

中年期 主婦 對象 家族生活教育 프로그램 開發*

- 成人未婚子女와의 關係向上을 중심으로 -

Development of Family Life Education Program for the Middle-aged Housewives*

- Focused on the improvement of the relationship with unmarried grown-up children -

한국가족상담교육연구소
책임연구원 송 말 희
숙명여자대학교 가정관리학과
교 수 김 명 자

Korean Association of Family Counselling and Education
Research Fellow : Song, Mal-Hee
Dept. of Home Management, SookMyung Women's University
Professor : Kim, Myung Cha

◀ 목 차 ▶

- | | |
|-----------------------|-------------------------|
| I. 서론 | IV. 가족생활교육 프로그램 실시 및 평가 |
| II. 가족생활교육 프로그램 개발모형 | V. 결론 및 제언 |
| III. 가족생활교육 프로그램 개발과정 | 참고문헌 |

< Abstract >

With rapid changes in modern societies, abrupt increases in knowledges and fast conversions in technologies have caused serious generation gaps among members of the family. This have generated problems for housewives who is generally in charge of maintaining and coordinating a family with limited life experiences and knowledges earned only through several years of school education, to resolve every problems evoked in their families. This has made us to realize the needs for the education related to the family life. Especially for middle-aged housewives, this type of education is absolutely required to maintain ideal family relationships, and this can be accomplished by improving their abilities and potentials.

The 8-step program to improve the relationship between middle-aged housewives and their children was developed.

Overall, this program improved the self-respect and psychological well-being of middle-aged housewives.

* 본 논문은 박사학위논문의 일부임

Also, the relationship with their children was greatly improved through better understanding and communication. This was sorely reflected on the quantitative evaluations through pre- and post-tests, so that all the participants scored higher in the post-test.

I. 서론

1. 문제의 제기

현대사회의 급속한 변화로 인한 지식의 폭발적 증가와 기술의 급속한 전환은 가족 내에서조차 가족성원간에 심각한 세대차이를 불러일으켜, 세대갈등을 야기시키고 있다. 그리하여 가족관계의 유지와 통합의 중추적 역할을 담당하고 있는 중년기 주부들은 기존의 생활경험이나 학교교육을 통해 습득한 지식만으로 가족관계에서 발생하는 제 문제를 해결하는데 어려움을 겪게 되면서 가족생활과 관련된 교육의 필요성을 절실히 느끼고 있다. 따라서 이러한 중년기 주부들을 위해서는 그들의 능력과 잠재력 개발을 통해, 가족관계를 현명하게 유지하는데 도움을 줄 수 있는 가족생활교육이 절대적으로 필요한 실정이다. 특히 중년기 주부의 삶과 정체감의 핵심은 어머니 역할로서, 그들의 심리적 복지는 자녀와의 관계에 의해 가장 큰 영향을 받아, 여러 관심사 중 자녀에 대한 관심을 가장 높게 보고하고 있다(공선영, 1993). 또한 중년기 주부들의 성인교육에 관한 요구도 분석결과, 자녀와의 관계개선 또는 자녀교육에 관한 영역에서 가장 높은 요구도를 나타내(김명자·송말희, 1998; 이시연, 1995; 예창명, 1996; 등), 중년기 주부들은 여전히 자녀를 일체감과 동일시의 대상으로 여기고 있음을 알 수 있다.

그러나 자녀들이 성장하여 자신들의 자율성 확립을 위해 부모와의 심리적 독립을 요구하게 되고 부모의 권위에 도전하게 되면서 중년기 주부는 자녀와 갈등을 겪게 된다. 특히 군입대·취업·결혼으로 인한 자녀의 진수는 중년기 주부에게 상실감을 가져다줄 뿐 아니라 그들이 가장 중시했던 어머니 역할에 변화를 가져와 그들의 생활전반에 부적응을 초래하게 된다. 따라서 성인자녀를 둔 중년기 주부들을 위해서는 자녀를 독립된 개체로 인정하고 이

해하여 그들의 새로운 세계로의 진입을 도와줄 수 있는 가족생활교육이 절실히 필요하다고 하겠다.

그러나 이러한 필요성에도 불구하고 성인자녀와의 관계향상을 목적으로 하는 중년기 주부를 위한 가족생활교육 프로그램은 전무한 실정이다. 특히 자녀들이 성인이 되어도 결혼을 하지 않는 한 독립이 어려운 우리나라의 실정에서, 과거에 비해 길어지는 교육기간과 결혼전 취업기간의 연장 등으로 자녀들의 만혼이 증가하여 성인자녀와 중년의 어머니가 함께 하는 기간이 점점 길어지게 되면서 중년기 주부는 생활의 제 측면에서 성인자녀와 가치관의 차이로 다양한 갈등을 경험하게 된다. 또한 이 시기의 성인자녀들은 취업, 결혼 등의 새로운 세계로의 진입을 경험하게 되므로, 어머니로서 그들에게 유용한 정보를 제공하며 미래를 예견하는 안내자요 상담자로서의 역할수행을 도와줄 수 있는 가족생활교육이 절대적으로 필요하며, 이를 통해 자녀의 진수를 미리 예견하고 수용함으로써 중년기 주부자신의 적응에도 도움을 주게 될 것이라 생각된다.

2. 연구목적

본 연구에서는 성인자녀와의 관계개선을 주내용으로 하면서 중년기 주부자신의 문제를 해결할 수 있는 교육프로그램을 개발하고 실시하여, 중년기 주부가 성인자녀의 발달과업 성취를 도와주고 그들과 성숙된 관계를 확립하며, 스스로 적극적인 삶의 주체자로 살아가는데 도움을 주어 중년기 주부의 삶의 질 향상에 이바지하고자 한다.

한편 지금까지 대부분의 가족생활교육 프로그램들이 요구도 조사, 프로그램 개발·실시·평가로 이어지는 연속적인 과정을 거치지 못한 한계점을 극복하기 위해, 본 연구에서는 중년기 주부들에 대한 교육요구도 조사를 근거로 프로그램을 개발하고 프로그램을 실제 실시·평가하는 체계적인 프로그램

개발과정을 통해 앞으로 중년기 주부들을 대상으로 하는 가족생활교육 프로그램의 개발과 실시를 위해 기초자료를 제공하고자 한다. 구체적인 연구목적은 다음과 같다.

- 첫째, 선행연구 분석을 통해 중년기 주부를 위한 가족생활교육 프로그램 개발 모형을 확립한다.
- 둘째, 이론적 개념 틀과, 요구도 분석을 토대로 중년기 주부를 대상으로 성인자녀와의 관계 향상을 위한 가족생활교육 프로그램을 개발한다.
- 셋째, 개발된 교육 프로그램을 중년기 주부를 대상으로 실시하며, 사전·사후검사를 통해 프로그램의 효과와 영향력을 분석한다.
- 넷째, 교육프로그램 실시 후 개인별 면접을 통해 프로그램 전반에 대한 질적 평가를 실시함으로써, 개발된 교육프로그램의 유용성을 분석해 보고, 문제점 및 미비점을 보완하여, 앞으로의 프로그램 개발에 실제적인 기초자료를 제공한다.

3. 용어의 정의

1) 중년기 주부

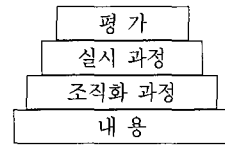
막내자녀가 고등학교 졸업 이상인 45세 이상 55세 이하에 속하는 여성들로 국한한다.

2) 성인자녀

고등학교 졸업 이상의 연령으로, 후기 청소년기 자녀부터 결혼을 하여 부모로부터 독립하기 전까지의 모든 미혼자녀를 포함한다.

II. 가족생활교육 프로그램 개발모형

지금까지 대부분의 가족생활교육 프로그램은 Tyler 모형에 그 기초를 두고 있다. 이 모델은 교육이 학습자의 행동유형에 의미 있는 변화를 가져온다는 가정에 입각한 교육목표의 설정, 학습자의 특성과 주제를 고려한 교육내용과 학습경험의 선정,



<도표 1> Hughes (1994)의 가족생활교육 프로그램을 위한 개념틀
(Family Relations, January, p.75.)

