

중년며느리를 위한 고부관계 향상 교육 프로그램

Development of an education program for caregiving
middle-aged daughter-in-law

경희대학교 아동·주거학과
강사 홍숙자
이화여자대학교 가정관리학과
강사 유은희
성신여자대학교 가정관리학과
강사 전길양

Dept. of Housing, Child and Family Studies, Kyung Hee Univ.

Lecturer: Sook Ja Hong

Dept. of Home Management, Ewha Women's Univ.

Lecturer: Eun Hee Yu

Dept. of Home Management, Sungshin Women's Univ.

Lecturer: Gil Yang Jun

〈목 차〉

- | | |
|--------------------|--------------|
| I. 서론 | IV. 프로그램의 평가 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언 |
| III. 프로그램의 구성 및 실시 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

An educational program for parent caregiving families has been developed with a view to help mitigate burdens of those who provide caring services for their aged parents and to meet the needs of both the caregiving middle-aged daughter-in-law and the parent.

The program has been applied to a small group of people who have at least one living aged parent. The effectiveness of the program has been evaluated by taking pre- and post-tests.

The result of the tests strongly suggest that the program has been effective in improving participants' knowledge on aging process, conflict solving and relationship with parent.

I. 서론

가족생활의 질은 개별 가족원의 복지와 행복에 직접적인 영향을 미치며 나아가서 사회의 건강과 안정에 영향을 준다.

고부관계는 결혼에 의해 시작되는 가족내 인간관계의 한 측면으로 혈연의 연결이 없이 법적, 인위적으로 맺어진 관계이다. 고부사이에 서로 일치하지 않는 견해와 이해의 차이로 인해 발생하는 고부갈등은 한국 가족에서 고질적인 문제로 지적되고 있다. 가부장적인 전통사회에서 고부는 같은 여성이면서도 지배-피지배의 수직적인 관계였으며 고부갈등은 시어머니의 요구나 간섭, 지시, 학대 등에 대한 며느리의 절대적인 복종과 인내로 대처해야 하는 것으로 인지되었었다. 그러나 가족구조와 기능이 변화하고, 전통적인 가족주의와 서구의 개인주의 가치관이 공존하는 현대로 오면서 고부 관계의 성격과 권력관계도 상당한 변화를 겪고 있다. 이제 전통적인 가족 윤리를 통한 고부갈등의 해결은 더 이상 효력을 발휘하지 못할 가능성이 높아지고 있다. 예를 들어 가족에서의 노인의 역할 축소와 고부갈등으로 인한 노인의 심리적 해체 상태에서 고통을 호소해 오는 노모들의 불만은 고부관계의 변화를 반영한다고 볼 수 있다.

고부간의 문제는 당사자들의 질적인 삶을 방해 할 뿐 아니라 부부관계를 비롯한 다른 가족관계에도 부정적인 영향을 미침으로써 가족 전체의 안녕을 저해하는 주된 요인이다. 고부갈등에 관한 실증적 연구에 의하면 고부갈등은 여성의 심리적 건강과 밀접한 연관이 있는데 고부갈등이 빈번할수록 며느리의 심리적 안녕 수준은 낮았다. 뿐만아니라 고부갈등은 부부싸움을 유발하기도 하고(고정자, 1989), 결혼만족도에 부정적인 영향을 주며(이경애, 1984; 박영숙, 1987; Chung, 1992) 이혼의 원인이 되기도 한다.

한편 고부관계는 며느리의 연령과 결혼지속년수가 증가하면서 그 특성 또한 달라질 수 있을 것이다. 특히 중년의 며느리는 며느리 자신의 신체적 노화, 폐경 등과 함께 중년기 위기감을 경험 할 수 있으며,

시어머니는 노령화가 가속되어 자녀에 대한 신체적, 정신적 의존도가 증가한다는 점을 통해 볼 때 샌드위치 세대로서의 중년 며느리의 어려움은 더 커질 수도 있을 것이다. 그리고 오늘날 평균수명의 연장으로 중년 며느리와 시어머니의 관계는 과거 어느 때보다 더 오래 지속적으로 상호 영향을 주고 받으며 유지될 것이다.

따라서 변화하는 사회와 가족에서 보다 기능적인 고부관계를 이루기 위해서는 개인적 차원에서의 노력 뿐만아니라 사회적 차원에서 보다 적극적인 지원이 요구된다. 그러한 대안의 하나로 고부관계 향상을 위하여 전문적인 도움을 제공하는 교육프로그램을 개발하고 시행하여 활성화시키는 것은 매우 필요하고 시의 적절한 일이라 하겠다. 고부관계 향상 교육 프로그램은 고부를 모두 대상으로 하는 것이 바람직하지만 본 연구에서는 현실적 접근의 편의 면에서 우선 며느리를 대상으로 고부간의 적응을 돕고, 고부간의 갈등에 대처하며, 고부갈등 해결 방안을 습득하게 하는 교육 프로그램을 개발하고 시행하여 그 결과를 평가해 보고자 한다.

