

주의력결핍 과잉행동장애 아동 가족을 위한 가족탄력성 프로그램 개발: 예비연구

Development of a Family Resilience Program for Families of Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Preliminary Study

이은희

가톨릭관동대학교 중독재활학과

Eun-Hee Lee(lehangel74@cku.ac.kr)

요약

본 연구의 목적은 주의력결핍 과잉행동장애 아동 가족을 위한 가족탄력성 본 프로그램을 개발을 위한 사전 단계로서 예비 프로그램을 개발하고 그 효과성을 평가하는 것이다. 이를 위해 선행 개발된 프로그램에 대한 문헌연구를 수행하고 가족탄력성 예비 프로그램을 개발하여 실시하였다. 프로그램은 지역사회 내 주의력결핍 과잉행동장애 진단을 받은 자녀의 어머니 7명을 모집하여 지역종합사회복지관에서 총 8회기, 매주 2회, 120분씩 운영하였다. 개발된 가족탄력성 예비 프로그램의 효과성을 평가하기 위하여 단일체계설계를 하여 연구참여자가 설정한 개인의 가족탄력성 목표를 측정하였다. 연구결과 프로그램에 참여한 연구참여자가 모두의 목표측정 점수가 다소 증가하는 추세를 나타냈다. 개발한 예비 프로그램의 효과 및 제한점, 제언에 대해 논의함으로써 향후 본 연구에서 제시된 예비 프로그램 연구자료를 기초로 주의력결핍 과잉행동장애 아동의 가족을 위한 가족탄력성 본 프로그램이 개발되기를 기대한다.

■ 중심어 : | 주의력결핍 과잉행동장애 아동 가족 | 가족탄력성 프로그램 개발 | 단일체계설계 |

Abstract

The purpose of this study is to develop a family resilience program for families of children with ADHD. For this purpose, a preliminary program was developed as a pre-program development stage and its effectiveness was evaluated. To develop a preliminary program, a prior study was reviewed before developing the program, which was carried out. The program was conducted after recruiting seven mothers of children diagnosed with ADHD. It was operated for a total of eight sessions, two times a week, for 120 minutes. A single system design was designed to assess the effectiveness of the developed Family Resilience program. Then, the Family Resilience goals of the individuals set by the research participants were measured. The results of the study showed a slight increase in scores for all participants in the program. By discussing the effects, limitations and suggestions of the developed preliminary program, we hope that a family resilience program for families of children with ADHD will be developed based on this preliminary program research.

■ keyword : | Family of Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder | Family Resilience Program Development | A Single System Design |

I. 서론

부모가 되면서 자녀로부터 얻는 기쁨도 크지만 동시에 자녀에 대한 책임으로 어려움을 겪게 되는 것은 어떤 부모이든 자연스러운 과정이다. 그러나 특수한 문제를 지닌 자녀의 부모는 일반 자녀의 부모에 비해 과중한 신체적·심리적 어려움을 갖게 되고, 다양한 요인들의 복합적 작용에 의해 가족 전체에게 영향을 끼친다. 자녀가 초기 아동기에 장애진단을 받은 경우 이는 가족 구성원에게 여러 가지 도전과 두려움 등을 야기시켜 가족은 장기간 높은 수준의 스트레스를 경험하게 된다[1]. 특히, 자녀가 정서 및 행동상의 문제로 사회 적응에 어려움을 갖고 살아가게 될 때, 당사자뿐만 아니라 부모 및 가족 구성원으로서도 감당하기에 매우 고통스럽고 힘들다. 더욱이 가족은 자녀를 양육하고 보호해야 하는 일차적인 책임을 다하면서 만성화된 긴장과 스트레스, 자녀의 사회적 낙인에 대한 두려움, 사회적 활동상의 제약과 위축, 재정적 곤란, 우울증과 가족해체라는 위기에 도전받기도 한다[2].

초기 아동기에 발생률이 높은 주의력결핍 과잉행동장애(Attention Deficit Hyperactivity Disorder)는 DSM-5 정신질환 진단 및 통계 편람(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition : DSM-5, American Psychiatric Association, 2013)[3]에 의해 신경발달장애의 하위 장애로 분류되는 소아기 행동장애이다. ADHD는 아동의 발달수준에 적절하지 않은 과잉행동과 충동성 및 주의력 결핍을 주 증상으로 나타내는데, 과잉행동 및 충동성은 가만히 앉아있지 못하고 몸을 꿈틀거리거나 교실에 착석이 어려우며, 지나치게 뛰어다니고 조용한 활동에 참여하기 어렵고, 지나치게 수다스럽게 말하거나 질문이 끝나기 전에 성급하게 대답하며 차례를 기다리는 것을 어려워하고 다른 사람의 활동에 참견을 많이 하는 증상을 말한다. 부주의 증상은 부주의한 실수를 저지르고 과제를 하거나 놀이를 할 때 지속적으로 주의집중을 하지 못한다. 외부 자극에 의해 쉽게 산만해지고, 종종 다른 사람이 말을 할 때 귀 기울여 듣지 않으며, 학업이나 직장에서의 임무를 끝까지 수행하지 못한다[4]. 이러한 '주의력결핍 과잉행동장애'의 진단은 전문가의 면담을 통해

