

건강한 부모 - 자녀 관계를 위한 부모교육

도 현 심*

1. 서 론

1. 부모교육의 필요성

부모의 자녀양육행동과 아동발달간의 관계는 아동에 대한 관심이 대두된 이래로 꾸준히 강조되어온 주제로서, 많은 연구자들은 양자간의 관계에 대해 상당히 심도 있는 연구들을 시행해 오고 있다. 특히 아동발달의 예측 요인으로서의 부모역할을 고려해 볼 때, 아동의 건강한 발달을 위해 바람직한 부모역할은 아동발달에 관심을 둔 대부분의 연구자들에게 가장 중요한 주제들 가운데 하나이다.

역사적으로 보면, 부모역할은 사회적 특성에 따라 상당한 변화를 경험하였다. 따라서 과거 전통사회에 비해 현대사회에서의 부모역할은 현대사회의 특성에 적합한 모습으로의 변화를 필요로 한다. 그렇다면 현대사회의 특성은 어떠한가? 여러 특성들 가운데 부모역할과 밀접한 관련이 있는 특성만을 제시한다면, 먼저 현대사회의 커다란 변화 중의 하나는 가족 구조 및 형태의 변화이다. 조부모를 비롯하여 삼촌, 고모 등등과 함께 기거하던 과거의 대가족 구조는 산업화와 더불어 대두된 직업의 이동성에 맞추어 보다 단순한 핵가족 구조로 변화하였다. 또한 자녀수의 감소로 인해 소가족화가 됨으로써 현대의 가족구조에서는 어려서부터 형제자매를 돌보는 기회를 경험하는 것이 거의 불가능하게 되었다. 핵가족화 외에도 현대사회는 이혼을 및 사고기회의 증가로 인한 편부모가족과 재혼을 통한 재구성가족과 같은 새로운 가족형태가 점차 증가하는 실정이다. 또한 여성의 취업증가로 취업모 가족이 증가하고 있으며 이는 부모의 중요한 역할 중의 하나인 자녀에 대한 감독의 기회를 위협하고 있다. 따라서 현대사회에서는 양친가족만을 전형적인 가족형태로 여기기보다는 다양한 가족형태를 인정할 필요가 있다. 이처럼 다양한 가족형태는 각 특성에 적합한 부모역할을 필요로 한다.

현대사회의 또 다른 변화로서 정보의 범람을 들 수 있다. TV를 비롯한 컴퓨터의 보급으로 이제 우리의 어린 자녀들은 수많은 정보들에 쉽게 접할 수 있게 되었으며, 부모는 이들에게

* 이화여자대학교 소비자·인간발달학과 교수

유익한 정보를 자율적으로 선택할 수 있는 능력을 길러주어야 하는 중요한 임무를 가진다. 이와 같은 맥락에서 학교주변을 비롯하여 사회구성구석에 자리잡고 있는 유해 환경 속에서 부모역할의 중요성은 더욱 강조된다.

이 외의 또 다른 중요한 변화로서 현대사회에서는 아동이 책임감과 동기유발을 학습할 기회가 거의 없다는 것이다. 현대사회에서는 과거처럼 경제적인 생존을 위해 자녀의 노동력을 요구하지 않으며, 자녀들은 커다란 노력이나 투자를 하지 않고도 너무 많은 것을 받게 되고 결국은 이것이 문제가 된다. 부모들은 자녀가 책임감이 없다고 비판을 하지만, 실제로 아동이 사회나 가정에 책임감을 가지고 기여하여 소속감과 자기존재의 가치를 느낄 수 있는 기회를 오히려 빼앗는 경우가 많이 있다. 따라서 부모는 자녀에게 책임감을 스스로 경험해 볼 수 있는 기회를 제공해 주어야 한다(Nelsen, 1987).

이러한 부모역할의 변화로 인해 부모는 더 이상 과거처럼 자신의 아동기 경험에만 의존하여 자녀를 키우기가 어렵게 되었다. 부모들은 이러한 상황을 극복하기 위한 사회적 지원체계와 같은 도움이 필요하며, 그 대표적인 것으로서 부모교육을 들 수 있다(Hamner & Turner, 1985). 부모교육은 간단히 '부모역할의 방법에 대한 지침'이라고 정의되며, 부모교육 프로그램은 체계적이며 개념적인 것에 기초한 프로그램으로서, 부모역할에 대해 참여자들에게 정보나 인식 또는 기술을 전달해 주도록 의도된 프로그램을 의미한다. 부모교육은 또한 전생애적인 인간발달의 측면에서 볼 때, 부모자신의 발달을 위해서 뿐만 아니라, 교육의 경제성을 높이기 위해서도 필요하다. 즉, 아동의 연령이 어릴수록 아동의 유연성(plasticity)이 높으며 성인인이 되어서 초래되는 많은 문제행동의 치료 상 어려움을 고려해 볼 때, 어린 자녀를 둔 부모교육은 특히 그 효율성 측면에서 강조되는 것이다.

