

EPT 부모교육 프로그램이 유아의 기본생활습관 향상에 미치는 효과

The Effectiveness of the Empowering Parents
Training Program for the Improvement of children's Basic Life Habits

박 회 숙*

Park, Hee Suk

정 옥 분**

Chung, Ock Boon

ABSTRACT

This study investigated the effectiveness of the Empowering Parents Training(EPT) program of the Settling Life Foundation on the improvement of children's basic life habits, a parent education program. The subjects were 72 mothers of 3- to 6-year-old children in 2 kindergartens located in Yangchun-gu and Nowon-gu in the City of Seoul. There were 36 mothers each in the experimental group and the control group. The mothers in the experimental group took part in a 2½ hour Settling Life Foundation program in 4 sessions. The results revealed differences between the experimental and control groups in children's basic life habits. Mothers taking part in the program showed very positive reactions.

Key Words

부모교육 프로그램, 기본생활습관, EPT, Life-habits, Program

I. 서 론

소학에 “어릴 때 배워서 익힌 것은 그 익힘이 막히고 이루지 못할 근심이 없다”라는 말이 있다. 지혜와 더불어 자라나고 마음과 함께 성장하여 이것은 “세 살 버릇 여든까지 간다”는 우리의 속

* 고려대학교 의료원 어린이집 교사(2001년 2학기 개원 예정임)

** 고려대학교 사범대학 가정교육과 교수

답이 뜻하는 바와 같이 어렸을 때의 습관 형성은 일생을 통하여 전인적인 인격 형성에 결정적인 역할을 한다는 것을 의미한다. 즉, 습관은 주위 환경에 적응해 가면서 일정한 행동이 반복되었을 때 형성되며, 유아기가 지나면 쉽게 변화하지 않으므로 일반적으로 정형화되고 무의식중에 행동으로 나타나는 경향이 있기 때문에 ‘제2의 천성’이라고까지 말한다(임현순, 1995). 그러나 이러한 생활습관은 가정에서 어릴 때부터 가르쳐야 함에도 불구하고 오늘날 사회가 다원화되고 가족 형태가 핵가족화 되었으며 자녀수가 제한됨에 따라 부모들의 자녀에 대한 과잉보호와 기본습관에 대한 방관, 사회의 무관심 등으로 버릇없는 어린이들이 늘어나고 있는 실정이다.

기본생활 교육에서 중요한 것은 유아가 태어남과 동시에 처음으로 속하게 되는 환경이 가정이고, 그 속에서 부모로부터 받는 교육은 일생을 통해 매우 중요한 의미를 지니게 된다는 것이다. 이렇게 볼 때, 유아의 기본생활습관의 형성은 가정에서부터 시작되어야 한다. 지금까지 우리나라 부모들은 주로 자녀의 지적 발달 측면을 중시하여 소위 ‘똑똑한 아이’ 만들기에 많은 관심을 기울여왔다(정문자, 1992). 이러한 현상은 우리나라의 교육제도와 사회구조적 현상 속에서 보편적인 인식으로 자리잡아 왔으나, 최근들어 이러한 인식에 점차 변화가 일기 시작했다. 그 예로 현재 개편되어 시행되고 있는 제7차 초등학교 교육과정과 제6차 유치원 교육과정에서 사회적 발달 측면을 중시하고 있는 것과 대학에서의 성적보다 인성을 중시하는 대기업 신입 사원 채용 제도의 변화 등을 들 수 있다. 즉, 지금까지 소홀히 여겨왔던 사회적 발달 측면을 중시하는 변화라고 할 수 있다.

또한 Bloom(1966)과 Hunt(1964)는 인생의 초기 5년 사이의 환경적인 변화가 인간발달에 영향을 미칠 뿐 아니라, 유아기의 경험은 그 아동이

성장한 후에도 영향을 미친다고 하였으며, Honig(1972)도 유아기의 교육에 있어서 부모의 효과적인 개입은 자녀의 앞으로의 성장발달에 매우 중요한 변인으로 작용하며 유아교육의 효과를 크게 좌우한다고 주장하였다. 이러한 연구에서와 같이 유아기의 환경적 변화와 좋은 경험의 제공자는 성인, 특히 부모이어야 하므로 부모 교육이 유아교육에서 중요한 역할을 한다고 할 수 있다.

그러나 우리 사회가 조부모를 비롯하여 세대간 접촉이 빈번히 일어나던 대가족 형태에서 점점 부모와 자녀만 생활하는 핵가족 형태로 변화하고, 여성이 자아실현과 가정의 경제적 어려움을 함께 극복하고자 사회에 진출하는 등 개인주의적 성향이 점점 짙어지는 사회 문화적 환경의 변화로 인해 가정에서의 기본생활습관, 즉 예절이나 질서, 절약에 관한 교육이 제대로 이행되지 않고 있다. 그렇기 때문에 유아들이 올바른 예절을 익히고, 질서를 지키며, 절약하는 생활을 습관화하도록 교육하기 위해 유아교육 기관과 가정의 연계성 있는 교육을 하나의 대안으로 제시하고 있다. 이를 위해서 부모들의 바른 이해와 적극적인 참여가 필요하고 연계교육을 이행할 수 있는 현장에서의 프로그램 내용과 방법적 측면에 관한 보다 심도 있는 연구의 필요성이 요구되고 있다(연영아, 1993).

