

이혼적응 교육프로그램 개발 및 효과검증*

- 단기과정을 중심으로 -

Development and Evaluation of Divorce Adjustment Education Program

- Focused on the short-term course -

부산대학교 생활환경대학 아동·주거학과

교수 김득성**

Dept. of Child and Housing, Pusan National University.

Professor. : Kim, Deuk-Sung

<Abstract>

The purpose of this research was to develop education program for divorced parents. This program was consisted three hours with total two sessions.

The first session was designed to understand difficulties which divorced parents experienced, to cope with difficulties, and to know grief process for adults and children. The second session was designed to improve the parent-child communication and to help future life of divorced or divorcing adults.

The effectiveness of the program evaluated by taking pre-post-follow tests. Tests result suggested that the program was effective in improving divorce coping competency, but self esteem was not improved. All participants were satisfied with this program.

▲ 주요어(Key words) : 이혼적응 교육프로그램(divorce adjustment education program), 이혼대처능력(divorce coping competency), 슬픔의 과정(process of grief)

1. 서론

지난 20년 동안 우리나라의 이혼율은 급격하게 증가해 왔으며, 이는 앞으로도 계속될 것으로 예측된다. 조이혼율이 1980년 0.6건에서 1999년에는 2.5건으로 나타나 이혼이 급증하고 있음을 보여주고 있다. 또한 결혼에 대한 이혼율은 1980년에는 결혼 17쌍에 대해 1쌍이었으나, 1999년에는 결혼 3쌍에 대해 1쌍이 이혼하는 것으로 나타났다(통계청, 2000). 이혼연령도 과거에는 결혼 후 5년 이내의 이혼율이 가장 높았으며 한정된 연령층에

서 행해지는 경향이었으나, 최근에는 모든 연령층에서 이루어지고 있다. 특히 중·노년층의 이혼율이 빠르게 증가하고 있는 추세이며 이혼의 원인도 다양해지고 있다.

한국보건사회연구원의 보고에서 1998년 말 현재 국내 이혼가정의 미성년자는 11만 5,637명으로 1993년 6만 5,967명에 비해 6년 만에 무려 40% 이상 증가한 것으로 나타났다. 이러한 현상은 이혼자들의 대부분이 미성년 자녀를 둔 20대 후반에서 40대 초반에 해당되기 때문이며, 부모의 갑작스런 이혼이 '의존적 가족구성원'인 아동에게 큰 충격으로 작용할 수 있으므로, 우리 사회에서도 이혼가정의 미성년 자녀문제가 본격적인 사회문제로 대두하고 있는 실정이다(정현숙·유계숙, 2001).

이혼은 부모와 자녀가 수많은 적응을 해야 하는 스트레스적인 인생과정이다. 이혼자들은 이혼 후에 심리적·사회적·경제

* 본 논문은 부산대학교 기성회재단 학술연구비(김치연구소)에 의한 연구임.

** 주저자 : 김득성(E-mail : deskim@pnu.edu)

적인 어려움을 겪게 되며, 특히 자녀가 있는 경우에는 자녀양육 자이든 비양육자이든 간에 자녀문제로 어려움을 경험하게 된다. 또한 대부분의 이혼자들은 이혼 전과 이혼과정 및 이혼 후에 죽음의 과정과 유사한 슬픔의 과정을 겪는다고 한다(Kübler-Ross, 1969). 그리고 이러한 심리적인 문제를 극복하는데 보통은 1-2년, 길게는 10년의 기간이 걸리기도 한다(문현숙·김득성, 2000). Kitson과 Raschke(1981)는 이혼적응 과정에 관련된 변인들을 이혼자 자신이 변경할 수 있는 요인과 변경할 수 없는 요인으로 나누었는데, 대부분의 변인들이 개인의 노력에 의해 조절이 가능한 요인들임을 밝혔다. 즉, 성별, 연령, 자녀 등 개인적으로 조절이 불가능한 요인들보다는 변경이 가능한 요인들에 의해 적응과정이 영향을 받는다는 점은 개인적·사회적 노력으로 이혼적응이 촉진될 수 있음을 의미한다는 측면에서 매우 고무적인 일이다. 따라서 이혼으로 인한 어려움을 분명하게 인식함으로써 상실감 및 실패감으로부터 벗어나게 하며, 부모이혼이 아동에게 미치는 영향을 교육하는 프로그램의 개발이 절실히 요구된다 하겠다.

미국에서는 1980년대 중반부터 이혼하는 부모들을 위해 법원과 연계된 프로그램들을 여러 지역에서 실시하고 있다. 이혼 후 부모갈등의 장기적인 영향에 관한 인식이 증가하여 예방적인 차원의 새로운 접근이 대두되었다. 따라서 이혼 후 아동의 요구와 부모갈등의 부정적 결과를 고려하여 이혼부모들에게 실질적으로 도움을 줄 수 있는 교육프로그램(Arbutnot & Gordon, 1996; Braver, Salem, Pearson & DeLuse, 1996; Buehler, Betz, Legg & Trotter, 1992; Geasler & Blaisure, 1995; Kramer & Washo, 1993)을 대학이나 공공기관, 법원을 중심으로 실시하고 있으며, 프로그램의 효과에 대한 연구들도 활발하게 이루어지고 있다. 이러한 이혼적응 교육프로그램들은 상담이나 조정보다는 교육적인 목적을 가진다. 이들은 이혼과 지속적인 갈등이 아동에게 미치는 영향에 대해 이혼하는 부모들을 교육하고, 부모들이 아동을 돕기 위해 할 수 있는 구체적인 행동을 설명하는데 목적이 있다. 즉 부모이혼을 겪는 아동들의 장기적인 정서적·사회적·학업상의 문제를 예방하고자 하는 것이다.

