

젊은 며느리를 위한 고부관계 향상 교육 프로그램의 개발 및 평가*

Development and evaluation of enrichment program for the
relationship of young daughters-in-law with their mothers-in-law

목포대학교 가정관리학과
전임강사 李貞蓮
한국가족상담교육연구소
책임연구원 鄭慧貞
사랑의 전화 상담연구소
부 소 장 張珍京

Mokpo National University, Dept. of Home Management

Lecturer : Lee, Jung Yeon

Korean Institute of Family Counseling and Education

Senior Researcher : Chung, Hyejeong

Love Line Welfare Foundation

Associate Director : Chang, Jin-Kyung

〈목 차〉

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

〈Abstract〉

Based on the conceptual framework of Double ABCX model of family stress and adaptation, this study developed the enrichment program for the relationship of young daughters-in-law with their mothers-in-law. Results of empirical research concerning the relationship between them also provided for the basis of designing this program. Consisting of 6 sessions, this education program was delivered to

* 본 연구는 한국가족상담 교육연구소와 미래인력연구센터가 공동주최한 학술 세미나: 고부관계향상 교육 프로그램에서 발표한 원고를 정리한 것임.

20 young daughters-in-law in a rural area of Kyunggi-do province. The effectiveness of the program was evaluated through one-group posttest design and follow-up interview.

Overall, most participants in the program reported that the relationship with their mothers-in-law was enhanced in terms of understanding mothers-in-laws psychology and roles, of improving communication and problem-solving skills, self-control, and of blaming.

I. 서론

전통적으로 우리나라 가족에서 갈등의 소지가 가장 큰 관계로 고부관계를 들고 있다. 전통사회에서 고부관계의 성격은 시어머니의 요구나 간섭, 지시, 학대 등에 대한 며느리의 절대적인 복종과 인내로 이루어지는 일방적인 관계로 고부간의 문제는 유교적인 가족윤리와 가족구조를 통하여 다스려져 왔다. 그러나 가족구조와 가족생활의 내용이 변화되고 있고, 전통적인 가족주의와 서구의 개인주의 가치관이 공존하는 현대로 오면서 고부관계의 성격과 고부간의 권력관계는 상당한 변화를 겪고 있으므로 전통적인 가족윤리를 통한 고부갈등의 해결은 더이상 효력을 발휘하지 못할 가능성이 높아지고 있다.

고부갈등은 당사자뿐만 아니라, 남편(아들), 손자녀 등 모든 가족구성원에게 영향을 미침으로써(유영주·김경신·김순옥, 1996), 가족전체의 안녕을 저해하는 주요 요인이 된다. 고부갈등에 관한 실증적 연구에 의하면, 고부갈등은 여성의 심리적 건강과 밀접한 연관이 있는데 고부갈등이 빈번할수록 그리고 고부갈등을 심각하게 지각할수록 며느리의 심리적 안녕 수준은 낮았다(Chung, 1992). 고부갈등은 또한 부부싸움을 유발하기도 하며(고정자, 1989), 여성의 결혼만족과 부정적인 관계가 있다(이경애, 1984; 박

영숙, 1987; Chung, 1992).¹⁾ 최근에는 누적된 고부갈등으로 인하여 시부모 모시기를 꺼리고 노인들이 비관자살하거나 가족이 해체되는 사건들도 일어나고 있어, 오늘날 고부간의 갈등은 어느 계층을 막론하고 우리 사회가 해결해야 할 보편적인 당면과제라 할 수 있다.

이와 같이 고부갈등은 우리나라 기혼여성들이 경험하는 대표적인 스트레스원으로, 개인의 삶의 질을 향상시키기 위해서는 조화로운 고부관계의 확립과 유지가 필요하다. 고부간의 관계적 조화는 또한 여성의 사회활동을 보다 자유롭고 생산적인 것으로 유도할 가능성이 높기 때문에 여성인력의 활용이라는 측면에서도 중시되어야 한다. 따라서 고부관계 향상을 위하여 전문적 도움을 제공하는 교육 프로그램을 개발하고 시행하며 활성화하는 것은 매우 필요하고 시의적절한 일이라 하겠다.

고부관계 향상 교육 프로그램은 고부를 모두 대상으로 하는 것이 바람직하지만, 본 연구에서는 비교적 젊은 며느리를 대상으로 고부간의 적응을 돕고, 고부간의 갈등에 대처하며, 고부갈등 해결 방안을 습득하게 하는 교육 프로그램을 개발하고 시행하며 그 결과를 평가해 보고자 하였다.

1) 김양희(1995)에 의하면, 한 신경정신과를 찾는 주부들 가운데 40%가 고부갈등으로 인한 정신적 고통을 호소하고, 시어머니인 주부의 60% 역시 며느리와의 갈등을 호소하는 것으로 보아, 한국사회에서 고부갈등이 여성의 삶에 얼마나 심각한지를 알 수 있다고 하였다. 또한 '여성의 전화'의 지난 10년간 상담건수를 표본추출한 기록을 보면, 1990년 이후 시대과의 갈등이 지속적으로 증가추세를 보이고 있다(유영주 외, 1995).

II. 이론적 배경

본 고부관계 향상 교육 프로그램은 가족스트레스와 적응에 관한 Double ABCX 모델(McCubbin & Patterson, 1983a, 1983b)을 기초로 개발되었다. 이 모델에서 aA요인은 고부간의 갈등과 같은 요구의 누적이다. 고부갈등은 우리나라 여성들이 경험하는 대표적인 스트레스원 중의 하나로 며느리나 시어머니 역할을 수행함에 따라 경험하게 되는 스트레스원과 긴장의 누적으로 정의될 수 있다. 한 여성이 결혼함에 따라 며느리 역할을 수행해야 하고 그 결과 여러가지 스트레스원과 긴장이 야기된다. 즉 고부간 역할기대의 차이, 가족문화의 차이, 가치관과 인생목표의 차이, 가정권리와 가정경제권을 둘러싼 대립, 의사소통의 어려움, 시어머니의 간섭으로 인한 경계선의 모호성 등이 누적되는데, 고부는 각자의 심리적 안녕과 생활만족을 위해 이러한 요구에 대처해야 한다.