이러한 경험들을 조직화한 강의안, 목표달성을 평가하는 4단계로 이루어지며, 다시 평가의 결과가 다음 교육목표로 이어지는 순환적 과정이다(Arcus et al, 이정연 등 역, 1997).

한편 Hughes(1994)는 <도표 1>과 같은 가족생활교육 프로그램 개발을 위한 개념 틀을 제시하였다. 1단계는 교육프로그램의 기초단계로 명확한 이론적 견해와, 주제와 내용 그리고 적용기술과 관련된 연구의 근거를 제시해야 하는 단계이다. 다음 2단계는 구체적인 교육목표선정과 교육과정을 추진하는 효율적인 교육방법의 선정과 함께 프로그램 홍보까지 포함하는 단계이며, 3단계는 생활주기단계, 가족유형, 성별, 사회계층 등을 고려하여 적절한 피교육자들을 선정하고 실제 프로그램을 실시하는 수행과정이다. 마지막 4단계는 프로그램의 설정단계에서 학습자들의 욕구가 고려되었는지에 대한 평가, 실제 실시과정에서 각 단계마다의 종결과정에서의 평가, 단기간의 목표달성여부에 대한 평가, 프로그램의 장기간의 영향력 평가 등의 연속적인 평가단계가 포함된다. 이 모형은 프로그램 개발과정에서 환경의 영향력을 고려한 점과 평가단계를 연속적인 과정으로 규정한 점이 다른 모형들과는 구별되는 특징을 지닌다.

한편 유영주와 오윤자(1998)는 가족생활교육 프로그램 개발과정을 여섯 단계로 설명하고 있다. 즉 1단계는 이론적 개념 틀의 정립단계, 2단계는 구체적인 프로그램을 설계하기에 앞선 프로그램 계획단계, 요구조사 및 흥미분석의 3단계, 4단계는 프로그램의 목적과 목표선정, 내용선정, 교육방법의 선정, 평가의 기본계획 등을 포함하는 프로그램의 설계단계, 5단계는 프로그램 실시단계, 마지막 6단계는 프

로그래 평가단계로 프로그램 자체에 대한 평가, 프로그램 효과에 대한 평가, 교육자에 대한 평가를 포함한다. 이 모형은 이론적 개념들의 정립과 학습자들의 요구분석을 각각 프로그램 개발과정의 중요한 단계로 포함시킴으로써 프로그램 개발과정을 보다 세분화하였다.

Hennon과 Arcus(1993)는 생애과정을 통한 통합된 가족생활교육 프로그램 모형으로, 욕구조사의 단계, 이론과 조사에 근거한 가족생활교육 프로그램 개발 단계, 가족생활교육의 효과와 영향력의 평가단계를 제시하였다. 특히 이들은 가족생활교육의 질 향상을 위해 욕구조사의 단계에서 피교육자들에 대한 질적 욕구분석과 함께 전문가들에 의해 밝혀진 욕구도 고려되어야 함을 강조하였다.

이상의 학자들의 프로그램 개발과정들을 종합하여 분석해 보면, 이론적 개념들을 정립하여 학습자들의 요구를 바탕으로 프로그램을 개발하고, 학습자들의 특성에 알맞은 교육방법으로 프로그램을 실시하며, 교육목적의 달성여부를 평가하는 개발, 수행, 평가의 세 과정으로 大別할 수 있다. 한편 많은 학자들이 가족생활교육을 강화하기 위한 핵심요소로 프로그램의 이론적 근거와(유영주·오윤자, 1998; Arcus, 1992; Hennon & Arcus, 1993; Hughes, 1994; Roosa, 1991) 학습자들의 요구분석을 강조하였다(이연숙, 1997; 이정연, 1998; 차갑부, 1993; 등). 따라서 본 연구에서는 프로그램 개발을 위한 이론적 개념들의 확립단계, 학습자들의 교육요구 분석단계, 프로그램의 목적·내용·평가방법 등을 설정하는 프로그램 개발단계, 프로그램 실시단계, 프로그램 평가단계로 구성되는 5단계의 프로그램 개발모형을 제시하고자 한다.

III. 가족생활교육 프로그램 개발과정

1. 교육프로그램 개발의 이론적 개념들

본 교육 프로그램은 성인발달이론과 가족발달론적 관점에 그 이론적 기초를 두었다.

Jung은 40세 전후에 인생의 전반부까지 억제되었던 자아가 출현하면서, 자아가 독자적인 방법으로 환경으로부터 점진적으로 분화하고자 하는 개별화 과정을 경험하게 되는데 이 과정을 통해 개인은 명확한 자아정체감을 획득하고 자신의 내적 자원을 효율적으로 활용하게 되어 균형 있는 생활을 창출해 나가게 된다고 했다(Kimmel, 1980).

Levinson(1978)은 45세에서 50세인 성인중기로 진입하게 되면 새로운 생애구조가 형성되고 그에 따라 행동하게 되는데, 중년기 생애구조 형성을 위한 근거로 젊음과 노화, 파괴와 창조, 남성성과 여성성, 애착과 분리 등 자아내부에 공존하는 양극성을 통합해 나갈 것을 제안하였으며, 이 양극성의 통합과 생애구조의 조정을 통해 개인은 보다 성숙해지고 외부환경과의 상호작용이 효율적으로 이루어진다고 하였다(Levinson, 김애순 역, 1996).

Erikson은 8단계 인간의 심리사회발달단계 중 7단계인 중년기를 생산성 대 자아탐닉의 시기로 본다. 생산성은 다음 세대에 대한 부모의 책임과 관심뿐만 아니라, 다음 세대가 자아성취를 이룩하고 문화를 유지하는데 필요한 기술, 가치를 획득하는데 도움을 주고 안내하는 것 등을 포함한다. 이러한 생산성은 세대간의 지속성을 자극시킴으로써 인류의 미래에 대한 신념으로까지 발달하며 국가와 세계적 영역으로 확대되어 사회에 이바지하게 된다. 그리하여 생산성의 추구가 중년기의 중요한 발달과업이 된다(McAdams & Aubin, 1992; Peterson & Klohnen, 1995; Simons, et al., 1994).

따라서 본 프로그램에서는 중년기 주부들에게 자아평가의 기회를 제공함으로써 새로운 자아정체감의 구축을 도와주며, 생산성의 성취대상인 성인자녀 세대를 올바르게 이끌어 나가는데 도움이 되는 교육내용을 제공하고자 한다.

한편 중년기 부모의 자녀들은 성인초기나 성인기에 속하게 되는데, Levinson은 이 단계의 과업으로 꿈을 형성하고 인생구조 안에 그 꿈을 배치하기, 스승관계를 맺기, 직업을 선택해서 경력을 쌓아가기, 사랑관계를 맺어 결혼하고 가족을 이루기 등을 제시하였다(Levinson, 김애순 역, 1996). 또한 대부분의

<표 1> 성인자녀의 발달과업에 따른 중년기 주부의 발달과업

성인자녀의 발달과업	성인자녀를 둔 중년기 주부의 발달과업
부모로부터의 심리적 이유, 자율성 확립, 개별화, → 부모로부터의 독립	자녀의 분리수용, 자율성 인정, 성인으로서의 인격적 대우, 자녀와의 분리와 심리적 유대간의 균형
자아정체감 확립	스스로의 정체감을 확고히 함으로써 자녀의 정체감확립에 모델이 됨
직업준비와 선택, 직장생활, 배우자선택 및 결혼, 새로운 생활의 기본인 친밀감 형성	정보제공자, 미래를 예견하는 안내자, 상담자, 안정감 제공자, 개방적인 의사소통

학자들이 성인자녀들의 발달과업으로 부모와의 개별화와 정체감 확립을 공통적으로 제시하고 있다 (장휘숙, 1996; 정은희, 1993; Abell & Ludwig, 1997; Kenny & Donaldson, 1991; Simons, et al., 1994). 한편 이 시기의 자녀들은 성인으로서 직업과 결혼이라는 새로운 라이프스타일을 설정해야 하는 시기이므로, 가족뿐 아니라 사회에서 원만한 대인관계를 맺기 위해 친밀감을 발달시켜야 하는 시기이기도 하다 (김중서 등, 1982; Simons, et al., 1994).