2. 부모교육의 역사 및 현황

미국의 경우, 부모교육운동은 가족의 모습이 한창 변화하고 있을 때 일어나기 시작했다. 부모교육은 처음에는 자녀양육에 대한 저서를 통해 부모들에게 소개되기 시작하였다. 이러한 저서들은 부모에게 자녀를 어떻게 다루는 것이 바람직한지를 이해시키는 데 커다란 도움을 제공하였으며, 그 이후로 현재에 이르기까지 수없이 많은 저서들이 출간되고 있다. 이러한 저서의 보급과 더불어, 미국의 부모교육은 크게 두 가지 부류로 실시되었다. 그 하나는 1960년대 주정부 차원에서 빈곤층을 대상으로 이루어진 부모교육 프로그램들로서, Head Start, Home Start, Follow-through 등이 있다. 이러한 프로그램들은 사회경제적으로 빈곤한 아동들의 학습능력향상에 특히 도움을 주었다(이재연, 김경희, 1998). 또 다른 하나는 임상심리학자나 신경정신학자와 같은 전문가들이 일반인들을 대상으로 시행한 부모교육 프로그램들이다. 그 대표적인 예로서 Adler의 영향을 받은 Rudolf Dreikurs가 1939년에 부모상담센터를 설립한 것을 선두로 하여(Terner & Pew, 1978), 1950년대 초 Heim Ginott은 플로리다의 아동지도소에서 부모교육을 실시하였으며(Ginott, 1957), 1960년대 초 Thomas

Gordon은 캘리포니아에서 부모들을 대상으로 한 교육프로그램을 시작하였다(이원영, 1985).

미국의 경우와 마찬가지로 국내에서도 가족의 변화와 더불어 부모교육에 대한 관심이 서서히 대두되기 시작하였다. 부모교육에 대한 학계의 관심은 1980년대에 들어 점차 대두되어 자체적으로 프로그램 모형을 개발, 실시하고자 시도하였다(정문자, 1983; 홍기형, 박혜정, 권경안, 권기욱, 1986). 또한 국외로부터 도입, 실시되고 있는 프로그램의 예로서, Dreikurs의 이론에 기초하여 완성된 STEP(Systematic Training for Effective Parenting)과 Gordon이 개발한 P.E.T.(Parent Effectiveness Training)와 같은 프로그램을 들 수 있다. 특히 P.E.T.는 한국심리상담연구소에서 주관하여 실시되고 있는 프로그램으로서 현재로서 가장 많이 보급되어 있는 실정이다. 1996년 8월말 현재, 24시간의 정규과정을 수강한 사람들은 56,848명에 이르며 소개 강좌와 5-10시간 정도의 초기과정을 마친 사람도 870,000명을 넘는다(부모교육학회, 1997). 이 외에는 STEP을 비롯한 국외의 부모교육 이론들에 근거하여 자체적으로 개발한 프로그램들(예: 도현심, 유명희, 1996)이 각 기관별로 실시되고 있는 상황이다. 부모교육 프로그램이 실시되고 있는 기관들로는 대학부설 연구소 및 사설연구소, 문화센터, 종교기관 등이 주를 이룬다. 이외, 유치원과 같은 아동교육기관에서 강연회, 부모면담, 수업참관 등의 형태로 부모교육이 이루어지고 있다. 이렇게 볼 때, 부모교육 프로그램에 대한 관심이 대두된 이래로 현재 우리나라에서의 체계적인 프로그램 개발 및 실시와 관련된 활동은 여전히 초보적 단계에 놓여 있다고 할 수 있다.

3. 부모교육의 목표

부모교육의 목표는 각 프로그램에 따라 매우 다양하다. 그러나 많은 프로그램들이 일반적으로 강조하는 목표를 정리해 보면 다음과 같다(Fine & Henry, 1991). 첫째, 부모들에게 여러 가지 정보를 제공한다. 즉, 아동의 건강관리, 발달과업, 또래관계, 훈육기술 등과 같이 부모에게 도움이 되는 개념들을 제공한다. 둘째, 부모들에게 자녀양육기술을 가르친다. 정보 제공과 같이 말로만 전달하는 것은 효과적인 교육방법이 아니며, 역할극, 모델링, 예행연습 등을 통해 특정한 자녀양육기술을 가르친다. 셋째, 부모들에게 자기인식을 향상시키는 기회를 제공한다. 즉, 자신의 부모가 자신의 현재 자녀양육유형에 어떻게 영향을 미치게 되는지, 자신의 가치관이 자녀에게 어떻게 영향을 미치는지를 인식시키고, 부모 자신의 가치체계의 변화를 유도한다. 넷째, 부모에게 자녀와의 관계에서 발생하는 문제들의 해결방법을 가르친다.

II. 부모교육의 이론적 접근

1. Dreikurs의 민주적 자녀양육이론

Dreikurs의 민주적 자녀양육이론은 자녀양육의 평등성 이론이라고도 불리는 것으로서, 1902년 Freud와 함께 '비엔나 정신 분석 학회'에서 활동한 Adler의 영향을 받은 이론이다. 개인심리학을 주창한 Adler는 Freud와 결별한 후 1919년 비엔나에 아동지도센터를 세우고 매우 활발한 활동을 하였으며, 학교교육에 정신위생학의 원리를 적용시킨 첫 번째 정신병리학자가 되었다. Adler의 제자이었던 Dreikurs는 미국인들에게 가정이라는 말을 보급한 최초의 사람으로 알려지며, Adler학파의 개인심리학을 부모교육에 적용함으로써 부모에게 민주적 양육의 원칙을 소개하고자 노력하였다. 비엔나의 아동지도센터에 함께 참여하기도 하였던 Dreikurs는 미국의 시카고에 이주하여 1939년에 에이브러햄 링컨 센터에 부모상담센터를 처음으로 설립하고, 1972년 사망하기 전까지 부모교육을 보급하는 데 커다란 기여를 하였다(유안진, 김연진, 1993; 이원영, 1985; Fine, 1980).

