

이혼가족 자녀에 대한 이해와 상담

김 해 숙
(경인교육대학교)

1. 한국사회에서의 이혼 실태

이혼율의 급격한 증가는 최근 한국사회의 큰 변화 중 하나로 거론될 만큼 심각한 문제가 되고 있다.

* 2004년 2.9건, 2003년 3.5건의 조이혼율(인구 천명당), 2002년 3.0건, 1993년 1.3건, 1980년 0.6건 = 가파른 증가율
= 세계 2위의 이혼율

* 평균 이혼연령이 남자 41.3세, 여자 37.9세로 10년 전보다 남자는 3.4세, 여자는 4.0세 높아졌으며, 동거기간 5년 이하 부부의 이혼율은 감소한 반면 5년 이상 20년 미만의 이혼율은 증가하는 경향을 보이고 있다.

* 이혼하는 부부의 70% 이상이 미성년 자녀가 있다.

==> 이러한 현상으로 인해, 부모의 이혼을 경험하는 미성년 자녀의 수 또한 급격하게 증가하고 있다.

2. 부모이혼에 대한 자녀의 반응

부모 이혼에 대한 자녀의 반응은, 이혼 시 자녀의 연령과 발달단계에 따라서 다음에 제시된 바와 같이 다소 다르게 나타난다.

1) 학령 전기 (2-5세)

- * 부모의 이혼에 대해 분노와 슬픔을 느끼며,
- * 가끔 퇴행적인 행동 보이며,
- * 유기불안이나 두려움을 경험
- * 부모의 이혼을 자기중심적/개인적인 방식으로 인식하여, 과거 자신의 잘못으로 인해 부모가 떠났다고 생각하거나, 한 부모가 다른 부모를 내쫓았다고 생각하는 등 왜곡된 방식으로 지각
- * 부모의 이혼을 이해할 능력이 부족하기 때문에, 자신도 유기될 수 있다는 두려움과 무력감을 느끼며, 심한 경우에는 급성적인 분리불안을 느낌

2) 학령 초기 (5-8세)

- * 매우 슬퍼하거나 쉽게 울고
- * 거절당했다고 느끼며
- * 비양육부모를 그리워함
- * 부모의 재결합에 대한 환상을 가짐 (꽤 오랫동안 지속)
- * 어느 정도 자기중심적/개인적으로 인식하지만, 부모 사이의 어떤 갈등이 이혼을 초래했다고 믿는다.

3) 학령 후기 (9-12세)

- * 타인에 대한 공감능력이 증가하므로, 부모의 이혼에 대해 이해할 수는 있지만
- * 부모의 이혼을 수용하지는 못함
- * 특히 충성갈등에 민감한 시기로, 자녀 스스로가 중재/조정해야 한다고 느낌 (6-11세 때 부모이혼한 자녀들: 한쪽 부모 편을 드는 경향)
- * 부모로 인한 분노와 슬픔의 감정을 숨기고, 사랑스럽고 긍정적인 면들을 보이려고 애쓰는 경향 있음
- * 부모의 데이트나 성관계에 대해 인식함에 따라 자신의 성정체감에 방해를 받기도 함

4) 청소년기 (13-18세)

- * 자신의 개인적 감정과 부모의 고민 사이에 거리를 유지할 수 있으며 에너지를 가

정 밖의 생활에 집중할 수 있기 때문에, 부모간 갈등에 연루되지 않고 회피하려는 노력을 함

- * 안전한 가족이란 기지로부터 독립성을 키워나갈 시기로서, 가족구조의 결함이 매우 민감하게 작용함.
- * 종종 화가 나 있고, 가족들로부터 개입당하지 않으려 하며 불복종하거나, 공격적 행동을 보이므로 적응문제가 증가됨.
- * 부모에 대해 배신감 느끼고, 자신의 미래에 대한 불안감 느낌
- * 부모가 이혼한 사유를 이해함에 따라 상실감을 다루는데 도움이 됨

3. 이혼가정 자녀의 적응에 관한 대표적 관점들

1) 이혼가정 자녀의 적응에 관한 대표적 관점(1)

