



## 일상화 과정 이론에 근거한 결혼이주여성 대상 식생활 교육 프로그램 일상화 과정에 대한 질적 연구

김인선 · 황지윤\*  
상명대학교 식품영양학과

### A Qualitative Study of the Adaptation Process of Dietary Education Program for Marriage Immigrant Women using the Normalization Process Theory

In Seon Kim, Ji-Yun Hwang\*

*Department of Foodservice Management and Nutrition, Sangmyung University*

#### Abstract

This study was a qualitative investigation of the process of adaptation of nutrition education programs by marriage immigrant women who completed education programs for training of food citizen leaders. Focus group interviews of seven marriage immigrant women from Vietnam, China, Mongolia and Russia were conducted and analyzed based on the Normalization Process Theory (NPT). Participants were aware of the purpose of the education program (coherence) and their confidence in organizing and reconstructing the knowledge of nutrition was increased after education (reflexive monitoring). However, they had difficulties attending long-term education programs (cognitive participation) and overcoming language barriers (collective action). Although the program was beneficial for the participants in that they could apply acquired nutrition knowledge to their everyday life as food citizen leaders, the continuous monitoring and feed-back system (management), customized application, and consideration of personal and social factors need to be developed and facilitated. In addition, various programs targeting marriage immigrant women may increase economic independence of these women. The NPT proved beneficial in conceptualizing the barriers and facilitators to implementing nutrition education. The successful implementation of nutrition intervention needs special support to overcome barriers to cognitive participation and collective action.

**Key Words:** Female immigrants, normalization process theory, dietary education, focus-group interview

## 1. 서 론

최근 한국은 사회문화적 요인인 가치관의 변화와 세계화, 개방화로 인하여 여러 인구학적 변화를 겪고 있다. 출입국·외국인정책본부 통계에 따르면 2017년 기준 국내에 거주하는 결혼이민자는 155,457명으로 꾸준히 증가하고 있으며 그 중 여성이 130,227명으로 대다수를 차지한다(Ministry of Justice, 2017). 국제결혼의 증가로 다문화사회로 진입하는 속도는 더 빨라졌으며 결혼이주여성이 우리 사회를 이루는 핵심 구성원이 되었다.

국내 다문화가정을 연구한 선행연구들을 살펴보면 결혼이주여성들은 한국 정착에 있어 음식, 의사소통, 생활습관 등 새로운 문화를 적응하는 과정에서 스트레스를 경험하고 있었다(Kim et al. 2011; Choi 2011). 지속적인 도움이나 체계

적인 교육 없이 바로 문화를 이해하고 생활을 해나가는 것은 결혼이주여성에게 큰 어려움으로 다가와 가정 및 사회적 갈등을 일으킬 수 있다. 이주하기 전 우리나라를 접해본 경험은 거의 없거나 적은 결혼이주여성들에게 식생활 적응은 단순히 새로운 음식에 대한 맛뿐만 아니라 요리 방법, 식재료, 식습관 등의 환경적 요인들까지 포함한다. 결혼이주여성의 식생활 적응은 개인에게만 국한되지 않고 가족 구성원들과의 관계와 건강과도 관련이 있으므로 영양 교육의 필요성이 강조된다. 그러나 결혼이주여성을 대상으로 실시한 교육들은 대부분 단순한 조리 위주의 교육이나 한국 음식에 대한 기초적인 교육만 이루어지고 있어 건강한 식생활의 실천이 지속적으로 이루어지기 어려운 실상이다(Hwang et al. 2017).

일상화 과정 이론(Normalization Process Theory) (NPT)

\*Corresponding author: Ji-Yun Hwang, Department of Food service Management & Nutrition, 20, Hongjimun 2-gil, Jongno-gu, Seoul 03016, Korea  
Tel: +82-2-781-7521 Fax: +82-2-2287-0104 E-mail: jiyunhk@smu.ac.kr

(May et al. 2003)은 새로운 시도나 복잡한 개입을 실행하거나 통합하는 역학 관계를 이해하는 데 사용할 수 있는 사회학적 도구로 결혼이주여성인 한국의 식생활을 이해하고 적용하는데 필요한 프로그램의 개발에 도움이 될 수 있다. 또한 새로운 사회적 과정이 시작되어 실행으로 이어질 때 서로 다른 집단에 속해 있는 실무자와 대상자에게 구현 향상과 체계화를 위한 정보를 제공하는 역할이 가능하다(May et al. 2018). 일상화 과정 이론은 대상자들이 교육의 목표와 가치를 인지할 때, 개인적/집단적으로 대상자의 문제를 정의할 수 있을 때, 교육을 통하여 개인과 교육 집단이 정의되고 통합할 수 있을 때, 교육 후 지식을 활용하거나 체계화하는데 자신감이 있을 때 교육을 통한 개입이 효과를 내어 대상자들이 일상화를 수행할 수 있다고 설명한다(McEvoy et al. 2014). 이러한 개인 및 집단 간에서 발생하는 맥락적 차이를 설명하고 구체화할 수 있는 명확한 요소들을 통하여 다양한 환경과 개인에 걸쳐 적용할 수 있는 일반화가 가능한 프레임워크를 제공한다(May et al. 2013).

따라서 본 연구에서는 결혼이주여성의 건강한 식생활의 일상화를 돕기 위한 먹거리 시민 리더단 양성교육 프로그램을 수료한 결혼이주여성을 대상으로 심층 인터뷰를 수행하여 식생활 교육이 대상자들의 일상에 미친 영향과 적응도를 일상화 과정 요소에 따라 분석하고자 한다. 이를 통하여 결혼이주여성의 한국 식생활 적응에 대한 촉진요인(facilitators)와 장애요인(barriers)을 파악하여 향후 다문화 가정에게 필요한 다양한 식생활 교육 프로그램 및 서비스를 개발할 수 있는 기초 자료를 제시해보고자 하였다.

