

# 이혼 부모와 자녀의 건강한 사회적응을 위한 통합적 집단치료 모형 개발\*

## The Development of an Integrated Group Therapy Model for Divorced Families' Better Adjustment\*

연세대학교 아동·가족학과  
교수 정문자  
강사 김은영

Dep't. of Child and Family Studies, Yonsei Univ.

Professor : Chung, Moon Ja

Lecturer : Kim, Eun Young

### ● 목 차 ●

- |                         |             |
|-------------------------|-------------|
| I. 서론                   | V. 프로그램의 실시 |
| II. 이론적 배경              | VI. 논의 및 제언 |
| III. 프로그램 모형 개발의 이론적 배경 | 참고문헌        |
| IV. 프로그램 모형의 개발         |             |

### <Abstract>

This study aimed to develop a comprehensive group therapy program for divorced parents and their children for increased self-esteem, problem-solving technique, communication ability and emotional support. This comprehensive program was based on Solution-Focused and Satir's Experiential Family Therapy Models, as well as on therapeutic activities from various sources.

Six mothers and 18 children of divorced families participated in this program which consisted of six, two-hour sessions. This program was found to be effective in enhancing the participants' self-esteem and communicative ability in addition to emotional support between mothers and their children, and among participants. Therapeutic activities were implemented in harmony with the Solution and Experiential based values and techniques, which seemed to heighten the fun and motivation for the participants to change their view points and behaviors in a positive way.

Corresponding Author: Moon Ja Chung, Yonsei University 134 Shinchon-dong, Sudaemon-ku, Seoul 120-749, Korea Tel: 82-2-2123-3149

E-mail: mjchung@yonsei.ac.kr

\* 이 논문은 2003년도 한국학술진흥재단의 지원에 의하여 연구되었음(KRF-2003-041-C00390).

**주제어(Key Words):** 통합적 집단치료모형(comprehensive group therapy program), 이혼가족의 사회적응(social adjustment of the divorced family), 집단상담(group therapy), 탄력성(resilience), 경험적 가족치료(experiential family therapy), 해결중심치료(solution-focused therapy), 치료적 활동(therapeutic activities)

## 1. 서론

한국사회는 전통적 가치관의 붕괴, 서구식 가치관의 무분별한 유입, 여성의 사회진출로 인한 성역할의 변화 등 급격한 변화를 겪고 있다. 이러한 사회·문화적 변화는 가족구조와 기능에 영향을 미칠 뿐 아니라 이혼의 증가에도 기여하고 있다.

이혼은 배우자의 사망 다음으로 스트레스를 많이 경험하는 사건으로 이혼 후 개인이 겪는 심리·사회적 어려움은 이혼당사자와 자녀들의 삶에 중요한 영향을 미친다. 예를 들면, 자아존중감의 저하, 분노감, 상실감, 우울 등 정서적 혼란으로, 특히 부모 중 한 명과의 관계를 상실한 자녀들은 다양한 적응 문제를 경험한다고 한다. 더욱이 이혼에 대한 우리 사회의 부정적 인식과 편견은 이혼가족의 심리·사회적 적응에 걸림돌이 되고 있다.

최근 이혼에 관한 연구에서는 이혼을 하나의 가족변화의 과정으로 보며, 이러한 과정에서 개인과 가족은 때로는 고통 받고 좌절하기도 하지만 도전에 직면해 역경을 이겨내고 가족의 새로운 변화를 긍정적으로 수용하여 보다 나은 삶으로 발전시키는 가족 레질리언스의 관점에서 접근하는 시도가 늘고 있다. 즉 이혼은 단순히 당사자와 그들의 자녀들에게 부정적인 영향을 주는 사건이라기보다 변화된 환경에 탄력적 적응을 필요로 하는 하나의 도전과정이며, Walsh(2002)의 주장처럼 이혼가족은 문제 있는 가족이 아니라 도전받는 가족이다. 이혼당사자들은 이러한 도전과 적응과정에서 각자의 심리적, 사회적, 경제적, 인적 자원에 따라 영향을 받는 정도나 양상이 다르며, 위기를 어떻게 극복하느냐에 따라 적응 혹은 부적응하게 된다. 부모의 이혼 후 자녀의 적응양식 또한 아동의 개인적, 환경적 대처자원 및 문제해결 방식에 따라 크게 다르며, 이들의 부적응 행동은 여러 단계의 발달과정을 거친다(Schmidt-Denter &

Beelmann, 1995). 국내의 이혼가족에 관한 최근 연구들도 위와 유사한 결과를 보고하고 있다(오은순, 1997; 서지영, 2002; 이용준, 2004).

이런 연구들에 의하면 이혼 후 당사자와 그들의 자녀들이 겪게 되는 심리적 문제와 부적응 행동은 해당 가족의 사회경제적 조건, 가족관계의 질, 심리·정서적 대처자원이나 사회적 지원으로 이루어진 위험 및 보호요인에 따라 달라질 수 있다.

이혼율의 증가를 일찍부터 경험한 미국과 유럽에서는, 이혼가족의 정서적·사회적 적응을 돕기 위한 집단개입프로그램들이 70년대에 개발되기 시작하여 80년대부터는 정부와 사회단체 및 학교의 적극적인 지지와 협조·하에 주로 학교차원에서 운영되거나 사회복지기관과 상담기관을 중심으로 진행되어 왔으며 이에 대한 효과 검증도 이루어지고 있다. 이혼가족 아동의 적응을 위한 집단개입프로그램은 아동의 의사소통 능력과 자아존중감의 향상, 불안감과 우울증 및 부모의 이혼에 대한 부정적 태도의 감소를 통해 학교와 가정에서 아동의 긍정적인 행동의 변화를 촉진하고 부모-자녀관계의 향상에 도움이 된 것으로 보고 되었다(Fthenakis, Walbiner, & Wolf, 1995). 김득성(2002)은 이혼 당사자를 위한 프로그램에서 이혼부모의 슬픔과 자기비난의 감정이 자기수용의 감정으로 전환되고, 자녀들의 생각과 감정에 대한 이해가 높아져 이혼적응에 긍정적으로 작용한 것으로 보고하였다.

우리나라는 1990년대 후반부터 사회단체나 상담소를 중심으로 이혼자와 한부모를 위한 프로그램이 운영되고 있지만 학문적으로 검증된 프로그램은 소수이고, 이혼가족을 대상으로 하는 정서지원 프로그램을 정기적으로 실시하는 곳은 거의 없는 실정이다(정문자, 김은영, 1999). 지금까지 이혼가족을 대상으로 개발된 집단 프로그램들(김득성, 2002; 문현숙,

김득성, 2002 & 2003; 성정현, 2002; 오은순, 2001; 주소희, 2002)은 이혼부모와 아동을 분리하여 실시해 왔으며, 프로그램의 형태, 참여 대상, 효과에 대한 학문적 검증 면에서 제한점을 가지고 있다. 최근 개발된 빈곤여성가장가족 대상의 프로그램(육선화, 이경희, 이재림, 성미애, 2003)은 부모와 자녀 모두가 참여하는 프로그램으로 구성되어 있으나, 이혼가족을 대상으로 특화된 프로그램이 아니라는 제한점을 갖고 있다.

이에 따라 본 연구에서는 기존 프로그램들의 한계점을 보완하고 선행연구들의 제안을 참고로 하되, 이혼가족 부모와 아동의 레질리언스 강화에 필수적인 정서적 지지, 자아존중감 향상, 문제해결능력의 증진, 의사소통능력의 향상 등에 초점을 둔 집단치료 모형을 개발하고자 한다. 레질리언스 관점에 기초한 집단치료 모형 개발을 위한 구체적인 치료모델로 자아존중감을 높이고 의사소통 및 대처유형의 변화를 통해 자기 인생에 대한 선택의 폭을 넓히며 이에 책임을 지는 사티어의 성장모델(정문자, 2003)과, 인간의 강점과 자원을 발굴하고 활용하여 자신이 처한 사회환경에 잘 적응하며 직면한 어려움 해결에 도움을 주는 해결중심적 접근(Berg & Miller, 1992; Walter & Peller, 1992)을 사용하고자 한다. 해결중심적 접근은 현재와 미래지향적인 특성 때문에 가족복지 서비스 기관, 정신건강 센터, 공공사회복지 서비스 기관, 아동복지 기관, 교도소, 수용시설, 학교, 병원 등에서 개인이나 집단치료에 많이 사용되고 있고 임상적인 효과에 대해서도 보고 되고 있는데(Gingerich, 2000), 우리나라에서는 학교부적응 아동과 비행청소년을 대상으로 해결중심 집단치료 프로그램이 실시되어 그 효과성이 검증된 바 있다(박미숙, 1999; 송성자, 정문자, 2002; 정문자, 송성자, 2001; 정문자, 어주경, 2004).

따라서 본 연구는 가족 레질리언스의 관점 하에 사티어의 성장모델과 해결중심 모델에 기초하되 한국의 사회 문화적 특성과 부모 및 아동의 요구를 고려한 통합적 집단치료 모형을 개발함으로써, 이혼가족프로그램의 새로운 모형을 제시할 뿐 아니라, 이혼가족 부모와 아동의 사회·심리적 대처기능과

레질리언스를 향상시킴으로써 이혼 후 부모와 자녀가 겪는 심리적 갈등을 줄이고 자녀의 문제행동을 예방하며 이혼가족의 건강한 사회적응과 복지에 지속적으로 기여하는 것을 목적으로 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 이혼가족의 적응에 영향을 미치는 요인

이혼가족의 적응은 크게 이혼한 부부의 적응과 자녀의 적응으로 나누어 볼 수 있다.

#### 1) 이혼부부의 적응

먼저 이혼한 부부들은 일반적으로 자아존중감의 저하, 분노, 상실감, 무기력, 우울증 등의 심리·정서적 반응을 나타낸다. 이혼 직후에는 이혼으로 인한 사회·경제적 변화와 이에 따른 분노, 우울함, 두려움 등의 정서적 혼동, 전 배우자에 대한 애착, 이혼에 대한 후회, 불안정한 정서 상태 등을 경험하며, 시간이 다소 경과한 후에는 사회적 고립이나 사회적 지원 체계의 상실로 인한 외로움과 자녀들에 대한 죄의식을 경험한다(성정현, 2002; Marks, 1996).

그러나 레질리언스 관점에 따르면 이혼 후 이혼 당사자가 적응하는 과정에는 다양한 위험요인과 보호요인이 영향을 미치며, 이러한 변인에 따라 적응의 결과가 결정된다. 이 변인들을 인구학적 요인, 이혼에 대한 인식과 태도, 사회적 자원으로 나누어 살펴보면 첫째, 인구학적 요인 중 낮은 소득과 교육수준은 위험요인으로, 양육부모와 자녀의 성 일치는 보호요인으로 작용하며, 둘째, 이혼에 대해 수용하는 태도와 이혼 후 역할변화에 대한 만족감은 이혼 후 적응을 돕는 보호요인이 되며, 셋째, 가족, 친구, 이웃 등의 사회적 지지는 스트레스를 완충시키고 정서적 안정과 신체적 안정을 도우며, 새로운 이성관계 또한 삶의 긍정적 태도에 영향을 미쳐 이혼 적응을 돕는 보호요인이 된다(Dunlop, Burns, & Bermingham, 2001; Wang & Amato, 2000).

## 2) 이혼가족 자녀의 적응

이혼은 이혼 당사자뿐만 아니라 그들의 자녀들에게도 일상생활과 대인관계에 변화를 불러오는 하나의 위기적 생애과정으로 이혼가족의 아동들은 다양한 정서적, 사회적, 신체적 문제를 경험한다. 일반적으로 이혼가족의 자녀들은 부모의 이혼에 대한 죄책감, 두려움, 불안감을 나타내며, 분노, 공격성, 비행 등의 정서적·행동적 문제와 친밀한 인간관계를 피하는 등의 대인관계 문제를 보인다(Amato & Kieth, 1991; Kelly, 2000).

