

이혼 후 적응을 위한 장기 교육프로그램의 모형개발

Development of Long Term Education Program for Post-divorce Adjustment

부산대학교 생활환경대학 아동·주거학과
강사 문현숙
교수 김득성

Dept. of Child & Housing, Pusan National Univ.
Lecturer : Moon, Hyun Sook
Professor : Kim, Deuk Sung

● 목 차 ●

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| I. 서론 | III. 프로그램의 실제 |
| II. 프로그램 개발을 위한
이론적 배경 | IV. 프로그램의 의의 및 제언
참고문헌 |

<Abstract>

This study constructed a family life education program designed to help divorced parents. The purpose of this research was to develop long term education program for post-divorce adjustment. This program is consisted of 6 sessions aiming for understanding the grief process for adults and the six station of divorce, the recovery through forgiveness, children's response to divorce and coping strategy, the opened mind of parent-child relation, enhancing the self-esteem, the healthy single parent.

We expect this program to be helpful in helping divorced parents' post-divorce adjustment, improving parent-child relation and helping future life of divorced parents.

주제어(Key Words): 이혼 후 적응 장기 교육프로그램(long term education program for post-divorce adjustment), 슬픔의 과정(process of grief), 자존감 향상(enhancing self-esteem)

I. 서론

우리 나라의 이혼율은 지난 20년 동안 급격하게 증가해 왔으며, 지금까지의 증가추세로 미루어 본다면

이는 앞으로도 계속 증가할 것으로 전망된다. 통계청(2001)자료에 의하면, 2000년 한 해 이혼건수는 12만 건(쌍)으로 1일 평균 329건이 이혼하였다. 조이

혼율도 1990년 1.1건, 1995년 1.5건으로 점차 증가하여 1998년부터 2000년 현재까지 2.5건으로 3년 연속 같은 수준을 유지하고 있다. 결혼에 대한 이혼율은 1980년 결혼 17쌍에 대해 이혼 1쌍이 이루어진데 반해 1995년에는 결혼 6쌍에 대해 1쌍, 2000년에는 결혼 3쌍에 대해 1쌍이 이혼하는 것으로 나타났다. 이혼부부의 동거기간을 보면, 5년 미만인 31.7%로 가장 높기는 하나 1991년 이후 서서히 감소하는 추세인데 비해 15년 이상 장기동거부부의 경우 1991년 13.4%에서 2000년 26.3%로 약 2배 증가하여, 4건의 이혼 중 1건이 15년 이상 동거부부의 이혼으로 나타나, 중·노년층의 이혼율이 빠르게 증가하고 있음을 보여주고 있다. 이혼사유는 가족간 불화를 포함한 부부불화가 75.2%로 여전히 가장 많은 비율을 차지하고 있으나 점차 감소하는 경향이며, 경제문제로 인한 이혼은 1991년 2.0%에서 2000년 10.8%로 5배 이상 크게 증가하여 부부불화 다음의 주된 이혼 사유로 대두되고 있다.

이와 같이 이혼이 급격하게 증가하게 된 배경에는 자기중심적인 삶의 지향 등 가치관의 변화와 1990년 이후 개정된 가족법의 영향을 들 수 있는데, 특히 가족법의 개정으로 이혼시 부부의 재산권과 여성의 자녀양육권이 인정됨으로써 더 이상 여성이 자녀와 재산문제로 인해 불이익을 받지 않는 사회적 여건이 갖추어져 여성들이 이혼을 요구할 수 있는 조건이 마련되었기 때문이라고 볼 수 있다.

이혼은 배우자의 사망 다음으로 스트레스를 가장 많이 초래하는 사건으로, 인생의 매우 파괴적인 생활사건으로 지적되고 있다(Albrecht, 1980; Goode, 1956; Holmes & Rahe, 1967; Spanier & Thompson, 1984; Weiss, 1975). 이혼 후 개인이 경험하는 심리적 충격은 여성과 남성 모두에게 대단히 큰 고통이며, 부모의 이혼으로 인해 자녀의 심리적 상실도 엄청나다. 대부분의 이혼자들은 Kübler-Ross(1969)가 제시한 죽음의 과정과 유사한 슬픔의 이혼과정을 겪는다. 그리고 이러한 심리적인 문제를 극복하는데 짧게는 1-2년, 길게는 10년의 기간이 걸리기도 한다(문현숙·김득성, 2000). 그러나 Kitson과 Raschke(1981)에 의하면 이혼 후의 적응요인은 대부분 이혼

자 자신의 노력에 의해 조절이 가능한 요인이라고 한다. 즉, 성별, 연령, 자녀, 이혼제안자, 결혼기간과 같이 개인적으로 조절할 수 없는 요인들보다는 경제적 형편, 전 배우자에 대한 애착, 사회적 지원망, 이혼 후 대처전략 등 변경이 가능한 요인들에 의해 적응과정이 영향을 받는다고 하였다. 이러한 연구결과는 개인과 사회의 노력으로 이혼 후 적응이 촉진될 수 있음을 시사해준다. 따라서 이혼자들에게 미치는 부정적인 영향을 완충시키고, 이혼당사자들로 하여금 이혼으로 인한 어려움과 현실을 바로 인식하게 하여 손상된 자존감과 상실감 및 실패감을 회복시킬 수 있도록 교육프로그램이 절실히 필요하다고 하겠다.

미국에서는 1980년대 이전부터 이혼 후에 경험하게 되는 어려움과 그에 관련된 요인들을 밝히는 연구들이 이루어져왔다. 이러한 연구를 토대로 하여 효율적인 적응전략들이 제안되고 있으며, 또한 이혼자들에게 실질적으로 도움을 줄 수 있는 교육프로그램(Arbuthnot & Gordon, 1996; Braver, Salem, Pearson & DeLusé, 1996; Buehler, Betz, Ryan, Legg & Trotter, 1992; Geasler & Blaisure, 1995; Kramer & Washo, 1993)이 대학이나 공공기관, 법원을 중심으로 실시되고 있다.

하지만 국내에서는 이혼 후 적응 교육프로그램 개발에 관한 필요성은 제기되고 있으나(문현숙·김득성, 2000; 한경혜, 1993a, 1993b), 주제의 민감성 및 연구비용, 시간부족, 자료수집 등의 어려움으로 인해 아직까지 프로그램이 개발되어 있지 않다가 최근에야 이르러 김득성(2001)에 의해 이혼자들을 위한 단기 적응 교육프로그램이 실시되었다. 하지만 이 프로그램의 참석자들은 좀 더 심도 있고, 깊이 있는 교육프로그램의 필요성을 절실히 느끼는 것으로 나타났다. 이 프로그램은 3시간의 단기 프로그램으로 구성되어 있어 이혼자들이 겪는 여러 가지 문제를 다루기에는 미흡한 점이 있다. 실제로 이혼자들은 고통스러운 이혼과정을 통해 심리적으로 많이 위축되어 있고, 이혼 후에는 자존감이 극도로 저하되어 있다. 이혼자 자신이 자녀를 양육하고 있는 경우에도 거의 자녀를 돌보지 못하는 것으로 나타

나기도 하여(문현숙·김득성, 2000) 무엇보다도 구체적이고 실제적인 내용을 구성하여 이혼자들의 적응을 돕는 것이 중요하다고 할 수 있겠다. 이와 같은 연유에서 이혼자들이 겪는 어려움을 영역별로 나누어 강의와 함께 집중적인 훈련과 실습을 병행하는 장기 교육프로그램이 절실히 요구된다.