(1) 부모-자녀관계에 대한 기본철학

Dreikurs는 가정, 학교, 사회 등 사람들이 함께 생활하는 곳에서는 반드시 갈등이 일어나기 마련이며 이러한 갈등은 민주적 방식에 의해 해결되어야 한다고 생각하였다. 또한 그는 가정을 중요한 사회단위로 보았으며 Adler의 이론대로 가정생활을 중요시 여겼다. 부모교육의 목적은 어른과 아동이 동등하다는 전제를 기초로 하여, 상호작용의 보다 적당한 유형을 발견하도록 부모와 자녀를 돕는 것이다. 여기서 의미하는 동등함(혹은 평등)은 동일함을 의미한다기보다는 진가 혹은 가치가 평등하다는 것을 의미한다. 따라서 부모와 자녀간의 관계는 상호존중의 관계로서, 부모는 격려를 통해 아동의 긍정적 행동에 도움을 주어야 한다(Dreikurs, 1967).

(2) 자녀양육의 원리: 네 가지 잘못된 행동 목표

Dreikurs는 인간의 행동에는 목적이 있으며 인간의 기본적인 욕구는 소속감이라는 Adler학파의 가설에 기초하여 어른은 아동과 효과적인 관계를 맺고 지도하기 위해 뿐만 아니라 아동을 이해하기 위해서 아동자신의 논리를 이해해야 한다고 하였다. 아동의 잘못된 행동에는 네 가지의 목표가 있으며, 아동의 어떤 행동이든 이 네 가지 목표들 가운데 하나로 설명할 수 있다. 잘못된 행동의 네 가지 목표는 아동이 가족 내에서 안정된 소속감, 안정성, 수용성을 찾고자 시도하는 잘못된 접근 방법들이다(Fine, 1980).

① 관심 끌기

아동은 자신이 소속되지 못하고 중대한 기여를 할 수 없다고 판단할 때 관심 끌기라는 잘못된 목표를 발전시켜 타인들로부터 관심과 돌봄을 받을 수 있게 행동함으로써 안정된 위치를 차지할 수 있다고 생각한다. 관심을 끌려는 아동을 돕기 위해서는, 아동이 관심을 끌기 위한 다면 비효율적인 노력을 하기보다는 효율적인 공헌을 해야 한다는 것을 알게 해야 한다. 따라서 부모는 아동의 건설적인 행동에 관심을 보이고, 잘못된 행동을 무시해야 한다.

② 힘 행사하기

아동은 항상 우세한 입장에 있고 싫어하기 때문에 자신이 우두머리가 되었을 때만 스스로 가치롭다고 생각한다. 이러한 아동을 다룰 때 어른은 화를 내서는 안 된다. 이러한 아동의 노력에 대해서 권력을 사용하면 아동은 힘의 가치를 실감하고 더욱 더 힘을 행사하려고 노력한다. 부모-자녀 관계에서 힘 행사하기에 대한 투쟁이 계속되어 자신이 이길 수 없다고 생각 되면 아동은 힘 행사하기에 대한 생각을 바꾸어 보복을 추구하게 된다.

③ 보복하기

아동은 자신이 상처를 받았으므로 다른 사람에게도 그 만큼 상처를 주어야 한다고 생각한다. 따라서 아동은 잔인하고 나쁜 행동을 함으로써 자신의 위치를 찾고자 한다. 이러한 아동을 돕고자 할 때, 부모는 보복하려 들지 말아야 한다. 부모는 나름대로 선의를 보여 주면서 침착하게 부모-자녀 관계를 개선해야 한다. 부모-자녀간에 보복의 투쟁이 계속된다면, 아동은 완전히 패배감을 느끼고 발전적인 생각을 포기하고 무능한 행동을 하게 된다.

④ 부적절함의 표시

앞의 세 가지 목표가 비효과적일 때, 아동은 실제적 혹은 가상적 부적절성을 나타낸다. 아동은 실망하여 쉽게 포기하고, 사회적 상호관계나 책임을 피해 퇴행함으로써 자신의 위치를 확보하려고 한다. 이러한 아동을 돕기 위해서 부모는 아동을 비난하지 말고, 아동의 특기나 장점에 관심을 집중시켜야 한다. 아동이 스스로를 개선시키고자 하는 노력이 조금이라도 엿보이면 칭찬하고 격려해 주어야 한다.

2. Ginott의 인본주의적 자녀양육이론

Ginott(1965)은 자녀양육의 원리에 대해 다음과 같이 구체적으로 제시하고 있다.

(1) 부모-자녀 관계에 대한 기본 철학

부모는 아동의 문제를 보다 잘 이해하기 위해서 아동중심적인 입장, 즉 아동의 입장에서

려고 노력해야 한다. 아동중심적 사고란 결코 방임적 태도를 의미하는 것이 아니며, 문제상황에서 정서적으로 반응하지 않고 문제를 객관적으로 처리하는 것을 의미한다.