한편 우리나라의 경우, 1980년대 이후로 부모 교육에 대한 관심이 크게 고조되었고 기존의 소극적인 부모교육 프로그램에서 벗어나 가정방문 프로그램, 장난감대여 프로그램, 아버지참여 프로그램, 그리고 예비부모교육 프로그램과 같은 보다 적극적이고 구조화된 프로그램들이 하나 둘씩 선을 보이게 되었다(유안진과 김연진, 1997). 또한 외국에서 개발된 Gordon(1962)의 “효과적인 부모역할 훈련(PET)”, Dinkmeyer와 Mckay(1976)의 “효율적 부모역할 수행을 위한 체계적 훈련(STEP)”, 그리고 Popkin(1983)의 “적극적

부모역할 훈련(AP)”과 같은 프로그램을 국내에 도입·적용하는 경우도 늘어났다. 그러나 사회문화적 배경이 다른 우리나라 상황에서 이들 프로그램이 적합하지 않다는 문제점이 제기되면서(이재연, 1993) 1990년대에 이르러서는 외국 프로그램의 무분별한 수용에 대한 비판적 시각이 등장하게 되었고 우리의 문화에 적합한 프로그램이 필요하다는 인식이 널리 확산되었다. 이에 최근 우리나라에서도 한국지역사회교육협의회(1992)의 “부모에게 약이 되는 프로그램”과 한국청소년상담원(1993)의 “자녀의 힘을 북돋우는 부모(EPT : Empowering Parents Training)”와 같은 독자적인 부모교육 프로그램이 개발·보급되고 있다.

특히 “자녀의 힘을 북돋우는 부모”는 1993년 문화관광부 산하의 상담연구기관인 한국청소년상담원에서 ‘바람직한 자녀지도를 위한 부모교육사업’의 일환으로 개발한 국내의 대표적 부모교육 프로그램이다. 이 프로그램은 총론과 각론 4편으로 구성되어 있는데, 1993년 이래로 지금까지 주로 총론 프로그램인 「자녀의 힘을 북돋우는 부모」와 유형별 프로그램인 각론Ⅰ 「자녀의 힘을 북돋우는 대화」, 각론Ⅱ 「바른 행동의 길 다지기」 등 세 종류의 프로그램이 청소년 상담원이나 수련원 등과 같은 기관을 중심으로 보급·시행되어 왔다.

그러나 이제 그 이외의 유형별 프로그램 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」와 각론Ⅳ 「어울려 사는 지혜 기르기」 두 종류의 프로그램도 널리 보급·시행하여 자녀의 기본생활습관 형성 및 지도와 자녀의 대인관계 능력 및 기술 향상에 도움을 제공하는지 등 그 효과를 실증적으로 검토해야 할 것이며, 그 결과를 바탕으로 하여 부모교육의 원리와 방법들이 체계적으로 제시되고 효과적으

로 전달될 수 있어야 할 것이다.

한편 상담원이나 수련원 같은 기관 이외의 유치원, 어린이집 등에서는 아직까지 STEP이나 PET 같은 외국의 부모교육 프로그램들을 실시하고 우리의 현실에 맞게 연구·개발된 자녀의 힘을 북돋우는 부모 프로그램은 외면시 되고 있으며, 한정된 기관에서 본 프로그램 중 일부만이 보급·시행되고 있는 문제점이 있음을 인식하였다. 이에 본 연구에서는 EPT 프로그램을 유치원에 소개하고 아이들의 생활에 있어 가장 기본이 되는 항목이라 생각되는 기본생활습관에 관한 교육을 위해 EPT 부모교육 프로그램의 유형별 프로그램인 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」 편을 실시하여 유아의 기본생활습관 향상에 많은 도움을 주는지 그 효과를 검증하고자 하는 데 그 의의를 두었다. 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」 편은 부모들이 자녀의 기본적인 생활습관을 가르치고 지도할 때 참고해야 할 교육의 원리나 구체적인 지도 방법을 담은 프로그램으로, 영유아기 자녀를 둔 부모나 예비부모들을 주요 대상으로 하고 원만한 가정생활, 유치원과 학교에서의 적응, 건전한 놀이, 미래에 대한 준비 등과 관련하여 부모가 어떻게 아이들을 지도해야 하는지 실질적인 사례를 통해 전달하고 있다.

이와 같은 연구의 필요성과 목적에 따라 본 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 제기하고자 한다.

연구문제 1. 자녀의 힘을 북돋우는 부모교육 프로그램 중 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」 편은 유아의 기본생활습관 향상에 어떤 효과가 있는가?

연구문제 2. 자녀의 힘을 북돋우는 부모교육 프로그램 중 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」 편에 참여한 어머니들의 반응은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 서울 노원구와 양천구에 소재한 2개 유치원의 만3세~만6세 자녀를 둔 어머니들을 대상으로 부모교육 참여를 희망하는 어머니들(74명)과 희망하지는 않으나 본 연구에 필요한 질문지를 작성하는 데 동의를 해 준 어머니들(74명)을 실험집단과 통제집단으로 분류·선정하였다. 그리고 각론Ⅲ「생활의 기틀 세우기」편을 실시하기 전 실험집단과 통제집단에 설문지를 배부하

여 총120부(81.1%)를 회수하였고, 총4회에 걸친 부모교육 프로그램 실시 후 4회 모두 참석한 실험집단(36부)과 통제집단(55부)에 다시 한번 동일 설문지를 배부하여 총91부를 회수하였다. 회수된 질문지에서 부실 기재되었거나 쌍을 맞출 수 없는 자료를 제외하고 실제 분석에 사용된 자료는 각각 36부씩 총72부였다.