그러나 이혼가족 아동의 적응 역시 가족과 아동이 지닌 위험요인과 보호요인에 따라 영향을 받는데, 낮은 경제력, 회피적인 대처방식, 이혼부모의 갈등, 양육모의 정서적 긴장과 우울은 위험요인이 되며, 높은 사회경제적 지위, 문제중심적인 대처방식, 양육모의 온정적 정서, 친척이나 사회로부터 받는 지지 등은 보호요인이 된다(Leon, 2003; Emery & Forhand, 1994). 우리나라 아동을 대상으로 한 연구(이용준, 2004)에서 밝혀진 보호요인은 밝은 정서와 융통성 있는 기질, 문제중심적인 대처방식, 부모와 친구의 지지, 높은 사회경제적 지위, 상담 및 치료의 경험, 가족 외 성인지지자와의 만남 등이었고, 정서적 대처방식은 위험요인으로 작용했다.

이와 같이 이혼이 이혼가족 부부와 자녀의 적응에 직접적으로 부정적 영향을 미친다고 단정하기는 어려우며, 이혼가족의 적응은 각 가족이 지닌 위험요인과 보호요인의 다중적 작용 속에서 결정되며, 사회가 개입을 통해 보호요인을 강화함으로써 이들의 적응능력을 증진시킬 수 있음을 알 수 있다.

## 2. 국내외 이혼가족 집단프로그램

### 1) 이혼가족 아동 대상의 집단프로그램

#### (1) 국내 프로그램

국내에서 이혼가족 아동을 대상으로 한 집단프로그램은 최근에 개발되기 시작했으나, 현재까지 개발된 프로그램은 극소수에 불과하다. 국내에는 미국의 학교 중심 프로그램에 기초하여 오은순(2001)이 개

발하여 학교에서 실시한 초등학생을 위한 프로그램과 사회복지관에서 실시된 초등학생 대상의 주소희(2002)의 프로그램이 있다. 이들 프로그램은 모두 8회 프로그램으로 각각 주 1회와 주 2회씩 실시되었는데, 아동의 행동발달과 불안수준 감소에 긍정적인 효과를 보였으며, 자아존중감과 이혼에 대한 태도의 향상에 기여한 것으로 나타났다. 그러나 이혼을 아직도 부끄럽고 감추어야 할 일로 생각하는 한국적 상황에서 학교에서 교사가 실시하는 프로그램은 이혼가족 아동의 공개적 노출로 인한 부정적 영향이 우려되며, 아동의 연령별 발달 차이를 고려한 프로그램의 적용과 부모프로그램의 병행이 필요한 것으로 본다.

#### (2) 외국 프로그램

미국에서는 70년대 중반부터 이혼가족 아동의 적응을 위한 프로그램들이 지역사회, 사립기관, 학교 중심 프로그램으로 나뉘어 개발되기 시작했으며, 80년대 이후는 학교 중심 프로그램이 중점적으로 개발되고 연구되어지고 있다. 현재 미국에서 가장 널리 사용되고 있는 프로그램은 Stolberg팀의 '이혼적응프로젝트(Divorce Adjustment Project: DAP)'와 Pedro-Carroll 팀의 '이혼가족 아동 개입 프로그램(Children of Divorce Intervention Program: CODIP)'이다.

DAP는 부모가 별거 중이거나 이혼 직후에 있는 8-13세의 아동을 대상으로 12-14회에 걸쳐 학교에서 실시하는 프로그램이며, 이 프로그램에 참여한 아동들은 자아개념, 사회적응능력, 문제해결력 및 부모의 이혼에 대한 이해심이 향상된 것으로 보고되었다(Stolberg, Cullen, & Garrison, 1982).

DAP를 보완하여 7-9세 집단과 9-11세 집단으로 세분화된 학교 중심 프로그램으로 개발된 CODIP은 별거와 이혼가족 아동 모두를 대상으로 하며, 7-9세 아동은 45분씩 16회, 9-12세 아동은 60분씩 10-12회로 구성해 각 연령집단의 특성을 고려한다. 이 프로그램에 참여한 아동들은 불안감, 부정적 자아감, 죄책감 및 이혼에 대한 부정적 태도가 감소하고 대인관계 능력이 향상되었을 뿐 아니라 감정통제력, 문

제해결력, 학업능력의 긍정적 변화에 효과적인 것으로 나타났다(Pedro-Carroll, Alpert-Gillis, & Cowen, 1992). 또한 비이혼가족 아동에 비해 부정적이었던 이혼가족 아동들의 사회적 적응행동이 프로그램 참여 후에 오히려 비이혼가족 아동보다 긍정적으로 변화했다는 연구결과도 있다(Pedro-Carroll, Cowen, Hightower, & Guare, 1986).

독일에서는 80년대 초 이혼가족 아동을 위한 집단프로그램 연구가 개별적으로 이루어졌으며, 1980년대 후반부터 영어권 연구에 기초한 집단프로그램들이 상담기관이나 복지기관에서 실시되었다. Fthenakis팀은 DAP와 CODIP을 참조하여 독일의 문화적 특성에 적합한 집단개입프로그램인 TSK (Gruppeninterventionsprogramm für Kinder mit getrennt lebenden oder geschiedenen Eltern, Trennungs- und Scheidungskinder; TSK)를 개발하여 별거와 이혼가족 아동 7-9세, 9-11세용을 구분하여 매회 90분씩 12회에 걸쳐 사회복지기관에서 실시하도록 구성하였다(Fthenakis 외 그의 동료들, 1995).

## 2) 이혼가족 부모 대상의 집단프로그램

### (1) 국내 프로그램

국내에서는 편모가족 교육프로그램(김경신, 1997) 연구를 시작으로, 이혼부모를 위한 특화된 프로그램이 개발되기 시작했다(김득성, 2002; 문현숙, 김득성, 2002 & 2003; 성정현, 2002). 김득성(2002)의 프로그램은 하루 3시간을 실시한 단기프로그램으로, 참가자들의 이혼대처능력 향상에 긍정적으로 기여했으나 단기간의 교육이라는 제한점을 가지며, 이 프로그램의 참가자들은 자녀와의 의사소통 기법 훈련이나 자녀의 연령에 따른 반응과 대처전략에 대한 교육시간을 늘려 줄 것을 요구한 것으로 보고되었다. 이후 6회기의 프로그램이 문현숙과 김득성에 의해 개발(문현숙, 김득성, 2002)되고, 이를 수정·보완한 8회기 프로그램이 실시(문현숙, 김득성, 2003)되었으며, 자존감과 이혼대처능력 향상에 기여한 것으로 보고되었다. 그러나 이 프로그램은 8회기의 프로그램을 이들에 걸쳐 집중적으로 실시하여 참여자들

의 변화를 유도하기에는 한계가 있는 것으로 보고되며, 부모만 대상으로 한 프로그램이라는 제한점을 가진다. 성정현(2002)은 가정폭력으로 인해 이혼하거나 별거중인 14명의 여성을 대상으로 1주 2시간씩 총 6회의 집단프로그램을 개발해 복지관에서 실시하였으며, 참여자들은 이혼 후의 모호하고 불안했던 문제들에 대한 지식과 정보를 얻고, 집단구성원들의 지지를 경험함으로써 집단프로그램에 만족하는 것으로 나타났는데, 이혼하기까지 경험한 심리·사회적 상처를 변화시키기 위해서는 장기적이고 보다 구체적인 내용을 다루는 집단프로그램이 필요한 것으로 보인다.

### (2) 외국 프로그램

미국은 이혼부모 대상의 법원연계 교육프로그램인 General Responsibilities As Separating Parents (GRASP)를 1976년 Kansas주에서 사법부와 정신건강센터가 공동으로 개발하여, 1986년부터 미성년자 자녀를 가진 이혼신청자들이 법원의 최종판결 전 이 프로그램에 참석하도록 의무화하고 있다(Geasler & Blaisure, 1998). 이외에도 법원 명령에 의해 실시되고 있거나 여러 사회단체에서도 실시하고 있는 이혼부모프로그램들은 프로그램의 목표로 이혼에 대한 자녀의 반응과 아동발달과정의 이해, 부모역할 및 자녀와의 의사소통기법 훈련, 전 배우자와의 갈등관리 등에 두고 있으며, 참가자의 연령적 특성, 자발적 참여여부 등에 따라 구체적인 목표를 달리하고 있다(Braver, Salem, Pearson, & DeLusé, 1996). 프로그램의 구성, 내용, 기간은 다양한데, 예를 들어 Realities of Divorce(RD)와 같은 소규모 집단프로그램도 있으며, 주말 워크숍 형태의 Beginning Experience(BE), 이혼가족 아버지를 위한 Divorced/Separated Father's Parenting Workshop(DSFPW)과 같은 프로그램이 있다(문현숙, 김득성, 2002).

## III. 프로그램 모형 개발의 이론적 배경

본 프로그램의 이론적 배경이 되는 네 가지 접근

에 간단히 서술하기로 한다.

## 1. 가족 레질리언스 접근 목적

가족에 대한 레질리언스 접근은 사회구성주의나 포스트모더니즘적 입장과 마찬가지로 전통적인 '정상가족' 혹은 '건강가족' 모델에 대해 비판적 입장을 취한다. 우리가 이상화하는 '정상가족'의 모델은 사회적으로 구성된 것이며, 복잡형태의 가족만이 건강한 가족이라는 신념은 신화에 불과하다. 따라서 가족 레질리언스 접근은 현재 역경에 처한 가족을 '문제 있는 가족' 혹은 '비정상적이고 병리적인 가족'으로 보지 않고, '도전받고 있는 가족'으로 보는 패러다임의 전환을 요구한다(Walsh, 2002).

레질리언스에 대한 정의가 다양하나 일반적으로 "위기와 위협의 상황에서도 자신과 생활환경의 자원을 활용해 위기와 도전에 성공적으로 대처하며 성장해가는 역동적 과정"(Garmerzy, 1993; Rutter, 1985; Kaplan, 1999)이라고 할 수 있다.

40년 동안 역경 속에서 자란 아동들의 삶을 추적한 Werner(1993)는 이들 중 대다수가 덜 도전적이고 덜 위협적인 환경에서 자란 아동들보다 더 안정적인 결혼생활을 하고, 이혼이나 실직율도 낮은 것으로 보고하였다. 또한 정신분열증 환자의 자녀들은 정신질환에 취약하다는 기존의 인과모델과는 달리 정신분열증 부모를 둔 아동들 중에도 매우 능력 있고 성공적인 성인으로 자라며, 스트레스에 전혀 취약하지 않은 경우가 많다(Garmerzy, Masten, & Tellegen, 1984, Kaplan, 1999에서 재인용).

이와 같이 위협과 스트레스가 높은 상황에서 개인과 가족의 적응은 부정적 영향을 미치는 위협요인들과 도전에 성공적으로 대처하도록 돕는 보호요인의 상호작용으로 이루어지며, 이러한 과정에서 적절한 개입은 보호요인을 강화하여 레질리언스의 수준을 높이는데 기여한다. 레질리언스를 형성하는 보호요인은 첫째, 자기존중감과 자기효능감, 활동성, 새로운 상황에 대처하는 성찰성, 인지능력과 문제해결능력, 타인에 대한 긍정적 반응 등의 개인적 요소와, 둘째, 따뜻한, 지지적 부모-자녀관계, 가족의 응

집력, 부모의 역할을 대신할 수 있는 가족 성원의 존재 등 가족적 요소, 셋째, 친척, 친구, 이웃 등 사회적 지지를 이용할 수 있는 가족 외적 지지체제로 구성된다(Garmerzy, 1993; Selekman, 1997).

