

생활설계 교육프로그램의 개발

Development of Family Life Planning Program for Sound Family

성균관대학교 생활과학부
교 수 지영숙
강 사 이영호

School of Human Life Sciences, Sungkyunkwan Univ.

prof: Chi, Young Sook

lecturer: Lee, Young HO

〈목 차〉

- | | |
|-------------------------|-----------------|
| I. 서론 | IV. 생활설계 교육의 실제 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 |
| III. 생활설계 교육 프로그램의 개발절차 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

The purpose of this study was to develop the family life planning program for sound family. The program consisted of 3 sessions : to perceive the importance of life planning, to approach the way how to life planning, to practice life planning of one's own. After a primary education, the program has adjusted 2 sessions : to perceive the importance life planning and how to do, to practice life planning of one's own. In conclusion, it is possible to adjust this program depends on circumstances. This program will be used one of the extension services for the family. And the government should be support these programs politically, especially the low-income bracket.

◆ key word: 건전 가정 · 가정생활교육 · 생활설계 · 생활목표 · 표준설정

1. 서론

1. 문제의 제기

가정학은 발전적인 가정생활의 영위를 위하여 다각적으로 연구하여 왔다. 개인과 가족의 삶 그리고 이를 둘러싼 환경과의 상호작용을 통하여 삶의 질을 향상시키는데 그 목표를 두고 과학적 이론을 구성하고 그 이론을 실제 생활에 적용하여 가정생활의 향상을 도모하고자 하였다. 그 중에 가정관리학은 가정생활의 경험적, 사실적 현상에 대한 이해를 바탕으로 가족의 가치를 확립하고, 요구 및 목표를 보다 잘 달성하도록 가정자원에 대한 인식을 새롭게 함으로써 창조적 삶에 대한 관리적 방안들을 강구하였다. 이 과정에서 가정생활의 문제, 갈등, 사건 등을 발견하고 해결방안을 모색하는 것 또한 요구되는 관리적 기술이다. 이는 궁극적으로 건전하고 발전적인 가정을 육성하기 위한 것이고, 이 노력이 구체적으로 투입됨으로써 가정을 한층 더 건전하게 성장할 수 있도록 하는 것이다.

어느 시대 어느 사회에 있어서나 가정의 건전성에 대한 요구는 크다고 할 수 있는데 우리나라에서는 1990년대에 이르러 이에 대한 관심과 연구가 시작되었다. 가족은 애정으로 맺어진 인간관계의 결합이며 가정이라는 생활체는 인간관계의 협력체계와 함께 물질체계의 통합관계에서 사회, 문화적 영향을 상호 받으며 이루어지는 생활체이다. 또한 "건전"하다는 의미는 각 체계간의 조화와 균형을 유지하는 관계적 개념이므로 "건전 가정(sound family)"은 지역 사회단위에서 가정의 유지 및 발전을 위하여 가정의 기능을 잘 수행하고, 그 기능들의 수행을 위한 바른 태도, 실천하는 용기와 의식적인 노력을 하는 가정이라고 정의할 수 있으며, 그 정도가 높은 가정을 가정 건전도가 높은 가정이라고 한다(지영숙, 1994, 1996).

건전하고 건강한 가족이란 태어나는 것이 아니라 만드는 것(Stinnet & DeFraun, 1985)이라는 지적과 오늘날 가족은 있어도 가정은 없다는 말의 의미를 현 시점에서 다시금 되새겨 볼 때 건전 가정은 가정

생활전반(인적, 물적, 관리적 제 문제)에 대한 상호성(interaction)과 전체성(wholeness)에 그 개념적 바탕을 두고 있다고 말할 수 있다.

따라서 가정학자는 통합적 관점을 갖고 가정생활의 전반적인 영역에서 발생하는 문제의 해결과 삶의 질 향상에 접근하는 전문가로서 그 역할을 수행할 수 있어야 한다. 특히 지역사회의 특수성을 고려하여 가정생활 교육프로그램을 개발하고 실시하는 일은 매우 중요한 일이라고 할 수 있다. 이를 위하여 개별가정의 생활문제를 파악하는 일, 생활요구를 파악하는 일, 가정 건전도에 대한 다각적인 평가와 생활진단을 토대로 가정생활을 지혜롭고 효율적으로 하기 위한 실천적 대안을 함께 모색하는 일, 나아가 가정의 보다 나은 미래를 위하여, 또 문제를 예방하는 생활설계와 관련한 내용은 가정생활교육 프로그램에서 필수적인 과제이다.

이처럼 가정생활교육은 우리의 현실적인 생활과 밀접하게 연관되어야 하고, 생활의 여러 분야가 프로그램의 목표에 따라 다양하게 반영되어야 한다. 그동안 가정생활교육 프로그램은 다양한 측면에서 계속적으로 개발되고 실시되어 왔으나 생활설계와 관련한 가정생활교육은 그리 많지 않다는 문제제기에서 본 연구가 시도되었다.

현재와 미래의 생활을 개선하고 문제 예방 및 잠재력 개발이라는 가정생활교육의 필요에서 볼 때 생활설계 교육은 각 가정이 지향하는 목표와 내용을 실천적으로 보다 구체화시키고자 할 때 그 의미와 중요성은 크다고 하겠다.

2. 연구의 목적

가정생활교육이란 가정생활의 질적 극대화를 실현하는데 도움을 주기 위해서 가족구성원에게 필요한 자원, 정보, 기술 등을 제공하고 지도하는 과정이다(Arcus, 1987). 이런 과정을 통하여 가정은 개인을 돕고 대인관계를 향상시키며, 가정의 물적 자원관리의 효율성을 최대한 촉진하도록 안내함으로써 건설적이고 성취적인 가정생활을 발달시키고 나아가 삶의 질을 향상시킨다(이연숙, 1998).