본 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>에 제시된 바와 같다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

변 수	구 분	비교 집단	실험 집단	계
자녀의 성별	남	21(58.3%)	21(58.3%)	42(58.3%)
	여	15(41.7%)	15(41.7%)	30(41.7%)
자녀의 연령	만3세	2(5.6%)	1(2.8%)	3(4.2%)
	만4세	6(16.7%)	6(16.7%)	12(16.7%)
	만5세	16(44.4%)	11(30.6%)	27(37.5%)
	만6세	12(33.3%)	18(50.0%)	30(41.7%)
어머니의 연령	만26 ~ 30세	6(16.7%)	6(16.7%)	12(16.7%)
	만31 ~ 35세	15(41.7%)	19(52.8%)	34(47.2%)
	만36세 이상	15(41.7%)	11(30.6%)	26(36.1%)
어머니의 교육정도	중졸	1(2.8%)	1(2.8%)	2(2.8%)
	고졸	16(44.4%)	15(41.7%)	31(43.1%)
	대졸	18(50.0%)	16(16.7%)	34(47.1%)
	대학원 이상	1(2.8%)	4(11.2%)	5(7.0%)

2. 측정 도구

1) 유아의 기본생활습관

유아의 기본생활습관을 측정하기 위해 본 연구에서 사용한 도구는 국립교육 평가원(1995)에서 개발한 유치원 기본생활습관 평가 척도 중 부모용 측정 도구로, 현재 개편되어 시행되고 있는

제6차 유치원 교육과정의 사회생활 중 기본생활습관 영역을 바탕으로 하여 일부 문항은 삭제하고 다른 문항을 첨가시켜 예절·질서·절제의 세 개 하위 덕목으로 구성·측정하였다. 예절, 질서, 절약의 3개 영역에 대한 기본생활습관 향상 정도를 알아보기 위한 질문지는 총 48문항으로 구성

되어 있으며, 문항별 반응양식은 Likert식 5점 척도로 되어 있다. 본 연구를 통해 밝혀진 척도의 신뢰도는 사전검사 Cronbach's $\alpha = .78 \sim .85$ 이고, 사후검사 Cronbach's $\alpha = .81 \sim .86$ 이었다.

2) 부모교육 평가

부모교육 평가에 사용된 도구는 김향은(1999)이 자녀의 힘을 북돋우는 부모 프로그램에 대한 어머니들의 평가를 알아보기 위해 직접 제작한 것으로, 개방형 질문 2문항과 폐쇄형 질문 9문항으로 구성되어 있다. 개방형 질문에는 부모교육을 받고 난 후의 소감과 부모교육으로 인한 어머니와 자녀의 변화가 포함되어 있으며, 폐쇄형 질문에는 이 프로그램이 자녀지도에 도움이 될 것을 예상하는 정도, 이 프로그램을 다른 사람들에게 추천할 생각이 있는지의 여부, 이 프로그램의 하위 프로그램들이 실시될 경우 참여할 뜻이 있는지의 여부, 그리고 교재·일정·장소·집단규모·운영방식·진행자에 대한 만족도를 묻는 등의 9개 질문이 포함되어 있다. 문항별 반응양식은 Likert식 5점 척도로서 각 문항의 끝에는 불만사항이나 개선사항을 적을 수 있는 별도의 칸이 마련되어 있다.

3. 연구 절차

우선 본 연구에서 사용된 유아의 기본생활습관 향상에 관한 질문지의 내용 타당도를 평가하기 위하여 아동학 전공교수 1인과 4명의 아동학 전공자들에게 의뢰하여 질문 내용을 검토 받았다. 예비조사(2000년 5월 25일~6월 2일)는 만3세~만6세 자녀를 둔 어머니들을 대상으로 하였고,

이 결과를 참고로 의미전달을 보다 명확히 할 수 있도록 일부 문항을 수정하고 보완하여 본 조사를 시행하였다.

본 조사는 2000년 6월 5일부터 7월 8일 사이에 진행되었는데, 유치원의 협조를 얻어 학부모들에게 EPT 프로그램 중 「생활의 기틀 세우기」 편이 실시될 것을 알리고 참가자를 모집하여, 본 프로그램에 참여하는 실험집단과 참여하지 않는 통제집단으로 나누었다. 부모교육이 시작되기 전 실험집단과 통제집단 어머니들을 대상으로 사전 검사를 실시하고, 각론III 「생활의 기틀 세우기」 프로그램을 매주 1회 2시간 30분씩 4주 동안 실시하였다. 그리고 부모교육이 끝나는 날 다시 한번 실험집단과 통제집단에 동일한 질문지로 사후 검사를 실시하였다.

4. 자료 분석

질문지로 수집된 자료는 부호화하여 SPSSWIN 8.0 프로그램을 이용 전산통계 처리하였는데, 우선 연구 대상자의 일반적인 성격을 규명하기 위하여 빈도와 백분율을 구하였고, 유아의 기본생활습관 향상 척도의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 또한 유아의 기본생활습관 향상에 대한 실험집단과 통제집단의 비교는 일원공변량분석(one-way ANCOVA)을 통해 분석하였다. 마지막으로 부모교육평가에 관련된 질문들은 개방형의 경우, 어머니들이 기재한 답변을 면밀히 검토·분류하였고, 폐쇄형 질문의 답변에는 각각에 대한 빈도와 백분율을 구하였다.

III. 연구결과

1. 부모교육 프로그램과 유아의 기본생활습관

1) 실험집단과 통제집단 유아의 기본생활습관

집단별 유아의 기본생활습관 향상은 유의한 차이

가 나타났다. 즉, 부모교육 프로그램에 참여한 실험집단이 프로그램에 참여하지 않은 통제집단보다 유아의 전체 기본생활습관 향상에서 유의하게 높은 점수를 보였다(<표 2> 참조).