하지만 국내에서는 이혼적응 교육프로그램 개발에 관한 필요성은 제기되고 있으나(문현숙·김득성, 2000; 한경혜, 1993a, 1993b), 연구비용의 제한과 연구대상자 모집이 용이하지 못한 점 및 주제의 민감성 때문에 아직까지 개발되지 못하고 있다.

그러므로 본 연구는 이혼이 급격하게 증가하고 있는 현 시점에서 이혼부모들이 자신과 자녀의 이혼에 대한 적응과 이혼 후의 새로운 생활에 대처하는데 도움을 줄 수 있는 단기 교육프로그램을 개발하여 프로그램의 효과를 검증하고자 한다. 이러한 프로그램이 활성화되면 이혼부모들이 아동이 겪는 어려움을 이해하게 되어 아동의 성장 발달에 적절하게 대처할 수 있을 것이다.

II. 프로그램 개발을 위한 이론적 배경

1. 미국의 이혼적응 교육프로그램 현황

지난 몇 십 년 동안 미국의 가족생활은 극적인 변화를 경험하였다. 부모와 두 명의 자녀로 구성된 '전형적인 모델' 가족은 점점 적어지고 있으며, 현재 미국 초혼의 약 60%가 해체와 이혼으로 끝나게 될 것으로 추정하고 있다.

이혼한 부부들 중 약 65%가 미성년의 자녀를 두고 있으며, 부모의 이혼이 매년 약 150만 이상의 아동에게 영향을 주고 있다(U. S. Bureau of the Census, 1992). 이러한 현실에서 미국에서는 1980년대부터 이혼이 아동에게 미치는 영향에 관심을 가지고 이혼과 관련된 정서적·사회적 문제들을 예방하거나 줄이기 위한 프로그램을 개발하여 왔다. 이에 따라 1976년에 최초로 Kansas 주에서 Johnson County Mental Health Center와 사법부 공동으로 이혼자들을 위한 프로그램이 개발되었으며, 1983년에는 이혼하고자 하는 부모들에게 이혼교육 프로그램에 참석할 것을 명령하는 것이 논의되어 1986년에 현실화되었다. 이것이 General Responsibilities As Separating Parents(GRASP)라는 제목의 2시간 짜리 1회 프로그램으로, 이후에 미국은 물론 캐나다에서도 매우 성공적인 프로그램으로 기여하고 있다.

현재는 약 40여 개의 이혼적응 교육프로그램이 미국의 여러 지역에서 광범위하게 실시되고 있다. 1994년에 미국의 3,073개 군(counties) 중 541개 군이 법원과 연계된 이혼교육 프로그램 서비스를 제공하였다. 프로그램은 보통 세 가지 방법으로 이루어지는데 하나는 공공기관이나 민영기관, 대학 등의 고등교육기관에서, 다른 하나는 법원 직원과 기획자와 공동으로, 나머지는 법원직원에 의한 것이다. 참여방법도 주 정부가 중재하는 경우와 판사의 결정에 의한 경우, 이혼자가 자발적으로 참여하는 경우가 있다. 프로그램의 교수 전략은 주로 교재로 강의만 하는 수동적인 방식, 강의를 중심으로 하되 토론과 비디오 시청이 부가되는 방식, 그리고 기술습득을 위주로 하는 적극적인 수업방식이 있다.

실질적인 기술습득과 효율적인 양육행동을 촉진시키기 위해서는 기술훈련이 부모교육에서 가장 중요하다는 인식이 점차 증가하고 있으며(O'Leary & Wilson, 1975), Arbutnot와 Gordon(1996)도 책이나 강의와 같은 수동적인 방법보다는 기술 습득을 위주로 하는 수업이 공동후견 상황에서 부모의 행동변화를 이끌어내기가 더 쉽다고 하였다. 또한 임상적인 연구에서도 부모들에게 공동부모로서 성공적으로 의사소통 하는 기술을 가르치는 교육이 효과적이었음이 입증되었다(Leek, 1992). 하지만 그러한 이점에도 불구하고 미국 이혼적응 교육프로그램의 73%가 강의/비디오/토론으로 운영되고 있다. 이러한 방식은 토론의 깊이를 어디까지 이끌고 갈 것인가와 지도자들이 직접 치료를 하지 않고 참여자들의 감정과 경험을 어느 정도까지 노출

하도록 할 것인가 하는 문제가 있다.

대부분의 프로그램은 2-3시간 정도의 1회기로 이루어지고 있으나, 3시간 씩 2회기로 한 주 건너 실시되는 세미나(Children of Separation and Divorce Center)도 있으며, 기술훈련을 포함할 경우에는 집중적인 4-6 회기의 프로그램도 실시되고 있다.

또한 참가자의 특성에 따라 구체적인 내용에서 실질적인 차이가 있다. 젊은 여성(26-44세)을 대상으로 할 경우에는 주로 재정, 부모됨, 여가시간의 활용, 새로운 성관 및 재혼 문제 등을 다루며, 나이든 여성(45-60세)이 대상인 경우에는 젊은 여성과는 달리 재혼에는 관심이 적기 때문에 정체감 위기, 독립의 두려움 등을 다룬다.