ICD-10, DSM-5의 진단기준에 기초하여 임상적 진단을 받는다. ADHD의 특성은 아동의 학업, 대인관계, 행동, 정서, 일상생활의 모든 측면에서 부정적인 영향을 끼치고 특히 학교 및 다른 사회적 영역에서 관계 맺기 등의 어려움을 동반한다. 또한 이러한 ADHD 증상은 아동기부터 성인기로 지속 될 가능성이 있을 뿐만 아니라 전체적인 삶의 과정 중에 다양한 증상을 나타낼 수 있다[4]. ADHD의 아동기 유병률은 약 5.9%이며[5], 2017년 우리나라 건강보험관리공단이 조사한 빅데이터에 의하면 10세에서 14세의 주의력결핍 과잉행동장애로 진료받은 환자의 수가 무려 18,000명이나 되는 것으로 조사되었다[6]. 또한 서울특별시, 학교보건진흥원, 서울시 소아청소년광역 정신건강복지센터는 ADHD 아동을 정신건강사업 대상 1순위로 평가하여 ADHD의 심각한 증가율을 반영하기도 하였다.

국내·외 ADHD 아동 가족의 개입을 위해 부모교육 [2][7-9]이 이루어져 왔다. 부모교육은 ADHD에 대한 정보제공과 부모-아동 의사소통, ADHD 아동의 부적절한 행동에 대한 양육기술과 ADHD 아동의 행동수정에 주로 관심을 가진다. 이는 가족 전체의 역동성을 고려한 가족기능 향상을 고려하기보다는 문제 있는 개인에 초점을 두어 진행되어왔다. 기능적인 가족 환경은 반복적으로 발생하는 가족 갈등과 어려움을 어떻게 적응해 나갈 것인가, 가족의 내·외부로부터의 어떻게 자원을 이끌어 활용해 가는가에 대해 관심을 둔다. 그러나 부모교육은 현재의 어려움뿐만 아니라, 미래의 크고 작은 고난도 극복해 갈 수 있는 가족의 고유한 힘인 탄력성을 재발견하고 이끌어 내는 데는 제한적이라 할 수 있다.

가족탄력성(Family Resilience)은 가족 내 심각한 곤란과 역경 속에서도 적응하고 회복해 가는 가족을 연구하는 과정에서 나타난 이론이다. 가족탄력성 개념에서 바라보는 가족은, 가족에게 일어나는 삶의 도전을 극복해 갈 수 있는 잠재력과 내·외적 자원을 가진 체계이며 가족의 역경과 문제를 대처해 나가는 과정을 통해 더욱 탄력적으로 성장해 갈 수 있는 존재이다[10-12].

가족탄력성 이론을 바탕으로 마련된 ADHD 아동 가족을 위한 프로그램은 ADHD 아동 가족의 신념체계가 긍정적으로 변화 하는데 도움을 줄 수 있고, 필요한 시

기에 가족 구성원들과의 융통성 있는 역할 재구조화를 형성할 수 있다. 나아가 가족 내·외부의 자원체계를 적절히 활용하여, 협력적이고 친밀하게 교감하는 가족의 능력을 향상시키는데 도움을 줄 수 있다. 이와 같이 가족탄력성 이론은 ADHD 아동 가족의 기능을 강화하고 탄력성을 이끌어 내는데 매우 잘 부합되는 실천모형이라 할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 가족탄력성 문헌 및 선행 개발된 가족탄력성 프로그램에 대한 검토와 Walsh의 가족탄력성 이론을 바탕으로 ADHD 아동 가족을 위한 가족탄력성 본 프로그램을 개발하기 위한 사전단계로서 예비 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하고자 한다.

II. 연구방법

1. 연구참여자

본 연구참여자는 **광역시에 거주하는 ADHD 진단을 받은 아동의 어머니이다. 연구참여자를 선발하기 위하여 정신건강복지센터, 사회복지관 드림스타트에 연구자가 직접 방문하여 연구참여의 목적과 프로그램의 특성을 알리고, 모집 공고문을 전달하였다. 연구참여자를 선정하는 과정에서 자녀가 ADHD 성향을 가졌지만 진단을 받지 않은 경우와, 진단을 받았다 하더라도 초등학생이 아닌 경우는 제외하여 총 7명이 프로그램에 참여하게 되었다. 연구참여자의 평균 연령은 40.4세였으며, 학력은 초졸 2명, 고졸 3명, 전문대졸은 1명, 대졸 1명이었다. 결혼상태의 기혼자는 4명, 이혼자는 3명이었다. 자녀의 ADHD 진단은 평균 6.8세에 받았다.