(2) 자녀양육의 원리

- ① 아동과의 대화는 아동의 인격을 존중하는 태도를 가지고 이루어져야 하며 기술이 필요하다. 아동이 잘못된 행동을 할 때에는 그 행동을 중심으로 말을 해야 하며, 아동의 인성이나 성격 등을 비난해서는 안 된다.
- ② 칭찬이나 긍정적 강화를 과용하지 말아야 한다. 칭찬이나 긍정적 강화를 할 때에는 인신적, 도덕적 평가어를 쓰지 말고, 아동이 실제로 노력한 정도만큼 성취한 정도와 행동에 알맞는 칭찬을 해야 한다.
- ③ 부모-자녀간에는 갈등과 긴장이 일어나기 마련이다. 따라서 아동으로 인해 화가 난다고 해서 죄의식을 느낄 필요는 없으며, 어른도 화나는 느낌을 가질 권리가 있다. 단, 어른은 아동의 인성을 공격하지 않는 범위에서 자신의 감정을 언어로 표현함으로써 본모기를 보여준다.
- ④ 위협, 뇌물공세, 빈정대는 말 등 부모가 자녀에게 쓰는 말은 바람직하지 못한 상호작용 형태이다. 이런 형태의 말을 계속 사용하게 되면, 아동은 부모의 말을 더 이상 듣지 않게 된다.
- ⑤ 부모와 자녀 사이의 신체적 크기에 차이가 적을 때 의사소통은 보다 더 효과적이다. 따라서 부모는 아동과 눈 높이를 맞추고 눈을 마주보며 이야기하는 것이 좋다.
- ⑥ 아동은 성장함에 따라 자기행동에 대한 책임을 질 수 있게 된다. 따라서 아동에게 여러 가지 중 한 가지를 스스로 선택해서 끝까지 해볼 수 있는 기회를 주도록 한다.
- ⑦ 아동은 자신이 이해할 수 있는 한계가 합리적으로 주어질 때 책임감과 좋은 버릇을 기를 수 있다.
- ⑧ 체벌은 비효과적일 뿐만 아니라 아동에게 해롭다. 부모는 아동의 잘못된 행동에 대해 아동과 함께 토의하는 것이 좋다.

3. Gordon의 부모효율성 훈련(P.E.T.)

(1) 부모-자녀 관계에 대한 기본 철학

임상심리학자인 Gordon은 아동의 정서적 문제는 정신의학적 문제로 다루어질 것이 아니라 부모-자녀간의 인간관계상 문제가 생긴 것으로 보아야 하며 양자의 관계를 개선시킬 수 있는 방법을 부모들에게 교육해야 한다고 여겼다. 부모-자녀 관계는 애정과 존경에 기초한 따뜻하고 친밀한 관계이어야 하며, 이러한 관계를 형성하기 위해서는 부모가 아동과 효과적으로 의사소통 할 수 있는 방법과 문제 발생 시 해결방법에 대해 학습해야 한다. 따라서 효율

적인 의사소통이 이루어지지 못할 때 부모-자녀간에는 갈등이 생기게 된다. 부모가 사용하는 장애요인적 언어표현에는 다음과 같이 12가지 종류가 포함된다: 명령, 지시; 주의, 협박; 훈계, 설교; 충고, 해결책의 제안; 강의하고 가르치기; 비판, 비난; 칭찬, 추어올리기; 비웃기, 별명부르기; 해석, 분석; 동정; 탐문; 주의 돌리기. 부모는 과거의 자녀양육방법을 사용하며 이중적 역할개념을 가지고 있고(개인으로서의 부모 자신은 불완전한 사람이라는 것을 인식하지만 자녀를 기르는 부모로서는 완전해야 한다고 기대함), 성인 중심적 인간관(부모와 아동간의 관계는 수직적 관계)을 가지기 때문에 이러한 언어적 표현을 하게 되는 것이다(Gordon, 1975).

(2) 자녀양육의 원리

Gordon(1975)이 제시하는 자녀양육의 원리는 다음과 같이 요약할 수 있다.

- ① 부모가 아동의 문제행동에 대해 가지고 있는 수용성 수준을 파악해야 한다. 아동의 동일한 행동에 대해 개개 부모들은 다르게 반응할 수가 있으며, 아동의 행동을 수용하는 수준이 높고 낮음에 따라 수용형 혹은 비수용형으로 구분된다. 부모는 자신의 수용성 수준을 파악하되, 수용성 수준이 매우 낮은 경우에는 자신의 가치관을 바꿀 필요가 있다.
- ② 부모는 아동과의 문제에서 문제의 소유자를 파악해야 한다. 즉 부모-자녀관계에서는 자녀가 욕구충족을 방해받음으로써 문제를 갖는 경우(자녀가 문제의 소유자), 부모와 자녀 모두의 욕구를 만족시키며 방해받지 않는 경우, 그리고 부모가 욕구충족을 방해받음으로써 문제를 갖는 경우(부모가 문제의 소유자)로 구분된다. 따라서, 부모가 수용하지 못하는 경우는 문제의 소유자가 부모일 때이다.

문제의 소유자가 자녀일 경우, 부모는 조용히 들어주기 혹은 침묵(passive listening or silence), 인식반응보이기(acknowledgement responses), 계속 말하게끔 격려하기(door openers), 그리고 경청(active listening) 등과 같이 자녀를 돕는 기술(helping skills)을 사용해야 한다. 반면에, 문제의 소유자가 부모일 경우, 부모는 나 메시지(I-message)를 사용하여 자신의 입장을 알림으로써 자녀로부터 협조를 구하도록 한다. 그러나 나 메시지를 사용하여서도 문제가 해결되지 않고 부모-자녀간의 갈등이 계속 존재할 때는 무승부법(no-lose method)을 사용해야 한다. 무승부법이란 부모가 자녀의 의사결정능력을 존중하고 자녀 역시 부모의 제안을 존중하면서 토의하는 방법이다. 이는 민주적 방법을 의미하는 것으로서, 승자도 패자도 없는 방법으로서 부모가 자녀의 인격을 존중할 때 사용할 수 있다. 무승부법에 의해 문제가 해결될 경우, 아동은 자신이 내린 결정에 대해 책임을 질 수 있게 된다.