현재 미국에서 실시되고 있는 대표적인 이혼적용 교육프로그램들을 소개하면 다음과 같다.

1) General Responsibilities As Separating Parents(GRASP)

1976년에 Kansas 주에서 개발되어 1986년에 미국에서 최초로 법원에서 명령된 이 프로그램은 이혼을 원하는 미성년 자녀를 가진 모든 부모들이 참석해야 한다. 이혼에 대한 전반적인 정보, 공동후견, 슬픔의 과정이 이혼부모와 자녀에게 어떻게 관련되는지에 대한 지식을 제공하며, 이혼하는 가족들이 하는 고통게임(Pain Game)의 종류들을 설명한다. 법원에서 매주 2시간씩 프로그램이 제공되고, 이혼소송 제기 후 가능한 빨리 이 프로그램에 참석하도록 요구받으며, 법원의 최종 판결 전에 참석해서 참석증명서를 받아 서류에 첨부한다(Roeder-Esser, 1994).

2) Helping Children Succeed After Divorce(HCSD)

주로 이혼과 지속적인 갈등이 자녀들에게 미치는 영향에 대해 이혼하는 부모들을 교육하기 위해서 개발된 프로그램으로, 미국내 주요 도시의 가사관련 법원의 명령에 의해 실시되고 있다. 이 프로그램의 목적은 자녀들이 이혼에 대처하도록 도울 수 있는 정보를 부모에게 제공하고, 이혼 후 부모자녀관계를 강화하고, 이혼 후 협력적인 공동부모 역할을 잘 발달시킴으로써 이혼 자녀의 장기적인 정서적·사회적·학업상의 문제를 예방하는 것이다. 2시간 반의 집중적인 1회 프로그램으로 참가자는 한 번에 100-150명 정도이고, 시간 제한 때문에 상호작용이나 토론, 질문의 기회는 없고, 강의와 핸드북과 자료집, 슬라이드, 비디오를 병행한다. 참가자(600명)의 70% 이상이 프로그램에 참석함으로써 자녀의 이혼경험을 훨씬 더 잘 인식하게 되었고, 자녀들을 위해 공동부모 역할의 중요성을 알게 되었다고(73%) 하였다(Petersen, Steinman, 1994).

3) Realities of Divorce(RD)

미국 내 비영리 여성단체인 Woman's Place에서 실시하고 있는 6회기 프로그램이다. 1976년부터 실시되고 있으며, 직장여성들의 편의를 도모하기 위해서 저녁시간에 교회나 학교,

YMCA와 같은 지역 공공시설에서 매주 2시간씩 열린다. 참가자는 1회에서 5-15명으로 제한하고 있으며, 강의와 토론, 그리고 집단활동을 하는데 초점을 둔다. 프로그램 구성은 결혼갈등, 별거, 이혼이 미치는 정서적인 영향, 슬픔의 과정, 이혼 여성들에게 있어서 중요한 관심사인 성적인(sexuality)인 문제, 독신, 재정관리, 편부모됨, 이혼의 법적인 측면에 대한 전문적인 정보 제공, 위기극복을 통한 미래에 초점을 두는 내용 등으로 구성되어 있다. 2년 반 후의 추후 전화조사 평가에서 이 프로그램이 장기적으로 매우 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다(Davidoff & Schiller, 1983).

4) Orientation for Divorcing Parents(ODP)

이 프로그램은 이혼부모와 그들 가족의 요구를 충족시키기 위해 개발된 것으로, Tennessee의 비영리 사회단체인 Child and Family Services에 의해 제공되고 있다. 프로그램 내용은 부모의 이혼에 대한 자녀들의 반응과 대처전략, 후견과 부양, 이혼 후 공동부모역할, 다양한 법적인 문제, 부모자녀관계 향상을 위한 의사소통 기법, 전 배우자와의 갈등을 관리하고 협상하는 기법 등으로 구성되어 있다. 프로그램 평가에서 참가자들의 78%가 만족하였으며, 여성(80%)이 남성(75%)보다 더 만족하였다(Buehler, Betz, Ryne, Legg & Trotter, 1992).

5) Beginning Experience(BE)

이 프로그램은 30명의 참가자를 대상으로, 금요일 저녁 7시에 시작하여 다음날 토요일 오후 4시에 끝나는 주말 집단 마라톤 방식의 워크샵이며, 식사와 숙박이 제공된다. 다른 프로그램과의 차이점은 치료적인 감정표현을 이용하며, 훈련된 조수로서 동료 자원자들에 의해 실시되는 것이다. 프로그램 구성은 4-6명의 참가자들과 2명의 지도자들로 구성된 소집단 모임을 통해 발표, 토론, 일기 쓰기를 하고, 이혼을 수용하고 용서하는 시간을 가지며, 마지막으로 새로운 생활과 새로운 관계에 대해 개방적이 되도록 하는데 초점을 둔다. 프로그램 평가에서 이혼적용을 촉진시키는데 유의하게 효과적인 것으로 나타났다(Byrne, 1990). 이혼적용이 잘 이루어지면 슬픔과 자기비난의 감정에서 자기수용의 감정으로 전환되게 된다.

이상의 프로그램들 이외에 Children in the Middle과 Children First in Divorce 등 다양한 프로그램들이 실시되고 있다.

