

## 가족관계 증진 프로그램 개발 및 효과검증

- 경기지역 농촌여성을 대상으로 -

최 규 련

수원대학교 아동가족복지학과

### Development and Evaluation of the Family Relations Enhancement Program

- Applied to Rural Women in Gyeonggi do -

Choi, Kyu Reon

Dept. of Child & Family Welfare, The University of Suwon, Hwasung, Korea

#### ABSTRACT

The purpose of this study is to develop and evaluate the program which aims at providing a better understanding of family role, establishing a desirable value of being good spouse and good parent, and good daughter/mother in-law and determine effects of the program on rural women in Gyeonggi do. Based on the strong & healthy family perspective, personality types theory, coping stress theory, anger control method, communication & conflict solution theory(eg: Minnesota Couple Communication Program), cognitive behavior theory, and relations enrichment theory, 6 session program was developed. The title of 6 sessions were 'Making happy family', 'Family communication', 'Coping parent-child relation stress', 'Coping conjugal personality difference', 'Becoming a good mother/daughter in-law', and 'Dissolving family conflict'. 188 women surveyed were asked to participate in the program held at 5 city located in Gyeonggi do from Jun. 22 to July, 15, 2005, with two days(3 session a day and 120 minutes per session based). The effectiveness of this program was evaluated by pre-test, post test through 188 rural women and it was analyzed by paired t-test and program evaluation questionnaire was also investigated. The major results were as follows: This program was effective in improving spouse relation satisfaction, child relation satisfaction, daughter/mother in-law relation satisfaction, their effort for making happy family, self-esteem, and depression tendency. Future research and practical implications were added.

Key words: family relations enhancement program, rural women, program development and evaluation

## I. 서론

가족관계 증진교육은 가족생활교육의 한 분야로서 가족원간의 유대관계를 강화하여 친밀하고 행복한 가족관계를 영위할 수 있도록 돕는 것으로 최근 가족문제가 증가함에 따라 문제예방 차원에서 그 필요성이 커지고 있다. 우리나라에서 가족생활교육을 학문적으로 접근하고 프로그램을 개발하는 것은 1990년대부터라 할 수 있으나 기존 프로그램의 상당수가 1회성 연구에 그치고 실제 보급이 부진한 형편이다. 이는 일반인의 가족생활교육에 대한 인식이 낮아서 참가자 모집이 어렵고 연속적인 프로그램인 경우 끝까지 교육에 참가하기 어렵다는 점과 더불어 프로그램 보급을 위한 정책적 기반과 제도화가 미흡하고, 전문가 양성이나 교재개발 노력이 부진한 점 등에 그 원인을 찾을 수 있다(송정아 등 1998; 최규련 1997a).

이중 가족생활교육의 정책적 기반 조성은 2004년 건강가정기본법이 제정되면서 시작되었다 할 수 있다. 2005년 시범사업기간을 거쳐서 2006년도부터 시행령이 발효되어 건강가정지원센터를 중심으로 가족상담 사업, 가정문화 사업과 함께 가족생활교육 사업이 시행되고 있다. 앞으로 시군구마다 설치될 건강가정지원센터 수가 급증할 것이기 때문에 가족생활교육 수요도가 증가할 것으로 전망된다(경기도가족여성개발원 2006; 여성가족부 2005). 이에 따라 지역사회 수요에 맞는 맞춤형 가족생활교육 프로그램의 개발과 효과검증 연구가 시급하다.

최근 경제수준의 향상과 여가시간의 증대로 삶의 질 향상과 평생교육에 대한 요구가 커짐에 따라 도시여성들은 문화센터와 각종 사회교육기관에서 가족생활교육 프로그램에 참여하는 일이 많은 반면 농촌여성들은 문화적 혜택에서 도시여성만큼 충분하지 않은 상태이다. 또한 농촌여성들은 농사일의 양과 역할과중정도, 부부관계, 시부모와의 관계 등에 따라 가정생활만족도와 정신건강이 영향을 받는 것으로 보고되고(조현숙 등 2001; 최규련 1997b, 2002a; 최덕경 1999), 도시여성과 다른 환경에 있기 때문에 이들의 수요와 상황에 맞는 프로그램 운영과 보급이 필요하다.

특히 경기지역 농촌여성들의 경우 경기도라는 지역적 특성과 농촌여성이라는 특성이 합쳐져 있는데 먼저 경기도는 성격상 일반도시, 신도시, 공업도시 및 농촌의 특성을 복합적으로 가짐에 따라 이 지역의 가족문제는 한국 전체의 가족문제를 대표적으로 반영하는 것으로 지적된다. 경기지역 가족현황으로는 구조적 특성에서 전국에 비해 유년인구가 많고 노년인구가 적으며, 전국 대비 혼인율과 이혼율이 모두 높고, 전국 대비 국제결혼건수 증가율도 높다. 관계적 특성으로는 부부싸움정도가 전국 평균보다 높은 편이고 타 지역에 비해 남편의 이혼고려 경험이 높고, 여성의 시부모부양 관련 남편 및 형제자매와의 갈등이 높았다. 그리고 경기도 성인남녀의 가족관계 향상에 대한 수요는 높아서 화목한 가족관계를 위한 교육의 필요성을 높게 인지하고 있고, 건강가정지원센터에 대한 기대순위에서도 도움이 필요한 가족 지원(30.6%)에 이어서 화목한 가족관계를 위한 교육(30.1%)에 대한 기대순위가 높았다. 전체적으로 가족생활교육 중 부모교육(62.0%), 세대화합교육(49.2%), 부부관계향상교육(42.5%), 결혼준비교육(41.8%)의 순으로 필요성을 크게 느꼈다(경기도가족여성개발원 2006; 경기도가족여성정책국 2006).

특히 경기도 농촌 지역은 경기도 다른 지역에 비해 시부모와 동거하거나 가까이에서 부양하는 경우가 많아서 시부모부양 스트레스와 부부갈등 문제를 많이 경험하는데(경기도가족여성개발원 2006) 이 같은 경향은 일반 농촌지역의 경우에도 공통적이어서 부부갈등과 불화 등의 부부문제가 고부간의 갈등과 얽혀서 갈등의 악순환을 가져오는 경우가 많은 것으로 나타났다(변화순 등 1998; 최규련 1997b, 2000). 한편 전국적인 농촌 여성에 관한 교육요구도 연구결과에서도 가족간의 효율적인 대화법과 갈등해결방식에 관한 교육요구도가 높고, 부부교육, 부모교육 외에 고부관계 교육, 시부모관련 부부갈등 해결교육요구도가 높은 것으로 나타났다. 그리고 농촌여성 대상 프로그램운영에서 도시여성과 달리 농사일에 종사하는 여성들을 고려하여 농번기를 피하여야 하고, 교통이 불편한 경우를 고려하여 교통편을 제공하

나 출장교육을 하고, 장기적 연속교육보다는 단기간에 걸친 교육을 원하는 것으로 나타났다(김영옥·김이선 1999; 조영숙 1997a; 최규련 2002a).

이에 따라 농촌 여성 대상의 가족생활교육 프로그램 내용은 한 가지 가족관계에 국한하기보다 부부관계, 고부관계, 자녀와의 관계 등에 관한 정보제공과 각각의 가족관계를 증진하기 위한 구체적인 방법, 대화법, 갈등해결 방법 등을 포괄적으로 포함시킬 필요가 있다. 그리고 농번기를 피하여 2,3일 내지 3,4일 정도 교육하는 일정을 계획하고 가능한 거주지역으로 찾아가는 출장교육으로 운영하는 것이 필요하다.

그러나 기존의 농촌여성을 대상으로 한 가족생활교육 프로그램 중에서 가족관계 증진방법을 통합적인 내용으로 구성하고 이를 출장교육으로 운영하는 프로그램은 찾지 못하였고, 기존의 개발된 가족생활교육 프로그램 중에서도 효과성 검증을 하였거나 활발하게 운영되는 경우는 아주 드물다. 다만 효과검증을 하고 경기지역에서 비교적 장기간 운영되고 있는 부부 평등교육 프로그램(최규련 2002b, 2003)이 있으나 남편과 함께 참여할 수 없거나 숙박이 어려운 여성들은 참여가 불가능한 형편이다.