## II. 연구 내용 및 방법

### 1. 조사 대상자

본 연구는 2018년 6월 7일부터 7월 19일까지 진행된 먹거리 시민 리더단 양성교육 프로그램을 수료한 최종 수료자 중 2018년도 신규 모집자인 중국, 베트남, 몽골, 러시아 출신 결혼이주여성 7명을 대상으로 2018년 7월 25일부터 28일까지 그룹 또는 개인별로 정보가 포화가 될 때까지 심층 인터뷰

를 실시하였다. 본 조사 대상자가 참여한 먹거리시민 리더단 양성 교육 프로그램은 요리를 좋아하고 한국어 능력과 조리 능력이 중급 이상이며, 향후 강사로 활동하기 원하는 자를 지원 자격으로 명시하고 2018년 5월 21일부터 6월 4일까지 15일간 서울시 내 다문화가족지원센터, 서울글로벌센터 등 유관기관을 대상으로 포스터 및 공문을 발송하고 다문화 가정, 외국인, 결혼이주여성 관련 온라인 커뮤니티 및 SNS에 온라인 홍보물을 게시하여 진행하였다. 1차 유선 접수 후 2차 서류 심사를 거쳐 최종 3차 면접 심사로 최종 양성 교육생으로 선발된 총 26명을 대상으로 주 3회, 1일 3시간동안 가락물 쿠키 스튜디오(서울시 송파구), 한식 문화관(서울시 중구), 서울 먹거리 창업센터(서울시 송파구)에서 진행되었다. 교육은 이론과 실습으로 구성되었으며, 직업 역량 교육, 6가지 식품군의 이해, 가족 영양 관리, 한식과 식문화를 주제로 개별/조별 시연 평가를 통해 전반적인 식생활 관리 향상도 도모하고자 하였다.

### 2. 연구내용 및 방법

본 연구에 대한 모든 진행은 상명대학교 연구심의위원회 (Institutional Review Board: IRB)의 사전 승인(BE2018-1)을 받았으며, 조사 전 연구의 목적에 대해 설명하였고 대상자의 동의를 구하고 서면 동의를 받은 후 실시하였다. 심층 인터뷰를 통하여 얻은 내용을 새로운 시도와 복잡한 개입을 실행하거나 통합하는 역학 관계를 이해하는데 사용할 수 있는 도구인 일상화 과정 이론(May et al. 2003)의 요소로 범주화하여 분석하였다. 녹음된 내용을 반복하여 들으면서 모든 정보를 빠짐없이 기록하였으며 참여자들의 응답 중 의미 있는 내용을 요소별로 분류하여 인용문을 추출하였다.

## III. 결과 및 고찰

### 1. 조사대상자의 일반적 사항

조사대상자의 일반적 사항은 <Table 1>과 같다. 본 조사의 참여 대상자인 결혼이주여성은 서울시(6명)와 경기도 성남시(1명)에 거주하고 있으며 출신 국가는 중국 3명, 베트남 2명,

<Table 1> Information of immigrant women in multicultural families

| Case No. | Age | Original nationality | Years of residence | Marriage period | Experience of nutrition education | Experience of Korean cooking education | Method of learning information on dietary life |
|----------|-----|----------------------|--------------------|-----------------|-----------------------------------|--|--|
| 1        | 46  | China                | 18                 | 12              | -                                 | O                                      |  |
| 2        | 24  | Vietnam              | 3                  | 4               | -                                 | O                                      |  |
| 3        | 30  | Vietnam              | 8                  | 8               | O                                 | O                                      |  |
| 4        | 50  | Russia               | 16                 | 16              | O                                 | O                                      | Internet searching                             |
| 5        | 39  | China                | 9                  | 9               | -                                 | O                                      |  |
| 6        | 33  | Mongolia             | 3                  | 3               | O                                 | O                                      |  |
| 7        | 35  | China                | 15                 | 15              | O                                 | -                                      |  |

몽골, 러시아가 각 1명이었다. 연령별로 살펴보면 20대가 1명, 30대가 4명, 40대 1명, 50대 1명으로 평균 연령은 36.7세이었다. 결혼 기간은 평균 9.5년으로 조사되었으며 한국 거주 기간은 평균 10.5년으로 조사되었다. 떡거리시민 리더단 양성 교육 이전에 한국에서 받은 영양 교육을 경험한 결혼이주여성은 4명이었고 한식 조리 교육의 경우 6명으로 나타났다. 평소 식생활에 대한 정보를 얻는 경로는 7명 모두 인터넷 검색으로 나타났다.

2. 일상화 과정 이론에 근거한 식생활 교육프로그램 적응과정 평가

결혼이주여성이 참여한 식생활 교육 프로그램의 실제 생활에서 적용과정에 대한 촉진요인과 장애요인을 평가하기 위해 일상화 과정 이론의 요소에 적용시켰다(Murray et al. 2010)<Table 2>. 다문화떡거리시민 리더단 양성 교육 프로그램

램을 수료한 결혼이주여성들의 심층 인터뷰 내용을 요소별로 분석하여 교육 내용을 일상화할 수 있었는지 분석하였다 <Table 3>. 관찰되었던 요소들은 일상화 과정의 촉진요인으로 관찰되지 않았던 요소들은 장애요인으로 평가할 수 있다.

1) 응집성 (Coherence)

응집성이란 사람들이 교육의 실행에 있어 직면하는 문제들에 대하여 개인적 또는 집단적 의미를 부여하는 작업으로 차이의 인식, 집단적 설계 구조, 개인적 설계 구조, 내면화를 포함한다.