2. Burns와 WhiteMan의 슬픔의 과정 모델

성인에게 있어서 이혼은 관계의 상실을 의미하며, 어떤 소중한 것을 잃게 되었을 때 일어나는 자연적인 과정인 슬픔의 과정을 야기한다. 이것은 누군가 소중한 사람이 죽었을 때 경험하게 되는 과정과 매우 유사한 감정이다. 즉 이혼은 그 결혼의 죽음이므로, 이혼으로 인한 슬픔과 상실은 죽음의 과정과 비슷하

다는 것이다.

Kübler-Ross(1969)가 제시한 죽음의 과정은 부인·분노·협상·우울·수용으로 끝나는 반면, 이혼의 경우에는 여기서 끝나지 않고 '용서'의 과정을 통해 새로운 인생을 맞게 될 때 비로소 슬픔의 과정이 완전히 끝나게 된다. Burns와 WhiteMan의 슬픔의 과정은 다음과 같다(마주해, 1996, 재인용).

첫 번째 단계는 '부인'이다. 이 단계는 충격을 받았을 때 즉각적으로 나타나는 반응이다. 이혼자들은 '나는 믿을 수 없어' 또는 '이런 일이 나에게 일어날 수는 없어', '내일이면 모든 것이 좋아질 거야'라고 생각하면서 부부사이에 심각한 문제가 있지만 이혼으로 해체되지는 않을 것이라고 믿고 싶어할 뿐만 아니라 이혼 후에도 이혼사실을 인정하지 않으려고 한다.

두 번째 단계는 '분노'이다. '이혼은 내 삶에서 계획된 것이 아니야', 혹은 '왜 하필 내가 이혼을 해야 하지, 나는 이런 일을 당할 만한 어떤 잘못도 하지 않았어'라고 말하기도 한다. '분노'가 너무 오래 지속되거나 분노를 표현하는 방법이 파괴적이면 결국은 자신과 주변 사람들에게 해를 끼치게 된다.

세 번째 '협상'의 단계에서는 대부분의 부부들이 상담을 하거나 변화될 것을 요구받는 동안에 한 번 더 결혼을 유지하려고 노력한다. 그러나 문제는 오랜 기간에 걸쳐서 점점 축적·확대된 것이므로 단번에 해결하기는 어렵다.

네 번째 단계는 '우울'이다. 이혼이 현실로 나타났기 때문에 이 단계가 가장 고통스러울 수 있으며, 때로는 고통이 너무 심해서 일상생활을 해나가기가 어려울 수도 있다. 그런데 어떤 사람은 부인·분노·협상으로부터 우울을 거치지 않고 현실을 받아들여지게 되는가 하면, 사실을 받아들여 놓고도 다시 분노와 협상의 단계로 되돌아가기도 한다. 우울의 단계는 무조건 부정적인 것만은 아니며 대부분의 사람들은 일정한 기간이 지나면 우울로부터 벗어날 수 있다.

다섯째 단계는 '수용'이다. 자신이 이혼으로 인해서 혼자된 사실을 더 이상 부인하지도 외면하지도 않는다. 적당히 타협을 하고 곧 다시 지난날의 상태로 돌아가리라는 환상을 버리고 현실 안에서 괴롭지만 새로운 자신의 처지를 그대로 받아들인다.

마지막 단계는 '용서'이다. 진정한 상처회복은 상대방을 용서함으로써 이루어진다는 것을 인식하게 된다. 이혼자들은 상대방을 진정으로 용서하고, 자신에게 많은 선택이 열려 있다는 것을 인식하게 되어 자신이 원하는 삶을 시작하게 된다.

이와 같이 본 프로그램은 Burns와 WhiteMan의 슬픔의 과정 모델을 이론적 토대로 하여 구성하였다.

III. 프로그램의 목표와 내용

1. 프로그램의 목표

본 프로그램의 구체적인 목표는 다음과 같다.

첫째, 이혼부모가 겪는 어려움과 슬픔의 과정을 알게 함으로써, 이혼부모들이 현재 자신의 처지를 이해하게 한다.

둘째, 부모의 이혼으로 자녀가 겪는 슬픔의 과정이 자녀의 연령에 따라 어떻게 나타나는지를 알게 함으로써, 이혼자들이 자녀를 이해하도록 돕는다.

셋째, 의사소통 기법 교육을 통해 부모자녀관계의 질을 향상시키도록 도와준다.

2. 프로그램의 내용

본 프로그램은 미성년 자녀를 가진 이혼했거나 이혼하고자 하는 부모를 대상으로 진행되었다. 부모 자신의 정서적 경험이 이해되고 인식된다면, 아동이 처한 어렵고 때로는 고통스러운 정보를 부모가 더 잘 받아들여지게 되기 때문에 부모의 이혼 경험부터 시작하였다.

첫째 회기는 이혼자들이 현재 자신이 처한 슬픔의 과정을 앞으로써 미래에 대한 두려움과 고통을 극복하는데 도움을 주고자 하였다. 또한 자녀의 슬픔의 과정도 예시를 제시하여 설명함으로써, 이혼으로 인한 자녀의 고통을 알게 하였다. 특히 부모 이혼에 대한 자녀의 반응에 영향을 미치는 주요 요인들로 자녀의 연령, 발달단계, 부모이혼이 갑작스러운 정도, 자녀의 개인적 특성, 자녀의 취약한 정도, 부모의 결혼갈등 정도와 갈등의 기간 등을 설명하고, 이러한 요인들이 같은 가족 안에 있는 자녀 일지라도 서로 다르게 영향을 미친다는 것을 설명함으로써 자녀에 대한 이해를 높이고자 하였다.