Double ABCX모델에서 bB요인은 가족적응자원이다. 며느리가 시어머니와의 갈등을 예방하고 이에 대처하며 갈등을 해결하기 위하여 사용할 수 있는 자원은 여러가지가 있다. 우선 가장 유용한 개인적 자원중의 하나로서 자기통제력을 들 수 있다. 자기통제력은 개인이 자신의 생활환경을 통제할 수 있다는 믿음이다. 자기통제력이 낮은 며느리는 시어머니와의 갈등을 더욱 심각한 것으로 인지하여 결과적으로 심리적 복지 수준이 낮았다는 연구결과(Chung, 1992)에 비추어 볼 때, 며느리의 자기통제력 강화에 초점을 둔 교육 프로그램의 구성이 필요하리라 본다.

스트레스원과 긴장에 대처하기 위하여 유용한 가족체계 자원에는 여러가지 형태가 있다. 대표적으로 가족의 분명하고 직접적인 의사소통 기술(Satir, 1972), 의사소통의 언어적, 비언어적 수준의 일치(Fleck, 1980), 그리고 가족의 문제해결 능력은 모두 스트레스 상황에 대처하고 그러한 상황을 관리하는데 중요한 자원이다(McCubbin & Patterson, 1989에서 재인용). 본 교육 프로그램은 분명하고 구체적이며 직접적인 말하기와 반영적이고 공감적인 듣기, 긍정적인 피드백 등 효과적인 의사소통 기술과 문제해

결 능력을 향상시킴으로써 고부간에 발생하는 갈등에 대처하고 갈등을 해결하는 자원으로 이용하도록 구성하였다.

스트레스적 생활경험에 유용한 또하나의 자원은 사회적 지원이다. 사회적 지원은 사회적 관계망과는 구분되는 용어로 사람들과의 피상적인 교류이상 질적인 상호교류를 뜻하며, 정보적 지원, 정서적 지원, 자존감 지원, 동료감 지원, 물리적 지원 등으로 이루어지는 다차원적인 개념이다. 고부갈등과 같은 스트레스원과 긴장에 직면하였을 때 주위사람들로부터의 충분한 사회적 지원은 스트레스원이 심리적 복지나 생활만족에 미치는 부정적 영향을 완화시킨다(Chung, 1992).

그러나 여기서 한가지 주목할 점은 사회적 지원을 어느정도 충분히 받았는가 하는 것도 중요하지만 사회적 지원의 여러가지 부정적인 측면을 동시에 고려해야 한다는 점이다. 예를 들어 사회적 지원자가 며느리에게 긍정적인 의도로 지원을 할 때에도 지원을 받는 당사자에게 적용되지 않는 충고나 조언을 할 경우, 이는 유용한 자원이라기 보다 또하나의 스트레스원으로 작용할 수 있다. 따라서 고부관계 향상을 위한 교육 프로그램은 며느리의 현존 사회적 지원체계의 파악과 더불어 누구로부터 어떠한 지원을 어느 정도 충분히 받는가를 평가하고 부정적인 사회적 지원의 형태와 제공자를 조사함으로써 사회적 지원이 고부관계 향상에 유용한 자원이 될 수 있도록 구성되어야 한다.

Double ABCX 모델에서 cC요인은 가족의 평가로, 가족이 전체 위기상황에 부여하는 정의와 지각적인 의미를 뜻하며 상황적 평가와 전반적 평가의 두가지 수준을 포함한다. 상황적 평가는 스트레스원과 긴장 및 그에 대처하기 위한 능력에 대한 가족의 주관적인 평가를 뜻한다. 고부갈등 상황에 적용될 수 있는 대표적인 상황적 평가 요인으로 탓(blame)을 들 수 있다. 탓은 스트레스적인 생활경험에 대하여 잘못된 소재를 밝히기 위하여 흔히 이루어지는 반응(Janoff-Bulman & Lang-Gunn, 1986)으로, 어떤 상황에 대한 개인의 지각 또는 평가를 의미한다는 점에서 cC요인으로 볼 수 있다(Chung, 1992). 스트레스원에 대한

맞의 대상은 여러가지로, 한사람의 성격이나 행동, 타인, 또는 사주팔자와 상황 등 인간외적 요인을 들 수 있다.

이러한 다양한 형태의 맞이 스트레스원에 대한 적응에 긍정적인 영향을 미치는지 아니면 부정적인 영향을 미치는지에 대한 일련의 논쟁을 살펴보면, 맞은 자기통제력과 밀접히 연관되며 무엇을 맞하느냐에 따라 영향의 방향이 달라짐을 알 수 있다. 즉 성격과 같이 개인의 노력으로 수정과 통제가 비교적 어려운 요인을 맞하는 사람들은 무력감과 우울증을 경험하게 된다. 반면 스트레스원에 대하여 수정과 통제가 비교적 쉬운 행동을 맞할 경우, 앞으로 그러한 행동의 발생을 통제할 수가 있다고 봄으로써 자기통제력을 갖게 되고 결과적으로 스트레스원에 대한 적응에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다(Seligman, 1975; Peterson, Schwartz & Seligman, 1981).

고부갈등에 관한 연구(Chung, 1992; 정혜정·서병숙, 1993)는 며느리가 고부갈등을 자신의 행동 탓으로 지각할수록 심리적 복지 수준이 더 높았으나, 사주팔자 또는 자신이 처한 상황이나 환경 등 인간외적인 요인을 탓할수록 며느리의 심리적 복지수준이 낮았음을 밝히고 있다. 그러므로 고부갈등에 대한 적응수준을 높이기 위하여 고안된 교육 프로그램에서는 며느리가 시어머니와의 문제에 대해 누구를 또는 무엇을 맞하는가를 살펴보게 함으로써 며느리의 적응 수준을 높이도록 구성되어야 할 것이다.