II. 이론적 배경

가족스트레스 이론에 따르면, 가족이 사용하는 역량과 자원에 따라서 스트레스에 대한 적응이 달라지는 것으로 보고 있다(Macubbin & Patterson, 1983). 즉 가족갈등과 스트레스는 가족관계에서 스트레스원이 해결되지 않고 남게 되어 누적된 긴장감으로 압박을 줄 때 발생하게 된다. 이러한 스트레스원과 긴장에 대처하기 위해 사용될 수 있는 인적·물적 수단 및 능력과 같은 가족의 적응 자원과 대처행동이 무엇인가에 따라서 갈등과 스트레스 정도는 달라진다. 또한 가족이 스트레스 및 갈등이 있는 전체 위기상황에 부여하는 평가나 의미에 따라서 갈등을 지각하는 정도가 달라질 수 있다. 그러므로 가족의 심리적 복지나 만족도 또는 우울과 불안 등과 같은 스트레스원의 누적에 대한 가족의 적응수준은 이와 같은 여러 요인이 복합적으로 상호작용한 결과라고 할

수 있다.

고부갈등은 우리나라 여성들이 경험하는 대표적인 스트레스 원인 중의 하나로 머느리나 시어머니 역할을 수행함에 따라 경험하게 되는 긴장의 누적으로 야기된다. 우리나라의 고부갈등 요인을 살펴보면(이기숙, 1985), 시어머니의 경우 머느리가 친척간의 우애에 소홀하고 시모의 말을 무시하며, 시모의 일에 사사건건 간섭하고 참견하는 등의 머느리의 이기적 태도로 인한 갈등이 가장 많다고 나타난다. 머느리의 경우는 상대적 비교로 인한 갈등, 시모의 이기적 태도로 인한 갈등, 소외감과 대화결여에서 오는 갈등, 친척 및 가습의 차이와 손자녀 양육으로 인한 갈등 등으로 나타나고 있다. 즉 고부간에 역할과 기대의 차이, 가치관과 의견의 차이 등으로 긴장이 누적되고 고부갈등이 나타나게 된다(이광규, 1975, Fisher, 1983). 따라서 노인의 심리와 역할 변화, 가치관의 차이 등 갈등요인에 대한 이해를 도모하는 것은 고부간의 심리적 안정과 생활만족 향상에 도움을 줄 것이다.

고부갈등은 대처자원에 따라서 다르게 나타난다. 머느리가 시어머니와의 갈등을 예방하고 이에 대처하며 갈등을 해결하기 위하여 사용할 수 있는 자원은 여러 가지가 있다. 고부관계에서 갈등에 영향을 미치는 유용한 개인적 자원으로는 자기통제력을 들 수 있다. 자기통제력은 개인이 자신의 생활환경을 통제할 수 있다는 믿음이다. 머느리의 자기통제력이 높을수록 시모와의 갈등수준은 낮게 인지되며 결과적으로 심리적 복지수준을 높이는 것으로 나타난다(Chung, 1992, 송현애, 1993). 또한 의사소통과 갈등 해결 능력은 스트레스 상황에 대처하고 그러한 상황을 관리하는 중요한 자원이 된다. 노년기에 있어서 자녀와의 의사소통은 관계의 질을 예측하는 변수로 나타나고 있다(Quinn, 1983). 노부모-성인자녀간의 효율적 의사소통은 문제해결 능력에 도움을 주며 갈등을 감소시키는 것으로 나타난다(신일진, 1991).

고부갈등의 완화나 해결에 유용한 또다른 자원은 사회적 지원이다. 사회적 지원은 정보적지원, 정서적 지원, 자존감 지원, 동료감 지원, 물리적 지원 등으

로 이루어지는 다차원적인 개념이다. 고부갈등에 직면했을 때 주위사람들로부터의 충분하고도 긍정적인 사회적 지원을 받았을 경우 머느리의 심리적 복지나 생활만족은 높아가는 것으로 나타난다(Chung, 1992, 이경희, 1988). 그러나 사회적 지원이 머느리 당사자에게 긍정적인 의도로 지원되었다 하더라도 당사자에게는 유용한 자원이 아니라 또다른 스트레스원으로 작용될 수 있으며 제삼자에게 지원한 요청이 와전되어 오히려 갈등의 악화를 가져올 수 있으므로 긍정적이고 효과적인 사회적 지원의 활용이 필요하다. 이와 같은 개인적, 사회적 자원들은 고부관계 향상에 중요한 요인으로 작용할 수 있으므로 교육프로그램은 머느리의 자기 통제력 강화와 효율적인 듣기, 말하기의 의사소통 기술의 함양, 갈등해결 능력의 향상과 유용한 사회적 지원체계의 파악과 모색을 위한 내용으로 구성될 필요가 있다.

고부갈등에서 스트레스원과 긴장에 대해 어떻게 인지하여 의미나 평가를 부여하는가는 머느리가 위기를 극복하고 심리적 복지를 높이는데 영향을 미칠 것이다. 고부갈등에 대한 주관적 평가와 상황에 대한 신념 등은 고부갈등의 해소에 영향을 미친다. 노부모를 부양하면서 성인자녀가 느끼는 개인적 감정과 부정적 감정은 실제로 제공되는 도움의 양이나 의존성 보다 노부모 관계에 대한 지각정도에 더 강하게 관련이 있다(Cicirelli, 1983). 즉 주변환경에 대한 상황적 평가나 인식의 차이에서 고부갈등이 다르게 나타날 수 있음을 시사한다. 고부관계에서 머느리가 갈등을 자신의 행동 탓으로 지각할수록 심리적 복지 수준이 더 높았으며, 사주팔자나 또는 자신이 처한 상황이나 환경 등 인간 외적인 요인으로 탓할수록 머느리의 심리적 복지수준이 낮게 나타난다(Chung, 1992, 정혜정 외, 1993).