효율적인 무승부법은 다음의 6단계에 걸쳐 시행된다: 1) 부모와 자녀사이에 갈등을 일으키는 문제를 함께 확인하고, 분명하고 상세히 말한다(갈등확인하기); 2) 확인된 문제를 해결

할 수 있는 다양한 방법들을 찾아본다(가능한 해결책 산출해보기): 3) 해결 가능한 모든 방법들에 대해 평가한다(산출된 가능성 있는 해결책 평가하기): 4) 갈등을 해결하는 최종의 방법을 선택한다(최적의 해결안 결정하기): 5) 결정된 해결방법을 수행하는 구체적 방법을 결정한다(결정된 해결책을 시행하기): 6) 구체적으로 결정된 방법을 수행하고 그 방법을 선택한 것이 옳은 일이었는지를 평가한다(후속 평가하기)(유안진, 김연진, 1993; 이원영, 1985; Fine, 1980).

4. Dinkmeyer와 Mckay의 효율적 부모역할을 위한 체계적 훈련(STEP)

STEP은 Dinkmeyer와 Mckay가 1976년에 개발한 부모교육 프로그램으로서, 앞서 제시한 세 가지 프로그램들 외에도 상호교류분석이론과 행동수정이론 등 다양한 프로그램들을 종합하여 체계화한 조직적이며 단계적인 프로그램이다. 건강한 부모-자녀 관계를 형성하기 위해서 부모는 시간을 내어 자녀와 긍정적인 관계를 맺으려는 노력을 해야만 한다. 이를 위해서, 1) 부모-자녀 관계는 서로 존중해야 하며; 2) 계획적으로 즐거운 시간을 가져야 하며; 3) 부모는 자녀를 신뢰하고 격려해야 하며; 4) 부모는 자녀에게 말과 행동을 통해 사랑을 표현해야 한다.

III. 부모교육 프로그램의 유형

부모교육 프로그램은 참가대상에 초점을 두어 가족발달단계와 가족의 형태 및 특성에 따라 구분된다(부모교육학회, 1997).

1. 가족발달단계에 따른 구분

부모교육 프로그램은 가족발달단계에 따라 다음과 같이 구분된다. 각 프로그램에서 강조해야 하는 내용들을 간추려 보기로 한다.

(1) 청소년 및 결혼 이전의 성인을 위한 부모교육

청소년과 결혼 이전의 성인을 위한 부모교육에서는 부모역할에 대한 준비를 비롯해서 이성관계와 부부관계에 대한 내용을 포함한다. 즉, 이 시기의 부모교육은 부모가 되기 이전에 부모역할을 학습함으로써 부모가 되기 위한 준비를 미리 갖추게 할뿐만 아니라 중장년기의 부모들에 비해 학습능력이 크기 때문에 교육의 효율성 측면에서도 유리하다. 또한 건전한 이성관계를 가지는 방법과 건강한 성의 유희와 과정을 학습함으로써 좋은 부모가 되는 기반을 닦

을 수 있다.

(2) 결혼초기의 부부를 위한 부모교육

결혼초기의 부부를 위한 부모교육은 조만간 자녀를 가질 가능성이 높은 부부를 대상으로 하며, 가족의 초기 발달과업을 원만히 수행하는 데 도움을 줄 수 있는 내용들을 포함한다. 즉, 효율적인 대화방법을 학습시킴으로써 부부가 상호만족 할 수 있는 부부관계를 이룰 수 있도록 돕고, 결혼 전에 비해 확대된 가족(즉, 배우자의 가족)속에서 부부가 서로 조화롭게 적응하는 방법을 가르친다.

(3) 출산준비과정의 예비부모를 위한 부모교육

출산준비과정의 예비부모를 위한 부모교육은 임신중인 부부를 대상으로 하며, 부모가 되기 위한 신체적 준비와 부모역할에 대한 심리적 준비를 도울 수 있는 내용을 포함한다. 특히 부모역할에 대한 심리적 준비를 위해서는 임신에 대한 심리적 수용과 부모상의 정립을 비롯하여 출산 후 자녀양육 및 가사분담에 대한 협의와 자신의 부모와 성숙된 관계정립을 돕는다.

(4) 영아기 자녀의 부모를 위한 교육

영아기 자녀의 부모를 위한 교육은 자녀의 안정적 애착관계 형성을 강조한다. 이와 더불어 부모역할과 부부관계를 재조정함으로써 부모인 동시에 부부임을 인식시키고, 부모자신의 개인적 요구와 자녀양육의 임무를 어느 한 쪽에 치우치지 않고 적절히 조화시킬 수 있도록 돕는다.

(5) 유아기 자녀의 부모를 위한 교육

유아기 자녀의 부모를 위한 교육은 아동의 자조기술을 발달시키기 위해 부모가 지혜로운 조력자로서의 역할을 하며, 적절한 부모 권위를 확립하도록 돕는다. 또한 온정적이고 지지적 태도로 자녀를 격려해 줌으로써 자녀가 경험하는 심리적 좌절을 극복하게 도와주고, 자녀에게 다양한 경험을 제공함으로써 자녀의 사회적 상호작용을 확대시키도록 돕는다.