본 연구는 가톨릭대학교 생명윤리위원회의 심의과정을 거쳐 승인을 받은 후 실시하였다(IRB No. 1040395-201903-09).

2. 연구설계: 단일체계설계

본 연구에서는 각 가족의 다양한 특성을 반영하고 프로그램 개입의 효과성을 심층적으로 검증하기 위해서 가족탄력성 예비 프로그램에 참여한 연구참여자를 대상으로 단일체계설계를 하였다.

단일체계설계는 각 개인이 설정한 표적문제를 반복

측정하여 실제적인 변화추이, 효과크기 등을 평가할 수 있다. 또한 프로그램이 실행되는 동안 개입에 대한 지속적인 피드백을 제공할 수 있고 참여자들의 시간 경과에 따른 변화도 살펴볼 수 있다[13]. 따라서 예비 프로그램의 참여자가 직접 프로그램을 통해 변화하고자 하는 가족탄력성 증가 목표를 2개씩 설정하여 6주간 매주 2회, 점수를 직접 기재하는 방식으로 수행하였다.

3. 측정도구 : 개별화된 척도(IRS: Individualized Rating Scale)

본 연구에서는 단일체계설계 방법을 활용하여 연구참여자 각각 프로그램을 통해 얻고자 하는 가족탄력성 목표를 2개씩 설정하도록 하였다. 설정한 목표는 연구참여자의 프로그램에 대한 효과성을 파악하고 내적 타당도를 높이기 위해 가족탄력성 하위 구성요소인 신념체계, 조직패턴, 의사소통과정 종속변수를 측정할 수 있도록 재구성하였다. 예를 들어 '우리 가족은 우리의 문제를 해결할 수 있다'는 가족신념체계를 긍정적으로 높이고자 하는 목표설정이다. '가족원을 껴안고 토닥거리며 애정을 표현한다'는 조직패턴을 강화하고자 하는 목표이다. '어떤 일에 대해 가족과 함께 의논하여 해결방법을 찾아 간다'는 의사소통과정을 증진시키고자 하는 목표에 해당한다. 각 가족의 목표를 설정할 때는 가족이 변화하고자 하는 것을 선정할 수 있도록 하였다. 이와 같이 재구성한 목표는 개별화된 척도(individualized rating scale)로 구성하였다. 개별화된 척도는 1개 문항으로 구성된 척도로서 연구참여자의 주요 관심사를 조작하고 측정하기 위해 사용한다. 특히 임상실천현장에서 다양한 문제와 욕구를 가진 클라이언트들을 대상으로 유용하게 사용할 수 있다. 본 연구에서 개별화된 척도의 응답의 범주는 1점에서 10점까지 10개의 범주를 가지고 있다. 응답범주의 수가 너무 적을 경우 중요한 변화를 탐지하지 못하는 문제점을 가질 수 있고 너무 많은 경우 응답 범주들 간의 구분을 어렵게 만들기 때문에 5~9개의 응답범주를 갖는 것이 일반적이나[13], 본 연구에서는 10개 범주를 정하였다. 개별화된 척도의 예를 아래 [표 1]에 제시하였다.

표 1. 개별화된 척도의 예

가족원을 꺼내고 토닥거리며 애정을 표현한다									
매우 그렇지 않다	조금 그렇지 않다		보통이다		조금 그렇다		매우 그렇다		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

어떤 일에 대해 가족과 함께 의논하여 해결방법을 찾아간다									
매우 그렇지 않다	조금 그렇지 않다		보통이다		조금 그렇다		매우 그렇다		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

4. 예비 프로그램 구성 및 운영

4.1 예비 프로그램의 구성

예비 프로그램의 구성 절차는 다음과 같다. 우선 국내 가족탄력성 프로그램을 개발한 문헌을 중심으로 고찰하고, 지역사회복지관 사회복지사들의 협조를 구하여 복지관을 이용하고 있는 ADHD 자녀를 둔 부모님들을 모집하였다. 이후 부모들의 동의를 구하여 개인면담을 실시함으로써 ADHD 자녀를 둔 부모의 프로그램에 대한 욕구조사를 실시하였다. 이 후 가족탄력성을 가족과정의 차원에서 구조적 기능적으로 설명[14]하고 있는 Walsh(1998)의 가족탄력성 이론을 토대로 가족탄력성 프로그램 초안을 구성하였다. 프로그램의 구성은 크게 신념체계, 조직패턴, 의사소통과정 세 파트로 나뉜다. 이러한 하위 구성을 증진시킬 수 있는 목표를 설정하여 프로그램의 내용을 구성하였다. 예비 프로그램은 전문가 타당도를 검증하기 위하여 정신건강 사회복지 현장에서 활동하고 있는 정신건강 사회복지 전공 박사 3인에게 프로그램의 내용과 운영형식이 타당하게 구성되었는지를 검토받았다. 이후 연구참여자 7명을 모집하고 지역사회복지관의 협조를 얻어 복지관 프로그램실을 활용하여 총 8회 매주 2회, 120분씩 프로그램을 실시하였다.