둘째 회기에서는 자신에 대해 말하기와 반영적 경청 기술을 사용하여 의사소통 기법 교육을 하였다. 마지막으로 그동안 이혼자들이 겪었던 경험담을 나누는 토론회 시간을 가졌으며, 앞으로 새로운 미래를 위한 제언이 강의되었고, 프로그램을 마치고 난 후의 소감을 나누었다. 구체적인 내용은 <표 1>, <표 2>에 제시되어 있다.

IV. 프로그램 실시 및 평가

1. 프로그램 실시

본 프로그램은 특히 부모의 이혼으로 자녀가 겪는 어려움에 대해 부모를 교육함으로써 이혼 후 자녀가 겪는 고통을 줄이는데 도움을 주기 위해 실시되었다. 참가자를 모집하기 위하여 '팜플렛'을 부산·경남지역의 각 신문사, 방송국 및 법원에 보내었으며, 신청자 중에서 자녀가 있는 이혼자나 현재 이혼하려는 사람 9명을 대상으로 하였다.

<표 1> 첫째 회기

구 분	교 육 내 용
목 표	1. 참가자들과 친밀감을 형성한 후, 프로그램에 대한 개요를 설명한다. 2. 이혼부모와 자녀가 이혼 후 겪는 슬픔의 과정에 대해 이해한다. 3. 자녀의 연령에 따른 부모의 이혼에 대한 반응을 알고 대처전략을 습득한다.
강의내용	15분 사전검사 * 이혼 후 겪는 어려움에 대해 이해하기 * 이혼부모의 슬픔의 과정 이해하기 - 부인, 분노, 타협, 우울, 수용 및 용서 * 자녀의 슬픔의 과정 이해하기 - 부인, 분노, 타협, 우울 및 수용 20분 * 자녀의 연령에 따른 부모의 이혼에 대한 반응과 대처전략 알기
활동 및 실습	* 자신이 이혼 후 겪었던 어려움을 세 가지 적어보기 * 현재 자신은 슬픔의 과정 중 어디에 있는지 생각해 보고, 참석자들과 함께 이야기 나누기
45분	* 마무리
준 비 물	사전검사지, 배경음악, 이름표, 간단한 다과, 필기구, 교재.

<표 2> 둘째 회기

구 분	교 육 내 용
목 표	1. 부모자녀간의 효과적인 대화기술을 익힌다. 2. 새로운 미래를 위한 적응전략을 모색한다.
강의내용	* 말하기 기술 - 자신에 대해 말하기 무슨 일이 일어났는지에 대한 자신의 느낌을 말하라. 다른 사람의 성격 또는 행동을 비난하는 것을 피하라. 행동에서 변화를 요구하라. * 듣기 기술 - 반영적 경청 * 화자-청자 규칙 * 전 배우자와 자신에 대한 용서 * 새로운 생활에 대한 적응전략 모색 부모들은 그들이 변할 수 있다는 것과 자녀가 새로운 가족구조 속에서 더 나은 삶을 살 수 있도록 그들이 도와 줄 수 있다는 믿음을 가지도록 함.
활동 및 실습	* 주장사와 보조강사의 역할놀이를 통해 말하기와 듣기 실습 * 마무리 * 사후검사
36분	
15분	
준 비 물	사후검사지, 교재

장소는 부산대학교 생활환경대학 대학원 세미나실이었으며, 8월 19일(토) 오후 3시에서 6시까지 3시간의 교육이 실시되었으며, 한 회기 당 1시간 20분이 소요되었다. 교육방식은 첫째 회기에는 자료집(worksheet)을 통한 강의와 참가자의 경험나누기로 진행되었으며, 1명의 보조강사가 프로그램 활동을 보조하였다. 둘째 회기에는 강의를 통해 의사소통 기법을 설명하고 이어서 강사와 보조강사가 역할실습을 한 뒤 질의 응답을 통한 토

론시간을 가졌으며, 마지막으로 새로운 미래에 대한 제언을 하고 프로그램에 대한 소감을 나누었다.

2. 프로그램 참가자들의 일반적 특성

본 교육 프로그램에 참가한 대상은 여성 5명과 남성 4명 총 9명이며, 이들 중 6명이 대졸이상의 학력을 가지고 있었다. 이 중에서 56세 남성은 재혼 후 최근에 이혼한 경우이었다. 이혼형태를 보면 8명이 협의이혼 하였으며, 1명만이 현재 재판이혼 중인 것으로 나타났다. 이혼 후 기간을 보면 1년 미만인 6명이었으며, 1명을 제외하고는 대부분 1년에서 3년 미만의 기간이었다.

이혼사유를 보면 여성의 경우에는 남편의 폭력, 외도, 알코올 중독 등을, 남성의 경우는 성격차이로 인한 가정불화와 아내의 외도를 들고 있다. 본 연구에서 나타난 특이한 사유로는, 외환위기 이후 경제적인 어려움을 겪는 동안 아내의 첫사랑이 나타남으로 인해 이혼하게 된 경우와, 아내가 PC방을 운영하는 중에 다른 남자와 채팅하면서 이혼으로까지 이른 경우(재혼 후 이혼)가 있다. 이는 요즘 사회 문제화되고 있는 경제적인 어려움과 채팅을 통한 이혼풍속의 한 단면을 보여준다 하겠다.

참가자들의 일반적 특성은 <표 3>과 같다.