- * 부모의 이혼은 자녀에게 삶의 기반이던 가족을 와해시킴으로써 가족구성원들에게 비탄과 고뇌를 가져오는 불행한 사건이므로, 이러한 불행을 겪은 자녀는 행동문제와 심리적 증상을 나타낼 수밖에 없다고 보는 관점.
- * 이혼에 대한 전통적인 견해
- * Wallerstein & Kelly(1980, 2000) 연구
 - 1971년부터 중류층 가족 이혼 영향을 25년에 걸쳐 종단연구
 - 연구대상: 이혼 당시 임상적 처치 받지 않던 가족,
자녀 기능 양호, 부모 학력 대부분 대졸 이상
 - 60 가정 131명 자녀들과 심층면접
 - 이혼 후 별거 시작한 때 처음 면접
 - 1(1.5)년 후 두번째 면접
 - : 별거의 혼돈과 어려움 여전하거나
 - 별거 시작 때보다 적응에 더 큰 어려움 느끼는 자녀 많음
 - 5년 후 면접
 - : 1/3만 적응 양호,
 - 37%는 우울함, 학교에서 집중 어려움, 친구 사귀기 어려움, 다른 다양한 행동문제

- 10년 후
 - : 45%는 잘 적응,
 - 41%는 불안, 낮은 성취, 자기비하, 분노 등의 부적응
 - + 66%의 딸에서 sleeper effect
 - (19세-23세, 배반에 대한 강한 두려움, 부모에 대한 극심한 분노)
- 25년 후(28세-43세) 93명 면접
 - : 부모의 이혼은 일회성 사건이 아니라 누적적 경험.
 - : 발달의 각 단계마다 부모의 이혼은 새로이 경험됨
 - : 성인기에는 자녀의 성격, 타인에 대한 신뢰, 관계에 대한 기대, 변화대처능력에 영향을 미친다.
 - : 갑작스런 상실과 불행의 두려움
 - : 부모(아버지)에 대한 분노가 지속되는 경우 많음.

* Skitka & Frazier(1995)의 연구

- 이혼의 부정적 영향을 줄이기 위한 Rainbows for Children Program의 효과를 평가하기 위한 연구
- 이혼자녀는 준거집단보다 더 우울하고 더 낮은 자아존중감
- 개입프로그램 실시 이후에도 상태 호전되지 못함

* Hetherington(1989,1993,2002)의 연구

- 이혼 후 2년간은 대부분의 이혼가정 자녀/부모들이 정서적 고통, 심리적/건강/행동 문제, 가족기능의 혼란 등 새 역할과 관계 및 변화된 삶에 적응하는데 문제를 경험
- 이혼 2년 후에는 대부분 부모/자녀가 비교적 원만히 적응하나, 이혼가정 남아들은 정상가정에 비해 반사회적/행동화/강압적/비협조적 행동을 더 보이고 또래관계와 학업성취에도 더 많은 어려움
- 이혼 6년 후 적응은 이혼 2년 후와 높은 상관
- 20년 후 20%는 충동적/무책임/반사회적 행동/우울 문제 (정상가정은 10%)

* Hetherington의 연구 결과는 이혼가정 자녀의 적응이 정상가정 자녀에 비해 더 어려움을 나타내기도 하나, 이혼가정 자녀 집단 내 차이가 큼을 보여줌

* Amato & Keith(1991)가 이혼가정 자녀의 적응에 관련된 92개 연구 메타분석한 결과도 유사 (이혼은 자녀의 학업성취, 문제행동, 심리적 적응, 자아존중감, 사회

적 관계에 부정적이지만, 이혼집단과 정상집단 간 차이의 크기는 비교적 작았다.)

* Amato(1993)가 아동기에 부모 이혼 경험한 성인자녀에 관한 33개 연구 메타분석한 결과도 유사 (심리적 적응과 사회경제적 달성도가 낮고 이혼률 높음)