따라서 본 연구는 이혼이 급격하게 증가하고 있는 현 시점에서 이혼자들과 자녀들이 이혼에 대한 적응과 이혼 후의 새로운 생활에 대처하는데 보다 실질적으로 도움을 줄 수 있는 장기 교육프로그램을 개발하고자 한다. 이를 위해 먼저 미국의 이혼 후 적응 교육프로그램들의 이론적인 기초와 배경을 탐색하고 그 현황을 살펴볼 것이다. 그 다음 국내의 이혼 적응에 관한 연구들을 토대로 프로그램의 기본적인 방향과 목표, 구체적인 교육내용을 구성하여 프로그램을 개발하고자 한다.

본 프로그램의 개발은 이혼 후 적응단계에 대한 이혼자들의 올바른 이해, 이혼자들의 자존감 증진 및 이혼에 대한 대처능력의 향상, 그리고 이혼자와 그 가족을 위한 사회적 정책을 모색하는데 도움을 줄 수 있을 것으로 기대한다.

II. 프로그램 개발을 위한 이론적 배경

본 프로그램은 Burns와 WhiteMan의 슬픔의 단계 모델과 Bohannan의 이혼과정의 6단계 모델을 이론적 토대로 하였으며, 미국 내에서 실시되고 있는 이혼교육 프로그램의 내용과 국내외 이혼 적응에 관한 연구결과들을 프로그램 구성을 위한 이론적 기초로 삼았다.

1. Burns와 WhiteMan의 슬픔의 과정 모델

성인에게 있어서 이혼은 관계의 상실을 의미하며, 어떤 소중한 것을 잃게 되었을 때 일어나는 자연적인 과정인 슬픔의 과정을 야기한다. 이혼은 결혼의 죽음이므로, 이혼으로 인한 슬픔과 상실은 죽음의 과정과 비슷하다는 것이다.

Kübler-Ross(1969)가 제시한 죽음의 과정은 부인·분노·협상·우울·수용으로 끝나지만, 이혼의 경우에는 마지막으로 '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. 부부사이에 심각한 문제가 있지만 이혼으로 해결되는 않을 것이라고 믿고 싶어할 뿐만 아니라 이혼 후에도 이혼사실을 인정하지 않으려고 한다.

두 번째 단계는 '분노'이다. 분노가 너무 오래 지속되거나 분노를 표현하는 방법이 파괴적이면 결국 자신과 주변 사람들에게 해를 끼치게 된다.

세 번째 '협상'의 단계에서는 대부분의 부부들이 상담을 하거나 변화될 것을 요구받는 동안에 한 번 더 결혼을 유지하려고 노력하지만 이러한 문제는 오랜 기간에 걸쳐서 점점 크게 자란 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.

다섯째 단계는 '수용'이다. 자신이 이혼으로 인해서 혼자된 사실을 더 이상 부인하지도 외면하지도 않고 현실 안에서 새로운 자신의 처지를 그대로 받아들인다.

마지막 단계는 '용서'이다. 진정한 상처회복은 상대방을 용서함으로써 이루어진다는 것을 인식하게 된다. 이혼자들은 상대방을 진정으로 용서하고 자신이 원하는 삶을 시작하게 된다.

Burns와 WhiteMan의 슬픔의 과정은 본 프로그램에서 1회와 2회에 적용되어 이혼자들이 이혼의 고통을 극복하도록 돕는다.

2. Bohannan의 이혼과정 6단계 모델

이혼에 직면한 부부들은 이혼이 어떤 분명한 시작과 끝을 가진 사건이 아니라 하나의 과정이라는

것을 깨닫는다. Bohannan(1970)은 이혼과정을 6단계로 분류하면서 각 단계에서의 경험은 개인마다 서로 다를 수 있으며, 순서적으로 일어나는 것이 아니고, 몇 가지가 중복되어 동시에 일어날 수도 있다고 하여 이혼과정의 복잡성을 설명하였다. 각각의 단계는 다른 과업을 수반하게 된다.

첫째, 정서적 이혼(emotional divorce)은 배우자와의 관계에서 유대감과 의사소통을 철회하는 것이다. 결혼생활이 악화되고 이혼의 가능성은 있지만 법적으로는 이혼하지 않고 평생을 같이 사는 경우도 종종 발견할 수 있다.

둘째, 법적 이혼(legal divorce)은 법적인 결정에 의해 결혼을 해체하는 것이다. 하지만 법적 이혼이라 하더라도 무자녀인 경우를 제외하고는 관계가 끝나지 않는다. 특히 미국의 경우에는 부부가 법적 이혼 후에도 자녀들의 공동후견 문제로 인해 새롭게 전 배우자와 협상하고 조정하는 경우가 많다.

셋째, 경제적 이혼(economic divorce)은 부부가 돈과 재산을 분리해야 하는 과정과 관련된 것이다. 우리나라에서는 1991년 가족법 개정으로 이혼시 배우자의 재산분할 청구권을 인정하고 있다.

넷째, 공동부모역할 이혼(coparental divorce)은 부모 중 누가 자녀 양육 및 친권에 대해 주요 책임을 맡을 것인가를 결정하는 것이다.

다섯째, 지역사회 이혼(community divorce)은 가족, 친구 등의 사회관계망의 변화를 말한다. 우리나라의 경우 이혼에 대한 부정적 시각으로 이혼당사자들이 사회적 관계에서 고립되기 쉬운 취약점을 가지고 있다. 따라서 이혼이나 사별로 홀로된 사람들의 모임 등에 참여하여 자신의 지지집단을 갖는 것이 이혼 후의 적응에 도움이 된다(문현숙·김득성, 2000).

여섯째, 정신적 이혼(psychic divorce)은 전 배우자로부터의 실질적인 분리를 의미한다. 모든 이혼자들이 정신적 이혼에 완전히 성공하는 것은 아니지만, 이 단계는 이혼 후의 새로운 생활과 만족스러운 재혼에 있어서 중요하다.

Bohannan(1970)의 이혼과정은 1회에 이혼과정의 복잡성을 이해하도록 돕는데 반영되었다.

3. 미국의 이혼 적응 교육 프로그램 현황

미국에서 별거나 이혼 중인 가족을 위한 서비스의 가장 최근의 경향 중의 하나가 이혼 부모들을 위한 교육 프로그램의 확산이다(Braver, Salem, Pearson & DeLusé, 1996). 이혼자를 대상으로 하는 교육 프로그램은 1976년 Kansas에서 Johnson County Mental Health Center와 사법부가 공동으로 프로그램을 개발한 것을 시작으로 하여 1980년대 후반과 1990년대 초반에 급격하게 확산되었다.