<표 3> 참가자들의 일반적 특성

		명 (%)
성 별	남	4 (44.4)
	여	5 (55.6)
연령(세)		평균 41.0세 (범위: 30-56세)
교육수준	고졸 중퇴	1 (11.1)
	고졸	2 (22.2)
	대졸	5 (55.6)
	대학원이상	1 (11.1)
직업	기술직	1 (11.1)
	자영업	4 (44.4)
	전문직 무 직	1 (11.1) 3 (33.3)
이혼형태	재판이혼	1 (11.1)
	협의이혼	8 (88.9)
이혼기간	0-6개월 미만	5 (55.6)
	6개월 이상-1년 미만	1 (11.1)
	1년 이상-2년 미만	1 (11.1)
	2년 이상-3년 미만 4년 이상	1 (11.1) 1 (11.1)
종교	기독교	1 (11.1)
	천주교	2 (22.2)
	불 교	3 (33.3)
	무 교	3 (33.3)
자녀수	1명	3 (33.3)
	2명	6 (66.7)

3. 프로그램의 평가

1) 측정도구

본 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 9명의 개인 참가자들을 대상으로 교육실시 전에 사전검사와 교육 종료 후 사후검사를 실시하고, 그리고 한달 후 우편으로 추후검사를 실시하였다.

프로그램 평가 도구는 사전검사와 사후·추후검사에서 자존감 척도와 이혼대처능력 척도를 사용하였으며, 사후검사에서는 이들 척도와 프로그램에 대한 참가자의 평가지가 포함되었다.

자존감을 평가하기 위해서 Rosenberg(1965)의 척도를 사용하였으며, 총 10문항으로 응답범주는 5점 척도이며, 점수가 높을수록 자존감이 높음을 의미한다. 자존감 척도의 내적 일관성 신뢰도는 $\alpha = .86$ 이다.

이혼대처능력 척도는 Barry, Risa 및 Barbara(1994)가 Parent Attitude Survey에서 사용한 총 25문항 중에서 20문항을 수정하여 사용하였다. 척도 문항들은 “나는 이혼이 자녀에게 어떤 영향을 미치는지 알고 있다.”, “나는 자녀들이 연령에 따라 부모의 이혼에 대처하도록 도와주는 방법을 알고 있다.” “나는 자녀와 나의 관계를 바람직하게 하는 방법을 알고 있다.” “나는 이혼을 다룰 준비가 되었다고 생각한다.” 등의 내용으로 구성되어 있다. 응답범주는 5점 척도이며, 점수가 높을수록 이혼 후의 생활에 잘 대처하고 있음을 의미한다. 이혼대처능력 척도의 내적 일관성 신뢰도는 $\alpha = .59$ 로 나타났다.

2) 프로그램 효과검증

프로그램의 사전검사 결과 이혼자들의 자존감 점수는 중간정도였으며, 이혼대처능력 점수는 중간보다 낮은 것으로 나타났다.

본 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 참가자들이 프로그램 실시 전과 실시 후에 자존감과 이혼대처능력이 변화되었는지 살펴보았다. 자존감 검사를 사전, 사후 및 추후에 실시하여 t검증을 하였으나 유의한 차이가 나타나지 않았다<표 4>. 즉 자존감은 프로그램 실시 전과 후, 그리고 추후에 어떤 의미 있는 변화가 일어나지 않은 것으로 보인다.

<표 4> 자존감의 사전-사후-추후 검사 차이검증

	사전검사 평균 (표준편차)	사후검사 평균 (표준편차)	추후검사 평균 (표준편차)	t (사전-사후)	t (사후-추후)
자존감	35.11 (6.72)	32.56 (3.91)	34.40 (9.15)	-.99	.43

이혼대처능력 검사를 사전, 사후 및 추후에 실시하여 t검증한 결과, 사전과 사후간에는 평균값이 유의한 차이를 보였으나 사후와 추후간에는 유의한 차이가 없었다<표 5>. 이는 본 프로그램에 참여한 직후에 전반적으로 참가자들의 이혼에 대한 대처

능력이 증진되었으며, 한달 후에 실시한 추후검사에서도 그 효과가 지속되는 것으로 해석된다.

<표 5> 이혼대처능력의 사전-사후-추후 검사 차이검증

	사전검사 평균 (표준편차)	사후검사 평균 (표준편차)	추후검사 평균 (표준편차)	t (사전-사후)	t (사후-추후)
이혼대 처능력	61.89 (8.16)	71.11 (7.39)	70.40 (13.61)	2.51*	-.13

* $p < .05$

3) 프로그램에 대한 참가자들의 소감문 분석

프로그램 참가자들에게 교육을 마친 후 본 프로그램에 대한 평가와 만족도, 교육내용의 개선점 및 제안점 등에 대해 개방형 질문으로 총괄적인 평가를 실시하였다.

본 프로그램을 통해 이혼 후 생활에 적응해 나가는데 있어서 자신감이 증진되었는가를 묻는 질문에 대해, 총 9명 중 7명이 약간의 자신감이 생겼다고 응답한 반면 2명은 오히려 자신감이 더 적어졌다고 하였다. 그 중에서 현재 이혼소송을 제기한 상태에서 집을 나와 친정에 거주하고 있는 한 참가자는 “막상 이혼을 결심하고 재판을 걸어둔 상태이지만, 이혼 후에 겪을 어려움과 고통에 대해 세밀하게 알고 나니 어떤 면으로는 준비가 되기도 하지만 솔직히 더 두렵고 겁이 난다”고 하였다.