☆☆ 그러나, 역시 이혼가정 자녀 집단 내에 상당한 차이

* Emery(2004) <이혼가정 자녀에 관련된 중요한 사실들>

- 이혼은 대부분의 경우 자녀의 삶에 크나큰 변화를 가져온다.
 - (부모간 갈등에 정면으로 노출됨)
 - (경제적 어려움)
 - (주거환경과 학교의 변화)
 - (부모 중 어느 쪽과 접촉이 적어(끊어)지거나 애정을 못 받거나 부모의 권위가 상실됨으로 인해서 부모-자녀관계가 손상됨)
- 이혼은 대부분의 경우 자녀에게 큰 손실이다.
 - (자녀 삶의 중심세계가 찢어져버린 것)
 - (따라서, 자녀는 상실감을 극복해야 할 뿐 아니라, 잃어버린 안전감을 대신할 수 있는 새로운 발판을 찾아야 한다.)
- 이혼은 자녀의 심리적/사회적/학업적 문제 위험을 증가시킨다.
 - (양부모가정에 비해 이혼가정 자녀들은,
 - 정신건강전문가를 만나는 경우가 2배
 - 행동문제를 보일 가능성이 2배 (50%는 이혼 전부터 시작된 것)
 - 우울증을 보일 가능성이 1.25-1.5배
 - 고교 중퇴 가능성이 2배
 - 자신이 이혼할 가능성이 1.25-1.5배
- 이혼은 고통스러운 경험이다.
 - (부모가 아무리 자녀를 보호하려고 애를 써도, 자녀가 이혼의 고통을 느끼지 않을 수는 없다.)

이혼가정 성인자녀	양부모가정 성인자녀
* 73% : "부모가 이혼하지 않았으면 다른 사람이 되었을 것"	
* 49% : 졸업이나 결혼 등 양쪽 부모가 참여할 수 있는 큰 행사에 대해 걱정	
* 48% : "대부분의 사람들보다 더 힘든 아동기를 보냈다"	*** 14%
* 44% : "부모의 이혼이 여전히 어려움을 초래하고 있다"	
* 28% : "아버지가 나를 사랑하나 궁금"	*** 10%

- 그러나, 이런 통계수치가 각 아동이 어떻게 적응할지에 대해서 알려주는 바는 극히 적다.

* 김옥 & 김완정(2001)

- 부모 이혼 후 2년 이상인 아동은 2년 미만인 아동보다 또래관계에서 의사소통의 질이 낮음
- 재구성가정의 아동보다 편부가정 아동이 또래관계에서 소외감을 더 크게 느낌

* 정진영(1992,1993) : 초등담임의 아동에 대한 평가에 근거

- 이혼가정 자녀 중 정서적 불안정, 타인과의 상호작용 문제, 학업성적 부진, 소외, 침울한 태도, 자신감 부족, 공격적 행동 등의 문제 있는 경우가 53%

* 박부진(1999) 중고생 이혼가정 자녀 면접

- 부모에 대한 적개심, 버림받은 느낌과 두려움, 타인을 신뢰하기 어려움, 가정에 대한 열등감, 경제적 어려움, 주거환경의 변화로 인한 정서적 어려움, 미래에 대한 부정적 전망

2) 이혼가정 자녀 적응에 관한 대표적 관점(2)

* 부모의 이혼이 반드시 자녀의 불행을 의미하는 것은 아니라는 관점

- 이혼은 삶의 과정에서 일어날 수 있는 하나의 위기나 도전이라고 보는 관점

* Krauss(1979)

- 이혼은 병리적 결과와 성장을 다 가져올 수 있는 잠재가능성이 있는 위기

* Kurdek & Siesky(1980)

- 이혼을 자녀의 불행이라 보는 이론은 이혼에 대한 자녀의 지각을 간과함
- 5-19세 이혼가정 자녀 132명

: 부모의 이혼 결정에 대해 들었을 때 다소 고통스러웠으며 비양육권 부모를 상실함과 변화된 환경에 적응하는데 어려움을 경험하였으나, 대부분 부모가 갈등 속에 사는 것보다는 이혼이 낫다고 보았으며 부모의 이혼 때문에 부정적 영향을 받은 것으로 생각하지 않는다고 응답

- 5-7세 아동 중 80%는 4년 후 조사에서 이혼 후 책임감과 공감능력이 더 높아짐

* Kurdek & Sinclair(1988)

- 정상가정/계부가정/편모가정에서 자라는 중1과 중3 청소년 대상으로 목표지향성/심리사회적 적응/학교관련문제 등 비교
- 형제 수와 인종의 영향을 통제한 후에는 세 집단간에 차이 없었으며, 각 집단 내에서는 상당한 차이 있었음.

