의 엄밀성을 확보하였다 [14]. 첫째, 참여자들의 생각과 실재를 반영하기 위해 참여자들의 표현을 ‘있는 그대로’ 수집하였다. 분석과 해석의 신뢰성(credibility)을 위해서 콜레지[13]가 제시하는 분석방법과 전략을 따랐으며, 총 7단계를 걸쳐 자료수집을 진행하였다. 참여자 2와 참여자 3과 면담하여 주제와 소주제를 함께 읽으면서 참여자 진술과 일치하는지를 확인하는 과정을 통해 도출한 주제를 더 구체화하고 명확하게 수정하였다. 이를 통해 도출된 자료를 연구자들이 다시 읽고 중요한 의미를 모아 이름 짓기를 하였고, 원자료를 읽으면서 다시 그 주제가 맞는지를 살피는 순환적인 검토를 수차례 실시하여 신뢰성을 높일 수 있었다.

둘째, 3교대 간호사의 양육갈등에 대한 새로운 자료가 나오지 않을 때까지 자료를 포화시켰다. 참여자 한 사람을 면담한 후 면담내용을 바로 필사하여 연구자들이 그 진술을 충분히 공유하여 다음 참여자의 면담을 할 때 반복적이고 공통적인 경험들을 찾고자 노력함으로써 적용 가능성을 높이하고자 하였다.

셋째, 감사가능성의 확립을 위해 연구설계에 대한 구체적인 기술, 연구참여자에 대한 접근, 연구참여자 선정방법, 자료수집절차 등에 대한 설명을 연구자들끼리 공유하였다. 연구자의 분석이나 해석을 독자가 검증할 수 있도록 연구참여자의 말을 직접 인용하였다.

넷째, 중립성은 연구결과가 중립적으로 편견이 없음을 나타내는 것으로, 본 연구에서는 연구참여자들의 경험과 견해를 최대한 반영하고자 연구자의 선입견을 최소화할 수 있도록 노력하였으며, 동시에 자료 및 분석의 신뢰성과 적합성, 일관성을 확립하였기에 중립적인 결과를 도출하였다고 볼 수 있다.

## 6. 윤리적 고려

본 연구는 연구참여자 보호를 위하여 연구수행 전에 연구계획서에 대한 순천향대학교 기관생명윤리위원회(Institutional

Review Board, IRB)의 승인(NO.: 1040875-201709-SB-041)을 받은 후 진행하였다. 연구자는 면담을 시작하기 전에 참여자와 직접 만나 연구자의 신분과 연락처, 연구 제목, 연구목적과 절차를 서면으로 제시하며 충분히 설명하여 자의적으로 동의를 받고 자료를 수집하였으며 모든 사항은 익명으로 처리하였다. 동의내용에는 면담은 녹음될 것이며, 면담내용은 연구 이외의 다른 용도로는 사용되지 않을 것이며 연구가 종료된 후 자료는 폐기될 것 등을 설명하였다. 참여자는 면담 진행 중 언제든지 면담을 중단하거나 참여를 철회할 수 있다는 것을 설명하였다.

## 연구 결과

총 7명의 3교대 간호사가 참여하였으며 면담 당시 평균 연령은 36.3세로 최저 32세에서 최고 39세이었다. 임상 근무경력은 평균 13.0년이고 최저 10년 최고 16년이었다. 참여자의 배우자 연령은 평균 39.4세(33~45세)이고, 참여자는 모두 두 명의 어린 자녀가 있었다. 자녀 연령은 평균 3.8세이었으며 참여자 2명은 6세 이하의 어린 자녀 외에 초등학교에 다니는 자녀가 각각 1명씩 있었다. 아기 돌보미의 평균 연령은 60.8세(도우미 포함) 외부도우미를 제외하면 평균 64.4세로 노부모님이 돌보고 있었다. 7명의 참여자 중 참여자와 함께 거주하는 아기 돌보미는 3명이었다(Table 1).

콜레지[13]의 현상학적 분석방법으로 자료를 분석한 결과 18개의 주제가 도출되었으며, 이들은 다시 보다 추상적이고 포괄적인 의미를 지니는 6개의 주제 모음으로 통합되었다(Table 2).

### 주제모음 1. 아이의 소소한 바람조차 채워줄 수 없는 안타까움

참여자들은 교대근무로 인해 아이의 바람을 채워 줄 수 없는 상황에 대해 안타까움을 가지고 있었다. 아이의 일상과 어긋나 버리는 교대근무 생활로 인해 아이들에게 영향이 미치지 않을까 하는 걱정으로 아이들에게 미안한 마음을 가지고 있었다. 낮 근무 때 아이가 잠든 상태에서 출근해야 하는 상황과 아이가 일어났을 때 엄마가 없는 상황에서 아이가 받을 상처에 대해 안타까움을 느끼고 있었다.

#### 1) 아이의 일상과 어긋난 생활

참여자들은 3교대 근무라는 불규칙적 생활 리듬 속에서 아이들과 규칙적인 활동을 같이할 수 없었고 다음 날 새벽 출근을



**Table 1.** Characteristics of Participants

ID	Subjects		Spouse	Children		Surrogate care giver		
	Age (year)	Work experience (year)	Age (year)	Age (year)	Sex	Age (year)	Relationship with subject	Living together
1	39	16	41	6 3	Boy Girl	68	Mother-in-law	Yes
2	37	15	45	7 4 1	Girl Girl Girl	68	Mother-in-law	Yes
3	39	16	43	5 4	Boy Girl	62	Babysitter	No
4	32	10	34	5 1	Boy Boy	42	Babysitter	No
5	35	10	33	4 1	Boy Girl	58	Mother-in-law	No
6	35	11	38	6 4	Boy Girl	55	Mother	No
7	37	13	42	9 6 4	Boy Girl Girl	73	Mother-in-law	Yes

**Table 2.** Process of Themes, Theme Clusters from Significant Statements of Rearing Experiences among 3 Shift Nurses

Theme clusters	Themes
Regret that can not satisfy even the slightest wish	<ul style="list-style-type: none"> <li>· A life that is different from a child's daily life</li> <li>· A life that irritates and regrets children</li> <li>· Three meals a day, even if you give up the nutrition</li> <li>· A mother who can not bear the pain of a child</li> </ul>
Fail to care of two kids	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Difficulty in caring for two different children</li> <li>· Difficulty in forming attachment with children</li> <li>· I can not cope with a child who is looking for a mother with a long neck</li> </ul>
Mutual feeling to care giver between appreciation and inconvenience	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Life always confronts with family</li> <li>· I am sick of a family who is responsible for child care alone</li> <li>· The person who cares for the baby is inconvenient but necessary</li> </ul>
Body and mind be broken	<ul style="list-style-type: none"> <li>· A resting place for resting alone</li> <li>· Body that is so hard and crumpled</li> <li>· Work and parenting difficult and depressing</li> </ul>
The need for a 3 shift system of support for nurses	<ul style="list-style-type: none"> <li>· A desire for care that relieves the difficulties of parenting</li> <li>· Thanks for the helping hand</li> <li>· Need for child care support suitable for 3 shift work</li> </ul>
Do our best to balance work and parenting	<ul style="list-style-type: none"> <li>· As a professional nurse, work even during mealtime</li> <li>· Struggle to fulfill mother's role</li> </ul>