<표 2> 유아의 기본생활습관에 대한 실험-통제집단간 일원공변량분석

집단	SS	df	MS	F
공변인	21541.275	1	21541.275	149.093
집단(2)	3974.806	1	3974.806	27.511*
오차	9969.281	69	144.482	
전체	34078.611	71	479.980	

* P < .05

그리고 기본생활습관을 하위영역별로 나누어 집단에 따른 차이를 살펴본 결과, 그 차이가 유의한 것으로 나타났다. 즉, 예절과 질서, 그리고 절약 영역의 집단간 기본생활습관 향상에서 유의한

차이를 보였는데, 본 부모교육 프로그램에 참여한 실험집단의 자녀가 프로그램에 참여하지 않은 통제집단의 자녀보다 각각의 기본생활습관 형성에서 보다 유의하게 높은 것으로 나타났다(<표 3> 참조).

<표 3> 기본생활습관의 하위영역별 실험-통제 집단간의 일원공변량분석

하위영역	변산원	SS	df	MS	F
예절	공변인	3192.393	1	3192.393	75.467
	집단(2)	749.712	1	749.712	17.723*
	오차	2918.829	69	42.302	
	전체	6677.944	71	94.056	
질서	공변인	1642.513	1	1642.513	103.644
	집단(2)	119.327	1	119.327	7.530*
	오차	1093.487	69	15.848	
	전체	2768.000	71	38.986	
절약	공변인	3775.652	1	3775.652	146.660
	집단(2)	550.727	1	550.727	1.392*
	오차	1776.348	69	25.744	
	전체	6002.000	71	84.535	

* P < .05

2) 실험집단의 관련변인별 유아의 기본생활습관

실험집단을 대상으로 하여 사회인구학적 변인에 따른 유아의 전체 기본생활습관이 향상되었는지 살펴봤을 때 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉, 부모교육 프로그램에 참여하기 전과 후의 전체 기본생활습관은 사회인구학적 변인들-유아의 성별과 연령, 어머니의 연령과 학력-에 따라 사전검사 점수보다 사후검사 점수가 증가한 것으로 나타났지만 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았다.

한편 사회인구학적 변인에 따른 유아의 기본생활습관의 하위영역별 차이를 알아본 결과, 유아의 기본생활습관 하위영역 중 예절에서는 사회인구학적 변인 가운데 유아의 연령과 어머니의 연령, 그리고 어머니의 학력에 따라 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러나 유아의 성별에 따른 예절생활습관의 향상에는 유의한 차이가 나타났다. 즉, 부모교육 프로그램에 참여하고 난 후 기본생활습관의 예절 영역에서는 유아의 성별만이 영향을 주어 여아가 남아보다 기본생활습관이 더 향상된 것으로 나타났다. 그러나 질서와 절약 영역에 관련된 사회인구학적 변인별 차이는 유의하지 않았는데, 이는 유아에 관련된 변인(성별과 연령)과 어머니에 관련된 변인들(연령과 학력) 모두 유아의 기본생활습관 중 질서와 절약 영역에 큰 영향을 주지 않았음을 의미한다(<표 4> 참조).

2. 부모교육 프로그램에 대한 참가자의 평가

부모교육에 참여한 실험집단 어머니들을 대상으로 하여 프로그램 평가에 관한 설문조사를 실시한 결과, 본 프로그램이 앞으로 자녀를 지도하는데 도움이 될 것이라고 생각하는가에 대한 질문에 35명(97.2%)의 참가자들이 본 프로그램은

자녀지도에 도움을 줄 것이라고 응답하여 매우 긍정적인 인식을 보여주었다.

또한 본 프로그램을 주위에 추천하겠느냐는 질문과 나머지 4편의 프로그램에도 참여할 의향이 있는지에 대한 질문에서는 전원(100%)이 긍정적으로 추천할 의사가 있으며, 기타 다른 프로그램에도 참여할 의향이 있다고 응답하였다.

교재의 내용에 대한 만족도를 묻는 문항에서는 대부분의 응답자들이(75%) 만족하고 있는 것으로 나타났다. 그러나 조금 더 구체적인 사례를 교재에 실었으면 하는 의견과 글로 쓴 내용보다 실제 아이들의 행동을 통해 본 아이의 심리나 상담의 실제 모습을 더 접하고 싶다는 의견도 있었다.

한편 교육 일정에 대한 만족도에서 19명(52.8%)이 거의 만족스럽다고 응답하였는데, 교육 횟수를 늘리고 2시간 정도로 했으면 좋겠다는 의견이 있었다. 그리고 교육 장소에 대한 문항에서는 13명(36.1%)만이 거의 만족스럽다고 응답하였고, 교육장소가 유치원이었던 관계로 어린이를 돌볼 수 있는 여건이 안되었으며, 장소가 협소하고 주변 여건들이 정리가 되지 않았었다는 불만 사항들이 있었다.

마지막으로 모임 규모에 있어서 대부분의 응답자들(75.0%)이 만족스러워 하였고, 프로그램의 운영방식이나 진행자에 대한 질문에서도 각각 31명(86.1%)과 34명(94.5%)이 긍정적인 평가를 하였다.

부모교육을 받고 난 후의 소감과 부모교육 참여 후 어머니와 자녀의 변화된 사항에 관한 평가 문항에서 어머니들의 반응을 살펴보면 다음과 같다.