* Muransky & DeMarie-Dreblow(1995)

- 이혼가정 자녀와 정상가정 자녀의 자아개념에 차이 없음

* Santrock & Warshak(1979)

- 이혼가정 소년들은 정상가정 소년들보다 더 높은 자아존중감

* Kogos & Snarey(1995)

- 17-22세 남녀 모두 이혼가정 자녀가 정상가정 자녀보다 도덕적으로 더 높은 발달정도 보임

* 유희정(2001)

- 갈등 적은 비이혼부모, 갈등 심한 비이혼부모, 이혼한 부모 등 세 집단의 대 학생 자녀 생활의 질 분석
- > 부모간 갈등이 적은 집단이 생활의 질이 가장 높고, 부모간 갈등이 심한 집단은 이혼한 집단과 비슷하게 낮음

* 오승환(2001)

- 부모 중 한 쪽 사망한 가족의 청소년과 이혼/별거 가족의 청소년 간에 적응의 차이 없음

* Emery(2004)

- 기존의 이혼에 대한 접근방식은 아동을 3중으로 상처입게 한다:
 - ① 부모의 이혼이란 격변과 고통을 겪어나갈 때
 - ② 이혼가정 자녀는 필연적으로 상처를 입고 문제를 보이게 된다고 떠들어대는 대중매체를 포함한 사회적 편견이 작용할 때
 - ③ 가정의 혼란에 대처하는 아동의 용기와 힘을 인식하지 못할 때

- 또한 스트레스, 상실, 고통을 당하여도

① 대부분의 이혼가정 자녀들은 문제에 빠질 위험이 낮다.

② 대부분의 이혼가정 자녀들은 심리적인 탄성이 있다.

(물론, 심리적 탄성이 있는 자녀라도 이혼은 지극히 고통스러운 경험이다.)

③ 이혼 후라도, 부모가 어떻게 하느냐는 자녀가 문제에 빠질 위험이 있느냐 아니냐를 결정하는 가장 중요한 요인이다. 이혼 후의 아버지 어머니 둘 다 여전히 자녀의 삶에서 가장 중요한 영향력을 지닌 사람이다.

(이혼 전, 이혼 과정 중, 이혼 후 부모가 내리는 결정, 부모의 행동, 부모가 만드는 정서적 분위기는 자녀의 스트레스와 위험도를 줄이고 심리적 탄성을 부양할 수 있다.)

4. 부모 이혼 후 자녀 적응과 관련된 위험요인과 보호요인들

부모 이혼 후 자녀의 적응에 관한 나타나는 개인차들은 어디에서 오는가? 기존 연구들의 결과를 자녀 개인적 요인, 가족적 요인 및 가족외적 요인으로 구분해서 위험요인과 보호요인들을 살펴본다.

1) 자녀의 개인적 요인

① 성별

: 이혼 관련 초기 연구에서는 주로 남아가 여아보다 부모의 이혼에 의해 부정적인 영향을 더 받는 것으로 보고되었으며, 특히 외현적 행동문제에서 그러하였으나,

: 최근 연구들은 여아가 부정적 영향을 덜 받는다는 결론을 내리기 어렵게 하는 결과 보임

: 양육부모의 성별과의 상호작용으로 설명되기도 함

(다른 성별의 부모와 함께 사는 자녀가 부적응을 더 많이 보이는 경향 있음)

<== 자녀와 같은 성별의 부모가 보호요인으로 작용하여서라기보다는,

아버지 양육 상황에 남아와 여아를 선택하는 과정에 편파적으로 작용하는 요인이 있어서 그럴 수도 있다고 해석됨.

② 연령

- : 일부 연구는 자녀가 어릴수록 부모의 이혼에 의해 부정적인 영향을 많이 받는다고 시사
- : 학령기 자녀가 취학전 자녀보다 부정적 영향을 더 많이 받는다는 연구결과도 있음
- : 이혼 시 자녀의 연령뿐 아니라 이혼 후 경과한 기간 및 연구 시 자녀의 연령 등 여러 요인이 적응에 관련 있으나 이들이 통제되지 않은 연구들이 많음
=> 비일관적 결과