(6) 아동기 자녀의 부모를 위한 교육

아동기 자녀의 부모를 위한 교육에서는 부모가 자녀에게 다음과 같은 내용들을 지도하도록 돕는다. 첫째, 아동의 인내력과 근면성을 함양시킨다. 즉 아동이 속한 문화가 그 연령층에게 요구하는 기술을 인내력을 가지고 배울 수 있게 도와줌으로써, 성공경험과 성취감을 경험하게 해주고, 효율적 학습방법을 습득하게 해주며, 규칙적 학습습관을 형성하도록 한다. 둘째, 놀이와 학습의 조화를 이루도록 한다. 즉, 어느 한 쪽에만 치우치지 않고 공부와 놀이에 시간

을 적절히 분배할 수 있도록 지도한다. 셋째, 금전교육을 실시한다. 이 시기는 지혜로운 금전 생활의 기초를 닦는 데 적절한 시기로서, 용돈관리에 대한 적절한 지도를 요한다. 마지막으로, 다가올 신체적 변화에 대해 이야기해줌으로써 사춘기에 대한 준비를 돕는다.

(7) 청소년기 자녀의 부모를 위한 교육

청소년기 자녀를 둔 부모를 위한 교육에서는 첫째, 부모가 자녀의 성적 성숙에 대해 수용할 수 있도록 돕는다. 즉 부모에게 자녀가 성적 욕구와 호기심을 느끼는 것이 자연스러운 현상임을 이해시키고, 자녀와의 대화를 통해서 자녀도 이 사실을 수용할 수 있도록 돕게 한다. 둘째, 부모는 자녀의 자아정체성 확립을 돕는다. 이를 위해서는 자녀와의 열린 대화를 통해 자아정립에 도움을 주도록 한다. 셋째, 부모는 자녀 입장에서 자녀의 이야기를 경청함으로써 대화를 통해 갈등을 해결하도록 한다. 마지막으로, 부모는 자녀에 대한 존중과 부모의 지도력을 유지하도록 한다. 즉, 부모는 자녀에 의해 조종되어서는 안 된다.

(8) 독립기 자녀의 부모를 위한 교육

성인이 되어 부모로부터 독립하는 시기에 있는 자녀를 둔 부모를 위한 교육에서는 다음과 같은 내용을 강조한다. 첫째 부모는 성인으로서의 자녀에 대한 존중감을 가져야 한다. 즉, 심리적인 측면에서는 자녀를 자신과 대등한 성인으로 존중해 주어야 하며, 경제적 측면에서는 자녀가 스스로를 부양할 수 있게 한다. 둘째, 부모는 자녀의 독립을 위해 심리적 지지를 보낸다. 즉 자녀의 자립을 기쁜 마음으로 지켜보고 지지할 수 있어야 하며 서운해하거나 불안해해서는 안 된다. 셋째, 부모는 자신을 재계발하고 부부중심관계를 재확립하도록 한다. 자녀에게 할애하던 시간과 에너지를 자신과 부부관계를 위해 사용할 수 있도록 한다.

2. 가족의 형태 및 특성에 따른 구분

(1) 친부모 가족의 부모를 위한 교육

친부모 가정의 부모를 위한 교육은 앞서 제시하였듯이 가족의 발달단계와 자녀의 발달단계 별로 부모교육의 내용을 포함한다.

(2) 편부모 가족의 부모를 위한 교육

편부모 가족은 이혼, 별거, 사망, 취업 등의 다양한 이유로 초래되기 때문에 부모교육의 내용을 일률적으로 할 수는 없다. 그러나, 일반적으로 포함될 수 있는 내용들을 살펴보면, 첫째 부모는 양면적 부모역할을 수행해야 하며 융통성을 갖도록 돕는다. 즉, 한 쪽 부모로서의 역할 외에 다른 쪽 부모로서의 역할까지도 수행할 수 있어야 한다. 예를 들면, 홀로 된 어머니

는 자녀에 대해 정서적인 역할뿐만 아니라 경제적인 부담도 책임져야 한다. 둘째, 부모의 심리적 적응을 돕는다. 배우자에 대한 상실감을 극복할 수 있도록 도와야 하며, 이는 비슷한 입장의 사람들과 함께 함으로써 지원감을 갖게 된다. 셋째, 부모로 하여금 사회적 고정관념을 극복할 수 있는 힘을 기를 수 있도록 도와야 한다. 마지막으로 부모가 안정성을 확보할 수 있도록 돕는다. 편부모 가족은 새구성 가정으로 변화될 가능성이 크기 때문에 불안정적이라고 말할 수 있다. 따라서 안정성의 결여로 인한 자녀의 어려움을 줄이는 방안을 포함해야 한다.

(3) 재구성 가족의 부모를 위한 교육

재구성 가족에는 혼합가족, 재혼가족, 재결합 가정 등이 포함되며, 부모의 양쪽이나 어느 한 쪽이 이전의 결혼에서 낳은 자녀를 데리고 재혼을 함으로써 이루어진다. 재구성 가족의 부모와 자녀의 관계는 최초의 가족관계를 잃은 데 대한 상실감을 극복하고 예전의 관계와 새로운 관계를 조화시키며 재정립하는 것이다. 따라서 이들을 위한 부모교육은, 부모측면에서 부모 자신이 각자의 상실감을 극복하고 새로운 가족형태에 적응할 수 있도록 도와주고, 자녀의 측면에서는 자녀가 경험하는 혼란과 어려움을 극복할 수 있는 지혜와 힘을 키울 수 있도록 도와주는 내용을 포함한다.