이와 같이 이혼 부모를 대상으로 하는 부모교육 프로그램에 대한 관심이 고조된 배경에는 미국에서 이혼 후에 부모의 갈등이 더 많아진데 기인하며, 이러한 부모갈등이 장기적으로 이혼자와 자녀에게 부정적인 영향을 끼친다는 인식이 새롭게 대두되면서이다. 미국에서는 오히려 이혼 후에 자녀 부양비 미지급과 방문권 분쟁, 비후견 부모의 자녀방문에 대한 무관심 등의 문제로 법적 소송이 제기되는 경우가 많아, 부모들간의 분쟁이 나타나기 전에 프로그램을 통해 적절히 개입함으로써 이혼한 부모들과 자녀에게 긍정적인 영향을 주고자 하는 목적으로 많은 프로그램이 개발되었다.

현재 미국에서 사용되고 있는 프로그램은 100여개가 넘지만, 대체로 약 40여개의 프로그램이 미국 전역에서 광범위하게 실시되고 있다. 프로그램 절반(48%)가량이 사실 비영리 서비스단체에 의해 실시되고 있으며, 나머지 1/3은 가사 관련 법원이나 법원과 연계된 서비스 단체에서 실시되고 있는데, 대부분 최근에 개발된 프로그램들로 약 80%가 실시된 지 4년 이하이고, 약 1/3은 실시된 지 12개월 이하이다(Braver, Salem, Pearson & DeLusé, 1996).

프로그램의 교수 방법은 참가자의 관여정도에 따라 세 범주로 나눌 수 있다. 첫 번째는 소극적인 방식으로, 이 전략은 주로 선행연구의 결과에 의존하여 교재를 바탕으로 강의만을 한다. 두 번째는 제한적인 방식인데, 이는 강의와 함께 워크북과 토론이 부가되는 방법으로 미국 내 프로그램의 73%가 이 방식을 선택하고 있다(Blaisure & Geasler, 1996). 세 번째는 적극적인 방식으로, 회기 중에 역할놀이나

기술습득 훈련을 통해 실질적인 도움을 제공하고 있다.

부모들의 갈등관리와 효율적인 양육행동을 촉진시키기 위해서는 기술훈련이 부모교육에서 가장 중요하다는 인식이 점차 증가하고 있다(O'Leary & Wilson, 1975). Arbuthnot와 Gordon(1996)도 책이나 강의를 통한 수동적이고 소극적 방법보다는 기술-지향적인 수업이 공동후견 상황에서 부모의 행동변화를 촉진한다고 하였다. 하지만 기술 지향적인 수업 방식의 이점에도 불구하고 대부분의 프로그램이 강의/비디오/토론으로 운영되고 있는 실정이다.

하지만 소극적인 개입에 의존하는 단기 프로그램의 중요성을 지적한 긍정적인 결과들도 있다. 단기 프로그램에 참여한 참가자들은 이후에 이혼과 관련된 전문가들의 도움을 자발적으로 찾을 가능성이 유의적으로 더 높았으며(Kramer & Washo, 1993), 집중적인 기술 훈련 프로그램을 원한다고 응답하였으며, 장기 프로그램에 참여한 사람들은 실제로 단기 프로그램에서 가장 호의적인 반응을 가진 사람들이었으므로 나타났다(DeLusé, Braver & Sandler, 1995).

프로그램의 내용은 초점을 어디에 두느냐에 따라 크게 세 가지로 나눌 수 있다. 먼저 아동에 초점을 두는 프로그램에서는 아동의 발달단계, 부모의 이혼에 대한 아동의 반응과 아동의 디스트레스에 부모가 반응하는 방법 등의 주제가 주내용이 된다. 부모에 초점을 두는 경우에는 공동양육과, 후견부모의 책임과 비후견 부모의 정서적인 책임, 부모됨의 기술과 부모의 갈등을 감소시키고 의사소통을 증진시키는 내용이 주로 포함된다. 법적인 것에 초점을 두는 프로그램은 법적인 소송을 줄이고 방문과 후견문제를 원활히 해결하고, 법원의 절차를 이해시키는 내용으로 구성된다. 또한 참가자의 특성에 따라 구체적인 내용에서 실질적인 차이가 나기도 하는데, 참가자가 젊은 여성인 경우와 나이든 여성인 경우에는 그에 따른 관심주제를 다르게 다룰 수 있으며, 법원 등에서 위임되어 참가하는 경우와 자발적으로 참가하는 경우에도 프로그램의 내용이 다르게 구성되기도 한다(Braver, Salem, Pearson & DeLusé, 1996).

본 프로그램에서는 아래에 소개하는 미국내 이혼

적응 교육프로그램에서 부모의 이혼에 대한 자녀의 반응과 대처전략, 부모자녀간 의사소통 기법 및 이혼 후 스트레스 관리 등의 주요 내용을 반영하여 구성하였다.

미국 내에서 실시되고 있는 대표적인 이혼 적응 교육프로그램을 소개하고, 이를 실시주체와 대상, 방법 및 주요내용에 대해 정리하면 <표 1>과 같다.

1) General Responsibilities As Separating Parents(GRASP)

1976년에 미국에서 최초로 위임된 이 프로그램은 미성년자녀를 둔 부모 중에서 이혼을 원하는 부모와 이혼소송 중에 있는 부모들을 대상으로 한다. 이혼에 대한 전반적인 정보, 공동후견, 슬픔의 단계가 이혼부모와 자녀에게 어떻게 관련되는지에 대한 지식을 제공하며 이혼하는 가족들이 하는 고통 게임(Pain Game)을 비디오로 보여주고 있다. 법원에 의해 위임되어 2시간씩 1회 프로그램으로 구성되어 있으며, 프로그램 참가 후 참가증명서를 받아 이혼서류에 포함시킬 것과 이혼소송 제출 후 가능한 빨리 이 프로그램에 참석하도록 요구하고 있으며 최소한 법원의 최종 판결 전에 참석이 완료되어야 한다(Roeder-Esser, 1994).