레질리언스를 강화하기 위하여 Walsh(2002)가 주장한 바와 같이 위기가 가족에서 부여하는 주관적 의미를 탐색하여 가족구성원들이 위기상황을 새로운 시각으로 보도록 돕는 것, 유사한 생활환경에 있는 다른 가족과의 공통성에 대한 이해를 높임으로써 현재의 위기상황을 탈병리화하며 정상화 시키는 것, 각 가족의 장점과 잠재력에 주목하고 지금까지의 노력과 성취에 대해 칭찬함으로써 이들의 숨겨진 자원과 잃어버린 유능감을 끌어내는 것, 마지막으로 현재의 역경과 고통에 초점을 맞추기보다는 미래에 대한 희망과 목표에 초점을 맞추므로써 이를 성취하기 위해 노력하도록 이끌며, 각자에게 적합한 대안적 미래를 그려보고, 현실적이며 낙관적인 목표를 계획하도록 돕는 것들이 본 프로그램의 기초가 된다.

## 2. 해결중심 치료모델

밀워키의 단기가족치료센터에서 개발된 해결중심 접근법은 "내담자가 이미 자신들의 문제에 대한 해결책을 가지고 있다"(Berg & Miller, 1992)는 신념에 기초한 치료모델로, 내담자의 강점과 장점 및 자원에 초점을 맞추어 내담자 스스로가 치료의 목표를 발견하고 성취할 수 있도록 돕는다. 이는 내담자가 병리적이고 문제로 가득 찬 비정상적인 존재이며 치료자는 정상성과 건강한 것에 대해 알려주는 '진리의 담지자'(Foucault, 1983)로 보는 기존의 이분법적 모델과 근본적인 차이가 있다는 점에서 레질리언스 관점과 유사한 특징을 갖고 있다.

해결중심접근법의 치료적 원리로 첫째, 내담자의 실패한 것과 잘못된 것에 초점을 두는 것이 아니라 내담자의 성공적인 경험과 자원, 능력과 강점을 치료의 출발점으로 삼으며, 이를 활용해 내담자 스스로가 자신에게 맞는 해결책과 목표를 찾도록 돕는 것, 둘째, 전통적 개입모델에서 처럼 내담자를 치료

할 방법을 알고 있는 권위적 인물로서의 치료사가 아니라 “알지 못함(Not-Knowing)”의 겸손한 자세에서 출발하여, 병리와 건강, 정상과 비정상의 이분법적 규범에서 벗어나 탈규범의 태도를 유지하며, 내담자의 준거들에 입각해서 내담자의 잠재력과 자원을 활용하여 현재의 도전적인 상황을 변화시켜가는 진정한 협력의 관계를 형성하는 것, 셋째, 모든 사람에게 변화란 불가피하며, 내담자는 진정으로 변화하기를 원한다고 전제하며, 작은 변화를 해결의 출발점으로 보는 것이다. 변화에 대한 이와 같은 신념은 내담자가 과거의 문제 상황보다 현재와 미래의 희망적인 모습에 초점을 맞추으로써 힘과 용기를 갖고 긍정적인 변화를 이끌도록 촉진한다.

따라서 이러한 해결중심 접근법의 원리를 활용한 집단프로그램은 내담자의 강점과 장점을 부각시키고 내담자가 가지고 있는 자원을 활용해 적극적인 변화를 모색함으로써 내담자의 자신감과 자아존중감을 향상시키며, 자신의 감정에 대한 조절 능력과 문제해결능력을 증진시켜 개인과 가족의 능력부여(empowerment)와 레질리언스를 강화하는데 유용한 것으로 보고된다(송성자, 정문자, 2002; 양소영, 전영주, 2002; 정문자, 송성자, 2001; 정문자, 어주경, 2004; Metcalf, 2002).

다만 해결중심 접근법은 대화중심의 치료(talk therapy)이기 때문에 언어적 수단으로 자신을 표현하는데 서투른 아동에게는 제한이 있을 수 있다. 따라서 놀이와 미술활동 등의 비언어적 수단을 이용한 치료방법을 적용해 치료의 효과를 높이는 일이 필요하다(Selekman, 1997).

### 3. 사티어의 성장모형

사티어의 성장모형은 모든 사람들은 심리적으로 성장하고 발전하고자 하는 욕구를 가지고 있으며 또 그렇게 할 수 있는 능력과 자원을 가지고 있다는 신념과 가정에 기초한다. 이 점에서 문제중심의 전통적인 치료모델과는 중요한 차이점을 보이며, 인간의 성장 잠재력에 대한 신뢰와 긍정적 변화에 대한 신념에 바탕을 둔다는 점에서 레질리언스 관점

과 공통점을 지닌다.

사티어 성장모형의 주요한 치료적 신념과 치료자의 역할을 살펴보면(정문자, 2003), 첫째, 개인은 독특하며 모든 인간은 성장하는데 필요한 내면의 자원과 에너지 - 예컨대 신념, 확신, 지식, 사랑, 관심, 나눔, 인정 등을 갖고 있으므로 이를 치료과정에서 내담자가 발견하도록 돕고, 자신을 긍정적으로 규정하며 자신의 가치를 인정하도록 도와 자아존중감이 향상되도록 한다.

둘째, 인간의 역기능적 행동은 어려움에 대처하고 생존하려는 하나의 시도이며 외적인 표현이므로, 스트레스 상황에서 반사적으로 반응하는 대신 상황을 새롭게 긍정적으로 정의하도록 도와주어 이들이 어려움에 대처하고 극복하는 능력을 강화시키며 스트레스에 대처하는 방법을 적절하게 선택할 수 있도록 돕는다.

셋째, 변화는 필연적이고 지속적이며, 인간은 새로운 자원을 발견하는 것을 즐기고, 변화에 직면할 때 흥분, 연결감, 그리고 사랑을 느낀다. 희망은 변화를 위한 중요한 구성요소이므로 이를 치료의 동기와 목표로 활용하도록 한다. 치료과정에서 과거의 꿈을 자각하도록 하거나 새로운 꿈과 희망을 형성하도록 도와 성장과 변화를 촉진할 수 있다.

넷째, 인간 각자가 맡은 역할은 다를지라도 인간의 가치는 동등하므로 치료사와 내담자와의 관계도 평등성을 추구해야 하며, 진정한 사랑을 바탕으로 상대방을 지배하지 않으려는 태도가 요구된다. 이는 치료과정이 치료자에 의해 주도되지 않으며 내담자와 치료자가 상호존중하고 협력하는 관계에 기초하여 구성된다는 것을 의미한다.

이러한 신념과 원리에 기초한 사티어의 궁극적인 치료목적은 내담자가 자아존중감을 높이고, 스스로 선택할 수 있는 능력을 가지며, 책임을 지는 사람이 되고, 내면과 외면 및 감정과 사고가 일치되는 존재가 되도록 돕는 것이다.

사티어모형에 기초한 집단상담은 자아존중감과 의사소통능력의 향상, 자신과 가족에 대한 이해와 수용의 증진, 자신과 가족의 변화와 성장에 대한 희망의 고취 및 자기긍정적 태도의 향상에 효과적인

것(심혜숙, 김수연, 2000; 이화자, 2002)으로 나타났다.

해결중심 치료모델과 사티어의 성장모델은 치료의 원리나 가치에 있어 많은 부분 공통점을 지닌다. 두 모델 모두 문제중심의 병리모델과는 달리 내담자의 강점과 자원에 초점을 두며, 내담자에 대한 신뢰를 바탕으로 치료자와 내담자의 협력적이고 동등한 관계를 강조하고, 변화에 대한 희망을 가지고 있다는 점에서 레질리언스 관점에 기초하고 있다. 해결중심 모델이 사고와 행동의 변화에 초점을 맞추면서 긍정적인 미래상을 그려볼 수 있도록 한 반면, 사티어의 모델은 인간 내면의 다양한 경험을 지금-여기에서 다루면서 구체화, 시각화, 외재화를 통해 긍정적인 변화를 가져오게 하므로 집단프로그램의 구성에 상호보완적으로 기여하고 있다.

#### 4. 치료적 놀이와 활동

집단상담에서 구성원간의 상호역동이 원활하고 효율적으로 이루어지는 것은 상담의 목표달성을 위해 중요한데 치료적 놀이와 활동은 상호역동과 목표달성에 효율적인 매체가 된다. 집단프로그램에서 활동은 집단원들이 초기에 겪는 불안감을 완화시키고 집단원들 간의 관계형성을 촉진시켜 안정감을 증가시키며, 흥미와 에너지를 자극함으로써 집단원의 참여와 집중도를 높이고 재미있게 하며 긴장을 완화시킨다. 또한 경험적 학습의 기회를 통해 주제에 대한 심층적이고 대안적인 접근이 가능하며 자신에 대한 통찰력을 얻는데도 유용한 수단이 된다 (Jacobs, Masson, & Harvill, 2002). 특히 아동은 상상을 표출하여 의사소통을 하므로 눈높이에서 의사소통을 할 수 있는 놀이와 같은 방법이 관계형성에 효과적이며, 특히 말을 하지 않거나 불안이 심한 아동에게 유용하다(Thomson & Rudolph, 2001). 아동대상의 프로그램에서 놀이는 상담자와의 관계형성, 자존감의 강화, 감정의 이해와 표현 능력의 향상, 의사소통과 문제해결능력의 증진 등에 매우 긍정적 효과를 가진다. 놀이의 치료적 힘은 아동과 상담자의 긍정적인 치료적 관계를 강화하고, 즐거운 경험을 통해 불안과 두려움을 감소시키며, 직면하기 어

려운 감정을 적절한 방법으로 표현할 수 있도록 돕는데 있다. 또한 놀이는 탐색과 성취의 욕구를 만족시켜 유능감과 자아존중감을 높여주며, 자신의 생각을 불안과 두려움 없이 표현할 수 있게 하고, 공감능력을 발달시켜 의사소통을 향상시키며, 놀이과정에서 문제해결 기술들을 발달시키도록 돕는다 (Thomson & Rudolph, 2001).

그러나 집단프로그램에서 놀이와 활동을 적용할 때는 집단상담의 목표와 잘 연결될 수 있도록 상담자가 충분히 고려해야 하며, 놀이와 활동에 참가하는 집단원들이 놀이의 내용과 목표를 제대로 이해할 수 있도록 설명해야 한다. 그렇지 않을 경우 놀이와 활동이 오히려 집단상담의 목표 달성에 방해가 될 수 있기 때문이다(김춘경, 정여주, 2001).

치료적 놀이와 활동을 이혼가족 아동대상의 집단상담에 적절히 활용한 프로그램으로는 독일의 Fthenakis팀이 개발한 통합적 집단프로그램인 TSK((Fthenakis의 그의 동료들, 1995)를 들 수 있다. 이 프로그램은 특정 이론에 매여 있기 보다는 인지이론, 의사소통 모델, 스트레스 이론 등을 실용적인 관점에서 통합한 것이 특징이다. TSK는 특히 "활동중심" 프로그램을 강조하고 있는데, 기존 프로그램들에서 실시되었던 다양한 활동들을 통합하고, 독일의 전래 놀이나 노래를 응용하여 프로그램을 구성하고 있다. 놀이와 활동의 예로는 손인형 놀이, 감정카드를 이용한 판토마임, 역할극, 가족화 구성하기, 동화 듣고 토론하기, 이완훈련, 신문만들기, 토크쇼 등이며, 매회기 마다 노래 부르기과 신체활동 시간 등이 있다.

#### IV. 프로그램 모형의 개발

본 연구에서는 이혼가족의 레질리언스를 강화하기 위하여 해결중심접근과 사티어의 성장모델을 이론적 기초로 삼고, 독일의 통합적 프로그램인 TSK에서 사용한 활동들과 국내의 집단상담에서 사용하는 활동들을 이혼가족과 아동의 상황 및 정서에 맞게 수정, 보완하여 통합적 프로그램 모형을 개발하였다.



1. 프로그램의 목적

본 프로그램의 목적은 다음과 같다.