1) 부모교육을 받고 난 후의 소감

대체적으로 본 프로그램에 긍정적인 반응을 보였는데, 응답 내용으로는 “부족한 점이 많구나 생각했고 많이 노력하는 부모가 되겠다고 다짐했

<표 4> 사회인구학적 변인에 따른 기본생활습관의 하위영역별 사전-사후 평균 비교

구분	변인	하위영역	N	사전검사		사후검사		F
				M	SD	M	SD	
예	유아성별	남	21	74.10	9.21	79.71	7.94	3.072*
		녀	15	76.27	10.41	83.60	8.79	
	유아연령	만3세	1	73.00	.	76.00	.	0.545
		만4세	6	72.00	11.03	79.50	5.09	
만5세		11	71.09	8.95	77.55	5.94		
만6세		18	78.50	9.07	84.56	9.70		
절	어머니연령	26세 ~ 30세	6	70.67	12.16	79.33	8.76	0.375
		31세 ~ 35세	19	74.58	6.31	80.26	7.01	
		36세 이상	11	78.09	12.56	84.28	10.34	
	어머니학력	중졸 이하	1	84.00	.	89.00	.	1.427
		고졸	15	74.80	11.39	82.13	9.09	
		대학교졸	16	73.75	8.82	80.56	8.54	
대학원 이상		4	78.50	6.19	79.50	6.66		
절	유아성별	남	21	39.76	5.82	44.14	5.07	0.396
		여	15	41.47	7.22	44.60	6.42	
	유아연령	만3세	1	43.00	.	48.00	.	0.202
		만4세	6	36.50	2.88	41.83	3.19	
만5세		11	39.73	5.90	43.27	4.78		
만6세		18	42.11	7.23	45.61	6.52		
서	어머니연령	26세 ~ 30세	6	40.00	6.63	45.00	6.07	0.356
		31세 ~ 35세	19	39.32	5.15	43.16	5.17	
		36세 이상	11	42.73	8.08	46.00	6.08	
	어머니학력	중졸 이하	1	45.00	.	48.00	.	0.351
		고졸	15	41.07	7.51	44.13	6.16	
		대학교졸	16	39.50	5.59	44.25	5.52	
대학원 이상		4	41.00	6.68	44.50	5.51		
절	유아성별	남	21	59.38	8.49	64.76	8.83	0.111
		녀	15	59.93	10.20	65.73	8.00	
	유아연령	만3세	1	60.00	.	65.00	.	0.029
		만4세	6	53.00	10.24	60.33	10.41	
만5세		11	59.00	8.82	64.39	7.97		
만6세		18	62.17	8.45	67.28	7.89		
약	어머니연령	26세 ~ 30세	6	59.00	13.16	63.67	11.72	0.922
		31세 ~ 35세	19	58.32	7.65	63.58	8.43	
		36세 이상	11	62.18	9.36	68.73	5.42	
	어머니학력	중졸 이하	1	61.00	.	76.00	.	1.582
		고졸	15	63.60	6.73	68.27	4.65	
		대학교졸	16	56.00	10.49	61.69	10.10	
대학원 이상		4	58.75	7.37	64.75	7.59		

* P < .05

다.”, “아이의 입장과 나의 사고 방식, 나의 태도를 한번 더 생각할 수 있는 기회가 되었다.”, “자녀와 눈 높이를 맞출 수 있을 것 같다.”, “자녀 교육에 많은 도움을 받았고 문제가 생기면 잘 해결할 수 있을 것 같다.” 그리고 “육아에 이용할 수 있는 정보를 얻었다고 생각한다.” 등이 있었다. 기타 “장소가 협소하고 다른 사람에게 동반 자녀로 인해 방해되지 않도록 했으면 좋겠다.”는 응답과 “교육을 받으면서 느낀 점은 참으로 많았지만 실천이 쉽지 않았고 시간이 좀 짧았다는 생각이다.”등의 아쉬움들도 있는 것으로 나타났다.

2) 부모교육을 받고 난 후 변화된 점

본 프로그램에 참여 후 어머니들의 변화가 다 양함을 볼 수 있는데, 자녀를 이해하려는 경향이

증가하였다는 응답들과 무슨 일에 있어서도 즉각적으로 행동하지 않고 한번 더 생각해 보고 결정하는 감정조절 능력이 향상되었다는 응답, 양육 방법에 있어서도 무조건적이고 강압적이던 것에서 민주적인 방법으로 문제를 해결하려 노력하게 되었다는 응답들이 있었다(<표 5> 참조).

어머니의 변화에 이어 자녀의 변화된 점들을 살펴보면, 부모교육 프로그램 참여 후 자녀의 변화가 뚜렷하게 있었던 것은 아니다. 하지만 대체적으로 긍정적인 방향으로 변화하는 모습을 찾아볼 수 있었는데, 자신의 잘못을 인정하게 되고 자신을 조절할 수 있게 되었으며 다른 사람을 배려하는 마음가짐을 갖는 등 긍정적인 정서로 변화된 것으로 나타났다(<표 6> 참조).