급변하는 현대 가정에 있어서 가정생활교육은 건전한 가정을 육성하는 목표아래 다각적인 측면에서 이루어져야 할 필요가 있다. 특히 지역사회의 특수성을 고려하여 개별가정의 생활문제와 생활요구를 파악하고, 가정생활전반에 대한 진단을 토대로 보다 나은 미래를 위한 생활목표와 생활표준을 설정하는 생활설계와 관련한 내용은 가정생활교육 프로그램에서 필수적인 과제임에도 불구하고 생활설계교육프로그램은 그리 많지 않은 것이 사실이다. 또한 그간에 가정생활 교육프로그램은 실천을 전제로 다수 개발이 되어왔으나 개발과정에서 이론적인 측면을 주로 강조하였고 실천적인 차원에서의 현장감을 고려하여 이루어진 것은 소수에 불과하다.

따라서 본 연구에서는 실제로 생활설계 교육프로그램을 실시하고 그 평가결과를 토대로 프로그램을 개발함으로써 가정생활교육 프로그램의 실천적 효용성을 높이고자 하는 것이 본 연구의 목적이다.

II. 이론적 배경

1. 생활설계의 개념과 접근

(1) 생활설계의 의의

생활설계를 이해하기 위해서는 우선 '생활설계'의 개념을 파악해야 한다. 우선 생활(生活)이란 것은 字句의으로 보았을 때, 생(生)은 發芽生成으로써 생명을 의미하고 활(活)은 살아 움직이는 生氣를 의미한다. 또한 생활은 생존과 구별함으로써 그 내용과 성격 내지 기능면에서 분류되어 의미를 부여하기도 한다. 생존(生存)이란 생명의 유지 및 계속의 기능이 영위되는 것을 의미하고, 생활(生活)이란 주체성을 가지고 생명유지 및 계속의 기능을 영위하는 것을 말한다(지영숙·이영호·송현애, 1998). 또한 설계(設計)란 것은 字句의으로 보았을때 設은 진열하디의 뜻을 가지고 있고 計는 경영하다, 계획하다, 헤아리디의 의미를 갖고 있다.

그러므로 생활설계란 여러 삶의 분야(측면)를 진열하고, 과거, 현재, 미래를 헤아려 주체성을 갖고 의도적으로 계획하는 것이다. 즉, 우리 생활의 여러 분

야 건강, 정신, 인간관계, 경제, 시간, 공간, 기술 등을 다 진열해 보고, 이 각 분야에서 현재 그리고 미래의 목표가 무엇이며 과거의 경험과 현재의 자원을 토대로 어떻게 실천할 수 있는지 횡적, 종적 차원을 유기적인 맥락에서 구체적으로 엮어내는 것이다.

이 기영·조영희 등(1998)은 생활설계란 개인 및 가족원을 대상으로 한 장래성있는 계획으로 개인 및 가족원이 생애를 어떻게 살아나가는가에 관한 구체안을 보이는 것이라고 하였다.

다나베(1968)는 생활설계(生活設計)라는 것은 일생을 어떻게 보낼 것인가에 대한 계획과 그 실천을 위한 청사진이라고 하였으며, 아오키(青木)는 생활설계란 단기계획만으로는 불충분하고 인생전반에 걸친 계획이 필요하다고 하였다. 이마이(1971)는 생활설계는 생활을 종합적으로 보는 생활시스템 사고를 적용해야 한다고 하였다(三東純子, 1983).

이처럼 생활설계는 생활전반에 걸쳐 미래를 내다보며 생활목표를 달성하기 위해 구체안을 작성하는 것이라고 볼 수 있다.

가정생활의 궁극적인 목적은 가족원의 행복을 실현하는 것이고, 행복의 실현은 가정생활의 여러 측면이 조화롭고 안정될 때 가족원은 안락함 속에서 성장, 발전하는 것이다(지영숙, 1998). 가정생활은 가정 내외의 변화에 따라 끊임없이 적응, 발전, 변화한다. 산업사회에 따라 경제환경이 변화하고, 맞벌이 가족이 증가하고 직업이동이 잦아지는 등 직업생활도 변화하며 이에 따른 가치관도 혼재 상태에 있다. 그러므로 조화롭고 안정된 가정생활을 영위하기 위해서는 개인과 가족이 변화에 대처하고 적응하기 위한 노력과 준비가 필요하다.

이러한 변화를 미리 예측하고 준비하도록 도움을 주는 것이 생활설계교육이며, 이점에서 생활설계는 생활에 있어서 자율성을 확보해 준다고 할 수 있다. 시간과 사건의 변화에 쫓기며 끌려가는 삶이 아니라, 미리 예측하고, 준비하여 나아가 더 나은 삶으로 나아갈 수 있는 미래지향적인 생활의 경영인 것이다.

생활설계를 시작하기 위해서는 우선 그 기초를 다져야 한다. 즉, 나의 생활을 점검, 이해함이 필요하다. 가장 첫 번째 단계는 생활구조를 점검해 현재 모

습(수준)과 지향하는 모습(표준) 사이의 차이를 인식하는 것이다. 이 때에 각종 생활 진단표를 활용해 보는 것도 좋을 것이다. 두 번째 단계는 생활방법을 모색하는 것으로 전 단계에서 점검된 현실과 이상 사이의 차이를 줄이기 위해 나름대로의 현실적인 방법을 찾아 목표를 설정하고 그 목표에 따른 표준을 설정하는 것이다. 이와 더불어 실천하기 위하여 가정 내외의 환경을 이해하고 활용 가능한 자원을 찾아내는 일일 것이다.

(2) 생활설계의 접근방법

생활설계를 어떠한 측면에서 접근하느냐에 따라 두 가지 측면에서 생각해 볼 수 있다. 하나는 가족생활주기 측면에서의 접근이며, 또 하나는 가정생활구조 측면에서의 접근이다.

먼저, 가족생활주기 측면에서 접근해 보면, 가족생활주기란 인간이 태어나서 일생을 마치기까지의 시간의 흐름에 따라 미혼, 결혼, 자녀출산, 성장, 노후라는 일련의 과정을 거치는 것을 말한다. 가족생활주기적 관점은 삶에 따라 장기적 안목에서 한 가족의 발달상에 나타나는 생활과제를 실현할 수 있도록 설계함으로써 가족생활의 변화를 이해하고 각 단계의 과제를 보다 잘 성취하고 문제를 최소화시킬 수 있는 장점이 있다.