(1) 차이의 인식(Differentiation)

조사 대상자들은 한국과 모국의 식문화가 다름을 충분히 인지하고 있었으며 식생활 적응에 도움이 되는 한국 음식과 영양에 대한 지식을 얻고자 하였다.

<Table 2> Categorization of dietary education program according to NPT constructs

| Category                                     | Constructed meaning  |
|--|--|
| Coherence<br>(Sense-making work)             | -To define the objective of nutrition dietary education<br>-To understand the individual/communal dietary problems that they face and define them in their own way |
| Cognitive participation<br>(Relational work) | -To define the meaning or value of dietary education<br>-To interact and relate to the participants  |
| Collective action<br>(Operational work)      | -To integrate knowledge with other elements of dietary education<br>-To be aware of any individual/communal difficulties in participating in the dietary education |
| Reflexive monitoring<br>(Appraisal work)     | -To gain confidence in using, modifying and organizing knowledge in daily life after dietary education<br>-To be enacted feedback or management                    |

<Table 3> Observed or unobserved components of NPT after dietary education

| Theme                   | Sub-theme                 | Constructed meaning                        |   |
|-------------------------|---------------------------|--|---|
|                         |                           | Observed (O) or Unobserved (U) in subjects | Categorized element of interviews   |
| Coherence               | Differentiation           | O  | Awareness of cultural difference  |
|                         | Communal specification    | O  | Establishing common educational goals and expectations for groups                 |
|                         | Individual specification  | O  | Establishing general educational goals and expectation                            |
|                         | Internalization           | O  | Recognition of the value of education program                                     |
| Cognitive participation | Initiation                | U  | Difficulty of attending a long-term education                                     |
|                         | Enrollment                | O  | Organization of individual and collective relation                                |
|                         | Legitimation              | O  |   |
|                         | Activation                | U  | Developing and maintaining collective relationship                                |
| Collective action       | Interactional workability | U  | Differences in perceived difficulty of education<br>Existence of language barrier |
|                         | Relational integration    | U  | Lack of practice opportunities and interaction with teacher                       |
|                         | Skill set workability     | O  | Acquisition of nutrition knowledge and cooking technique to everyday life         |
|                         | Contextual integration    | U  | Necessity of support for social participation for subjects                        |
| Reflexive monitoring    | Systematization           | O  | Gathering and standardize various information                                     |
|                         | Communal appraisal        | O  | Solutions of common difficulties for marriage immigrant women                     |
|                         | Individual appraisal      | O  | Detection of change in dietary life   |
|                         | Reconfiguration           | O  | Examination of nutrition knowledge and cooking technology                         |

“한국에서 뭐 하면 다른 데서는 어떻게 아 다른 나라에서는 문화 차이가 많잖아요.”

“못하는 거 어떻게 방법 어떻게 뭐 음 건강 위해서 뭐가 많이 먹고 주는데 그 다음에 방법도 있고요 좀 뭐가 먼저 넣고 나중에 넣고 영양 정보가 빠지지 않고 그냥 여기서 어 하루에 사람이 먹어야 될 칼로리가 얼마냐고 어 당분 얼마냐고 많이 먹으면 이거 좀 어 나중에 뭐가 좀 무슨 병 생겨서 자기가 지금 조금 알고 있어서 그냥 더 배우고 싶어요.”

“네. 어디서 모르잖아요. 혹시 이런 프로그램 있으면 참여하고 싶어요.”

(2) 집단적 설계 구조(Communal specification)

교육에 참여하는 결혼이주여성들은 교육 참여 구성원들과 교육의 목표와 교육에서 기대되는 이익에 대한 공동된 이해를 구축하고 있었다.

“좀 뭔가 이렇게 하나의 단체가 돼서 좀 더 자기의 권익을 찾고 좀 더 이렇게 했으면 더 적극적으로 좀 나섰으면 좋겠다는 생각을 있었어요.”

“어떻게 보면, 이 엄마들을 통해서 더 심도 있게 다른 연구도 진행할 수 있고 이 엄마들이 모르고 있는 그런 권리 같은 거 좀 더 적극적으로 찾을 수 있도록 도와주고 서로 이렇게 했으면 좋겠다는 생각이 들어요.”

(3) 개인적 설계 구조(Individual specification)

조사 대상자들은 평소 건강한 식생활에 대한 관심이 있었으나 알 수 있는 경로가 많지 않아 참여를 하지 못하였다고 답하였고, 교육 프로그램을 통하여 결혼이주여성들과의 교류와 조리 및 영양 관련 지식을 습득하고자 하는 개인적인 목표를 구축하고 있었다.

“건강에 대해서 그런 영양에 대해서 많이 들여봐서 이런 기회도 흔치 않으니까”

“근데 여기 오며 뭐 영양 성분부터 시작해서 플레이팅 하는 것부터 시작해서 (중략) 사람도 있고 저는 솔직히 이렇게 엄마들 이렇게 만나서 뭐 교류도 하고 가능하면 하자 이렇게 생각이 있었어요.”

(4) 내면화(Internalization)

조사 대상자들은 프로그램을 통해 얻을 수 있는 가치와 중요성에 대해 인식하고 이해하고 있었다.

“엄마들을 통해서 다문화 엄마라고 해서 이제는 당당하게 얘기할 수 있고 정말 너무 훌륭하더라고요.”

2) 인지적 참여(Cognitive participation)

인지적 참여는 참여 대상자들이 새로운 기술이나 복잡한 개입에 대한 실천적 공동체를 구축하고 유지하기 위해 관계를 맺는 작업으로 참여 입문, 등록/정당화(권리 획득), 활성화를 포함한다.