그러므로 본 연구에서는 농촌여성들의 이와 같은 상황과 교육요구도를 바탕으로 농촌여성을 대상으로 부부관계와 부모자녀관계, 고부관계 등의 가족관계를 증진시키는 방법과 일반적인 관계 핵심기술을 포함하는 통합적인 가족관계 증진 프로그램을 개발하고 출장교육을 하여 효과검증을 할 목적으로 실시되었다.

본 연구에서 구명하고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 농촌 여성에게 적합한 가족관계 증진 프로그램 내용은 무엇인가?

<연구문제 2> 교육대상에게 프로그램의 효과성 검증을 한 결과는 어떠한가?

## II. 프로그램 내용의 이론적 배경

프로그램 내용은 다음의 이론적 배경을 토대로 구성되었다.

### 1. 건강한 가정 특성 이론

가족학자들과 가족상담자들이 보고하는 건강가족(healthy family)의 특성은 주로 사회심리적 측면인 관계특성에 초점을 두고 제시되었는데 이를 종합 요약하면 다음과 같다(어은주·유영주 1995; 지영숙·이영호 1998; 허봉렬 1996, 1998; Curran 1983; Goldenberg & Goldenberg 1995; Stinnett et al. 1979). 첫째, 가족과 가족원을 소중하게 여기며 헌신하기, 둘째, 함께 시간을 보내고 같이 즐기기, 셋째, 문제대처 능력과 이견조정 능력, 넷째, 사랑과 배려, 다섯째, 긍정적 의사소통(경청하기, 유모어 사용)과 감정의 공유, 여섯째, 서로에게 관용하고 개성을 존중하기, 일곱째, 공통의 종교와 가치관 공유, 여덟째, 평등하고 동반자적인 부부관계, 아홉째, 부모가 화목하고 자녀에게 권위가 있으며 일관성 있게 자녀를 대함, 열째, 긍정적, 협조적 태도와 책임감, 인내심, 열한번째, 원만한 친인척관계 등이다.

이에 따라 가족관계 증진 프로그램의 첫 회기로 “행복한 가정이란”이란 주제를 정하고 ‘우리 가정의 행복지수와 가족관계를 진단하며, 행복하고 건강한 가족의 특성을 이해하게 하고, 행복한 가정을 위한 각론적인 방법으로 부부관계, 부모자녀관계, 고부관계 등을 증진시키는 방법과 대화법과 갈등해결방법에 관한 정보습득의 필요성을 부각시켜서 학습동기를 부여하는 내용으로 프로그램 1회기를 구성하였다.

### 2. 인지행동 이론과 관계향상 이론

가족관계를 포함한 인간관계 전반에서 긍정적 사고와 합리적 사고, 현실적 기대수준을 갖는 것이 필수적이다. 인지행동이론에서는 인간의 행동 변화는 인지 및 사고의 변화의 결과물이라 하고, 비합리적 신념과 왜곡된 사고, 소극적, 부정적 인지양식 대신에 합리적 신념과 적극적 사고방식, 긍정적인 인지양식으로 변화시킴으로써 행동변

화 및 관계개선을 가져오게 한다(박경애 1997). 그러므로 본 연구에서는 참가자들의 사고와 인지양식을 긍정적이고 적극적으로 변화시키는 내용을 프로그램 전 회기에 걸쳐 포함하였다. 또한 인간관계 훈련 프로그램과 가족상담에서 강조되는 상대방의 행동변화를 기대하고 요구하기보다 본인의 자발적 자기변화와 적극적인 노력이 관계향상을 가져온다는 관계향상 이론과 정서적 지지와 관심, 협조적 태도와 신뢰감, 긍정적인 감정표현(Satir 1972), 나-긍정, 타인-긍정(I'm ok, you're ok)의 Harris(1969)의 이론 등을 전 회기에 포함시켜서 내용을 구성하였다.

### 3. 가족 간 의사소통과 갈등해결 이론

의사소통 방법과 갈등해결방법 기술이 대부분의 가족생활교육 프로그램에서 공통적으로 포함되는데 이는 원만한 인간관계를 유지하기 위해서 기본적으로 필수적인 요소이기 때문이다(한국가족관계학회편 1998; Thomas & Arcus 1992; Waring et al. 1994). 그리고 이와 함께 이성적으로 갈등을 해결하기 위한 전제조건으로 분노조절 기법이 대부분의 프로그램에서 포함된다. 우선 부부관계 교육 프로그램에서 이 주제가 필수 주제로 다뤄지고 그 긍정적 효과를 보고하는 부부 교육 프로그램이 상당수 있다(유은희·김득성 2005; 정현숙 1998; 조영숙 1997b; 최규련 2002b, 2003). 그것은 종래 지배적 남편과 복종적 아내 상이 요구되던 전통사회와 달리 현대가족에서는 도시나 농촌을 막론하고 우애적 부부관계를 지향하고 부부간의 의견조율과 합의가 가정생활에 매우 중요하기 때문으로 여겨진다(서광희·조병은 1993; 송정아 등 1998). 실제로 농촌의 가족관계증진 프로그램 내용에 의사소통 방법과 갈등해결 방법을 포함시켜야 할 필요성은 이외에도 실제 농촌부부들의 결혼만족도에 가장 크게 작용하는 것이 부부간의 의사소통 양상과 문제해결 양상이라는 보고(양순미 2003; 조현숙 등 2001; 최규련 2000)에서 재확인된다.

또한 최근 10년간 실제 수행한 부모교육 프로그램에서도 의사소통 향상 교육프로그램이 전체 23%를 차지하고 있고, 의사소통기술이 모든 연

령대의 부모-자녀관계의 필수기술로서 대부분의 부모교육 프로그램에 포함되고 있으며(전춘애·이미숙 2003), 고부관계 증진프로그램에서도 이 기술이 포함된다(홍숙자 1995).

이에 따라 본 프로그램에서는 2회기 주제를 가족대화법이라 명명하고 미네소타 부부대화법 프로그램(Miller et al. 1991)의 내용 중 대화 진단표를 축약하고 자기표현기술과 경청기술을 포함시켰다,

그리고 갈등해결 기술은 부모자녀관계, 부부관계, 고부관계를 증진시키는 방법을 강의한 다음 마지막 6회기 주제로 정하여 부부사이에 자녀와, 그리고 고부 사이에 실습할 수 있도록 구성하였다. 이에 관한 이론과 방법은 미네소타 부부대화법 프로그램(Miller et al. 1991)의 협동적 갈등해결방법을 적용하였다. 즉 갈등과 문제정의하기, 대화계획하기, 갈등과 문제 완전히 이해하기, 소망확인하기, 대안과 미래 행동말하기, 행동실천 가능성 검토하기, 평가하기 등의 7단계제를 중심으로 내용을 구성하였다. 이와 같이 미네소타 부부대화법 프로그램을 가족간 의사소통과 갈등해결 교육에 적용하는 것은 그 효과가 국내외적으로 검증되었고 선행연구에서도 그 효과를 확인할 수 있기 때문이다(채규만·최규련 1996; 최규련 1997c).

### 4. 부모-자녀관계 관련 스트레스 대처 이론

부모자녀관계는 가족관계 중에서도 가장 장기간 지속되면서 동시에 관계의 질이 부모 자녀 양쪽에 큰 영향력을 미친다는 특성이 있다. 전통사회와 달리 급변하는 사회 속에서 많은 부모들이 새로운 환경과 흐름에 걸 맞는 부모역할과 기능을 찾는데 혼돈을 경험하여 자녀를 어떻게 교육하고 자녀와의 관계를 어떻게 유지하는 것이 효과적인지 자신의 역할에 상당한 도전을 받고 있다(송정아 등 1998; 송정아·최규련 2001). 또한 현대사회에서는 남녀노소를 막론하고 성취와 경쟁력이 요구되기 때문에 모든 사람들이 다스간에 스트레스를 경험하며 건강한 삶을 위해서는 효율적인 스트레스 대처방법을 습득하고 활용할 필요가 있다. 그러므로 가족관계 향상교육 프로그램에서 부모가 자신의 부모역할 스트레스에 효과적

으로 대처하는 방법과 동시에 자녀의 발달단계에 따른 각종 스트레스를 이해하고 그들이 잘 대처하도록 지도하는 방법들을 프로그램에 포함시키는 것이 필요하다.