위해 일찍 자야 한다는 부담감으로 아이에게 집중하지 못하고 있었다. 아이들을 챙기면서 집안일까지 하고 나면 훌쩍 지나버리는 엄마의 시간과 엄마와의 놀이와 대화를 기다리는 아이의 시간은 늘 어긋나버렸고 아이들은 엄마와 함께하고 싶은 마음

에 엄마의 근무시간을 항상 질문하였고, 이런 모습을 지켜보는 참여자들의 마음은 늘 안타까움으로 가득 차 있었다.

제가 저녁 근무 출근을 한 후 애들이 유치원에서 집으

로 돌아오면 엄마가 없으니까, 애들이 너무 싫어해요. 요즘은 “나 잘 때 밤에 엄마가 없는 게 제일 싫어”라고 말해요. 애들이랑 규칙적으로 뭘 할 수가 없어요. 문화센터도 보낼 수 없어요. 내가 규칙적이지 않으니까 애들도 불규칙적으로 되는 거지. 정해진 시간에 책을 읽어주거나 공부하는 게 전혀 안 되는 것 같아요(참여자 1).

낮 근무를 마치고 5시 정도 퇴근하면 아이들 씻기면서 10분 정도 이야기를 해요. 그리고 너무 힘들 때는 그냥 무조건 목욕만 시키고 나오고, 아이들이랑 이야기할 시간이 솔직히 없어요(참여자 2).

밤에 항상 물어봐요. “엄마~오늘 출근해요?”, “내일은 누가 와요?”, “엄마는 몇 시에 올 거야?” 하는데, 억장이 무너지죠. “엄마 밤사이 환자 돌보고 일찍 올게, 눈 뜨면 있을 거야” 라고 답하죠. 쉬는 날 나는 오랜만에 늦게까지 자고 싶은데, 아이들은 엄마랑 같이 있고 싶어 하죠(참여자 3).

## 2) 아이들에게 짜증낸 후 후회함

참여자들은 3교대 근무 특히, 밤 근무로 인해 신체적, 정신적으로 더욱 힘들어하며 그 스트레스를 아이들에게 투사하는 모습을 보였고 이런 자신에 대해 후회하면서 미안해하고 착한 엄마가 되려고 노력하는 모습을 보였다.

나이트 끝나고 너무 밝아서 잠을 못 자면 신경이 살아 있어서, 아이들 소리에 더 예민해져서 “조용히 해. 이 방에 들어오지 마”하고 짜증을 많이 내요. 잠은 들지 못해도 누워 있죠(참여자 3).

교대근무가 힘들어요. 밤 근무가 제일 힘들어요. 밤 근무 때 진짜 아이들에게 짜증 많이 내요. 나이트 출근하는데 신랑이 모임이 있다고 하면 짜증스러운 말투가 나오고, 뛰놀고 있는 아이들에게 소리 지르지 말라고 소리 지르고 회초리를 들게 되더라고요. 데이나 쉬는 날 같은 경우에는 밤 근무 때와는 극과 극이죠. 그때는 정말 착한 엄마처럼 변해요, 하하(참여자 2).

낮 근무 전날 저녁 먹을 때부터 출근에 대한 극도의 스트레스를 받아서.. 아이들에게 스트레스를 풀어요. 안 혼낼 것도 막 혼내고 이유 없이 화풀이 대상이 애들이 되죠. 막 혼내고 잠들면 미안해지죠(참여자 1).

## 3) 영양은 포기한 세끼 챙기기

참여자들은 바쁜 3교대 근무로 자녀의 먹거리를 챙기지 못하여 염려하고 있었다. 겨우 세끼만 챙기는 아기 돌보미와 밥을

먹지 않고 울다 잠든 아이를 보며 속상해하였다. 퇴근 후 피곤한 상태에서 아기 돌보미를 위한 반찬과 아이들 반찬을 따로 만들어야 하는 상황이 부담이었고 성장발달 단계에 맞는 영양공급의 꿈은 포기하였다.

퇴근 후 피곤해도 식사준비는 해야하고.. 아이들 반찬 같은 경우 한 명이면 대충해서 먹겠는데 이유식도 만들어야 하고... 힘들 때는 이유식도 그냥 사서 먹였어요(참여자 2).

밥을 먹일 때 영양까지 바라기는 어렵지요. 물에 그냥 밥 말아 먹이고, 누룽지 끓여 먹이고, 저는 아이들에게 피곤하고 힘들어도 이것저것 만들어서 먹이는데 어머님은 대충 먹여요(참여자 5).

할머니가 데려온 날은 애가 울면서 그냥 자요. 제가 밤 11시에 퇴근하고 와서 억지로 깨워서 간단하게 먹이고 함께 자요. 저녁 근무할 때마다 그런 생활을 하니까 아이의 키가 크지 않는 것 같아요(참여자 1).

## 4) 아이의 아픔도 함께 할 수 없음

참여자들은 병원 근무 중에는 아이의 아픔을 전달받지 못하는 근무여건에 놓여 있다. 병원 특성상 근무 도중에 조퇴도 할 수 없다. 이러한 근무환경이기 때문에 아이가 아플 때 아기 돌보미에게 전적으로 의존해야 하는 안타까움을 안고 지낸다.

갑자기 아플 때도 저는 어찌할 수 없는 거 같아요. 일하다가 나갈 수 없는 상황이니까, 꼭 참고 퇴근 시간까지 기다리고. 다음날까지 아파도 어쩔 수 없어요. 어머님한테 맡기고(참여자 1).

고열이 있는데 어린이집에 보낸 상황에서 아이 열이 내려는지 중간에 알고 싶지만 아예 못하죠. 심지어 정신없이 바쁜 날에는 아이 아픈 것도 잊어버리는 경우가 많아요. 어린이집에는 제가 연락이 안 될 수도 있으니까 아빠에게 연락하라고 메모를 남겨 놓죠(참여자 7).