전반적 평가는 스트레스적 생활경험에 대한 구체적인 평가를 넘어서 가족이 가족원들간의 관계 그리고 가족과 사회와의 관계를 어떻게 바라보는가에 관한 일련의 신념이나 가정이다(McCubbin & McCubbin, 1989). 따라서 가족관계와 가족문화에 대한 지각의 불일치는 가족내 긴장이나 가족원간의 갈등을 초래한다. 특히 전통과 초현대가 공존하고 있는 현대 우리나라의 가족에서는 가족문화와 가족관계에 대한 가족원들간의 이해의 부족과 인식의 차이로 다양한 갈등이 존재할 가능성이 높다. 따라서 변화하는 가족문화와 가족관계에 대한 이해는 가족원간의 갈등에 대처할 수 있는 능력을 향상시킬 것이다. 뿐만 아니라 생애주기에 따른 인간의 보편적인 신체

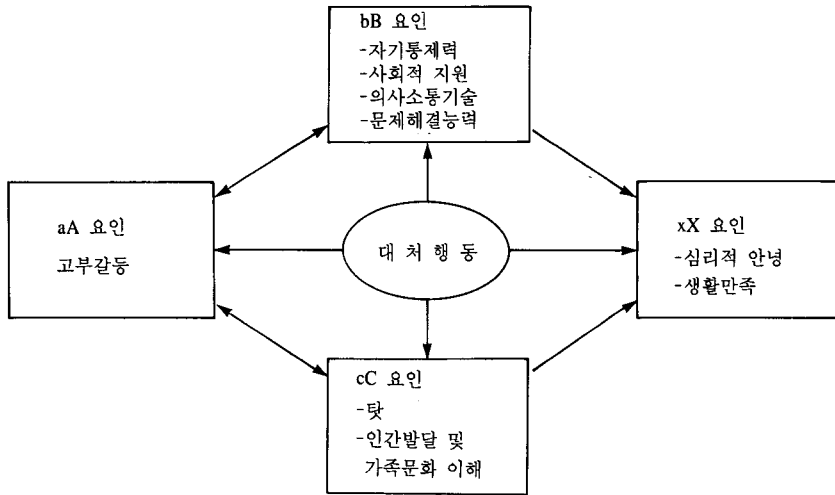
적, 심리적 특성의 변화에 대한 이해는 문제상황을 긍정적으로 인식할 수 있는 계기를 갖게할 수 있을 것이다. 이러한 가정하에서 본 프로그램은 시부모의 역할변화와 신체적 및 심리적 변화에 대한 인식의 폭을 넓힐 수 있는 내용과 가족문화와 가족관계에 대한 인지수준을 높일수 있는 내용을 교육함으로써 며느리가 시어머니와의 관계를 긍정적으로 지각할 수 있는 장(場)을 마련하고자 하였다.

Double ABCX 모델에 포함된 또 하나의 요인은 가족의 대처행동이다. 대처행동은 스트레스원에 대처하기 위해 구체적으로 무엇을 행하는가를 가리키는 것으로, 무엇을 가지고 있는가를 뜻하는 자원과는 구분되는 용어이다. 또한 대처행동은 개인과 가족이 스트레스원에 반응하여 적응수준을 높이기 위하여 자원과 평가요인을 활용하는 것으로, 행동적 요소 뿐 아니라 인지적 요소까지 포함하는 개념이다. 본 프로그램에서는 자원과 평가요인에 초점을 둘 뿐 아니라 고부갈등 상황에 대처하기 위하여 이 요인들이 구체적으로 어떻게 활용되어 왔고 또 활용될 수 있는가에 초점을 두어 프로그램의 내용을 구성하고자 하였다.

마지막으로 xX요인은 가족의 적응으로, 요구의 누적에 대한 가족의 반응 결과이다. Double ABCX 모델에서 가족의 적응수준은 aA, bB, cC 요인이 복합적으로 상호작용한 결과 결정된다. 따라서 고부갈등과 같은 스트레스원과 긴장에 효율적으로 대처하기 위해서는 자원요인과 평가요인에 대한 구체적인 이해가 전제되어야 하며, 이것이 또한 대처행동에 적극적으로 활용될 수 있어야 할 것이다.

본 교육 프로그램 내용 구성에 있어서 Double ABCX모델이 어떻게 적용되었는지를 살펴보면 다음 <그림 1>과 같다. 즉, aA요인으로는 고부갈등, bB요인으로는 자기통제력, 사회적 지원, 의사소통 기술, 문제해결능력, cC요인으로는 맞, 인간발달 및 가족문화 이해, 그리고 xX요인으로는 심리적 안녕, 생활만족 등으로 구성하였다.

본 연구는 가족생활교육이 본질상 지식, 태도, 기술 등 교육의 모든 차원을 고려한다는 점(Arcus, Schvaneveldt, & Moss, 1996)을 감안하여, Double



〈그림 1〉 고부관계향상 교육 프로그램 모델

ABCX 모델에 포함된 요인들에 대한 지식을 습득케 함과 동시에 이러한 지식이 고부갈등에 대처할 때 실제로 어떻게 적용될 수 있는가를 토론하고 실습하게 함으로써 태도의 변화와 구체적인 기술의 습득을 도모하고자 설계하였다. 뿐만 아니라 본 연구는 생애주기에 따라 개인과 가족의 욕구에 기초를 두어야 한다는 가족생활교육의 기본 원칙(Arcus et al., 1996)을 바탕으로 하여, 젊은 며느리에 특별한 초점을 두어 프로그램을 구성하였다.

20~30대 초반에 속하는 젊은 며느리의 경우 아직 자녀양육의 부담이 큰 시기에 속해 있으며, 중년 며느리에 비하여 시부모와의 적용이 비교적 초기단계에 있으나, 젊은 며느리의 시부모는 아직 완전한 노년기에 속하지는 않을 것이다. 따라서 젊은 며느리의 고부관계는 가정경제나 가사처리 또는 자녀양육을 둘러싼 의견의 대립이나 모호한 역할 구분의 특징을 보일 가능성이 높다. 생애주기에 따라 개인의 신체적·심리적 특성이 변할 뿐 아니라 개인의 역할 변화에 따른 대인관계의 역동성이 변화한다는 점을 감안하여 본 교육 프로그램은 비교적 젊은 며느리에 적합한 내용을 선정하여 구성하였다.

Ⅲ. 교육 프로그램의 구성 및 실시

1. 프로그램의 목표

본 고부관계 향상 교육 프로그램의 목적은 현재 담당하고 있는 가족부양의 부담이나 어려움을 감소시켜 줌으로써 고부관계의 질적 향상을 이루고자 한다. 며느리가 중, 노년기에 발생하는 여러 심리적, 신체적 변화와 그 특성을 이해하고, 가족문화 및 가족관계에 대한 이해를 통해 타인에 대한 수용과 배려가 이루어지고, 자기통제력을 증진시킬 때 가족부양태도가 보다 긍정적으로 변화할 수 있다. 이러한 가족부양에 대한 긍정적인 태도변화는 원만한 고부관계를 가능하게 하고 나아가 전반적인 가족생활의 질을 향상시킬 수 있다.