따라서 자녀들의 이러한 발달과업을 돕기 위한 중년기 부모로서의 발달과업은 자녀를 성인으로 간주하여 자율성을 부여하고 분리를 수용하며(Ewy, 1993; Simons, et al., 1994), 자녀를 위한 역할모델로서 부모자신의 올바른 정체감 확립이 요구된다 (Waterman, 1982).

이상의 내용을 통해, 성인자녀의 발달과업에 따른 중년기 주부의 발달과업을 요약하면 <표 1>과 같으며, 본 교육프로그램은 그 교육내용의 기초를 여기에 두고자 한다.

2. 중년기 주부의 교육요구도 분석

본 연구에 앞서서 예비연구로 중년기 주부들의 교육요구도를 측정한 결과¹⁾, 자녀와의 관계향상을 위한 교육요구도가 다른 가족관계향상에 대한 교육요구도보다 유의미하게 높은 것으로 나타나(p<.001), 본 연구에서는 자녀와의 관계향상에 목적을 두고 프로그램을 개발하였다. 아울러 중년기 주부들의 교육요구도 2위가 주부자신을 위한 교육내용이었으며, 부모교육시 부모자신의 성숙한 인격과 태도를 위한

내용을 함께 다룸으로써 그 교육적 효과를 더 높일 수 있으리란 점(최규련, 1996)을 감안하여, 주부자신을 위한 교육내용을 기초교육으로 포함시켰다. 예비연구결과 주부자신과 자녀와의 관계향상을 위한 교육내용 중 상위 3위를 차지한 문항들과²⁾ <표 1>의 중년기 주부의 발달과업을 중심으로 프로그램 내용을 구성하였다.

그리하여 본 프로그램은 중년기 특성에 대한 이해와 수용의 교육내용과, 중년기가 자아재평가의 시기이며 정체감의 재구축이 필요한 시기이므로 자아존중감을 높일 수 있는 교육내용을 두 단계로 구성하여 기초교육으로 포함시켰다. 아울러 중년주부들이 자녀독립시의 심리적 준비를 도와주는 교육내용을 절실히 필요로 하고 있으므로, 중요한 발달과업으로서 자녀와의 심리적 이유의 필요성을 다루고, 특히 우리나라의 중년주부들이 자녀와의 심리적 이유가 어려운 이유를 전통적인 한국 가족관계의 특성을 다룸으로써 이해시키고자 한다.

또한 자녀와의 관계에서는 자녀의 미래를 위해 중요한 역할인 건전한 결혼관을 심어주기 위한 어머니 역할과, 자녀와의 갈등의 건설적인 해결을 다루고자 하며 갈등해결과 관계향상의 밑받침이 되는 의사소통내용을 다룸으로써 중년기 주부의 자녀를 위한 상담자로서의 역할과 미래를 예견하는 안내자로서의 역할에 도움을 주고자 한다.

1) 김명자 · 송말희(1998). 중년기 주부의 가족관계향상을 위한 가족생활교육 요구도분석, 대한가정학회지, 36(3), 61-75를 참고바람.

2) 자세한 내용은 전제논문 72쪽을 참고바람

3. 교육프로그램의 개발

1) 교육프로그램의 목표설정

첫째, 중년기의 다양한 변화에 대한 이해와, 자아재평가를 통해 중년기 주부의 자아존중감을 높여 심리적 복지감을 증진시킴으로써 가족과 사회에서의 적응을 돕는다.

둘째, 자녀와의 성숙한 관계 맺기를 도와 가족의 화합을 이룩하여 가족생활의 질을 향상시킨다.

셋째, 중년기 주부 자신들의 자녀뿐 아니라 신세대에 대한 이해를 도와 사회의 안정과 통합에 이바지한다.

2) 교육프로그램의 내용선정

앞에서 살펴본 중년기 주부의 발달과업과 요구도 분석을 근거로 8단계의 교육내용을 선정하였으며, 강의위주의 방법보다는 학습자들의 자율적인 참여를

유도하기 위해 다양한 활동을 주 내용으로 하였다.

〈표 2〉부터 〈표 9〉까지에 구체적인 내용을 제시하였다.

3) 교육프로그램의 실시방법

상호학습의 원리와 참여교육의 원리를 반영하여 10인 이내의 소집단을 대상으로 프로그램을 실시하고자 한다.

프로그램의 각 단계는 도입, 강의·활동, 그리고 종결단계를 거치게 된다. 그 단계의 목표를 주지시키고 이전 단계의 교육내용을 점검하는 도입단계는 10분 이내로, 각 단계에서 다루어야 할 이론적 내용과 관련 활동을 실시하는 강의·활동단계는 강의부분에 20-30분, 활동부분에 70-80분 정도를 할애하고자 한다. 마지막 종결단계는 그 단계의 교육일지 작성과 다음 단계의 과제를 제시하며 10분-20분 정도로 한다. 그리하여 매 단계는 2시간을 적정시간으로

〈표 2〉 1단계: 프로그램에 대한 오리엔테이션단계

단 계 명	제 1단계: 프로그램에 대한 오리엔테이션	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(10분)	1. 전체 프로그램에 대한 이해와 필요성을 인식시킨다. 2. 집단성원간의 rapport를 형성토록 한다. 3. 자신에 대한 탐색의 시간을 갖도록 한다.	* 칠판, 녹음기, 필기 도구 * 프로그램 전체의 강의안과 활동을 설명하는 work-book
강의(10분)	전체 프로그램에 대한 개요설명과 함께 프로그램의 필요성에 대해 인식시키고, 적극적인 참여를 유도한다.	
활동·실습 및 토론 (120분)	1. 이름표 만들기 성명, 자녀사항(수, 성별, 연령 등), 제일 잘 하는 일, 좋아하는 일, 집단에서 불려지고 싶은 애칭 또는 별명, 처녀시절의 꿈 등을 기입한 이름표 만들기를 통해 자신에 대한 탐색의 시간을 갖도록 한다. 2. 자기소개 자신이 만든 이름표를 가지고 집단 성원들에게 자신을 알림으로써 자기개방의 전제과정을 갖도록 한다. 아울러 이를 통해 집단성원간에 rapport를 형성토록 한다. 3. 게임을 통해 서로의 이름과 별명을 익히고, 별칭으로 애칭곡을 부르도록 한다. 4. 사전검사	* 이름표 만들 색상지, 색연필, 가위 * 사전검사지(자아존중감, 심리적 복지감, 자녀관계만족도 척도)
종결(10분)	* 프로그램의 필요성을 재확인시키고 적극적인 참여를 다시 한번 부탁한다. * 다음 시간 내용을 예고한다. * 과제: [우리 이웃 열한 가족 이야기] 中 "중년 후기 가족: 위기의 여자"를 읽고 자신이 공감하는 부분들에 대해 기록해 오거나 또는 줄을 쳐오도록 한다.	* [우리 이웃 열한가족 이야기]책 배부

하고자 한다.

4) 교육프로그램의 평가방법설정

Hughes(1994)의 평가단계 중, 각 단계마다의 종결 과정에서의 평가와 단기간의 목표달성여부에 대한 평가를 실시하고자 한다.

각 단계마다 종결과정에서 교육일지 작성을 통한 평가를 실시하며, 프로그램의 목표달성 여부에 대한 평가는 First와 Way(1995)가 주장한 프로그램 종료 후 개인별 면접을 통한 질적 평가를 실시해 프로그램의 종합적인 영향력을 분석해 보고자 한다.