예비 프로그램 구성 개발 절차에 따라 개발된 가족탄력성 프로그램을 고찰하였다. 그 결과 일반적인 가족의 기능과 역량을 강화하기 위한 프로그램[15][16]은 가족의 관계증진과 부모역할 수행을 강화하는 내용으로 구성되었다. 예비입양부모를 대상으로 개발한 프로그램[17]은 입양부모로서 입양의 의미와 가족유대를 증진시키는데 목적을 둔 프로그램으로 구성되었다. 최정숙은 결혼 초기[18]와, 결혼중기[19]를 대상으로 프로그램을

개발하였는데, 각 결혼시기에 있어서 부부의 강점을 인식하고 개방적인 소통을 통해 원활한 부부 의사소통이 이루어지도록 하였다. 정신장애인을 둔 가족을 대상으로 한 프로그램[20][21]은 정신장애인 자녀의 감정과 특성을 이해하고 효과적으로 위기를 대처할 수 있는 의사소통과 문제해결 방법을 중심으로 하는 내용을 구성하였다. 다문화 부부의 결혼만족도를 위한 프로그램[22][23]은 가족의 문화적 민감성을 다루어 협력적인 부부관계 및 자녀양육의 기술을 증진시키는 내용을 구성하였다. 발달장애를 둔 아버지를 대상으로 한 프로그램[24]은 아버지의 양육참여 및 자녀와의 친밀감 강화를 위한 내용에 중점을 두었고, 이혼가족을 위한 프로그램[25]은 이혼에 대한 새로운 의미부여와 가족응집력 강화를 위한 프로그램을 구성하였다. 치매노인을 대상으로 한 프로그램[26][27]은 치매어르신을 모시는 부양자의 탄력성을 증진시키는데 중점을 두었는데 특히 두 연구 모두 부양자의 부담을 감소시킬 수 있는 가족의 내·외부 자원을 발견하고 활용할 수 있도록 하였다. 그 밖에 한부모 대상[28]은 한부모 가족과 다른 가족원이 상호 협력하고 지지할 수 있는 내용을 구성하였고, 청소년 자녀를 두고 있는 저소득층 대상연구[29]에서는 1박 2일간의 가족공동체 활동을 실시하여 가족의 유대관계를 증진시킬 수 있도록 하였다. 이밖에 암환자를 대상[30]으로 하는 프로그램은 가족의 관계와 상처를 회복하고, 가족성원들의 응집력을 강화할 수 있는 내용으로 구성하였다. 이와 같이 개발된 프로그램의 공통된 구성은 각 가족이 직면하고 있는 문제를 해결하고 가족의 탄력성을 기르고자 하는 것이었다. 그러나 각 문헌에서는 가족이 직면하고 있는 어려움과 문제의 종류는 분명히 다르며 같은 프로그램의 목적을 가지고 있다 하더라도 가족성원의 특징에 따라 구성과 접근이 달라져야 함을 잘 나타내고 있다. 특히, 가족원 한 사람의 강력한 특징이 가족의 역동에 미치는 영향력의 정도는 매우 다를 수 있다. 이러한 점을 염두해 볼 때, ADHD 아동 가족을 위한 프로그램이 요구됨에도 불구하고 아직까지 ADHD 아동 가족만을 위한 가족탄력성 프로그램은 마련되지 않았다. 또한 가족탄력성 개발 실시된 프로그램이 각 가족이 변화되기를 희망하는 개별목표를 설정하여 가족의 탄력성 변화를 조사한 연구는 아직 찾

아볼 수 없다.

ADHD 아동을 두고 있는 가족의 탄력적인 힘은 ADHD 아동이 청소년, 어른으로 성장해 가는 과정에서 ADHD의 특징들을 완화 시키고 바람직한 사회구성원으로 성장시킬 수 있는 매우 중요한 환경이 된다. 따라서 가족이 가지고 있는 탄력적인 요소들인 강점과 자원, 가족의 정서적인 지지와 친밀감, 소통을 발견하고 수용하는 것을 넘어서 실제적으로 실행하고 연습하여 구체화할 수 있는 활동내용을 중심으로 구성하였다.