첫째, 이혼가족이 자신과 가족의 장점과 긍정적 자원을 찾아가는 과정을 통해 자존감과 자신감이 향상되도록 돕는다.

둘째, 올바른 의사소통기술을 학습함으로써 부모와 자녀간의 대화를 촉진하며, 이를 통해 가족의 레질리언스를 강화한다.

셋째, 자신과 타인의 감정에 대해 이해하고 이를 개방적으로 표현하는 방법을 익힘으로써 이혼 후 경험하는 부정적 감정에 대처할 수 있는 능력을 키운다.

넷째, 합리적인 문제해결전략을 습득함으로써 이혼으로 인해 변화된 가족의 환경에 건설적이고 창의적으로 대처할 수 있도록 한다.

다섯째, 유사한 가족 경험을 가진 집단구성원 및 상담자와 친밀한 상호작용에 기초한 지지적 관계를 가짐으로써 사회적 지지망을 형성하도록 돕는다.

이러한 목적 하에 개발된 본 프로그램의 개입 모형을 제시하면 <그림 1>과 같다.

모프프로그램으로 구분되고, 아동과 부모프로그램이 동시에 진행될 수 있도록 내용이 연관성 있게 구성되며, 각 프로그램은 크게 3단계로 나누어진다.

첫 번째는 집단형성단계(1회)로 집단구성원과 상담자, 그리고 집단구성원간의 관계형성 및 집단응집력을 형성하는데 목표를 두고, 친밀감 형성을 위한 게임 및 자기소개 활동을 중심으로 구성하며 집단의 규칙을 정한다.

두 번째는 목표달성단계(2-5회)로 가족의 레질리언스 강화를 위한 구체적인 목표를 집중적으로 다루며, 자신과 가족에 대한 긍정적 인식과 자존감 형성을 위한 활동, 개방적 정서표현 및 의사소통능력 향상을 위한 활동, 문제해결능력 증진을 위한 활동이 주제별로 이루어진다.

세 번째는 종결단계(6회)로 집단상담을 통해 발견한 각자의 장점과 강점을 재확인하고, 자신과 동료의 변화를 인정하고 격려하며, 변화가 유지될 수 있도록 지지하는 활동으로 구성된다. 또한 종결의식을 통해 그동안 성취한 것에 대해 칭찬하고 격려하며, 상호간의 지지를 강화하도록 한다.

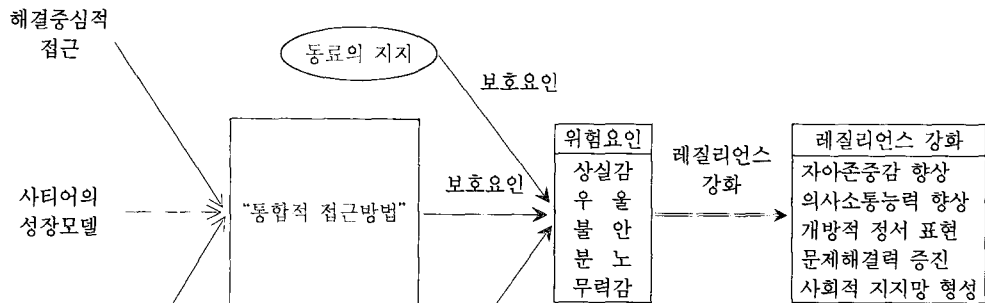
2. 프로그램의 구성

1) 단계별 구성

이 프로그램은 아동프로그램(초등생 대상)과 부

2) 회기의 구성

집단구성원이 프로그램의 흐름에 잘 적응할 수 있도록 각 회기는 유사한 형태로 진행된다. 각 회기 초반에는 지난 회기 이후 집단구성원에게 일어난



<그림 1> 집단치료 프로그램의 개입모형

변화를 찾아내고 인정하는 시간과 과제를 점검하는 시간을 20분 정도 가지며, 이후 1시간 20분은 각 회기에서 설정한 구체적 목표를 성취하기 위한 활동을 하고, 마지막 20분은 참여자들이 간식을 먹으며 휴식을 취하는 동안 치료자와 보조치료자들은 메시지와 과제를 작성한 후 이를 전달하는 시간으로 이루어져 있다.

### 3. 프로그램 구성의 원리

프로그램의 목표별로 이루어진 활동의 내용은 <표 1>과 같다.

### 4. 프로그램의 목표와 내용

본 프로그램의 회기별 구체적인 목표와 내용을 정리하면 <표 2>, <표 3>과 같다.

#### 3) 프로그램에 적용된 원리와 기법

이혼가족의 레질리언스를 강화하기 위해 적용된 해결중심 및 사티어 치료모델의 원리와 기법은 다음과 같다.

본 집단프로그램에 적용한 사티어 성장모델의 구체적인 기술을 요약하면,

첫째, 사티어는 사람들로 하여금 의사소통을 원활히 하고 자아존중감을 높이기 위해 “생각과 느낌 표현하기” 방법을 개발했다(정문자, 2003). 본 부모 프로그램에서는 2회기부터 6회기까지 매회기 도입 부분에 생각과 느낌을 나누는 시간을 가지며, 이를 통해 참여자들은 한 주간의 생활 속에서 경험한 만족이나 불만족을 일치적으로 표현할 수 있는 의사소통기술을 자연스럽게 습득하고, 함께 생각을 나누는 과정에서 다른 참여자들의 지지와 격려를 통해 자존감 향상의 기회를 제공하였다. 아동프로그램 역시 매회기 초반 “변화에 대한 질문” 시간에 생각과 느낌을 표현하는 시간을 가지면서 같은 목적을 달성하도록 하였다.

둘째, 일치적 의사소통은 사티어의 성장모델에서 핵심적인 주제인데, 일치적 의사소통을 위해서는 내

면의 감정과 의사소통의 내용이 일치해야 하며, 상대방과 자신을 존중하며 상황에 적절하게 의사를 표현할 수 있어야 한다. 본 프로그램에서는 아동프로그램 2회기와 부모프로그램 3회기에서 ‘감정과 느낌’에 대한 주제를 집중적으로 다루어 다양한 내면의 감정을 이해하고 이를 적절하게 표현할 수 있는 능력을 키우며, 4회기에는 긍정적 의사소통과 부정적 의사소통의 효과를 직접 체험함으로써 바람직한 의사소통의 기술을 익히도록 하였다.

셋째, 명상기법은 감정과 직관력을 담당하는 우뇌를 사용하도록 함으로써, 새로운 에너지를 충전시키고 변화와 성장의 동력을 제공한다. 본 아동프로그램에서는 2회기의 <빗방울의 춤>활동에서 아동들이 명상의 경험 속에서 긴장과 이완의 순간을 체험하고 상상의 세계 속에서 우뇌를 활성화하고 새로운 에너지를 채우는 기회를 가질 수 있도록 하였다.

넷째, 사티어의 모델을 계승·발전시킨 로우션은 내담자의 변화와 성장을 이끌 수 있는 기술로 치료의 초반에는 인정하기, 중반에는 역기능적 유형에 도전하기와 새로운 대안을 가르치기, 말기에는 긍정적 변화를 부각시키는 기술을 강조했으며(정문자, 2003), 이러한 기술들이 본 프로그램에도 적용되었다. 인정하기 기술을 적용한 1회기의 <별칭짓기>와 <클로버>는 ‘개별화 효과’, ‘재구성의 효과’, ‘긍정적 자원 확인의 효과’를 통해 자신감과 자기가치감을 증진하는데 기여하였으며, 역기능적인 유형에 도전하기 기술을 적용한 3회기의 <거북이 이야기>는 이혼가족에 대한 기존의 부정적인 지각과 해석 및 신념에 도전하도록 도왔다. 4회기에는 가족과의 일치적 의사소통의 방법을, 6회기의 <해결의 마법의자>는 자신의 문제에 대해 새로운 대안을 찾아가는 합리적인 과정을 촉진하였으며, 6회기에는 <칭찬모자 쓰기>에서 변화를 확인하고 강조함으로써 지속적으로 변화가 유지될 수 있도록 도왔다.

해결중심접근법 또한 기본적으로 변화의 필연성을 강조하며 내담자의 감정, 자원, 건강한 특성을 발견하여 치료에 활용하는 특징을 갖고 있는데, 본 프로그램에 적용된 구체적인 치료기법은 다음과 같다.

첫째, 해결중심치료에서는 구체적인 명확한 목

<표 1> 아동 및 부모 프로그램의 상담 목표 및 내용

상담목표	아동 프로그램	부모 프로그램
자존감향상	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신을 긍정적으로 나타낼 수 있는 내용으로 별칭 짓기</li> <li>· 일상생활에서 나타난 긍정적인 변화에 대한 확인</li> <li>· 클로버 활동지에 자신의 장점, 좋아하는 것, 변화하고 싶은 것(목표)에 대해 쓰고 발표하기</li> <li>· 신기한 문방구에서 버리고 싶은 마음을 팔고 갖고 싶은 마음을 사서 간직하기</li> <li>· 자신이 희망하는 것(소중히 여기는 가치나 목표)을 유리병에 담아 미래에 대한 긍정적 희망 간직하기</li> <li>· 칭찬모자를 쓰고 상담자와 동료들의 칭찬과 인정의 말을 듣기</li> <li>· 메시지 전달을 통해 각 아동의 장점과 장점을 확인하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신을 긍정적으로 나타낼 수 있는 내용으로 별칭짓기</li> <li>· 클로버 활동지에 자신의 장점, 좋아하는 것, 변화하고 싶은 것(목표)에 대해 쓰고 발표하기</li> <li>· 자존감 바꾸니 활동으로 자신의 장점과 동료의 장점 발견하기</li> <li>· 다른 사람 칭찬하기를 통해 동료로부터 인정과 격려 받기</li> <li>· 자신이 희망하는 것(소중히 여기는 가치나 목표)을 유리병에 담아 미래에 대한 긍정적 희망 간직하기</li> <li>· 동료에게 들려주고 싶은 희망과 격려의 &lt;한마디 말&gt;을 하면서 선물 나누기</li> </ul>
의사소통능력의 향상	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 맹인과 달팽이가 되어 타인의 관점을 이해하기</li> <li>· 듣기 보기 말하기 활동을 통해 각자의 차이를 이해하고 의사소통에서 생기는 오해에 대해 인식하기</li> <li>· 연상되는 그림을 동료들과 이어 그리면서 타인의 의도를 추론하기</li> <li>· 청개구리식 대화를 하면서 부정적 의사소통의 느낌과 결과를 확인하고 긍정적 의사소통 방법을 익히기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 생각과 느낌나누기</li> <li>· 듣기 보기 말하기 활동을 통해 각자의 차이를 이해하고 의사소통에서 생기는 오해에 대해 인식하기</li> <li>· 거울보기 활동을 하며, 의사소통과정에서 상대방의 진의를 확인하여 정확한 상황을 파악할 수 있는 방법 익히기</li> </ul>
자신과 타인의 감정에 대한 이해와 표현	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 느낌에 대해 브레인스토밍을 하면서 본인과 타인의 느낌을 아는 방법 생각하기</li> <li>· 판토마임을 통해 다양한 감정을 이해하고 표현하기</li> <li>· 감정카드로 나의 현재 기분을 확인하고 원하는 기분으로 바꾸기</li> <li>· 빗방울의 춤 이야기에 따라 긴장과 이완의 느낌을 경험하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 감정카드로 나의 현재 기분을 확인하고 원하는 기분으로 바꾸기</li> <li>· 평상시 자주 사용하는 화를 다루는 지연작전에 대해 서로 이야기 나누고 화를 조절하는 바람직한 기술 익히기</li> </ul>
문제해결능력의 증진	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소망카드에 자신의 소망을 적고 가능한 것과 불가능한 것을 구별해보고 친구들과 함께 생각나누기</li> <li>· 이를 수 없는 소망과 고별식을 함으로써 불가능한 소망에 대해 헛된 기대를 갖지 않기</li> <li>· 마법의자에 앉아 문제를 해결하는 효과적인 방법을 동료들과 함께 발견하기</li> <li>· 변화를 유지할 수 있는 방법 나누기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 소망카드에 자신의 소망을 적고 가능한 것과 불가능한 것을 구별해보고 구성원들과 함께 생각나누기</li> <li>· 이를 수 없는 소망과 고별식을 함으로써 불가능한 소망에 대해 헛된 기대를 갖지 않기</li> <li>· 마법의자에 앉아 문제를 해결하는 효과적인 방법을 구성원들과 함께 발견하기</li> <li>· 변화를 유지할 수 있는 방법 나누기</li> </ul>
자신과 가족에 대한 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 동물그림을 이용하여 자신의 가족을 표현하기</li> <li>· 거북이 이야기를 듣고 부모의 이혼에 대한 생각을 나누기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 추억의 사진을 보며 자신과 원가족의 특성을 이해하기</li> <li>· 그림을 이용하여 현재 나의 위치를 진단하고 미래의 목표를 설정하며, 목표에 도달할 수 있는 구체적인 방법을 발견하기</li> <li>· 본인의 자기패배적 믿음척도를 측정함으로써 비합리적이고 부정적인 신념을 합리적이고 긍정적인 신념으로 바꾸기</li> </ul>