(1) 참여 입문(Initiation)

일부 참여 대상자들은 일상 속에서 통제할 수 없는 개인적 요인들로 인하여 교육에 참석하는데 어려운 상황이 발생하였다.

“그냥 몇 개 빠지는 거 수업이, 못 들었어요. 그냥 좀 시간 내 좀 갑자기 또 일 생겼어요.”

“그래서 저는 좀 빠졌는데 피치 못할 사정으로, 이렇게 피치 못할 사정이 나타나더라고요.”

(2) 등록/정당화(권리 획득) (Enrollment/Legitimation)

참여 대상자들은 개인과 개인 또는 집단적 관계를 재정비하고 조직하면서 서로 유대감을 쌓아 관계를 긍정적으로 유지하였고 이는 교육 프로그램이 올바른 방향으로 향하고 있다는 것을 확인하는데 기여하였다.

“저는 솔직히 이렇게 엄마들 이렇게 만나서 뭐 교류도 하고 가능하면 하자 이렇게 생각이 있었어요. (중략) 제 기대 이상으로 엄마들이 진짜 정말 제 기대 이상으로 너무 똑똑하고 사람들이 네 지혜롭고, 정말 좋았어요. 사람들이 너무 좋더라고요.”

(3) 활성화(Activation)

참여 대상자들은 교육 후 지속적인 관여를 위해 결혼이주여성들의 집단적 관계를 발전시키고 유지할 수 있는 모임의 필요성이 있다고 답하였다.

“뭔가 이렇게 하나의 단체가 돼서 좀 더 자기의 권익을 찾고 좀 더 이렇게 했으면 더 적극적으로 좀 나섰으면 좋겠다는 생각을 했었어요.”

“이 엄마들을 통해서 더 심도 있게 다른 연구도 진행할 수 있고 이 엄마들이 모르고 있는 그런 권리 같은 거 좀 더 적극적으로 찾을 수 있도록 도와주고 서로 이렇게 했으면 좋겠다는 생각이 들어요.”

3) 집단 행동(Collective action)

집단 행동이란 새로운 기술이나 복잡한 개입과 같은 일련의 관행을 위하여 참여 대상자들이 행동하고 실천하는 작업으로 상호작용의 가능성, 관계적 통합, 기술 역량의 가능성, 맥락적 통합을 포함한다.

(1) 상호작용의 가능성(Interactional workability)

교육 진행에 상호적으로 작용하는 외부 요소 중 한국 거주 기간과 언어가 있었는데 한국 거주 기간의 차이로 인하여 참여 대상자들은 요리의 난이도를 상이하게 느꼈으며, 교육 프로그램 내용 중 영양과 관련된 전문적인 용어가 한국어로 되어있어 이해하는데 어려워 더 자세한 설명이나 번역이 필요하다고 답하였다.

“지희한테 요리가 전반적으로 조금 쉬웠던 것 같아요.”

“저희는 저기 거의 다 10년 되었는데 (중략) 더 흥미롭게 더 어려운 음식들 줘”

“수준이 다 틀려요. 어떻게 처음 한국에 오신 분, 그 다음에 오래 있는 오신 분. 그냥 저는 생각했는데 혹시 나라별도 있는 거 독려해줄 수 있으면 훨씬 더 나아요.”

“언어 좀 쉬운 언어 알면 말이 어렵거나 식이염소(식이섭유) 어려워요.”

“소화관의 통합력과 체내 무독화...몰라요.”

(2) 관계적 통합(Relational integration)

다양한 분야의 강사들과 참여 대상자들은 교육을 통하여 관계를 맺고 신뢰를 유지하는데, 일부 강의를 진행하는 상호작용이 부족하다고 느꼈으며, 이론과 실습이 동시에 이루어진 강의의 경우 이론 설명 후 실습을 통하여 바로 적용해볼 수 있는 기회가 필요하다고 제안하였다.

“플레이팅 그 어떻게 찍는 게 저희도 궁금하고 직접 해보고 싶은데 그거는 딱 그때 하고 처음 음식 할 때 그때만 각자가 찍고 선생님이 찍으시고 어떻게 보여주는 거 했는데 그 전이라도 이렇게 찍었으면 어떤 사진 나오고 이런 걸 배우면 더 좋은 것 같아요.”

“이론적으로 교재 나온 그림을 똑같이 그냥 피피티로 넘기는 거는 누구나 다 할 수 있잖아요. 그거 보다는 플레이팅이란 무엇이나 대화로 좀 주입식이 아니고 (중략) 그러니까 수업이 일단은 저희가 만족을 못한 거죠. 많이 만족을 못한 거예요.”

(3) 기술 역량의 가능성(Skillset workability)

참여 대상자들이 가족들의 식사 조리를 대부분 담당하기 때문에 교육을 받은 후 영양 지식이나 기술을 일상생활에서 바로 활용하고 적용할 수 있었다.

“요리 가르친 후에 저도 집에서 따라서 한 번 하고 식구들 주고 그냥 먹는 거”

(4) 맥락적 통합(Contextual integration)

다문화가정을 위하여 정부에서 이루어지고 있는 식생활 교육 프로그램을 다른 분야와 관련 지어 발전시켜 새로운 결혼이주여성의 지원 방향을 제시하였다.

“제가 그 우리들 병원에서 4개월 일했어요. 통역사로 환자들 올 때 그 병원에서는 그 의사 표시 할 줄 모르더라고요. 그래서 그것도 조금 다문화 여성들 대우 많지 않잖아요. 그래서 그런데에 서라도 뭐 할 수 있게끔 자기 음식을, 자기 나라 환자들한테 할 수 있게끔 저도 생각해보니까 음식 많이 찾더라고요. 그런 분들이 음식 만드는 거를 저도 통역 일 좀 하다가 통역도 많지 않고 그런 식으로라도 어디 취직했으면 좋겠다고 생각했어요.”