McCubbin 등(1980)의 가족스트레스와 대처이론과 Curran(1983)의 연구결과에서 가족 간의 스트레스를 정상적인 부분으로 지각하고 상대방에 대한 기대를 조정하는 등 스트레스에 적극적이고 이성적인 대처방법을 사용하며, 가용자원을 활용하는 것이 건강한 관계에 필요하다고 한 바 있다. 이를 바탕으로 본 프로그램에서는 부모의 자녀에 대한 기대 낮추기와 자녀 놓아주기, 사고방식의 변화, 긴장이완훈련, 자녀의 눈높이에 맞춰서 자녀이해하기, 자녀의 자기표현 격려하기, 외부지원 활용하기 등을 3회기 프로그램 내용에 포함하였다.

### 5. 성격 유형 이론

부부관계 증진을 위해서는 부부간의 성격차이에 대해 상대방을 이해하고 성격의 조화를 이루어 갈등을 예방하는 것이 중요하다. 부부관계 문제가 가장 단적으로 나타나는 것은 이혼사유라 하겠다. 우리나라 협의이혼사유 중에서 매년 가장 첫째순위를 차지하는 것이 성격차이다(통계청 2002-2005). 이와 같이 상당수의 부부들은 배우자에 대하여 있는 그대로의 모습을 수용하기보다는 자신이 설정해 놓은 기대나 자신의 방식에 맞추기를 바라고 이로 인해 많은 갈등을 겪는다. 실제로 배우자와의 성격차이와 그에 따른 대화문제가 농혼여성들의 결혼만족도에 큰 영향을 미친다는 보고(최규련 2000)로 배우자와의 성격차이를 극복하는 방법을 부부관계 증진 프로그램 내용에 포함시켜야 할 필요성을 재확인하게 된다. 그러므로 부부관계를 증진하기 위하여 배우자와의 성격차이를 이해하고 배우자에 대한 현실적 기대를 갖도록 하는 것은 매우 중요하다. 기존 부부관계 증진프로그램에서도 성격차이를 극복하는 방법, 배우자에 대한 비현실적 기대에서 벗어나 합리적인 기대관리 방법을 내용으로 포함하고 있는 프로그램이 상당수 있다(방현주·이기숙 2002; 유은희·김득성 2005; 이경희·옥선화 1999). 그

러나 이들 프로그램들이 효과검증을 하지 않았거나 현장에서 적용되지 못하는 경우가 많다.

본 프로그램에서는 우리나라에서 널리 사용되고 있는 MBTI검사를 활용하였다. MBTI(Myers-Briggs-Type-Indicator)는 Briggs와 그녀의 딸 Isabel Myers. 그리고 손자 Peter Myers가 Jung의 성격발달이론을 기초로 연구하여 개발된 성격유형검사이다. 이 도구는 심리적 선호를 통해 개인의 성격유형을 알아보는 비진단검사이다. MBTI에서는 인간의 성격유형이 네 가지 선호성의 조합으로 이루어지며, 네 가지 선호척도의 기능을 깊이 이해함으로써 자신의 이해뿐 만 아니라 타인이해에도 도움을 주어 보다 원활한 인간관계를 이루어나가는 데 도움을 줌을 강조한다. 16가지 유형이 도출되며 각 선호성지표의 의미를 요약하면 다음과 같다. 외향성(E)-내향성(I) 지표는 주의집중과 에너지 방향을, 감각(S)-직관(N) 지표는 정보인식 기능을, 사고(T)-감정(F) 지표는 의사결정기능을, 판단(J)-인식(P) 지표는 외부세계에 대한 태도를 나타낸다. 외향성-내향성(EI)지표는 보통 인간관계에서 서로 보완되는 경향을 보이고, 감각-직관(SN) 지표는 현실적-이상적, 구체적-추상적인 면에서 대립을 보이기 쉽다. 사고-감정(TF) 지표는 논리적-인간적인 면에서 대립을 보이고, 판단-인식(JP) 지표는 계획적-질서정연-즉흥적 융통성면에서 종종 갈등을 빚는다(김정택 등 1993).

이에 따라 4회기에서는 부부간의 성격차이의 원인인 성격유형을 검사 도구를 사용하여 진단하고 부부 성격유형의 특성별 갈등문제 양상을 이해하며, 성격차이의 해법탐색에서 차이를 인정하고 수용하며 조화를 이루는 방법을 찾아가도록 하는 내용을 프로그램에 포함시켰다.

### 6. 고부관계 증진이론

고부관계 증진을 위해서는 고부관계의 본질과 취약점에 대한 인식, 고부갈등 요인에 대한 이해를 토대로 하여, 며느리의 시모에 대한 이해와 존중하는 태도와 동시에 시모의 며느리에 대한 이해와 배려하는 태도를 강조해야 한다(한국가족관계학회편 1998; 홍숙자 1995). 이에 따라 본 프로그램에서는 고부관계의 본질, 시부모의 역할변

화와 특성, 시부모의 심리적 성격적 특성이해, 며느리의 심리적 특성이해, 원만한 관계를 위한 며느리와 시모의 노력방법 등에 대한 정보를 제공하고 상대방을 이해하도록 노력하는 자세를 갖추도록 하는 내용을 5회기 프로그램에 포함시켰다.

### III. 프로그램의 개발

#### 1. 프로그램의 목표

농촌여성들로 하여금 행복한 가정생활에 대한 올바른 가치를 정립하고 부부관계, 부모자녀관계, 고부관계 등의 증진방법, 대화법과 갈등해결방법을 이해하고 습득하여 행복한 가정생활을 하도록 돕는 것을 목표로 프로그램을 개발하였다.

프로그램의 목표를 달성하기 위한 구체적인 하위 목표들은 다음과 같다.

첫째, 가정생활 행복지수 향상방법을 이해하고 가족간의 대화법과 갈등해결방법을 습득하여 가정생활 행복을 위한 정보, 태도, 기술을 활용하도록 함으로써 전반적인 가정생활 행복도와 자존감을 증진시키고 우울경향을 감소시킨다.

둘째, 부부간의 성격차이를 극복하고 대화로 갈등을 해결하도록 함으로써 부부관계 만족도를 증진시킨다.

셋째, 부모로서 스트레스를 적극적으로 대처하고 자녀와의 관계를 개선하는 방법을 습득함으로써 원만한 부모-자녀관계를 갖도록 돕는다.

넷째, 고부관계 증진방법에 대한 정보를 제공하고 바람직한 태도와 기술을 습득하게 함으로써 고부관계 증진을 돕는다.

#### 2. 프로그램의 내용

본 프로그램의 내용 구성은 6회기로 구성되었고 구체적인 회기별 내용은 Table 1에서 Table 6에 제시되었다.

##### 1) 1회기: 행복한 가정이란

행복은 다른 사람이 주는 것이 아니라 스스로 만들어가는 것이고 훈련하고 현재를 즐기는 것임을 설명하고, 가정의 의미는 축복과 희망, 사랑의 대상, 힘의 근원, 천국이 되어야 하는데 여러 원

Table 1. First session program content

Session 1. Making happy family			
Objectives:	1. understanding the concept of happy family 2. facilitating learning motives for making happy family		
Stage	Content	Minutes	Materials
Introduction (20 minutes)	① explaining the meaning of program performance and attentions		pre-questionnaire
	② answering pre-questionnaire		
	③ introduce the topic of session 1		
Lecture & Activity (80 minutes)	④ lecture: concept and meaning of happy family	10	workbook
	⑤ activity: diagnosis family happiness, strength & weakness	20	
	⑥ lecture: elements of happy family	15	
	⑦ lecture: practice method for making happy family - conjugal is core of family, raising marital love, family togethering, understanding gender difference, acknowledging personality differences, autonomic relations, self disclosure, humor, choosing happiness, compliment and thanks, mutual service -	30	
	⑧ activity: note home practice	5	
Conclusion (10 minutes)	⑨ summary and evaluation		