상기의 목적을 달성하기 위한 목표는 다음과 같다.

- (1) 중, 노년기의 신체적, 심리적, 성격적 특성을 이해하게 된다.
- (2) 가족문화와 가족관계, 특히 고부관계의 역동성을 이해하게 된다.
- (3) 고부관계 향상에 필요한 개인 및 가족자원을 활용하고 개발하게 된다.
- (4) 고부관계에서 발생하는 문제를 건설적으로 해결

할 수 있는 기술을 활용하고 개발하게 한다.

이상의 목표는 고부관계 향상을 위한 프로그램에서 전반적으로 지향하는 공통된 특성을 지니고 있다. 본 프로그램도 이러한 교육목표와 방향을 유지하면서 젊은 며느리에게 적합하도록 각 회기마다 구체적인 하위목표와 교육내용 및 실습을 첨가하였다.

2. 교육 프로그램의 실시

본 프로그램은 경기도 소재 안중 농협단체의 의뢰로 실시되었으며 교육대상은 시부모와의 동거여부에 상관없이 시부모 중 한 분이라도 생존해 있는 20~40대 초반의 며느리로 한정시켰다.

본 교육은 1996년 2월 7일부터 2월 23일까지 주 1회 내지 2회 모임으로 총 6회로 실시되었다. 본 교육의 참석인원은 17명이었으며 참석자의 수는 각 모임에 따라 다소 변동이 있었다. 본 교육의 진행은 매 회마다 각 주제 강의와 함께 집단토의 및 실습의 방법으로 이루어졌다.

참석자들의 인구학적 특성을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 참석자의 평균연령은 38.1세로서 30대가 52.9%, 40대초반이 35.3%, 그리고 20대가 11.8%였다. 참석자들의 학력은 고졸이 58.8%, 중졸이 29.5%, 그리고 대졸이 11.8%였다. 참석자 남편의 직업은 농사가 53%, 회사원이 24%, 공무원이 18%, 자영업이 6%였다. 시부모와의 동거여부를 보면 71%가 현재 시부모와 동거하고 있고 29%가 시부모와 함께 살고 있지 않았다. 시부모와의 평균 동거기간은 9.5년이었고 동거기간별 비율을 보면 6~10년이 30%, 5년이하와 11~15년이 각각 20%, 16~20년과 20년이상 각각 10%를 차지하였다.

3. 교육 프로그램의 내용

전체 6회 모임으로 구성된 프로그램에서 다루게 될 교육내용의 주제는 다음과 같으며 그 구체적인 내용은 6개의 표를 통해 제시된다.

본 교육 프로그램에서는 젊은 며느리 세대에 적합하도록 전반적인 내용 중 몇 가지 부분을 첨가하였

모임	교육내용	강사
1	시부모 마음읽기	장진경
2	가족문화와 가족관계	이정연
3	자기통제, 닳, 사회적 지지	정혜정
4	열린마음, 열린 대화1 <듣기>	이정연
5	열린 마음, 열린 대화 2 <말하기>	장진경
6	효율적인 갈등해결방법	정혜정

다. 즉, 제1회에서는 중간세대 역할의 어려움, 중, 노년 부모의 성격변화 및 성격특성 이해하기, 제2회에서는 가족문화의 차이 이해하기, 제 3회에서는 자기통제의 강화, 제4회에서는 언어습관에 대한 토론, 제5회에서는 긍정적이고 효율적인 말하기 실습, 그리고 제6회에서는 자기통제를 통한 갈등해결방법의 사용 등을 강화하였다.

IV. 교육 프로그램의 평가

1. 평가방법

본 연구에서는 교육기간중 실시하는 총괄평가와 교육기간이 후 실시하는 추후평가 두 가지 방법을 사용하였다. 전자는 마지막 6회 모임에 대상자들에게 프로그램의 참여동기, 프로그램의 내용, 프로그램 진행에 대한 제안점 등에 관한 개방형 질문을 실시하였고, 후자는 교육 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 교육이 끝난 후 고부관계의 변화정도, 본인·시아머니·남편의 태도와 행동의 변화, 도움이 된 분야와 도움이 되지 않은 분야, 교육프로그램 개발에 대한 제안점 등 4가지 주제에 관하여 추후 전화면접으로 이루어졌다.

질문지는 교육 프로그램의 전반적인 효과와 영역별 효과를 측정하기 위해 구조화된 개방형 질문으로 구성되었다. 추후 면접은 거리상의 이유로 인하여 전화면접으로 이루어졌는데, 4월23일부터 4월 29일까지 주로 오전시간을 이용하였으며, 부업 또는 주소득으로 전화연결이 불가능했던 3명을 제외한 14명에 대한 전화면접을 각각 실시하였다. 면접 시간은 약 15~30분이 소요되었다.

〈표 1〉 제1회 시부모의 마음 읽기

진행단계	교육 내용
목 표	1. 중,노년기의 신체적, 심리적, 그리고 성격적 특성의 이해 2. 가족내에서의 중,노년기의 역할변화에 대한 이해 3. 구성원들간의 친밀감 형성
강의내용	1. 시부모의 역할변화와 특성 1) 부모의 역할과 부부관계의 변화 2) 부모자녀관계의 변화 3) 중간세대 역할의 어려움 4) 은퇴기의 변화와 문제점 2. 시부모의 심리적, 성격적 특성 1) 중, 노년부모의 성격변화 2) 중, 노년부모의 성격특성
활동 및 실습	1. 친밀감 형성하기 1) 오리엔테이션 2) 자기소개와 함께 본 프로그램의 참여동기 및 자신의 장점소개하기 2. 설문지 작성하기 1) 시부모와의 관계만족도 척도 2) 고부갈등 척도 3. 조별실습 및 발표 1) 시부모에 대한 이해 - 시부모에 대한 고정관념 및 세대차이에 관한 조별토론 - 각 주제에 대한 조별발표 4. 소감발표

〈표 2〉 제2회 가족 문화와 가족관계

진행단계	교육 내용
목 표	1. 자신 및 배우자의 가족문화와 규칙에 대한 이해증진 2. 가족내에서 남편의 역할과 심리에 관한 이해
강의내용	1. 한국사회에서의 전통적인 가족문화 2. 한국사회에서의 전통적인 가족관계
활동 및 실습	1. 개인적 사례 발표 및 토론 1) 결혼전 시대에 대한 지식 2) 결혼에 대한 시모의 동의 여부 3) 시대와 친정의 가족문화 비교 4) 남편과 시모에 대한 기대

