

ADHD아동의 부모를 위한 집단상담프로그램의 양육스트레스, 양육효능감, ADHD아동의 ADHD증상에 대한 효과

Group-Counseling Programs for Parents of Children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder

인하대학교 대학원 소비자아동학과

박사과정 한 선 화*

교 수 현 온 강**

Dept. of Consumer & Child Studies, Inha Univ.

Doctoral Course : Han, Sun-Wha

Professor : Hyun, On-Kang

<Abstract>

This study examines the effect of group-counseling programs for parents of children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) on parenting stress, parenting competence, and symptoms related to ADHD. For this study, 9 parents of children with ADHD were selected as an experimental group that participated in a group-counseling program and another 9 parents of children with ADHD for a control group that participated in a group of free conversation without a program. The program consisted of 9 sessions (a 70 minute meeting per session) with 2 sessions a week. Data were analyzed by a paired t-test and independent samples t-test, using SPSS program packages. Results showed significant before and after differences in the degree of parenting competence and that Parenting competence was improved with the experimental group.

▲주요어(Key Words) : 집단상담프로그램(Group-Counseling Program), 양육스트레스(Parenting Stress), 양육효능감(Parenting Competence), ADHD증상(Symptoms related to ADHD)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

주의력이 떨어지고 산만하며, 충동적이고 활동이 과다

하여 학업이나 또래관계에서 문제가 되는 아동들에 대한 사회적 관심이 적지 않다. 의학분야에서는 이와 같은 아동의 부주의, 과잉활동, 충동행동 등의 특성에 대해 DSM-IV의 기준에 의거하여 ADHD라는 진단명을 붙인다(Mash & Wolfe, 1999).

ADHD 아동들은 낮은 학업수행과 부모, 교사, 또래관계들에서의 부적응을 나타내기 때문에 부모는 이런 자녀의 치료에 대한 관심이 높다. 이러한 관심을 반영하듯 매스컴에서는 ADHD에 효과적인 치료법들이라고 선전하며 다양한

* 주 저 자 : 한 선 화(E-mail : icg1161@hanmail.net)

** 교신저자 : 현 온 강(E-mail : okhyun@inha.ac.kr)

*** 본 연구는 2008년도 인하대학교 교내연구비 지원에 의해 이루어졌음.

방법들이 혼란스럽게 소개되고 있지만 불행히도 ADHD에 대한 '기적적인 치료법'은 아직 확인되지 않고 있다(Bowd, 2006). ADHD에 대한 중재방안으로서 약물투여(Anonymous, 2007)와, 사회적 기술이나 주의력향상을 위한 집단상담프로그램 적용이 효과적인 것으로 알려져 있다(오현경, 2006; 이정은·김춘경, 2002).

또 다른 중요한 치료접근으로 부모상담을 들 수 있다. ADHD 아동들은 이미 2~3세경부터 부정적이고 통제적인 어머니-아동 상호작용을 시작한다(Wernar, 1994). ADHD아동은 부모의 지시를 잘 따르지 못하여 부모가 화나게 하기도 하고, 때로는 자신의 욕구가 좌절되는 것을 참을 수 없어 심하게 떼를 부리다가 다시 부모의 화를 듣게 한다. 또한, ADHD아동은 더 공격적으로 놀기 때문에 어머니는 그들을 야단치는 경향이 더 강하다(Wenar, 1994). 이런과정의 결과로 ADHD 아동은 부모의 더 많은 강압적인 통제를 받게되어 부정적인 부모자녀관계를 형성하게 된다. 뿐만 아니라 ADHD아동은 ADHD증상이 없는 아동에 비해 가족으로부터 온정과 의사소통을 더 적게 경험하게 되며 (Gail et al., 2007). ADHD 아동 중에서도 보다 반항적인 특성을 더 많이 가질수록 어머니와 아동간의 관계는 보다 적대적으로 된다(Seipp & Johnston, 2005). 그러나 아동의 행동이 개선되면 어머니와 아동간의 상호작용도 개선되는 것으로 보아 어머니의 통제적인 행동은 아동의 부적절한 행동이 어머니를 화나게 했을 때 나타나는 반응임을 짐작할 수 있다(Wenar, 1994). 다시말해 아동의 행동이 보다 적절하게 중재되고 아동의 행동에 대한 부모의 평가나 생각이 달라져서 부모가 화를 내는 일이 줄어들었다면 부모자녀간의 상호작용이 보다 개선되어질 수 있다고 할 수 있을 것이다.

부모의 양육은 자녀의 지적발달, 신체적, 심리적 건강에 있어 중요한 요소(신숙재, 1997)라 할 수 있으며 부모의 양육행동은 부모의 양육스트레스와 상관이 있다. 즉, 부모가 자녀양육에 대해 높은 스트레스를 경험할수록 아동에게 강압적이고 거부적인 행동과 같은 바람직하지 못한 양육행동을 보이게 된다(박응임, 1995; 신숙재, 1997; 안지영, 2001; 이현주, 1999; Abidin, 1990; Crinic & Acevedo, 1995). 따라서 아동에 대해 부모가 바람직한 양육행동을 하도록 이끌기 위해서 부모가 양육스트레스를 적게 받도록 돕는 것은 중요하다. 특히, ADHD아동의 어머니는 일반아동의 어머니에 비해 더 높은 양육스트레스를 경험하므로 ADHD아동 어머니의 양육스트레스를 조절하는 것은 더욱더 중요하다고 할 수 있다(서민정 등, 2003).

어머니의 양육행동과 관련된 또 하나의 중요한 변수로서 양육효능감을 든다. 부모로서의 효능감이 높은 부모는 양육으로 인해 스트레스를 받을 때 적절한 대처행동을 시도할 수 있을 뿐만 아니라(신숙재, 1997), 아동의 기질이 까다로우시

라도 아동과 조화로운 관계를 유지하기위하여 자원을 적절하게 활용할 수 있다(Teti & Gelfand, 1991). 즉, 양육효능감이 높은 어머니는 자녀의 발달에 보다 도움이 되는 방향으로 양육행동을 보이게 된다(김미숙, 2005; 문혁준, 1999; 최기원, 2004). ADHD아동처럼 아동의 의도와 상관없이 기질적 특성으로 인하여 문제행동을 보일 경우에는 부모가 이 행동에 대해 얼마나 적절히 대응할 수 있느냐에 따라 아동의 발달에 미치는 영향은 달라질 것이다. 일반적인 부모의 훈육에 의해 변화되기 힘든 기질적인 어려움으로 인한 문제들이므로 부모의 대응행동이 더욱 아동의 발달에 영향을 미치는 중요한 요인이 된다고 할 수 있다. ADHD 아동 부모가 자녀의 부적절한 행동에 대해 잘 대응할 수 있다는 자신감, 즉 양육효능감을 높일 수 있도록 돕는 과정을 통해 부모는 ADHD아동에 대한 적절한 대응할 수 있게 될 것이고 이를 통해 ADHD아동과 부모와의 관계는 개선되고 부모가 ADHD아동의 문제행동에 대해 적절히 다루어줌으로써 ADHD아동의 문제행동이 중재되는 결과를 기대할 수 있을 것이다.

병원이나 기관에서 ADHD아동이 집단상담프로그램에 참여하는 동안 아동의 어머니들은 대기실에서 서로 대화를 나누며 시간을 보낸다. 그들은 대화 속에서 아동과의 갈등문제를 나누기도하고 자신이 경험했던 방법을 제시하기도 하고 단순한 정보를 나누기도 한다. 그러나 그들 간의 자유로운 대화만으로는 아동에 대한 보다 전문적인 이해와, 바람직한 부모역할의 수행으로 이끄는 데는 부족함이 있다.

국내연구에서 ADHD아동 부모의 양육스트레스와 양육효능감에 대한 집단상담프로그램의 효과검증을 위한 연구들이 매우 적다. 또한, 장애아동 어머니의 양육스트레스와 양육효능감에 대한 집단상담프로그램의 효과 연구들에서 결과들이 일관되지 않았다. 즉, 대부분의 집단상담프로그램은 양육효능감을 높이는데 효과성을 나타내지만 양육스트레스를 낮추는데 효과성을 보이지 않는 경우도 있었다(김윤희, 2006; 박준규·오경자, 2004; 윤혜정, 2002). 따라서 ADHD 아동 부모에 대한 집단상담프로그램의 양육효능감과 양육스트레스에 대한 효과성을 검증하기 위한 더 많은 연구가 필요하다.