4) 반영적 모니터링(Reflexive Monitoring)

반영적 모니터링은 참여 대상자들이 교육을 통해 얻은 새로운 영양 지식과 기술을 사용하여 일상에 미치는 방법을 평가하고 이해하기 위해 실행하는 평가 작업으로 체계화, 집단

적 평가, 개인적 평가, 재구성을 포함한다.

(1) 체계화(Systematization)

참여 대상자들은 다른 결혼이주여성들에게 영양 지식과 기술을 가르침으로써 그것이 자신과 타인에게 얼마나 효과적이고 유용한지 결정하려고 하였으며, 정보를 다양한 방식으로 수집하여 형식화 하려고 노력하였다.

“내가 가르쳐 줄 때는 이게 좀 정확하게 알려주자 하는 생각이 있어서 모국 요리인데 잘 알고 있던 요리이지만 내 또 찾아보게 되고 그리고 중국은 또 워낙 크니까 다 하는 게 틀리잖아요, 지역마다. 그래서 더 찾아보게 되고 아 남쪽에서는 어떻게 하고 북쪽에서는 어떻게 하고 네 더 깊게 연구하게 되더라고요 그냥 내가 하던 대로 할 건데 하던 게 음 과연 이게 표준인지 의심을 갖게 되더라고요 그런 계기가 됐어요.”

“내가 그게 어 한식 요리도 예를 들어서 시금치 무침을 하는 게 있잖아요. 엄마가 하는 게 과연 우리나라에 정석이었는지 모르잖아요. 외국 가서 가르칠 때 저희 집에서는 항상 이렇게 해먹었지만 이게 과연 중국에서 정석적인 걸까 그래서 요리 책이나 혹은 요리 검색 하게 되더라고요.”

(2) 집단적 평가(Communal appraisal)

참여 대상자들은 모국과 다른 한국의 식문화에서 한국 거주기간이 짧은 결혼이주여성들이 공통적으로 겪을 수 있는 어려움을 인식하고 있었으며 이를 해결할 수 있는 방안과 정보를 제공하고자 하였다.

“음식은 밑반찬 줘, 한국에서는 시부모님들 하고 같이 사는 시부모님들 밑반찬이 쟁여 놓으시고 드시니까 그런 쪽으로 많이 알려주고 싶어요.”

“요리도 요리이지만 요리는 뭐 당연히 가르쳐야 되겠죠? 근데 저는 좀 저도 경험해봤지만 여기 한국에 오시면 다들 마음이 허하고 외로울 거잖아요 일단 마음 좀 마음이 편하게 적응할 수 있도록 필요한 그런 조언을 좀 많이 해주고 싶어요.”

(3) 개인적 평가(Individual appraisal)

참여 대상자들은 교육을 통하여 새롭게 알게 된 영양 지식들로 인하여 변화를 느꼈으며 평소에 인지하고 있었으나 행하지 못했던 일련의 행동들을 일상 속에서 실천하게 되었다고 답하였다.

“알면서도 안 했던 것도 다시 들어보니까 ‘아 해야 되겠다’ 생각을 했어요.”

“아 우유를 이제 꼭 먹어야 되겠다.”

“이제는 순서대로 하고 미역국도. 옛날에 고기가 먼저 볶아서 그 뭐 저기 고기 먼저 하고 그 다음에 미역, 뭐 당근 넣고 그랬는데 (중략) 이번에 순서가 알고 있어서”

“좀 챙겨 먹으려고 하는 것 같아요. 애들이 밥에 콩을 안 먹으니까 안 넣거든요. 집에 검은 콩이 냉동실에 딱꼭 차 있는데 그거를 삶아서 갈아 가지고 우유랑 타가지고 매일 신랑이랑 같이 먹고 이러거든요. 유제품 같은 것도 견과류 같은 거”

#### (4) 재구성(Reconfiguration)

참여 대상자들은 양성 교육 프로그램에서 배운 내용들을 일상 속에서 활용하고 다른 결혼이주여성들에게 전달하는 과정 속에서 조리 과정이나 지식 등을 재검토할 수 있었고 이를 통하여 더 간단하고 이해하기 쉬운 방법을 고안하는 모습을 보였다.

“먹기 힘든 거를 어떻게 먹기 쉽게, 다른 방법으로 먹을 수 있게”

“한줌이라든가 몇 숟가락 이렇게 했으면 좋겠다 생각을 했어요.”

“술직히 그 계량 스푼 보다는 숟가락 1t, 2t 차 숟가락, 밥숟가락 하는 게 나을 것 같아요.”

“요즘 환경이나 이런 거 때문에 애들이 아토피 많이 생기잖아요. 근데 제가 알면 그게 맞는지 모르겠지만 그 임신할 때 어떤 거 먹으면 그 유제품 먹으면 많이 먹으면 태어나면 아토피 생기는 애들도 있고 그런 의학적으로 검증된 거 그런 것도 책에 좀 넣었으면 좋겠어요.”

### 3. 고찰

본 연구에서는 먹거리시민 리더단 양성 교육 프로그램에 참여한 결혼이주여성 7명을 대상으로 심층 인터뷰를 진행하였고, 일상화 과정 이론을 기반으로 분석하여 참여 대상자들이 교육 내용을 일상화할 수 있었는지 알아보고 한국의 식생활에 적응을 위한 영양 및 식생활 교육 프로그램의 향후 개선점을 제시하고자 하였다. 인터뷰 결과, 교육 프로그램을 일상화하기 위해 필요한 요소들 중 차이의 인식, 집단적/개인적 설계 구조, 내면화, 등록/정당성(권리 획득), 관계적 통합, 기술 역량의 가능성, 체계화, 집단적 평가, 개인적 평가, 재구성은 참여 대상자들로부터 관찰되어 일상화하는데 필요한 요소들이 교육 프로그램을 통해 충족되는 것으로 나타났으나 인터뷰 내에서 참여 입문, 활성화, 상호작용의 가능성, 맥락적 통합은 방해요인들이 관찰되어 향후 프로그램 진행 시 개선이 필요한 요소로 도출되었다.