(4) 특수아 가정의 부모를 위한 교육

특수아를 둔 가족의 부모를 위한 교육에서는, 먼저 부모가 자녀의 장애를 심리적으로 수용할 수 있도록 돕는다. 부모는 비슷한 입장의 부모들과의 대화를 통해 지지감을 얻게 된다. 둘째, 부모가 자녀의 장애를 극복하고 적응하도록 돕는다. 이를 위해서는 자녀의 독립성을 기르며 자녀가 조화로운 대인관계를 맺을 수 있는 기회를 제공한다. 또한 부모가 다른 가족구성원에 대해서도 배려하며, 가족이 함께 안정된 삶을 이룰 수 있는 최선의 방안을 찾도록 해야 한다. 즉, 특수아에 대한 지나친 관심으로, 정상아 형제나 배우자에게 소홀해서는 안 된다.

IV. 부모교육 프로그램의 실제 : 부모존경♥자녀존중

부모교육프로그램(도현심, 유명희, 1996)

1. 프로그램의 목표 및 실시절차

본 프로그램의 목표는 부모에게 자녀에 대한 인격적인 존중감을 기초로 민주적인 자녀양육 방법을 제시함으로써, 민주적인 부모-자녀 관계의 정립을 도모하는 것이다. 이러한 목표를 달성하기 위해, 본 프로그램은 참가자들로부터 크게 두 가지 측면에서의 변화를 시도한다. 첫

제, 의식적인 측면의 변화로서, 부모가 자녀를 인격체로서 존중할 수 있는 개념의 정립을 목표로 한다. 둘째, 행동적인 측면의 변화로서, 부모의 민주적인 자녀양육행동으로의 변화를 목표로 한다.

이러한 의식과 행동의 두 가지 측면의 변화를 목표로 하여, 전 회기는 세 가지 단계로 구분된다. 전반부의 1-2회기와 중반부의 3-7회기는 각각 의식의 변화와 행동의 변화를 시도하고, 후반부인 8회기에는 민주적인 부모로서의 자세를 확인해 보는 마무리단계로서 구성된다. 프로그램의 참가대상은 자녀의 발달단계에 따라 유아기 혹은 아동기 집단으로 분리하여 6-10명을 대상으로 하며, 매주 1회씩 총 8회에 걸쳐 실시하되 매 회기는 2시간 30분으로 한다.

각 회기는 15-20분의 도입단계를 시작으로 하여, 교재토론단계(40분), 실습단계(30분), 휴식(10분), 문제해결단계(30-40분), 그리고 마감(10분)의 순서로 진행된다.

2. 구체적 자녀양육기법의 예시

(1) 형제간 싸움에서 물러나기

부모가 자녀들의 형제간 싸움에 개입할 경우, 자녀들은 부모의 관심을 얻기 위해서 보다 자주 싸우게 될 뿐만 아니라 자발적인 문제해결의 기회를 상실하게 된다. 따라서 자녀가 위험할 정도로 심하게 싸우는 경우가 아니라면 부모는 자녀들의 싸움에 개입하지 않는 것이 좋다. 부모가 자녀들의 싸움에서 물러나기 위해서는 자녀가 싸우는 상황을 슬그머니 떠나는 것이 좋다.

(2) 감정원회하기

부모는 자녀와의 관계에서 부정적 감정을 자제하는 것이 좋다. 따라서 부모는 화가 난 상태에서는 흥분된 감정을 완화시키기 위해 그 상황을 떠나도록 한다. 어느 정도의 시간이 지난 후 안정을 되찾은 상태에서 부모는 자녀와의 문제를 대화로써 해결하는 것이 바람직하다.

(3) 대화를 통해 문제를 해결하기

부모와 자녀간에 갈등이 있을 때는 대화를 통해 문제를 해결하도록 한다. 민주적 대화를 위한 네 가지 단계는 다음과 같다: 1) 자녀의 입장에 서본다: 2) 부모가 자녀의 입장을 이해하고 있음을 알린다: 3) 부모의 감정과 생각을 들려준다: 4) 자녀 스스로 문제를 해결할 수 있도록 유도한다.

(4) 질적인 대화시간 갖기

부모와 자녀간에 질적인 대화시간을 갖는 것은 건강한 부모-자녀 관계를 형성하는 데 매우

중요하다. 산책시간이나 취침전의 조용한 시간을 택하여, 부모는 자녀와 그날에 일어난 일들을 서로 이야기한다.

(5) 훈련시간 갖기

부모는 자녀에게 충분한 훈련시간을 제공하지도 않은 채 자녀로부터 기대하는 행동이 보여지지 않을 때는 실망하거나 화를 내기가 쉽다. 훈련시간 갖기는 이러한 상황을 초래하지 않도록 하기 위해 제시되는 양육기법으로서, 부모가 자녀에게 자신이 기대하는 행동을 구체적이며 반복적으로 가르침으로써 자녀에게 책임 있는 행동을 길러준다.

3. 프로그램의 평가

사전검사와 사후검사의 결과를 비교한 결과, 참가자들은 대체로 의식적인 측면과 행동적인 측면 모두에서 현저한 변화를 나타내었다. 또한 사후검사와 추후검사(프로그램 종료 후 2개월)결과의 비교에서도, 대부분의 양육행동은 프로그램 참여직후와 유사한 결과를 보였으나, 몇몇 양육행동에는 지속성이 유지되지 않았다. 지속성에 문제가 있는 대표적 양육행동은 감정적 행동이었다.