2) Helping Children Succeed After Divorce (HCSD)

부모의 이혼과 지속적인 갈등이 자녀들에게 어떻게 영향을 미치는가에 대해 이혼하는 부모들에게 교육하기 위한 목적으로 개발된 이혼 부모교육 프로그램으로서, 미국내 주요 도시의 가사관련 법원에 의해 위임되어 실시되고 있다. 이 프로그램의 목적은 자녀들이 이혼에 대처하도록 도울 수 있는 정보를 부모에게 제공하고, 이혼 후 협력적인 공동 부모 역할을 잘 발달시키고, 자녀와의 관계향상을 통해 이혼 자녀의 정서적·사회적·학업상의 문제를 예방하는 것이다. 2시간 30분동안 진행되는 집중적인 1회 프로그램으로 참가자는 한 번에 100-150명 정도이고, 시간적인 제한 때문에 상호작용이나 토론, 질문의 기회는 없고, 강의와 핸드북, 자료집, 슬라이드,

〈표 1〉 미국 내 주요 이혼 적응 교육프로그램

프로그램명	실시주체	대상	방법(회기)	주요내용
GRASP	Johnson County Mental Health Center	미성년자녀를 둔 이혼 소송 중인 부모	1회	이혼에 대한 전반적인 정보, 공동후견, 부모와 자녀가 겪는 슬픔의 단계에 대한 이해
HCSO	Franklin Domestic Relations Court	이혼부모	1회	부모의 이혼과 지속적인 갈등이 자녀에 미치는 영향, 부모자녀관계의 강화, 협력적인 공동 부모 역할, 자녀문제 예방을 위한 대처전략
RD	Woman's Place	이혼부모	6회	별거/이혼의 정서적인 영향, 이혼의 법적 측면, 재정관리, 편부모됨
ODP	Child and Family Services	이혼신청중인 부모	5회	부모의 이혼에 대한 자녀의 반응과 대처전략, 공동 부모역할, 부모자녀관계 향상을 위한 의사소통기법, 전 배우자와의 갈등관리 및 협상기법
BE	Josephin Stewart	이혼한 카톨릭 교인	1회	이혼 후 스트레스 극복, 독신생활의 적응, 하나님에 대한 신뢰 회복
DSFPW	Chamber of Commerce	별거/이혼한 아버지	6회	이혼 후 아버지됨의 경험, 자녀부양비 지급, 부모자녀관계 향상을 위한 의사소통기법
CFP	Children First Program Foundation	이혼부모	2회	부모자녀의 적응, 부모자녀관계의 질, 공동부모 관계의 질, 이혼가족의 자원이용
CIM	Domestic Relations Court	이혼부모	1회	이혼 후 스트레스 관리, 자녀의 어려움/욕구에 대한 이해, 부모됨 기술

GRASP : General Responsibilities As Separating Parents, HCSO : Helping Children Succeed After Divorce

RD : Realities of Divorce, ODP : Orientation for Divorcing Parents

BE : Beginning Experience, DSFPW : Divorced/Separated Father's Parenting Workshop

CFP : Children First Program, CIM : Children-in-the-Middle,

비디오를 병행한다. 이 프로그램의 자료를 분석한 결과(Petersen, Steinman, 1994)를 보면 참가자의 70% 이상이 프로그램에 참석함으로써 자녀의 이혼 경험을 훨씬 더 잘 인식하였다고 응답하였으며, 자녀들을 위해 공동 부모 역할의 중요성을 알게 되었다고 보고하였다.

3) Realities of Divorce(RD)

미국 내 비영리 여성단체인 Woman's Place에서 실시하고 있는 6회 프로그램이다. 1976년부터 지금까지 계속 실시해 오고 있는데 직장여성들의 편의를 도모하기 위해서 저녁시간에 교회나 학교, YMCA와 같은 지역 공공시설에서 매주 2시간씩 실시한다. 참가자는 1회에 5-15명으로 제한하고 있으며, 강의와 토론, 그리고 집단활동을 격려하는 데 초점을 두고 있다. 프로그램의 구성은 결혼 갈등, 별거, 이혼이 미

치는 정서적인 영향, 슬픔의 과정, 이혼 여성들의 중요한 관심사인 성적(sexuality)인 문제, 독신, 재정관리, 편부모됨, 이혼의 법적인 측면에 대한 전문적인 정보 제공, 위기극복을 통한 미래생활에 초점을 두는 내용 등으로 되어 있다. 이 프로그램은 2년 반 후의 추후 전화조사 평가에서 매우 긍정적인 효과가 있는 것으로 분석되어 장기적으로도 유용한 것으로 평가되었다(Davidoff & Schiller, 1983).

4) Orientation for Divorcing Parents(ODP)

Tennessee의 비영리 사회단체인 Child and Family Services에 의해 제공되고 있는 이 프로그램은 이혼 부모와 그들 가족의 요구를 충족시키기 위한 목적으로 개발되었다. 주내용은 부모의 이혼에 대한 자녀들의 반응과 대처전략, 후견과 부양, 이혼 후 공동 부모역할, 법적인 문제, 부모자녀관계 향상을 위한

의사소통 기법, 전 배우자와의 갈등을 관리하고 협상하는 기법 등으로 구성되어 있다. 프로그램의 평가에서 78%가 만족한 것으로 나타났으며, 여성(80%)이 남성(75%)보다 더 만족한 것으로 나타났다(Buehler, Betz, Ryne, Legg & Trotter, 1992).

5) Beginning Experience(BE)

이 프로그램은 금요일 저녁 7시에 시작하여 그 다음날 토요일 오후 4시에 끝나는 주말 집단 마라톤 방식의 워크샵으로, 식사와 숙박이 제공되는 residential program이다. 이혼한 카톨릭 교인들이 이혼 후 스트레스를 극복하고 독신생활에 적응하도록 돕기 위해 개발된 프로그램으로써 보통 30명 정도의 참가자를 대상으로 실시된다. 다른 프로그램과의 차이점은 치료적인 감정표현을 이용하고 있으며, 훈련된 강사들이 동료 지원자의 도움을 받아 실시하는 프로그램이라는 점이다. 4-6명의 참가자들과 2명의 지도자들로 구성된 소그룹 미팅을 통해 발표, 토론, 일지 쓰기 등을 하며 이혼의 수용과 용서의 시간을 갖고, 마지막으로 새로운 생활과 새로운 관계에 대한 개방성에 초점을 두는데, 이혼 적응을 유의하게 촉진시키는 효율적인 프로그램으로 평가되었다(Byrne, 1990).

6) Divorced/Separated Father's Parenting Workshop(DSFPW)

이 프로그램은 이혼하였거나 별거한 아버지들을 위한 프로그램으로써 총 6회기로 구성되어 Chamber of Commerce conference room에서 매주 화요일 저녁에 90분 동안 실시된다. 목적은 이혼 후 아버지로서 자녀와의 관계를 향상시키고, 자녀부양비 지급을 유지하도록 돕기 위해 개발되었으며, 내용은 이혼한 아버지됨의 경험, 부모/자녀 의사소통의 향상을 위한 말하기/듣기 훈련과 공동 부모됨, 자녀와 어떻게 시간을 보낼 것이며, 무엇을 해야 하는가에 대한 주제들을 다루었다. 프로그램 평가에서 참가자들은 만족하였다고 응답하였으며 특히 이혼이나 별거한 다른 아버지들에게 참가자 전원(100%)이 프로그램 참가를 추천할 것이라고 응답하여 유의하게 높은 만

족을 나타냈다. 또한 이 프로그램을 통해 배운 것 중 가장 가치 있는 것으로 자녀와의 의사소통 훈련에 대한 기술습득을 꼽았다(Devlin, Brown, Beebe & Parulis, 1992).