프로그램의 운영에 있어서 참가자 전원이 교육 진행자와 진행방법 및 프로그램의 내용에 대해서 전반적으로 만족하였다. 이를 세부적으로 살펴보면 부모의 슬픔의 과정과 새로운 생활에 대한 적응전략에 대해서는 대단히 만족하였고, 자녀의 연령에 따른 반응과 대처전략, 부모자녀간의 의사소통 기법 훈련에 대해서는 더 많은 시간을 할애해 줄 것을 요청하였다. 이는 참가자들 대부분이 어린 자녀를 두고 있어 자녀문제로 어려움을 겪고 있으므로, 자녀와 연관된 내용에 깊은 관심을 가지고 있음을 보여준다고 할 수 있다.

참가자들의 소감문 내용을 살펴보면 다음과 같다.

“이혼을 하게 되면 슬픔의 과정을 겪게 되는지 전혀 몰랐다. 지금 내 자신은 분노의 과정인 것 같은데 앞으로 내가 어떤 상태에 빠지게 될지 알 수 있게 되어 너무 도움이 되었다.”

“슬픔의 과정을 거친 후에 용서를 통해서만 정말로 상처회복을 할 수 있다는 데에 동감한다. 힘들겠지만 노력해보겠다.”

“부모의 이혼에 대해 아이들이 자기 나이에 따라 다르게 반응한다는 것을 배운 점과 어떻게 대처해야 할지를 배우게 되어 참 유익했다.”

“강의를 듣고 나니 무엇보다 아이들을 이해하는 마음을 갖게 되었다. 일방적으로 화를 내곤 했는데, 아이들에게 잘 대해 주어야겠다.”

이밖에 법률적인 문제해결을 위한 방안이나 이성관계나 재혼

에 관련된 내용 그리고 대인관계에 대한 내용을 포함하면 좋겠다는 제안이 있었다. 또한 앞으로도 이런 종류의 프로그램이 계속되었으면 좋겠다는 의견과 전체 교육시간이 짧았다고 응답한 경우가 많았다. 본 프로그램은 세 시간의 단기과정으로 이러한 다양한 주제를 다 다룰 수는 없으므로, 더욱 집중적인 프로그램을 원하는 참가자들에게는 장기 프로그램에 참가하기를 권유하였다.

V. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 이혼부모들의 자기이해와 자녀이해를 증진시켜 부모자녀관계를 개선하기 위하여, 단기과정 이혼적용 교육 프로그램을 개발하고 실시하여 프로그램의 효과를 검증하는 것이다.

본 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 프로그램 실시 전과 후, 추후에 자존감은 유의하게 향상되지 않았다.

둘째, 프로그램 실시 후에 이혼대처능력은 유의하게 향상되었으며, 한 달 후에도 효과가 지속되는 것으로 나타났다.

셋째, 프로그램 실시 후 참가자들은 이 프로그램을 통해서 이혼 후 생활을 준비하는데 많은 도움이 되었다고 하였다.

이러한 연구결과를 고려하여 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 자존감이 향상되지 않은 이유로는 대체로 이혼자나 편부모, 폭력부부들의 자존감은 일반부부들의 자존감 점수보다 더 낮은 경향(김경신, 1999, 최규련·유은희·홍숙자·정혜정, 1999)을 보인다는 점과, 세 시간의 단기교육으로 이혼자들의 손상된 자존감이 향상되리라 쉽지 않았을 것으로 생각된다. 또한 소감문 분석에서 이혼 후 생활에 적응해 나가는 데 대한 자신감이 약간 증진된 경우가 대부분이었지만, 오히려 자신감이 적어진 경우도 있었다. 현재 이혼 소송 중인 한 참가자는 그동안 막연히 생각해 온 이혼 후의 생활에 대해 본 프로그램을 통해서 보다 현실적으로 알게 됨으로써 두려움이 증가한 것으로 보인다. 따라서 짧은 시간의 교육으로 자존감 향상이 일어날 수는 없으므로 차후 연구에서는 프로그램의 효과를 측정할 수 있는 척도개발이 필요한 것으로 생각된다.

둘째, 본 프로그램을 통해서 참가자들의 이혼대처능력이 향상된 것으로 나타나, 본 프로그램의 효과가 객관적으로 입증되었음을 알 수 있다. 이혼대처능력 척도는 주로 부모이혼이 자녀에게 어떤 영향을 미치는지 아는가, 부모의 이혼에 대해 자녀 연령에 따라 어떻게 대처해야 하는지 아는가, 이혼 후 전 배우자와의 관계를 어떻게 유지해야 하는지 아는가, 그리고 자신이 이혼을 다룰 준비가 되었는가 등을 측정하는 것으로, 프로그램의 효과를 측정하는데 유용한 척도로 사료된다.

셋째, 본 프로그램을 통해서 참가자들은 자녀와 의사소통 하

는 방법에 대한 교육이 가장 유익했으며, 자녀를 이해할 수 있는 좋은 기회가 되었다고 하였다. 그리고 자녀들의 반응에 대처하고 자녀들을 도울 수 있는 방안이 더 심도 있게 다루어지기를 원하는 것으로 나타났다. 참가자들이 대부분 유아부터 초등 학교에 다니는 자녀를 둔 경우가 많아서 이러한 요구가 큰 것으로 생각된다.