또한 프로그램 실시 전·후에 질문지에 의한 사전·사후측정을 통해 교육목표달성 여부를 양적으

로도 분석해 보고자 한다. 이를 위해, 중년기 주부 개인적 차원은 자아존중감 척도와 심리적 복지감 척도를, 자녀와의 관계향상 정도는 부모역할만족도 척도를 사용하였다.

자아존중감 척도는 Rosenberg(1965)의 척도를 사용하였으며, 여기에 중년기 주부에게 적당하다고 느껴지는 5문항(최보가·전귀연, 1993)을 첨가하여 총 15문항으로 구성하였다. 심리적 복지감은, 자녀와의 관계에 의한 부모의 심리적 복지감을 측정하는 Umberson(1989)의 총 33문항 중 내용이 중복되는 문항을 제외한 20문항을 우리 실정에 맞게 번안하여 사용하였다. 한편 성인자녀와의 관계향상을 측정하기 위해서는 현운강(1993)의 부모역할만족도 척도

<표 3> 2단계: 중년기 특성에 대한 이해단계

단 계 명	제 2단계: "나는 지금 어디에?"	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 중년기의 신체적·심리적·가족관계적 특성에 대한 이해를 돕는다. 2. 중년기에 대한 올바른 이해를 통해 자신에게 일어나는 변화를 수용하여 개인의 적응을 돕도록 한다. 3. 생의 회고를 통해 자아평가의 기회를 갖는다. 4. 생애에 대한 긍정적 시각을 고취시켜 능동적인 삶을 영위케 한다.	* 이름표, work-book, 녹음기, 필기도구
강의(20분)	1. 중년기의 특성: 개인적으로 중년기의 연장, 사회적으로는 중년인구의 증가에 의해 중년기의 중요성이 부각됨을 설명한다. 1)신체적 특성: 노화의 시작, 폐경경험 등. 2)심리적 특성: 시간전망·성역할 등의 변화. 3)가족관계적 특성: 샌드위치세대, 빈 등우리 증후군. 2. 위기감: 적응의 시기 중년기가 발달단계의 자연스런 한 단계로 성숙과 발달의 계기가 되는 시기임을 강조한다	* 중년기의 신체적·심리적·가족관계적 특성에 관한 차트
활동·실습 및 토론 (100분)	1. 과제로 내주었던 "중년 후기가족: 위기의 여자"에 대한 토론: 자신이 공감하는 부분에 대해 구체적으로 이야기하도록 한다. 2. 자신의 폐경경험에 대해 돌아가면서 이야기하도록 한다. 3. 인생평가 해보기: 지금까지 가장 행복했던 시기, 가장 불행했던 시기가 언제였는지 그리고 중년기인 지금은 어느 정도인지를 이야기하도록 함으로써 각 개인의 life story를 들어본다 4. 인생지각척도를 통해 인생에 대해 어떻게 지각하고 있는지를 알아봄으로써, 긍정적인 인생관 고취의 필요성을 인식시킨다. 아울러 자아존중감의 중요성을 인식시키면서 다음 3단계의 내용과 연계시킨다.	* 지난 주 과제를 활동1로 확인, 피이드백 주기 * work-book의 예 * work-book의 인생지각척도
종결(25분)	* 평가: 교육일지 작성 * 과제: "나는 누구인가"에 대해 세 문장 이상 만들어 오기.(또는 "지금까지 나는 _____게 살았다", "나는 _____사람이었다"에 대해 세 문장 이상 만들어 오기)	* work-book

48문항 중, 중년기 주부와 성인자녀와의 관계에 적용할 수 있는 21문항을 선정하여 문항내용을 수정하였으며, 각 척도들은 5점 Likert형으로 구성되었다.

IV. 가족생활교육 프로그램의 실시 및 평가

1. 교육프로그램 참여자의 일반적 사항

45세 이상 55세 이하의 중년주부 8명으로, 국졸 두 명을 제외한 모두는 고등학교 졸업이었고, 한 명을 제외하고 모두 전업주부였다. 다섯 명은 2명의 자녀를, 한 명은 외아들을, 한 명은 세 명의 자녀를, 한 명은 5명의 자녀를 두었다.

2. 교육프로그램 실시과정

본 프로그램은 97년 12월 12일부터 98년 2월 13일에 걸쳐서 실시되었다. 이 기간 동안 매주 금요일 오후에 2시간 이상에 걸쳐서 8번의 만남을 통해 프로그램의 전 과정을 실시하였다.

대학생 세 명을 보조자로 참여시켰으며, 각 단계마다의 강의내용과 활동·평가로 구성된 work-book을 만들어 1단계의 시작과 함께 배부하였으며, 8단계가 끝난 후 프로그램 평가를 위하여 다시 회수하였다.

3. 교육프로그램의 실시: <표 2> - <표 9>

<표 4> 3단계: 자아존중감 고취단계

단 계 명	제 3단계: "진정한 나는?"	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 진정한 자신을 발견하도록 한다. 2. 있는 그대로의 자신을 수용하도록 한다. 3. 자아존중감을 구축하도록 한다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work-book
강의(25분)	1. 모든 인간관계, 삶의 핵심은 나: 지금까지 그렇게 살아오지 못한 중년여성들에게 특히 자기이해, 자기사랑의 필요성을 강조한다. 2. 자아존중감의 의미와 중요성을 인식시킨다. 3. 자아존중감 구축을 위한 자기성장의 과정을 설명한다 자기탐색→자기이해→자기수용→자기개방	* 자아존중감이 높은 사람과 낮은 사람의 행동특성 비교차트
활동·실습 및 토론 (95분)	1. 과제로 내 준 "나는 누구인가?"에 대한 발표하기: 자기탐색의 단계 2. 추한 것도 나의 것, 아름다운 것도 나의 것: 자신의 행동특성 중 부정적으로 평가하는 행동과 자랑스러워하는 행동을 생각나는 대로 기록한 후, 돌아가면서 발표하도록 한다. 긍정적 의미부여: 특히 부정적으로 평가한 행동특성들이 관점의 전환에 의해 갖게 되는 긍정적인 의미를 기록하도록 한 후 돌아가면서 발표하도록 한다: 자기수용의 단계 2-1. 나를 나타내는 형용사 고르기: 긍정적·부정적인 의미를 지닌 40여개의 형용사 중 자신을 가장 잘 나타내는 5개를 고르도록 한다. 3. 장점세례: 집단성원들끼리 서로의 장점을 기술하여 상대에게 이야기해 줌으로써, 서로에게 자아존중감을 높일 수 있는場이 되도록 한다.	* 2단계 과제를 활동 1로 확인, 피드백 주기 * work-book * work-book
종결(20분)	* 평가: 교육일지 작성 * 과제: 1. 지금까지 부정적으로 느꼈던 자신의 행동에 대해 새롭게 부여한 긍정적인 의미를 기록한 메모지를 눈에 잘 띄는 곳에 부쳐놓고 볼 때마다 자신의 긍정적인 면을 상기시키도록 한다 2. 나에게 있어서 자녀의 의미에 대해 기록해 오도록 한다.	* work-book