〈표 2〉 아동프로그램의 회기별 목표와 내용

단 계	회	목 표	활 동 명	목표 및 내용	과 제
집단 형성 단계	1	· 프로그램 소개 · 자기소개 · 집단성원 간의 관계형성	[과일바구니] [별칭짓기] [클로버] [척도그래프]	· 신체활동을 통해 집단구성원간의 친밀감과 응집력을 형성하기 · 자신을 긍정적으로 나타낼 수 있는 이름으 로 별칭을 지어 긍정적인 자아개념을 갖기 · 자신의 장점, 강점, 좋아하는 것, 문제 해결 방법, 변화하고 싶은 것(목표)에 대해 이야 기하기 · 본인의 현재 상태와 앞으로 원하는 목표점 수를 실린더그래프에 색칠하기(1-10점) · 집단규칙 정하기 · 메시지 전달	· 6주 후 변화 되고 싶은 나 의 모습 생각 해오기
	2	· 자신의 감정과 느낌을 알고 표현하기	[감정에 대한 브레인스 토밍 - 손인형 이용] [감정의 판토마임] [빗방울의 춤] [신기한 문방구]	· 변화에 대한 질문 · 어떤 느낌이 있는지, 왜 그런 느낌이 드는지, 타인의 다양한 감정과 느낌을 아는 방법은 무엇인지 손인형을 이용하여 이야기하기 · 판토마임을 통해 자신의 기분과 느낌을 표현하기와 타인의 느낌을 알아맞히기 · 음악과 이야기에 맞춰 활동을 하면서 긴장과 이완의 차이를 경험하고 느낌의 변화를 따라 가면서 이완훈련하기 · 버리고 싶은 마음을 팔고, 갖고 싶은 마음을 사는 과정에서 긍정적인 자기 모습을 만들 어가기 · 메시지 전달	· 오늘 산 마음 을 잘 간직하 면서 지내보기
목표의 설정 및 달성단계	3	· 가족에 대해 이해하기	[감정카드] [동물 가족화] [거북이 이야기]	· 변화에 대한 질문(진보점수를 척도화 하기) · 감정카드를 이용하여 나의 현재 기분을 확인하고 부정적 감정을 긍정적 감정으로 변화시키기 · 동물그림을 통해 가족에 대한 느낌과 생각을 표현해 봄으로 자신의 가족에 대해 이해하기 · 거북이 이야기를 듣고 자신과 동료의 생각을 함께 나누면서 가족구조의 다양성을 이해하기 · 메시지 전달	· 주위사람이 지 각하는 나의 변화 알아오기
	4	· 가족 및 친구 와 의사소통 향상	[맹인과 달팽이] [듣기·보기·말하기나라] [연상화 이어그리기] [희망의 나라]	· 변화에 대한 질문 · 타인의 관점에서 지시를 하고, 지시를 따라 행동해 봄으로 타인의 관점을 이해하기 · 의사소통과정에서 개인의 차이를 인식해 언어적, 비언어적 의사소통을 이해하기 · 동료가 그린 그림에 더하여 그리는 과정에서 타인의 의도를 추론하고 자신이 원하는 그림을 조화롭게 완성하기 · 자신의 희망(소중히 여기는 가치나 목표)을 유리병에 담아 미래에 대한 긍정적 희망 간직하기 · 메시지 전달	· 내가 대화를 잘 했을 때 어 떤 일이 생기 는지 관찰하기

<표 2> 계속

단 계	회	목 표	활 동 명	목표 및 내용	과 제
목표의 설정 및 달성단계	5	· 가족상을 현실 화하기 · 현실적인 소 망 갖기	[청개구리 대화] [소망카드] [이를 수 없는 소망과의 고별식]	· 변화에 대한 질문 · 다양한 방법으로 동료와 의사소통을 해본 후 바람직한 의사소통방법 익히기 · 가족에 대한 소망을 소망카드에 적은 후 소망의 실현가능성을 알아보고, 친구들과 함께 생각 나누기 · 이를 수 없는 소원은 풍선에 써서 터뜨리고 현실적인 소망 생각해 보기 · 메시지 전달	· 목표를 이루기 위해 필요한것 생각해 오기
변화의 확인 및 종결 단계	6	· 문제해결능력 의 증진 · 자신과 타인 의 변화에 대 한 인정과 평가	[해결의 마법 의자] [칭찬모자 쓰기] [척도그래프]	· 변화에 대한 질문 · 역할놀이를 통해 친구들과 함께 효과적이고 합리적인 문제해결과정과 방법을 발견하기 · 칭찬모자를 쓴 동료에게 상담자와 구성원들이 변화한 점에 대해 이야기하고 칭찬과 격려하기 · 목표성취에 대한 점수 척도화해서 실린더 그래프에 색칠하기 (1-10점) · 변화를 유지할 수 있는 방법 나누기 · 종결식과 파티	· 잘해온 것과 변 화한 것을 생각 하고 계속 유지 하도록 부탁 · 어려움이 생기 면 연락하도록 지도

표설정을 중요하게 생각하므로, 본 프로그램에서는 첫 회기에 <클로버>활동을 통해 6회의 프로그램이 끝난 후 변화하고 싶은 것을 목표로 삼도록 하여, 현실적이고 성취가능한 것을 목표로 설정하도록 하였다.

둘째, 해결중심치료의 주요 질문기법 중 본 프로그램에서는 척도질문을 주로 사용하였다. 1회기에는 현재의 상태와 목표점수를 척도화하고, 3회기에는 3주간의 변화에 대한 진전상태를 평가하도록 척도질문을, 6회기에는 목표의 성취정도에 대해 질문하였다. 아동집단의 경우 척도질문을 쉽게 이해하고 활동의 즐거움을 느낄 수 있도록 1-10점까지 점수가 표시된 실린더그림에 색을 칠하도록 하였다.

셋째, 2회기부터는 매 회기 도입부분에서 지난 회기 이후 일상생활에서 있었던 긍정적인 변화에 관해 질문함으로써 내담자가 자신의 변화를 인식하여 자존감과 자신감을 증진시키도록 하며, 긍정적으로 변화한 것에 대해 인정하고 격려함으로써 변화가 지속될 수 있도록 강화하였다.

넷째, 매 회기 후반에는 개인메시지와 전체메시지를 전달하는 시간을 두어 그 날의 활동에서 보여

준 참여자들의 구체적인 행동을 근거로 칭찬과 격려를 하며, 과제를 주어 지속적인 변화의 동기를 부여하였다.

## V. 프로그램의 실시

### 1. 참여지에 대한 정보

본 프로그램에는 아동 18명과 어머니 6명이 참여하였으며, 참여자의 인구통계학적 배경은 <표 4>와 <표 5>에 제시되어 있다.

아동참여자의 집단구성을 살펴보면, 여아가 12명, 남아가 6명이었으며, 학년별로는 저학년(2-3학년)이 7명, 고학년(4-6학년)이 11명이었고, 모자가정의 아동이 부자가정의 아동보다 많았다.

참여어머니의 경우, 연령은 30-50대 초반까지 분포되어 있었고, 대부분(83.3%)의 참여자가 고졸 학력이었으며, 50만원 미만의 최저생계비 이하의 소득을 갖고 있는 경우가 절반이었다. 그리고 이혼 후 기간이 5년 미만과 5년 이상이 반반씩이었다.

<표 3> 부모프로그램의 회기별 목표와 내용

단 계	회	목 표	활 동 명	목표 및 내용	과 제
집단형성 단계	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 프로그램 소개</li> <li>· 자기 소개</li> <li>· 집단치료자와 구성원간의 관계형성</li> </ul>	[별칭 짓기] [클로버] [당신의 이웃을 사랑하십니까?]	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 집단 프로그램 소개</li> <li>· 긍정적인 것, 변화되고 싶은 내용으로 별칭을 지어 긍정적인 자아상 만들기</li> <li>· 강점과 장점 및 목표, 스트레스 해결법 발견하기</li> <li>· 게임을 통해 집단구성원들의 집단응집력과 친밀감 형성하기</li> <li>· 집단규칙 정하기</li> <li>· 메시지 전달</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 6주 후 나의 모습 생각해 오기</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 목표설정</li> <li>· 나에 대한 이해 증진</li> <li>· 나와 자녀에 대한 이해</li> </ul>	[생각과 느낌 나누기] [추억의 사진] [나의 위치]	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 이야기하기</li> <li>· 6주 후 모습 이야기하면서 목표를 확인</li> <li>· 나의 성장과정을 가족의 맥락에서 보며 나와 원가족에 대해 이해하기</li> <li>· 현재 나의 모습과 위치를 평가하고, 미래의 긍정적인 나의 모습을 위해 해야 할 일을 계획하기</li> <li>· 메시지 전달</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 미래의 내 모습이 되는 데 필요한 것 생각해 오기</li> </ul>
목표의 설정 및 달성 단계	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 감정의 적절한 표현</li> <li>· 자기 패배적 믿음/왜곡된 생각 알기</li> </ul>	[생각과 느낌 나누기] [감정카드] [자기 패배적 믿음 활동] [화를 다루는 지연작전]	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 이야기하기</li> <li>· 본인과 동료의 좋아진 것, 변화한 것, 강점과 장점 발견하기</li> <li>· 감정카드를 이용하여 자신의 현재 기분을 이해하고 표현하며, 부정적 감정은 긍정적 감정으로 변화시키기</li> <li>· 현재의 왜곡된 신념과 사고를 긍정적인 신념과 합리적 사고로 변화시키기</li> <li>· [화를 다루는 지연작전]</li> <li>· 진보점수를 척도화하기</li> <li>· 메시지 전달</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 가족, 친구, 동료들에게 긍정적으로 감정표현, 행동해 보고 반응 알아오기</li> </ul>
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자녀와의 의사 소통 향상</li> <li>· 자존감 높이기</li> </ul>	[생각과 느낌 나누기] [듣기 보기 말하기 나라] [거울보기] [자존감 바꾸니] [다른 사람 칭찬하기]	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 이야기하기</li> <li>· 본인과 동료의 좋아진 것, 변화한 것, 강점과 장점 발견하기</li> <li>· 언어적· 비언어적 의사소통을 이해하며 의사소통과정에서 개인의 차이에 대해 이해하기</li> <li>· 타인의 진정한 의도를 이해하고 이에 맞춰 의사소통하는 방법을 배워 가족 및 동료와의 원활한 의사소통기술을 습득하기</li> <li>· 동료의 장점을 탐색하면서 나의 장점을 새롭게 발견하는 경험하기</li> <li>· 동료의 장점과 강점을 칭찬하면서 긍정적인 인식을 키우고 함께 성장할 수 있는 기회 갖기</li> <li>· 메시지 전달</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· "나를 기본 좋게 만드는 것들" 만들어 오기</li> </ul>