장애아동의 어머니의 부모교육프로그램에 대한 요구도 조사에서 '내자녀의 상태, 장애에 관한 정보'가 '행동을 다루는 방법'보다 더 높게 나타난 것(박영수, 2000)을 보더라도 장애아동에 대한 충분한 이해를 통해 아동을 수용하는 것은 장애 아동의 부모 집단상담프로그램에서 가장 먼저 중요하게 다루어져야할 내용임을 확인할 수 있다. 따라서 부모의 집단상담프로그램에서 부모가 아동을 수용하도록 돕는 내용이 무엇보다 중요하게 다루어질 필요가 있다.

부모에게 행동수정기법을 훈련하여 아동에게 적용하게

하는 행동적 부모훈련은 아동의 외현적 문제행동을 개선하는데 대한 그 효과성이 검증되었다(오경자 등, 1995). 그러나 이것은 부모의 양육과 관련된 사고나 감정은 무시되고 양육 행동에만 초점이 맞추어져있어서 보다 다양한 상황에서 적절한 부모역할을 수행하는데 한계점을 보이며, 이를 극복하기 위해 인지적 기법들을 추가한 인지행동적 부모훈련의 효과 연구들이 진행되었다(박중규·오경자, 2004, 재인용).

국내에서 ADHD아동 부모에 대한 인지행동적 부모훈련의 효과 연구들이 있지만 부모가 ADHD 아동을 이해하고 아동에 대한 역기능적 사고를 재구성 하기위한 내용이 1~2회기로 짧게 다루어지고 있다(박중규·오경자, 2004; 박중규, 1999). ADHD아동 부모훈련 프로그램에서 훈련초기에 ADHD에 대한 재정의(redefinition)가 원만하게 이루어져야만 나머지 후기단계의 치료진행이 잘 될 수 있는데(Anastopoulos, 1993) 선행연구들의 프로그램은 이 부분을 간과한 제한점을 갖는다(박중규, 1999). 따라서 보다 많은 시간을 통해 ADHD아동에 대한 이해를 도모하고 아동과의 상호작용 속에서 일어나는 역기능적 사고를 긍정적으로 재구성하는 훈련을 강화하는 내용으로 구성된 프로그램이 필요하다. 이러한 프로그램을 통해 부모가 아동에 대해 자동적으로 긍정적 사고를 할 수 있고, 분노와 같은 부적절한 정서를 조절할 수 있으며, 이를 통해 프로그램에서 배운 행동수정 기술들을 더욱 더 적절히 활용할 수 있게 될 것이다. 이처럼 보다 바람직한 양육행동을 경험하도록 유도함으로써 부모의 양육스트레스의 감소와 양육효능감의 증가, 아동의 ADHD 증상의 개선을 기대할 수 있을 것이다.

따라서 본 연구는 ADHD아동의 어머니에 대한 집단상담 프로그램을 개발하고 적용함으로써 부모의 양육스트레스의 감소와 양육효능감의 증진과 아동의 ADHD증상의 개선에 효과성을 나타내는지 검증하고자 한다.

2. 연구문제

ADHD아동 어머니를 위한 집단상담프로그램의 효과가 어떠한지를 알아보기 위한 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> ADHD아동 어머니를 위한 집단상담프로그램의 효과는 어떠한가?

[1-1] 집단에 따라 어머니의 양육스트레스 수준에 사전-사후 간 차이가 있는가?

[1-2] 집단에 따라 어머니의 양육효능감 수준에 사전-사후 간 차이가 있는가?

[1-3] 집단에 따라 어머니의 아동의 ADHD증상 수준에 사전-사후 간 차이가 있는가?

3. 용어의 정의

1) ADHD아동

ADHD아동이란 병원에 내원한 아동 중 'R/O ADHD'나 "ADHD"로 진단받고, 치료과정으로서 집단프로그램에 의뢰된 아동을 말한다.

2) 양육스트레스

양육스트레스는 부모가 일상생활에서 자녀를 양육하는 과정에서 경험하는 스트레스를 말한다. 즉, 양육과정에서 느끼는 부모의 고통, 부모-자녀간의 역기능적 상호작용, 아동의 까다로운 기질에 대한 부모의 지각 정도를 말한다.

3) 양육효능감

양육효능감은 부모의 부모역할에 대한 자신감을 의미한다. 즉, 부모역할에 대해 어렵게 여기지 않고 자녀양육 상의 어려움을 자신이 잘 관리해 나갈 수 있다고 여기는 지각 정도를 말한다.

4) ADHD증상

ADHD증상이란 ADHD아동의 부주의와 과잉행동 및 충동성에 대해 부모가 지각하는 정도를 말한다.

5) 부모집단상담프로그램

부모집단상담프로그램이란 부모를 위해 미리 짜여진 프로그램을 가지고 진행자의 주도에 의해 진행되는 집단상담프로그램을 말한다.

II. 이론적 배경

1. ADHD

DSM-IV 기준에 의하면 ADHD의 주요증상은 부주의, 과잉활동-충동성이며, 주의력결핍과 과잉활동 장애가 함께 존재하는 혼합형(ADHD-C), 주의력 결핍과 과잉활동 장애 중 주의력 결핍이 더 문제가 되는 부주의 우세형(ADHD-PI), 주의력결핍과 과잉활동 장애 중 과잉활동-충동이 더 문제가 되는 과잉활동-충동 우세형(ADHD-PHI)으로 유형이 분류된다(Mash & Wolfe, 1999). 주의력 결핍과 과잉활동장애가 함께 존재하는 혼합형(combined type)은 부주의 우세형(inattentive type)에 비해 더 많은 양육스트레스 경험을 갖게 한다.

부주의의 예로는 아동이 듣지 않으려하고 집중하지 못하며 지시따르기가 되지 않고 쉽게 산만해지고 잘 잊어버리는

것들이다. 충동성의 예로는 질문이 끝나지도 않았는데 답을 붙씩 말하거나, 차례를 지키기를 어려워하는 것들이다. 과잉행동의 예로는 안절부절 못하고 기어오르고, 보이는 것은 모두 만지고, 힘이 넘치며, 목표지향적이지 않으며 부적절한 것들이다(Mash & Wolfe, 1999).

그밖에 ADHD와 관련된 주요한 특성중 인지적 결손으로 상위인지와 실행기능의 결손이 있다. 상위인지는 자기조절을 위해 '아는 것에 대해 아는 것'으로서 고차원의 정신과정이다. 실행기능은 최종적으로 운동억제를 하기위한 일련의 과정들을 망라하는 기능이다. 즉, 실행기능은 미래의 목표를 위해 문제해결 상황을 중단하지 않고 유지하는 능력에 관한 것이며 이 기능의 결함은 행동억제를 어렵게 한다(Barkley, 1998/2002).

ADHD아동에 대해 부모가 호소하는 행동특성들은 대부분 행동억제가 어렵게 되는 실행기능의 결손과 상관이 있다. 그러나 ADHD를 알지 못하는 상황에서 부모는 아동을 '바른 아이'로 키워야한다는 생각으로 훈육을 하다가 점차적으로 심한 야단과 처벌적 훈육을 하기도 한다. 그러다 이것이 ADHD의 증상임을 이해하고 나서는 처벌적 훈육을 했던 점에 대해 죄책감을 느끼며 후회를 한다(정명신, 2001). 다시 말해, ADHD아동의 행동특성과 그에 대한 부모의 부적절한 대응 행동 때문에 ADHD아동과 부모간의 의사소통과 관계의 질은 떨어지게 된다. 또한, ADHD아동의 발병이 오래되어 복합된 증상을 나타낼수록 부모가 효과적인 대처행동을 하기 어렵게 되어 ADHD아동과 부모 관계의 질은 더욱 떨어진다(Keown & Woodward, 2002).

부모의 지시에 대해 ADHD아동이 자기를 통제하여 잘 따르지 못하고 부모의 지시를 무시하거나 거부하거나 지시를 따르다가 중단하는 행동이 ADHD아동의 실행기능 결손으로 설명되어질 수 있다. 그러나 ADHD아동의 부모는 ADHD아동이 '지시따르기'를 못하는 것은 부모를 무시하는 아동의 못된 근성이나 부모의 나태한 훈육의 결과로 생각하기도 한다. 이러한 부모에게 그것이 ADHD아동의 실행기능의 결손이라는 증상적 특성으로 설명한다면 ADHD아동의 그러한 행동에 대한 부모의 대응행동은 달라질 것이다.