예비 가족탄력성 프로그램개발 구성의 목적은 ADHD 아동 가족의 가족탄력성을 강화하여 새로운 갈등과 도전에 직면하더라도 이를 극복하고 적응해 나갈 수 있도록 하는 데 있다. 목표로는 첫째, 가족탄력성의 하위 요소인 신념체계로서 ADHD 아동 가족이 가족고유의 탄력성(resilience)이 있다는 사실을 발견하고, 현 가족의 상황과 역경을 긍정적으로 재해석하도록 돕는다. 또한 ADHD 아동 가족의 경험과 도전을 관리할만한 위기로 해석하고 삶에 대한 긍정적인 신념을 갖도록 하며, 가족의 강점과 잠재력을 찾고 활용할 수 있도록 돕는다. 둘째, 조직 패턴의 강화로서 ADHD 아동 가족의 융통성 있는 가족의 역할과 친밀감을 강화한다. 이를 위해 가족구성원의 개별성과 역할, 규칙을 인정하면서도 융통성 있는 가족의 역할과 기대, 분담이 조절 가능하도록 하며, 가족 내·외부의 자원을 동원하고 활용할 수 있도록 사회적 지지체계를 확장한다. 셋째, ADHD 아동 가족의 명확하고 개방적인 의사소통과정을 향상시킨다. 가족 안에서 발생하는 위협요인이나 갈등이 생겼을 때 의사결정과정을 공유하여 상호협력적인 문제해결 능력을 강화할 수 있도록 한다. 또한 미해결된 정서문제를 해결할 수 있도록 격려하고, 유머(재치)있는 가족원으로서 가족의 긴장을 낮출 수 있도록 한다. 예비 가족탄력성 프로그램 개발 구성내용은 다음과 같다[표 2].

4.2 예비 프로그램의 운영

프로그램 운영은 **광역시 *구 *사회복지관의 협조를 받아 집단 프로그램실에서 2019년 4월 3일부터 28일까지 4주 동안 매주 2회 120분씩 총 8회기를 진행하였다.

프로그램 진행은 본 연구자가 직접 수행하였다. 연구자는 정신건강 사회복지사로서 다년간 소아청소년 정

신과에서 ADHD 아동 및 청소년 집단의 사회기술훈련 및 부모 상담과 교육을 담당하였고, 초·중·고 외부 상담 교사로 개인 및 집단 상담을 진행하였으며, 지역사회복지관을 이용하는 클라이언트인 가족의 부부관계 및 부모자녀 관계개선을 위한 가족코칭을 담당하는 바 있다.

프로그램은 집단사회복지실천 방법의 원리와 과정을 바탕으로 운영하였다. 모든 프로그램 회기는 프로그램 초안에 따라 진행하되, 프로그램의 활동 주제와 내용에 따라, 토의, 개별 및 그룹 활동, 역할극, 브레인스토밍과 같은 방법을 활용하였다. 연구자는 연구참여자 간의 감정과 생각을 교환하는 과정을 격려하고 지지하여 집단 상호작용의 긍정적인 영향을 미칠 수 있도록 진행하였다[31]. 프로그램 회기 마무리 단계에서 프로그램에 참여한 연구참여자의 소감과 피드백을 받았다.

5. 분석방법

5.1 개인별 분석

프로그램에 참여한 연구참여자가 설정한 가족탄력성 증진 개별 목표를 개인별로 평가하기 위해 시각적인 방법으로 자료를 분석하였다. 이를 위해 측정시기에 따른 측정점수, 평균선, 추세선, 추세지수 개념들[13]을 사용하였다. 첫째, 측정시기에 따른 측정점수를 제시하였다. 둘째, 측정된 점수의 평균을 나타내기 위해 평균선을 사용하였다. 셋째, 측정된 자료의 처음 단계와 마지막 단계의 자료 패턴을 해석하고 비교하기 위해 추세선과 추세지수를 사용하였다. 추세선이란 자료의 추세를 요약해 주는 선으로 각 단계의 첫 번째 자료점과 마지막 자료점을 연결하여 추세선을 만들 수 있다[32]. 추세지수는 마지막 자료점과 첫 번째 자료점의 차이를 마지막 자료점이 측정된 시간과 첫 번째 자료점이 측정된 시간의 차이로 나누어 계산하여 기울기와 같이 해석된다[13]. 추세지수를 계산하는 공식은 아래와 같다.

$$\text{추세지수} = \frac{Y_{\text{final}} - Y_{\text{initial}}}{T_{\text{final}} - T_{\text{initial}}} \quad (1)$$