〈표 3〉 제3회 자기통제, 탓, 사회적 지지

진행단계	교육 내용
목 표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자기통제력향상 2. 탓의 의미와 중요성 이해 및 그 효율적 활용 3. 사회적 지원의 개념이해 및 그 효율적 활용
강의내용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자아찾기와 자기통제 2. 누구의 탓? 3. 스트레스 관리법 4. 사회적 지지의 차원 및 부정적 측면
활동 및 실습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자기통제력 과 탓 설문지 작성 2. 자신의 life line 그려보기 3. 자신의 기질성향과 스트레스 수준검사 4. 사회적 지지와 탓의 기술 습득 <ol style="list-style-type: none"> 1) 자신이 주로 구하고 받는 사회적 지지의 차원 및 그 효용성에 대해 생각해 보기 2) 고부문제를 악화시킬 수 있는 사회적 지지의 형태에 대해 적어보기 3) 고부문제 발생시 자신이 주로 탓하는 형태에 대해 생각해 보기 4) 사회적 지지와 탓에 대해 생각해 본 것들을 조별로 서로 나누기

〈표 4〉 제4회 열린마음, 열린대화 1 〈듣기〉

진행단계	교육 내용
목 표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 효과적인 의사소통 기술습득 2. 의사소통의 본질 이해 3. 반영적 경청 기술습득
강의내용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 의사소통의 정의 및 중요성 2. Satir의 의사소통 유형 3. 의사소통의 걸림돌 4. 효율적인 듣기
활동 및 실습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자신과 시어머니의 언어습관에 대해 조별토론 2. 효율적인 듣기 기술습득 연습 <ol style="list-style-type: none"> 1) 주의깊게 듣기 <ol style="list-style-type: none"> 2인 1조가 되어서 주의깊게 듣기 실습해 본 후 주위의 반응 평가 2) 반영적 경청 <ol style="list-style-type: none"> 2인 1조가 되어서 반영적 경청 실습해 본 후 주위의 반응 평가 3) 긍정적인 피드백 <ol style="list-style-type: none"> 2인 1조가 되어서 긍정적 피드백을 실습해 본 후 주위의 반응 평가 4) 공감적 이해 <ol style="list-style-type: none"> 2인 1조가 되어서 공감적 이해에 대해 실습해 본 후 주위의 반응 평가

〈표 5〉 제5회 열린마음, 열린대화 2 〈말하기〉

진행단계	교육 내용
목 표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자신의 감정 및 의사표현을 솔직히 하도록 훈련 2. 나-전달법을 사용하여 정확한 자기표현 훈련 3. 직접적이고 개방적인 의사소통 능력 향상
강의내용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 나-전달법에 관한 강의 2. 감정언어(feeling talk)에 관한 강의 3. 자기표현에 관한 강의 4. 효율적으로 말하기에 관한 강의
활동 및 실습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 조별토론 <ol style="list-style-type: none"> 1) 자신의 말하는 유형에 대해 검토해 본 후 서로 나누기 2) 시어머니의 말하는 유형에 대해 검토해 본 후 서로 나누기 2. 조별실습 및 발표 <ol style="list-style-type: none"> 1) 시어머니와의 대화에 있어서 가장 불만적이었던 상황 하나 설정하기 2) 효율적으로 말하는 기술을 이용하여 의사소통하기 4인 1조가 되어서 한팀은 시어머니와 머느리 관계로 기술을 이용한 의사소통을 실습해 보고 다른 한팀은 관찰자로서 기술활용의 적절성 여부를 판단하도록 한후 조별 발표하기 3. 조별 발표하기 <ol style="list-style-type: none"> 1) 효율적 대화방법 기술을 사용하여 대화연습하고 난후의 소감 2) 일상적이었던 자신의 대화유형과 기술을 사용한 대화유형 간의 차이에 대한 자신의 감정변화 및 비교사항 발표 3) 기술 사용상의 어려움 발표

〈표 6〉 제6회 효율적인 갈등해결 방법

진행단계	교육 내용
목 표	건설적 갈등해결에 관한 지식 및 기술습득
강의내용	<ol style="list-style-type: none"> 1. 갈등의 보편성과 갈등양식 2. 비생산적인 갈등해결 방법 3. 건설적 갈등해결 방법 <ol style="list-style-type: none"> 1) 건설적 갈등해결 단계 2) 건설적 갈등해결을 위한 책략 4. 미해결된 갈등의 영향
활동 및 실습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 자신의 갈등양식 평가와 발표를 통해 고부갈등에 대한 건설적 해결방법 모색하기 2. 건설적 갈등해결의 단계를 실제 사례에 적용해 보기 3. 갈등해결에 유용한 자원목록 작성과 발표하기 4. 사후검사와 프로그램 평가 5. 수료식

2. 프로그램의 평가 결과 및 분석

1) 총괄평가

대부분의 참여자가 프로그램에 참여하게 된 동기가 시어머니와 관계를 보다 좋게 하기위해 참여했다는 자발적인 경우와 농협의 권유를 거절하기 힘들어서 참여한 소극적인 경우로 나뉘었다. 그러나 한 가지 특기할 만한 것은 다음 사례에서 알 수 있듯이, 남편이 권하는 경우가 많았다는 점이다.

“남편은 교육을 받는 것에는 적극적이다. 좋은 내용 많이 듣고 오라고 보내준다.”

프로그램 내용에 대해서는 대체로 긍정적으로 평가하였다. 대부분의 대상자들이 응답을 구체적으로 자세히 기록하지 않는 경향이 있었지만, ‘대화로서 문제를 해결해야 한다는 것을 알게 되었다.’, ‘앞으로 갈등해결을 잘 할 수 있겠다는 자신감이 생긴다.’, ‘그 동안에는 할 말이 있어도 표현하지 못했는데 이제는 표현할 수 있을 것 같다.’, ‘짧은 시간이지만, 많은 것을 배우고 느꼈다.’ 등의 응답을 보였다.

그러나, 참여자들의 동질적인 특성으로 인한 문제점도 있는 것으로 지적해 준 응답자가 있었다.

“서로 집안내력을 다 아나가 터놓고 솔직하게 얘기했으면 하는 바람이 있었는데 말이 돌아서 들어갈까봐 적극적으로 대화를 나누지는 못한 것 같다.”