## 주제모음 2. 두 자녀 돌봄의 실패

참여자들은 한 명을 돌보면 시간이 다 가버리는 제한된 시간이라 병원에서 충분한 인력보충이 되어 정시에 퇴근만 할 수 있다면 다른 한 명의 아이도 좀 더 챙길 수 있다고 생각하고 있었으며, 출퇴근 전후조차 자녀를 돌보는 시간이 절대적으로 부족하다고 느낄 때가 많았다.

### 1) 서로 다른 두 자녀를 돌보는 어려움

연구참여자들은 몸은 하나인데 손이 많이 필요한 아이들이 둘이라 너무 힘들고, 기질도 너무 달라 더 버거워하였다. 첫째 아이를 돌보다 체력이 다 떨어지면 둘째 아이 돌봄은 포기하게 된다고 하였다.

첫째 봐주고, 둘째도 봐라 해야 하는데.. 공부를 봐주더라도 첫째에서 끝나는 거예요. 둘째가 지금 한창 글씨를 쓰려고 하거든요. 엄마한테 사랑을 하는데. 그러면 “아!! 잘했다.” 그러면서 같이 해보자 해야 하는데.. 둘째에게 안 되는 거예요. 너무 힘들어서. 어쨌든 시간이, 설거지하면 8시 넘고, 첫째 봐주다 보면 30분이 지나고, 일기 쓰고, 알림장 봐주고, 그러면서 또 다른 일 보러 왔다 갔다 하게 되니까요. 둘째는 옆에 와서 언니랑 엄마가 하는 걸 보거든요. 그 애도 하고 싶은 마음에 온다는 걸 뻔히 알면서도. 하하. 그걸 알면서도 “00아 너도 앉아” 그래야 하는데 차마 제가 그 말을 못 했어요(참여자 2).

큰아이는 편식이 심해서 어린이집에서 밥을 안 먹어요. 어릴 때부터 정말 밥만 먹어요. 야채는 전혀 안 먹고, 고기만 좋아해요. 둘째는 혼자서 먹겠다고 고집부리고, 던지고 울고, 큰애는 몸이 약해서 누워 있는 편이고, 둘째는 활동적이라 소리 지르면서 뛰어다녀요. 둘이 성격이 너무 (강조) 달라서 책을 각각 읽어주기도 힘들어요(참여자 5).

### 2) 자녀와 애착 형성이 어려움

참여자들은 교대근무로 인하여 아이들에게 충분한 사랑을 주지 못했다고 자책하면서 근무로 인해 모유 수유를 일찍 포기하였고 또 어린이집을 보내면서 아이가 분리불안이 생겼다고 괴로워하였다. 엄마 품이 간절한 아이들에게 함께 하지 못해 미안해하였다.

첫아이는 6개월까지 모유 수유를 했는데 너무 힘들어서 포기했고, 어린이집을 1~2주 보냈는데, 아이가 아파서 포기했어요. 9개월 정도에 어린이집을 다시 시도했는데, 아이가 울고 분리불안도 심해서 다시 포기했어요(참여자 1).

둘째는 떼를 많이 써요. 고집도 세고, 빨대도 제가 꽂아서 주면 안 먹어요. 잘 때는 제 배 위에서 자야 하고... 엄마가 없으면 찾아다녀요. 둘째는 너무 어린 나이에 엄마와 떨어져서 분리불안이 있는 것 같다는 생각이 들어요. 어린이집에서도 다른 아이들과는 다르게 선생님 무릎에 누워서 한참을 뒹굴다가 잠이 든다고 하니까, 둘째에게 미

안한 마음이 들어요(참여자 4).

### 3) 미어캣처럼 엄마 찾는 아이에 대응하지 못하는 처지

참여자들은 다른 아이들보다 과잉행동을 하거나 덜렁거리는 모습을 보면 교대근무를 하는 자신으로 인해 자녀들이 불안해한다는 생각을 가지고 있었다.

평소에는 아침 8시까지 자는 아이들이 제가 낮 근무를 나가는 것을 알고 5시에 일어나서 무섭다고 막 뛰어나와요. 계속 자도 된다고 말하면 “나 눈 떴을 때 엄마 있어? 나 잘 때 엄마 있어?” 하면서 계속 확인해요. 또 이브닝 때는 내가 없으니까 무서워서 못 자요. 늦게 자는 애들이 제가 나이트 출근할 때 저녁 8시되었는데 재워 달라고 해요. 엄마가 때면 있다 없다 하니까, 엄마의 교대근무 때문에 아이들이 정서적으로 불안하다는 생각이 들어요(참여자 1).

아이의 모든 문제가 나 때문인 것 같은 생각을 버릴 수가 없어요. 집에 있는 엄마들에 비해 못한다는 생각은 없는데, 기본적으로 죄책감이 생기는 것 같아요(참여자 3).

### 주제모음 3. 아기 돌보미에 대한 고마움과 불편함의 양가감정

참여자들은 매일 자녀를 돌봐주고 있는 친정어머니나 시어머니와 갈등을 경험하면서도 한편으로는 3교대 근무로 인한 불규칙한 출퇴근의 현실 속에 고마운 마음을 크게 가지고 있었다. 그러나 참여자들은 힘든 교대근무와 자녀 양육의 무게를 홀로 감당하려니 양육만 도움 줄 뿐 자녀교육에는 한발 떨어져 있는 아기 돌보미에게 고마움과 더불어 서운함도 갖고 있었다.

#### 1) 늘 가족과 부딪히는 삶

참여자들은 자녀를 돌봐주고 있는 가족이나 돌보미의 눈치를 보거나 자녀 양육으로 인한 갈등을 겪고 있었으며, 그러한 갈등으로 늘 가족과 부딪히는 삶을 살고 있었다.

어머님과 하루하루 안 부딪치는 날이 없지. 얇은 옷 꺼내 댔다고, 어떤 때는 두꺼운 옷 꺼냈다고... 늘 잔소리하죠. 에휴(한숨)... 배에 바람 들어가는데... 속옷 제대로 입히지 않았다고... 저보고 말 안 듣고, 고집 세다고 해요... 사소한 것부터 큰 것까지 생활 하나하나가 그래요. 밥 먹일 때 접시에 주든 다른 그릇에 주든 뭐 그렇게 중요하다고 잔소리하고, 국 없이 마른 밥만 먹인다고 잔소리해요

(참여자 1).