이에 기준이 되는 것이 가족생활주기별 발달과제이다. 즉 각 단계에서 획득해야 하는 행동형태로서 이를 획득하면 그 단계에서 잘 적응할 수 있고 그렇지 못하면 적응이 잘 안되어 다음 단계의 행동발달에 지장을 가져올 수 있다(Havigurst, 1972). 그러나 가족생활주기별 측면의 접근은 교육의 대상자가 특정 주기에 한정되어 있는 경우에, 또는 개별적인 상담 과정에서 가능한 접근이라고 하겠다.

다음으로 생활구조면에서의 접근은 가정 생활체란 이를 구성하는 기본 요소들의 상호관련성에 의한 통합체라는 시각에서 출발한다. 각 요소들은 상호작용하고 상호의존되어 서로 균형과 조화로우음을 이루어

낼 때 가정생활구조가 튼튼해지고 생활이 안정된다고 할 수 있다. 그 기본적 생활요소는 인간적 요소, 물질적 요소, 관리적 요소의 통합체로서 건강, 정신, 인간관계, 경제, 생활시간, 생활공간, 생활기술로 나누어 볼 수 있다(三東純子, 1983).

이러한 점들은 교육 대상자의 특정 제한 없이, 생활전체를 생각하면서 현 위치에서의 생활요구나 목표에 따라 어디에 중점을 두고 어떤 관계를 설정하며 어떤 스타일로 설계할 것인가라는 측면에서 유의한 접근이 될 수 있다.

본 연구에서는 가족생활주기적 접근보다는 생활구조면에서의 접근으로 프로그램을 구성하고자 한다.

(3) 생활설계의 실천

생활설계는 현재와 미래의 생활을 개선하고 문제 예방 및 잠재력을 개발하기 위하여 각 가정이 지향하는 목표와 내용을 실천적으로 구체화시키는 것이므로 프로그램에 있어서 생활설계의 실천은 목표를 설정하고 목표에 도달하기까지의 대책을 체계화시키는 것이다.

생활의 제 측면에서 현재의 문제가 무엇인가를 진단한 후 상위목표와 하위목표를 세우고 단기목표와 장기목표로 구분하고, 구체화시키는 작업이 필요하다. 단기목표는 통례적으로 1년 이하의 기간을 대상으로 하는 것이고, 장기목표는 인생의 마지막까지를 고려하여 각각의 상황에서 제기되는 문제를 예측, 준비하는 것이다. 장기목표를 설정할 때에는 반드시 가족생활주기를 고려해야 한다. 목표를 설정할 때에는 한 목표 속에 두 가지 이상의 내용이 포함되지 않도록 한다. 목표는 구체적이고, 측정할 수 있으며, 달성 가능한 것으로 세워야 한다.

목표 설정 이후에는 생활 목표에 따른 표준을 설정한다. 표준은 자기 수준에서 지켜질 수 있는 가능한 것으로 목표보다 더 구체적인 단위나 기간이 포함되어야 한다.¹⁾ 생활설계의 실천은 현실적이고 실천 가능한 것부터 출발하는 것이 좋다.

1) 목표와 표준 설정의 예

목 표 : 심신을 단련한다.

표준설정 : 매일 저녁 줄넘기 100번하기

2. 생활설계 교육과 관련한 선행연구의 고찰

그 동안 가정생활교육 프로그램은 다양한 측면에서 계속적으로 개발되고 실시되어 왔으나 생활설계와 관련한 가정생활교육은 그리 많지 않다. 본 연구에서는 정영금(1995), 예창명·김명자(1997), 김명자·송말희(1998), 홍성희 등(1997), 한국가정생활개선진흥회(1999)의 연구를 고찰하였다.

정영금(1995)은 "사회교육에서의 가족자원 관리교육의 전개방향"에서 가족자원관리교육의 내용을 가정생활설계를 포함하여 7가지 영역으로 구분하고, 내용 및 대상 차원에서 볼 때 가정생활설계는 내용차원에서는 의식 개발적 차원과 기술 습득적 차원의 중간에 위치하지만 대상차원으로 볼 때는 가족공동적 차원에 해당한다고 하였다.

예창명·김명자(1997)는 "중년기 주부의 취업여부에 따른 가족생활교육 요구도 분석"에서 가족생활교육의 영역을 7개로 구분하면서 그 안에 가정경영영역을 포함시켰는데 가정경영영역에서는 '노후를 위한 경제적인 계획에 관한 내용'에서 요구도가 가장 높았다고 하였다.

김명자·송말희(1998)는 "중년기 주부의 가족관계 향상을 위한 가족생활교육 요구도 분석"에서 가족관계를 주부자신, 부부관계, 자녀와의 관계, 노부모와의 관계로 구분하여 요구도를 분석하였는데 부부관계영역에서의 교육요구도는 '노후의 경제적 안정에 관한 내용'이 가장 높다고 하였다.

홍성희 등(1997)은 "노년기 생활설계 프로그램 개발을 위한 기초연구"에서 노년의 생활문제 인지와 생활계획을 분석한 결과 가정생활에 대한 문제인지는 주생활영역, 경제생활영역, 여가생활영역, 의사소통영역의 순서로 높게 인지하고 있으며 각 영역에 대한 노후계획의 정도는 여가생활영역, 경제생활 및 가사노동, 주생활의 순서로 이루어진다고 하였다. 또한 영역별 문제인지도와 노후계획은 상호 부적 상관관

계를 보임으로써 문제를 많이 인지하는 영역에서 오히려 계획을 적게 하는 것으로 나타났다고 하였다.

위의 연구결과들은 대체로 생활설계를 포함한 가정생활교육 프로그램의 요구도와 개발을 위한 기초연구이고 실제로 실시가 이루어진 것은 드물다.