또한 대처행동은 머느리가 고부갈등에 반응하여 적용하는데 영향을 미치는 요인이 된다. 대처행동은 개인이 스트레스원이나 긴장을 감소시키기 위해 취하는 태도 및 행동이다. 즉 대처행동은 스트레스원에 대처하기 위해 구체적으로 무엇을 행하는가를 가리키며 스트레스원에 반응하며 적용수준을 높이기

위하여 자원과 평가요인을 활용하는 것으로 행동적 요소뿐만 아니라 인지적 요소 까지 포함되는 개념이다. 이정연(1990)은 우리나라 며느리가 실제로 많이 취하는 대처유형은 '현실적응'으로 나타났으나 이것은 고부갈등의 감소와는 관련이 없는 것으로 밝혔다. 반면에 상대방에 대한 인식과 태도를 변화시켜 적용하는 노력인 재분석의 대처유형이 갈등을 감소시키는데 효율적인 대처방법인 것으로 밝히고 있다. 따라서 고부갈등에 대한 적응수준을 높이기 위해서는 교육프로그램에 며느리가 시어머니와의 문제에 대해 누구를 탓하며 갈등상황에 대해 어떻게 인식하고 있으며 어떻게 반응을 해야 하는가를 살펴봄으로써 인지수준을 높이고 문제상황에 직면하도록 구성됨이 필요하다.

이상의 내용고찰에서 고부간에 역할과 기대의 차이, 가치관의 차이 등이 고부갈등과 관련된 주된 스트레스원이 되고 있음을 볼 수 있다. 또한 자기통제력, 의사소통과 갈등해결 능력 그리고 사회적 지원 등의 개인적 자원과 스트레스 상황을 어떻게 느끼고 평가하는가 하는 인지 및 이에 대처하는 행동 등이 고부간의 갈등에 영향을 주는 중요한 변수로 나타나고 있다. 이와 같은 이론적 배경을 바탕으로 본 프로그램은 고부관계 향상을 위한 지식의 함양, 대처자원의 개발 및 인식의 전환을 높이는데 초점을 두어 내용구성과 주제선정이 이루어졌다.

Ⅲ. 프로그램의 구성 및 실시

1. 프로그램의 목표

본 고부관계 향상 교육 프로그램의 목적은 교육적 측면에서 부양가족의 능력을 강화하여 현재 담당하고 있는 가족부양의 부담이나 어려움 특히 며느리의 부담과 어려움을 감소시켜 궁극적으로 고부관계의 질이 향상되도록 돕는데 있다. 며느리가 노년기 변화 및 심리나 특성을 이해함으로써 시모를 알게 되고, 가족문화 및 가족관계에 대한 이해를 통해 타인의 수용과 자기통제력을 증진시킬 수 있을 때 자신

의 부양태도를 보다 긍정적인 것으로 변화시킬 수 있다. 이러한 긍정적인 인식으로의 변화는 세대간의 질적관계를 발전시켜 원만한 고부관계를 가능하게 하고 궁극적으로 전반적인 가족생활의 질을 향상시킬 수 있다.

위의 목적을 위한 구체적인 목표는 다음과 같다.

- (1) 노인의 신체·심리적인 특성을 이해하고 노인 뿐 아니라 자신의 노화에 적용할 수 있게 한다.
- (2) 가족 문화와 고부관계의 역동성을 이해하게 한다.
- (3) 고부관계 향상에 필요한 개인 및 가족자원을 활용하고 개발하게 한다.

2. 프로그램의 교육내용

본 프로그램의 교육내용은 위의 문헌고찰에서 언급된 고부갈등과 관련된 주요변인들을 중심으로 구성되었다. 교육내용은 중·노년의 신체·심리적 변화와 각 개인이 속한 가족문화나 가족관계의 이해를 통하여 시가 가족원과의 역할 변화나 가치관의 차이로 인한 스트레스원을 감소시키고 갈등에 긍정적으로 대처할 수 있도록 구성하였다. 또한 교육내용에는 지식과 계몽외에도 자기조절(자기통제력)이나 대화법, 사회적 지지의 올바른 이해 그리고 갈등해결법 등으로 참여자의 자원개발을 훈련하고 구체적인 특정 기술을 습득하게 하여 실제적이고 행동적인 변화를 가져오도록 하였다.

고부갈등의 해결을 위해서는 시어머니와 며느리 쌍방의 노력이 필요하겠지만, 본 프로그램에서는 우선적으로 교육받는 며느리 자신이 문제해결의 주도권을 인지하고 문제에 대처하기 위한 노력이나 능력을 개발하고자 할 때 고부갈등에 대한 며느리의 적응수준이 보다 향상될 수 있음에 유의하였다. 전체 6회 모임에서 다루게 될 교육내용의 주제는 다음과 같다.

모임	교육내용의 주제
1	시부모의 마음 읽기
2	가족문화와 가족관계
3	자기조절과 사회적 지지
4	열린마음, 열린대화 I (말하기)
5	열린마음, 열린대화 II (듣기)
6	갈등해결 방법

교육은 1996년 2월 6일부터 2월 15일까지 주 2회 모임으로 6회에 걸쳐 매회 3시간씩 실시되었다. 본 교육 프로그램의 참석자는 첫 모임에 17명이었고 평균 1회 모임에 14명씩 참석하였다. 프로그램의 진행은 참석자들에게 교재를 나누어 주고, 강의와 집단토의 및 실습의 방법으로 이루어졌다. 매 회마다 각 주제 강의가 시작되기 전에 함께 노래부르기로 간단한 나눔과 인사의 시간을 가졌다.