V. 부모교육 프로그램 실시의 문제점 및 전망

현 우리사회에서의 부모교육의 문제점은 크게 몇 가지로 요약된다. 첫째, 우리 문화에 토착화할 수 있는 프로그램의 개발이 부진하다. 아직까지도 대부분의 프로그램들은 국외에서 시행되고 있는 프로그램들을 변형한 것에 지나지 않기 때문에, 이러한 프로그램들을 문화적 차이가 있는 국내에 그대로 적용한다는 것은 무리가 있다. 둘째, 부모교육에 대한 사회적 인식 부족과 더불어 참가대상인 부모들의 관심이 매우 부족하다. 이는 아직도 자녀의 문제는 부모 자신이 충분히 해결할 수 있는 사소한 것으로 여기고 경험과 삼식차원에서 자녀를 양육하는 경향과 관련된다. 따라서 아무리 좋은 프로그램이 개발되었을지라도 부모의 관심이 부족하다면 아무런 의미가 없을 것이다. 셋째, 부모에게 이미 생활화된 기존 양육행동을 바꾼다는 것은 쉽지 않은 일이다. 특히 부모의 양육행동은 자신이 과거에 부모로부터 경험한 양육행동과도 매우 밀접하게 관련되고 부모 나름대로 하나의 방식으로 자리잡은 상태이다. 따라서 오랜 시간을 두고 부모교육 프로그램에 참여하지 않는다면 단 몇 회기 동안 학습한 내용을 생활화한다는 것은 쉽지 않은 일이다. 마지막으로 부모교육 프로그램에 대한 국가적, 사회적 지지가 부족하다. 부모교육 프로그램이 활발히 실시되기 위해서는 그 운영상 개개 단체나 조직을 넘어 특히 국가정책적인 차원에서의 경제적 지원이 요구된다.

한편, 사회적으로 발생하는 여러 가지 문제들을 통해 점차 많은 사람들이 부모역할의 중요성을 인식하기 시작하고 있다. 따라서, 점차 결손가족이 증가하고 인간의 적응문제가 보다 커다란 사회문제로 확산되면서 부모교육에 대한 일반인들의 관심이 증가하리라 예상된다. 이와 더불어 사회가 개인 및 가족의 삶의 질을 강조함에 따라 부모역할과 관련된 분야는 점차 전문화되고 활발히 연구되리라 기대한다. 또한 현대사회는 세계화(globalization)를 강조하고 이러한 시대적 요구에 적합한 인간상을 요구한다. 이러한 시점에서, 자녀를 적응력이 높은 성인으로 양육하는 방법에 대한 지식이 없다면, 부모역할을 제대로 수행하는 일은 부모에게 보다 커다란 부담이 될 것이며 나아가 건강한 부모-자녀관계의 형성을 위협하게 될 것이다.

결론적으로, 미래의 부모교육에 대한 전망은 매우 긍정적이다. 따라서 부모교육관련 전문가들은 실생활에 보다 쉽게 적용할 수 있는 프로그램을 개발하고 전문적인 지도자를 양성하는 데 보다 적극적인 관심을 보여야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 도현심, 유명희(1996). 부모교육 프로그램 모형의 개발 및 실시. 아동학회지, 39 - 55.
- 부모교육학회편(1997). 부모교육학, 교육과학사.
- 유안진, 김연진(1993). 유아를 위한 부모교육. 동문사.
- 이원영(1985). 부모교육론. 교문사.
- 이제연, 김경희(1989). 부모교육. 서울: 양서원.
- 정문자(1983). 부모교육 프로그램의 이론과 실제: 유아교육 심포지움 I. 한국어린이교육 협회.
- 홍기형, 박혜정, 권경안, 권기욱(1986). 부모교육 프로그램 모형 개발 연구: 취학전 자녀의 부모를 대상으로. 서울: 한국교육개발원.
- Dinkmeyer, D., & Mckay, G.(1976). *Systematic training for effective parenting(STEP): Parent's handbook*. Circle Pines, Minn: American Guidance Service.
- Dreikurs, R.(1967). *Adult-child relations: A workshop on group discussion with adolescents*. Chicago: Alfred Adler Institute.
- Fine, M. J.(1980). The parent education movement: An introduction. In M. J. Fine(ed.), *Handbook on parent education*, pp. 3-26. NY: Academic press.
- Fine, M. J., & Henry, S. A.(1991). Professional issues in parent education. In M. J. Fine(ed.), *The second handbook on parent education*:

- Contemporary perspectives*, pp. 3-20. NY: Academic press.
- Ginott, H. G.(1957). Differential treatment groups in guidance, counseling, psychotherapy, and psychoanalysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 3, 231-235.
- Ginott, H. G.(1965). *Between parent and child: New solutions to old problems*. NY: MacMillan Publishing Co., Inc.
- Gordon, T.(1975). *Parent effectiveness training*. NY: New American Library.
- Hamner, T. J., & Turner, P. H.(1985). *Parenting in contemporary society*. NY: Prentice-Hall.
- Nelsen, J.(1987). *Positive discipline*. NY: Ballantine books.
- Turner, J., & Pew, W. L.(1978). *The courage to be imperfect: The life and work of Rudolf Dreikurs*. NY: Hawthorn books.