Table 2. Second session program content

Session 2. Family communication			
Objectives:	1. understanding attitude and preparation of family communication 2. training talking skills and listening skills		
Stage	Content	Minutes	Materials
Introduction (10 minutes)	① review the topic of first session		
	② introduce the topic of session 2		
Lecture & activity (90 minutes)	③ lecture: importance and influence of family communication, communication attitude	10	workbook
	④ activity: answering & scoring communication diagnosis	10	
	⑤ lecture: talking skills - speak for self, describe sensory data, express thoughts, share feelings, disclose wants, state actions -	20	
	⑥ lecture: listening skills - attend, acknowledge, invite, summarize, ask -	20	
	⑦ activity & demonstration: coaching demonstration to volunteer's talking skills practice and listening skills practice, participant observing	10	
	⑧ activity: a pair practice(using talking skills for express one's thanks and listening skills with partner), instructor coaching	20	
Conclusion (10 minutes)	⑨ summary and evaluation		
	⑩ giving home task: using talking skills and listening skills with spouse or children		

Table 3. Third session program content

Session 3. Coping parent-child relation stress			
Objectives:	1. understanding parent-child relation stress 2. facilitating coping strategy to parent-child relation stress		
Stage	Content	Minutes	Materials
Introduction (10 minutes)	① review the topic of second session		
	② introduce the topic of session 3		
Lecture & activity (90 minutes)	③ lecture: type of parent-child relation stress and influence	10	workbook
	④ activity: note own parent-child relation stressor, stress index and syndrome, and sharing partner	20	
	⑤ lecture: parent-child relation stressor and coping strategy of both parent and child	30	
	⑥ lecture: improving coping strategy to parent-child relation stress	20	
	⑦ activity: note own home exercise plan and share with partner	10	
Conclusion (10 minutes)	⑧ summary and evaluation		
	⑨ distribute MBTI test and explain marking tact in home		

Table 4. Forth session program content

Session 4. Coping conjugal personality difference			
Objectives:	1. understanding personality types of self and spouse 2. learning coping conjugal personalty difference		
Stage	Content	Minutes	Materials
Introduction (10 minutes)	① making comfortable atmosphere ② introduce the topic of session 4		
Lecture & activity (90 minutes)	③ lecture: explaining purpose of MBTI test and scoring	10	workbook
	④ activity: note scoring results of MBTI test, record self inference type, task performance type, others inference type, test scoring results, optimum type among E/I, S/N, T/F, J/P	30	MBTI test
	⑤ lecture: interpretation indexes(E/I, S/N, T/F, J/P), coping personality difference	20	workbook
	⑥ group activity: group work by function(ST/SF/NF/NT) & presentation ○ family precepts ○ marital conflict pattern ○ express a picture ○ coping personality difference	30	workbook
Conclusion (10 minutes)	⑦ summary and evaluation	10	

Table 5. Fifth session program content

Session 5. Becoming a good mother/daughter in-law			
Objectives:	1. understanding the substance of mother/ daughter in- law relation 2. understanding each other's mind and role, and practice good relations among mother in-law, daughter in-law and husband		
Stage	Content	Minutes	Materials
Introduction (10 minutes)	① making comfortable atmosphere ② introduce the topic of session 5		
Lecture & activity (90 minutes)	③ lecture: substance, conflict pattern of mother/daughter in-law relation	10	
	④ lecture: understanding the mind, role change, and characteristics of mother in-law and daughter in-law	20	
	⑤ group activity: 2 group(mother in-law group, daughter in-law group) discussion and presentation about wants, displeasing, sorry, and practice own plans	40	workbook
	⑥ lecture: becoming a good mother/daughter in-law relations, practice self efforts as daughter in-law, mother in-law and husband	20	
Conclusion (10 minutes)	⑦ summary and evaluation	10	



Table 6. Sixth session program content

Session 6. Dissolving family conflict			
Stage	Content	Minutes	Materials
Objectives:	1. understanding the importance of dissolving family conflict 2. apply collaborate conflict dissolving to own family conflict		
Introduction (10 minutes)	① making comfortable atmosphere ② introduce the topic of session 6		
Lecture & activity (90 minutes)	③ lecture: importance of dissolving spouse/family conflict type of spouse conflict, parent-child conflict, in-law relations conflict, child problem, elderly parent problem types of dissolving family conflict, anger express pattern	20	
	④ activity: recode own family conflict, types of dissolving family conflict, anger express pattern, share with partner	10	
	⑤ lecture: 7 step collaborate conflict dissolving ○ identify and define the issue ○ contract communication ○ understand the issue completely ○ identify wants ○ generate options and choose actions ○ test the action plan ○ evaluate the outcome	20	workbook
	⑥ role play & demonstration: ○ couple role play ○ 7 step collaborate conflict dissolving	20	
	⑦ activity: a pair exercise collaborate conflict dissolving	20	
	Conclusion (20 minutes)	⑧ conclusion ⑨ post-test & program evaluation ⑩ completion	

인으로 속박, 절망, 증오의 대상, 짐이 되고 지옥이 되는 경우도 있고 가족붕괴와 가정위기가 현대사회에서 급증하고 있음을 설명한다. 그리고 참가자들은 워크북에 우리 가정의 결혼생활, 부부관계에 대해 1부터 10사이에 점수를 적고, 나의 행복지수 테스트와 결혼만족도 검사를 작성하며, 가정의 건강한 면과 건강하지 않은 면을 각자 적고 강사는 채점하는 방법을 알려주고 점수 대별로 해석하여 주고 참가자들은 결과에 대해 옆 사람과 나눈다. 행복한 가정의 요소와 실천방법에 대한 개괄적인 내용을 강의하고 참가자들은 가정에서 실천할 일을 한 가지 적고 옆 사람과 나눈다. 그리고 다음 회기부터 행복가정을 만드는 구체적인 방법들에 관하여 공부함을 알린다.

## 2) 2회기: 가족과의 대화법

대화의 의미, 가족과의 대화의 중요성, 대화의 영향력, 대화의 외적 조건과 내적 조건, 대화소재 등을 소개하고 바람직한 대화태도와 바람직하지 않은 대화태도를 설명한다. 참가자들은 워크북의 대화 진단표를 작성하고(가능한 배우자와의 대화 상황에서 자신의 대화방법을 체크) 강사의 채점 방법 설명에 따라 자가 채점을 한 다음 강사의 점수해석을 듣고 자신의 개선점을 워크북에 적고 옆 사람과 나눈다. 강사는 대화태도가 “상대방을 존중하지 않는 상황”이 되면 대화를 중단할 것을 대화규칙으로 정하고 실천할 것을 강조한다. 그리고 말하기의 본질과 6가지 기술(자신에 대해 말하기, 감각정보 말하기, 생각말하기, 감정말하

기, 소망말하기, 자신의 행동말하기)들에 대해 설명하고 경청의 본질과 5가지 기술(주의기울이기, 인정하기, 정보요청하기, 요약하기, 질문하기)을 설명한다. 참가자들 중에서 자원자 2명에게 여러 사람 앞에서 대화기술 시연을 하도록 지도하고, 강사는 피드백을 준다. 다음 전체 참가자들이 2명씩 한조가 되어 차례로 배우자나 자녀와 대화하는 방법을 말하기기술과 경청기술을 사용하여 실습하고 강사는 순회지도 한다. 종결단계에서 집에서 대화기술을 사용하는 과제를 부여한다.

3) 3회기: 부모-자녀관계 스트레스 극복하기

부모-자녀관계에서 경험하는 스트레스 유형들을 제시하고 스트레스 관리방법에 따라 부모나 자녀, 그리고 부모-자녀 관계에 영향을 미치는 사례를 설명한다. 참가자들은 워크북에 자신과 자녀가 받는 스트레스를 적고 각각 스트레스의 원인과 스트레스 지수, 나타나는 증상을 워크북에 적고 옆 사람과 나눈다. 강사는 참가자들이 공통적으로 겪는 부모로서의 스트레스 원인을 유형별로 제시하고 자녀가 겪는 스트레스 원인도 유형별로 제시하여 설명한다. 참가자들은 부모로서 스트레스 대처전략들과 자녀들이 사용하는 스트레스 전략들을 워크북에 적고 옆 사람과 나눈다. 강사는 부모와 자녀관계에서 스트레스 대처능력을 향상시키는 방법들에 설명한다. 즉 스트레스 자체는 부정적인 요소만은 아니며 인내심과 자신감을 키우고 성장할 수 있는 기회가 되고 어려움을 극복하는 자원이 된다. 그리고 스트레스 대처능력을 향상시킬 수 있는 방법으로 스트레스 원인과 배경을 이해하는 것, 솔직한 자기표현, 서로에게 민감하기, 건강한 체력과 저항력 키우기, 자녀의 자율성을 증진시키는 것, 사고방식의 변화, 효율적 시간관리, 이완훈련, 외부도움 요청하기 등을 설명한다. 참가자들은 자신이 실천할 일을 워크북에 적고 옆 사람과 나눈다.