나는 힘들게 일하고 있는데 어머니가 찌꺼라도 끓여 놓으면 좋은데, 어머니는 아무것도 하지 않는 거예요. 나이트 때가 제일 예민해요. 그 때가 제일 속상한 마음이 커요. “내가 딸이었으면 이랬을까” 이런 생각도 들어요. 나이트 근무 끝나고 아침 9시 넘어서 와서 자면, 알람을 맞춰 놓는다고 하더라도 못 듣고 잘 때가 있어요. 언젠가 오후 3시에 일어났는데 분위기가 싸한 거예요. 알고 보니 어머니가 점심을 하지 않았어요. 그 후부터는 졸려도 꼭 알람을 맞춰 두고 일어나서 점심을 함께 먹는 거죠. 갈수록 힘들어요(참가자 2).

## 2) 혼자 책임지는 것 같아 가족에게 서운함

참여자들은 힘든 교대근무와 더불어 자녀 양육과 교육의 문제까지 홀로 책임지고 있었으며, 교육의 문제에 있어 두어 걸음 물러서 있는 가족들로 인하여 사랑하는 자녀의 돌봄에 구멍이 생겼다는 생각을 하며 가족이나 돌보미에게는 서운한 마음을 가지고 있었다.

자기 전에 책을 많이 읽어주고 싶거든요. 저보다는 남편이 저녁 시간에 아이와 함께 있을 때가 많아요. 남편이 조금 신경을 써주면 좋겠는데 하지 않아요. 책을 조금씩 읽어주면서 오늘 어땠는지 얘기 나누고 자고 싶는데 지속성이 없죠(참가자 7).

이번 주도 몇 일째 열나서 어린이집에 해열제 보내고 부탁했어요. 일하면서도 걱정이 많이 되죠. 열이 계속 나는데 어린이집 선생님들이 잘 돌볼지 걱정도 되고, 어머니가 집에서 봐주면 좋겠다는 생각도 들어요. 유치원 끝나면 어머니가 애를 빨리 데리고 와줬으면 좋겠는데 아무래도 6시까지 남아있다고 생각하면 속상해요(참가자 5).

## 3) 아기 돌보미는 불편하지만 필요한 존재

참여자들은 자녀를 돌봐주고 있는 가족이나 돌봐주는 분께 눈치를 보게 되거나 불편해도 자녀를 돌봐주기 때문에 늘 고맙고 필요한 존재라고 생각하고 있었다.

어머님 표정만 봐도 ‘아~지금 기분이 안좋으시구나’ 아이들을 돌보니까 고맙지만 불편한 건 계속 있죠. 어렵죠, 어머니의 방식이 있는데 뭐라고 하면 기분 나빠할 수도 있으니까, 어머니가 하시는 것대로 그냥 두고, 그래서 어머니님과 지금까지 무난하게 지낸 것 같기도 해요(참가자 2).

남편과 제가 새벽 5시 40분에 출근할 수 있게 해주니까 고맙죠. 6년 정도 일을 봐주셨는데, 언젠가부터 제가 어머니 눈치를 봐요. 주인이 바뀌었어요. 새로 올 사람도 없고, 주말에 해줄 사람도 없어서 어쩔 수 없지만, 항상 마음이 불편하고 어려워요(참여자 3).

## 주제모음 4. 몸과 마음이 부서짐

참여자들은 병원에서 힘들게 일하고 퇴근 후 또다시 집으로 출근하여 아이 양육과 돌봄에 시간을 할애하기 때문에 본인 몸이 으스러지는데도 제대로 쉴 수조차 없는 것이 현실이라 이것이 가끔은 감당하기 힘들 정도의 우울로 다가왔다.

### 1) 쉴 수 있는 시간과 나만의 안식처가 필요함

참여자들은 3교대 근무와 가사, 양육을 병행하면서 늘 피곤하고 힘든 상황에서 자신이 쉴 수 있는 혼자만의 공간에 대한 필요성을 느끼고 있었다. 자녀들이 어려서 혼자 쉴 시간조차 쉽게 주어지지 않아서 화장실이라는 공간이 자신의 쉼터가 되는 상황이 되었으며 그곳에서 잠깐의 안식을 느끼고 있었다.

주말에 밤 근무를 마치고 퇴근을 하면 아이와 남편이 집에 있어서 바로 잠을 자지 못해 너무 피곤해요(참여자 5).

퇴근해서 젖병 삶고, 분유 먹이고, 씻기는 것을 다 했어요. 신랑은 회사가 멀리 있어서 퇴근하면 9시, 10시 되니까요... 자다가 한두 번은 꼭 깨서 분유를 먹이고, 재우는 것이 제일 힘들었어요. 또 어머니가 아이를 돌보는 것이 힘들다고 계속 눈치를 주니 쉴 수도 없고...(참여자 1).

지금 생각은 저 혼자만 있으면 좋겠다는 마음, 혼자 있고 싶고 아무도 신경 쓰지 않고... 퇴근하고 아무 생각도 하지 않고 누워 있다가 하고 싶은 거 하면서 지내봤으면 좋겠어요. 안방 안에 있는 화장실에 앉아있으면 마음이 진짜 가벼워지고 편안해요. ‘여기가 안식처구나’ 그런 느낌 하하. 왜냐면 딱 혼자만의 공간이니까 편해요(웃음)(참여자 2).

### 2) 으스러지는 몸

참여자들은 3교대 근무와 가사, 양육을 병행하면서 오는 신체적 피로에 대해 한계를 느끼고 있었다. 가족들을 챙기지 못한 죄책감을 덜기 위해 또 가족에게 최선을 다하기 위해 본인의 잠을 줄여가며 살면서 자신의 몸이 다 녹아버릴 것만 같은 불안감을 느끼고 있었다.



나 자신은 늘 뒷전인데 죄책감은 늘 있고. 이것도 저것도 아니지요... 가끔 밀 빠진 독에 물 붓는 것 같다는 생각을 해요. 계속 물을 붓지만 차지는 않고, 나는 힘들고, 힘들게 노력했는데 독은 비어 있고, 빈 독을 보면 죄책감이 들고... 제 몸이 녹는지도 모르고 일해요. 잠자는 것을 포기하면서 몸이 녹는다고 표현을 많이 하거든요. 몸이 녹는 것처럼 힘들지만 참고 일하는 거죠. 몸이 상하는 것도 모르고, 불나방처럼. 나이 들수록 점점 더 몸이 힘들고, 재만 남을 것 같아요. ㅎㅎ(허탈한 웃음)(참여자 3).

아이를 키우면서 경험한 것은 내 몸이 으스러진다는 것... 교대근무로 매 해마다 진짜 독감, 폐렴이 계속 걸려요. 면역이 떨어지니까. 퇴근하고 와서 애들 반찬 만들고, 밥 먹이고, 씻기고, 책 읽어주고, 재우고, 정리하면 10시 넘어요. 다음날 또 낮 근무하면 몸은 맨 날 천근만근이고. 나이트 때도 잠을 다 포기하고(참여자 1).