<표 3> 계속

단 계	회	목 표	활 동 명	목표 및 내용	과 제
목표의 설정 및 달성 단계	5	· 원하는 목표 달성하기 · 활용 가능한 자원 찾기	[생각과 느낌 나누기]  [소망카드]  [희망의 나라]	· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 이야기하기 · 본인과 동료의 좋아진 것, 변화한 것, 장점과 장점 발견하기 · 성취 가능한 소망과 버려할 소망을 구분하여 적고 동료들과 생각 나누기 · 자신이 소중하고 가치있게 생각하는 것(목표)을 유리병에 담아 미래에 대한 긍정적인 희망 간직하기 · 메시지 전달	· 자신과 주위의 자원 발굴, 확인, 활용해보기 · 선물준비
변화의 확인 및 종결	6	· 변화의 인정과 평가 · 종결	[생각과 느낌 나누기]  [해결의 마법의자]  [한마디 말을 그대에게]	· 일상생활에서 느낀 감사와 흥분, 근심과 의문, 불평과 해결방안, 새로운 정보, 희망과 소망에 대해 이야기하기 · 자신의 변화에 대한 자신, 동료, 가족, 치료자의 인정과 평가 · 동료들과 함께 효과적인 문제해결과정을 찾아가는 과정에서 합리적인 문제해결능력 키우기 · 동료들의 장점과 장점에 대해 인정과 칭찬의 말을 나누며 선물 교환하기 · 목표성취에 대한 척도 질문(1-10점) · 수료식	· 잘해온 것을 생각하고 계속 유지하도록 부탁하기 · 어려움 시 복지사에게 알리거나 선생님 이메일로 연락

<표 4> 참여아동의 인구통계학적 배경 (N=18)

변 인	구 분	인원수(%)
성	남자	6(33.3)
	여자	12(66.7)
학 년	2	2(11.1)
	3	5(27.8)
	4	4(22.2)
	5	4(22.2)
	6	3(16.7)
연 령	10세미만	4(22.2)
	10-11세	7(38.9)
	11-12세	1( 5.6)
	12-13세	5(27.8)
	13-14세	1( 5.6)
가족형태	모자가정	11(61.1)
	부자가정	7(38.9)

2. 프로그램의 실시

본 프로그램은 2004년 3월에서 5월 사이 서울 소재 S복지관과 Y복지관에서 주 1회 2시간씩 총 6회에 걸쳐 실시되었다. S복지관은 2004년 3월 20일부터 4월 24일까지, Y복지관은 2004년 4월 3일부터 5월 8일까지 집단치료가 이루어졌다.

이 프로그램에는 총 18명의 아동과 6명의 부모가 참여하였으며, S복지관은 10명의 아동과 4명의 부모가, Y복지관은 8명의 아동과 2명의 부모가 참여하였다. 참여아동 18명 중 5명의 어머니는 부모집단 프로그램에 참여하였고, 나머지 13명 아동의 부모는 본 프로그램에 참여하지 못했으며, 1명의 부모는 자녀 없이 혼자 참여했다.

각 복지관에서 아동은 학년에 따라 저학년과 고학년의 두 개 소집단으로 나누고, 부모는 한 개의 소집단으로 구성하여 총 6개의 소집단을 위한 프로

〈표 5〉 참여어머니의 인구통계학적 배경 (N=6)

변 인	구 분	인원수(%)
연 령	30-34세	1(16.7)
	35-39세	1(16.7)
	40-44세	2(33.3)
	45-49세	1(16.7)
	50-54세	1(16.7)
학 령	중 졸	1(16.7)
	고 졸	5(83.3)
직 업	노무·생산·기술직	2(33.3)
	판매 및 서비스	1(16.7)
	사무직	1(16.7)
	기타	2(33.3)
근무상태	종일근무	4(80.0)
	시간제근무	1(10.0)
	무응답	1(10.0)
월 수입	50만원 미만	3(50.0)
	50-100만원	2(33.3)
	100-150만원	1(16.7)
이혼기간	2년 미만	1(16.7)
	2-5년	2(33.3)
	5년 이상	3(50.0)
종 교	기독교	4(66.7)
	무교	2(33.3)

그램이 실시되었다. 각 소집단에는 가족상담 및 치료에 대한 훈련을 받은 치료자 1명과 보조치료자 1명이 배치되었다.

프로그램 시작 전에 당 회기의 프로그램을 점검하고 준비하는 시간을 1시간 정도 가졌으며, 프로그램이 끝난 후에는 평가회의를 통해 진행과정에서 나타난 집단의 역동, 참가자 및 치료자들의 피드백을 토대로 다음 회기의 프로그램 내용을 확정하였다. 각 회기의 프로그램은 2시간 동안 진행되었으며, 초반 20분은 지난 한 주간의 변화에 대한 파악과 구성원들의 변화에 대한 칭찬과 격려를 한 후 1시간 20분 동안 각 회기의 구체적인 목표달성에 중점을 둔 활동이 이루어졌고, 마지막 20분 동안 간식을 나누며 휴식과 친교의 시간을 갖고 치료자가 메시지와 과제를 전달하며 프로그램을 마무리하였다.

### 3. 프로그램의 평가

#### 1) 프로그램 참여자의 평가

##### (1) 목표의 성취

첫 번째 회기에 참여아동에게 자신의 현재 점수와 목표점수를 최저 1점에서 최고 10점의 범위에서 평가하도록 척도질문을 한 결과 현재 점수는 평균 5.7이었으며 희망하는 목표점수는 8.8이었다. 그리고 마지막 회기에 참여자들로 하여금 프로그램 참여를 통해 자신이 목표한 것에 도달한 점수를 10점 척도를 사용하여 평가하도록 한 결과, 총 18명의 아동들의 평균점수는 8.97이었다. 18명의 아동 중 10명이 10점 만점을 주어 56%의 아동이 자신의 목표를 완전히 달성하였다고 했으며, 8점에서 9.9점까지의 점수를 준 아동도 6명이어서 참여아동의 89%가 자신이 설정한 목표를 성공적으로 달성한 것으로 나타났다.

부모들의 경우 회기 시작할 때의 상태를 1점이라고 하였을 때 마지막 회기의 점수는 평균 6.8이었다.

또한 자존감, 의사소통, 삶의 질, 이혼대처능력으로 세분화하여 최저 1점에서 최고 10점까지 자신에 대해 주관적 평가를 하도록 한 결과, 아동과 부모 모두 프로그램 시작 전보다 프로그램이 끝난 후 점수가 높아진 것으로 나타났으며, 구체적인 점수는 〈표 6〉과 같다.

##### (2) 프로그램의 실시방법

본 프로그램의 실시방식(장소와 횟수)에 대해 참여자 대부분이 긍정적 반응을 나타냈다. 복지관을 실시장소로 정한 것에 대해 18명의 모든 아동이 좋

〈표 6〉 변화에 대한 아동 및 부모 참가자의 척도점수

	아동 (n=18)		부모 (n=6)	
	사전 평균점수	사후 평균점수	사전 평균점수	사후 평균점수
자 존 감	6.1	8.5	6.0	7.5
의 사 소 통	6.2	8.4	5.9	7.9
삶의 질	6.6	8.7	6.6	8.5
이혼대처능력	5.7	7.2	6.8	8.6



다고 했으며, 6회의 실시횟수에 대해 13명은 “적당하다”, 5명은 “좀 더 횟수가 많았으면 좋겠다”고 하였다. 부모참여자 또한 설문에 참여하지 못한 1명을 제외한 5명의 참여자가 프로그램 실시장소로 복지관을 선호하였다. 실시횟수에 대해서는 6회가 적당하다는 의견이 3명이었고, 나머지 2명은 “6회로 끝나는 것이 아쉽고 좀 더 시간이 길었으면 좋겠다”는 의견이었다.

### (3) 프로그램이 도움이 된 점

6회기를 종결한 후 “이 프로그램이 어떻게 도움이 되었나?”라는 질문에 아동들은 자신감을 얻게 되었으며, 긍정적으로 생각하게 되었고, 친구들과 사귀게 되었다고 하였다. 부모들은 비슷한 처지의 사람들과 얘기를 나누는 것이 힘이 되었고, 자녀와의 의사소통이 향상되었다고 응답하였다. 이는 계획한 프로그램의 목표 중 자존감 및 의사소통능력이 향상되었으며, 자조적 지지집단이 형성되었음을 의미한다.

### (4) 프로그램 활동에 대한 평가

아동프로그램에서 실시한 17개의 활동 중 참가아동들이 가장 도움이 되었다고 보고한 활동은 <희망의 나라>이었고, 참가어머니들은 부모프로그램에서 실시한 12개의 활동 중 <말하기·듣기·보기 나라>가 가장 도움이 되었다고 했다.

## 2) 가족의 평가

프로그램이 끝난 후 프로그램에 참여한 아동의

보호자와 전화면접을 실시하여 아동의 변화에 대해 개방형 질문을 한 결과, 18명의 보호자 중 15명이 아동의 긍정적인 변화를 보고했다. 구체적으로는 “활발해지고 밝아졌다”(7명)는 내용이 가장 많았고, 그 다음으로 “엄마를 이해하고 생각하는 마음이 늘었다”(4명), “자신감이 늘었다”(3명), “마음이 안정되었다”(1명)는 평가가 있었다. 또한 17명의 보호자들은 모두 “이후에도 이와 같은 프로그램에 아동을 참여시킬 의사가 있다”고 응답했다.

프로그램 종결 후 실시한 심층면접 내용에 따르면, 자녀들이 보기에 부모가 프로그램에 참여한 후 화를 덜 내고, 좀 더 많이 웃으며, 자녀와 대화를 많이 하는 것으로 나타났다.

## 3) 집단구성원의 평가

프로그램을 진행하는 동안 치료자는 수시로 집단성원들이 상호간에 칭찬하고 인정할 수 있도록 격려했으며, 특히 아동프로그램 6회기의 <칭찬모자>와 부모프로그램 4회기의 <다른 사람 칭찬하기> 활동은 모든 집단구성원들이 돌아가며 각 동료에 대해 긍정적으로 평가함으로써 동료의 적극적 지지를 받을 수 있는 기회를 제공했다. 아동과 부모집단 모두 “처음보다 밝아졌다”, “얼굴에 웃음을 찾았다”라는 평가가 많았다.

동료들의 칭찬을 들은 참여자들은, “칭찬을 듣고 나니 뿌듯하다”, “서로 칭찬을 해주니까 더 친해진 것 같다”는 반응을 보여 동료의 지지가 레질리언스의 강화에 도움이 되었음을 보여주었다.

## 4) 치료자의 평가

다음은 치료자들이 프로그램을 진행하면서 관찰한 집단원들의 변화과정을 기술한 것이며, 집단원의 명칭은 별칭을 사용하였다.

### (1) 부모집단

<표 8>에 제시된 바와 같이, 프로그램에 참여하면서 집단원들은 이혼에 대한 태도가 긍정적으로 변했으며, 개방적인 의사소통을 하였고, 삶의 활기와 자신감을 찾고 적극적이며 긍정적인 모습으로 변화

<표 7> 도움이 된 활동 순위

아동집단* (빈도수)	부모집단** (빈도수)
희망의 나라 (10)	말하기 듣기 보기 나라 (3)
맹인과 달팽이 (8)	클로버 (2)
해결의 마법의자 (6)	추억의 사진 (2)
칭찬모자 쓰기 (6)	자존감 바꾸니 (2)

\* 17개의 활동 중 3개를 중복응답한 결과이며, 상위 4개의 활동만을 제시하였다.

\*\* 12개의 활동 중 3개를 중복응답한 결과이며, 상위 4개의 활동만을 제시하였다.