7) The Children First Program.(CFP)

이 프로그램은 이혼하는 부모들이 자녀의 요구에 더 민감하도록 돕기 위한 목적으로, Illinois Belleville의 The Children First Program Foundation에 의해 개발되었다. 1회기에 90분씩 총 2회를 격주로 실시하는 이 프로그램에서는 이혼한 가족원들간의 부적응적인 상호작용 유형을 묘사한 6개의 비디오를 본 후, 훈련된 중재자에 의해 토론을 하고, 부적응을 피할 수 있는 방법과 대처방식을 논의한다. 이 프로그램은 미국 내 3개 주 48개 지역에서 채택되어, 법적으로 위임된 프로그램으로 실시되고 있다. 이 프로그램은 부모들이 이혼 중 자녀의 요구에 더 민감할 수 있도록 도움을 주는 데 효과적이며, 전 배우자와 심한 갈등 관계에 있다고 보고한 부모들에게 훨씬 더 큰 효과가 있는 것으로 보고되었다. 또한 참가자의 82% 이상이 이 프로그램이 계속해서 법적으로 위임되어야 한다고 응답했다(Kramer & Washo, 1993).

8) Children-in-the-Middle(CIM)

이 프로그램은 기술에 토대를 두고 있는 프로그램으로, 무엇보다 전 배우자와 의사소통하고 상호작용 하는 기술을 배우도록 하는 데 초점을 두고 있으며 3시간 동안 실시된다. 프로그램에 대한 평가에서 자녀를 자신의 갈등에서 보호하겠다는 부모의 기대가 증가한 것으로 나타났고, 의사소통의 질이 향상된 것으로 나타났다. 하지만 부모의 갈등에 자녀들을 관여시키지는 않는 반면, 자신들은 지속적으로 논쟁하는 것으로 나타나 부모자신들의 갈등수준에는 실질적인 영향을 주지 않은 것으로 보고되었다(Arbuthnot & Gordon, 1996).

4. 이혼적응에 관한 연구

국내외 이혼 적응에 관한 연구도 본 교육 프로그

램 개발의 이론적 기초를 제공하였다. 문현숙·김득성(2000)의 이혼 후의 적응에 관한 사례연구에서는 이혼자들이 이혼 후에 겪는 어려움으로 경제적인 문제, 자녀문제, 사회의 편견과 사회관계망의 축소 등의 문제를 주된 어려움으로 손꼽았으며, 사회통념상 드러내놓고 얘기할 수 없는 문제인 성적인 어려움을 가지고 있는 것으로 드러났다. 이러한 연구결과에 입각하여 본 프로그램에서는 자녀문제를 이혼에 대한 자녀의 연령별 반응을 설명하는 부분에 반영하고, 부모-자녀간 의사소통을 향상시키는 내용을 포함하고자 한다.

또한 이혼자들은 자신을 실패자로 규정하거나 비정상적인 사람 혹은 결점이 많은 사람으로 보는 경우가 많았다. 이러한 실패감은 이혼자에게 심리적 외상과 스트레스를 일으키는 요인일 뿐 아니라 자존감을 저하시키는 요인이 된다. 이혼자들의 자존감의 회복과 실패감의 극복은 이혼 후 적응에 매우 중요한 영향을 미치게 된다. 따라서 이혼자들에게 이혼 후 적응 교육 프로그램을 통해 결혼의 실패가 인생 전체의 실패가 아니며, 새로운 정체감과 역할 정립을 통해 새로운 생활을 형성해 나가야 함을 강조하고 자존감의 향상을 돕는 내용을 본 프로그램에 구성하고자 한다.

이혼자들의 경우 이혼 후 정신적·실제적 도움을 제공받을 사회적 연결망을 더욱 필요로 하게 된다. 가족들은 이혼자에게 경제적인 도움을 주거나 자녀를 돌보아 주고 임시로 거처할 곳을 제공해 주는 등 실질적인 도움을 제공한다(Weiss, 1975, 문현숙, 김득성, 2000). 한편 이혼이나 사별로 홀로된 사람들의 모임에 참여하는 것이 이혼 후 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나(문현숙·김득성, 2000), 가족이나 친구, 사회기관의 다양한 지지 유형을 가질 수 있도록 돕는 내용을 포함하고자 한다. 또한 새로운 이성관계를 형성하거나 재혼한 사람들이 그렇지 않은 사람보다 이혼 후 생활만족도가 높게 나타난 선행연구(한경혜, 1993b, Thabes, 1997)를 바탕으로 재혼이 이혼자들의 긍정적인 적응에 중요한 예측요인이 될 수 있다는 시각에서 새로운 이성관계 및 재혼, 그리고 독신에 대한 이점과 문제점에

대해 통찰할 수 있는 안목을 기르는 내용도 본 프로그램에 추가하고자 한다.

III. 프로그램의 실제

1. 프로그램의 목적

본 프로그램의 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 이혼자들에게 자신과 자녀가 이혼 후 겪는 슬픔의 단계와 이혼과정을 알게 하고, '용서'를 통해 진정한 상처회복을 할 수 있도록 한다.
- 둘째, 이혼자들에게 부모의 이혼 후 연령에 따라 자녀들이 나타내는 반응과 대처전략을 알게 한다.
- 셋째, 이혼 후 손상된 자존감과 이혼에 대처하는 능력을 높임으로써, 궁극적으로 이혼 후 적응을 돕는다.
- 넷째, 의사소통 기술 훈련을 통해 부모-자녀관계의 질을 향상시킴으로써, 일상생활에서 행동의 변화가 일어날 수 있도록 한다.
- 다섯째, 이혼자로서 새로운 정체감 형성과 재혼준비에 따른 마음가짐, 재혼으로 인한 가족문제를 통찰할 수 있도록 한다.

2. 교육대상

아동/청소년기 자녀를 가진 이혼자로서 이혼한 지 2년 이내의 부모를 대상으로 하되 참가자의 연령이나 이혼사유 등의 동질성을 고려하여 심각한 가정폭력이나 학대 등의 이혼사유를 가지지 않은 30, 40대를 우선적으로 선정하고자 한다.

3. 프로그램의 진행

이혼자들의 생업이나 자녀양육에 미치는 영향을 최소화하기 위하여 2주간 6회 세션으로 구성하되 주말을 이용하여 교육실시가 용이한 토요일에 100분을 1회기로 하여 3회기(오후 3:00-9:00)씩 진행한다.

각회의 진행방법은 주제강의와 집단토의, 활동 및

실습 등으로 구성되며, 강의시에는 강의 내용에 관한 인쇄물을 참가자들에게 배부한다.