<표 5> 4단계: 전통과 현대의 어머니 역할에 대한 이해단계

단 계 명	제 4단계: 나와 자녀 --"나에게 너의 의미는?"	
교육진행절차	교육 내용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 전통 한국가족에서의 가족관계적 특성을 이해시킨다. 2. 현대가족의 바람직한 부모-자녀관계에 대한 이해를 증진시킨다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work - book
강의(20분)	1. 전통 한국가족의 가부장적 가족관계의 특성과 가족주의 가치관을 설명하고 그에 따라 전통사회의 여성들의 삶이 곧 어머니 역할로 귀결됨을 인식시킨다. 2. 현대의 부부중심가족에서는 부부관계가 가족관계의 핵심이며, 자녀와 부모는 동등한 인격체임을 강조한다.	
활동·실습 및 토론 (100분)	1. 과제로 제시했던 "나에게 있어서 자녀의 의미는?"에 대해 돌아가면서 발표하도록 한다. 2. 자녀와의 관계에 대해 회고의 시간을 갖는다. 1) 지금까지 자녀와의 관계를 그래프로 그려보기: 어머니 역할이 가장 만족 또는 불만스러웠던 시기는? 그 이유는? 현재 자녀와의 관계에서의 만족 정도는? 2) 나는 자녀에게 무엇을 주었는가? 3) 자녀들로부터 최고의 보상은 무엇이라고 생각하는가? 지금까지 자녀들로부터 받은 보상은? 등에 대해 서로 이야기하도록 한다. 3. 자녀의 생활에 대한 개입정도 알아보기: 자녀의 다양한 생활(경제생활, 학교생활, 이성친구를 포함한 친구관계, 진로문제, 배우자선택 등)에 어느 정도 개입하는지를 이야기하도록 함으로써 자녀와의 분리정도를 분석해 보도록 한다	* 3단계 과제를 활동1로 확인, 피이드백 주기 * work - book
종결(15분)	* 평가: 교육일지 작성 * 과제: 자녀와 어떤 때 세대차이를 느끼는지 세가지 이상의 사례를 적어 오도록 한다.	* work - book

4. 교육프로그램의 평가

1) 개인별 면접에 의한 프로그램의 효과분석

(1) 프로그램 참여에 대한 전반적인 느낌

본 프로그램을 통해 참여자들은 그들 삶의 전반적인 측면-즉 자기 자신, 자녀와의 관계, 부부관계-에 대해 과거와 현재 그리고 미래까지도 생각해 볼 기회를 갖게 되었으며, 가족의 소중함을 새길 수 있는 시간이었다. 특히 자신과 자녀의 life-line을 비교해 봄으로써 세대차이의 필연성과 원인을 알게 되어 자녀의 입장을 이해하려는 자세를 갖게 되었으며, 쌍방향 의사소통의 중요성을 이해함으로써 자녀와 친밀한 대화를 위해 노력할 것을 다짐하는 계기가 되었다.

따라서 본 프로그램은 중년기 주부들에게 자녀에 대한 숙고의 시간을 제공했으며, 특히 인간발달과

가족관계에 대한 학문적 토대 위에서 자녀와 자신을 이해할 수 있는 계기를 제공하였다. 또한 교육에의 참여자체가 중년기 주부들에게 자신감을 가져다 주었을 뿐 아니라 자녀와의 관계에서도 여유를 갖도록 하였다.

"인생절반을 생각해 본 시간이었고, 앞으로 남은 인생에 대해서도 생각해 보게 됐어요..., 너무나 소중한데도 잊고 살았던 '가족의 소중함'을 깨달을 수 있었던 시간이었어요." (D씨)

"세대차이에 대해 배운 후에 애들 문제를 얘기하게 되니까, 왜 애들이랑 속썩었는지 원인을 알겠고 애들에 대해서도 이해가 되더라고요..." (C씨)

"애들 입장에서 이해해야 한다는 걸 배워서 그런지 애들을 보는 눈이 조금 변한 것 같아요, 애들에 대해 뭔가 배웠다는 그 자체가 애들과의 관계에서 자신감이랄까 여유로움을 갖게 하더라고요." (H씨)

〈표 6〉 5단계: 성인자녀와의 세대차이의 수용단계

단 계 명	제 5단계: 나와 자녀--"함께 또는 따로"	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 가족생활주기의 변화에 따른 어머니 발달과업의 변화를 이해토록 한다. 2. 중년기 가족의 발달과업을 이해시킨다. 3. 성인자녀와의 세대차이를 수용하여 1 對 1의 인격적인 관계를 맺도록 한다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work - book
강의(25분)	1. 인생주기의 각 단계에 따른 발달과업의 변화를 설명한다. 2. 중년기 가족의 발달과업은 무엇인지를 살펴본다. 3. 성인자녀들의 발달과업성취를 위해 중년기 주부가 수행해야 할 발달과업이 바로 자녀와의 심리적 離乳임을 설명한다. 자녀의 독립시 경험하게 될 어머니 역할변화에 대비하여 새로운 역할을 정립해야 하는 시기임을 강조한다. 4. 출생동시집단의 차이에 따른 세대차이를 설명한다.	* 어머니의 발달과업과 성인자녀의 발달과업 비교 차트
활동·실습 및 토론 (110분)	1. 과제로 내주었던 자녀와 어떨 때 세대차이를 느끼는지에 대해 발표하면서 그 이유가 무엇일지를 토론한다. 2. 자신과 자녀의 life line 그려보기: 자신과 막내자녀의 출생에서부터 지금까지를 연도별로 비교하여 그려본다. 이를 통해 출생동시집단의 차이에 따라 자신과 자녀가 경험하는 사회문화적 배경이 상이함을 인식하여 세대차이를 수용토록 한다. 3. 자신과 자녀들과의 경계선 그리기: Minuchn 등의 가족 하위체계간의 경계선 그리기를 통해 자녀와의 바람직한 관계설정을 모색토록 한다.	* 4단계 과제를 활동1로 확인, 피이드백 주기 * work - book의 life line의 예를 참고하기 * work-book의 경계표시 기호와 예를 참고하기
총결(20분)	* 평가: 교육일지 작성 * 과제: 1. 의사소통(대화)이란 무엇인가에 대해 세계 이상의 문장을 기술해 오도록 한다. 2. 최근 성인자녀와 의사소통에서 어려움을 경험한 예를 두가지 이상 적어 오도록 한다.	* work - book

(2) 중년기 주부자신에 대해 새롭게 느낀 점과 각오

① 자아평가를 통한 자아존중감의 추구

참여자들 모두 지금까지 잊고 살았던 '자신'을 돌아볼 수 있는 소중한 시간을 가질 수 있었던 것에 대해 높은 가치를 두었으며, 이러한 자아성찰의 기회를 통해 자신의 존재를 새롭게 인식하게 되어 자아존중감을 고양시키는 계기가 되었다.

"인생을 회고해보면서 '나'를 돌아볼 수 있었어요... '내가 만족하는 삶'이 되어야 한다는 생각이 들면서... '나'를 사랑해야 한다는 각오를 했어요." (D씨)

② 발달과업에 대한 이해와 발달과업 성취를 위한 다짐

본 프로그램은 중년기 주부들이 지금까지 배우지 못해서 수행하지 못했던 중년기 발달과업 등에 대

한 새로운 지식습득의 기회를 제공해, 그들로 하여금 발달과업을 적극적으로 실천하여 더 나은 성숙을 이룩할 수 있는 토대를 마련해 준 것으로 여겨진다. 특히 중년기 발달과업으로 중시되는 '생산성' 개념에 대한 확실한 인식을 하게 되어 이를 위한 지속적인 노력을 다짐하였다.