낮 근무자는 밤에 자고 나면 다음 날 피로가 풀리는데, 3교대 근무는 자더라도 피로가 풀리지 않아요. 자는 게 자는 것 같지 않고. 나이트 근무스케줄이 끝나고 데 이 근무가 돌아오더라도 밤에 잠을 자지 않았던 패턴이 남아있어서 잠을 잘 수가 없어요. 불면증이 있죠. 자다 깨다 하는 경우도 많고. 3교대는 하지 않아야 해요. 사람을 지치게 해요. 밤 근무 끝나면 축 쳐져요(참여자 2).

### 3) 감당하기 힘들고 우울함

참여자들은 3교대 근무와 가사, 양육을 병행하는 힘든 상황에서 그것을 해결하는 방법으로 남편에게 이야기하거나 혼자 묻어두고 참는 방법을 선택하고 있었다. 시어머니와 사소한 갈등상황 때에도 적극적으로 서로 소통하기보다는 침묵하고 그 상황을 넘기는 경우가 많았고 이런 일들이 스트레스를 유발시키고 양육갈등을 상승시키는 요인이 되고 있었다.

어머님 말 한마디에 기분이 다운돼요. 하아(한숨). 표현을 안 하고 제 마음속에 쌓이니까 우울해지는 것 같아요. 점점(강조). 힘들어도 혼자 삭히는 시간이 많아요. 주말부부라 남편이 늘 옆에 있는 것도 아니고 신랑한테 얘기를 하면 가정애 문제가 생길 수도 있어서 얘기를 못하겠더라고요. ‘내가 이렇게 힘들게 일하고 돈을 버는데 왜 눈치를 봐야 하나’ 생각해요. 친구도 내 맘 깊숙한 곳까지, 속상한 것은 모르니까 혼자 삭히게 되더라고요. 가슴속에 묻어두거나 잊으려고 해요(참여자 2).

얼굴 볼 시간이 없어요. 남편이 저녁 8시에만 와도 좋

을 것 같아요. 남편 직장이 멀고 일이 많아요. 새벽에 근무를 나가는 날이면 아이들과 저는 9시에 자요. 남편은 혼자 시간을 보내다가 자요. 같이 있지 못하는 게 늘 미안하죠. 저는 가족이 다 같이 밥 먹는 게 좋은데. 휴~(한숨)(참여자 3).

## 주제모음 5. 3교대 간호사에 적합한 양육 지원체계의 절실함

참여자들은 양육에 대한 지원이 없는 환경으로 인하여 3교대 근무와 양육 모두를 힘들어하고 있었다. 어린 자녀를 둔 간호사들이 이직을 고려하지 않고 3교대 근무를 할 수 있도록 병원의 지원을 호소하였다. 참여자들은 24시간 돌봄시설이 없는 상황에서 주변의 도움으로 일과 양육을 병행하고 있긴 하지만 3교대 간호사에게 맞는 적합한 돌봄 지원책을 절실하게 요구하였다.

### 1) 어려움을 덜어주는 배려에 대한 욕망

3교대 간호사가 어린 자녀를 양육하기에 어려운 환경을 개선하려는 배려와 정책이 부족한 것으로 나타났다. 환자 대 간호사의 비율이 적정하지 않고 많이 부족한 상황이지만 간호사의 인력충원은 이뤄지지 않고 있었다. 참여자들은 아이를 키우는 엄마이자 간호사에 대한 배려가 없는 직장의 조직문화나 직장상사 때문에 괴로워하면서 3교대 간호사의 양육 상황을 고려해줄기를 바라는 갈증이 있었다.

팀장님이 아이를 키우는 엄마들을 배려 해주길 원해요. 애가 아프다 해도. 밤에 열났다고 해도. 마음 편하게 “그래 가봐라” 하질 않아요. 끝까지 잡아 두죠. 팀장님은 내가 애들을 키우면서, 시어머니 눈치 보며 바둑바둑 키우는데, 낮 근무 끝나면 먹고 가자고 해요. 나는 집에 있는 아이들이 걱정되어 밥을 먹으면서 체할 것 같았어요(참여자 1).

직장어린이집이 저녁 근무시간인 밤 11시까지의 돌봐주지만 더는 못 봐준대요. 시간 연장이 어려운가 봐요. 정규로 다른 어린이집과 똑같이 봐주고, 토요일 오전에 봐주는 게 다르지요(참여자 4).

상근직으로 지원을 했는데 저는 나이가 많아서 안 되더라고요. 간호부에서는 채용조건이 있으니 아무리 제가 원해도 안 되더라고요. 대부분 젊은 사람들을 원하니까요. 외래는 아예 안 되고(참여자 2).

## 2) 돕는 손길의 고마움

3교대 근무 간호사로서 자녀를 양육하기에 어려움이 있을 때 주변에서 도움을 주어 그들에게 매우 고마움을 느끼고 있었다.

신랑이 출장을 가서 아이를 데려가지 못할 경우, 목사님께서 돌봐주셨어요. 그래서 출퇴근이 멀어도 이사를 나오지 못하겠더라고요(참여자 7).

제 여동생이 유치원 교사인데, 시간 될 때 동생이 집에서 아이들 밥도 챙겨주고 놀아주면서 잘 돌봐 줘요. 자기 일하기도 바쁠 텐데 시간 내서 조카들을 돌봐주니까 정말 고마워요(참여자 4).

솔직히 제 근무시간을 맞춰주려고 하는 분이 없었어요. 지금은 어머니가 애들 돌봐주시니까 직장 다니는데 마음이 더 편해요(참여자 2).

## 3) 3교대 근무에 적합한 지원책이 절실함

3교대 근무 동안 아이들을 편안하게 맡길 수 있는 24시간 운영하는 보육시설이 근무하는 병원 내에 필요하며, 밤 근무 때 이용할 수 있는 보육시설을 요구하였다. 3교대 근무의 어려움을 해결하는 하나의 방안으로 고정근무나 유연근무제를 희망하였다.

아이들을 편하게 맡길 수 있는 24시간 보육시설이 병원 내에 있었으면 해요. 시간에 구애받지 않고, 맡길 수 있는 시설 투자가 필요하다고 생각해요(참여자 6).

병원 내에 보육시설이 생긴다 해도 나이트 때 봐주지 않으면 어차피 도움이 안 되지요. 내가 나이트 때는 집에서 누가 봐야 하니까요. 3교대 근무 내내 봐줄 수 있으면 해요(참여자 1).