본 교육 프로그램에서 앞으로 더 다루었으면 하는 내용으로는 동서와의 우애를 다루는 내용, 스트레스 관리를 제시한 응답자가 있었다.

프로그램의 진행상의 제안점으로는 다른 가족원(예를 들면, 남편이나 시누이, 시어머니 등)들과 같이 들을 수 있는 기회가 있었으면 하였다. 그리고 다른 사람들에게도 이 프로그램을 권하고 싶다고 하였

다.

2) 추후 평가

전화면접으로 진행된 추후평가 내용을 요약하면 다음 <표 7>과 같다.

이를 보다 구체적으로 분석해보면 다음과 같다.

(1) 고부갈등의 정도

교육받은 다음부터 지금까지 고부갈등이 줄어들었는지에 대한 질문에서는 8명이 나아졌다고 응답하였다²⁾.

“처음부터 고부갈등이 있어서 이 교육 프로그램에 참석한 것은 아니었지만 그래도 교육받은 후 더 나아졌다.”

“그전에도 과히 나쁘지 않았는데, 지금은 다른 가족관계까지도 나아졌다.”

“고부관계가 상당히 좋아졌다. 그 전에는 내일 끝나면 내 방으로 들어가 버리고 해서 대화가 끊겼는데, 이제는 어머니방에 가서 얘기도 하고 들어놓기도 한다.”

“그전에는 나 혼자서 속상해하고 울기도 많이 했으나, 이제는 이해하려고 마음을 먹으니깐 고부간에 편해졌다.”

그러나 별로 나아지지 않았다고 응답한 경우도 5명 있었는데, 그 중 한 명은 시어머니가 나이가 연로하시고 완고한 경우였고, 나머지 4명은 대체로 교육 프로그램에 참석정도가 낮았으므로 이들의 경우를 제외하고는 교육 프로그램의 효과가 나타났다고 할 수 있다.

2) 본 연구에서 교육기간 중 실시한 질문지에서 고부갈등의 빈도와 심각도를 각각 조사한 결과, 빈도가 가장 높은 문항으로는 ‘옷, 용돈, 혹은 보약타령을 하신다’ 라는 문항이었고, 그 다음이 ‘나의 음식솜씨나 살림솜씨를 나무라신다’, ‘가정살림 전반에 대해 간섭이나 잔소리를 하신다’의 순이었다. 그리고 가장 심각도가 높은 문항으로는 ‘나에 대한 불만을 직접 얘기 않으시고 다른 사람에게 말씀하신다’(3.4점)이었고, 다음으로 ‘나의 살림전반에 대해 간섭이나 잔소리를 하신다’(2.9점), ‘딸인 시누이와 며느리인 나를 차별하여 대하신다’(2.8점), ‘아들의 잘못을 며느리인 내 탓으로 돌린다’(2.8점) 등이었다(이정연 등, 1996 참조).

〈표 7〉 전화면접 응답자들의 평가내용

이름	참석횟수	고부갈등여부	가족원들의 변화	도움이 된 분야	제안점
김OO	6회	조금 나아짐	본인, 시어머니, 남편의 태도변화	시부모 마음읽기	
박OO	6회	상당히 나아짐	본인, 시어머니, 남편의 태도변화	갈등해결분야	부부교육
권OO	6회	고부관계가 편해짐	남편이 가장 많이 변함	대화방법	
우OO	6회	상당히 나아짐	본인, 시어머니의 태도와 행동변화		
정OO	6회	교육직후에 나아졌다 원상태로 돌아감	나의태도 변화 시어머니는 변하지 않았다	대화방법	실습위주
이OO	5회	조금 나아짐	본인과 남편의 태도와 행동변화	시부모 마음읽기	자녀교육
김OO	5회	조금 나아짐	본인의 태도변화 시어머니와 남편의 태도와 행동변화	대화방법	부부교육
이OO	5회	조금 나아짐	나의태도와 행동변화 시어머니는 변하지 않음	시부모 마음읽기	
유OO	4회	다른 가족관계까지 나 아짐	본인, 시어머니, 남편의 태도와 행동 변화	자기조절	미혼성인 자녀교육
전OO	3회	조금 나아짐	나의 태도와 행동변화	전부 도움이 되었음	자녀교육
박OO	1회	변화없음	변하지 않았음	성격특성 이해하기	
최OO	1회	변화없음	변하지 않음		교양강좌
이OO	1회	변화없음	변하지 않음		
백OO	1회	참석못함	변하지 않음		취미교실

이상의 결과는 노년기의 발달적 특성과 전통 사회의 가치관으로 고정되어 있는 시어머니에게 변화를 요구하기보다는(유영주 외, 1996), 젊은 며느리의 경우 보다 유연성이 있으므로 자신이 변화함으로써 고부관계의 개선이 이루어 질 수 있음을 이해하게 된 것으로 분석된다. 따라서, 시어머니 세대보다 교육을 많이 받은 젊은 며느리 세대에게는 일방적인 순종이나 희생보다는 며느리에게 인식변화의 주도권이 있음을 주지시킴으로써 자발적인 동기를 이끌어내는 것이 더 효과적이라고 볼 수 있다.

(2) 가족원들의 태도와 행동

사후평가에서 가장 관심을 가진 부분은 며느리가 고부관계 향상 교육을 받은 후, 다른 가족원들에게도 변화가 있었는지의 여부이다. 가족은 하나의 체계이고 한 부분의 변화가 다른 부분에게도 영향을 미치는 상호의존적인 특성을 지니므로, 본 연구는 며

느리의 태도와 행동을 변화시킴으로써 다른 가족원의 변화를 불러일으킬 수 있다는 전제하에 수행되었다. 그러므로 이러한 효과를 측정하는 것은 평가작업에 있어서 가장 핵심적인 분야라 할 수 있다.

우선, 며느리 자신에게 있어서 변화가 있는 경우는 9명이었다. 그 중에는 태도와 행동이 모두 변한 경우가 7명, 태도는 변화했으나 행동이 변화하지 않은 경우가 2명이었다.

“그 전에는 나의 행동이 항상 옳다고 생각하고 늘 딱 잘라말했는데, 이제는 같은 말이라도 억양에 따라 다르게 전달될 수 있겠구나 하고 반성을 하게 되었다.”