"폐경, 애들 떠나보낼 마음의 준비 그런 것을 받아들이려 노력하게 됐어요." (C씨)

"'생산성'을 배우고는 이전 남을 생각하면서 살아야겠다는 생각을 했어요." (D씨)

(3) 자녀와의 관계에서 변화된 제 측면들

① 지금까지의 자녀양육방식에 대한 반성

참여자들은 본 프로그램 참석을 통해 자녀와의 관계를 보다 객관적으로 볼 수 있는 시야를 갖게

〈표 7〉 6단계: 자녀와의 쌍방향 의사소통의 중요성 이해단계

단 계 명	제 6단계: 나와 자녀--"벽이 없는 우리"	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 쌍방향 의사소통의 중요성을 이해하도록 한다. 2. 성인자녀와의 평등한 의사소통을 위한 자질과 태도를 익혀 자녀와 벽이 없는 밀접한 유대관계를 형성토록 한다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work - book
강의(30분)	1. 모든 인간관계에서 의사소통이 갖는 의미와 중요성을 인식시킨다. 강의 시작과 함께 지난 주의 과제였던 의사소통에 대한 피교육자들의 생각을 돌아가면서 발표토록 해서, 의사소통의 의미와 중요성을 유도해 낸다. 2. 자녀와의 의사소통시 장애요인들(세대차이에 따른 관심영역·의사소통방식 등에서의 차이)에 대해 설명하고, 부모와의 대화에서 자녀들이 느끼는 어려움을 인식시켜 준다 3. 자녀와의 효율적인 의사소통을 위한 조건들(대등한 관계에서의 개방성, 감정이입, 긍정적 인정하기 등)과 함께 적극적 경청, 나-메세지 보내기의 중요성을 강조한다.	* 5단계 과제1을 활동을 통해 확인, 피이드백 주기 * 5단계 자녀와의 세대 차이 수용을 다시 한번 인식시킨다.
활동·실습 및 토론 (100분)	1. 일방적·쌍방향 의사소통 경험하기: 세가지 유형의 그림을 1) 송신자가 집단성원과 얼굴이 보이지 않는 상태에서 그림 1을 질문을 받지 않고 3분 동안 설명을 한 후 그리도록 한다. 2) 다른 송신자가 나와 1)과 같이 집단성원과 얼굴을 대하지 않고 그림 2에 대해 3분 동안 설명하는데, 5번의 질문을 허용하면서 그림을 그리도록 한다. 3) 송신자와 집단성원간에 얼굴을 마주 대하고 그림 3을 3분 동안 설명하는데, 그림을 직접 보여주는 것만을 제외하고는 모든 상호작용이 가능한 상태에서 그림을 그리도록 한다. 이 과정에서 각자가 느낀 어려움을 이야기하도록 한다. 2. 성인자녀와 의사소통시 겪게 되는 어려움에 대해 이야기하기: 자녀와의 대화정도·방식·내용 등에 어느 정도 만족하며, 자녀와 벽이 없는 대화를 위해 어머니로서 자녀야 할 자세를 이야기하도록 한다.	* 송신자가 집단성원에게 설명할 세가지 그림의 인쇄물 * 5단계 과제2를 활동2로 확인 한 후 피이드백 주기
종결(20분)	* 평가: 교육일지 작성 자녀와의 의사소통에 있어서, 자신에게서 변화시키고 싶은 생각이나 태도 * 과제: 최근에 해결된 또는 현재 겪고 있는 자녀와의 갈등을 구체적으로 기술해 오도록 한다(무슨 문제로 어떻게 갈등을 겪고 있으며, 어떻게 해결해 나가고 있는가?)	* work - book

되어 지금까지의 자녀양육방식에 대한 반성과 아울러 자녀와의 문제·갈등의 원인을 냉철하게 분석함으로써, 권위적이거나 무관심했던 자녀에 대한 태도를 민주적으로 변화시키는 계기를 마련하였다.

“애들에게 지금껏 ‘내주장만 하고 너무 보수적이었구나’ 생각했어요..., 이젠 어른으로 대접해줘야겠어요.” (F씨)

② 자녀와의 관계에서의 새로운 인식
대부분의 참여자들이 세대차이의 원인과 그 필연

성을 올바르게 인식하게 되어 자녀를 보다 잘 이해할 수 있게 되었다. 또한 지금까지 생각하지 못했던 자녀를 위한 성교육의 필요성에 대한 인식과 함께 궁합의 절대성과 같은 자녀의 혼인에 대해 가졌던 기성세대들의 잘못된 편견도 불식시키는 좋은 계기가 되었다. 아울러 결혼에 의해 형성되는 가족의 기능이 개인과 사회에 미치는 중요성을 이해함으로써 자녀의 결혼에 대한 막중한 책임을 인식하여 미래를 예견하는 안내자로서의 책임 있는 역할수행을 다짐하였다.

〈표 8〉 7단계: 자녀와의 갈등의 건설적인 해결단계

단 계 명	제 7단계: 나와 자녀--"동등한 나와 너"	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 성인자녀와의 갈등을 성숙한 관계맺기를 위한 기회로 인식토록 한다. 2. 자녀와의 갈등을 건설적인 방식으로 해결하도록 한다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work - book
강의(25분)	1. 인간관계에서의 갈등의 불가피성을 설명한다. 이와 함께 5단계에서의 자녀와의 세대차이가 필연적이었음을 다시 한번 상기시킨다. 2. 갈등해결유형(회피, 지배와 복종, 협박, 타협)중 타협이 가장 바람직한 유형임을 설명한다. 3. 효율적인 갈등해결과정: 양승적 갈등해결과정 1) 갈등상황에서의 대립욕구 정의 2) 다양한 해결책들의 모색 3) 해결책들의 평가 4) 쌍방의 합의에 의한 최적의 해결책 결정 5) 실행 6) 평가	* 갈등해결과정의 단계 차트
활동·실습 및 토론 (110분)	1. 성인자녀와의 갈등상황 분석하기: 지난 주 과제를 중심으로 지금까지 자녀와의 갈등상황에서 어떤 갈등해결 유형을 사용해 왔는지를 구체적으로 분석해 본다. 2. 양승적 갈등해결법 실습: 현재 겪고 있는 자녀와의 갈등을 강의 3의 양승적 갈등해결과정을 통해 쌍방이 만족하는 해결책을 모색해 보도록 하여 자녀와 인격적이고 친밀한 관계를 맺을 수 있는 기회로 삼는다. 이와 함께 갈등해결과정에서 상대방장되어보기의 중요성을 인식시킨다.	* 6단계 과제를 활동1로 확인한 후, 피이드백 주기 * work - book
종결(15분)	* 평가: 교육일지 작성 자녀와의 갈등상황에서 지금까지의 해결유형에 대한 반성과 앞으로의 각오나 다짐 * 과제: 1. 활동 2에서 다루었던 자녀와의 갈등을, 자녀와 함께 양승적 갈등해결의 단계를 통해 최선의 해결책을 찾아, 자신이 내렸던 결정과 자녀와 함께 내린 결정을 비교해보고 더 나은 해결책을 선택해 실천하도록 한다. 2. "나는 왜 결혼을 하였는가?"(나의 결혼동기), 그리고 결혼생활을 통해 자녀에게 자랑스러운 점과 부끄러운 점을 적어 오도록 한다.	* work - book

“애들하고 우리 세대는 세대차이가 날 수 밖에 없다는 걸 깨달았고..., 애들을 이해하려 노력해야겠다는 생각을 했어요.” (A씨)

“애들의 결혼을 내 방식대로 이끌려고 했는데 내 생각을 바꿔야 한다는 걸 깨달았어요..., 내가 요구했던 조건들보다 마음이 중요하다는 것도요...”(E씨)

“저도 애들도 혼인에 대해 마음의 준비와 함께 올바른 가치관을 가져야 한다는 것을 알았어요.”(B씨)

③ 자녀와의 갈등해결 유형의 변화와 대화의 중요성에 대한 인식

참여자들이 지금까지는 자녀와의 갈등상황에서 자신의 입장을 강요하며 억압과 강제의 방식으로 갈등을 해결한 반면, 프로그램 참석 후에는 갈등상황에서 즉각적인 반응을 보이기 보다 먼저 자녀입장에서 문제를 바라볼 수 있는 여유를 갖게 되었다. 아울러 타협과 설득 등의 긍정적인 갈등해결방안을 모색하고 이를 위해 노력할 것을 다짐함으로써 갈등을 미연에 방지할 수 있는 여지를 보여 주었다. 특히 주목할 점은 참여자들이 대화의 중요성을 깊이 인식하게 되어 자녀와의 갈등자체가 줄어들었음을 평가한 점으로, 이는 교육을 통해 자녀문제에 대한 사후대처에서 사전예방으로의 변화를 경험하게