Yinitial= 각 단계 첫 번째 자료점, Yfinal= 각 단계 마지막 자료점

Tinitial= 각 단계 첫 번째 시간, Tfinal= 각 단계 마지막 시간

표 2. ADHD 아동 가족을 위한 가족탄력성 예비 프로그램

회기	구성요소		목표	주요활동
	주제			
1	신념체계: 역경에 대한 의미부여	역경을 긍정적인 의미로 담아내는 가족	1. 가족탄력성 프로그램의 전반적인 내용과 목적을 이해한다. 2. 진행자와 집단 구성원과의 라포를 형성한다. 3. 과거의 가족 신념 이해와 새로운 신념을 구성한다.	<ul style="list-style-type: none"> · 프로그램 오리엔테이션 · Ice-breaking 타임 · 가족탄력성이란 무엇인가에 대한 강연 · 각 가족의 프로그램 참여 목표설정 · ADHD 가족 신념 나누기 · ADHD 아동 특성 이해 -O, X 퀴즈로 알아보는 ADHD 오해와 진실 · 과제부여-가족과 프로그램 내용 공유
2	신념체계:긍정적 시각	가족의 강점으로 만들어가는 희망적인 가족	1. 가족의 잠재적인 강점을 재인식하고 격려할 수 있다. 2. ADHD 자녀와의 의미 있고 희망적인 미래를 계획할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 가족의 강점 재인식하기 -가족의 강점을 살펴봐요 · 강점 강화화분 꾸미기 · ADHD 자녀와 함께하는 희망적인 미래 -ADHD 성향을 가진 위대한 인물들 -ADHD 자녀가 바라는 부모의 모습 -ADHD 자녀와 함께하는 가족의 행복 한 미래 · 과제부여 -가족과 프로그램 내용 공유 -ADHD 자녀가 바라는 부모의 모습 조사
3	조직패턴: 융통성	유연하고 안정적인 가족	1. 가족의 규칙을 점검해보고 보다 유연하고 효과적으로 지켜나갈 수 있다. 2. 가족의 민주적인 의사결정 방법을 수용하여 보다 안정적인 가족으로 성장할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 가족의 규칙과 역할 -우리 가족의 규칙과 역할 탐색 -기능적이고 유연한 우리 가족 규칙과 역할 재구성 · 민주적인 가족의 의사결정 -가족의 민주적인 의사결정에 대한 방법 -가족회의의 진행 내용과 방법 · 과제부여 -가족과 프로그램 내용 공유 -가족회의 진행
4	조직패턴: 연결성	친밀하고 단란한 가족	가족이 연합하여 친밀하고 단란한 가족을 만들어 갈 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 친밀하고 단란한 가족 -친밀한 표현의 방법들 -가족 스킨십, 가족 마사지 · 가족을 살펴봐요 -가족의 관심사와 특성 · 우리가족 버킷리스트 · 과제부여 -가족과 프로그램 내용 공유 -가족 버킷리스트 가족원의 비람 추가
5	조직패턴: 사회-경제적 자원 연결성	가족 내·외부의 지지체계에 다가가는 현명한 가족	가족의 내·외부 자원을 탐색하고 적극적으로 활용할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 가족 내·외부 자원 탐색 -가족의 생태도 · 가족 내·외부 자원의 활용 -사회적 자원 및 지지체계 활용경험 -ADHD 자녀와 가족이 활용할 수 있는 지역사회 자원 찾기 · 가족 내·외부 자원 활용의 강화 -지역사회서비스기관, 교사, 친인척, 이웃, 친구, 가족원에게 도움 요청하기 -도움 받음이 에게 감사의 표현하기 · 자조모임 구성 · 과제부여 -가족과 프로그램 내용 공유 -감사의 메시지 전달
6	의사소통과정: 명확성	명확하고 개방적으로 소통할 수 있다.	명확하고 개방적으로 소통할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 우리 가족의 의사소통 탐색 · 효과적인 의사소통 -경청과 소통 · 비효율적인 의사소통 -말꼬리 잡기/말꼬리 자르기/부정적 꼬리표 달기, 선부른 조언과 평가/You-message · 나전달법(I-Message) 교육과 시연 · 과제부여 -가족과 프로그램 내용 공유 -나 전달법(I-message) 전달법 사용하기

7	의사소통과정: 개방적인 의사소통	가족원과 솔직하고 따뜻하게 감정을 교류할 수 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 우리 가족의 감정표현 - 우리 가족의 감정표현의 언어적 비언어적 방법 탐색 · 따뜻하고 개방적인 감정표현 업그레이드 - 가족에게 받고 싶은 감정표현과 전하고 싶은 감정표현 · 가족원의 감정코칭 - 감정코칭의 방법 - 감정코칭의 연습과 시연 · 과제부여 - 가족과 프로그램 내용 공유 - ADHD 자녀에게 감정코칭 하기
	감정을 솔직하고 따뜻하게표현하는 가족		
8	의사소통과정: 상호 협력적 문제해결	가족의 어려움을 협력해서 풀아가는 가족	<ul style="list-style-type: none"> · 프로그램 총 내용 리마인드 · 가족 갈등과 바람직한 문제해결 - 가족 안에서 자주 일어나는 갈등 - 가족 갈등을 해결해 나갈 수 있는 방안 - 갈등 해결의 방법 교육(긴장완화의 방법, 의사결정의 공유, 타협하기, 무승부법, 유머사용) · 가족사진 촬영
	가족의 어려움을 협력해서 풀아가는 가족		

5.2 프로그램 참여 반응내용 분석

연구참여자로부터 프로그램의 모든 회기에서 수집된 자료들을 연구 목적으로 사용하는 것에 대한 동의를 받고 프로그램 참여 반응내용을 분석하였다. 이는 예비 개발된 프로그램에 참여한 연구참여자들의 경험을 탐색함으로써 향후 본 가족탄력성 프로그램의 개발에 적극 반영할 수 있도록 하기 위함이다. 이를 위해 프로그램 참여자들의 반응이 담긴 회기별 소감 및 피드백을 분석하였다.