한국가정생활개선 진흥회(1999)의 '건전한 가정 우리가 가꾸어요' 프로그램은 실제로 교육프로그램의 실시를 통해 확정된 프로그램으로 그 내용은 6가지 주제로 구성되어 있으며 그 가운데 생활설계가 포함되어 있다.²⁾

이처럼 생활설계를 포함한 가정생활교육은 몇몇 프로그램에 불과하므로 앞으로 더 많은 개발과 실시를 통한 효과검증 및 보급이 필요하다.

Ⅲ. 생활설계 교육 프로그램의 개발절차

1. 생활설계 교육 프로그램 개발의 목표

가정생활 교육프로그램의 개발에 있어서 정영금(1995)은 가족자원관리교육의 개발시 고려할 사항을 내용상 고려할 사항과 교육대상에서 고려할 사항으로 구분하여 정리한 바 있고, 정 현숙(1998)은 '가족생활교육의 과제와 전망'에서 우리나라에서 실시하는 가족생활향상프로그램은 짧은 시간에 지나치게 많은 정보를 제공하는 강의 중심의 프로그램이 주를 이루고 있다는 점을 지적하고 강의를 통한 학습보다는 문제를 인식할 수 있는 단서들을 제공할 수 있는 활동을 중심으로 프로그램을 구성하는 것이 바람직하다고 하였다. 또한 교육적 경험이 삶의 학습으로 전이되지 않는다는 점(Mace, 1981)을 지적하고 우리나라에서는 프로그램효과를 검토하는 작업이 필요하다고 하였다. 본 연구는 프로그램의 개발을 위하여 실제로 교육을 실시하고 그 평가결과를 토대로 프로그램을 확정짓고자 한다.

이정우·지영숙·이연숙 등(2000)은 '가정생활개

2) 한국가정생활개선진흥회의 "건전한 가정 우리가 가꾸어요" 프로그램은 의도적 가정경영(우리 다시 시작해요), 융통성있는 역할분담(가사노동은 함께 나누어요), 의사소통(사랑의 말 한마디가 언 가슴을 녹여요), 부모-자녀관계(서로 믿고 존중해요), 물적자원관리(한 톨이라도 아껴야죠), 생활설계(밝은 미래를 준비해요)로 구성되어 있다.

선 교육 프로그램 개발'에서 차후의 프로그램에서는 급변하는 현대사회에서 필요로 하는 다양한 내용들이 계속해서 개발될 필요가 있음을 시사하고, 프로그램의 실시결과, 피교육자들은 실생활에 적용할 수 있는 현실적인 내용에 높은 반응을 보였으므로 주제별로 세분화하여 몇 회의 session을 구성하거나 새로운 주제가 더해질 수도 있다고 하였다.

한편 대다수 교육프로그램의 대상자인 주부들의 상황을 고려해 볼 때, 상당수의 주부들이 이제까지와는 다른 삶을 살고 싶다고 함으로써 자신의 일에 대한 가치를 느끼지 못하고 있을 뿐만 아니라(정영금, 1993) 새로운 삶을 갈구하고 있다(공선영, 1993)고 한다.

이는 가정생활운영의 주체자인 주부가 자신의 일에 대한 가치를 느끼지 못하고 있고, 삶에 있어서 가치체계에 입각한 목표설정, 계획이 제대로 이루어지지 않았음을 시사한다. 또는 그러한 목표설정이 되었다 할지라도 목표를 달성하기 위한 세부적이고 구체적인 표준설정이나 그에 따른 실행계획이 부족함을 지적할 수 있다. 또한 새로운 삶을 갈구한다는 것은 현재의 삶에 있어서의 균형감 상실에 대한 인지 및 이를 바로 잡고자 하는 의지를 대변한다고도 보여진다.

앞으로 개발되어야 할 생활설계교육 프로그램에서는 각 가정의 가치체계에 따라 삶의 균형을 이루어내기 위한 생활목표의 설정, 표준설정 및 실행을 위한 구체적인 내용이 포함되어야 할 것이다.

따라서 본 생활설계 교육 프로그램에서는 이 정우·지영숙·이연숙등(2000)의 프로그램의 생활설계부분을 기초로 세분화하여 현재의 삶을 진단하고, 삶에 있어서 균형을 상실한 영역을 파악한 후, 학습자들이 도달하고 싶다고 생각하는 생활목표의 설정 및 생활목표에 도달하기 위하여 수정될 필요가 있는 영역을 찾아 장 단기 계획을 수립하는 것을 포함시키고자 한다. 또한 각 계획을 수행할 수 있도록 현실적이고도 구체적인 표준을 설정할 수 있는 능력을 갖출 수 있도록 하고자 한다. 그리하여 가정생활을 영위하면서 균형 있는 삶을 추구하고 나아가 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 하는 것이 본 생활설계 교육프로그램을 개발하고자 하는 목표이다.

2. 생활설계 교육 프로그램 개발의 절차 및 주요 내용

본 프로그램의 개발절차는 선행연구의 고찰 및 정리, 기존의 관련 프로그램의 수집 및 평가, 1차 프로그램의 구성, 1차 프로그램의 실시 및 평가, 2차 프로그램의 구성, 2차 프로그램 실시를 위한 사전준비, 2차 프로그램의 실시 및 평가, 프로그램의 개발의 순서로 진행되었다.

관련 연구의 고찰에서는 일차적으로 가정생활교육 관련 지침서와 사회교육관련 지침서, 생활설계 관련 서적을 참고하였다. 생활설계 교육만을 다룬 선행연구는 많지 않으므로 기존의 가정생활 교육 프로그램에서 생활설계 내용이 포함되어 있는 연구를 고찰하였다. 본 프로그램은 성인을 대상으로 하는 교육프로그램이므로 성인대상교육 또는 평생교육과 관련된 자료 등 기존 프로그램을 수집하고 평가하였다. 그 결과 1차 프로그램의 구성 내용을 확정하였다. 확정된 주제는 '생활설계의 의의', '생활설계의 접근방법', '생활설계의 실천' 등이다.