③ 기질

- : 자녀의 까다로운 기질은 부모 이혼 이후의 정서적 적응에서 더 많은 문제와 연관되는 반면, 아버지와의 더 좋은 관계와도 연관됨.
<== 기질적으로 까다로운 자녀는 보다 더 취약하다고 보기 때문에 아버지가 보호하려는 노력을 더 하기 때문이라고 해석됨.
- : 까다로운 기질은 위험요인이고 순한 기질은 보호요인일 수 있지만, 스트레스 수준 및 지지의 유무와 상호작용함
 - = 까다로운 아동은 스트레스가 증가하면 지지적 조건 내에서도 적응도가 낮아짐
 - = 기질적으로 순한 아동은 지지적 조건 내에서라면 중간 정도의 스트레스 수준에서는 보다 더 적응적인 기술을 발달시킴
 - = 지지가 주어지지 않는 상황이면 기질적으로 순한 아동이나 까다로운 아동이나 마찬가지로 보다 부적응적으로 되는데, 까다로운 아동이 더 많은 문제를 보임

④ 태도와 대처양식

- : 부모의 이혼이 자기 잘못이라고 믿을 때, 혹은 버림받을까 두려움을 가질 때 자녀의 부적응이 더 심해짐
- : 여아들의 경우, 회피적 대처양식을 사용할 때 더 부적응적이 됨.

2) 가족적 요인

① 부모간 갈등

- : 부모간 갈등이 심할수록 자녀의 심리적 어려움도 심하다는 결과가 지배적

부모간 갈등 ⇒ 자녀에게 부정적 감정을 일으키는 스트레스 요인으로 작용

⇒ 더 많은 다툼에 민감해지게 함

⇒ 부모의 양육능력 저하를 가져오게 되므로 결국 자녀의 행동 문제 초래

⇒ 자녀에게 대인관계의 부적절한 모델을 보여줌으로써 공격적 행동을 유발

⇒ 부부갈등을 성공적으로 해결하지 못하면 비정상적인 가족구조를 초래

* 부모간 갈등보다는 부모간 협조가 더 중요하다는 견해도 있음

② 부모의 양육기술

: 이혼한 부모의 양육기술이 좋지 못할수록 자녀는 부적응적이 됨
= 부모의 의사소통능력·문제해결능력·감독능력이 부족할 때
= 자녀를 거부하거나 관여를 적게 할 때

: 부모의 부족한 양육기술은 그 자체가 위험요인이며,
부모간 갈등과 자녀행동문제간의 연관성을 높이는 변인이기도 함.

③ 비양육부모와의 만남

: 비양육부모와의 만남이 잦을수록 자녀의 적응도가 높을 것이라는 것이 일반적인 견해였으나, 연구 결과는 비일관적임
= 일부 연구는 그런 견해를 지지하나, 일부는 무관하다고 보고
= 일부 연구는 자녀 성별에 따라 다르다고 보고
= 일부 연구는 부모간 관계에 따라 이로우 수도 있고 해로울 수도 있다고 보고

: 공동양육권제라도 부모간 관계에 따라 자녀에게 최선의 상황을 제공할 수도 있지만 최악의 상황을 제공할 수도 있다고 보고됨.

④ 적어도 한 부모와의 지지적 관계

: 부모 중 적어도 한 쪽과 좋은 관계를 가지는 것은 부모이혼의 부정적 영향을 완화시켜주는 중요한 보호요인임.

: 한 쪽 부모와의 좋은 관계는 다른 쪽 부모와의 관계가 좋지 않을 때 완충작용도 함.

: 부모 중 적어도 한 쪽과 긍정적·지지적 관계를 가지는 것은 아동으로 하여금 안전하고 든든한 느낌을 주며, 자녀에 대한 부모의 훈육이 효과적일 수 있게 해줌으로써 보호요인으로 작용함.