III. 연구결과

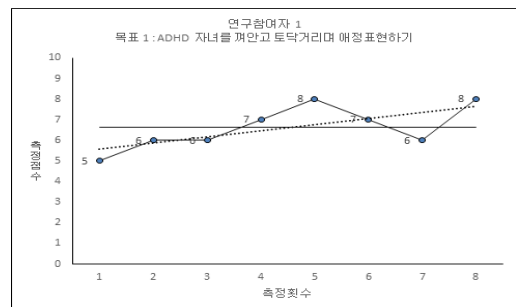
1. 개인별 프로그램 효과성 검증

1.1 연구참여자 1

연구참여자 1은 면담을 통하여 세 아들을 키우고 있고, 그 세 아들 모두 ADHD 진단을 받았다고 하였다. 청소년인 큰 아들은 비교적 과잉증상은 줄어서 예전보다는 나아졌지만 나머지 두 자녀와 함께 집에 있으면 자녀들의 과격한 행동과 장난, 큰소리 등으로 인해 온 집안이 정신이 없어 자녀들을 단속하기에 바쁘다고 하였다. 그러한 자녀의 통제과정에서 자신도 모르는 사이에 늘 인상을 쓰는 무뚝뚝한 엄마가 되었고, 자녀들에게 부드럽고 친밀하게 대하는 일이 거의 없었던 것 같다고 하였다. 이러한 문제를 개선하고자 연구참여자 1은 첫 번째 목표를 'ADHD 자녀를 껴안고 토닥거리며 애정표현하기'로 두 번째 목표를 'ADHD 자녀의 감정을 이해하고 말로 표현하기'로 정하였다. 총 8차례씩 측

정을 한 결과 [그림 1]에서 나타내는 바와 같이 목표 1의 경우 첫 회 측정 점수 5점에서 마지막 측정 점수 8점, 평균점수 6.6점으로 추세지수 0.43씩 증가하였다. 목표 2의 경우도 첫 회 측정점수 4점에서 마지막 측정 점수 8점, 평균 6.4점을 나타냈고, 추세지수 0.57씩 증가하였다. 그러나 두 목표가 공통적으로 다섯 번째 측정시기에 점수가 가장 높았다가 여섯 번째 측정시기에 하락 및 동일한 점수를 나타냈다. 이 시기에 연구참여자 1은 집단 프로그램 시간을 통하여 중학생인 첫째 아들이 학급에서 급우에게 볼펜으로 등을 찍어 누르는 상황이 발생하여 교사로부터 상담전화를 받았는데 문제의 근원을 아들에게만 돌리는 바람에 최근 스트레스를 많이 받고 있다고 하였다.

개인별 평가결과 연구참여자 1이 변화되기를 바라던 '자녀에 대한 친밀한 행동'과 '자녀의 감정을 이해하고, 말로 표현'하고자 하는 노력이 점수의 증감은 있으나 추세선을 볼 때 미약하나마 증가되고 있음을 시각적으로 나타내고 있다. 그러나 본 연구의 결과가 개입을 제외한 단순한 시간 경과와 같은 외적 요인이 연구참여자 1의 개선을 야기 시켰을 수 있음을 배제할 수는 없다.