3. 교육 프로그램의 실시

1) 교육대상 및 진행방법

본 프로그램은 시부모님이 한 분 이상 생존해 계시고 연령이 40-50대인 머느리 17명을 대상으로 하였다.

첫 회에서 노인에 대한 지식과 개인이 경험하고 있는 고부관계에서의 어려움이나 해결하고 싶은 내용을 써서 제출하게 하고, 이에 근거한 자료나 내용들을 강의나 실습 등의 교육과정에 반영시켰다.

2) 교육내용

첫번째 모임: 시부모 마음 읽기

교육 내용	
목표	노인의 신체적, 심리적 특성에 대한 이해를 증진시킨다.
강의 내용	1. 감각과 지각 2. 노인의 역할과 심리 1) 은퇴기의 문제점 (四苦) 2) 노인기 성격 특성 3) 노인의 심리적 욕구
활동 및 실습	1. 프로그램 소개 2. 강사 및 참석자들의 자기소개 3. 노인부양과 관련된 정보, 의사소통, 갈등해결 등에 관한 질문지의 응답과 개인적으로 경험하고 있는 고부갈등에 대해 적어내기 4. 노인의 성격이나 심리적 욕구를 경험한대로 나누기 5. 사전 질문에 답하기
준비물	질문지, 이름표, 메모지

두번째 모임: 가족 문화와 가족관계 <남편 초청의 날>

교 육 내 용	
목 표	가족문화와 고부관계의 역동성을 이해하게 한다.
강 의 내 용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 가족문화의 검토 우리 가족 문화의 뿌리 고부갈등의 실태 분석 2. 남편의 역할과 심리적 이해 1) 시어머니와 남편의 역동적 관계: 가부장하에서의 며느리 역할 시집살이와 한(恨) 아들의 의미 2) 시어머니와 며느리의 역동적 관계: 성취지위의 경쟁자 outsider로서의 며느리 (자궁가족) 3) 남편과 아내의 역동적 관계: 아내가 원하는 남편의 역할 고부갈등에 임하는 남편의 유형 시어머니가 바라는 아들의 태도 4) 남편의 콤플렉스나 신드롬: 장남 콤플렉스 귀남이 콤플렉스 가장 콤플렉스
활 동 및 실 습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 조별 토론 당신의 남편은 중재자로서 어떤 역할을 하고 있나? 고부관계에서 변화되었으면 하는 남편의 태도 나의 남편은 어떤 유형인가? 2. 남편이 말하는 남편의 입장 들어보기

세번째 모임: 자기조절과 사회적 지지

교 육 내 용	
목 표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자기조절과 자기통제 능력을 향상시킨다. 2. 사회적 지원체계를 파악하고 긍정적으로 활용할 수 있게 한다.
강 의	<ol style="list-style-type: none"> 1. 승자와 패자 2. 관계의 이해 3. 관계의 주도권: 스트레스 관리법 효과적으로 닳하기 자아찾기 4. 인생의 각본 5. 역할분담과 지원: 가족 및 사회적 지지체계의 활용
활 동 및 실 습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 남이 말하는 나의 장점 받아쓰기 2. 대인 관계를 맺는 나의 유형 찾기 3. 나의 인생선(Life-Line)을 그려보고 정리하기 (누구의 닳?, 만족/불만족의 이유 찾기)
준비물	메모지, 이름표

네번째 모임: 열린마음, 열린대화 1 -말하기-

교 육 내 용	
목 적	효율적인 자기표현 기술을 습득하게 한다.
강 의	1. 비효율적인 의사소통 (너-전달법): 명령, 지시적으로 말하기 다투는 식으로 말하기 간접적인 공격표현 상대방의 잘못을 일반화시켜서 말하기 과거사 들추기 이중적 표현 목소리 높혀 말하기 2. 나-전달법: 자기개방적 나-전달법 직면적 나-전달법
활 동 및 실 습	1. 너-전달법의 표현을 나-전달법의 표현으로 바꾸어 보기 2. 강사가 직면적 나-전달법에 의한 의사소통을 역할극으로 시범을 보이기 3. 참석자들이 2인 1조가 되어 자신들이 가족관계에서 불편했던 경험을 파트너에게 나 전달법으로 표현해보기

다섯째 모임: 열린마음, 열린대화 2 - 듣기 -

교 육 내 용	
목 표	마음을 열게 하는 듣기 기술을 습득하게 한다.
강 의	1. 의사소통의 중요성 2. 의사소통 유형: 회유형, 비난형, 산만형, 초이성형, 일치형 3. 효율적인 듣기:: 주의깊게 듣기 긍정적 피이드백 (인정하기) 정보 요청하기 요약하기 개방질문하기
활 동 및 실 습	1. 자신의 언어습관 검토해 보기 (언어의 주도권) 2. 시어머니와 의사소통시 자주 사용되는 의사소통의 걸림돌이나 언어습관에 대해 검토해보기 3. 강사가 효율적인 듣기기술을 역할극으로 시범을 보인후 조별로 나누어 준 각본에 의해 실습하기