구성된 프로그램을 예비적으로 1개의 복지관에서 실시(3회)하고, 평가하여 프로그램에서 보완되어야 할 부분, 실시준비과정에서 보완되어야 할 부분, 진행에서 보완되어야 할 부분을 확인, 정리하였다. 1차 프로그램의 실시 및 평가의 결과를 반영하여 2차 프로그램을 구성하였고, 2차 프로그램의 실시(2회) 후 피교육자를 대상으로 평가지를 배부하여 평가하였다. 최종적으로 1,2차 프로그램 실시의 결과 및 평가와 함께 프로그램을 개발하였다.

IV. 생활설계 교육의 실제

1. 1차교육

(1) 1차 생활설계교육 프로그램 진행

① 사전준비

본 연구에서 구성한 1차적인 생활설계 교육안을 실시할 교육장소를 모색한 결과 적합하다고 보여지

는 'A' 복지관을 선정하였다. 해당복지관의 사회복지사와 협의하여 일정은 복지관의 사정에 맞추어 결정하였으며 교육대상자는 해당지역의 주민들로서 사회복지사가 총 7명을 모집하였다. 매회 구성원과 인원에 변동이 있었으며 3회의 기간동안 처음부터 끝까지 참여한 교육생은 2명이었다. 교육대상자의 연령은 30대에서 50대까지 분포되었으나, 평균연령은 39세로 자녀 양육기에 해당하였으며, 월 평균 소득은 184만원이었다. 매회 교육장의 setting은 사회복지사가 담당하였으며 다과와 사은품은 연구자들이 준비하였다.

② 진행일정 및 진행방법

교육의 전달방식은 단회적 전달방식과 연속적 전달방식이 있는데(송 정아, 1996), 본 프로그램은 연속적 전달방식을 택하였다. 3주에 걸쳐 주 1회씩 총 3회에 걸쳐 진행되었다. 매회 2시간 정도의 시간을 배정하였으며, '도입-강의(전개)-활동 및 실습-정리'의 4단계를 원칙으로 하였다.

본 프로그램은 강의를 위주로 하되 교육자와 교육생이 서로 이야기를 나누는 가운데 생활설계에 대한 필요성을 환기시키고 실제로 구체적인 실천방안을 강구함으로써 실생활에서의 변화를 이루어내도록 하는데 강의의 초점을 둔다.

이 과정에서 교육대상인 성인들은 각자가 다양한 생활경험을 가지고 나름대로의 구체적인 목적을 갖

고 교육에 임할 것이므로 참가자들의 가치와 견해를 존중한다. 따라서 자유스럽고 개방적인 분위기에서 자신의 생각을 피력하게 한다.

③ 강의안

④ 1차

주 제 : 생활설계의 의의

제 목 : “더 나은 삶을 준비해요”

목 표 : 건전한 가정을 가꾸어 내기 위해 필수적인 작업이 생활설계를 인식 시킨다. 현실을 바탕으로 미래지향적인 사고를 갖게 한다.(<표 1>)

④ 2차

주 제 : 생활설계의 접근

제 목 : “멀리 균형있게 보아요”

목 표 : 가족생활주기의 일반적 과업을 전망케 하고 본인 가족이 처한 단계를 확인하여 나름대로의 Life Style을 설정하는 능력을 기른다.(<표 2>)

④ 3차

주 제 : 생활설계의 실천

제 목 : “이제 우리 해봐요”

목 표 : 자신의 상황에 맞게 생활설계를 하고 실천할 수 있는 구체적인 안을 작성하고 실천의지를 갖게 한다.(<표 3>)

<표 1> 생활설계의 의의

1회차	더 나은 삶을 준비해요		
도입	인사 및 일정소개 : 본 프로그램의 소개, 강사소개, 수강생소개		
전개	생활설계의 개념	1. 생활의 개념/ 생활의 단계 2. 사람들은 누구나 더 나은 삶을 원한다. 3. 생활설계의 개념	활 동 * “내 삶의 점수”
	생활설계의 의의 (필요성)	1. 생활의 자율성확보 2. 급변하는 생활구조에 대응 3. 미래지향적 관점에서 생활의 경영능력 실천	* 과거의 방식이 현재에 잘 맞지 않았던 예를 생각해 보자
	생활설계의 기초	1. 생활구조를 점검한다 2. 생활방법을 모색한다. 3. 생활환경을 이해한다.	* 가정생활진단표의 작성 * BWH의 점검
정리	생활설계는 미래 지향적 활동이다. 다음 시간에는 다른 분들과 함께 오세요		

〈표 2〉 생활설계의 접근

2회차	멀리 균형있게 보아요	
도입	지난 시간 주제의 환기. 가정생활진단 결과 알려주기	
전개	생활설계의 접근방법 : 1. 가족생활주기에 따른 생활과업 2. 가정생활의 제 측면 3. 가족생활주기와 가정생활 제 측면의 연계	활 동 * 가족생활주기별 과업 확인하기 * 가정생활의 제 측면에 해당하는 활동사항 적기
정리	생활설계의 접근방법 가운데 생활의 제 측면적 관점에서 정리할 수 있는 시각을 기른다. 본인의 생활을 균형적인 시각에서 조명한다.	

〈표 3〉 생활설계의 실천

3회차	이제 우리 해봐요	
도입	과거와 현재의 생활목표를 회상하고, 그 실천정도를 진단하기	
전개	1. 실천 가능한 목표 설정하기 2. 생활의 제 측면별 목표의 연계성 확인하기 3. 목표에 대한 생활의 가치를 확인하고 실천여부를 점검할 수 있는 구체적인 표준안 만들기	활 동 * 생활목표 설정하기 * 생활목표에 따른 표준설정 하기
정리	자신의 생활목표가 실천가능한지 점검하고 표준안을 확인한다. 삶의 의지와 자신감을 북돋운다. "시작이 반이다" "나는 할 수 있다" "늦었다고 생각할 때가 바로 시작할 때이다"	

(2) 평가

3회의 프로그램을 마치고 간단한 다과와 함께 프로그램에 대한 평가가 자연스럽게 이루어졌다. 모든 과정에 참여한 인원이 적은 관계로 평가지의 작성은 생략하였다. 피교육자들의 반응을 통한 평가를 살펴보면 교육생이 제한되어 부담없이 화기애애하게 지냈던 시간을 소중히 생각한다는 반응이 있었으며, 교육 내용 중 특별히 좋았던 내용에 대해서는 구체적으로 생활목표와 표준을 설정하는 실습을 한 것이 좋았다고 하였다.