〈표 9〉 8단계: 자녀의 행복한 결혼을 위한 어머니로서의 책임 이해단계

단 계 명	제 8단계: “나의 행복한 미래를 위하여”	
교육진행절차	교 육 내 용	비 고(준비물)
목표(5분)	1. 현대사회에서 이성교제의 필요성과 중요성을 이해하도록 하며, 자녀의 건전한 이성교제를 위해 어머니로서 해야 할 역할을 인식하도록 한다. 2. 어머니로서 결혼을 앞둔 자녀에게 결혼의 진정한 의미를 인식시킬 책임감을 부여한다. 3. 자녀의 이성관, 결혼관에 미치는 부부관계의 중요성을 인식하도록 한다.	* 이름표, 녹음기, 필기 도구, work - book
강의(30분)	1. 결혼의 동기 변화: 과거의 家를 위한 결혼 즉 제도우선적인 결혼에서 개인의 자아실현과, 행복추구로 현대의 결혼동기는 변화하고 있으며, 특히 신세대들은 결혼을 필수가 아니라 선택으로 생각하기도 함을 설명한다. 2. 어머니로서 자녀의 결혼을 위해 해야 할 과업이 무엇인지를 생각해 보도록 하면서 3. 결혼생활 전과정을 통한 부부관계가 자녀들의 이성관, 결혼관에 가장 중요한 영향을 미침을 인식시킨다	
활동·실습 및 토론 (95분)	1. 자녀의 이성교제에 대한 견해 밝히기: 이성교제의 긍정적·부정적 측면, 자녀들이 지녀야 할 이성교제에 대한 올바른 가치관과 행동규범, 자녀들이 지녀야 할 건전한 성의식 등에 대한 토론을 통해, 자녀의 건전한 이성교제를 위한 어머니로서의 책임감을 인식시킨다. 2. 결혼의 진정한 의미에 대해 생각해 보기: 7단계의 과제(2)의 자신의 결혼동기에 대해 돌아가면서 발표하도록 하고 그것이 올바른 판단이었는지를 토론한다. 이 과정에서 결혼의 주체는 당사자이며, 결혼의 진정한 요소가 사랑임을 도출해낸다. 아울러 자신의 부부관계에서 자녀에게 자랑스러운 점과 부끄러운 점을 발표하면서, 자녀의 결혼생활에 바라고 싶은 점과 조언 등을 함께 이야기하도록 한다	* 7단계 과제를 활동2로 확인 한 후, 피이드백 주기
종결(40분)	* 평가: 교육일지 작성 부부관계의 발전을 위해 자신에게서 변화시키고 싶은 생각이나 태도 * 사후검사 및 프로그램 전반에 대한 평가를 위한 개인면접시간을 약속한다. * 집단원 모두가 서로에게 감사의 인사를 나누도록 한다.	* work - book * 사후질문지

되었음을 의미한다(First & Way, 1995).

“갈등을 타협적으로 풀지 못하고 내 욕심만 해결하려 했어요, 앞으로는 내 입장만 강요하지 않고 애들 의견을 수용하도록 노력해야겠어요.”(C씨)

“‘-해’라는 식으로 강요하는 편이었어요..., 요새 의식적으로 다정하고 부드럽게 말했더니 애도 조금 변하는 것 같아요. 이 공부하고 나서 갈등이 많았던 큰애하고의 관계에서 많은 변화를 느끼고 있어요. 우선 내가 개를 이해하려는 마음이 생기니까 확실히 싸움이 줄어들더라고요...”(A씨)

④ 자녀에게 미치는 부모의 영향력에 대한 인지

참여자들은 자녀의 이성관과 결혼관뿐 아니라 가치관의 모든 측면에 미치는 부모의 영향력이 얼마나 중요한지를 인식하게 되어 스스로의 생활에 책임의식을 부여하고 보다 발전적인 방향으로 나아가려는 다짐을 하게 되었다. 또한 대리성취와 같은 자신들의 결혼동기가 자녀세대에서는 지양되어야 하며 1對1의 동등한 인격적 만남과 성격 등이 결혼의 주요한 조건이 되어야 함을 인식하는 계기도 되었다.

그리하여 본 프로그램은 중년주부들에게 자녀와의 관계개선 나아가 신세대에 대한 이해증진에 기여하는 시간이 되었음을 알 수 있었다.

“부모의 역할이 얼마나 중요한지를 깨달았어요. 내 생활이 애들에게 직접적으로 영향을 미친다고 생각하니 애들이 많은 저로서는 책임감이 무겁고 두렵다는 생각까지 들더라고요.”(H씨)

“이 공부하면서 나처럼 대리성취를 위해 결혼한다는 자체가 행복한 가정을 이루는데 걸림돌이 된다는 생각이 들면서..., 애들은 조건보다는 인격적으로 만나서 동등하게 살라고 얘기하고 싶어요...”(B씨)

(4) 자녀의 진수에 따른 부부관계의 중요성 인식과 노후계획

참여자들은 이 프로그램을 통해 부부관계에 대한 반성과 함께, 자녀와의 관계에서 중요하게 인식한 양승적 갈등해결과 대화의 중요성이 부부관계에도 똑같이 적용됨을 깨닫게 되었으며, 자녀의 성장과 독립을 수용하게 되면서 부부관계의 중요성을 새롭게 인식하는 계기가 되어, 빈 등우리 이후를 대비한 부부 둘만의 구체적인 노후를 계획하는 미래지향적인 자세를 보여 주었다.

“부부관계에 대해 반성하게 됐어요, 애한테 했듯이 남편한테도 억압한 적이 많았거든요..., 내 입장만 옳다고 강요했던 것 같아요. 이제부터는 남편 얘기를 먼저 받아들이고 복돋아 주고 나서 내 얘기를

하려고 해요.”(F씨)

“나이를 먹을수록 부부관계가 소중하다는 걸 느꼈어요..., 서로에 대해 더 많이 배려하는 자세가 필요할 것 같아요.”(C씨)

“남편과 둘만의 시간을 많이 가져야겠고..., 건강에 신경 쓰고..., 애들한테 집이 안되려면 열심히 저축해서 경제적으로 든든해야겠다는 생각이 들었어요.”(H씨)

2) 사전·사후 검사결과 비교분석

교육프로그램이 의도했던 교육목표가 달성되었음을 보다 객관적으로 입증하기 위해 사전·사후 점수를 비교한 결과는 <표 10>과 같아서, 대부분의 참여자들이 사후검사에서 긍정적인 측면으로의 변화를 보여 주었다. 다만 F씨의 경우 심리적 복지감과 자녀관계만족도 영역에서 점수의 하락정도가 심한 것으로 나타났다. 이는 자녀와 만성적인 갈등을 겪고 있었던 F씨가 본 프로그램을 통해 자녀와의 갈등을 냉철히 분석하는 과정을 거치면서, 지금까지의 자녀와의 갈등의 원인이 자신에게 있었다는 점을 깊이 인식한 결과로 여겨진다. 그리하여 과거에 대한 객관적인 평가를 통해 자신의 부정적인 측면을 수용하는 그 자체도 성숙된 변화를 위한 가장 핵심적인 요소이므로 이 역시 교육의 효과로 인정하여도 큰 무리가 없는 것으로 여겨진다.

<표 10> 사전·사후 점수결과 비교

참여자	척도 측정시기	자아존중감(75점)		심리적 복지감(100점)		자녀관계만족도(105점)	
		사전	사후	사전	사후	사전	사후
A씨		43점	42점	64점	66점	75점	81점
B씨		45점	48점	64점	74점	57점	69점
C씨		50점	51점	70점	71점	81점	85점
D씨		51점	53점	80점	80점	74점	81점
E씨		54점	59점	64점	80점	81점	81점
F씨		50점	55점	78점	71점	75점	66점
G씨		52점	51점	76점	79점	79점	88점
H씨		41점	52점	69점	81점	77점	79점

V. 결론 및 제언

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 중년기 주부는 본 프로그램을 통해 개인적으로 성격특성을 긍정적으로 변화시키려는 각오와 함께, 사회의 발전에 이바지할 수 있는 '생산성'에 대한 새로운 인식의 기회를 통해 바람직하고 성숙된 중년기를 보낼 수 있는 토대를 마련하였다.