〈표 8〉 부모의 변화에 대한 치료자의 평가

(N=6)

참 여 자	변 화
수	첫 회기에는 많이 울고, 자신감도 없었으며 자신을 드러내는 것을 꺼려했으나, 3회기부터는 자신의 문제를 적극적으로 이야기하고 조언을 구했으며, 6회기에는 집단원들로부터 “밝아지고 예뻐졌다”는 칭찬을 들었으며, 행동과 목소리에서 자신감이 보였다.
이 뻘 이	그동안 이혼한 것이 부끄러워 친정 식구와 만나는 것을 피했으나, 프로그램에 참여하면서 7년만에 가족을 만났고, 이제는 자신이 떳떳하게 느껴질 만큼 이혼에 대한 태도도 변화하고 자존감도 높아졌다.
아카시아	첫 회기에는 지나칠 정도로 다른 사람의 이야기에 끼어들고, 자신은 모든 문제가 해결된 듯이 말하였으나, 회기가 지날수록 다른 사람의 말을 경청하게 되었으며, 5회기에는 자신의 어려움에 대해서도 이야기를 하는 등 일치적인 의사소통의 모습을 보였다.
공 주	첫 회기때 자녀양육의 어려움을 가장 큰 고민거리로 꼽았는데, 프로그램을 통해 다른 집단 동료들로부터 다양한 조언과 정보를 접하면서 자녀양육의 자신감을 찾아가는 모습이었다.
토 끼	처음부터 활발하고 자신감있는 모습이었으며, 집단원들이 친밀한 관계를 형성하는데 구심점이 되었다.
수 선 화	첫 회기에는 몹시 우울하고 소극적이며 자신감이 없어 보였으나, 집단활동에 참여하면서 자신감과 활기를 찾았고, 자녀에게도 관심을 보이며 적극적으로 대화를 시도하게 되었다. 종결 무렵이 되어서는 복지관에 일자리를 문의하는 등 삶에 대한 태도가 적극적으로 변했다.

했다. 또한 회기가 진행될수록 구성원간의 친밀감이 더해져 마지막 회기에는 정기적인 모임을 약속하는 등 지지집단이 성공적으로 형성되었다.

## (2) 아동집단

〈표 9〉와 같이 집단프로그램에 참여한 아동들은 회기가 지날수록 표정이 밝아지고 자신감이 늘었으며, 공격성과 분노가 줄어들고 집중력과 의사소통능력이 향상되었다.

이 밖의 구체적인 질적, 양적 평가는 추후 게재될 본 프로그램의 효과성 연구에 발표될 것이므로 이를 참고하기 바란다.

## VI. 논의 및 제언

본 연구의 목적은 이혼가족 부모와 아동의 레질리언스를 강화하여 이들의 사회적응과 복지향상을 돕기 위해, 정서적 지지, 자아존중감과 의사소통능력의 향상, 문제해결능력 증진에 초점을 둔 이혼가족 부모·자녀 대상의 집단프로그램 모형을 개발하는 것이었다. 레질리언스 관점에 기초한 집단프로그램의 개발을 위해 본 연구에서는 자아존중감 향상과 의사소통능력 향상 및 감정에 대한 이해와 표현

에 초점을 둔 사티어의 성장모델과, 내담자가 자신 장점과 강점을 발견하고 활용하여 직면한 어려움을 극복할 수 있도록 돕는 해결중심적 접근을 이론적 기초로 삼았으며, 집단프로그램의 효과성을 높이기 위해 활동과 놀이를 적극적으로 접목시킨 통합적 프로그램 모형을 제시하고자 하였다.

본 프로그램의 특징은 기존의 이혼가족 대상의 집단프로그램과 달리 부모와 자녀 프로그램을 동시에 개발하여 두 프로그램간의 목표와 내용에 있어 공통점과 연속성을 가질 수 있도록 하며, 이를 병행하여 실시함으로써 프로그램의 효과를 극대화하는 것이었다.

본 연구에서 개발된 프로그램을 저소득층 이혼가족 부모와 아동을 대상으로 실시한 결과 개발과정에서 목표했던 내용들이 대부분 성취되었으며, 특히 자아존중감과 의사소통능력의 향상, 그리고 지지집단의 형성에 도움이 된 것으로 나타났다.

본 프로그램의 또 다른 주요 특성은 놀이와 활동을 적극적으로 활용한 것이었는데, 이는 부모와 아동집단 모두에서 집단구성원간의 관계형성에 큰 도움이 되었던 것으로 평가할 수 있다. 6회기 실시라는 시간적 제약 때문에 초기 관계형성에 많은 시간을 할애할 수 없었고 2회기부터 목표중심 활동을

〈표 9〉 이혼의 변화에 대한 치료사의 평가

(N=18)

참 여 자	변 화 내 용
가 재	1회기에는 다른 집단원의 이야기에 대해 전혀 기울이지 않고 과격한 행동으로 자신의 의사를 표현하며 활동에도 집중하지 못했으나, 4회기부터는 점점 더 대화를 통한 의사소통 방법을 많이 사용하게 되었고, 집단규칙을 스스로 상기하며 활동에 집중하고 적극적으로 참여하려는 노력을 하게 되었다.
송다은	1회기에는 놀이 활동에만 관심을 보였으나, 2회기부터는 좀 더 적극적으로 모든 활동에 참여하게 되었고, 적극적으로 자신의 감정과 생각을 표현하였다.
라이언	부모의 이혼과 어머니의 부재 등 자신의 가족에 대해 솔직하게 이야기하는 모습을 보여주었다.
마법사	처음에는 다른 집단원에게 극도의 분노감과 공격성을 표출하는 등 감정통제에 어려움을 보였다. 그러나 4회기부터 눈에 띄게 밝아지고 웃는 모습이 늘어났으며 분노에 대한 통제력도 향상되어서, 마지막 회기에는 다른 집단원들로부터 "밝고 활발해졌다"는 칭찬을 받았다.
전 사	1, 2회기에는 주의가 산만하여 활동을 방해하는 일이 많았으나, 점차 활동에 집중하여 참여하는 시간이 늘어났다.
비행기	처음에는 매우 부끄럼이 많고 소극적이었으나, 프로그램에 참여하면서 자신감이 늘어나 4회기에는 학교에서 발표한 것을 자랑할 정도로 변화되었고, 활동에도 훨씬 적극적으로 참여하게 되었으며 활발해졌다.
마 이	또래보다 조숙한 모습으로 감정을 표현하는데 익숙하지 않았으나, 점차 자신의 좋고 나쁜 감정을 솔직하게 표현하게 되었다.
별 님	처음부터 매우 활발하고 적극적인 모습이었으며, 프로그램에 참여하면서 자신의 긍정적인 면을 많이 발견하여 자신감이 늘어났으며, 이를 통해 성적이 향상된 결과를 가져왔다.
솔방울	첫회기부터 적극적으로 프로그램에 참여했으며 성취욕이 강하고 경쟁적인 특성을 보였는데, 회기가 진행되면서 동료에게 양보하는 모습을 보였으며, 동료와 리더의 긍정적 피드백을 통해 자신감이 더욱 늘었다.
초롱이	2회기부터 참여했으며, 주의가 산만하였으나 활동에 대한 관심과 집중력이 점차 향상되었다.
토끼말	처음부터 회기가 끝날 때까지 성실하고 적극적으로 활동에 참여하였다.
러브썹	처음부터 밝고 적극적이었지만 초기에는 잡담과 끼어들기 등으로 집단을 방해하기도 했는데, 3,4회기부터는 타인에 대한 배려가 늘어나고 활동에도 집중하는 모습을 보였다.
나 무	수줍음을 많이 타는 성격으로 집단에 적응하는데 어려움이 있었으나, 회기가 지날수록 자신의 소극적인 면을 개선하려는 의지를 보여주었다.
손각지	타인에게 관심을 받고 싶어하는 욕구와 질투가 많은 편이었으나, 집단에 참여하면서 질투심을 버리고 남을 이해하려는 마음을 갖고 싶다고 했으며, 이를 위해 노력하는 모습이 보였다.
토끼이	초기에는 수줍어하였으나, 회기가 진행될수록 흥미를 갖고 활동에 적극적으로 참여하게 되었다.
들국화	처음에는 다른 사람의 말을 이해하는데 약간의 어려움을 보였으나, 회기가 지날수록 솔직하게 자신의 생각과 느낌을 표현하고 질문도 활발히 하게 되었다.
강아지	초기에는 정서적으로 불안정하고, 자신의 의견을 논리적으로 표현하는데 서툴렀으나, 5, 6회기가 되어서는 일관성있게 자신의 의견을 말하고, 동료와의 갈등에도 합리적으로 대처하는 모습을 보였다.
흑돼지	초기에는 약간 산만한 모습이 있었으나 점차 과잉행동이 감소했으며, 동료의 장점을 찾아내는 능력이 있어 집단 전체에 활력을 불어넣는 역할을 하였다.

진행하였음에도 불구하고 집단원들이 짧은 시간 내에 친밀감을 형성할 수 있었던 것은 게임과 놀이를 통한 개입 때문으로 사료된다. 놀이와 활동 중심의 프로그램은 특히 아동들이 흥미를 갖고 프로그램에 참여할 수 있게 하여 집단역동을 더욱 촉진시키는 계기가 된 것 같다.

본 프로그램을 실시한 치료자들이 특히 효과적이

었다고 평가한 활동은 다음과 같다.

첫째, 집단성원간의 관계형성을 돕기 위해 도입한 첫 회기의 게임 활동은 부모와 아동집단 모두 빠른 시간 내에 서먹한 분위기를 깨고 집단원간 친밀감을 형성하는데 효과적이었다. 다만 저학년 아동집단에서는 게임활동에 흥미를 느낀 나머지 다른 활동 중에도 게임을 좀 더 하자는 요구를 하여 준비한

프로그램 실시에 약간의 어려움을 가져온 면도 있었다.

둘째, 해결중심 치료에서 사용되는 척도질문을 실린더 모양의 그래프를 이용한 그리기활동 방식으로 아동집단에 적용하였는데, 이는 아동들이 척도질문을 쉽게 이해하는데 도움이 되었을 뿐 아니라 활동을 통한 즐거움을 느낄 수 있도록 하였다.

셋째, 부모집단의 <나의 위치>활동은 집단원들이 현재 자신의 상황에 대해 정확히 평가한 후 미래의 목표와 방향을 설정하고 이를 달성하기 위한 구체적인 계획을 세우는데 도움이 되었다. 아동집단에서 실시한 <신기한 문방구>활동은 목표행동을 실행하고 자존감을 향상시키는데 중요한 촉매제 역할을 하였다. 신기한 문방구에서 수줍음을 팔고 자신감을 산 아동이 학교에서 용기 있게 발표하게 되었으며, 노력하는 마음을 사교 난 후 열심히 공부해서 시험을 잘 본 아동도 있었다

넷째, 의사소통훈련을 목표로 한 <듣기·보기·말하기 나라>활동은 부모집단의 경우 특히 자녀와의 의사소통에서 생겨날 수 있는 이해와 지각의 차이에 대해 깊이 있는 대화를 나누도록 하는 계기가 되었다.

다섯째, 부모의 이혼으로 인한 자녀들의 갈등 상황을 우화로 표현한 <거북이 이야기>활동은 아동들이 부모의 이혼에 대해 직면할 수 있는 기회가 되었으나, 부모님의 요청으로 치료자가 “이혼”이라는 말을 직접 언급할 수 없었기 때문에 주제를 심층적으로 다루는 데는 한계가 있었다.