연구자들에 의한 평가는 다음과 같다.

첫째, 연구자들이 생활설계의 접근으로 가족생활주기적 접근보다 생활구조적 측면을 택한 것은 보완될 필요가 있다. 그 이유는 교육대상자들의 연령분포가 30대에서 50대까지 광범위하여 관심사가 집중되지 못하는 아쉬움이 있었다. 따라서 생활설계의 접근은 가족생활주기적 접근과 생활구조적 접근이 병

행되었을 때 더욱 효과적일 것으로 보인다.

둘째, 교육생들은 구체적으로 생활목표와 표준을 설정하는 실습을 한 것이 좋았다고 하였으므로 생활설계의 의의와 생활설계의 접근을 통합하고 생활설계의 실천을 강화할 필요가 있다.

셋째, 교육장의 시설은 책상과 결상, white board가 있어 교육장으로는 양호하였으나 부족한 면이 없지 않았다. 즉 인원에 비해 교육장이 너무 넓었으며 방음 장치에 대한 시설이 미비하였다.

넷째, 교육횟수와 교육생모집에 있어서 3회의 기간동안에 교육생들을 결원 없이 지속적으로 참여시키는데 어려움이 있었다. 따라서 평범한 일반주부들을 대상으로 교육을 할 경우에 한가지 주제 당 교육횟수를 최소한으로 하거나 연속적으로 이루어져야 할 교육일 경우 공통의 관심사나 공통의 문제를 갖고 있는 대상자들이 함께 해야 효과가 클 것으로 생각된다.

2. 2차교육

1차 평가결과를 토대로 2차 교육의 내용을 생활설계의 의의와 생활설계의 접근을 하나의 session으로 통합하고 생활설계의 실천을 포함하여 2 session으로 재구성하였다.

(1) 2차 생활설계 교육 프로그램 진행

① 사전 준비 및 진행일정

2차 생활설계 교육을 실시하기 위한 교육장소는 K 장애인 복지관에서 협조하였다. 해당 복지관의 사회

복지사와 협의하여 기존의 부모교육 프로그램 가운데 2회를 할애받아 실시되었다. 교육대상자는 모두 10명으로서 연령대는 30~40대로 평균연령은 38세이며, 월 평균 소득은 186만원이었다. 매회 교육장의 setting은 사회복지사가 담당하였으며 교육이 시작되기 전에 교육대상자에 대한 이해를 돕기 위해 사회복지사로부터 사회 심리적 특징을 사전에 제공받았고 교육장을 확인하였다. 교육장소는 작은 상담실에 큰 테이블을 두고 화이트보드를 설치하였다. 방음창치가 되어 있어 집중하기에 적당하였다.

② 강의안

㉠ 1회차 : 생활설계의 의의 및 접근

1회차	더 나은 삶을 준비해요		
도입	인사 및 일정소개. Rapport 형성을 위한 4행시 짓기		
전개	생활설계의 의의	1. 생활설계의 개념 2. 생활설계의 필요성 3. 생활설계의 의의 4. 생활설계의 기초	활동 * 과거의 방식이 현재에 잘 맞지 않았던 예를 생각해 보자 * 생활주기별 과업 확인하기 * 가정생활의 제 측면에 해당하는 자녀양육의 애로사항 나누기
	생활설계의 접근방법	1. 가족생활주기의 소개 2. 가정생활의 제 측면 3. 가족구성원간 생활욕구의 균형	
정리	생활설계는 미래 지향적 활동이다. 본인의 생활을 균형적인 시각에서 조명한다.		

㉡ 2회차 : 생활설계의 실천

2회차	할 수 있는 것부터 시작해요		
도입	현재의 문제 확인하기		활동
전개	1. 해결문제의 우선순위 정하기 2. 실천가능한 목표 설정하기 3. 목표의 실천여부를 점검할 수 있는 구체적인 표준안 만들기		* 생활목표 나열하기 * 장단기 목표 설정하기 * 생활목표에 따른 표준 설정 하기
	정리		
정리	삶의 의지와 자신감을 북돋운다. 장애아부모의 고충을 이해하고 격려한다.		

(2) 평가

평가는 별도로 작성한 평가지를 이용하였다

총 9개의 문항으로 분류하여 질문한 결과는 다음과 같다. 문항의 내용은 강의 내용의 적절성, 강사의 강의 준비정도, 교육자료의 적절성, 교육시설, 강의 시간, 본인의 강의에 대한 성의, 생활의 유용성, 강의의 추천, 강의에 대해 기대한 바에 재한 충족정도

에 관한 내용이었다. 각 문항의 점수는 '전혀 그렇지 않다'가 1점, '그렇지 않은 편이다'가 2점, '그저 그렇다'가 3점, '그런 편이다'가 4점, '매우 그렇다'를 5점으로 계산하였다(표 참조). 그리고 강의전반에 대하여 100점 만점을 기준으로 평가해 줄 것을 요청하였다.

결과를 살펴보면 대체로 점수는 높게 나타나 모든

문항에서 긍정적으로 평가되었으며 특히 “강의내용이 나에게 적절하였다”와 “나는 성의 있게 강의를 들었다”가 4.38점으로 가장 높은 평가로 나타났다. 9개 문항 전체의 평균은 4.23점으로 나타났다. 본 프로그램 진행시의 문제점을 특별히 지적한 것은 없었으며, 본 프로그램을 100점 만점으로 평가할 때 평균 82.14점으로 평가되었다.