“노인네가 어려운 시절을 겪으셨으니 불쌍하게 생각하고 내가 잘해 드려야지 하고 실제행동으로 잘 해드린다. 나는 그렇게 생각하는 데 노인네가 어떻게 받아들였는 지는 모르겠다.”

“언어도 달라진다. 그 전엔 말투가 직선적이었는데 부드럽게 말하게 되었다. 처음엔 생각을 해서 머리속에서 정리해보고 고치려고 노력했는데, 지금은 자연스럽게 말하게 된다.”

그러나 태도는 변했으나 행동이 변하지 않는다는 응답자도 있었다.

“말하기 전에 한 번 더 생각하게 된다. 그러나 아직 행동으로는 안 옮겨진다.”

시어머니 측의 변화가 있는 경우는 4명이었다. 여기서는 며느리가 지각한 변화만이 측정되었으므로 다소 객관성이 떨어진다고 볼 수 있겠으나 우리 사회에서 고부갈등의 주된 피해자인 며느리가 느끼는 주관적인 실재가 더 비중이 큰 것으로 생각되므로 분석하는데 별 무리가 없다고 하겠다. 이 중에서 태도와 행동이 변한 경우가 4명, 태도만이 변한 경우는 없었다.

“엄마(시어머니를 호칭)가 말싸나 행동을 고치려고 노력하는 것이 느껴진다.”

“그 전에는 도와주셔도 잔소리가 많으시더니 이제는 별 불만이 없으시고, 나에게도 부드럽게 말씀 하신다.”

“그 전에는 삼촌만 두둔해서 내가 화가 나곤 했는데, 이제는 그런 일이 없고 엄마가 서울 큰 집으로 안 가신다고 말씀하시니 (세째 며느리인 나와) 서로 마음이 맞는 것 같다.”

“시어머니가 별 말씀이 없는 분이래 20년 가까이 모시고 살아도 달라진 적이 없는데 내가 손도 만져주고 부드럽게 말하니까, 시어머니도 좋게 지내려고 하신다....뭘라 말할 수는 없지만 대화속에서 실낱같은 정이 느껴진다.”

그 반면, 시어머니측의 행동변화가 없는 경우도 있었다. 시어머니가 변화하지 않아 섭섭할 수도 있지만, 자신의 태도가 긍정적으로 변하고 마음이 편해진 것만으로도 큰 변화라고 생각하는 응답자들이 있

었으며 상대방이 나아지기를 기대하거나 요구하지는 않는 것으로 보였다.

“시어머니는 워낙 무덤덤해서 태도나 행동이 변하지 않는다. 연세가 많은데 고쳐질 리도 없고 기대하지도 않는다.”

남편 측의 변화가 있는 경우는 6명이었다.

“남편은 처음부터 무관심한 편이다. 그러나 요즘에는 많이 고생한다는 표현을 하고 해서 나의 고생을 덜어준다.”

“무조건 시댁식구쪽이었으나, 지금은 내 편을 많이 들어준다.”

“그 날 교육받은 내용을 적은 노트를 화장대나 책상머리에 던지시 갖다 놓았더니 남편이 내색은 안 해도 내가 노력을 하는구나를 알고 나에게 잘해주고 시댁에 일방적인 강요를 하지 않는다. 남편이 더 많이 변한 것 같다.”

남편(아들)이 아내와 어머니 사이에서 중립적인 입장을 지키면서, 양측을 모두 이해하고 중재한다는 것은 실로 어려운 일이 아닐 수 없다. 며느리의 입장에서 남편의 고충을 이해하여 ‘누구 편을 들어주지 않는 것만으로도 도움이 된다’고 응답하는 사례도 있었다. 특히, 한국 남성의 경우 긍정적인 감정 표현을 제대로 하지 않는 경향이 많은 점을 고려한다면, 남편의 이러한 변화는 젊은 며느리에게 기대 이상의 정서적 만족감을 줄 것으로 판단된다.

이상으로 가족들간의 태도와 행동 변화를 살펴본 것인데, 직접 교육을 받은 며느리의 경우 긍정적인 변화가 가장 많이 나타났고, 시어머니의 경우도 상당히 변화한 것으로 나타나 교육프로그램의 효과가 크다는 것을 입증하였다고 볼 수 있다. 단순히 양보하고 희생하는 것이 아니라 시어머니의 입장이 되어 진심으로 이해하려는 노력이 그러한 변화를 가져왔다고 분석되며 이러한 변화는 교육 프로그램에 거의 전부 참석한 대상자들에게서 보다 많이 나타났다.

(3) 교육내용

대상자들은 대체로 교육내용에 대해서는 6회의 내

용이 전부 도움이 되었다고 응답하였으나 더 구체적으로 지적한다면 ‘시부모 마음읽기’(3명), ‘대화방법’(3명), ‘성격특성 이해하기’(1명), ‘자기조절’(1명), ‘갈등해결’(1명) 등 이었으며, 도움이 되지 않거나 가정 생활에 적용이 되지 않는 부분은 없다고 하였다. 그러나 내용상 어려워 이해가 되지 않는 면이 있었다는 응답자도 한 명 있었다.

(4) 제안점

같은 교육이라도 반복해서 듣고 싶다는 경우도 있었으며, 특히 시어머니와 같이 들으면 더 효과적인 것으로 생각하는 경우가 많았다. 그리고 말하기에 대한 실습이 더 있었으면 하는 응답자도 있었다.

“시어머니가 바뀌지 않으니깐 배운 내용이 꾸준히 이어지려면 다음 번에는 시어머니와 같이 교육을 받는 것이 좋겠다.”

앞으로 어떤 분야의 교육이 있었으면 하는가를 문의한 결과, 자녀교육이 3명, 부부교육이 2명으로 가장 많았으며, 그리고 교양강좌가 있으면 무엇이든 듣겠다는 열의를 보이는 경우가 많았다.

“아이들이 다 자라니까 부모 자녀 사이가 서먹서 먹해지곤 한다. 미혼 자녀 와의 관계를 좋게 하는 부모교육이 있었으면 좋겠다.”

V. 결론 및 제언

본 교육 프로그램은 며느리의 태도와 행동을 변화 시킴으로써 고부관계의 갈등을 해소하고 관계를 향상시키는 데 도움을 주기위하여 수행되었다. 젊은 며느리를 대상으로 한 이번 교육에서 본 교육프로그램에 대한 반응이 좋았던 것은 현재까지 이러한 내용을 다루는 교육이 전혀 없는 상태였으므로 강의자가 실제 경험이 많지 않았음에도 호응을 잘해 주었던 것 같다.