또한, 중요한 것은 아동의 ADHD와 관련된 증상은 상황적, 맥락적 요인들에 따라 차이가 크다는 점이다. 즉, 피로정도나, 과제의 복잡성, 요구되는 억제의 정도 등에 따라 ADHD 증상적 문제행동 수준은 달라진다. 예를 들어, 숙제하거나 부모가 전화를 걸고 있을 때와 같이 지구력이 좀 더 필요한 경우에 자유놀이를 하는 경우보다 행동의 문제를 더 많이 보인다(DuPaul & Barkley, 1992).

따라서 ADHD 아동의 부모가 ADHD증상을 이해하고, 상황적 맥락적 요인들에 따라 ADHD아동의 통제에 있어서 편차가 크다는 사실을 이해하고 있다면 ADHD자녀의 행동

문제에 대해 부정적인 감정이 앞서기 보다는 보다 수용적이며 그 문제행동을 중재하는 방법에 대한 실마리를 찾으려고 노력할 여지가 더 많을 것이다. 즉, 부모가 ADHD에 대해 잘 이해를 한다면 부모가 아동을 보다 잘 수용하고 ADHD 아동의 증상을 보다 효과적으로 중재할 것으로 기대되므로 부모집단상담프로그램을 통해서 ADHD의 증상적 특성에 대한 지식이 부모에게 잘 전달되어 양육과 관련된 바람직한 사고를 할 수 있도록 도움 필요가 있겠다.

2. 양육스트레스

양육스트레스는 말 그대로 양육과정에서 얻어지는 스트레스라고 할 수 있다. 양육스트레스는 아동의 행동특성에 대한 적응, 부모역할에 대한 적응, 양육과정에서 일어나는 자신의 정서에 대한 적응 정도에 따라 정해진다(Judge, 2003). 다시말해 양육스트레스는 부모가 아동의 행동을 잘 다루지 못하고 적응이 힘들 때, 자신의 부모역할에 대해 부담을 느낄 때, 양육과정에서 일어나는 부적절한 정서 때문에 힘들 때 얻어지는 심리적 부적절감이라고 할 수 있다.

Abidin(1990), Crnic와 Acevedo(1995)는 부모가 스트레스를 받으면 보다 많은 자녀양육 문제, 자녀의 기능, 가족의 상태에 변화를 주는 요인된다고 하였다(Judge, 2003. 재인용). 이는 부모의 양육스트레스가 아동의 문제행동과 관계 깊다(Judge, 2003; Mainemer et al., 1998)는 것을 말해준다. 즉, ADHD 아동들의 보다 부주의하고, 과도하고 충동적인 행동은 부모에게 더 많은 스트레스를 주게 되며(서민정 등, 2003) 부모가 받은 스트레스는 다시 아동에게 부적절한 양육행동으로 되돌아간다(Seipp & Johnston, 2005). 이러한 악순환을 중재하기 위해서는 아동의 ADHD 증상적 행동의 개선을 위한 처치 뿐 만아니라 부모의 양육스트레스를 감소시킬 수 있는 처치도 필요하다고 하겠다.

3. 양육효능감(parental competence)

양육효능감은 부모가 지각하는 부모역할에 대한 자신감을 의미한다. 즉, 부모역할에 대해 어렵게 여기지 않고 자녀 양육 상의 어려움도 자신이 잘 관리해 나갈 수 있다고 지각하는 정도를 말한다. ADHD아동을 둔 부모의 경우, 자녀의 문제행동이 끊임없이 일어나기 때문에 양육 상의 어려움은 보다 일상적이고 지속적이어서 그것을 적절히 관리할 수 있다고 느끼는 자신감이 더욱 필요하다. Benn(1986)은 양육효능감(parental competence)은 심리적 성숙과 따뜻함, 공감하는 능력, 안정된 자기이미지를 포함한 부모의 바람직한 개인적 자질과 관련 있다고 하였다(Jaffe, 1997/2000). 즉, 심리적으로 성숙되고 따뜻하고 자녀에게 공감하는 능력이

더 있는 부모는 양육과정에서 오는 어려움에 대해 더 잘 관리해나갈 수 있다는 것이다.

또한 부모가 자녀에 대해 긍정적인 감정을 가질 수 있도록 중재하는 요인으로 자녀에 대한 해석을 꼽는다. 부모는 자녀행동에 대해 느끼는 바에 따라 해석을 하게 되고 이 해석은 자녀 행동에 대한 부모의 기분을 중재한다(Bugental et al., 1990). 즉, 자녀행동에 대한 부모의 해석이 긍정적이거나 부정적이거나 따라 부모의 감정 역시 긍정적이거나 부정적으로 영향을 받을 것이며 이러한 감정은 긍정적이거나 부정적인 양육행동으로 이끌게 될 것이다. 따라서 부모로 하여금 자녀의 행동에 대해 긍정적으로 해석하도록 도움으로써 자녀를 보다 잘 수용하고 자녀에 대해 긍정적인 양육행동을 할 수 있게 할 수 있을 것이라고 기대할 수 있다.

양육신념은 아동의 전반적인 발달에 대해 인지적으로 파악할 수 있는 틀을 제공하고 양육행동에 있어서 근원이 된다(McGilicuddy-De Lisi & Sigel, 1995; 안지영, 2000. 재인용). 바람직한 양육신념은 높은 양육효능감과 관계가 있다(Luster & Kain, 1987; 안지영, 2000. 재인용). 다시말해, 자녀행동과 양육에 대해 타당하고 바람직한 신념을 갖는 부모는 자녀의 행동에 대해 보다 긍정적으로 해석할 수 있게 됨으로써 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정을 높이고(Gross & John, 2003) 바람직하고 성공적인 양육행동을 하게 되며, 이러한 양육과정을 통해 부모는 보다 높은 양육효능감을 지각하게 될 것이다. 따라서 집단상담프로그램에서 ADHD 아동의 행동과 관련된 일련의 양육과정들에 대해 부모가 바람직한 신념을 갖도록 도움으로써 보다 바람직한 양육행동을 유도하고 이 과정에서 부모의 양육효능감 증진을 기대할 수 있을 것이다.

III. ADHD아동 부모를 위한 집단상담프로그램 개발

1. 프로그램의 목적 및 특징

본 프로그램은 ADHD아동의 부모의 양육행동을 개선하려는 궁극적인 목적을 위해 부모의 양육스트레스를 감소하고 양육효능감을 향상시켜 ADHD아동의 ADHD증상의 중재에 도움이 되고자 개발하였다. 선행된 국내연구들에서 ADHD아동 부모를 위한 프로그램들이 있지만 행동수정 기술훈련이나 부모의 정서 표현과 공감하기를 주요기법으로 내용이 주를 이루었다.

행동수정기술훈련이 일상 속에서 보다 지속적으로 양육행동개선과 연결되지 못한 한계점을 극복하기위하여 인지적 과정을 추가하고 인지행동적 문제해결훈련 부모프로그램이 개발되어 적용되고 그 효과가 검증되기도 하였다(박중규·

오경자, 2004; 박중규, 1999). 그러나 이 프로그램에서도 아동에 대해 수용이 가능하도록 이해를 도모하고 부모자녀관계에서의 역기능적 사고를 긍정적으로 재구성하도록 돕는 과정이 너무 미약하였다. 즉, 양육에 있어서의 인지적인 측면보다는 아동의 행동을 기술적으로 다루는 훈련들이 더 많이 강조됨으로써 양육행동개선에 한계점을 남겼다. 부모의 집단상담프로그램에서 인지적 재구조화 과정은 단지 몇 회기정도로는 부족하다(하은혜, 2000). 따라서 부모의 집단상담프로그램에서 양육상황에서 일어나는 아동의 행동이나 그 상황에 대해 부모가 긍정적으로 사고할 수 있도록 더 많은 훈련 시간을 할애할 필요가 있으며 이과정은 아동에 대한 부모의 수용력을 증진시킬 것이다.