4) 4회기: 부부성격 차이 극복하기

자신과 배우자의 성격유형을 이해하고 부부간의 성격차이를 극복하도록 할 목적으로 하는 4회기는 다음 내용으로 구성되었다. 먼저 부부간의

성격차이는 많은 부부들의 갈등원인이고 합의의 혼의 가장 많은 사유로 보고되므로 성격차이 극복은 부부관계 개선에 필수적인 것임을 설명한다. 성격차이를 이해하기 위한 방법으로 성격검사를 실시한다는 것을 설명한다. 참가자들은 워크북에 자신의 MBTI 검사 결과를 적고 배우자의 성격유형으로 추측되는 내용을 적는다. 강사는 참가자들의 외향-내향, 감각-직관, 사고-감정, 판단-인식 지표결과와 참가자들의 자기 추측유형, 일처리유형, 타인추측유형 등의 사례를 제시하며, 검사결과유형, 최적유형을 E/I, S/N, T/F, J/P 지표에 표기한 결과를 토대로 해석하고, 성격차이를 극복하는 방법을 설명한다. 참가자들은 기능별(ST, SF, NF, NT)로 그룹모임을 갖고 가훈, 부부 갈등 양상을 토론하고 그림으로 표현하며 성격차이 극복 사례들을 모아서 그룹 별로 한 사람씩 발표를 한다.

5) 5회기: 좋은 시어머니 - 며느리 되기

고부관계에서 갈등은 보편적인 현상으로 전통사회에서부터 대표적인 스트레스 원인이었고 부부관계를 비롯한 다른 가족관계에도 부정적인 영향을 미치기 때문에 결혼생활 행복과 화목한 가정을 위해서는 고부간의 원만한 관계가 필수적임을 설명한다. 고부갈등 사례를 유형별로 제시하고 해결방법을 개괄적으로 설명한다. 일반적으로 시모보다는 젊은 며느리의 노력이 요구되고 그 가능성이 많으므로 며느리가 해야할 일로 시부모의 마음을 이해하여야 하고, 시모의 역할변화와 중·노년기의 심리적·성격적·관계적 특성을 이해하는 것이 필요함을 강조하고 사례를 예시한다. 참가자들을 그룹으로 나누어 시모 입장과 며느리 입장에서 상호간에 바라는 것, 섭섭했던 일, 미안했던 일, 앞으로 실천할 일들을 토론하고 그룹별 발표를 하게 한다. 강사는 그룹별 발표를 듣고 요약하고 보충하여 원만한 고부관계와 가정행복을 위해 며느리가 노력할 일, 시모가 노력할 일, 남편이 노력할 일을 정리한다.

6) 6회기: 가족 간 갈등해결 방법

가족 간 갈등해결의 중요성과 갈등유형 사례,

갈등해결유형, 분노표현 유형을 설명하여 참가자들의 이해도를 높인다. 참가자들은 자신의 가족과의 갈등문제와 자신의 갈등해결 유형, 자신이 자주 사용하는 분노표현방법을 워크북에 적고 옆 사람과 나눈다. 협동적 갈등해결 방법은 양승(win-win)원리에 따라 단계적으로 대화기술을 사용하는 것임을 설명하고 7단계 협동적 갈등해결 방법(갈등문제 정의, 대화계획, 갈등문제 완전히 이해하기, 소망 말하기, 대안과 미래 행동 말하기, 행동실천 가능성 검토하기, 행동실천 후 평가하기)을 사례와 함께 설명한다. 참가자들 중에서 남편과 아내 역할극 자원자를 받아 협동적 갈등해결 방법을 강사의 지도로 시연하게 한다. 그리고 참가자들은 2인 1조가 되어 워크북에 적어가

면서 가족 간의 갈등문제를 협동적으로 해결하는 실습을 하고 강사는 순회 지도를 한다.

#### IV. 프로그램 실시 및 평가방법

##### 1. 프로그램 실시 방법

본 프로그램은 6회기를 1주일 간격으로 실시하는 것이 이상적이나 6주에 걸친 교육 중에 참가자들의 중도 탈락 가능성이 있고 원거리 거주자의 경우 교육장소까지 차량제공이 되어야 하는데 그 관리가 용이하지 못하기 때문에 1일 3회기씩 3~4일 간격으로 2일 교육하는 방법을 택하였다. 각 회기는 2시간(휴식시간 10분포함)으로 구성되었고, 하루 종일 교육이기 때문에 중식시간

Table 7. General characteristics of participants

(N=188 #)					
Variables	Category	Frequency(%)	Variables	Category	Frequency(%)
Age	under 39	18( 9.6)	Education level	elementary school	16( 8.5)
	40~49	88(46.8)		middle school	83(44.2)
	50~59	66(35.1)		high school	82(43.6)
	over 60	16( 8.5)		college & over	7( 3.7)
Marital duration (year)	under 10	5( 2.7)	Number of children	1	23(12.3)
	11~20	46(24.4)		2	107(57.2)
	21~30	85(45.2)		3	42(22.5)
	over 31	52(27.6)		over 4	15( 8.1)
Occupation	housewife	42(22.3)	Type of family	nuclear family	144(76.6)
	farm work	146(77.7)		extended family	40(21.3)
Age of first child	12	10( 5.3)		others	4( 2.1)
	13~19	35(18.6)	Daughter/Mother in - law status	daughter in-law	145(77.1)
	20~29	83(44.1)		not daughter in-law	43(22.9)
	30~39	83(44.1)		mother in-law	34(18.1)
over 40	60(31.9)	not mother in-law		154(81.9)	
Religion	protestant	22(11.7)	Region	Pocheon city	32(17.6)
	catholic	19(10.1)		Peongtack city	40(21.3)
	buddhism	90(47.9)		Namyangju city	32(17.0)
	others	1( 0.5)		Eujeongbu-Yangju city	45(23.9)
	none	56(29.8)		Osan-Hwaseong city	39(20.7)
Participant experience of family life education	yes	117(62.2)	Marital status	married	174(92.6)
	no	71(37.8)		not married	14( 7.4)

# The sum of sample can be different because of missing data.

과 중식 후 레크리에이션 시간을 일정에 포함하였다. 첫째 날은 10시부터 12시까지 1회기 교육, 12시~2시 점심식사 및 레크리에이션(외부강사 초빙), 2시~4시 2회기 교육, 4시~6시 3회기 교육으로 구성되고, 둘째 날에는 동일 시간대에 4회기, 점심시간 및 레크리에이션, 5회기, 6회기 교육 및 수료식이 차례로 진행되었다. 강사는 연구자 외에 프로그램 취지를 숙지하고 프로그램 내용과 강의에 전문성 있는 박사급 강사 3명이 분담하여 강사 1은 1회기와 5회기를, 강사2는 3회기를, 강사3은 4회기를 담당하였다. 연구자는 프로그램의 기획과 개발, 참가자 모집협의 등 전체 진행과 2회기와 6회기 강의, 효과검증을 담당하였다.

교육방법은 짜여진 일정에 따라 강사들이 5개 지역 교육장소를 차례로 순회하는 출장교육으로 진행되었다. 교육방법은 교재와 파워 포인트, 검사도구 등을 활용하고 강의와 더불어 참가자들의 활동으로 워크북에 해당내용 적기, 옆 사람과 내용 나누기, 조별 토론 및 발표, 그룹별 활동, 역할극 및 시연, 실습 등이 활용되었다.

본 프로그램은 2005년 6월22일부터 7월15일까지 실시되고 참가자 모집과 교육장소 준비는 농협경기지역본부와 산하 5개 시지부에서 주관하였다. 교육 장소는 오산화성지역만 관내 대학교 강의실을 이용하였고, 나머지 4개 지역은 해당 시 지부 회의실이나 참여농협 회의실을 사용하였다. 5개 시 지부는 포천시 지부, 남양주시지부, 의정부 양주시 지부, 평택시 지부, 오산 화성시 지부이었고 참가자들은 해당 농협 시지부 관내에 거주하는 여성이었다.