여섯째 모임: 갈등해결 방법

교 육 내 용	
목 적	적절한 문제의 이해 및 해결책을 발견하는 기술을 습득하게 한다.
강 의	1. 갈등해결 유형: 위치협상 회피형 협동형 2. 효율적인 갈등해결 방법: 감정과 문제의 분리 문제를 바라보는 서로의 관점 확인 시어머니와 며느리의 주장 뒤에 있는 동기와 욕구의 확인 고부가 함께 만족하는 대안의 탐색과 결정
활 동 및 실 습	1. 강사가 참석자들의 사례로 시범 보이기 2. 4인 1조가 되어 참석자의 문제들을 갖고 소개된 갈등해결 순서에 의해 토의하고 해결책을 함께 찾기 3. 프로그램 평가지에 대한 응답하기
준비물	평가지, 이름표

IV. 프로그램의 평가

1. 평가 방법

본 연구에서는 교육프로그램의 효과를 평가하기 위하여 사전과 사후검사를 실시하였다. 사전과 사후검사는 프로그램 실시 전과 마지막 모임 후에 질문지를 사용하여 측정하였다. 질문지는 고부관계 향상을 위해 필요한 지식 및 정보수준, 자기통제력, 시모와의 관계의 질, 의사소통, 갈등해결 등을 측정하는 내용으로 구성되었다.

2. 평가 측정 도구

1) 부양지식 및 정보수준

고부관계 향상을 위해 필요한 지식 및 정보 수준의 척도는 윤진 외(1982)가 만든 경산 노화 사실 인지 척도 중 일부를 사용하였다. 이 척도는 신체, 생리적 문항(5문항), 심리적 문항(5문항), 가족사회적 문항(3문항)등 총 13문항으로 구성되었다. 각 문항에 대한 응답은 '그렇다', '모르겠다', '아니다'로 구분되었으며 노화사실에 대한 정답 점수를 파악하여 평가하였다.

2) 자기통제력

자기통제력은 자신의 생활에 대한 통제감을 나타내는 것이다. 사건의 결과가 자신의 행동이나 능력에 달려있다고 결과를 자신에게로 귀인하는 경향이 강한 사람일수록 문제의 해결 방안에 능동적으로 대응하여 스트레스 수준을 완화시킬 수 있다. 자기통제력 수준을 측정하기 위하여 본 연구에서는 송현애(1993)의 자기통제력 척도를 사용하였다. 이는 4개 문항으로 구성되었으며 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 리커트형 척도로 점수가 높을수록 자기통제력이 높음을 나타낸다. 척도의 신뢰도는 $\alpha = .69$ 였다.

3) 의사소통

효과적인 의사소통은 고부간 상호관계의 유지와 신뢰감에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 본 연구에서는 고부간의 효과적 의사소통 정도를 측정하기 위하여 Olson과 동료들(1982)의 ENRICH(Enriching Relationship Issues, Communication and Happiness) 척도를 번안 수정한 서동인 외(1994)의 의사소통 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 5개 문항으로서 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 리커트형으로 구성되었다. 이것은 점수가 높을수록 고부가 서로 신

되하며 편안하게 의사소통하는 정도가 높음을 나타낸다. 척도의 신뢰도는 $\alpha = .80$ 이었다.

4) 갈등해결

고부간에 갈등대처 능력이 부족할수록 서로의 차이점을 수용하기 어렵고 문제를 해결 조정하는데 어려움을 겪을 것이다. 고부간에 이러한 갈등해결 능력을 측정하기 위해 본 연구에서는 위에서 밝힌 ENRICH의 갈등해결 척도를 사용하였다. 총 6 문항으로 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 척도로 구성되었으며 점수가 높을수록 고부간에 갈등이 원만히 이루어지는 정도가 높음을 나타낸다. 이 척도의 신뢰도는 $\alpha = .85$ 였다.

5) 시모와의 관계의 질

머느리가 시모와의 관계를 어떻게 지각하고 있는지를 파악하기 위해 송현애(1993)의 척도를 사용하였다. 이것은 5개문항으로 구성되었으며, 각 문항에 대한 응답은 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'에 이르는 5점 척도를 주었다. 각 문항의 응답 점수가 높을수록 시모와의 관계가 친밀하며 높은 질적 관계를 나타낸다. 이 척도의 신뢰도는 $\alpha = .80$ 이었다.

3. 평가대상자의 일반적 특성

평가대상자는 본 교육 프로그램에 참여한 머느리들이었다. 본 프로그램에 참여한 사람은 첫 모임에 17명이었으며 마지막 모임에 14명이었다. 평가 분석에 포함된 대상자는 사전과 사후검사에 모두 참여한

<표 1> 평가대상자의 일반적 특성

(단위(명), n=11)

변 인	머 느 리		변 인	시 모	
	구 분	빈 도		구 분	빈 도
연 령	40세 미만	4	연 령	60~64세	2
	40~44세	4		65~69세	3
	45~49세	3		70~74세	2
	평 균	41.2세		75~79세	2
				80세 이상	2
				평 균	71.3세
머 느 리 지 위	큰머느리	7	결혼상태	사 별	9
	외머느리	1		결 혼	2
	둘째이하	3			
거주형태	동 거	7		건강상태	건강치못함
	별 거	4	건강한 편		7
건강상태	건강치못함	4	생활수준	여유 있음	3
	건강한 편	7		보 통	2
학 령	초등학교	4		기본적생활유지	1
	중등학교	2		자식에게전적의지	5
	고등학교	5			
직업유무	유	2			
	무	9			