<표 5> 어머니의 변화

응답 유형	응답 내용
자녀 이해	“아이의 입장에서 생각하고 최상의 방법을 생각해 실천한다.” “세심한 부분에서 아이들에 대한 배려(이해)가 미진했었는데 실생활에서 구체적으로 아이들에게 어떻게 해야할지 생각하게 되었다.” “긍정적 사고, 개인차 인정, 유치원생의 범주에서 인정해야겠다는 생각이 든다.” “자녀의 눈 높이에서 보려고 노력하고 많이 긍정적으로 자녀를 본다.”
감정 조절 가능	“가끔씩 일어난 상황에 즉각 행동하지 않고 한번 더 생각하게 된다.” “아이를 혼낼 때도 한번쯤 교육받았던 것을 다시 생각한다.” “아이의 행동에 대해서 이해를 하려고 많이 노력하고 쉽게 화가 나도 한번 더 생각하고 잘 참기 위해 노력하게 되었다.” “자녀와 함께 하는 시간을 많이 갖고 있고, 자신의 감정을 최대한 억제할 수 있도록 노력 중이다.”
양육 태도의 변화	“어른 위주의 교육관에서 아이들 위주로 많이 바뀌었다.” “자녀에 대한 배려, 잠자리, 식습관, 공부시간 등 기틀을 세우려 노력하고 메모하는 습관이 생겼고, 많은 반성의 시간을 갖게 되었다.” “무조건적이고 강요하던 교육방법에서 설득하고 이해시키려고 노력한다.” “아이들이 먼저 어떤 일을 하기를 바라기 전에 내가 먼저 실천하고 생각하며 약속을 꼭 지킬 수 있도록 노력하고 있다.” “아이에게 좀 더 이성적으로 대화하도록 노력하고 있다.”

<표 6> 자녀의 변화

응답 유형	응답 내용
긍정적 정서로의 변화	“자신이 잘못했다고 생각하면 인정한다.” “자기 자신을 조절할 수 있는 능력이 향상되는 것 같다.” “성격이 직선적이고 감정적이었으나, 조금은 온순해지고 타인을 배려하는 마음 가짐을 지니게 되었다.”
생활 태도의 개선	“규칙적으로 생활하려고 노력한다.” “수돗물을 아껴 쓰게 되었다.” “식사 예절이 잘 안되고 있는데, 몇 가지 고쳐지고 있는 것이 보인다.”
부모-자녀 관계 호전	“대화가 많아졌고 함께 할 수 있는 놀이, 공간, 시간의 변화에 기뻐하는 모습이 보인다. 물도 절약, 절전, 욕심 내지 않고 양보 잘 하며 우애 있게...” “엄마의 변화에 기뻐하고 유치원 생활을 잘 이야기한다. 평소의 사소한 일에도 상의하려 한다. 더욱 밝아지고 명랑해지며 동생에게 이해심이 늘었다.”

IV. 논의 및 결론

1. 요약 및 논의

1) 부모교육 프로그램과 유아의 기본생활습관

본 부모교육 프로그램에 참여한 실험집단과 참여하지 않은 통제집단 각각을 대상으로 조사한 유아의 기본생활습관은 프로그램 참여 전과 후에 유의한 차이를 보였는데, 실험집단이 통제집단보다 프로그램 참여 후 기본생활습관이 많이 향상된 것으로 나타났다. 또한 기본생활습관의 하위 영역별(예절, 질서, 절약) 차이에서도 사전-사후 검사 결과 통계적으로 유의한 것으로 나타나 실험집단이 통제집단보다 예절, 질서, 절약 영역 모두에서 많이 향상된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 유치원에서 실시한 어머니 교실, 강연회, 부모면담, 도움통신문 등과 같은 부모참여 및 교육에 의한 증진효과에 있어서 유아의 기본생활습관 전체에는 차이가 없는 것으로 나타났지만, 하위 영역별로는 실험집단과 통제집단 간에 부분적인 차이를 보인 연구(박분례, 1996)와 대조를 이루고

있다. 그러나 소그룹 형태의 토론회나 참관 및 개별상담, 대그룹 형태의 강연회, 가정에서의 카드활용 등과 같은 어머니 참여 프로그램을 실험집단에 실시했을 때 프로그램에 참여하지 않은 통제집단보다 실험집단이 통계적으로 유의한 차이를 보여 유아의 기본생활습관을 지도하는 데 매우 효과적이었음을 시사해 주는 연구 결과(황혜성, 1996)와는 유사하다.

여러 연구결과들에 비추어 볼 때 본 부모교육 프로그램이 이전부터 실시되어 왔던 소극적인 태도를 워킹(강의, 토론, 발표 등)의 형태로 바뀌어 참가자들 간에 상호 의견을 나누고 그 안에서 바람직한 해결 방안을 찾아보는 등 좀더 적극적인 방법으로 실시되었기에 유아의 기본생활습관 향상에 더 큰 효과를 피하지 않았나 하는 해석을 가능하게 한다.

한편 사회인구학적 변인(유아의 성별과 연령, 어머니의 연령과 학력)에 따른 유아의 기본생활습관 향상에는 유의한 차이가 없는 것으로 나타

났다. 즉, 실험집단을 대상으로 하여 사회인구학적 변인에 따른 기본생활습관 향상의 차이를 살펴본 결과, 프로그램에의 참여 전과 후에 약간의 증가폭은 있으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 그러나 기본생활습관을 하위영역별로 구분하였을 때 특히 예절 영역과 유아의 성별에서만 통계적으로 유의한 차이를 보여 프로그램 참여 후 남아보다 여아의 예절생활습관이 더 향상된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 유아의 기본생활습관 증진에 있어 남녀간에 차이가 있다고 밝힌 선행연구(이영일, 1998 ; 황혜성, 1996)와 일치하는 반면에, 예절 교육이 유아의 여러 예절 행동양상에 긍정적인 효과를 가져오지만 배경변인인 유아의 성별에 따라서는 예절 행동에 차이를 보이지 않았다는 연구 결과(우유선, 1997 ; 박분례, 1996)와는 대조를 이루고 있다. 그러나 본 연구 결과를 토대로 하여 볼 때 여아가 남아보다 예절생활습관의 향상이 유의미한 것은 남아보다 여아가 발육이 빠르고 더 자율적이며 수용적인 태도를 지녀 어머니의 통제가 용이하게 적용되었고, 우리 사회가 암시적·사회 문화적으로 남아보다 여아에게 더 많은 예절 교육을 시키고 중요시 여겨 예의바름을 강조하고 있기에 부모교육 프로그램이 좀더 여아들에게 효과적이지 않았나 생각해 볼 수 있다.