## 2. 연구대상

1회기 교육부터 6회기 교육까지 빠지지 않고 참가한 188명을 대상으로 하였는데 참가자들의 일반적 특성은 Table 1에서 보는 대로 40대가 가장 많았고 다음 50대가 많았으며, 교육수준은 중졸과 고졸이 많았다. 결혼기간은 21년에서 30년 사이가 가장 많았고 자녀수는 2명이 많으며, 이들의 직업은 농업이 77.2%로 가장 많았고, 전업주부는 22.3%이었다. 가족형태로는 핵가족이 76.6%, 확대가족이 21.3%이었고, 만자녀 연령은

20대가 가장 많았다. 시어머니가 계신경우가 77.1%로 많았고, 며느리가 없는 경우가 81.9%로 많았다. 배우자가 있는 경우가 대다수 이었으나 없는 경우도 7.4%가 있어서 배우자 관련 교육시간에서는 이들에 대한 배려가 필요하였다. 종교는 불교가 많았고, 종교가 없는 경우는 두 번째로 많았다. 가족생활교육 수강경험이 있는 사람이 62.2%로 많았다. 이들 특성의 평균값으로는 평균 연령은 49.87세, 평균 결혼기간은 26.51년, 평균 자녀수는 2.29명, 만 자녀 평균 연령은 25.73세이었다.

## 3. 프로그램 평가방법

프로그램 실시 전에 사전검사를 실시하고 프로그램 종료 후에 사후검사와 자기보고식 프로그램 평가를 실시하여 결과를 분석하는 방법을 사용하였다.

### 1) 측정 도구

효과검증과 프로그램 평가는 구조화된 척도와 개방형 질문지를 병행 이용하였다. 효과검증을 위한 구조화된 척도로 가정생활만족도, 배우자와의 관계 만족도, 자녀와의 관계만족도, 고부관계 만족도, 자신의 노력정도, 우울경향, 자존감 척도를 사전검사와 사후검사에 모두 이용하였다. 프로그램 평가를 위해 내용만족, 장소만족, 교육주제별 유익정도 척도를 이용하고, 개방형 질문으로 '가장 도움을 많이 받은 내용', '소감 및 건의 사항'을 프로그램 종료 후 직접 적도록 하였다.

#### 가. 가정생활 만족도, 가족관계 영역별 만족도 척도

'가정생활 전반에 대하여 얼마나 만족하십니까?', '배우자와의 관계에 얼마나 만족하십니까?', '자녀와의 관계에 얼마나 만족하십니까?', '시모/며느리와의 현재 관계에 얼마나 만족하십니까?' 등의 단일문항으로 각각 매우 불만부터 매우 만족에 이르는 5점 척도로 구성되었다.

#### 나. 가정행복위한 자신의 노력정도 척도

'가정을 행복하게 만들기 위해 자신은 어느 정

도 노력하십니까?’라’는 질문의 단일문항으로 전혀 노력을 안한다부터 매우 많은 노력을 한다에 이르는 5점 리커트 척도로 구성되었다.

다. 우울경향 척도

Ulbrich(1988)의 CES-D(The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale) 중 ‘의욕이 없고 우울할 때가 많다’, ‘평소에 스트레스나 압박감을 느낀다’, ‘슬프거나 낙담되는 일이 많다’ 등 3문항을 선택한 5점 리커트 척도로 점수가 높을수록 우울경향이 높음을 의미한다. 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 사전검사 .7561, 사후검사 .7676이었다.

라. 자존감 척도

Rosenberg(1979)의 Self-Esteem Scale 10문항 중 ‘나에게는 좋은 점이 많다’, ‘나는 어떤 일을 계획할 때 자신감이 있다’, ‘나는 나 자신에 만족한다’의 3문항을 선별한 5점 리커트 척도로서 점수가 높을수록 자존감이 높다는 것을 의미한다. 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 사전검사 .7706, 사후검사 7871이었다.

마. 프로그램 평가 척도

프로그램 평가로 ‘내용만족’, ‘장소만족’, ‘교육주제별 유익정도’ 등을 5점 리커트 척도로 질

문하였고 ‘가장 도움이 많이 된 내용’, ‘소감 및 건의사항’을 개방형으로 질문하였다.

2) 분석방법

첫째, 사전-사후검사의 평균차이 검증을 위해 paired t-test를 실시하였다. 이는 교육 참가자의 가정생활만족도, 배우자와의 관계만족도, 자녀와의 관계만족도, 고부관계 만족도, 자신의 가정행복 노력 정도, 우울경향, 자존감이 교육 프로그램에 참가하기 전과 참가한 후에 어떻게 변화하였는지에 대한 통계적 유의성을 검증하는 것이다.

둘째, 프로그램 평가에서 ‘내용만족, 장소만족, 교육주제별 유익정도’는 각각의 점수를 산출하였고, ‘가장 도움이 많이 된 내용’과 ‘소감 및 건의사항’에 대한 참가자들의 답변을 유형화해서 백분율을 산출하였다.

통계처리는 SPSS for windows 10.1 version을 사용하였다.

V. 프로그램의 효과검증 결과

1. 사전-사후검사 결과

본 프로그램의 효과 검증을 위해 가정생활만족도, 배우자와의 관계만족도, 자녀와의 관계만족도, 고부관계만족도, 가정행복 위한 자신의 노력정도, 우울경향, 자존감을 사전-사후 검사한 결

Table 8. Pre - Post test results

(N=188#)

Variables	Pre - test	Post - test	Paired - t value
	M(SD)	M(SD)	pre - post
Family life satisfaction	3.64( .76)	3.99( .66)	-6.759***
Spouse relation satisfaction	3.57( .74)	3.88( .64)	-6.207***
Child relation satisfaction	3.92( .77)	4.17( .63)	-4.909***
Daughter/Mother in-law relation satisfaction	3.60( .75)	3.74( .66)	-4.632***
Self effort for making happy family	3.73( .78)	4.14( .66)	-7.147***
Depression tendency	7.96(2.02)	6.97(2.11)	8.231***
Self-esteem	9.38(2.35)	10.76(2.00)	-9.883***

M: mean, SD: standard deviation

# The sum of sample can be different because of missing data.

\*\*\*p<.001

과는 다음과 같다.

Table 8에서 보는 대로 참가자들은 프로그램 참가 전에 비해 프로그램 참가 후에 가정생활만족도, 배우자와의 관계만족도, 자녀와의 관계만족도, 고부관계만족 등 전반적인 가족관계 만족도가 유의하게 증가하였다. 또한 프로그램 참가 전에 비해 가정행복위한 자신의 노력이 더 증가하고 우울경향은 감소하였으며 자존감은 증가하였고 이러한 차이는  $p < .001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 본 프로그램이 농촌여성의 가족관계 증진과 우울감소, 자존감 증진에 전반적으로 의미 있는 효과가 있음을 의미하는 것이다.

그러나 이 결과는 다음과 같은 점 때문에 일반화에는 한계가 있다. 우선 통제집단을 설정하지 않고 단일집단을 대상으로 사전검사와 사후검사를 실시함으로써 과연 이 같은 변화가 교육만의 효과인지 불분명하고, 교육 후 일정한 시간을 두고 추후검사를 하지 못함으로써 효과의 지속 여부를 측정하지 못하였다는 점이 있다. 그리고 3~4일 간격으로 사전 검사와 사후 검사를 실시함으로써 동일한 검사의 반복에 따른 익숙함과 사회적 바람직성이 응답에 작용할 가능성을 배제할 수 없고, 3문항으로 축약한 우울경향 척도, 자존감 척도 외에는 대부분의 척도가 단일문항으로 구성되어 교육의 효과를 주관적으로 측정하였다는 제한점이 있다. 보다 확실한 결과를 위해서는

가족관계의 증진여부와 정도를 객관적으로 측정하는 척도를 개발하고 질적 접근과 다른 가족원의 평가를 시도하며 사전-사후-추후검사를 실시할 필요가 있다.