⑤ 형제

: 형제자매의 존재는 부모 이혼의 스트레스로부터 아동을 보호하는 요인
<== 부모의 이혼이라는 동일한 사건을 함께 겪으면서 유사한 어려움에 대처하도록 서로 지지함으로써 보호적 작용

⑥ 경제적 상황

: 가정의 경제적 상황은 자녀의 이혼 후 적응과 관련되기는 하나, 그 정도는 크지 않다는 것이 지배적 결과임.
= 위험요인으로 작용할 가능성
<== 이혼 후 경제적 수입이 감소하는 것은 보편적 현상
= 이는 재정적 자원의 감소만을 의미하는 것이 아니라,
이사·전학·친구와의 이별·보육시설에서 보내는 시간의 증가·재정적 문제에 시달리는 부모에 대한 대처 필요 등 다양한 변화를 수반하는 것

3) 가정외적 자원요인

① 돌보아 주는 성인과의 만남

: 교사·친척·보육시설 종사자 등 가정 밖에서 아동을 돌보아주는 성인과 만남을 가지는 정도는 아동의 이혼 후 적응에 긍정적으로 관련됨.
= 만남의 양도 관련이 있지만, 관심과 따뜻한 애정 등 만남의 질이 특히 보호요인으로 중요

② 집단상담

: 아동의 이혼에 대한 오해와 부정적 감정 및 이혼관련 실제적 문제 등을 완화하기 위한 집단상담프로그램들 중 일부는 효과성 입증됨.

5. 부모 이혼 후 자녀의 적응을 돕기 위한 부모/교사의 역할

1) 자녀에게 꼭 필요한 것

: 이혼으로 인해 많은 것들이 변화하더라도 한 가지는 변치 않는다는 느낌 ('어머니와 아버지가 어디에 있을지라도 어머니와 아버지는 여전히 자녀가 기댈 수 있는 사람으로 존재하고 있다')을 가질 수 있어야 한다.

==> 이 점에 확신하는 자녀는 심리적 탄성을 발휘하여 잘 적응해낼 수 있다.

2) 잘 적응해내는, 즉 심리적 탄성을 보이는 아동이란?

○	×
<ul style="list-style-type: none"> * 여전히 어린이다움을 유지 * 기본적으로 행복한 느낌 * 친구, 교사, 부모, 형제 등과 전반적으로 잘 지냄 * 학교 내외에서 요구되는 과업을 해 냄 * 연령에 적합한 집안일들을 다소 투덜대며 해 냄 * 때때로 문제를 일으킴 * 동년배 아이들과 같은 발달상 어려움들을 경험함 	<ul style="list-style-type: none"> * 슬퍼하지 않는다? * 고통스러워하지 않는다? * 부모가 할 일인 집안일이나 다른 자녀를 돌보는 역할을 맡는다? * 부모의 우울/분노/외로움/회의 등을 해결하는 책임을 진다? * 이혼이나 다른 성인들 문제와 관해 한 쪽 부모의 동조자/편들기/친구이다? * 부모나 다른 중요한 사람들의 감정을 보호하기 위하여 자신의 감정은 속에 담아둔다? * 결과가 두려워 감정을 표현하지 못한다? * 부모에게 초래될 결과가 두려워 실수를 하지 못한다? * 지나치게 어른스럽다?

3) 자녀의 적응을 돕기 위해 부모가 유념할 점

- * 죄책감이나 거부에 대한 두려움 없이 부모 양쪽을 자녀가 사랑할 수 있고 또 부모 양쪽으로부터 사랑을 받을 수 있도록 한다.
- * 부모간의 분노에 자녀가 노출되지 않도록 보호한다.
- * 부모간 갈등의 중간에 자녀를 세우지 않도록 배려한다. (부모 중 한쪽 편을 들도

록 하는 것, 부모간 대화전달자 역할, 한쪽 부모에 대한 다른 쪽 부모의 불평에 대해 들어야 하는 것 등 않도록 주의)

- * 부모 중 한 쪽을 선택해야 하는 상황에 놓이지 않도록 보호한다.
- * 부모의 정서적 문제를 감당하거나 돌보아야 하는 책임을 자녀에게 지우지 않도록 보호한다.
- * 자녀의 삶에 영향을 초래할 중요한 변화들(한 쪽 부모가 주거를 옮기거나 재혼을 하는 등)에 대해서 미리 알려준다.
- * 아동기뿐만 아니라 청소년기/대학시절까지 응분의 재정적 지원을 한다.
- * 감정을 느끼고/표현하고/부모에게 이해받을 수 있도록 한다.
- * 부모가 이혼을 하지 않았다면 가능했을 삶에 최대한 근접한 생활을 할 수 있도록 노력한다.
- * 자기 나이에 적합한 삶을 살 수 있도록 허용한다.