이상과 같은 논의를 통해 추론할 수 있는 것은, 자녀의 힘을 북돋우는 부모 프로그램 중 각론Ⅲ 「생활의 기틀 세우기」 편은 어머니들이 자녀의 올바른 생활의 기틀을 세울 수 있게끔 도와주는 여러 정보들과 새로운 관점들을 깨닫고 수용함으로써 자녀의 기본생활습관 향상에 영향을 주었지만, 4주의 부모교육 프로그램 기간이 너무 짧았기 때문에 각각의 변인별 효과를 기대하기에는 부적합한 것으로 생각할 수 있다. 이에 지속적이고 좀더 세분화된 내용으로 부모교육을 실시해야 할 것으로 사료된다.

2) 부모교육 프로그램에 대한 참가자들의 평가

본 부모교육 프로그램에 참여했던 실험집단 어머니들을 대상으로 프로그램에 대한 평가를 실시한 결과, 대부분의 어머니들이 본 프로그램을 긍정적으로 인식하고 있는 것으로 나타났다. 앞으로 자녀를 지도하는 데 본 프로그램이 도움을 줄 것이며, 주위의 다른 사람들에게도 이 프로그램을 추천할 의사가 있다고 하였다. 그리고 각론Ⅲ 외의 다른 부모교육 프로그램(총론, 각론Ⅰ, 각론Ⅱ, 각론Ⅳ)에도 참여할 의향이 있고, 교재의 내용이나 교육일정, 교육장소, 모임규모, 프로그램 운영방식, 프로그램 진행자에 대해서도 대체적으로 만족하고 있는 것으로 나타났다.

그러나 각각의 문항에 불만 및 개선 사항들도 있었는데, 그 예로 좀더 구체적인 사례를 요구하는 의견과 교육 횟수를 늘리고 강의 시간을 줄였으면 하는 의견, 장소가 좀더 넓고 동반 자녀를 돌볼 수 있는 시설들이 갖추어져 있으면 좋겠다는 의견 등이 있었다. 이는 이혜성(1998)이 부모교육 현장에서 접한 부모들의 요구를 몇 가지로 정의한 것과 마찬가지로 자녀를 교육하는 데서 부딪히는 보다 구체적이고 실제적인 문제를 다루어 주고, 프로그램의 대상을 비슷한 연령 혹은 비슷한 문제를 가진 자녀의 부모들로 세분화해 주며, 일반적인 원리나 학술적인 용어보다 부모들이 바로 적용할 수 있도록 구체적이고 다양한 사례와 실습 위주로 내용을 구성해 주는 등 부모교육의 계획을 세울 때 교육기관의 사정과 지역사회 특수성을 고려하여 그 실정에 알맞도록 하고 부모들의 욕구가 충분히 반영되어 실행되어야 효과적인 부모교육이 이루어짐을 뒷받침해 주고 있다.

또한 본 부모교육 프로그램을 받고 난 후의 소감을 살펴보면, 대체적으로 긍정적인 의견들이 많았는데 예전의 부모-자녀 관계를 되돌아보고

다시금 정리할 수 있는 기회가 되었을 뿐 아니라, 양육에 있어서도 자신감이 생겼다는 의견, 자녀의 눈 높이에서 자녀를 바라보고 이해하게 되었다는 의견, 그리고 상황에 적절히 들어맞는 양육 방법의 정보들도 얻게 되어 유익한 시간이었다는 의견들이었다. 반면에 교육을 좀더 받고 싶어하는 아쉬움과 쾌적한 장소에서 교육을 받았으면 좋겠다는 의견도 있었다.

좀더 구체적으로 부모교육 프로그램에 참여한 후 어머니 자신과 자녀의 변화가 있었는지 살펴 보았는데 자녀에게서 아직 눈에 떨 만큼 큰 변화를 찾아보지는 못했다는 의견이 있었으나 대체적으로 어머니와 자녀 모두에게 긍정적인 변화가 있었음을 보고하고 있다. 어머니의 경우, 자녀를 좀더 이해하게 되고 어머니 자신을 되돌아보게 되었으며 자신감도 얻게 되는 시간이었다고 언급하였는데, 이는 부모교육 프로그램을 통해 부모 자신이 교육자로서의 부모역할에 대한 자신감, 만족감, 긍정적인 자아개념을 갖게 되며 자녀 양육에서 경험하는 불안수준이 감소한다(김향은, 1999 ; 정계숙, 1993)는 연구 결과와 유사함을 볼 수 있다. 반면 자녀의 경우에는 예전보다 자신을 조절할 줄 알고 남을 배려할 줄 알며 규칙적이고 예의바른 생활태도로 변화되어 갔다고 언급하였다. 그리고 부모교육 프로그램을 통해 참여 후의 부모-자녀 관계가 긍정적인 방향으로 호전되었음을 보고하고 있다. 이러한 변화들은 부모교육을 받은 집단의 자녀들은 정서가 안정되고 사회적 능력이 향상되었으며(권춘기, 1994), 부모를 대하는 태도가 향상되었고 보다 협동적이며 덜 수줍어할 뿐만 아니라 스스로의 선택과 결정을 효율적으로 하고 다른 아동에게도 도움을 주려는 태도를 보인다(Gianotti, 1978)는 연구 결과와 일치한다. 이와 같은 평가들을 토대로 하여 유아의 기본생활습관을 향상시키는 실질적인 방법으로서 본 연구에서 실시한 부모교육 프로그램

이 어머니들에게 긍정적인 효과를 가져오는 프로그램이라는 해석을 가능하게 한다.