제 친구는 다른 병원에서 나이트만 해요. 일주일에 3~4일, 한 달에 보름 정도 일하고, 쉬는 날이 많아서 아이들과 시간을 많이 보낼 수 있고 근무도 고정적이기 때문에 아이들도 안정된다고 해요. 호주 같은 경우는 근무시간을 조정할 수 있으니까, 시간을 자유롭게 할 수 있어서 좋은 것 같아요. 우리나라도 아침, 저녁, 밤 고정근무가 되면 좋을 것 같아요(참여자 4).

## 주제모음 6. 일과 양육의 균형을 위해 최선을 다함

참여자들은 3교대 근무로 인한 정서적 육체적 힘든 상황에

도 불구하고 아이들과 함께 시간을 보내기 위해 참여자들의 건강을 챙기지도 못하는 상황에서도 간호사로서 최선을 다해 일하고 있었다. 간호사직과 아이들의 행복을 참여자들의 힘듦보다 우선하였다.

## 1) 간호전문인으로서 업무를 다하기 위해 고군분투함

참여자들은 간호사 업무를 다하기 위해 법정 휴식시간을 가질 수 없을 뿐 아니라 식당에 가지 못한 채 5분 안에 간단하게 먹은 후 바로 업무를 시작하고 빠른 속도로 일을 하고 있었다. 만약 휴식시간과 식사시간을 법에서 정한대로 한다면 연장근무가 뒤따르기 때문이라고 하였다. 또한, 참여자들은 직장에서 간호전문인으로서 자신을 대신할 인력이 대기하고 있지 않기 때문에 자신에게 맡겨진 업무를 다하기 위해 최선을 다하고 있었다.

병원에서 지치고 밥도 먹지 못하고 일하면서 힘들어도 간호사는 좋아요. 그래서 차라리 밥을 먹지 않고 제시간에 일을 잘 끝내려고 해요. 저녁 근무도 밥을 먹지 않고 일해야 그나마 제시간에 마쳐요. 지난달은 한 달 식비가 4,000원 나갔더라고요(참여자 5).

## 2) 엄마의 역할을 다하기 위한 몸부림

참여자들은 아이들을 위해 모든 것을 다 해주고 싶은 마음이 크지만, 육체적으로 정신적으로 힘든 3교대 근무 후 엄마로서 해주어야 하지만 해줄 수 없는 힘든 상황에서 조금이나마 아이에게 더 도움이 되도록 어린이집에 아이를 보내고 있었다. 밤 근무 후 피곤하고 지친 몸이지만 아이와 가족들을 위해 힘을 내어 필요한 일을 하고 있었다.

아 이들이 직접 체험할 수 있는 놀이동산이나 자전거 타러 가긴 해요. 저는 밤 근무라 피곤해서 갈 수 없다고 말해도 애들이 저도 같이 가야 한다고 이야기해요. 그러면 또 움직여요. 하(한숨)(참여자 2).

나이트 근무가 제일 힘들지만 내가 잠만 포기하면 아이를 돌볼 수 있어요. 내가 아침 먹이고, 유치원 보내고, 오후에 마중가서 데려오고, 밥 먹이고, 재우고, 출근할 수 있으니까요(참여자 1).

연말에 팀장님과 상의해서 내년에는 나이트 고정근무를 부탁하려고 마음먹고 있어요. 저는 지금 일도 양육도 잘하는 것이 절실하거든요. 그런데 몸이 많이 상한다고 주변에서 하지 말라고 해요(참여자 4).

## 논 의

본 연구는 상급종합병원에서 3교대 근무를 하면서 자녀 양육을 감당하고 있는 간호사들의 양육갈등 경험을 현상학적 연구방법으로 밝히었다. 특히 두 명 이상의 어린 자녀를 키우면서 경험하는 양육갈등의 구조를 확인하고 서술함으로써, 3교대 근무 간호사의 자녀 양육갈등 경험의 본질을 심층적으로 이해하고자 하였다. 참여자의 갈등은 내적·외적으로 경험한다는 연구결과[12]와 같이 본 연구의 참여자들도 양육을 하면서 갈등을 경험하였음을 알 수 있었다.

본 연구에서 두 명 이상의 어린 자녀를 둔 3교대 간호사의 자녀 양육갈등 경험에 대한 본질을 콜레지[13]의 연구방법의 절차에 따라 분석한 결과 전체 256개의 의미로부터 18개의 주제와 6개의 주제 모음이 도출되었다. 본 연구에서 도출된 3교대 간호사의 양육갈등 경험에 대한 6개의 주제 모음에 대해 선행연구결과와 비교하면서 논하고자 한다.

첫 번째 주제 모음은 아이의 소소한 바람조차 채워줄 수 없는 안타까움이었다. 본 연구에서 참여자들은 자녀들에게 소소한 바람조차 채워줄 수 없는 부족한 엄마라고 인식하고 있었다. 전체 대상자가 모두 공통으로 가장 크게 공감한 주제이다. 아이가 아파도 출근해야 할 때, 퇴근 후 엄마를 기다리다 잠든 아이를 보면서 안타깝고 미안한 마음이 들었고 아이들에게 정서적 불안 증상이 보일 때는 잘 돌보지 못한 안타까움과 죄책감을 경험하였다. 이는 근무로 몸이 피곤하거나 시간이 없어 함께 하지 못하는 것을 가슴 아파하면서 죄책감을 느끼는 것과 자녀의 성장 과정에서 나타나는 아이의 문제는 '엄마의 도리를 다하지 못해 죄스러운'으로 나타난 연구결과와[11] 비슷하였다. 양육 죄책감은 간호사 자신의 모성본능이나 어머니가 양육에 양질의 투자를 할 것을 기대하는 문화로부터 발생[16]하는데 자녀가 어릴수록 또한 많을수록 양육 죄책감이 크게 나타난 점은 아직 어머니의 돌봄이 필요한 자녀를 타인에게 맡겨야 하는 상황이 어머니의 역할을 다하지 못했다는 죄책감이 크게 작용한다는[8] 선행연구결과를 뒷받침하였다.

두 번째 주제 모음은 돌봄의 어려움이었다. 참여자들은 교대 근무로 인하여 자녀의 일상생활과 어긋나는 경우가 많았고 이로 인하여 아이와 함께 보낼 수 있는 시간이 부족하였으며, 두 명 이상의 어린 자녀를 두었기 때문에 더 부담을 경험하였다. 이는 자녀수가 증가할수록 양육 스트레스가 증가한다는 연구결과와 일치한다[17,18]. 참여자들은 직장인으로 어머니 역할을 하는 이중역할과 3교대의 환경에서 양육 어려움을 진술하였다. 이는 3교대 근무 간호사가 다른 근무형태의 간호사들보

다 자녀 양육으로 인한 직장생활의 어려움이 많다는 것을[19] 반영한다.