## 2. 프로그램 평가

프로그램의 주제별 유익정도를 5점 리커트 척도로 측정한 결과 Table 9에서와 같이 전체 모든 주제에 대해 유익정도를 3.90점~4.37점으로 보고하였다. 이를 100점 만점으로 환산하면 78점~87점 범위를 보였다. 이로써 본 프로그램의 1회기에서 6회기에 이르는 주제가 농촌여성들에게 상당히 유익한 것으로 해석된다.

특히 1회기 행복한 가정이란, 6회기 가족간의 갈등해결방법, 5회기 새로 쓰는 고부이야기, 2회기 가족과의 대화법 등의 순서로 유익정도가 높게 나타나고, 3회기 부모-자녀관계 스트레스 극복하기, 4회기 부부성격 차이 극복하기는 상대적으로 유익정도가 약간 낮았다. 이 결과에서 1회기 유익정도가 가장 높은 경향을 보이는 것은 1회기에 행복지수 진단과 가정생활 점검을 실시하고 실제적인 행복증진 방법들을 구체적으로 제시하면서 참가자들의 흥미와 학습동기를 높인 결과로 해석된다. 그리고 6회기와 2회기의 유익정도가 높은 것은 가족과의 대화법, 가족 간의 갈등 해결 방법이 관계개선의 핵심요소이므로 참가자들의 흥미와 동기부여가 높을 수 있고 또한 프로

Table 9. Results of objective evaluation of program

		(N=188#)
Variables	Category	M(SD)
Usefulness of session topic	session 1. making happy family	4.37( .59)
	session 2. family communication	4.27( .59)
	session 3. coping parent-child relation stress	3.90( .79)
	session 4. coping conjugal personality difference	4.17( .73)
	session 5. becoming a good mother/daughter in-law	4.30( .65)
	session 6. dissolving family conflict	4.33( .62)
General content satisfaction		4.38( .65)
Location satisfaction		4.06( .80)

M: mean, SD: standard deviation

# The sum of sample can be different because of missing data.

그램에서 실제적인 참가자들의 연습과 활동을 하게 함으로써 참여활동이 증가한 점이 작용한 결과로 해석된다. 고부관계에 관한 5회기도 유익정도가 높게 보고 되었는데 이는 고부관계 내용이 고부관계 증진방법과 노후준비 내용을 포함하여서 중년기가 대부분인 참가자들에게 공감과 흥미를 유발하고 실제 고부관계 개선을 위한 지혜를 구체적으로 제시하였기 때문으로 해석된다.

한편 3회기 부모-자녀스트레스 극복하기는 다른 주제에 비해 유익정도가 낮았는데 이는 참가자들의 자녀연령이 광범위하여 강사의 설명이나 구체적 예시들이 모든 참가자들의 흥미를 유발하지 못한 점이 있고 시간부족으로 자녀와의 관계에 대한 접근이 포괄적이 되어 자녀 연령대별로 구체적인 접근이 되지 못한 때문으로 해석된다. 또한 부부 성격차이 극복하기도 유익정도가 상대적으로 약간 낮게 보고 되었는데 이는 남편이 함께 프로그램에 참여하지 않은 상태에서 주제를 다루는 것의 한계로 사료되고, 또한 성격차이를 구체적으로 접근하기에는 시간이 불충분한 것도 원인으로 작용한 것 같다.

이 결과를 통해 프로그램의 부부관계 관련 회기에서는 남편이 함께 교육에 참여하고 교육시간도 더 늘리는 것이 바람직할 것으로 생각된다. 또한 부모-자녀 관계 회기에서는 자녀의 연령대별로 참가자 집단을 그룹화해서 구체적이고 실제

적인 내용을 포함하는 것이 더 바람직할 것 같다.

그리고 전반적인 교육내용에 대한 참가자들의 만족도 결과는 5점 만점에 4.38점으로 나타나 100점 단위로 환산하면 87.6점으로 높은 만족도를 보였다. 또한 교육장소만족도도 5점 만점에 4.06점으로 나타나 100점 만점으로 환산하면 81.2점으로 높게 나타났다. 교육장소만족도가 내용만족도 보다 약간 낮은 것은 일부 지역의 강의실 냉방기 작동 소음이 커서 교육환경이 불편한 점이 작용한 것으로 나타났다.

가장 도움이 많이 된 내용을 한 가지만 선택하도록 하고 소감 및 건의사항을 자유롭게 답변하도록 개방형 질문을 한 결과는 Table 10과 같이 나타났다. 가장 도움이 많이 된 주제로 가장 많은 사람이 답변한 것은 1회기 행복한 가정이란 (25.9%)이었고, 그 다음으로 2회기 가족과의 대화법(24.1%), 5회기 새로 쓰는 고부이야기(21.1%), 6회기 가족 간의 갈등해결방법(13.3%), 4회기 부부 성격차이 극복하기(11.4%)의 순이었다. 3회기 부모-자녀관계 스트레스 극복하기가 가장 도움이 많이 되었다는 사람은 가장 적었다(4.2%). 이 같은 결과는 위에서 주제별 유익정도에 대한 답변결과와 대동소이하다. 참가자들의 소감 및 건의사항으로는 남편이나 자녀가 함께 참여하는 프로그램을 실시해달라는 내용이 가장 많았고, 그 다음으로는 휴식시간을 충분히 줄 것, 홍보를 많이

Table 10. Results of subjective evaluation of program

Variables	Category	Frequency(%)
Most helpful topic	session 1. making happy family	43(25.9)
	session 2. family communication	40(24.1)
	session 3. coping parent-child relation stress	7( 4.2)
	session4. coping conjugal personality difference	19 (11.4)
	session 5. becoming a good mother/daughter in-law	35(21.1)
	session 6. dissolving family conflict	22(13.3)
	total	166(100)
Suggestion(number of respondent)	couple education or parent education accompanied by children	7
	more rest time	4
	marketing and generalizing the program	3

해서 많은 사람이 교육을 받았으면 하는 내용이 많았다.

이상의 효과검증 결과와 프로그램에 대한 평가결과를 통하여 본 연구에서 개발된 프로그램이 참가자들의 전반적인 가족관계를 증진시키는 효과를 가져 온 것으로 나타났고, 대부분의 참가자들에게 유익하고 도움이 많이 되는 내용으로 평가되었으며 참가자들이 전체적인 프로그램 내용에 크게 만족하는 것으로 나타났다. 그리고 평가결과와 건의사항 답변을 통하여 프로그램 운영시 부분적으로 남편이나 자녀를 참여시키는 방법, 자녀의 연령대별로 참가자 집단을 나누어 부모-자녀관계를 교육하는 방법, 그리고 부부간의 성격차이 관련 교육시간을 늘리는 방법, 교육기간을 변화시켜 1일 1회기씩 교육을 6주간 실시하거나 1일 2회기씩 3주간 실시하는 방법, 교육장소의 쾌적성을 더 고려하여야 하는 점들이 연구될 필요가 있다.

## VI. 요약 및 결론

본 연구는 농촌여성을 위한 가족관계 증진프로그램을 개발하고 효과검증을 할 목적으로 수행되었다. 본 프로그램은 가족관계 증진에 관한 제 이론과 선행연구를 토대로 개발되어 행복한 가정이란, 가족과의 대화법, 부모-자녀관계 스트레스 극복하기, 부부 성격차이 극복하기, 새로 쓰는 고부이야기, 가족 간의 갈등해결방법 등을 내용으로 하는 6회기로 구성되었다.

효과검증을 위해 경기도 지역 농촌여성을 대상으로 3~4일간의 간격으로 5개 지역에 걸쳐 2일씩 현장교육을 실시하여 총 188명을 교육하고, 프로그램 실시 전, 후에 사전, 사후검사를 실시하였다. 프로그램의 효과를 검증한 결과 참가자들의 경우 가정생활만족도와, 배우자와의 관계만족도, 자녀와의 관계만족도 고부관계 만족도가 교육 받기 전에 비해 유의하게 증가하였고, 가정행복위한 자신의 노력정도, 자존감이 역시 유의하게 증가하였으며 우울성향은 유의하게 감소되었다. 프로그램에 대한 평가도 만족스럽고 유익한 것으로 보고하였다.