4. 프로그램 평가

본 프로그램의 효과는 양적분석과 질적분석을 통해 평가한다. 양적분석은 자존감, 우울, 이혼대처능력 척도를 사용하여 측정한다. 자아존중감은 Rosenberg(1965)의 10문항을 사용하며, 우울은 CES-D(Radloff, 1977)의 8문항으로 측정한다. 이혼대처능력은 Barry, Frieman 및 Barbara(1994)의 Parent Attitude Survey에서 사용한 25문항을 이용하여 사전·사후 및 추후검사를 실시하고 paired t-test를 이용하여 각각 비교 분석한다. 사전검사는 프로그램 첫 회기 시작 전에 실시하고, 사후검사는 프로그램 종료 직후 실시하며, 추후검사는 프로그램 실시 종료 1개월 후와 6개월 후에 실시하여 프로그램의 단기 및 장기 효과를 검증한다. 질적분석은 프로그램 종료시와 추후검사에서 프로그램에 대한 평가를 서술적으로 응답한 내용을 바탕으로 이루어진다.

5. 프로그램의 내용

본 프로그램의 내용은 미국의 선행연구를 통한 이론적 검토와 미국 내에서 실시되고 있는 이혼 적응 교육프로그램의 내용, 국내외 이혼 적응에 관한 연구결과들을 토대로 다음과 같은 주제들을 중심으로 구성되었다.

- 1회. 슬픔의 단계와 이혼과정 알기
- 2회. 용서를 통한 상처회복하기
- 3회. 자녀의 반응과 대처전략 알기
- 4회. 부모자녀간 마음열기
- 5회. 자존감 높이기
- 6회. 건강한 홀로 서기

1) 슬픔의 단계와 이혼과정 알기

이혼자들은 이혼 전과 이혼과정 그리고 이혼 후에 분노, 슬픔, 좌절감 등의 고통에 직면하게 된다. 대부분의 이혼자들은 이혼 후 1-2년이 지나면 적응

을 하지만(Goetting, 1980 ; Hetherington et al, 1982), 길게는 10년 가까이 걸리는 경우도 있다(문현숙·김득성, 2000). 따라서 이혼자들은 이혼 후 적응이 단시일 내에 이루어지는 것이 아니고, 시간이 걸린다는 것을 우선 이해하고 받아들이는 것이 중요하리라고 본다. 또한 이혼 후 겪게 되는 슬픔의 단계와 Bohannan(1970)의 6단계 이혼과정을 통해서 이혼으로 인해 느끼는 감정이 자신만의 문제가 아니라 다른 이혼자들도 같은 경험을 하는 정상적이라는 것을 알고, 현재 자신은 슬픔의 단계 중 어떤 단계에 와 있으며, 어디로 갈 것이라는 것을 알고 이해함으로써 보다 긍정적인 자세로 이혼을 극복하도록 한다.

2) 용서를 통한 상처회복하기

이혼의 상처는 용서를 통해서만이 완전하게 회복된다는 것을 알도록 한다. 먼저 자신과 배우자를 미워하고 원망하는 마음을 가질 때, 그러한 마음이 자신에게 정신적·육체적·사회적·경제적으로 어떤 피해를 줄 것인지 생각해 보고 그 결과를 예측해 본다. 그리고 고통의 상처회복을 위해 용서가 왜 중요한지 그 의미(Byrne, 1990)를 살핀 후에 용서를 실천할 수 있는 방법에 대해 구체적인 예화와 실습을 통해 알고 자신에게 적용할 수 있도록 한다.

3) 자녀의 반응과 대처전략 알기

자녀들이 겪는 슬픔의 과정은 부모의 경우와 비슷한 형태일 수 있으나 그 시간은 훨씬 더 오래 걸릴 수도 있다. 또한 자녀의 연령이나 성별, 기질에 따라 부모의 이혼에 대해 다르게 반응할 수 있음을 이해시키고, 어느 경우이든 자녀들도 부모의 이혼으로 인해 스트레스를 경험한다는 것을 알도록 한다. 자녀의 연령을 5단계로 나누어 그 연령에서 보이는 반응과 부모가 대처하는 방법을 알게 함으로써 대부분의 이혼자들이 가장 크게 염려하는 자녀문제(한경혜, 1993b)를 해결하는데 도움을 준다.

4) 부모 자녀간 마음 열기

이혼으로 인해 부모는 부모대로, 자녀는 자녀대로 상처를 갖게 된다. 그러한 분노와 좌절, 우울, 슬픔

등의 감정은 종종 사랑하는 관계인 부모 자녀관계를 미움과 원망의 관계로 변화시킬 수 있다. 따라서 부모자녀 둘다 서로의 감정을 이해하도록 노력해야겠지만, 무엇보다 성인인 부모가 자녀의 아픈 상처를 따뜻하게 감싸주고 올바르게 성장할 수 있도록 인도하는 것이 우선된다고 본다. 따라서 부모자녀가 열린 마음으로 깊은 대화를 하는 것이 중요하다는 토대 위에 부모자녀간 의사소통의 중요성에 대해

설명하고, 서로를 배려하면서 효과적으로 듣고 말할 수 있는 말하기/듣기 기술을 실습을 통해 직접 익혀보도록 함으로써 보다 원만한 부모자녀관계를 발달시키도록 한다.

5) 자존감 높이기

이혼자들이 이혼 후 갖게 되는 가장 일반적인 감정이 자기 실패감이다(Albrecht, 1980). 이혼을 한 사

〈표 2〉 첫 번째 모임 : 슬픔의 단계와 이혼과정 알기

목 표	1. 참가자들과의 라포를 형성한 후 프로그램에 대한 개요를 설명한다. 2. 이혼 후 겪는 문제에 대해 전반적으로 이해한다. 3. 이혼 후 성인의 슬픔의 단계와 이혼과정에 대해 안다.		
프로그램	내 용		시 간
	도 입	* 프로그램에 대한 전반적인 소개 * 참가자들의 자기 소개의 시간	5분 10분
	강의 내용	* 이혼 후 겪는 문제 알기 * 성인의 슬픔의 단계와 이혼과정 이해하기 * 위기의 두 가지 의미 알기	10분 30분 15분
	활동 및 실습	* 자신이 경험한 이혼 후 겪는 문제에 대해 발표하기 * 현재 자신은 슬픔의 단계 중 어떤 단계인지 생각해 보고 참가자들과 함께 이야기 나누기	15분 10분
	종 결	* 요약 및 정리	5분
	준비물	이름표, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재	

〈표 3〉 두 번째 모임 : '용서'를 통한 상처회복하기

목 표	1. 용서를 통해 이루어지는 진정한 상처회복에 대해 설명한다. 2. 용서의 편지 쓰기를 통해 화해의 경험을 한다. 3. 용서를 실습하기 위한 방법을 모색한다.		
프로그램	내 용		시 간
	도 입	* 지난 시간 내용 확인 및 이번 시간 교육내용 소개 * 자신의 가슴 속에 있는 원망이나 분노의 대상에 대하여 이야기 나누기	5분 10분
	강의 내용	* 용서의 발달 단계 여섯 가지 스타일 알기 * 용서의 의미와 중요성 알기 * 용서의 실천방법 알기 * 용서를 통한 완전한 상처회복 경험하기	30분 20분
	활동 및 실습	* 화해의식-자신과 전 배우자에 대하여 용서의 편지 쓰기 * 용서의 편지 쓰기에 대한 소감 나누기	20분 10분
	종 결	* 요약 및 정리	5분
	준비물	이름표, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재, 편지봉투, 편지지, 풀	