어떤 경험을 수용한다는 것은 그 경험에 대하여 도피, 회피, 투쟁행동 등을 보이지 않는 것을 말한다(Cordova & Kohlenber, 1994; 문현미, 2006. 재인용). 자녀의 장래를 알면서도 자기도 모르게 순간적으로 화가 나서 아이한테 죽어 버리고 싶다고 욱박지르며 때리고 나서 후회하게 된다는 부모의 고백(정명신, 2001)은 일상생활 속에서 ADHD아동의 특성에 대해 수용하는 것이 얼마나 힘든지를 나타내준다. 부모가 ADHD아동을 수용하게 되면 아동의 부적절한 행동에 대해 화를 내고 욱박지르는 등의 부적절한 감정과 행동을 보이지 않고 그 부적절한 행동을 바로잡을 수 있는 바람직한 대응을 모색하려고 할 것이다.

따라서 본 프로그램은 ADHD아동의 부모가 자녀를 수용하는 과정과 아동의 문제행동에 대해 적절한 대응을 할 수 있도록 실제적인 양육기술을 훈련하는 과정으로 되어있으며 여기에서 주요한 전략은 아동의 문제행동에 대한 역기능적인 사고를 긍정적으로 재구성하는 것에 두었다.

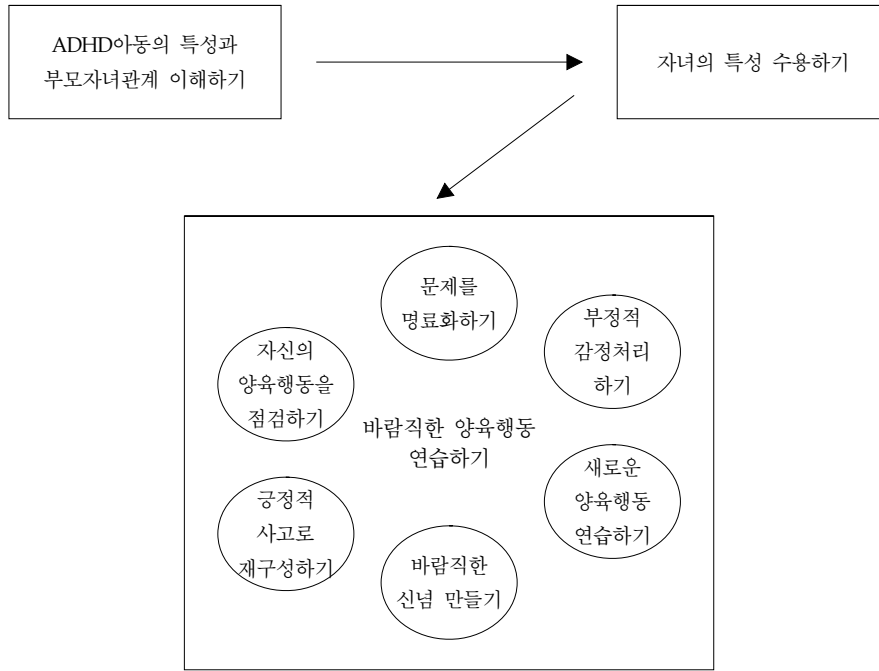
본 프로그램의 특징은 기존의 인지행동적 접근을 근간으로 한점, 부모가 ADHD아동의 행동특성을 이해하고 수용하도록 돕기 위해서 ADHD 행동특성과 관련된 지식들을 부모에게 보다 구체적이며 실제적인 내용으로 전달하고자 더 많은 시간을 할애 한 점, ADHD아동의 행동특성에 대한 부모 자신의 부정적인 사고를 긍정적인 사고로 재구성하도록 돕는 연습과정을 강화한 점을 들 수 있다. 또한, ADHD 아동의 부적응적인 행동을 다루는 기술로써 부모의 감정조절과 아동행동통제 기술을 훈련하기위해 일반적인 내용이 아닌, 매회기마다 활동지를 통해 부모가 보고한 실제의 양육 상황에 대한 구체적인 내용을 가지고 훈련하였다는 점을 특징으로 들 수 있다.

본 프로그램은 ADHD아동 부모로 하여금 아동의 행동특성을 이해하고 수용하며 적절한 양육기술을 학습하도록 도움으로써 부모의 바람직한 양육행동을 유도하고 부모의 양육스트레스 감소와 양육효능감 증진과 아동의 ADHD증상 개선에 대한 효과가 있을 것으로 기대된다.

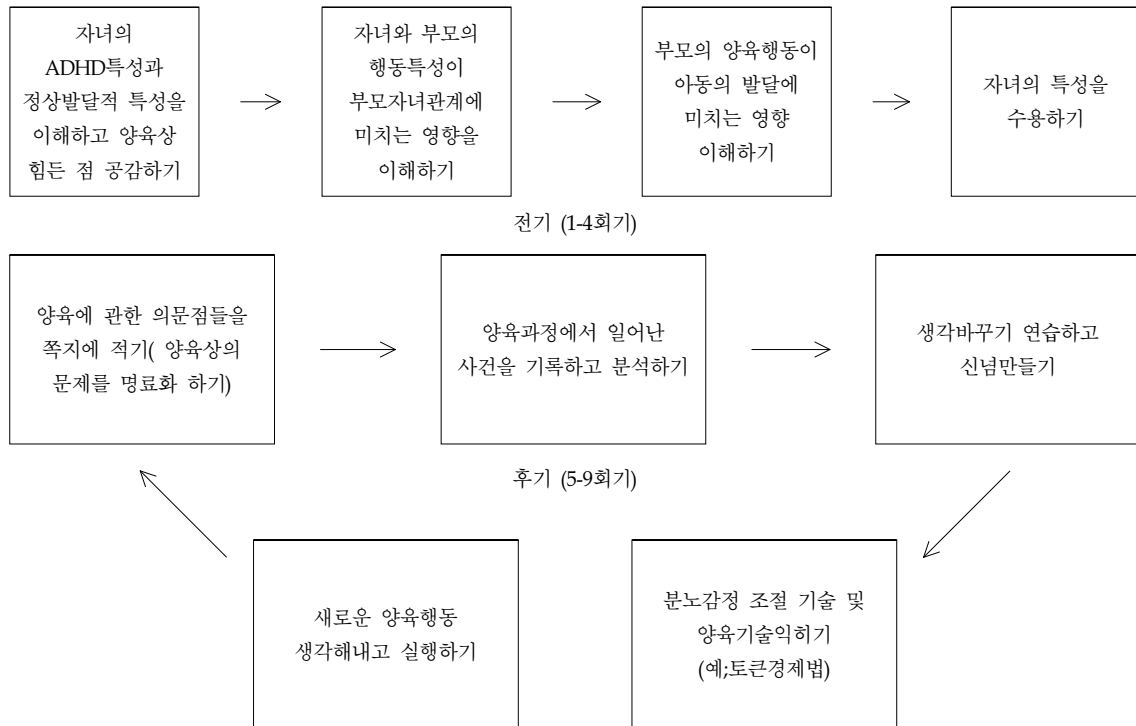
2. 프로그램의 소개

본 프로그램의 내용은 다음과 같이 요약되며 <표 1>과 같다. 내용의 구성은 <그림 1>, 내용의 진행과정은 <그림 2>와 같다.

- (1) ADHD아동(이하 자녀로 표기)과 부모관계 통찰하기
- ① 자녀 특성과자녀의 ADHD특성 찾기
 - ② 자녀가 부모에게 미치는 영향은 무엇일까?
 - ③ 부모가 자녀에게 미치는 영향은 무엇일까?
 - ④ 자녀와의 관계 점검하기: 부모가 느끼는 부모-자녀관계



<그림 1> 부모 집단상담프로그램 내용의 구성



<그림 2> 내용의 전개

지수와 자녀가 느끼는 부모자녀관계 지수를 체크하여 변화 파악하기

(2) 자녀 수용하기

- ① 부모자신 수용하기: 한 인간으로서, 배우자로서, 부모로서의 자신에 대해 수용하기
- ② 자녀 수용하기
 - 가. 자녀에 대한 존중감 갖기: 부모의 소유물이 아닌 한 인간으로서 자녀를 존중하기
 - 나. 자녀의 ADHD 증상 수용: 자녀의 정상발달 행동 특성과 ADHD 증상적인 행동특성을 구별하고 자녀의 바람직하지 않은 행동이 자녀의 나쁜 의도와 상관없이 행해질 수 있음을 이해하기.
 - 다. 자녀의 발달이 이루어지고 있다는 증거를 찾고 인정하기

(3) 양육행동 바로잡기

- ① 양육과정에서 어려운 문제가 무엇인지 적어 문제를 명료화하기
- ② 양육행동점검하기: 부모자녀 사이에 일어났던 에피소드에서 부모의 감정, 사고, 행동을 찾아보기
- ③ 자녀와의 관계에서 일어나는 부정적 감정처리 기술 익히기: 즉각적인 분노조절 기술을 익히고 긍정적 사고로 재구성하기(그 사고가 어떤 감정을 만들고 어떤 양육행동을 만드는지 통찰하기)
- ④ 긍정적인 사고에 근거한 새로운 양육행동을 생각해내고 연습해보기
- ⑤ 재구성된 사고를 바탕으로 바람직한 신념 만들고 유지하기: 자신의 신념을 적어 집단구성원 앞에서 읽고 설명하기.