본 연구 참여 입문 요소에서 참여 대상자들은 불가피한 개인적 사정으로 인하여 수업에 참여하지 못하는 상황이 생겼을 때 교육 프로그램의 고정된 시간에 대한 불편함을 토로하였다. 특히, 단발성이 아닌 장기적인 교육의 경우 프로그램 도중에 빠지게 되면 지난 수업 정보에 대한 이해도가 떨어져 습득하는데 어려움을 느낄 수 있다. 이의 개선 방법으로 개인적, 가족적, 사회적 의무를 다해야 하는 결혼이주여성의 집단적 성격을 고려하여 보충 수업을 행하거나 체계적인 시간 구성으로 선택의 폭을 넓혀 효율적으로 교육을 습득할 수 있도록 프로그램을 계획해야 할 것이다. 상호작용의 가능성의 요소에서 한국 거주기간의 차이로 생긴 조리 기술 수준의 차이로 인하여 참여자마다 교육의 난이도를 상이하게 느낀 것으로 나타났다. 여성결혼이민자를 대상으로 한국 식생활 적응도에 따른 식생활 실태를 조사한 결과, 한국 거

주기간이 긴 결혼이민자가 짧은 결혼이민자에 비해 한식에 대해 긍정적인 인식을 가지고 있었으며 건강한 식생활을 실천하고 있었다(Lee 2016; Asano et al. 2015). 거주기간이 상대적으로 긴 참여자들에게 쉬운 요리는 흥미를 떨어뜨리고 교육의 필요성을 느끼는데 부정적인 영향을 끼칠 수 있으므로 사전 평가를 통하여 수준에 맞는 대상자별로 나누어 프로그램을 구성할 필요가 있다. 결혼이주여성들의 경우 교육을 받을 때 언어가 가장 큰 방해 요인으로 작용하는데 한국어 구사 능력이 뛰어난 참여 조건에 부합하는 참여 대상자들로 모집했음에도 불구하고 전문적인 용어나 낮은 조리 방법 이름을 이해하는데 어려움을 토로하였다. 한국 문화에 대한 교육과 언어 교육을 통합하여 교육하는 방식이 언어와 문화 적응의 통합적인 동기 지향성을 가지고 있는 결혼이주여성들에게 적합하다(국어국립원 새국어생활 제 16권 2006; Ministry of Health and Welfare et al. 2005). 전문적인 용어는 일상생활에서 필요한 언어와 결합하여 새로운 영양지식을 습득하는데 원활할 수 있도록 쉬운 한국어로 풀어진 해설이나 모국어로 번역하여 제공하고 조리 방법은 사진을 예시로 들면 정확한 내용을 전달하는데 도움이 되어 적극적인 참여를 이끌어내어 교육의 이해도를 높일 수 있을 것이다.

일상화 과정 이론(NPT)은 개인과 다양한 환경에 걸쳐 복잡한 개입이 적용될 수 있는 틀을 제공한다(McEvoy et al. 2014). 일상화 과정 이론을 기반으로 실시한 노인 대상 연구에 의하면 영양 지침을 구현하는데 나타나는 장애요인을 다룰 수 있는 잠재적인 전략을 알아보는데 유용하였으며 일상화 과정 이론의 요소를 행동 변화 이론과 연계한다면 이론의 실질적인 효용을 높일 수 있다고 보고된 바 있다(Bamford et al. 2012). Holtrop et al.(2016)의 연구에서 만성 질환을 가진 환자들을 대상으로 한 건강 관리 프로그램을 일상화 과정 이론으로 분석하여 관리 지침이 일상에 어떻게 영향을 주었는지 알아본 결과, 일상화 과정 이론은 새로운 관리 프로그램을 구현하는데 있어 발생하는 기존 일상과의 차이점을 설명하는데 도움이 될 수 있었다. 또한 교차 문화 환경에서 의사소통을 지원하는 지침의 구현 가능성을 평가한 연구에서는 지침의 대상자들에게 필요한 요소들에 초점을 맞출 수 있도록 틀을 제공하는 일상화 과정 이론 구조의 유용성을 강조하였다(Brn et al. 2015). 이러한 선행 연구들을 살펴 보았을 때 일상화 과정 이론은 새로운 문화적 요소가 포함된 식생활 교육이 결혼이주여성에게 일상화되는 과정을 이해할 수 있도록 이론적인 틀을 제공할 수 있을 것으로 보인다.

영양 교육을 통하여 얻은 지식과 실습을 통한 경험을 일상화할 수 있도록 하기 위해서는 대상자들로부터 인식된 가치와 관련된 잠재적인 문제를 다루어야 하며 다른 우선순위와 목표와 부합해야 한다. 다문화가정의 식생활 관련 조사를 살펴보면, 다문화가정은 한국인가정에 비해 전통적인 한국식 식생활로 편입되는데 이때 적응과정이 비주체적으로 이루어

질 가능성이 크다고 판단되며 이는 다문화가정과 한국인 배우자의 사회환경적 특성에 의한 것이라고 볼 수 있다(So & Han 2012). 결혼이주여성들에게 무조건적으로 우리나라의 문화에 동화되는 것을 요구하기보다는 다문화 시각에서 접근하여 영양교육이 이루어져야 하고 소수자에 대한 문화적 관용성과 배려의식을 바탕으로 사회적 제도와 질서가 확립된다면 정부와 민간단체가 효율적으로 협력하여 일상화를 위한 교육체계를 마련할 수 있을 것으로 보인다(Kim et al. 2011).