<표 4> 세 번째 모임 : 자녀의 반응과 대처전략 알기

목 표	1. 부모의 이혼 후 자녀가 겪는 어려움을 인식한다. 2. 자녀의 슬픔의 단계를 이해한다. 3. 자녀의 연령에 따른 반응을 알고 대처전략을 습득한다.	
		내 용
프로그램	도 입	* 지난 시간 내용확인 및 이번 시간 교육 내용 소개 * 이혼 후 자신이 경험한 자녀문제에 대하여 이야기 나누기
	강의 내용	* 부모 이혼 후 자녀가 겪는 어려움 알기
		* 자녀의 슬픔의 단계 이해하고 예시를 통해 대처방법 알기
		* 자녀의 연령에 따른 반응과 대처전략 알기
	활동 및 실습	* 부모 이혼 후 자신의 자녀가 보인 반응에 대해 이야기 나누기
	종 결	* 요약 및 정리
준비물	이름표, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재	

<표 5> 네 번째 모임 : 부모자녀간 마음열기

목 표	1. 부모자녀간 의사소통의 중요성을 인식한다. 2. 효과적인 말하기 기술을 습득한다. 3. 효과적인 듣기 기술을 습득한다.	
		내 용
프로그램	도 입	* 의사소통의 의미, 중요성 설명하기 * 자신이 경험한 부모자녀간 갈등의 종류 및 내용에 대하여 의견 나누기
	강의 내용	* 효과적인 말하기 기술 I-message You-message
		* 효과적인 듣기 기술 적극적 경청, 반영적 경청
	활동 및 실습	* 말하기 기술 실습 및 훈련
		* 듣기 기술 실습 및 훈련 (말하기·듣기 실습 후 서로의 느낌과 경험나누기)
	종 결	* 요약 및 정리
준비물	이름표, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재	

랍이라 하더라도 결혼을 일시적인 관계로 보지 않고 영원히 결혼에 헌신하리라는 신념을 내면화해왔기 때문에 이혼에 대한 허용적인 태도가 날로 증가하고 있음에도 불구하고 이러한 실패감은 줄이기 어렵다. 따라서 이 회기에서는 먼저 참가자들의 낮아진 자존감을 회복하고 향상시킬 수 있는 방법들을 설명하고, 그러한 방법들을 실습하는 시간을 가짐으로써, 참가자들이 자신의 새로운 장점을 발견하

고 부족한 점을 고치고자 하는 마음을 갖게 하여 서서히 자존감이 회복되도록 도움을 준다.

6) 건강한 홀로서기

이 회기에서는 앞에서 살펴 본 이혼으로 인한 여러 가지 어려움과 슬픔, 용서를 통한 상처회복, 부모자녀 관계 향상을 위한 기술 습득, 낮아진 자존감의 회복에 이어 어떻게 하면 건강하게 홀로서기를 할

〈표 6〉 다섯 번째 모임 : 자존감 높이기

목 표	내 용		시 간
	1. 이혼으로 인한 상처를 극복하고 긍정적인 자존감을 갖는다. 2. 결혼의 실패가 인생전체의 실패가 아님을 인식시키고, 참된 사회인으로서의 삶의 목표를 가질 수 있도록 격려한다.		
프로그램	도 입	* 지난 시간 내용 확인 및 이번 시간 교육내용 소개 * 이혼자로서 주위사람이나 사회로부터 받았던 편견과 어려움에 대해 이야기 나누기	5분 10분
	강의 내용	* 상실감 및 우울 극복방법 제시 * '나'를 돌보는 방법 -주거환경, 외모, 건강, 취미 등에 대한 관심 갖기	10분 20분
		* 자존감 향상을 위한 전략 세우기	10분
		활동 및 실습	* 자신의 장점 5가지 이상 적어보기 * 혼잣말(Self-Talk)연습하기 * 상실감을 극복하는 전략-스트레스 해소 제조
	종 결	* 요약 및 정리	5분
	준비물	이름표, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재	

〈표 7〉 여섯 번째 모임 : 건강한 홀로서기

목 표	내 용		시 간
	1. 자신의 과거의 가족생활을 돌아보고 객관적으로 재평가한다. 2. 홀로서기를 통해 얻는 이점을 안다. 3. 새로운 이성관계 및 재혼의 어려움과 재혼가족의 문제를 인식한다. 4. 참된 사회구성원으로서의 각오를 다진다.		
프로그램	도 입	* 지난 시간 내용확인 및 이번 시간 교육내용 소개 * 자신의 지난 가족생활을 돌아보고 함께 이야기 나누기	5분 10분
	강의 내용	* 건강한 홀로 서기를 위해 해야 할 일 -가족 및 사회적 관계망과의 관계 -사회지지망의 중요성 설명: 다양한 지지망(가족, 친구, 사회기관)강조 -다양한 취업정보에 대한 정보 제공	20분
		* 홀로서기를 통해 얻는 이점 알기 * 재혼가족의 문제와 새로운 이성관계 및 재혼의 어려움 알기 * 새로운 생활을 위한 대응전략 알기	20분
	활동 및 실습	* 스트레스 관리법 실습하기	10분
	종 결	* 자신의 인생계획과 목적 세우고 각오 다지기 * 사후검사지와 전체 프로그램 평가지 작성	15분 20분
	준비물	사후검사지, 종합 평가지, 간단한 다과, 필기구, 배경음악, 교재, worksheet.	

수 있는가에 초점을 둔다. 즉, 이러한 어려움이나 문제극복에 대한 핵심은 이혼자 자신의 생각과 태도에 달려있다는 것을 강조함으로써 새로운 생활에 대한 각오를 다지는 시간을 갖는다. 또한 이혼 후에

상처회복의 과정없이 자신이 실패했다는 생각과 혼자되었다는 것을 견디지 못하고 성급하게 새로운 관계를 추구하거나 재혼을 하게 되면 또다시 실수할 수 있다는 것을 설명함으로써 재혼으로 인한 가

죽문제를 통찰할 수 있도록 돕는다. 또한 홀로서기를 통해 얻는 유익한 점들을 생각해 보고 그러한 이점들을 누리면서 밝고 건강한 사회구성원으로 살아갈 수 있도록 격려한다.