<표 1> 집단상담프로그램 회기별 내용 소개

회기	회기목표	활동진행	준비물	활동내용
1회	자녀이해하기 : 프로그램 친밀감 형성, ADHD에 대한 이해증진	- 색종이에 스트레스지수 적어 날리기 - 자녀가 ADHD임을 처음 알았을 때의 부정적감정 적어 발표하기 - ADHD의 원인 증상, 합병, 치료과정, 예후 등 교육 - 과제: 질문쪽지 작성하기	교육자료 색종이 활동지 질문쪽지	"아이가 병인 줄을 모르고 버릇을 잡으려고 너무 많이 때렸어요...(흐느낌)"
2회	부모자녀관계 통찰하기: 부모가 자녀에게, 자녀가 부모에게 미치는 영향을 지각하기	- 감정, 생각, 행동 구별하기 - "아이와 부모는 서로 영향을 주고 받습니다. 이 번시간 에는 그것을 생각해보기로 하지요 내 이의 어떤 점이 나에게 영향을 미치는지 지금 생각해 각나는 것을 적어 보세요... 다음은 나의 어떤 점이 내 아이에게 영향을 미칠까요?" - 과제: 질문쪽지 작성하기/양육행동 점검표작성하기	감정-생각-행동카드 활동지 질문쪽지 양육행동 점검표	- 아이가 나에게 영향미치는 행동들; 느리다.무슨 일을 거부한다. 잘빠진다. 잘 웃는다. 안긴다. - 내가 아이에게 영향을 미치는 행동들: 칭찬하기, 말로 잘 설명하기, 소리지르기
3회	부모자녀관계 통찰하기 : 부모의 영양분은 관계를 통해 자녀에게로 공급된다.	- 인간줄당기기 게임 - 부모자녀의 관계지수(뱃줄상태에 비유)를 적기: "내 아이와 나의 관계를 아이와 나를 연결하는 뱃줄의 건강상태에 비유해 본다면 내아이와 나의 뱃줄의 건강상태는 어떠할까요? 가장 나쁜상태를 0, 가장 좋은상태를 10으로 둔다면 오늘 상태는 어느정도인가요. 숫자를 적어보세요... 이제 0점에서 이 점수까지 오르게 된 구체적인 이유를 적어보세요 .. 다음은 10점에서 이 점수로 내려오게된 구체적인 이유를 적어보세요." - 과제: 질문쪽지 작성하기/양육행동 점검표작성하기	초시계 활동지 질문쪽지 양육행동 점검표 필기구	질문쪽지의 내용: 아침에 못 일어나요 췌는게 너무 느려요. 약은 언제까지 먹어야 하나요? 관계지수올라간 이유; 고요히 잠을 자는 모습이 사랑스럽다. 내가 화를 참고 말로 설명한다. 관계지수내려간 이유; 아이가 눈뜨자마자 짜증을 냈다. 나도 짜증이 나서 소리를 질렀다.
4회	자녀 수용하기: 자녀를 존중하기, 자녀가 자라고 있다는 신념 갖기	- 무시하거나 무시당한 경험 나누기 - 자신의 자존감 체크해보기(부모로서, 배우자로서, 이성으로서, 인간으로서) - 자녀 성장 발견하기" 내 아이가 자라지 못하고 거꾸로 더 어려워지는 듯한 생각이 들 때가 있나요? 자녀가 자라지 못한다는 것을 어떤 것을 보고 알 수 있나요? 자녀가 자라고 있다고 생각되나요? 자녀가 자라고 있다는 것을 어떤 것을 보고 알 수 있나요? 내 아이가 자라고 있다는 증거를 찾아봅시다." - 과제: 질문쪽지 작성하기/양육행동 점검표작성하기	교육자료 활동지 양육행동 점검표 질문쪽지 필기구	부모가 자신의 자존감을 체크하면서 자존감의 중요성을 깨닫고 자녀의 자존감은 어떻게 궁금해 하게 되었다. 또한 자녀의 자존감을 손상시키는 부모자신의 행동에 대한 경각심을 더 갖게 된 듯한 반응을 보였다. 예를 들어, 체벌이 필요하다는 주장을 굽히지 않았던 한 부모는 이 활동 후 체벌에 대한 주장을 하지 않게 되었다.