내 용	평균
1 강의내용이 나에게 적절하였다.	4.38
2 강사의 강의준비가 충분하였다.	4.25
3 교육자료가 강의내용을 이해하는데 도움이 되었다.	4.13
4 교육장소(시설)가 적절하였다.	4.35
5 강의시간이 적당하였다.	4.13
6 나는 성의 있게 강의를 들었다.	4.38
7 앞으로 나의 가정생활에 도움이 될 것 같다.	4.25
8 본 프로그램에 참여하기를 이웃에게도 권하고 싶다.	4.25
9 교육이 기대한 만큼 이루어졌다.	4.01
전 체	4.23

V. 결론

본 연구에서는 실천적인 생활설계교육 프로그램을 개발하기 위하여 3회의 session으로 구성된 시안으로 1차적으로 교육을 실시하고 그 결과를 보완하여 2차로 2 session의 교육을 실시하고 최종적인 결과로 프로그램을 확정하였다.

1차와 2차 프로그램 실시의 결과로서 본 프로그램의 내용을 다음과 같이 확정하고 프로그램 내용 및 실시방법과 관련한 제언을 하고자 한다.

첫째, 생활설계교육의 내용에 있어서 생활설계의 의의와 생활설계의 접근은 각각 하나의 session으로도 가능하겠지만 통합하는 것도 가능하다. 그러나 생활설계의 실천은 하나의 session으로나 그 이상의 session도 가능하다. 실습과 활동 부분을 강화하는 것이 교육생들에게 도움이 될 것으로 판단되었기 때문이다. (2session일 경우: ①생활설계의 의의 및 접근 ②생활설계의 실천, 3session일 경우: ①생활설계의 의의 및 접근 ②생활설계의 실천1 ③ 생활설계의 실

천2, 또는 ①생활설계의 의의 ② 생활설계의 접근 ③ 생활설계의 실천, 4session일 경우: ①생활설계의 의의 ②생활설계의 접근 ③생활설계의 실천1 ④생활설계의 실천2)

둘째, 가정생활교육으로서 생활설계교육에 있어서 생활설계의 의의 부분은 별도로 분리하여 교양강좌로서 대상의 구분 없이 대단위강좌나 소모임강의 모두에 활용될 수 있다. 이는 의식의 전환과 관련된 것이므로 의식개혁의 효과뿐만 아니라 구체적인 생활설계의 실천과 관련한 교육요구를 환기시키기 위해서도 필요하다. 특히 이때의 교육대상은 주부뿐만 아니라 가족원이 함께 하면 더욱 좋을 것이다.

셋째, 생활설계에 있어서 중요한 절차는 가정생활의 여러 측면의 기능을 진단하는 것이다. 가정생활의 진단과 평가에 의해 문제를 인식하고 생활목표를 설정하게 되는데 이와 관련한 다양한 척도가 부족하다. 따라서 생활설계와 관련한 이론적인 부분과 실생활에 적용할 부분의 다각적이고도 구체적인 연구가 활발히 진행되어야 할 필요가 있다.

넷째, 생활설계의 접근은 가족생활주기별 접근과 생활구조적 측면을 동시에 고려하여야 한다는 것이다. 이는 교육대상자와도 관련이 있다. 많은 가정생활교육연구는 교육대상자의 차별화를 권하고 있다. 일반적으로 가족생활주기에 따른 차별화인데 이러한 접근은 동일한 발달과업에 직면해 있다는 점에서 문제의 인식 및 프로그램의 효과에 있어서 공감대를 형성하기가 용이하다는 점에서 유용하다. 그러나 실제로 교육대상자를 모집할 때에는 연령별로 모집하기 어려운 점이 많다. 따라서 공통된 문제나 공통된 관심사를 갖고 있는 특정 대상으로 차별화하는 방법도 필요하다.

다섯째, 교육대상자의 모집과 관련한 것이다. 교육대상자를 모집하는데에는 개별적으로 모집하는 방법과 집단으로 모집하는 방법이 있을 수 있는데, 개별적으로 모집하는 것보다는 기존의 모임이나 집단을 대상으로 모집하는 것이 시간과 비용을 줄이는 방법이 될 것이다. 교육대상자를 개별적으로 모집할 경우에는 자발적인 참여가 이루어지도록 하는 것이 좋다. 이를 위해서는 교육프로그램의 홍보가 체계적이

고 장기적이어야 한다.

여섯째, 교육장소는 프로그램에 적합한 환경이 조성되도록 하여야 한다. 프로그램에 적합한 환경이란 교육장을 편안한 분위기, 적합한 분위기로 조성하는 것이다. 교육장의 크기와 교육인원, 교육장의 책상과 의자의 배열, 조명, 소음, 실내온도, 교육용 기자재, 확장 장치, 음향시설 등이다. 모든 요소를 완벽하게 갖출 수는 없지만 가능한 범위 내에서 몇 가지 요소만을 고려하더라도 추가적인 효과를 얻을 수 있다.

일곱째, 가정생활교육의 홍보와 관련한 것을 들 수 있다. 가정생활교육의 효과는 즉각적인 효과를 기대하기 보다는 꾸준히 장기적으로 나타나는 것이므로 문제 예방적 차원에서 보다 나은 삶을 향하여 가정생활교육의 필요성과 유익성에 대한 학회차원에서의 홍보계획이 필요하다. 또한 가정생활 교육프로그램의 홍보가 일반 지역주민들에게 장기적이 되기 위해서는 관련기관의 고정 프로그램 속에서 정례화되어 실시될 수 있도록 노력하여야 할 것이다.

여덟째, 일반적인 가정생활교육 프로그램의 실시 횟수와 관련하여 단회적 교육보다는 연속적 교육을 권장하고자 한다. 모든 프로그램 개발에서 교육 요구도를 조사하고 그에 따라 프로그램의 내용이 구성된다. 그러나 프로그램의 요구도에 응답한 대상자와 프로그램 실시 대상자가 반드시 일치하는 것은 아니며, 요구도의 응답시기와 프로그램 실시시기간에 시차가 존재하며, 때면 요구도를 조사하는 것도 쉬운 일은 아니다. 만일 한 주제당 동일한 대상으로 2회 이상 session을 구성한다면 요구도 뿐 아니라 교육대상자의 특성이 feedback 되어 내용이나 방법에서 더욱 효과를 높일 수 있다. 이는 단기에 너무 많은 내용을 전달하기 보다는 문제를 인식할 수 있는 단서를 제공할 수 있도록 활동 중심으로 프로그램을 구성하고 교육자들이 활동을 통해 문제해결의 실마리를 찾도록 하는 데에도 유용하다.