〈표 2〉 교육집단의 사전, 사후검사 점수 비교

척도	하위영역	사전검사	사후검사	t 값
노화	전체	5.6(1.4)	7.4(2.3)	-2.56**
사실	신체·생리적	2.0(1.0)	2.5(1.2)	-1.46
인지	심리적	2.5(0.8)	2.9(0.9)	-1.46
	가족·사회적	1.2(0.6)	2.0(0.7)	-2.76**
자기통제력		13.1(2.9)	14.3(2.2)	-1.32
의사소통		17.1(5.1)	18.2(4.4)	-1.36
갈등해결		19.3(6.1)	21.4(5.2)	-1.89*
고부관계의 질		15.1(5.1)	17.5(5.1)	-2.83**

(M(SD), n=11)

* $p < .10$, ** $p < .05$

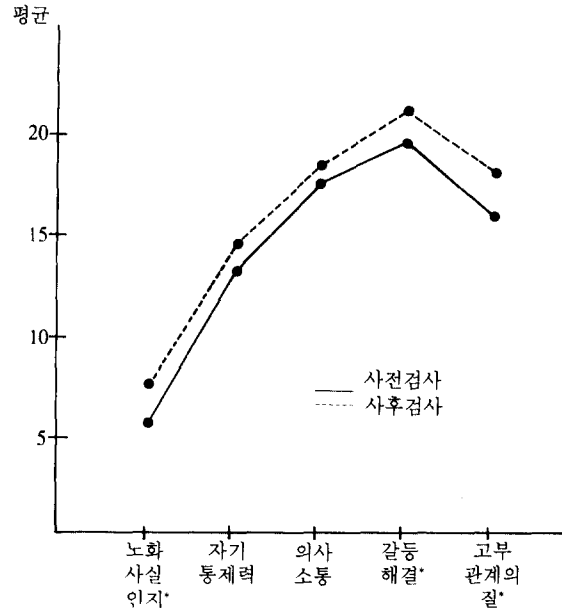
며느리들이었으며 고부갈등 이외의 이유로 참여하였거나 검사지를 부실기재한 사람은 분석에서 제외되었다.

따라서 본 연구의 평가대상자는 총 11명의 며느리들이며 이들은 paired-t 검정으로 사전과 사후검사가 비교되었다. 평가대상자의 일반적 특성은 〈표 1〉에 나타나 있다. 평가대상자들의 특성을 보면, 40대 며느리가 7명이었으며 평균 연령이 41.2세였다. 대체로 이들은 큰 며느리(외며느리 포함)였으며, 약 2/3 정도가 시어머니와 동거하고 있었다. 그리고 이들은 대체로 자신들을 건강한 편(7명)으로 인식하고 있었으며, 학력은 중등학교 이하가 6명이나 되었고 거의 전업주부(9명)였다.

시어머니의 연령은 60대가 5명, 70대 이상이 6명이었으며 대부분(9명) 사별로 인해 혼자 계셨다. 며느리들은 대체로 시어머니를 건강한 편(7명)으로 지각하고 있었고, 자식의 의존도가 높은 것으로 인식하고 있었다.

4. 프로그램의 평가분석 결과

평가 내용은 '고부관계 향상 프로그램'의 참여가 고부관계에 필요한 지식 및 정보의 수준, 고부관계에 대한 사고와 인식의 변화, 그리고 태도 및 행동에 영향을 미치는지를 측정하는 것으로 사전, 사후검사 점수를 비교하였다. paired-t 검증을 사용하여 분석한 결과는 〈표 2〉와 〈그림 1〉에 제시된 바와 같다.



* 사전, 사후검사 비교에서 차이가 있는 영역(paired-t 검증 결과)

〈그림 1〉 교육집단의 사전, 사후 검사의 점수 비교(n=11)

프로그램 실시 전과 후의 평균 점수간 차이를 검증한 결과, 노화사실인지 전체 영역과 고부관계의 질, 갈등해결 영역에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 반면에 자기통제력, 의사소통 등의 영역에서는 교육 전후에 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 본 교육프로그램은 고부관계 향상에 필요한 지식 정

보와 고부 두사람 관계에 대한 태도와 인식의 변화에서 유의한 프로그램이라고 생각된다.