<표 1> 계속

회기목표	활동진행	준비물	활동내용
5 양육행동 회 바로잡기: 기 분노감정 다루기	- 감정, 생각, 행동 카드게임: 생각에 따라 기분과 행동이 달라질 수 있다는 것을 활동을 통해 이해하기 - 양육행동점검표 발표하기: 바람직한 양육행동에 대해 진행자와 집단원들의 칭찬 이끌어내기. - 풍선놀이를 통해 분노감정이 무엇인지 이해하기 - 분노감정 즉각적으로 다루기: 분노감정을 알아챈다. → 즉시 그 자리를 뜬다. → 심호흡을 10번한다. → 다시 가서 어떻게 할지 생각한다. 만약 다시 가서 화를 내지 않을 자신이 없다면 그 자리에 다시 가지 않고 역할을 포기한다. → 계획대로 한다.	감정-생각-행동카드 풍선	양육행동점검표: 자녀의 행동? 공부하라고 했더니 누나랑 싸웠다. 그 행동을 보고 나의 기분은? 재네는 왜 맨날 싸우기만 하는지 미웠다. 나는 어떤 행동? 가서 머리통을 한 대씩 쥐어박았다. 내가 그런 행동을 한 것은 어떤 생각 때문? 공부만 하라고 하면 둘이 장난치던지 싸우던지 도대체 조용히 공부를 하지를 못한다. 내가 그 행동을 하고 난 후 기분? 공부할 수 있게 환경을 만들어준다든지 배려는 안해주고 욕박질러서 미안했다.
6 양육행동 회 바로잡기: 기 생각바꾸기	- 활동을 통해 자신의 생각이 절대적이지 않음을 깨닫기 - 생각 바꾸기 연습: 반드시 그렇게 생각해야만 하는가? 다른 생각도 가능한가? 다른 생각은 무엇인가? 생각에 따라 기분이 어떻게 달라지는지 숫자로 확인해보자. 어떤 생각이 더 나은 기분을 만드는가? 어떤 생각이 그 상황에 더 이로운가? 나는 어떤 생각을 선택하고 싶은가? 다음에 같은 상황이 일어난다면 나는 어떤 생각을 할 것인가? 그 확률은?	컵모양 그림 생각바꾸기 연습자료 양육행동 점검표 질문쪽지 필기구	엄마가 중요한 전화통화를 하고 있는데 자녀가 공놀이 칼싸움 놀이를 하며 계속 시끄럽게 했다. 조용히 해달라고 5~6번 경고했지만 끄덕도 하지 않아 화가 나서 매로 엉덩이를 때렸다. - 화가 나게 한 생각은 엄마가 전화통화를 할 때 조용히 해달라고 여러번 말하면 자녀가 조용히 해주어야 한다는 생각이다. 생각바꾸기 자녀는 경고에도 끄덕도 하지 않았기 때문에 경고가 통하지 않으니 다른 방법을 찾아야 한다고 생각을 바꾼다. 다른 방법은 전화통화를 잠시 중단하고 전화내용의 중요성에 대해 설명을 한다든지, 다른 방에서 전화를 받는 방법 등이 있다.
7 양육행동 회 바로잡기: 기 생각바꾸기, 신념만들기	- 나의 양육신념을 적고 발표하기, 프로그램 진행 도중에 새롭게 생긴 신념을 활동지에 적으면서 참여하기.	양육신념 활동지 생각바꾸기 연습자료	- 양육신념 내가 긍정적으로 대하면 아이도 긍정적으로 행동을 한다. 아이의 수준을 먼저 이해하자. 벌보다 칭찬이 효과가 좋다. 제일 먼저 아이와의 관계를 탄탄하게 형성한다. 부모마음이 편해야 아이를 잘 키울 수 있다. '잔소리'는 '무시'보다 못하다. 매일 칭찬거리를 찾는다. 또래아이와 내아이를 비교하지 않는다. 소중한만큼 존중하라.
8 양육행동 회 바로잡기: 기 아이행동 다루기(토큰경제 법 사용하기)	- 토큰경제법 바로 사용하기: 원칙1) 토큰경제법을 사용하기 위한 전제로서 적절한 부모자녀관계가 필요하다. 만약 부 관계지수 체크 모자녀관계가 좋지 못하면 서로 신뢰관계 카드를 회복한 후 토큰경제법을 사용한다. 원칙2) 토큰경제법은 자녀의 바람직한 동기를 높이고 그릇된 행동을 바로잡기 위한 수단임을 잘 이해시킨다. 즉, 토큰경제법의 목표는 토권이 아니라 바람직한 행동을 만드는 것임을 늘 상기한다. 원칙3) 토큰경제법을 사용 후 부모자녀관계가 더욱 악화되는 듯 하면 중단한다. 원칙4) 규칙을 만드는 시간을 따로 정한다. 토권에 대해 의견이 맞지 않을 때 결정을 보류하고 규칙을 정하는 시간에 처리한다.	양육신념 활동지 생각바꾸기 연습자료 토큰경제법 교육자료, 양육행동 점검표 질문쪽지	- 토큰경제법 "학습지를 약속대로 하기는 했는데 건성건성해서 스티커를 주지 않았더니 애가 테굴테굴 구르고 난리가 났어요" → 원칙4의 적용 대충대충하는 것에 대한 내용이 따로 거론되지 않았다면 알미워도 참고 스티커를 준 다음 규칙 만드는 시간에 부모가 그 점에 대해 문제제기를 하고 내용에 첨가한다.
9 양육행동 회 바로잡기: 기 생각바꾸기, 신념만들기, 토큰경제법사용 하기, 느린행동 다루기	느린행동 다루기: - ADHD 증상과 관련하여 느린행동 설명 - 빠른행동을 기대하기보다 빠른행동을 할 수 있게 환경을 만들어주기: 예) 동기부여. - 다음 행동에 대해 미리 알려주기: 등교준비 카드 만들어 붙이기 - 현재 하고 있는 행동을 마무리할 수 있게 돕기 - 다음 행동을 개시할 때 칭찬하기	관계지수체크카드 양육신념 활동지 등교준비 카드 재료	"화장실 들어가면 멍하니 가만히 앉아있어요. 내가 양치하라고 하면 겨우겨우 양치하고 있다가 계속 안 나와서 보면 세수할 생각은 하지 않고 물장난하고 있어요. 그러면 소리를 안 지를 수가 없어요. 내가 소리를 지르면 하고 나와요" → "전날 일찍 자도록 더 챙기고 할 일의 순서를 붙여놓고 미리 알려주니까 훨씬 부드럽게 된 것 같아요 ..제가 더 기다려주게 된 것 같아요"

IV. 연구방법

1. 연구대상 및 절차

실험설계에 대한 모형은 <표 2>와 같다. 서울, 경기도에 거주하면서 병원에 내원하여 ADHD아동을 위한 주의력, 사회성증진 집단상담프로그램에 참여하고자하는 ADHD아동의 부모 18명 중 무작위로 선정한 10명을 대상으로 부모집단상담프로그램을 실시하였다. 부모집단상담프로그램에 참여하지 않는 나머지 절반의 부모집단에 대해서는 아무런 조치를 하지 않고 방임할 경우 윤리적인 문제를 안게 되는 점을 감안하여, 상담자가 투입되어 부모들 간의 자유로운 대화 속에서 나오는 질문에 응답해주는 수준으로 참여하였다.

부모집단상담프로그램의 참여율을 증진시키고 부모의 편리성을 도모할 목적으로 ADHD아동이 주의력, 사회성증진을 위한 집단상담프로그램에 참여하는 동안 대기시간을 활용하여 본 부모 집단상담프로그램을 실시하였다. 부모 집단상담프로그램에 참여하는 집단과 참여하지 않는 집단 모두 대기시간을 활용하여 사전과 사후에 질문지조사를 각각 1회씩 실시하였다.

참여율을 높이고 부모 집단상담프로그램의 효과를 증진시키기 위해 방학 중 주2회 총 9회를 5주간 실시하였다. 부모 집단상담프로그램을 실시하는 집단에는 진행자 1명

보조진행자 1명이 투입되고, 참여하지 않는 집단에는 진행자 1명이 투입되며 동시에 70분간 진행하며, 진행자들은 모두 병원에서 고용된 심리치료사로서 비슷한 경력을 가진 자로 선정하였다.

연구대상자는 총 18명이며 연구대상자의 특성은 <표 3>과 같다.

2. 측정도구

1) 양육스트레스

부모의 양육스트레스를 측정하기위해 Parenting Stress Index/Short Form(Abdin, 1990)을 김현미(2004)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 부모의 고통(Parental Distress), 부모-자녀간 역기능적 상호작용(Parent-Child Dysfunctional Interaction), 아동의 까다로운 기질(Difficult Child) 등의 세 가지 하위요인별 12문항씩 총 36문항으로 구성되었다. 5점 Likert 척도로 점수가 높을 수록 양육스트레스를 많이 지각하는 것을 나타내며 임상적 해석에 따르면 총점이 90점 이상이면 높은 수준의 양육스트레스를 갖는 것을 의미한다(김현미, 2004). 각 문항들의 Cronbach α 값이 .93으로 높은 내적일치도를 나타내었다.

2) 양육효능감

부모의 양육효능감을 측정하기위해 Floyd, Gilliom 그리고 Costigan(1998)의 'Perceived Parenting Competence'를

<표 2> 실험설계모형

	사전		사후
실험집단	O ₁	X	O ₂
통제집단	O ₃		O ₄

X : ADHD아동의 부모집단상담 프로그램 실시

O₁ : 실험집단 사전검사, O₂ : 실험집단 사후검사, O₃ : 통제집단 사전검사, O₄ : 통제집단 사후검사

<표 3> 연구대상자의 특성

실험집단(9명)			통제집단(9명)		
성별(관계)	연 령	연구 참가율	성별(관계)	연 령	연구 참가율
남: 2명(부) 여: 7명(모)	30대: 7명 40대: 2명	97.5%	남: 1명(부) 여: 8명(모)	30대: 8명 40대: 1명	96.3%
ADHD자녀의 행동특성	자녀1(남, 1학년): 산만, 부정적 또래상호작용 자녀2(남, 1학년): 산만, 참여거부 자녀3(남, 1학년): 산만 자녀4(남, 2학년): 산만, 끼어들기 자녀5(남, 2학년): 산만, 끼어들기 자녀6(여, 2학년): 산만, 자리이탈, 참여거부, 기분조절지연 자녀7(남, 4학년): 산만, 신체행동표출, 부정적 또래상호작용 자녀8(남, 4학년): 산만, 언어행동표출 자녀9(남, 5학년): 참여거부, 표현억제	ADHD자녀의 행동특성	자녀10(남, 2학년): 산만, 자리이탈 자녀11(여, 2학년): 산만, 표현억제 자녀12(남, 2학년): 산만, 끼어들기, 자녀13(남, 3학년): 산만, 끼어들기 자녀14(여, 3학년): 산만, 표현억제 자녀15(여, 3학년): 산만, 끼어들기, 부정적 또래 상호작용 자녀16(남, 3학년): 산만, 참여거부, 자리이탈 자녀17(남, 3학년): 산만 자녀18(여, 4학년): 산만, 참여거부, 부정적 또래 상호작용		

안지영(2000)이 번안, 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 부모역할에 대한 자신감(Parenting Confidence Scale) 7문항과 부모역할에 대한 어려움(Under Control Scale) 8문항의 총 15문항으로 구성되었다. 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 양육효능감을 높게 지각하고 있음을 의미한다. 각 문항들의 Cronbach A값이 .83으로 높은 내적 일치도를 나타내었다.