IV. 프로그램의 의의 및 제한

본 프로그램은 자녀를 가진 이혼자들을 대상으로 이혼자들의 이혼 후의 적응과정을 돕고, 올바른 상처회복을 통해 이혼 후의 새로운 생활에 긍정적으로 대처하도록 돕기 위해 만들어졌다. 과거에는 이혼하는 사람들 자신이 어떤 문제를 가지고 있기 때문에 결혼에 적응하지 못하고 이혼을 한다는 관점이 지배적이었다. 그러나 최근에는 우리 사회에서도 이혼이 급격히 늘어남에 따라 이혼을 '있어서는 안 될 불행한 일'로 생각하기보다는 '또 하나의 새로운 출발'로 받아들이는 경향이 늘고 있다. 그럼에도 불구하고, 아직까지도 이혼자들은 이혼으로 인한 개인적인 고통 외에 사회의 편견으로 인한 어려움을 겪고 있다. 이혼자들을 '결혼 혹은 인생의 실패자'로 낙인찍는 뿌리깊은 고정관념도 문제지만, 이혼자 자신이 스스로를 실패자로 규정하거나 자신들을 비정상적인 사람이나 결점이 많은 사람으로 보는 것도 또한 중요한 문제이다.

이혼자와 자녀들을 위한 교육프로그램이 활성화되어 있는 미국의 경우와 달리 우리 나라의 경우는 늘어나는 이혼가족을 위한 프로그램의 필요성은 매우 절실히 요구되고 있으나 아직 프로그램 개발이 거의 이루어지지 않고 있는 실정이다. 이러한 상황에서 본 연구에서 개발된 이혼 후 적응을 위한 장기 교육프로그램의 모형은 이혼자 가족의 적응과 복지에 기여할 것으로 기대된다. 이러한 교육프로그램이 적절하게 활용되어 사회단체나 민간단체들의 교육에 응용될 수 있다면 이혼자들에게 실제적인 도움이 될 수 있을 것으로 기대되며, 동시에 사회적 차원에서의 효과도 기대해 볼 수 있을 것이다. 또한 이혼자와 그 자녀들을 위한 제반 교육적 노력과 사회 정책적 지원에 관심을 기울이게 하는 계기가 될

수 있을 것으로 생각된다.

마지막으로 본 프로그램의 개발과정에 따른 제한점을 바탕으로 몇가지 제언을 덧붙이고자 한다.

첫째, 이혼자들을 대상으로 하는 교육은 다른 가족생활교육과는 달리 이혼자들이 대부분 직장과 생업으로 인해 제한을 받게 되고 또 남의 시선을 의식하는 경향이 많기 때문에 시간과 장소의 제약을 많이 받는다. 따라서 교통신이 편리하면서도 마음의 안정을 줄 수 있는 교회나 성당 혹은 사회단체와 같은 장소에서 교육이 실시될 수 있도록 지역사회나 종교기관 등과 협의를 모색하는 것이 중요하다. 또한 어린 자녀가 있는 이혼자의 경우 더 편안한 마음으로 적극 교육에 임할 수 있도록 타아의 문제를 해결하는 노력이 필요할 것이다.

둘째, 참가자의 동질성을 위해 연령이나 이혼사유에 따라 교육대상을 분리하여 교육하는 방법도 고려할 수 있으며, 자녀의 연령을 고려하여 유아기에서부터 청소년기까지 자녀의 발달단계에 따라 교육을 실시함으로써 참가자들의 요구에 보다 더 효율적으로 부응할 수 있는 교육을 모색하는 것도 필요하리라 생각된다.

셋째, 본 프로그램의 강의와 토론, 실습을 위주로 하는 활용방식에 있어서도 충분한 융통성이 가능하리라 본다. 예컨대 소수인원이 아닌 다수의 이혼자를 대상으로 할 경우에는 토론과 실습이 배제된 강의중심의 교육방식도 가능할 것이며, 교육대상과 장소에 따라 프로그램의 회기를 단축시킬 수도 있을 것이다. 즉, 교육적 여건을 충분히 검토하여 실시자가 나름대로 프로그램의 진행을 응용할 수 있을 것이다.

본 이혼 후 적응을 위한 장기 교육프로그램은 이제 개발된 것으로 아직 실시되지 않은 상태에 있다. 따라서 앞으로 좀더 좋은 프로그램을 구성하기 위해서는 이혼자들에게 프로그램을 실시 한 후에 그들의 평가결과를 토대로 한 실질적인 수정 및 보완작업이 요구되며, 그러한 양적·질적분석 결과를 통해 참가자의 요구에 부응하는 보다 효과적인 프로그램이 개발될 수 있을 것으로 기대한다.

■ 참고문헌

- 김득성(2001). 이혼적응 교육프로그램 개발 및 효과 검증 -단기과정을 중심으로-. 한국가정관리학회지, 20(2), 1-8.
- 마주혜(1996). 이별 그리고 홀로서기. 국민일보사
- 문현숙, 김득성(2000). 이혼 후 적응과정에 관한 사례연구. 대한가정학회지 38(3), 99-120.
- 통계청(2001). 인구통계연보
- 한경혜(1993a). 이혼과 부부문제의 이론적 고찰. 한국 가족학 연구회(편). 이혼과 가족문제. 도서출판 하우
- 한경혜(1993b). 한국 가족학 연구회(편). 이혼과 가족문제. 한국 이혼부부의 적응과 관련변인에 관한 실증적 연구. 하우
- 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.
- Bohannon, P. (1970). The six station of divorce. In P. Bohannon (Ed.), *Divorce and after*. New York: Doubleday.
- Braver, S. L., Salem, P., Pearson, I. & DeLusé, S. R. (1996). The content of divorce education programs: Results of a survey. *Family and Conciliation Courts Review*, 34, 41-59.
- 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(4), 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.
- Devlin, A. S., Brown, E. H., Beebe, J. & Parulis, E. (1992). Parent education for divorced fathers. *Family Relations*, 41, 290-296.
- Geasler, M. J. & Blaisure, K. R. (1995). Court-connected programs for divorcing parents in Michigan. *Family and Conciliation Courts Review*, 33, 484-494.
- Goetting, A. (1980). Divorce outcome research: Issues and perspectives. *Journal of Family Issues*, 2, 350-378.
- Goode, W. J. (1956). *After divorce*. New York: Free Press.
- Hetherington, E., Cox, M., & Cox, R. (1982). Effects of divorce on parents and young children. In M. Lamb(Ed.), *Nontraditional families: Parenting and child development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Holmes, T. S. & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment scale. *Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Kitson, G. & Raschke, H. (1981). Divorce research: What we do, What we need to know. *Journal of Divorce*, 4, 1-38.
- Kramer, L. & Washo, C. A. (1993). Evaluation of a court-mandated prevention program for divorcing parents: The children first program. *Family Relations*, 42, 179-186.
- Kübler-Ross. (1969). *Death and dying*. New York: Macmillan.
- 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.

- Radloff, L. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in general population. *Applied Psychological Measurement* 1, 385-401.
- Roeder-Esser, C. (1994). Families in transition: A divorce workshop. *Family and Conciliation Courts Review*, 32(1), 40-49.
- 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
- Spanier, G. B. & Thompson, L. (1984). *Parting: The aftermath of separation and divorce*. Beverly Hills: Sage.
- Thabes, V. A Survey analysis of women's long-term, postdivorce adjustment. *Journal of divorce and remarriage*, 27(3), (1997), 163-175.
- Weiss, R. S. (1975). *Marital separation*. New York: Basic Books.