전반적으로 추후평가 결과를 기초로 할 때, 본 프로그램은 효율적인 의사소통 기술 향상과 자기통제

력 강화를 통하여 고부갈등에 대처하는 내적인 적응 자원을 육성하고 긍정적 사고와 이해를 통하여 주관적 지각 수준을 높이는 데 초점을 둔 결과, 농촌의 며느리들이 고부갈등을 예방하고 해결하는 데 유용한 교육적 효과를 보인 것으로 평가된다.

참석자들의 공통 특징이 결혼전 배우자와의 교제 기간 동안 상대방의 가족문화나 배경에 대해 충분히 알고 결혼한 경우가 매우 적은 것이었는데, 본 프로그램이 결혼 후 남편이나 시댁과의 의견차이가 개인의 잘못이 아니라 가족문화의 차이로 인한 것임을 이해하게 된 계기를 마련해 주었다고 볼 수 있다. 그리고 집안살림운영에 있어서 시댁으로부터 완전히 분리가 되지 않은 젊은 며느리의 경우 시모의 개입이나 관여로 인한 갈등을 억압하기 보다는 부정적인 감정을 효율적으로 표현하는 계기가 되었다는 점도 본 교육 프로그램의 성과라 할 수 있겠다.

단기간의 교육으로 며느리뿐만 아니라 모든 가족 구성원의 태도와 행동이 변화되기를 기대한다는 것은 무리이나, 본 연구결과로 미루어볼 때 어느 정도의 가능성이 확인되었으며 자발적인 변화노력과 이해를 지지해줌으로써 고부관계가 갈등이나 경쟁관계가 아닌 서로 존중하고 자기주장을 하면서도 상호협력적인 관계로 나아갈 수 있음을 시사하게 된다.

그러나, 조사대상자들이 객관적이기보다는 사회적 바람직성(Social Desirability)을 고려하여 면접에 응했을 수가 있으므로, 프로그램 평가가 이번 한 번으로 끝날 것이 아니라 종단적으로 계속 이어져 보다 객관적인 평가측정이 이루어져야 할 것으로 본다. 또한 대부분의 교육 프로그램이 단기적으로는 효과가 있으나, 시간이 지남에 따라 그 효과가 감소하는 것으로 보고되는 경우(예를 들면, Guerny & Maxson, 1990)가 많으므로, 본 프로그램의 대상자들에게도 후속모임을 갖도록 하고 그들을 후원하는 지원 프로그램이 개발되는 것이 바람직하다고 본다.

앞으로 교육대상자가 도시지역으로 확대될 때에는 프로그램의 운영방향이 다소 달라져야 할 것이다. 도시 며느리의 경우 농촌 며느리에 비해 시부모와 따로 사는 경우가 많고 가족이기주의 경향이 강하며, 다른 교육프로그램(예, 부모교육 훈련)에 이미 노출

되었을 가능성이 높기 때문에, 보다 심도있는 프로그램 내용이 추가되어야 할 것으로 보인다.

또한 앞으로는 며느리와 시어머니가 함께 참여하는 교육 프로그램의 개발이 시급하다. 자신과 상대방을 이해하는 태도가 배양된다고 해도 상대방과의 일치감을 경험하고 공감대가 형성될 수 있도록 하는 교육기회가 마련되어야 할 것이다.

【참 고 문 헌】

- 1) 고정자 (1989). 한국 도시주부의 고부갈등에 관한 연구. 한양대학교 대학원 박사학위 논문.
- 2) 김양희(1995). 여성상담원 교육. 1995년도 여성상담원 시범교육자료. 한국여성개발원, 13-18.
- 3) 박영숙 (1987). Minuchin의 이론 체계내에서의 한국 가정의 고부갈등에 관한 연구, 동아대학교 대학원 석사학위 논문.
- 4) 옥선화 · 정민자 (1992). *결혼과 가족*. 서울 : 도서출판 하우.
- 5) 유영주, 김경신, 김순옥(1996). *가족관계학*. 교문사.
- 6) 유영주 외 6인(1995). *결혼과 가족*. 경희대학교 출판국.
- 7) 이경애 (1981). 고부간의 갈등에 관한 연구, 숙명여대 대학원 석사학위 논문.
- 8) 이정연 · 정혜정 · 장진경(1996). 젊은 며느리를 위한 교육 프로그램. 한국가족상담 교육 연구소 연구보고서, 12-30.
- 9) 정혜정 · 서병숙(1993). 고부갈등에 있어서 자기통제력, 탓 및 적응과의 관계. *한국가정관리학회지*, 11(1), 119~133.
- 10) Arcus, M. E., Schvaneveldt, J. D., & Moss, J. J., (1993). *Handbook of family life education, Vol. 1 : Foundation of family life education*. 이정연, 장진경, 정혜정 공역 (1996), *가족생활교육의 기초*, 서울 : 도서출판 하우
- 11) Chung, H. (1992). Effects of conflict with mothers-in-law on psychological well-being and marital adjustment among Korean daughters-in-law. Unpublished Ph.D. Dissertation. Texas Tech University, Lubbock, TX., U.S.A.
- 12) Guerney, B., & Maxson, P.(1990). Marital and family enrichment research: A decade review and look ahead. *Journal for Marriage and Family*, 52, 1127-1135.
- 13) Janoff-Bulman, R. J., & Lang Gunn, L. (1986). Coping with disease and accidents : The role of self-blame attribution. In L. Y. Abramson (Ed.), *Social cognition and clinical psychology* (pp. 116~147). New York : Guilford Press.
- 14) McCubbin, H. I., & Patterson, J. (1983a). Family transitions : Adaptation to stress. In H.I.McCubbin & C. R. Figley (Eds.), *Stress and family, Vol. 1: Coping with normative transitions* (pp. 5~25). New York : Brunner/Mazel.
- 15) McCubbin, H. I., & Patterson, J. (1983b). The Family stress process: The Double ABCX model of adjustment and adaption. *Marriage and Family Review*, 6(1-2), 7~38.
- 16) Peterson, G. W., Schwartz, S. M., & Seligman, M. E. P.(1981). Self-blame and depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2). 253~259.
- 17) Seligman, M. E. P., (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. San Francisco; Freeman.