3) ADHD증상

아동의 ADHD증상을 측정하기위해 DuPaul이 개발한 ADHD 평가 척도(ADHD Rating Scale)를 번안한 한국어판 ADHD 평가척도를 사용하였다. 이 척도는 DSM-IV의 ADHD 진단기준 내용으로써 주의산만(inattention)9문항과 과잉행동-충동성(hyperactivity-impulsivity) 9문항의 총 18문항으로 구성되었다. 소유경 등(2002)에 의해 국내에서의 신뢰도와 타당도가 검증되었다. 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 증상이 심각함을 나타낸다. 각 문항들의 Cronbach α값이 .83으로 높은 내적일치도를 나타내었다.

3. 자료의 분석

연구대상자 총18명 중 연구에 참여하지 않은 부모가 사후조사에 응답한 하나의 사례 제외하여 총17명의 사례를 분석하였다.

자료의 분석을 위해 통계패키지 SPSS 프로그램을 사용하였다. 측정도구의 신뢰도를 검증하기위하여 신뢰도 분석을 실시하였고, 실험집단과 통제집단 간의 동질성을 검증하기위하여 독립표본 t검정을 실시하고, 부모 집단상담프로그램의 효과를 알아보기 위하여 사전-사후간 대응표본 t검정을 실시하였다.

V. 결과 및 해석

1. 실험집단과 통제집단 간의 동질성 검증

실험집단과 통제집단 간의 동질성을 검증하기위하여 두 집단에 따른 양육스트레스, 양육효능감, ADHD 증상의 사전값에 대해 독립표본 t검정을 실시한 결과는 <표 4>와 같다. 실험집단의 양육스트레스와 양육효능감의 사전값은 통제집단보다 낮고, ADHD증상의 사전값은 통제집단보다 높았지만 집단 간에 유의한 차이가 나타나지 않아 실험집단과 통제집단 간의 동질성이 검증되었다.

2. 부모 집단상담프로그램의 효과 분석

부모 집단상담프로그램의 양육스트레스 감소, 양육효능감 증진, ADHD증상 개선에 대한 효과를 알아보기위해 대응표본 t검정을 실시하여 <표 5>에 제시하였다.

양육스트레스는 실험집단과 통제집단 모두 사후값이 더 낮아졌으나 사전·사후 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 즉, 부모 집단상담프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 통제집단에서 모두 양육스트레스에 의미 있는 수준으로 변화가 나타나지 않았다고 할 수 있다.

양육효능감은 실험집단에서는 사전값보다 사후값이 더 높았으며 사전·사후 간에 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다(p<.001). 그러나 통제집단에서는 사전값보다 사후값이 더 높았으나 사전·사후 간에 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다. 즉, 부모 집단상담프로그램을 실시한 실험집단

<표 4> 실험집단과 통제집단에 따른 사전값에 대한 독립표본 t 검정

N=17

	실험집단		통제집단		t
	M	SD	M	SD	
양육스트레스	104.56	12.76	105.63	27.87	.10
양육효능감	34.67	3.20	35.63	6.82	.38
ADHD증상	45.11	7.13	40.63	7.13	1.30

<표 5> 실험, 통제집단에 따른 양육스트레스, 양육효능감, ADHD증상의 사전·사후값에 대한 대응표본 t 검정

변 수	사전값		사후값		사전값-사후값 t	
	M	SD	M	SD		
실험집단 (n=9)	양육스트레스	104.56	12.76	97.56	18.79	1.29
	양육효능감	34.67	3.20	38.33	3.50	-6.96***
	ADHD증상	45.11	7.13	38.22	8.54	3.66**
통제집단 (n=8)	양육스트레스	105.63	27.88	97.75	19.62	2.183
	양육효능감	35.63	6.82	37.63	5.13	-1.60
	ADHD증상	40.63	7.13	35.13	6.36	3.03*

*p<0.5, **p<.01, ***p<.001

에서는 양육효능감에 있어서 의미있는 수준으로 증가되는 변화를 보였으나 부모 집단상담프로그램을 실시하지 않은 통제집단에서는 양육효능감에 변화가 나타나지 않았다고 할 수 있다.

아동의 ADHD증상은 실험집단($p<.01$)과 통제집단($p<.05$)에서 모두 사전값보다 사후값이 더 낮아졌으며 사전·사후간에 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다. 그러나 실험집단과 통제집단 간의 차이가 있는지를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 사후값에 대한 독립표본 t검정을 실시한 결과 실험집단과 통제집단 간 사후값에 유의한 차이를 나타내지는 않았다. 즉, 부모 집단상담프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 통제집단에서 모두 ADHD증상의 수준에 있어서 변화가 나타났지만 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 의미있는 차이는 없었다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 ADHD아동 부모의 양육스트레스를 감소시키고, 양육효능감을 증진시키고, 아동의 ADHD증상을 감소시키기 위해 부모 집단상담프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 하였다.

본 연구에서 실시한 부모 집단상담프로그램은 양육스트레스를 감소시키기는 하였으나 통계적으로 유의한 수준으로 나타나지 않아 부모 집단상담프로그램의 효과를 입증할 수는 없었다. 이것은 본 연구의 부모 집단상담프로그램을 실시했음에도 자녀양육으로 인한 고통스러움, 자녀와의 상호작용의 어려움, 자녀의 기질로 인한 어려움이 크게 변화하지 않았음을 말한다. 그러나 통계적으로 유의한 차이는 아니지만 집단상담프로그램의 실시 후에 양육스트레스가 감소되었으므로 차후에 더 많은 대상을 통해 부모집단상담프로그램 실시하여 다시 효과성을 검증할 여지를 남겼다.

반면, 양육효능감은 유의한 차이를 나타내어 부모 집단상담프로그램의 양육효능감 증진 효과가 입증되었다. 이는 박중규와 오경자(2004)의 연구에서 외현적 문제행동 아동의 부모를 위한 인지행동적 부모훈련이 양육효능감을 증가시키는 결과와 일치한다. 즉, 본 연구의 부모 집단상담프로그램을 통해 부모가 자녀의 양육에 대한 어려움이 줄고 자신감을 높였다는 것으로 이해할 수 있다.

다시말해, 부모 집단상담프로그램을 통해 자녀에 대해 이해하고 수용하게 됨으로써 자녀행동에 대한 분노와 같은 부적절한 감정을 보다 덜 느끼게 되고 또한 분노조절 기술을 통해 감정조절이 보다 용이하게 됨으로써 양육의 어려움이 감소하였을 것으로 추측해볼 수 있다. 또한, 양육 상황을 기록하여 자녀가 부적절한 행동을 한 상황에서 부모가 어떤 기분, 어떤 생각, 어떤 행동을 하는지 통찰하고, 평가하고,

바로잡아가는 과정을 반복함으로써 바람직한 양육신념을 형성하고 성공적인 양육경험을 증가시켜 양육에 대한 자신감을 갖게 되었을 것으로 추측할 수도 있을 것이다.

자녀의 ADHD증상은 부모 집단상담프로그램을 실시한 집단과 실시하지 않은 집단에서 모두 통계적으로 유의한 수준으로 감소하여 부모 집단상담프로그램의 효과를 나타내었다고 단정하기는 어렵다. 이는 동시에 진행된 아동을 위한 집단상담프로그램의 효과라고 보는 것이 더 타당할 수도 있다. 그러나 실험집단이 통제집단보다 ADHD 증상에 더 많은 차이를 보인 점을 감안할 때 차후에 더 많은 대상을 통해 부모 집단상담프로그램의 아동의 ADHD증상에 대한 효과를 검증할 여지가 있다.

본 연구는 ADHD자녀에 대해 이해하고 자신의 양육행동을 분석함으로써 바람직한 양육행동을 경험하고 양육신념을 형성하게하는 부모 집단상담프로그램에 부모가 참여함으로써 양육과정에서 겪는 어려움을 극복하고 자신감을 얻게 하였다는데 의의가 있다. 또한 구조화된 부모 집단상담프로그램을 개발함으로써 임상 현장에서 ADHD아동 부모가 양육에서의 자신감을 높이기 위해 활용할 수 있는 집단상담프로그램을 제공하였다는데 의의가 있다.