마지막으로 가정생활교육 요구도가 높고 가정생활교육 프로그램이 개발되어도 교육 프로그램을 실시할 기관을 찾기가 어렵다는 점이다. 정부는 정책적인 차원에서 교육 프로그램 실시기관을 확충하고 각종 복지기관에서의 가정생활 교육프로그램의 실시에

관한 지원을 아끼지 말아야 할 것이다. 특히 사회교육 및 평생교육의 개념으로 실시되고 있는 많은 교육이 사회경제적 지위에 따른 계층간의 교육불평등 현상을 심화시킬 우려가 있다는 지적(권두승, 1987)을 고려할 때 예방적 차원에서의 가정교육은 치료에 드는 비용보다 적음을 인식하여 정부는 저소득층을 대상으로 하는 무료교육 프로그램의 지원을 늘려야 할 필요가 있다.

【참 고 문 헌】

- 공선영(1993). 중년주부의 생활양식에 관한 연구. 이대대학원 석사학위논문.
- 권두승(1987). 한국사회교육의 실태에 대한 사회학적 유형분석. 고려대석사학위 논문.
- 김재은·이계학·김광웅·유가효 최경순(1997). 새 시대의 가정교육을 위한 탐색적 연구. 한국정신문화연구원
- 박혜인(1988). 가족생활교육사 연수교재, 한국가족관계학회.
- 서병숙(1994). 건전가정육성-가정기능적 측면에서의 접근-. 한국가정관리학회 제 17차 학술대회자료집.
- 송정아(1996). 중년기 부부관계향상프로그램개발. 한국가정관리학회지 14(1)
- 예창명·김명자(1997). 중년기 주부의 취업여부에 따른 가족생활교육 요구도 분석. 한국가정관리학회지 15(1).
- 유영주(1999). 건전가정과 건강가족의 개념설정에 대한 논의. 한국가정관리학회지 17(3).
- 이기영·조영희·송혜림·이승미(1998). 생활설계론. 교문사
- 이연숙(1998). 성인을 위한 가족생활교육론. 학지사.
- 이영호(2000). 가정복지사와 가정생활교육, 가정복지사 실무 워크샵 자료집. 대한가정학회 가정복지사 특별위원회.
- 이승미(1999). 가정복지사 역할과 가정복지 서비스의 실천방안. 한국가정관리학회 자료집.
- 이정우·지영숙·이연숙·이영호·이미선·박미

- 금·이상협(2000). 가정생활개선 교육프로그램 개발. *한국가족자원경영학회지* 4(1).
- 정영금(1993). 가정노동만족요인에 관한 연구. *대한가정학회지* 31(3).
- _____ (1995). 사회교육에서의 가족자원관리 교육의 전개방향. *대한가정학회지* 33(5).
- 정현숙(1998). 가족생활교육의 과제와 전망. *한국가정관리학회지* 16(4).
- 지영숙(1994). 건전가정 육성을 위한 실천적 과제 - 가정윤리적 접근-. *한국가정관리학회 제17차 학술대회자료집*.
- _____ (1998). 현대가족생활설계론. 학지사.
- 지영숙·이영호(1996). 가정교육에 대한 태도와 가정 건전도. *한국가정관리학회지* 14(3).
- 지영숙·이영호·송현애(1998). 생활문화의 이해. 성균관대학교 출판부.
- 한국가정생활개선진흥회(1999). 건전한 가정 우리가 가꾸어요. 가정생활개선 교육 프로그램 자료집.
- 홍성희·이경희·곽인숙·김순미·김혜연·김성희 (1997). 노년기 생활설계프로그램 개발을 위한 기초연구 -노인의 생활문제 인지와 생활계획의 분석을 중심으로-. *대한가정학회지* 35(3).
- Stinnet & DeFraun(1985). *Secrets of strong families*. Boston: Little, Brown & Co.
- Arcus. M.(1987). Aframework for life-span family education. *Family Relations* 36(1).
- 三東純子 外(1983). 現代家庭生活設計論, 恒内出版株式會社.
- 日本家政學會編(1988). 生活設計論 -家政學における生活設計と生活主體の形成. 朝倉書店.

부록

● 가점생활실계진단평가지 ●

● 내 삶의 점수는? ●

점 수 명 ()

비 목	점수	평가	비 목	점수	평가
식비	17	보통	교육비	21	양호
피복비	13	보통	가족, 친족관계	19	보통
주거비	19	보통	기타비용	21	양호
광열, 수도비	23	양호	지출, 보험	19	보통
가전제품내구제	23	양호	구매	23	양호
위생비, 건강	21	양호	환경보호	25	양호
전체	246(양호)				
진단자 의견	의복의 보관과 관리에 신경써 주세요.				

166점										
80점										
60점										
40점										
20점										
♡♡♡	30년제	20년제	16년제	허제	5년제	10년제	20년제	16년제	10년제	20년제

○ 생활목표에 따른 표준설정 ○

가치	생활목표	구체적인 표준설정
건강	심신을 단련한다.	매일저녁 줄넘기 100번하기
평화	가족원의 화목을 지킨다.	집안에서 큰소리를 내지 않기
공평	형제간에 차별하지 않는다.	비교하지 않기
안전	위험을 대비한다.	생명보험, 건강보험, 자동차보험을 필수로 가입한다.
미	심미안을 키운다.	집안에 각자의 화초를 한가지씩 키운다.

○ 생활목표 설정해 보기 ○

기 간	중심목표	하위목표
장기목표	인기, 현기 사회구성원으로 키워내기	• 독서, 학습을 꾸준히 시킨다.
		• 몸을 튼튼하게 한다.
중기목표	아파트 늘리기	• 절약을 하자(저축)
단기목표	인기 바른 사고 갖게 하기	• 언어치료 후 정신치료
		• 아이들과 잘 어울리게 한다.