5. 총괄 평가

본 연구에서는 프로그램 교육 내용의 개선점 및 제

〈표 3〉 평가대상자들의 개방형 프로그램 평가 문항과 응답

문항	응답
1. 이번 교육으로 특별히 자신에게 유익했던 강의 내용이 있다면 무엇입니까?	<ul style="list-style-type: none"> · 대화법 · 남편과 시어머님의 마음 이해 · 모든 교육내용
2. 이번 교육으로 고부관계에서 새롭게 배운점은?	<ul style="list-style-type: none"> · 먼저 상대방을 생각하고 이해하려는 노력이 필요함을 느꼈다. · 어머니를 조금은 이해 할 수 있을 것 같다 · 노인의 심정을 조금이나마 알 것 같다 · 시어머니 심정에 대해 이해가 되었고 우리 세대는 실제로도 잘해드리려 노력할 수 있지만 앞으로 젊은이들은 어떨지 궁금하다.
3. 강의 후 시어머님 섬기는 태도나 마음가짐이 강의 받기 전과 비교해 어떻습니까?	<ul style="list-style-type: none"> · 앞으로 더 잘해드리려고 노력하겠다. · 생각하는 면이 넓어진 것 같다. · 인식의 변화가 중요한 것을 깨달았다. · 긍정적으로 되었다. · 한 번 더 생각하게 되었다. · 좀 더 잘해드리야 하겠다고 생각하였다.
4. 시어머니 섬기는데서 오는 스트레스나 부담감에 어떠한 변화가 있습니까?	<ul style="list-style-type: none"> · 힘이 들지만, 노력하면서 지혜롭게 해결하도록 하겠다 · 많이 나아질 것 같다 · 내 마음을 잘 다스리고 이해하는 마음으로 부담감을 극복하겠다.
5. 이번 교육 프로그램의 내용이 나 시행면에서 개선점이나 요구, 건의 사항은?	<ul style="list-style-type: none"> · 시간이 짧아서 아쉽다. · 앞으로 이런 강의가 자주 있었으면 한다. · 이런 기회가 자주 있어서 다른 어머니들도 많이 참석 했으면 한다.
6. 이번 교육 프로그램을 통하여 전반적으로 느낀점은?	<ul style="list-style-type: none"> · 많은 것을 배우고 생각이 깊어졌으며 강의를 듣게 된 것에 감사하는 마음이 생긴다. · 또 이런 기회가 있으면 배우고 상담 받고 싶다. · 시어머님을 많이 이해하게 된 것 같다. 그 전에는 이해는 되도 마음 뿐이었는데 지금은 다르며, 앞으로 살아가는데 좋은 것을 얻은 것 같다. · 전반적으로 교육 내용이 만족스러웠으며 나 자신을 스스로 통제하는 면을 배웠고 긍정적으로 사물을 보는 지혜를 얻은 것 같다. · 나는 그때 그때 감정에 따라 행동해 왔지만 조금 더 생각하고 이해하여 대화로 이끌어가겠다. · 시부모님을 대하는 태도가 바뀌어야 한다고 느꼈으며 상대방의 의견 존중, 말하고 듣는 것에 변화가 있어야 한다고 느꼈다. · 상대방의 입장에서 마음을 읽도록 노력하는 것, 남의 의견을 끝까지 경청하여 내마음을 잘 이해할 수 있도록 하는 것이 매우 필요하다고 생각되었다.

안점, 프로그램 진행상의 문제점 등에 관해 개방형 질문으로 마지막 날에 총괄적인 평가를 실시하였다.

대부분의 참여자가 본 프로그램을 긍정적으로 평가하였으며 본 교육 프로그램의 참여로 많은 것을 배웠다고 응답하였다.

구체적으로 응답한 내용을 살펴 보면 다음과 같다 <표 3 참조>.

특히 자신에게 유익했던 강의 내용의 선택에 대해서 '듣기와 말하기'로 응답한 참석자는 5명이었으며, '납편과 노인심리 이해'가 3명, '모든 면'에서가 3명이었다. 이번 교육으로 고부관계에서 새롭게 배운 점에 대해서는 상대방(시아머니)에 대한 이해가 깊어졌다는 응답이 9명으로 나타났다.

강의 전과 강의 후의 태도나 마음가짐의 변화에 대한 질문에는 '생각하는 면이 넓어지고 긍정적으로 변화되었다'는 응답이 8명이나 되었다(나머지 3명은 무응답이었다). 그리고 강의전과 비교해 부양에서 오는 스트레스와 부담감의 변화에 대해서는 '많이 좋아지고 긍정적으로 되었다'는 응답이 8명이었다. 프로그램의 개선점이나 요구사항에서는 기간이 짧은 것과 강의가 자주 있었으면 하는 바람이 있었다.

이와 같은 긍정적인 주관적 평가는 비록 본 프로그램의 모든 영역에서 사전, 사후검사 결과가 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았을지라도 프로그램 실시 후 인식과 태도에서 변화가 있음을 나타낸다. 이것은 평균점수 비교에서 사후검사가 사전검사 보다 높게 나타난 결과와 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다.

따라서 비록 응답자들이 주관적으로 평가하는 개방형 질문에서 바람직한 성향으로 대답 할 가능성이 높다고 할지라도, 전체 프로그램에 대한 긍정적인 평가는 본 프로그램의 효과를 나타내는 것으로 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 고부관계 향상을 위한 프로그램을 실시하여 그 효과를 평가하는데 있다. 사전 사후검사를 통한 영역별 효과를 정리해 보면, 고부관계 향상에 필요한 지식정보의 수준이 증가하였고 고부관계에 대한 태도, 갈등해결 측면에서는 긍정적인 인식의 변화가 있

었다. 반면, 자기통제력, 의사소통 영역에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기통제력이 개인의 전반적인 인생관 및 가치관에 관련된 속성을 지니므로 3주에 걸친 단기 교육만으로는 그 성과를 얻기가 어렵다고 볼 수 있다. 의사소통 능력 역시 단기적으로 해결될 영역이 아니고 보다 장기적이고 지속적인 훈련이 필요한 영역임을 시사하고 있다.

그러나 비록 사전, 사후 검사 비교에서, 이러한 영역들이 통계적으로는 유의하게 나타나지 않았지만 사후검사의 평균점수에서는 향상을 보이고 있다. 이는 개방형 질문에서도 참석자들이 위의 영역들에 대해서 유익하고 큰 도움이 되었다고 응답한 것에도 반영되고 있다. 그러므로 고부관계 향상 프로그램에서 통계적으로 유의하게 나타난 노화사실인지, 갈등해결 능력 영역과 함께 자기통제력이나 의사소통 역시 중요한 교육내용인 것으로 나타났다.