세 번째 주제 모음은 고마움과 불편함의 양가감정이었다. 참여자들은 시어머니나 친정어머니가 아기 돌보미로 도와주고 있어 고맙기도 했지만 불편하기도 한 양면성을 담아 두고 갈등을 경험하고 있었다. 이는 자녀 출산과 양육과정에서 가장 신뢰하고 도움이 되는 지지체계가 부모님이어도 갈등이 있으며[17], 부모님의 눈치를 봐야 하고 세대 간의 양육방법의 차이로 갈등이 있었다[8,20]. 이는 조부모가 손자녀를 돌보는 것이 자신의 삶을 지탱할 이유도 되지만, 스스로 신체적 정신적으로 부담이 되고, 양육의 스트레스가 많기 때문이다[9].

네 번째 주제 모음은 몸과 마음이 부서짐이었다. 참여자들은 우리 사회에서 '아이의 주 양육자는 엄마'라는 인식을 보여준다. 참여자들은 3교대 근무를 하면서도 주된 양육을 감당해야만 한다고 스스로 인식하고 있었으며, 이는 3교대 근무 간호사들이 힘든 교대 업무와 양육을 하는데 도움이 되려면 인식개선이 먼저 이루어져야 한다는[16] 견해를 뒷받침하였다. 또 참여자들이 몸과 마음이 힘들다고 느끼는 것은 아픈 아이의 상태를 궁급해 할 생각조차 못할 정도로 쉴 틈 없이 바쁜 간호사의 업무가 있었다. 이는 간호사의 양육 스트레스는 업무와 상관관계가 있고, 동료지지도에 따라 양육 스트레스가 달라진다는 결과[8]와 일치하였다.

다섯 번째 주제 모음은 3교대 간호사에 적합한 양육지원체계의 절실함이었다. 본 연구참여자들은 병원 시스템과 부서 내에서 아이를 양육하는 엄마로서의 배려를 받지 못하였고 육아 휴직도 쉽지 않은 상황에 놓여 있었다. 이런 상황에서 주변 사람들의 도움의 손길을 경험하고 고마운 마음을 가졌다. 즉 Kim과 Chang [20]의 연구에서와 같이 '주위의 모든 사람과 더불어 양육이 이루어진다.'는 과정을 경험하였다. 참여자들은 간호사로서 애증을 느끼고[11], 자신들을 대신하여 아이의 양육에 힘쓰고 있는 아기 돌보미에 대해 고마움을 느꼈다[21]. 또한 참여자들은 가족 및 친지들로부터 자녀양육의 도움을 받고 있었는데, 기혼간호사의 육아경험에 관한 현상학적 연구[22] 결과와도 일치하는 것으로 3교대 근무 간호사의 특수성과 관련이 있을 것으로 생각된다. 참여자들의 자녀는 유치원이나 어린이집에 다니고 있었고 3교대 근무로 맞출 수 없는 등·하원의 시간문제와 귀가한 자녀의 식사 제공 문제를 해결하기 위해 가족들이 대부분 도와주고 있었으며, 가족이 없는 경우 교회목사님의 도움을 받기도 하였다. 이는 3교대 근무 간호사들은 자녀를 돌보줄 위탁 시설이 필요하나 그 해결책을 직장이나 사회가 아닌 가족 내에서 찾아야 한다는 현실을 보여주는 것으로 3교



대 근무 간호사와 같은 특수한 근무환경을 배려한 정책이 필요하다[11].

마지막 여섯 번째 주제 모음은 일과 양육의 균형을 위해 최선을 다함이었다. 참여자들은 아이를 돌보는 일에 엄마의 책임이 가장 크다고 생각하고 본인의 몸을 희생하면서 끊임없는 노력을 하고 있었다. 한편, 자녀가 직장보육시설 등 가까운 곳에서 보육 받을 때 정서적 안정감을 느끼며 자녀양육으로 인한 갈등을 적게 경험한다는[3] 측면을 고려할 때 3교대 근무 간호사에게는 주말에도 아이를 마음 놓고 맡길 수 있도록 국가의 보육 시설의 마련과 직장의 적극적인 지원이 필요하다. 이러한 지원이 이뤄질 때 3교대 근무 간호사는 보육시설의 시간에 맞춰 퇴근을 하지 못하여 눈치를 보는 현실에서 벗어나 환자간호에 몰두할 수 있을 것이다.

## 결론

본 연구는 두 명 이상의 어린 자녀를 둔 3교대 간호사의 목소리가 그대로 반영되었다. 본 연구에서 참여자들은 간호사의 이직률이 높고 환자의 중증도가 높아 간호요구도가 높은 상급종합병원의 근무자라는 특징이 있다. 또한 밀착 돌봄이 필요한 6세 이하의 어린 자녀를 둔 3교대 간호사의 양육갈등 경험의 특이성을 제시한 점에서 직장여성의 양육 경험을 다룬 기존의 현상학적 연구와 차별성이 있다.

이들의 경험에서 나타난 현상은 3교대 간호사의 양육 시 강한 안타까움을 갖고 있으면서도 이직에 대한 갈등 없이 근무할 수 있는 양육지원체계에 대한 절실함이었다. 본 연구결과 도출된 3교대 간호사의 양육 갈등 경험에 대한 6개의 주제모음은 ‘아이의 소소한 바람조차 채워줄 수 없는 안타까움’, ‘두 자녀 돌봄의 실패’, ‘아기 돌보미에 대한 고마움과 불편함의 양가감정’, ‘몸과 마음이 부서짐’, ‘3교대 간호사에 적합한 양육 지원체계의 절실함’, ‘일과 양육의 균형’을 위해 최선을 다함’이다.

이상의 결과를 바탕으로 아래와 같이 제언한다.

3교대 간호사들은 간호사의 업무와 양육을 병행하기 어려운 환경 속에서 사소한 갈등상황이 더 커지지 않도록 노력하고 있지만 언제든지 참여자의 스트레스를 유발하고 양육갈등을 상승시키는 요인이 되고 있다는 점과 두 명 이상의 어린 자녀를 동시에 돌보는 경우 양육에 대한 갈등이 가중되고 있었다. 그러므로 병원관리자와 정부는 3교대 간호사의 특성을 고려한 지원 및 3교대간호사를 위한 어린이집을 마련해줄 것을 제언한다.