둘째, 자녀와의 관계에서 중년기 주부가 느낀 본 프로그램의 효과는, 자녀와의 세대차이의 수용에 따른 자녀와 신세대에 대한 이해증진과, 민주적인 자녀관의 확립을 통해 자녀와 인격적인 관계맺기를 위한 다짐을 하였으며, 대화의 중요성을 인식함으로써 자녀와의 갈등을 보다 건설적인 방향으로 해결하려는 자세를 갖게 되었다. 또한 자녀에 대한 교육에의 참여자체는 자녀와의 관계에서 자신감과 여유를 가져다 주었다.

셋째, 참여자들은 본 프로그램을 통해 부부관계의 중요성을 새롭게 인식하게 되었으며, 자녀의 독립에 따른 빈 등우리 이후를 대비하여 부부의 노후를 계획하는 미래지향적인 자세를 보여 주었다.

결론적으로 본 프로그램을 통해 중년기 주부들은 개인적으로 자아존중감을 신장시키고 심리적 복지감의 증진을 경험했으며, 보다 폭넓은 이해와 대화를 바탕으로 자녀와의 관계를 향상시키게 되었고, 배우자와의 관계개선을 위해 노력하게 되었다. 이런 결과는 질문지를 통한 사전·사후검사결과에서도 그대로 나타나, 본 프로그램이 의도했던 교육목표가 달성된 것으로 생각된다.

한편 본 연구는 소집단에 대한 1회 평가로 프로그램의 효과를 일반화하는데 있어서의 한계점과, 추후면접을 통해 교육적 효과가 어느 정도 지속되었는지를 밝히지 못한 점 등의 제한점을 갖는다

이런 제한점과 연구결과를 토대로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 똑같은 중년기에 속한다 할지라도 각기 다른 자원보유수준에 따라 상이한 교육요구를 나타내므로 계층, 학력, 가족형태, 가족성원 등의 요인에 따라 선호하는 교육내용과 실시방법을 고려함으로써 교육적 효과를 높여야 할 것이다.

둘째, 노년기가 점차 장기화되므로 중년기를 대상으로 미리 노년기 준비에 관한 교육프로그램을 개발·실시함으로써 풍요로운 노후를 맞이할 수 있도록 도와주어야 할 것이며, 또한 중년층들이 조부모로 보내는 시간이 점점 길어지게 될 것이므로 바람직한 조부모 역할에 대한 프로그램의 개발·실시도 하루 빨리 이루어져야 할 것이다.

셋째, 중년기 남성이 프로그램에 참여할 수 있도록 기업체와 공공기관, 남성단체들과의 연계가 필요하며, 특히 그들의 시간부족을 해결하기 위해서는 정보전산망을 통해 가족생활교육 프로그램을 제공하는 것도 좋은 방법이라 생각된다.

■참고문헌

- 1) 공선영(1993). 중년주부의 생활양식에 관한 연구. 이대 석사학위논문.
- 2) 김명자·송말희(1998). 중년기 주부의 가족관계 향상을 위한 가족생활교육 요구도 분석. 대한가정학회지. 36(3). 61-75.
- 3) 김종서·남정걸·정지웅·이용환(1982). 평생교육의 체제와 사회교육의 실태. 연구논총 82-7. 한국정신문화연구원.
- 4) 김충기·정채기(1996). 평생교육의 이론과 실제. 서울: 교육과학사.
- 5) 예창명(1996). 중년기 주부의 취업여부에 따른 가족생활교육 요구도분석. 숙대 석사학위논문.
- 6) 유영주·오윤자(1998). 가족생활교육 프로그램 개발. 한국가족관계학회편, 가족생활교육-이론 및 프로그램-. 서울: 하우.
- 7) 이시연(1995). 중년기 여성을 대상으로 하는 집단사회사업 프로그램을 위한 기초연구-자녀를

- 둔 중년기 부인의 욕구를 중심으로-. 서울여대 석사학위논문.
- 8) 이연숙(1998). 성인을 위한 가족생활교육론. 서울: 학지사.
 - 9) 이정연(1998). 가족생활교육의 본질, 가족생활교육 -이론 및 프로그램-. 한국가족관계학회편. 서울: 하우.
 - 10) 장휘숙(1997). 가족심리학 -가족관계의 발달-. 서울: 박영사.
 - 11) 정은희(1993). 부모로부터의 독립과 대학생활적응과의 상관연구. 연대 석사학위논문.
 - 12) 정지웅 · 김지자(1986). 사회교육학개론. 서울: 서울대 출판부.
 - 13) 최규련(1997). 가족생활교육의 과제와 전망. 한국가족관계학회 추계학술대회자료집. 1-22.
 - 14) 최보가 · 전귀연(1993). 자아존중감 척도개발에 관한 연구(1). 대한가정학회지. 31(2). 41-54.
 - 15) 차갑부(1993). 성인교육방법론. 서울: 양서원.
 - 16) 현은강(1993). 어머니의 부모역할만족도와 관련변인. 동국대 박사학위논문.
 - 17) Abell, E. & Ludwig, K. B.(1997). Developmental considerations in designing parenting education for adolescent parents. *J of Family and Consumer Sciences* 89(2), 41-44.
 - 18) Arcus, M. E.(1992). Family life education: Toward the 21st century. *Family Relations*, 41, 390-393.
 - 19) Arcus, M. E., Schvaneveldt, J. D. & Moss, J. J.(1993) *Handbook of family life education Vol. II: The Practice of family life education*, Newbury Park, CA: Sage., 1993. 가족생활교육의 실제. 이정연 · 장진경 · 정혜정 옮김. 서울: 하우, 1997.
 - 20) Ewy, D(1993). Preparation for parenthood. A Signet Book New American Library. 참부모역할. 김진숙 · 조문숙 옮김. 학문사.
 - 21) First, J. A., & Way, W. L.(1995). Parent education outcomes: Insights into transformative learning. *Family Relations*, 44, 104-109.
 - 22) Hennon C. B., & Arcus, M. E.(1993). Life-span family life education. *Family Relations: Challenges for the future*, ed. by Brubaker, T. H. SAGE Publications.
 - 23) Hughes, R. Jr.(1994). A Framework for developing family life education programs. *Family Relations*, 43, 74-80.
 - 24) Kimmel, D. C.(1980). *Adulthood and Aging*. N. Y.: John Wiley & Sons Inc.
 - 25) Levinson, D. J., Darrow, C. N., & Klein, E. B.(1978). *The seasons of a man's life*. N. Y.: Ballantine Books. 남자가 겪는 인생의 사계절. 김애순 옮김. 서울: 이대 출판부, 1996.
 - 26) McAdams, D. P., & Aubin, E.(1992). A theory and it's assesment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *J of Personality & Social Psychology*, 62(2). 1003-1015.
 - 27) Peterson, B. E., & Klohnen, E. C.(1995). Realization of generativity in two samples of women at midlife. *Psychology and Aging*, 10(1). 20-29.
 - 28) Roosa, M. W.(1991). Adolescent pregnancy programs collection: An introduction. *Family Relations*, 40, 370-372.
 - 29) Rosenberg, M.(1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, N. J.: Princeton University Press.
 - 30) Simons, J. A., Kalichman, S., & Santrock, J. W.(1994). *Human adjustment*. Wm. C. Brown Communication, Inc.
 - 31) Small, S. A., & Eastman, G.(1991) Rearing adolescents in contemporary society: A conceptual framework for understanding the responsibilities and needs of parents. *Family Relations*, 40, 455-462.
 - 32) Umberson, D.(1989). Relationships with children: Explaining parents' psychological well-being. *J of Marriage and Family*, 51, 999-1012.
 - 33) Waterman, A. S.(1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18(3), 341-358.