한편, 본 연구에서 연구대상자 수가 적은 제한점을 갖고 있으므로 추후연구에서는 더 많은 연구 대상자를 통해 본 프로그램의 효과성을 다시 검증할 여지를 남겼다. 또한, 본 연구에서 실시한 인지행동적 접근방식을 적용한 집단상담프로그램은 양육스트레스에서는 효과가 입증되지 못하였고 양육효능감에서는 효과가 입증되었는데 이는 다른 선행연구들과 일치하거나(박중규·오경자, 2004) 상반되는(최지영 등, 2004) 결과이다. 이렇게 효과에 대한 결과가 일관되지 못하므로 보다 앞으로 더 많은 실험연구를 통한 효과 검증이 필요하다.

본 연구에서 실험집단보다 통제집단에서 여아가 더 많았다. 여이는 남아에 비해 ADHD증상에서 과잉행동성이 낮고((Barkley, 1998/2002), 과잉행동정도가 심각할수록 어머니의 양육스트레스가 높고, 바람직한 양육행동수준이 낮으며(이신영, 1998), 장애아 어머니의 스트레스는 그 자녀의 성별에 따라 차이가 없다(황경자, 2002)는 등의 선행연구들을 근거로 할 때, 실험집단의 어머니들이 더 높은 스트레스를 경험할 것으로 짐작할 수 있다. 본연구에서 두 집단 간 어머니의 양육스트레스와 양육효능감에서 사전점수 차이는 없었으므로 연구결과의 방향에는 유의한 영향을 미치지 않았을 것으로 추측할 수 있다. 다만, 부모집단상담프로그램의 효과에 대해 ADHD아동의 성별에 따른 차이를 연구한 선행연구가 없는 실정을 감안할 때, 본연구의 집단간 ADHD아동 성비 차이는 한계점으로 지적할 수 있다. 따라서 추후 이점을 보완한 연구설계가 필요하다고 하겠다.

집단상담프로그램의 내용에서 양육스트레스의 감소효과를 높이기 위해 수정보완이 필요하다. 즉, 양육으로 인한 고통에 대한 표현을 유도하고 지지, 공감을 할 수 있는 내용과 자녀와의 상호작용기술에 대한 내용이 더 첨가될 필요가 있을 것이다. 또한 부모 집단상담프로그램의 자녀의 ADHD 증상 감소 효과를 높이기 위해서 자녀의 ADHD 증상행동들을 통제하는 기술에 대한 내용과 자녀의 바람직한 변화에 대한 자기각력을 높이는 내용이 더 추가될 필요가 있다.

【참 고 문 헌】

- 김윤희(2006). 정서행동장애아동 어머니의 양육스트레스 감소와 부모효능감 향상을 위한 교류분석프로그램 효과성 연구. 부산대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김미숙(2005). 어머니의 양육스트레스와 양육효능감이 양육행동에 미치는 영향: 유아기와 학령기 자녀를 둔 어머니를 대상으로. 카톨릭대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김현미(2003). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감 및 양육행동과 아동의 사회적 능력간의 관계. 이화여자 대학교 대학원. 석사학위논문.
- 문혁준(1999). 취업모의 사회 인구학적 특성과 부모효능감이 자녀 양육태도에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 37(6), 97-107.
- 박영수(2000). 장애 유아 부모교육 프로그램 개선에 관한 연구. 단국대학교 대학원. 석사학위논문.
- 박응임(1995). 영아-어머니간의 애착 유형과 관련변인. 이화여자대학교 대학원. 박사학위논문.
- 박중규 · 오경자(2004). 아동의 외현적 문제행동에 대한 부모 훈련프로그램의 효과-인지행동적 부모훈련과 행동적 부모훈련의 비교. *한국심리학회지: 임상*, 23(4), 829-849.
- 서민정 · 장은진 · 정철호 · 최상용(2003). 주의력 결핍-과잉행동장애 아동 어머니의 양육스트레스, 우울감, 부모 효능감에 관한 연구-정서장애 아동과 일반아동 어머니와의 비교를 중심으로-. *한국심리학회지: 여성*, 8(1), 69-81.
- 신숙재(1997). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향. 연세대학교대학원. 박사학위논문.
- 안지영(2000). 2~3세 자녀를 둔 어머니의 양육신념, 효능감 및 스트레스가 양육행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원. 박사학위논문.
- 윤혜정(2002). 집단미술치료가 장애아 어머니의 양육스트레스, 부모효능감 및 자이존중감에 미치는 효과. 서강대학교 대학원. 석사학위논문.
- 이신영(1998). 주의력 결핍 과잉행동장애 아동 어머니의 양육태도와 심리적 특성: 고과잉행동아동, 저과잉 행동아동, 정상아동의 비교. 전남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 정명신(2001). 주의력 결핍 및 과잉행동장애 아동어머니의 양육경험에 관한 질적 연구. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 최지영 · 양윤란 · 김재환(2004). 발달장애 아동의 부모를 위한 인지-행동적 부모훈련 프로그램의 효과. *한국임상심리학회지 : 임상*, 23(1), 1-16.
- 하은혜(2000). 문제행동자녀를 둔 우울한 어머니에 대한 인지행동 집단치료의 효과. 연세대학교 대학원. 박사학위논문.
- 황경자(2002). 중복장애아동 어머니의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인. 한림대학교 사회복지대학원. 석사학위논문.
- Anonymous. (2007). What's the best tretment for ADHD? *Patient Care Abstract*, 41(23), 8.
- Bowd, A. D. (2006). 'Curing' ADHD. *The Skeptical Inquirer*, 30(3), 50-53.
- Bugental, Blunt, D., Blue, Jay, Lewis & Jeffrey. (1990). Caregiver beliefs and dysphoric affect directed to difficult children. *Developmental Psychology Abstract*, 26(4), 631.
- Crinic, K. A., & Acevedo, M. (1995). Everyday stresses and parenting. In M. H., Bornstein(Ed.), *Hand-Book of Parenting, Vol. 4*(pp277-297). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ehrmann, L. A. (2007). **Characteristic predictors of parental stress in special needs children adopted out of the United States foster care system.** Doctoral Dissertation, The Pennsylvania State University.
- Gail, T., Elizabeth, A., Schaugency, Robyn, L., Kelly, M. (2007). Family interactions in children with and without ADHD. *Journal of Child and Family Studies Abstract*, 16(3), 385.
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Jaffe, M. L. (1997). 공인숙 · 권영옥 · 김영주 · 문무경 · 이강이 · 이경화 · 이완정 · 한미현 역(2000). *부모교육*. 서울: 창지사.
- Judge, S. (2003). Determinants of parental stress in families adopting children from eastern europe. *Family Relations*, 52(3), 241-248.
- Keown, L. J., Woodward, L. J. (2002). Early parent child relations and family functioning of preschool boys

with pervasive Hyperactivity. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30(6), 541-553.

- Mainemer, H., Gilman, L. C. & Ames, E. W. (1998). Parenting stress in families adopting children from romanian orphanages. *Journal of Family Issues*, 19, 164-180.
- Mash, E. J. & Barkley, R. A. (1998). 이현진 · 박영신 · 김혜리 · 정명숙 · 정현희 역(2002). *아동정신병리*. 서울: 시그마프레스.
- Mash, E. J. & Wolfe, D. A. (1999). 조현춘 · 송영혜 · 조현재 역(2004). *아동이상심리학*. 서울: 시그마 프레스.
- Seipp, C. M. & Johnston, C. (2005). Mother-son interactions in families of boys with Attention -Deficit/Hyperactivity Disorder with and without Oppositional Behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33(1), 87-98.
- Teti, D. M., Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62, 918-929.
- Wenar, C. (1994). 이춘재 · 성현란 · 송길연 · 윤혜경 · 김혜리 · 박혜원 · 곽금주 · 장유경 · 박선미 · 황상민 · 이은희 · 이도현 · 조정호 · 김선아 역(1998). *발달정신병리학*. 서울: 중앙적성출판사.

접수일 : 2008년 01월 10일

심사완료일 : 2008년 04월 03일