넷째, 본 프로그램을 실시하기 위해 신문사, 방송국 및 법원 등을 통해 참가자를 모집하였으나 예상대로 참가자를 구하기가 무척 어려웠다. 미국 대부분의 주에서는 법적으로 이혼을 신청한 30일 또는 60일 이내에 이러한 프로그램에 참가해야 하며, 그 이후에 이혼이 허락되고 있다. 따라서 우리나라에서도 법원과 연계되어 이혼소송을 제기한 미성년 자녀를 가진 부모를 대상으로 이러한 프로그램을 실시하는 것도 하나의 방법으로 생각된다.

다섯째, 교육대상을 자녀의 발달단계에 따라 유아·아동기 자녀가 있는 부모와 청소년기 자녀의 부모 집단으로 분류하여, 이혼자와 그들의 자녀에 대한 교육이 함께 이루어진다면 보다 효율적인 도움을 제공할 수 있을 것이다.

여섯째, 프로그램의 효율성을 높이기 위해서 좋은 자질을 갖춘 유능한 가족생활교육사가 필요하다. 특히 참가자들이 토론 시간에 감정이 격하여 자칫 프로그램 진행에 어려움이 야기될 수 있기 때문에 진행자가 참가자들의 상처받은 마음과 경험의 노출을 적절한 선에서 조절할 수 있는 전문적인 소양과 자질이 요구된다.

마지막으로 본 프로그램은 세 시간의 단기과정으로서 참가자들과의 토론이나, 부모자녀간 바람직한 의사소통을 위한 기술훈련이 충분히 이루어질 수 없는 제한점이 있다. 이러한 프로그램을 계기로 이혼자들의 적응을 위한 지속적인 연구가 이루어져 이혼자들을 위한 다양한 프로그램 개발(예: 단기와 장기과정 프로그램)이 활성화되어 실질적으로 이혼부모와 자녀들을 돕는 데 기여할 수 있기를 기대한다. 또한 앞으로 우리나라에서도 이러한 프로그램이 법원과 연계되어 실시됨으로써, 부모의 이혼으로 아동이 경험하는 고통을 최소화할 수 있는 가족정책이 시급히 마련되길 기대한다.

□ 접수일 : 2001년 9월 15일

□ 심사완료일 : 2002년 3월 2일

【참 고 문 헌】

- 김경신(1999). 농촌지역 편부모가족을 위한 가족생활 교육프로그램 개발. *대한가정학회지* 37(3), 127-142.
 김순옥(1993). 이혼대책에 관한 요구도 조사연구. *한국 가족학 연구회(편)*. 이혼과 가족문제, 서울: 도서출판 하우. 155-170.
 마주해(1996). 이별 그리고 홀로서기. *국민일보사*.
 문현숙·김득성(2000). 이혼 후 적응과정에 관한 사례연구, *대한*

- 가정학회지 38(3), 99-120.
- 정현숙·유계숙(2001). 가족관계. 서울: 학지사.
- 최규련·유은희·홍숙자·정혜정(1999). 가정폭력 예방 및 대처 프로그램 모형개발. *대한가정학회지* 37(2), 159-173.
- 통계청(2000). 인구통계연보
- 한경혜(1993a). 이혼과 부부문제에 이론적 고찰, *한국 가족학 연구회(편), 이혼과 가족문제*. 서울: 도서출판 하우. 57-78.
- 한경혜(1993b). 한국 이혼부부의 적응과 관련변인에 관한 실증적 연구. *한국 가족학 연구회(편), 이혼과 가족문제*, 서울: 도서출판 하우. 79-104.
- Albrecht, S. L.(1980). Reactions and adjustment to divorce : Differences in the experiences of males and females. *Family Relations* 29, 59-68.
- Arbuthnot, J., & Gordon, D.(1996). Does mandatory divorce education work : A six-month outcome evaluation. *Family and Conciliation Courts Review*, 34 60-81.
- Barry, B., Frieman, R. G., & Barbara, M.(1994). Parenting seminars for divorcing parents. *Social Work* 39(5), 607-610.
- Buehler, C., Betz, P., Ryne, C. M., Legg, B. H., & Trotter, B. B. (1992). Description and evaluation of the orientation for divorcing parents : Implications for postdivorce prevention programs. *Family Relations* 41, 154-162.
- Byrne, R. C.(1990). The effectiveness of the beginning experience workshop : A paraprofessional group marathon workshop for divorce adjustment. *Journal of Divorce* 13, 101-120.
- Davidoff, I. F., & Schiller, M. S.(1983). The divorce workshop as crisis interaction : A practical Model. *Journal of Divorce*, 6(4). 37-64.
- Kitson, G., & Raschke, H.(1981). Divorce research : What we do, What we need to know. *Journal of Divorce*, 4 1-38.
- Kübler-Ross.(1969). *Death and Dying*, New York: Macmillan
- Leek, D. F.(1992). Shared parenting support program. *American Journal of Forensic Psychology* 10(2), 49-64.
- O'Leary, K. D., & Wilson, G. T.(1975). *Behavior therapy*. Englewood Cliffs, NT: Prentice Hall
- Petersen, V., & Steinman, S. B. (1994). Helping children succeed after divorce : A court-mandated educational program for divorcing parents. *Family and Conciliation Courts Review* 32(1), 27-39.
- Roeder-Esser, C.(1994). Families in transition : A divorce workshop. *Family and Conciliation Courts Review* 32(1), 40-49.
- Rosenberg, M.(1965). *Society and the adolescent self-esteem*. Princeton Univ. Press.
- U. S. Bureau of the Census(1992).