## Conflict of Interest

The authors declared no conflict of interest

## ORCID

Kim, Jeung-Im	<a href="https://orcid.org/0000-0001-5499-8281">https://orcid.org/0000-0001-5499-8281</a>
Yeom, Jeong Won	<a href="https://orcid.org/0000-0003-0285-2138">https://orcid.org/0000-0003-0285-2138</a>
Park, Sun-Kyung	<a href="https://orcid.org/0000-0001-9628-4148">https://orcid.org/0000-0001-9628-4148</a>
Jeong, Hyun-Hee	<a href="https://orcid.org/0000-0002-0542-9522">https://orcid.org/0000-0002-0542-9522</a>
Min, Uhm-Joo	<a href="https://orcid.org/0000-0002-9373-7145">https://orcid.org/0000-0002-9373-7145</a>
Park, Sun Hwa	<a href="https://orcid.org/0000-0002-5762-7993">https://orcid.org/0000-0002-5762-7993</a>
Lee, Jung-Mi	<a href="https://orcid.org/0000-0001-8081-2954">https://orcid.org/0000-0001-8081-2954</a>
Yeom, Young-Sun	<a href="https://orcid.org/0000-0003-1115-0971">https://orcid.org/0000-0003-1115-0971</a>

## REFERENCES

1. Statistics Korea. Women's lives through statistics in 2016 [Internet]. Daejeon: Statistics Korea; 2016 [cited 2017 October 28]. Available from: [http://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=354777](http://www.kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/1/index.board?bmode=read&aSeq=354777)
2. Park SY, Baik J, Ahn JY, Oh MK, Lee S, Lee JY, et al. Human development. Seoul: Powerbook; 2011. p. 107-162.
3. Kang SJ, Kim SY. The relationship among nurses' parenting stress and turnover intention. Journal of Korean Academy of Nursing Administration. 2011;17(4):508-515. <https://doi.org/10.1111/jkana.2011.17.4.508>
4. Kim NH, Lee EJ, Kwak SY, Park MR. A phenomenological study on the experiences of parenting burden of working mother with young children in Korea. Korean Journal of Women Health Nursing. 2013;19(3):188-200. <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2013.19.3.188>
5. Park HK, Moon HJ. A study on variables associated with female nurses' mothering stresses. Family and Environment Research. 2015;53(6):595-604. <https://doi.org/10.6115/fer.2015.047>
6. Korea Ministry of Government Legislation. Infant care act [Internet]. Sejong: Korea Ministry of Government Legislation; 2017 [cited 2017 October 28]. Available from: <http://www.law.go.kr/LSW/LsiJoLinkP.do?lsNm=%EC%98%81%EC%9C%A0%EC%95%84%EB%B3%B4%EC%9C%A1%EB%B2%95#>
7. Ku J, Lee D. Raising children of nurse mothers. The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education. 2017; 22(1):35-58. <https://doi.org/10.20437/KOAECE22-1-02>
8. Lee Y, Jang S. The effects of work-family conflicts, organizational culture, and supervisor support on the mental and physical health of married nurses. Health and Social Welfare Review. 2013;33(4):394-418.
9. Park YK, Yi J, Lim S, Jang H, Kang HJ, Kim JS. Parenting stress,



- parenting guilt feelings, separation anxiety and alternative care in hospital-nurses. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2014;14(7):302-311.  
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.07.302>
10. Hwang N, Jang I, Park E. Factors influencing the intent to return to practice (work) of inactive RNs. *Journal of the Korean Data & Information Science Society*. 2016;27(3):791-801.  
<https://doi.org/10.7465/jkdi.2016.27.3.791>
  11. Lee YS, Lee SM, Lee JS, Lee HM. The lived experiences of child rearing with specific focus on the nurses on three-shift schedules. *Journal of Qualitative Research*. 2015;16(2):71-84.
  12. Kim HN, Kim JS. Work-family compatibility experience of married nurse: Focusing on the expanding stage of the family life cycle. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2016;17(2):545-559.  
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.2.545>
  13. Colaizzi PF. Psychological research as the phenomenologist views it. In: Valle RS, King M, editors. *Existential phenomenological alternatives for psychology*. New York, NY: Oxford University Press; 1978. p. 48-71.
  14. Patton MQ. *Qualitative research & evaluation methods. Qualitative evaluation and research methods*. 4th ed. Newbury Park, CA: Sage; 2015. p. 603-619.
  15. Guba EG, Lincoln YS. *Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers; 1981. p. 383-410.
  16. Ji O, Kim K. The symbiosis of Kudzu and rattan: The investigation on the root cause of conflicts between the couple with young children. *Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*. 2017;22(1):577-598.  
<https://doi.org/10.20437/KOAECE22-1-23>
  17. Oh J, Moon YS, Park I. A study of nurses' working stress, child-rearing stress and parenting attitude. *Journal of Digital Convergence*. 2013;11(10):469-481.
  18. Song SM, Lee WK, Lee YH, Kang H, Kim EH, Kang H. Listening to the voices of grandparents raising primary-grade grandchildren using a qualitative study. *Korean Journal of Child Studies*. 2017;38(1):185-203.  
<https://doi.org/10.5723/kjcs.2017.38.1.185>
  19. Sohn IS, Kim HM, Park KO, Han SS. Nurses' demands on child-care facilities. *Journal of Korean Clinical Nursing Research*. 2010;16(1):51-60.
  20. Kim KE, Chang YJ. A hermeneutics phenomenological study on working mothers' experiences of rearing their firstborns. *Journal of Qualitative Research*. 2008;9(1):31-43.
  21. Kim Y, Bang M. Experience of grandmother's caring for grandchild. *Journal of Qualitative Research*. 2011;12(1):59-72.
  22. Cho CH. A phenomenologic study on the married nurse's experience of child rearing. *Korean Journal of Women Health Nursing*. 1996;2(2):164-179.

### Summary Statement

#### ■ What is already known about this topic?

Women who are working have big stress from the period of having a baby to rearing children. Rearing stress has increased stress of shift working women than day working women.

#### ■ What this paper adds?

Three-shift working nurses at advanced general hospital experience 'regret that I cannot satisfy even the slightest wish'. This regret is the most influencing theme. It causes conflict between work and home in common. This 3-shift working system make it hard for nurses to care for their children. Especially, 3-shift nurses with more than two kids have different experiences in conflict between working and rearing children.

#### ■ Implications for practice, education and/or policy

This paper shows that the present support system for rearing children is not fit or available for three-shift working nurses. Therefore, it is necessary to reflect the policy for 3-shift nurses so that they can keep working without worrying about their children.