결론적으로 참석자들은 고부관계 향상 프로그램을 통하여 고부갈등 상황에서 노화에 관한 지식, 자기통제력, 의사소통 능력, 갈등해결 능력 등의 대처 자원을 증진시켰다. 그 결과 참석자들은 갈등의 원인을 상대방 탓으로 보는 부정적 지각에서부터 노화에 관한 지식 습득으로 노인에 대한 지각 및 이해가 긍정적으로 되고, 문제해결의 중심을 외부나 타인이 아닌 자기능력 개발로 전환시키므로써 고부관계의 질을 향상시키는 것으로 나타났다.

본 프로그램의 지속적인 향상과 개발을 위하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 프로그램을 실시하는데 있어 참석자들의 특성(교육수준, 유사 프로그램 노출정도, 거주지역)에 따라 프로그램이 융통성 있게 진행되어야 한다. 본 교육 프로그램은 평균 교육수준이 상대적으로 낮고 유사 프로그램의 노출도가 매우 적은 농촌지역 거주자들이 대상이었으므로 실제적 문제 해결이나 기술습득의 능력을 개발하기 위한 기술훈련 시간보다는 노화에 관한 정보 전달에 보다 많은 시간이 소요되었다.

둘째, 프로그램의 효과는 프로그램 참석동기의 자발성 여부와 개인이 경험하는 고부갈등의 심각성 정도에 따라 달라질 수 있다. 본 프로그램 참석자들 중에서 고부갈등 정도가 심각하고 참석동기가 자발적인 며느리

들일수록 프로그램 참여도 및 효과가 크게 나타난 반면에, 참석동기가 비자발적이거나 심각한 갈등이 없는 참석자에게서는 프로그램의 효과가 비교적 낮게 나타났다.

셋째, 본 프로그램은 효과의 증대를 위하여 강의 도중 ‘남편과 시어머니 초청의 날’을 계획하였으나 참석자가 거의 없었다. 따라서 남편과 시모가 모두 참석할 수 있도록 프로그램 진행상의 효과적 방안이 마련되어야 하며 또한 이러한 프로그램의 적극적인 사회적 홍보가 필요하다.

넷째, 본 프로그램의 참석자들은 듣기, 말하기의 의사소통 방법에 대하여 많은 관심이 있었다. 이들의 요구에 부합하고 실제적이면서 효과적인 대처기술을 습득하도록 하기 위해서는 실습시간이 더 필요하며 요구자의 개별적 상담이 병행될 필요가 있다.

다섯째, 본 프로그램의 일반화와 교육효과의 객관적 검증은 위해서는 여러 집단의 비교 연구가 필요하다.

【참 고 문 헌】

- 1) 고정자(1989), 한국 도시주부의 고부갈등에 관한 연구, 박사학위 논문, 한양대학교 대학원.
- 2) 박영숙(1989), Minuchin의 이론체계 내에서의 한국 가정의 고부갈등에 관한 연구, 동아대학교 대학원 석사학위 논문.
- 3) 서동인 외(1994), 가족생활주기에 따른 도시가족의 부부관계, 한국 도시가족의 부부 문제 연구, 한국가족상담·교육연구소 연구보고서 제 1권.
- 4) 송현애(1993), 며느리의 시부모 부양 스트레스에 관한 연구, 동국대 대학원, 박사학위 논문.
- 5) 신일진(1991), 노부모와 성인자녀간의 의사소통 유형과 갈등에 관한 연구, 성신여대 대학원 석사학위

논문.

- 6) 이경애(1981), 고부간의 갈등에 관한 연구, 숙명여대 대학원, 석사학위 논문.
- 7) 이경희(1988), 가족생활주기에 따른 주부의 사회관계망에 관한 연구, 서울대 대학원, 석사학위 논문.
- 8) 이기숙(1985), 한국가정의 고부갈등 발생원에 대한 요인 분석, 박사학위 논문, 부산 대학교 대학원.
- 9) 이광규(1975), 부계가족에서의 고부관계, 인류학 논집, 한국문화인류학회 제 1집.
- 10) 이정연(1990), 며느리가 인지한 고부갈등과 대처행동에 관한 연구, 한국가정관리학회지, 제 8권 2호, 135~146.
- 11) 정혜정·서병숙(1993), 고부갈등에 있어서 자기통제력, 닻 및 적응과의 관계, 한국가정관리학회지, 11(1), 119~133.
- 12) Cicirelli, V.G.(1983), Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents: A path model, *Journal of Marriage and the Family*, 45(4), 815-825.
- 13) Chung, H.(1992), Effects of conflict with mothers-in-law on psychology well-being and marital adjustment among Korean daughter-in-law. Unpublished Ph.D. Dissertation. Texas Tech University, Lubbock, TX, U.S.A.
- 14) Fischer, L.R.(1983), Mother and Mother-in-law, *Journal of Marriage and Family*, 45(2), 187~192.
- 15) MaCubbin, H.I. & Patterson, J.(1983), The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation, *Marriage and Family Review*, 6(1-2), 7~38.
- 16) Quinn, W.H.(1983), Personal and family adjustment in later life, *Journal of Marriage and the Family*, 45 (1), 60~66.