따라서 가장 근본적인 목표인 결혼이주여성의 한국의 식문화 적응을 이루기 위해서는 한국 사회에 새롭게 유입된 다문화가정이라는 특정한 인구집단에 대한 이해를 기반으로 한 식생활 교육 프로그램이 필요하다. 결혼이주여성이 한국 문화에 적응하는데 식생활 프로그램이 도움이 되는 효과를 높이기 위해서 지속적인 모니터링과 함께 정부의 정책적 지원과 다문화 관련기관의 부서별 연계를 통한 협력과 시행이 적극적으로 이루어져야 한다.

본 연구는 식생활 교육 프로그램에 참여한 서울 및 수도권에 거주하는 결혼이주여성 참여자 7명만을 대상으로 분석하였으므로 연구결과를 일반화하기에는 다소 제한이 있다. 그러나 본 연구의 심층인터뷰는 정보가 포화가 될 때까지 수행되었으며 일상화 과정 이론을 활용하여 결혼이주여성이 새로운 문화를 받아들일 때 나타나는 촉진 및 장애요인을 발견하고 결혼이주여성들이 사회 활동을 통하여 스스로의 역량을 강화할 수 있도록 도울 수 있는 지원 방안을 살펴보고자 하였다. 소수의 결혼이주여성 연구참여자들로 이루어진 연구(Kim 2016; Lee 2014; Kim et al. 2011)들을 이루어보았을 때 결혼이주여성에 대한 다면적인 이해를 돕고 후속 연구에서 활용 가능한 자료를 제시한다는 점에서 의의가 있다고 사료된다.

#### IV. 요약 및 결론

본 연구에서는 2018년 6월 7일부터 7월 19일까지 진행된 먹거리시민 리더단 양성 교육을 수료한 결혼이주여성 7명을 대상으로 심층인터뷰를 수행하였고, 인터뷰 내용을 일상화 과정 이론으로 분석하여 다문화가정의 건강한 식생활의 일상화가 이루어질 수 있는 교육 프로그램의 방향을 제시하고자 하였다.

1. 심층 인터뷰 내용을 일상화 과정 이론에 기반하여 4가지 요소로 분석하였다. 차이의 인식 요인으로 참여 대상자들은 한국과 모국의 식문화가 다름을 인지하고 교육 프로그램의 개인적/집단적 목표에 대한 이해를 구축하고 있었다.
2. 인지적 참여 요인으로 참여 대상자들은 서로 긍정적인 관계를 맺으며 교육의 방향을 재정비하며 개인적/집단적 목표의 타당성을 이루는데 기여하였으나 정기적으로 이루어지는 교육 일정에서 통제할 수 없는 개인적 요인으로 인하여 참석하는데 어려움이 있었다.

3. 집단행동 요인으로 새로 습득한 교육 내용을 가족의 식사 조리를 통하여 활용함으로써 기술 역량의 가능성을 보였으나 한국어로 구성된 강의 내용 중 전문 용어에 대한 어려움을 느껴 구체적인 설명이나 번역에 대한 필요성을 요구하였고 조리의 난이도 조절과 적은 실습 비중에 대한 개선을 제안하였다.

4. 반영적 모니터링 요인으로 다른 결혼이주여성들에게 교육을 준비하고 실행하는 과정에서 영양 지식 및 조리 기술을 체계화하고 재구성하여 발전시킬 수 있었다.

본 프로그램이 먹거리 시민 리더로서 다른 결혼이주여성들의 식문화 적응을 돕고 영양 지식을 적용하고 발전시킬 수 있다는 점에서 대상자들의 프로그램의 일상화 과정을 돕는 촉진요인을 충족시킬 만큼 긍정적이었으나 장기적으로 진행되는 교육의 물리적 어려움, 언어적 문제점, 교육 내용의 난이도 등의 어려움이 일상화 과정의 장애요인으로 도출되었다. 향후 개선 과제에는 개인적, 사회적 요인에 대한 맞춤형 적용 및 일상화에 대한 고려가 필요하며 교육 후 지속적인 모니터링과 피드백(관리)의 활성화 등이 제안되었다. 이러한 연구 결과를 토대로 결혼이주여성을 포함한 가정의 건강한 식생활의 일상화가 이루어질 수 있도록 다양한 프로그램의 지속적인 지원이 필요할 것으로 사료된다.

#### 감사의 글

본 연구는 2018-2019년 서울특별시 ‘다문화이주여성들과 함께 하는 먹거리 시민 프로젝트’의 보조금을 지원받아 수행되었습니다.

이 논문은 2017년(2017.03~2020.02) 정부(과학기술정보통신부)의 재원으로 한국연구재단 이공분야기초연구사업(구 일반연구자지원사업)의 지원을 받아 수행된 연구입니다. (과제번호: NRF-2017R1A2B1011821) 포커스 그룹 인터뷰에 참여한 분들께 감사드립니다.

#### Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

#### References

Ahn SH, Kwon JS, Kim KM, Yoon JS, Kim HK. 2015. Evaluation of Consumer Nutrition Education Program to Reduce Sodium Intake Based on Social Cognitive Theory. *Korean journal of community nutrition*, 20(6):433-446

Asano K, Yoon J, Ryu SH. 2015. Japanese Female Marriage Immigrants' Dietary Life and Health-related Characteristics by Level of Dietary Adaptation after Immigration to Korea. *The East Asian Society of Dietary*

- Baek JY, Yi HY, Hwang JY, Kim K. 2017. Effects of Nutrition Education Program Based on Social Cognitive Theory for Low Sodium Consumption among Housewives Living in Certain Regions of Seoul. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 46(10):1243-1252
- Bamford C, Heaven B, May C, Moynihan P. 2012. Implementing Nutrition Guidelines for Older People in Residential Care Homes: A Qualitative Study using Normalization Process Theory. *Implementation Science*, 7(1):106
- Choi JH. 2011. Study of Stress and Family Strength of Immigrant Women in International Marriages. *Korean Journal of Family Welfare*, 16(4):29-46
- de Brún T, de-Brún MO, van Weel-Baumgarten E, van Weel C, Dowrick C, Lionis C, O'Donnell CA, Burns N, Mair FS, Saridaki A, Papadakaki M, Princz C, van den Muijsenbergh M, MacFarlane A. 2015. Guidelines and Training Initiatives that Support Communication in Cross-Cultural Primary-Care Settings: Appraising their Implementability using Normalization Process Theory. *fampra*, 32(4):420-425
- Holtrup JS, Potworowski G, Fitzpatrick L, Kowalk A, Green LA. 2016. *BMC Health Services Research*, 16:386
- James. The applicability of normalization process theory to speech and language therapy: a review of qualitative research on a speech and language intervention. 2011. *Implementation Science*, 6:95
- Jeong GH, Koh HJ, Kim KS, Kim SH, Kim JH, Park HS, Lee YS, Han YR, Kim KW. 2009. A Survey on Health Management of during Pregnancy, Childbirth, and the Postpartum of Immigrant Women in a Multi-cultural Family. *Korean J Women Health Nurs*, 15(4):262-269
- Jeong HS, Yoon JY. 2016. Female Marriage Immigrants' Information Awareness, Perception and Familiarity on Korean Food Culture by Personal Characteristics and Food Neophobia Degree. *Korean Society of Food & Cookery Science*, 32(2):233-243
- Kim HS. 2016. The Qualitative Study on Internationally Married Women's Work Experience in Social Enterprises. *Korean Academy Of Social Welfare*, 51(0):41-77
- Kim JE, Kim JM, Seo SH. 2011. Nutrition Education for Female Immigrants in Multicultural Families Using a Multicultural Approach: In-depth Interviews with Female Immigrants and Nutrition Education Professionals. *Journal of Nutrition and Health*, 44(4):312-325
- Lee EJ, Jun MK. 2014. A Study of Vietnamese Immigrant Women's 'Adaptation Experiences', With in The Sociocultural Context of Their Home Country. *Journal of Korean Home Management Association*, 32(5):63-86
- Lee H. 2010. A Qualitative Study on the Community Participation Experiences of Married Immigrant Women in Rural Areas. *Korean Academy of Social Welfare*, 62(3):219-245
- Lee JS. 2012. The Factors for Korean Dietary Life Adaptation of Female Immigrants in Multi-cultural Families in Busan. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 41(6):807-815
- Lee MH. 2016. Meal Management Behaviors for Korean Dietary Acculturation of Multicultural Families, 32(1):76-83
- Lee SB, Jeong YR, Ahn HJ, Ahn MJ, Ryu SA, Kang NE, Oh SY. 2015. The Development of a Nutrition Education Program for Low-income Family Children by applying the Social Cognitive Theory and Health Belief Model. *Korean journal of community nutrition*, 20(3):165-177
- May C, Finch T, Mair F, Ballini L, Dowrick C, Eccles M, Gask L, MacFarlane A, Murrery E, Rapley T, Rogers A, Treweek S, Wallace P, Anderson G, Burns J, Heaven B. 2007. Understanding the implementation of complex interventions in health care: the normalisation process model. *BMC Health Serv Res*, 7:148
- May C, Finch T. 2009. Implementation, embedding and integration: an outline of normalization process theory. *Sociology*, 43:535-554
- May C, Sibley A, Hunt K. 2013. The nursing work of hospital-based clinical practice guideline implementation: An explanatory systematic review using Normalization Process Theory. *International Journal of Nursing Studies* 51(2):289-299
- May C, Cummings A, Girling M, Bracher M, Mair F, May CM, Murray E, Myall M, Rapley T, Finch T. 2018. Using Normalization Process Theory in feasibility studies and process evaluations of complex healthcare interventions: a systematic review. *Implementation Science*, 13:80
- McEvoy R, Ballini L, Maltoni S, O'Donnell CA, Mair FS, MacFarlane A. 2014. A Qualitative Systematic Review of Studies using the Normalization Process Theory to Research Implementation Processes. *Implementation Science*, 9(1):2
- Murray E, Treweek S, Pope C, MacFarlane A, Ballini L, Dowrick C, Finch T, Kennedy A, Mair F, O'Donnell C. 2010. Normalisation Process Theory: A Framework for Developing, Evaluating and Implementing Complex Interventions. *BMC medicine*, 8(1):63
- Oh SM, Yu YL, Choi HI, Kim KW. 2012. Implementation and Evaluation of Nutrition Education Programs Focusing on Increasing Vegetables, Fruits and Dairy Foods Consumption for Preschool Children. *Korean journal of community nutrition*, 17(5):517-529
- So JS, Han SN. 2012. Diet-related Behaviors, Perception and Food Preferences of Multicultural Families with Vietnamese Wives. *Korean journal of community nutrition*,

17(5):589-602

Wang HS. 2006. Problems and Solutions of International Marriage Immigrant Women's Language. National Institute of Korean Language, Korea, pp 48-50  
Ministry of Justice. Republic of Korea 2017. Available from:

<http://www.immigration.go.kr/immigration/index.do>,  
[accessed 2018.01.12.]

---

Received May 16, 2019; revised June 5, 2019; accepted June 12, 2019