본 프로그램의 개발과 실시과정에서 나타난 제한점을 바탕으로 이와 유사한 프로그램의 연구개발에서 고려해야 할 점을 제안하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 개발된 프로그램을 실시하는 과정에서 제한된 수의 이혼가족만을 대상으로 하였고 참가가족의 사회인구학적 배경이 저소득층에 한정되었다는 면에서 프로그램의 유용성 및 효과를 일반화하는데 제한점을 갖고 있다. 추후의 연구에서는 다양한 사회인구학적 배경을 갖는 다수의 이혼가족을 대상으로 본 연구에서 개발한 프로그램을 실시하여 프로그램 참여자의 변인에 따른 프로그램의

효과를 평가할 필요가 있다. 특히 계층에 따라 이혼에 대한 태도와 대처방식, 부모자녀간 의사소통의 유형이 다를 수 있으므로 계층변인에 따른 프로그램 효과의 차이에 대한 검증을 토대로 계층별로 프로그램의 내용을 수정하고 보완하는 노력이 필요할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 아동의 발달단계에 따른 차이를 고려하여 아동집단을 저학년과 고학년으로 나누어 프로그램을 실시하고, 프로그램 진행자가 집단의 연령에 맞춰 융통성 있게 프로그램을 적용하도록 하였음에도 불구하고 저학년 아동의 경우 활동의 내용과 목표를 제대로 이해하는데 어려움을 겪는 경우가 있었다. 따라서 앞으로 후속 연구에서는 저학년과 고학년 프로그램을 별도로 개발하여 실시할 것을 제안한다.

셋째, 본 프로그램의 실시를 위해 복지관과 학교 교사를 통해 참가자를 모집하고자 하였으나 많은 어려움이 있었다. 학교에서는 해당 학부모들이 문제를 삼을까봐 협조에 난색을 표했으며, 복지관의 경우 의욕적으로 대상자를 모집했으나 이혼가족프로그램이라는 이야기를 듣고 부모들은 이혼사실이 자녀들에게 알려질까 두려워 참가를 꺼려하는 경우가 많아 대상자 모집에 곤란을 겪었다. 이는 곧 이혼에 대한 우리사회의 부정적 시각을 반영하는 것으로, 다양한 가족형태에 대해 개방적인 태도를 가질 수 있도록 하기 위해 교사, 학부모, 학생 대상의 교육프로그램 실시가 필요할 것으로 보인다.

넷째, 프로그램에 참여한 일부 어머니들은 자녀들에게 부모의 이혼에 대해 직접 언급하지 않도록 당부해 아동프로그램 실시에 제약을 받았으며, 계획했던 프로그램의 내용을 수정하기도 했다. 하지만 아동들과의 심층면접을 통해 나타난 바에 따르면 많은 아동들이 이미 부모의 이혼 사실을 알고 있었으며, 부모가 곤란할까봐 모른 척 하고 있거나 의문을 가지면서도 부모에게 확인하지 못하고 있었다. 참가 부모들에게 이혼사실을 자녀에게 알리는 것이 자녀에게도 도움이 된다는 선행연구들에 대해서도 설명을 했지만, 머리로 이해하는 것과 실제로 행하는 것에는 차이가 있었다. 특히 이혼에 대한 이해나 대처

능력 향상에 목표를 둔 활동은 이혼에 대한 직접적 언급이 불가피함에도 불구하고, 이혼이라는 단어를 사용하지 않은 채 간접적이거나 은유적으로 표현하며 활동을 진행할 수밖에 없어서 어려움이 있었다. 따라서 앞으로 이혼가족프로그램을 실시하는 경우에는 부모가 사전에 프로그램에 대해 충분히 이해하고 이혼에 대한 개방적 태도를 가질 수 있도록 하기 위한 교육프로그램이나 사전면접이 필요할 것이다.

다섯째, 본 프로그램은 6회기로 개발해 실시되었지만, 프로그램 실시시간이 길었으면 좋겠다는 요구와 후속 프로그램에 대한 요구가 제기되었다. 따라서 4회기 정도의 후속프로그램을 개발해 2차 이혼가족 프로그램을 실시한다면 프로그램의 효과를 유지하고 강화하는데 도움이 될 것이다.

## ■참고문헌

- 김경신(1997). 편모가족에 대한 가족생활교육 실태 분석 및 교육프로그램 개발. *대한가정학회지*, 35(2), 187-199.
- 김득성(2002). 이혼적응 교육프로그램 개발 및 효과 검증 -단기과정을 중심으로-. *한국가정관리학회지*, 20(2), 1-8.
- 김춘경, 정여주(2001). 상호작용 놀이를 통합 집단상담. 서울: 학지사.
- 문현숙, 김득성(2002). 이혼 후 적응을 위한 장기 교육프로그램의 모형개발. *대한가정학회지*, 40(6), 197-211.
- 문현숙, 김득성(2003). 이혼적응 교육 프로그램 실시 및 효과검증: 집단 마라톤식 과정으로. *대한가정학회지*, 41(11), 201-214
- 박미숙(1999). 해결중심 단기 집단상담 프로그램이 비행청소년의 문제 해결력에 미치는 효과 및 상담효과 요인 분석. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 서지영(2002). 부모이혼이 자녀의 적응에 미치는 영향: 유연성(Resilience)효과를 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 성정현(2002). 이혼 후 적응을 위한 집단프로그램의 개발. *한국가족복지학*, 9, 31-53.
- 송성자(2002). 가족과 가족치료. 서울: 법문사.
- 송성자, 정문자(2002). 보호처분을 받은 비행청소년에 대한 해결중심 집단프로그램의 효과성 연구. *한국사회복지학*, 48, 302-332.
- 심혜숙, 김수연(2000). Satir 가족조각기법 집단상담이 인생태도에 미치는 효과 및 상담효과 요인 분석. *한국가족치료학회지*, 8(2), 3-22.
- 양소영, 전영주(2002). 아동을 대상으로 한 해결중심 집단상담 프로그램 개발과 편부모 가족 아동에의 적용. *한국가족치료학회지*, 10(2), 75-103.
- 오은순(2001). 이혼가정 아동의 적응을 위한 학교중심 집단상담 프로그램 개발. *열린교육연구*, 9(1), 19-45.
- 오은순(1997). 이혼가정 아동의 적응에 영향을 미치는 생태학적 변인들의 구조분석. 이화여자대학교 박사학위 청구논문.
- 육선화, 이경희, 이재림, 성미애(2003). 빈곤 여성가장 가족의 모-자녀관계 증진 프로그램 -우리는 함께 크는 나무-. *한국가정관리학회지*, 21(2), 103-115.
- 이용준(2004). 탄력적인 아동의 보호요인 연구 -아동의 성과 지능, 어머니 양육행동 및 사회경제적 지위를 중심으로-. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이화자(2002). 역기능적 의사소통의 중년기 부부를 위한 집단상담 프로그램의 개발과 적용 연구: Satir의 가족치료 모델을 중심으로. 상명대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정문자(2003). 사티어 경험적 가족치료. 서울: 학지사.
- 정문자, 김은영(1999). 이혼가족 아동의 적응을 돕기 위한 사회적 지원 체계의 탐색. *생활과학논집*, 13, 108-119.
- 정문자, 송성자(2001). 보호처분을 받은 비행청소년을 위한 집단치료 프로그램 모형 개발. *대한가정학회지*, 39(12), 239-251.
- 정문자, 어주경(2004). 학교 부적응 아동을 위한 해결중심 집단상담의 개발 및 평가. *한국가족치*

- 료학회지, 12(1), 107-139.
- 주소희(2002). 이혼가정자녀의 부모 이혼 후 심리사회적응을 위한 프로그램개발 및 효과성 연구. *한국가족복지학*, 9, 77-106.
- Amato, P. R. & Keith, B. (1991). Consequences of parental divorce for the well-being of children: A meta-analysis. *Psychology bulletin*, 110, 827-840.
- Berg, I. K. & Miller, S. (1992). 해결중심적 단기가족치료. *가족치료연구모임(역)*. 서울: 하나의학사.
- Braver, S. L., Salem, P., Pearson, I., & DeLus ; S. R. (1996). The content of divorce education programs: Results of a survey. *Family and Conciliation Courts Review*, 34, 41-59.
- Dunlop, R. Burns, A., & Bermingham, S. (2001). Parent-child relations and adolescent self-image following divorce: A 10 year study. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(2), 117-134.
- Emery, R. & Forhand, R. (1994). Parental divorce and children's well-being: A focus on resilience. In R. J. Haggerty, L. R. Sherrod, N. Garmezy, & M. Rutter (Eds.), *Stress, risk, and resilience in children and adolescents* (pp. 64-99). Cambridge: Cambridge University Press, 64-99.
- Foucault, M. (1983). *Der Wille zum Wissen*, Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Fthenakis, W. E., Walbiner, W., & Wolf, J. (1995). *Gruppeninterventionsprogramm für Kinder mit getrennt lebenden oder geschiedenen Eltern*. Weinheim und Basel: Beltz.
- Garmezy (1993). Vulnerability and resilience. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinsong-Keasey, & K. Widaman (Eds.). *Studying lives through time* (pp. 377-397). Washington, DC: American Psychological Association.
- Garmezy, N., Masten, A. S., & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child development*, 55(1), 97-111.
- Geasler, M. J. & Karen, R. Blaisure, K. R. (1998). A review of divorce education program materials. *Family Relations*, 47(2), 167-176.
- Gingerich, W. (2000). Solution-focused brief therapy: A review of the outcome research. *Family Process*, 39(4), 477-497.
- Jacobs, E. E., Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2002). Group counseling Strategies and skills. 집단상담: 기술과 전략(김춘경 역, 2003, 서울: 시그마프레스).
- Kaplan, H. B. (1999). Toward an Understanding of Resilience: A Critical Review of Definitions and Models. In M. D. Glantz, & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*(pp. 17-83). NY: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Kelly, J. B. (2000). Children's adjustment in conflicted marriage and divorce: A decade review of research. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39(8), 963-973.
- Leon, K. (2003). Risk and protective factors in young children's adjustment to parental divorce: A review of the research. *Family Relations*, 5(3), 258-270.
- Marks, N. E. (1996). Flying solo at midlife: Gender, marital status, and psychological well-being. *Journal of marriage and the family*, 58, 917-932.
- Metcalf, L. (2002). 해결중심 집단치료. 김성천, 이소영, 장혜림(역). 서울: 청목출판사. (원본 발간일, 1998).
- Pedro-Carroll, J. L., Alpert-Gillis, L. J., & Cowen, E. L. (1992). An Evaluation of the efficacy of a preventive intervention for 4th-6th grade urban children of divorce. *Journal of Primary Prevention*, 13(2), 115-130.
- Pedro-Carroll, J. L., Cowen, E. L., Hightower, A. D., & Guare, J. C. (1986). Preventive intervention with latency-aged children of divorce: A

- replication study. *American Journal of Community Psychology*, 14(3), 277-290.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Schmidt-Denter, U. & Beelmann, W. (1995). *Familiäre Beziehung nach Trennung und Scheidung: Veränderungsprozesse bei Müttern, Vätern und Kindern*. Forschungsbericht. Universität Köln.
- Selekman, M. D. (1997). *Solution-focused therapy with children: Harnessing family strengths for systemic change*. NY: Guilford Press.
- Stolberg, A. L., Cullen, P. M., & Garrison, K. M. (1982). The divorce adjustment project: Preventive programming for children of divorce. *Journal of Preventive Psychiatry*, 1(3), 365-368.
- Thomson, C. L. & Rudolph, L. B. (2001). 아동상담의 이론과 실제. 천성문 외 9인(역). 서울: 시그마프레스(원본 발간일, 2000).
- Walsh, F. (2002). 가족과 레질리언스. 양옥경, 김미옥, 최명민(역). 서울: 나남출판사(원본 발간일, 1998).
- Walter, J. & Peller, J. (1992). *Becoming solution-focused in brief therapy*. New York: Brunner/Marzel.
- Wang, H. & Amato, P. R. (2000). Predictors of Divorce Adjustment: Stressors, Resources, and Definitions. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 655-668.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.

(2004년 10월 29일 접수, 2004년 12월 28일 채택)