2. 결론 및 제언

이상의 연구 결과와 논의를 근거로 하여 EPT 프로그램 중 「생활의 기틀 세우기」 편은 (1)유아의 기본생활습관을 향상시키는데 유의한 영향을 미치고, (2) 프로그램에 참여한 어머니들에 의해 긍정적인 평가를 받았다는 결론을 내릴 수 있다.

마지막으로 추후 연구를 위해 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 다양한 변인들을 고려하여 좀더 많은 연구 대상의 표집 지역으로 확대할 필요가 있고, 어머니뿐 아니라 아버지나 현재 유아를 양육하고 있는 조부모 및 친인척, 교사, 자녀, 예비부모 등 부모교육에 참여할 수 있는 대상도 확대시켜 이루어져야 할 것이다. 그리고 문화적 태도나 가치의 차이, 빈곤과 관련된 복잡한 문제들을 고려하여 문화와 사회 계층에 따라 관심분야나 교육내용 등을 조사·착안하여 다양한 부모교육 프로그램이 개발되고 실시되어야 할 것이다.

둘째, 정보화·세계화로 급격하게 발전해 가는 21C 사회에 발맞춰 나아가기 위해서, 그리고 취업 여성이 증가하는 현 사회변화에 따라 부모교육 프로그램 역시 TV나 비디오 자료, 컴퓨터 등을 이용한 대중매체들의 다양한 방법과 이용 가능한 장소 등을 고려하여 부모가 함께 참여할 수 있도록 적극적인 홍보와 배려가 사회나 국가의 민간 혹은 공공적인 차원에서 이루어져 폭넓은 부모교육이 실시되어야 할 것이다.

셋째, 교육내용과 여러 상황들을 고려하여 좀더 지속적으로 부모교육 프로그램을 실시하고 영유아기에만 해당되는 프로그램보다는 발달의 일관원리를 고려하여 장기적인 효과를 꾀할 수 있는 프로그램들이 연구되어야 할 것이며, 개별 상

담이나 부모들의 적극적인 참여 등으로 교사-부모의 원활한 의사소통이 이루어지고 자녀의 상태를 관찰 및 점검하며 향상시킬 수 있어야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 국립교육평가원(1995). 유치원 교육 평가 연구. 서울 : 국립교육 평가원.
- 권춘기(1994). 부모효율성 훈련이 자녀 지도 방법 및 자녀 안정성과 사회성에 미치는 영향. 서강대학교 석사학위 청구논문.
- 김향은(1999). 자녀의 힘을 북돋우는 부모 프로그램이 어머니와 자녀에게 미치는 효과. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 박분례(1996). 부모 참여 및 교육을 통한 유아의 기본생활습관 증진효과. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 우유선(1997). 유치원생의 생활예절 실습전후에 나타난 교육과정에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이영일(1999). 유아의 기본생활습관 형성에 관한 연구 : 몬테소리 프로그램과 일반 프로그램 유치원을 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이혜성(1998). 어울려 사는 지혜 기르기. **부모교육 프로그램 연구**. 청소년 대화의 광장 '98 청소년 상담 연구.
- 정계숙(1993). 가정중심 부모교육 프로그램의 효과에 관한 추후 연구(I). **교육학 연구**, 31(1), 57-75.
- 정문자(1992). 유치원 교사와 어머니의 부모교육 내용요구 조사. **유아교육연구**, 12, 163-183.
- 한국청소년상담원(1993). 바람직한 자녀지도를 위한 부모교육. 한국청소년상담원.
- 황혜성(1996). 유아의 기본생활습관 형성에 있어서 어머니 참여 프로그램이 미치는 효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Alvy, K. T.(1981). The enhancement of parenting. Center for the Improvement of Child Caring.
- Bloom, B. S.(1966). *Stability and change in human characteristics*. N.Y. : John Wiley and Sons.
- Cataldo, C. Z.(1987). *Parent education for early childhood*. New York: Teacher College, Columbia University, Teachers College Press.
- Cedar, B., & Levant, R. F.(1990). A meta-analysis of the effects of parent effectiveness training. *The American Journal of Family Therapy*, 18(4), 373-384.
- Dekovic, M., & Jassens, J. M.(1992). Parents' child-rearing style and child's sociometric status. *Developmental Psychology*, 28(5), 925-932.
- Dinkmeyer, D., & Mckay, G. D.(1976). *Systematic training for effective parenting (STEP)*. Circle Pines, Minnesota : American Guidance Service.
- Gianotti, T. T.(1978). Changes in self-concept and perception of parental behavior among learning disabled elementary school children as a result of parent effectiveness training. *Dissertation Abstract International*, 39(7-A), 4137-4138.
- Gordon, T.(1962). *Parent effectiveness training*. NY : New American Library.
- Gordon, T.(1975). *P.E.T.(Parent Effectiveness Training) : The tested new way to raise responsible children*. New York : Academic

- Press.
- Honig, A.(1972). *Infant Development Projects : Problems intervention*. Syracuse N.Y. : Syracuse University Children's Center.
- Honig, A. S.(1975). *Parent involvement in early childhood education*. Washington, D.C. : NAEYC.
- Hunt, D.(1964). *Parents and children in history*. Cambridge, Mass : Harvard University Press.7
- Popkin, M.(1983). *Active parenting handbook*. Atlanta, GA : Active parenting Publishers.
- Volling, B. L.(1997). The family correlates of maternal and paternal perceptions of differential treatment in early childhood. *Family Relations*, 46(3), 227-236.