따라서 이상의 결과로서 본 연구결과 개발된 가족관계 증진 교육프로그램은 농촌여성의 가족관계를 증진시키고 정신건강과 적극적인 행복추구 노력에도 효과적인 도움을 주는 것으로 결론지을 수 있으며 이로써 프로그램 개발과 효과검증을 시도한 본 연구의 목적은 달성되었다 하겠다.

다만 효과검증에서 가정생활만족도, 가족관계 하위영역별 만족도 등을 단일문항으로 측정하여 객관적이고 구체적인 변화 정도를 분석하지 못하였고, 통제집단을 설정하지 못하고 추후검사를 실시하지 못한 점이 본 연구의 제한점으로 남는다. 후속연구에서는 통제집단 설정과 추후검사를 하는 것 외에 교육 후 가족관계의 증진여부와 정도를 객관적으로 측정하는 다 문항 척도를 개발하고 질적 접근과 다른 가족원의 평가도 입체적으로 시도할 필요가 있다. 그리고 3~4일 간격의 2일의 교육일정을 1주일 간격의 3일 교육일정으로 늘리는 방법과 부모교육시간을 늘리고 남편을 참여시키는 방법, 자녀연령대별로 참가자 모집을 하는 방법 등을 보완하여야 할 것이다. 그리고 효과검증연구 시 참가자의 특성별 분석이 이루어지면 현장에서 프로그램을 활용하는데 유용할 것이다.

본 연구는 이러한 제한점에도 불구하고 선행 연구에서 시도하지 못한 부부관계, 부모자녀관계, 고부관계를 포괄하는 가족관계 증진 교육 프로그램을 개발하였다는 의의가 있고, 가족생활교육 혜택에서 소외될 가능성이 높은 경기도 북부 3개 지역과 남부 2개 지역에 거주하는 190명 가까운 많은 농촌여성을 대상으로 현장교육(찾아가는 교육)을 하여 그 효과를 검증하고 프로그램 평가를 실시하였다는 의의를 지닌다. 또한 이 연구는 수요도가 증가하고 있는 가족관계 증진 교육프로그램의 개발과 프로그램 운영방법에 기초 자료를 제공하였다는 의의가 있다. 본 연구를 기초로 참가자의 수요와 특성에 맞는 맞춤형 가족생활교육 프로그램 개발과 다양한 프로그램 운영방법에 대한 연구가 활성화되며, 더욱 정교한 효과검증 연구가 이어지기를 기대한다.



참고문헌

경기도가족여성개발원(2006) 경기도가족정책기본계획 연구 보고서.

경기도가족여성정책국(2006) 내부자료.

김영옥·김이선(1999) 여성농업인 관련정책 현황과 평가. 한국여성개발원연구보고서.

김정택·심혜숙·임승환(1993) 나의 모습 나의 일 글. 한국심리검사연구소.

박경애(1997) 인지·정서·행동치료. 학지사.

방현주·이기숙(2002) 부부관계 향상 프로그램을 통한 결혼초기 부부의 의사소통 능력증진에 관한 연구. 대한가정학회지 40(11), 39-54.

변화순·장혜경·박영란·김영란(1998) 경기도 가족 실태조사 및 대책에 관한 연구. 한국여성개발원 여성연구 54, 147-164.

서광희·조병은(1993) 농촌부부의 배우자역할평가와 결혼만족도. 대한가정학회지 31(1), 97-120.

송정아·전영자·김득성(1998) 가족생활교육론. 교문사.

송정아·최규련(2001) 가족치료이론과 기법(개정판). (주)하우.

양순미(2003) 가족건강성, 자아존중감, 부부문제가 농촌부부의 결혼만족도에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 8(3), 31-50.

어은주·유영주(1995) 가족의 건강도 측정을 위한 척도개발에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 13(1), 145-55.

여성가족부(2005) 건강가정지원센터 발전방향마련을 위한 토론회 자료.

유은희·김득성(2005) 결혼초기 부부관계 향상 프로그램의 효과검증. 한국가정관리학회지, 23(1), 1-18.

이경희·옥선화(1999) 자기인식을 통한 부부친밀감 증진 프로그램 시안-우리부부에 대해 새롭게 알기-. 대한가정학회지 37(8), 29-42.

전춘애·이미숙(2003) 부모교육 프로그램 개발과 수행에 관한 연구경향 분석-최근 10년간 국내 연구를 중심으로-. 한국가족관계학회지 8(3), 1-30.

정현숙(1998) 부부관계 프로그램: 일·사랑·가족 함께하기. 한국가족관계학회편. 가족생활교육. 도서출판 하우. 134-148.

조영숙(1997a) 농촌가족생활교육. 상담교육프로그램 요구도 조사. 농촌생활과학 19(3), 12-22.

조영숙(1997b) 농촌여성의 부부관계 향상 교육프로그램 개발. 농촌생활과학 19(3), 23-46.

조현숙·임선영·김경미·최운지(2001) 농촌 기혼남녀의 부부갈등 및 갈등대처행동에 따른 결혼만족도. 한국지역사회생활과학회지 12(2), 75-88.

지영숙·이영호(1998) 한국가정의 건전도 측정을 위한 척도의 개발. 한국가정관리학회지, 16(4), 233-49.

채규만·최규련(1996) 부부대화법 지도자 지침서.(주)하우.

채규만·최규련·송정아·홍숙자(1996) 부부 대화법: 부부가 함께 말하기와 듣기. 하우출판사.

최규련(1997a) 한국에서의 가족생활교육 현황과 과제. 수원대 논문집 15, 169-182.

최규련(1997b) 농촌가족문제와 대책에 관한 고찰, 수원대 지역사회개발연구소 지역사회개발 9, 277-296.

최규련(1997c) 부부대화법 프로그램의 한국에서의 적용효과. 한국가족관계학회지 2, 141-166.

최규련(2000) 한국 농촌여성의 심리적 복지수준 관련변인 연구. 한국가족관계학회지 5(2), 93-118.

최규련(2002a) 한국 농촌여성의 교육상담 및 정책적 지원에 대한 요구도 연구. 한국가족관계학회지 7(2), 89-109.

최규련(2002b) 농촌 부부평등교육 프로그램 개발 및 효과검증. 한국가정관리학회지 20(3), 73-85.

최규련(2003) 농촌 부부평등교육 프로그램 효과에 관한 분석적 연구. 한국상담학회 상담학 연구, 4(2), 309-328.

최덕경(1999) 농촌여성의 노동실태와 복지수준. 한국농촌생활과학회·농촌생활연구소 공동주최 학술대회 자료집.

최혜경(1998) 결혼 초기부부를 위한 교육프로그램. 한국가족관계학회편. 가족생활교육. 도서출판 하우. 113-133.

통계청(2002-2005) <http://www.nso.go.kr/nso2005/>

한국가족관계학회편(1998) 가족생활교육: 이론과 프로그램. 도서출판 하우.

허봉렬(1996) 건강한 가족이란 어떠한 가족인가?. 한국건강가족실천운동본부주최 제3회 가정의 날 기념행사 자료집.

허봉렬(1998) 전 국민 건강가족 실태조사. 연구보고서. 한국건강가족실천운동본부.

홍숙자(1995) 노부모 부양가족교육 프로그램 개발. 한국가정관리학회지 13(1), 47-57.

Curran D(1983) *Traits of a healthy family*. MI: Winston Press, Inc.

Goldenberg H, Goldenberg I(1995) *Counseling today's families*. California: Brooks/Cole Pubs., Co.

Harris(1969) *I'm ok - you're ok*. NY: Wyden books.

Satir V(1972) *New people making*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books, Inc.

Stinnett N, Scanders G, DeFrain J, Parkurst A(1979) A nationwide study of families who perceive themselves as strong. *Family Perspectives* 16.

McCubbin H, Joy C, Caubl A, Comeau J, Patterson J, Needle R(1980) Family stress and coping: A Decade Review. *Journal of Marriage and the Family* 42.

Miller S, Miller P, Nunnally EW, Wackman DB(1991) *Couple communication: Talking and listening together*. Interpersonal Communication Programs, Inc.

Thomas J, Arcus ME(1992) Family life education: An analysis of the concept Family Relations 41(1),

3-8.

Waring EM, Schaefer B, Fry R(1994) The influence of therapeutic self-disclosure on perceived marital intimacy. *Journal of Sex and Marital Therapy* 20(2), 135-145.