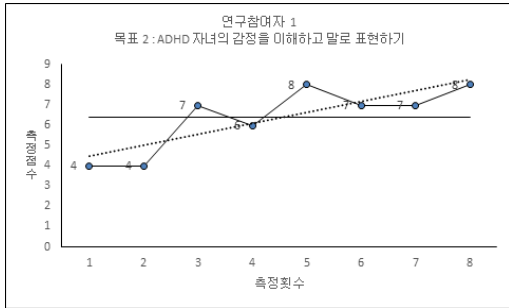


그림 1. 연구참여자 1의 개인별 분석 그래프

1.2 연구참여자 2

연구참여자 2는 남편과의 이혼, 경제적인 어려움, 혼자 힘으로 자녀를 양육해야 하는 부담감 등 여러 가지 이유로 우울증이 생겼다고 하였다. 그 때문인지 연구참여자 2는 자녀의 조그만 실수에도 자꾸 화가 치밀어 올라 소리부터 지르게 되고 명령조로 말하는 등 더 예민해 졌다고 하였다. 이러한 연구참여자 2는 자신의 감정적 문제를 감소하고 자녀에 대한 긍정적인 반응을 높이기 위한 목표를 세웠다고 하였다. 첫 번째 목표는 'ADHD 자녀의 문제행동을 큰 소리로 지적하기 보다는 부드러운 말투로 대안을 제시하기'와 두 번째 목표는 '자녀의 행동에 화가 나면 화를 가라앉히고 낮은 목소리로 말하기' 설정하였다. 측정은 총 9차례 실시하였다. 아래 [그림 2]에서 나타내는 바와 같이 첫 번째 목표는 첫 회 측정 6점부터 마지막 측정 9점까지 평균점수 6.8 점을 나타냈고, 추세지수 0.38씩 증가하였다. 두 번째 목표는 첫 회 측정 점수 6점에서 마지막 측정점수 9점으로 평균점수는 6.7을 나타냈고, 추세지수 0.38씩 증가하였다. 연구참여자 2의 두 가지 목표 점수의 증감은 비슷한 패턴을 보였다. 측정점수는 측정시기 처음부터 세 번째 측정까지 같은 점수를 나타내다가 네 번째 측정시기에 갑자기 점수가 크게 증가하는 양상을 보였다. 이 무렵 연구참여자 2는 댄스강사 동료들끼리 단기여행을 다녀왔고, 그러는 동안 친정 어머니에게 ADHD 자녀를 맡겼었다고 하였다. 여행을 다녀와 보니, 자녀가 고분고분 말을 잘 들어 큰소리 낼 일이 없었다고 하였다.

연구참여자 2의 경우 추세선을 통하여 목표 점수가 증가하였다고 볼 수는 있었으나, 마지막 측정시기의 점

수가 매우 큰 폭으로 향상되어 개입 이외에 사회적 바람직성에 대한 태도와 아동의 성숙이 영향을 주었을 수 있음을 간과할 수는 없다.

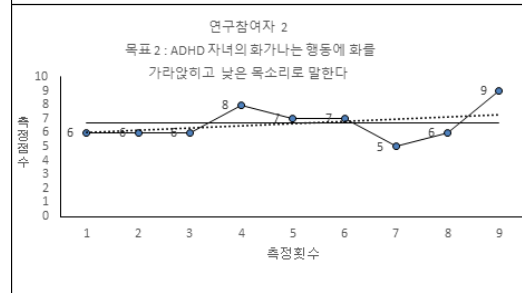
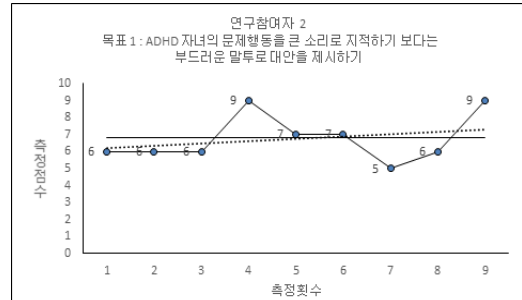


그림 2. 연구참여자 2의 개인별 분석 그래프

1.3 연구참여자 3

연구참여자 3은 자녀가 ADHD 진단을 받은 후 지금까지 자녀와의 긍정적인 관계 개선보다는 어떻게 하면 자녀의 문제행동을 개선할 수 있을가에 대한 관심이 더 컸다고 하였다. ADHD 자녀는 특히 부모의 행동통제에 대해 금방 주눅이 들어 눈치를 보는 경향이 있는데, 이를 개선할 수 있는 행동을 목표로 삼고자 하였다. 연구참여자 3이 세운 두 목표는 'ADHD 자녀의 문제행동을 재치 있게 받아들이고 표현 한다'와 '자녀의 말을 끊고 싶지만 끝까지 경청하기'이다.

목표한 개인별 측정을 위해 총 9차례 측정을 하였다. [그림 3]에서 나타내는 바와 첫 번째 목표는 첫 회 측정 5점에서 마지막 측정 8점으로 평균 5.7점을 나타냈고 추세지수 0.38씩 증가하였다. 두 번째 목표는 첫 회 측정 점수 6점에서 마지막 측정 점수 8점으로 평균 7.3점을 나타냈고 추세지수 0.25씩 증가하였다. 이는 연구참여자 3이 ADHD 자녀에 대한 경청과 문제행동을 재치 있게 수용하려는 태도가 다소 증가하였다고 볼 수 있

다. 이러한 개인별 평가결과를 뒷받침하는 사례로서, 연구참여자 3은 프로그램 참여를 통하여 자신이 타인에게 잘 웃고 미소 짓지만, 자녀들에게는 오히려 표정 없는 얼굴로 대한다는 사실을 깨닫게 되었다고 하였다. 그러한 자신의 결점을 보완하고자 최근에는 자녀들을 대할 때 특별히 더 '사랑스러운 표정', '미소'를 띤 얼굴과 재치 있는 태도로 집안 분위기를 편안하게 하려고 노력한다고 하였다.

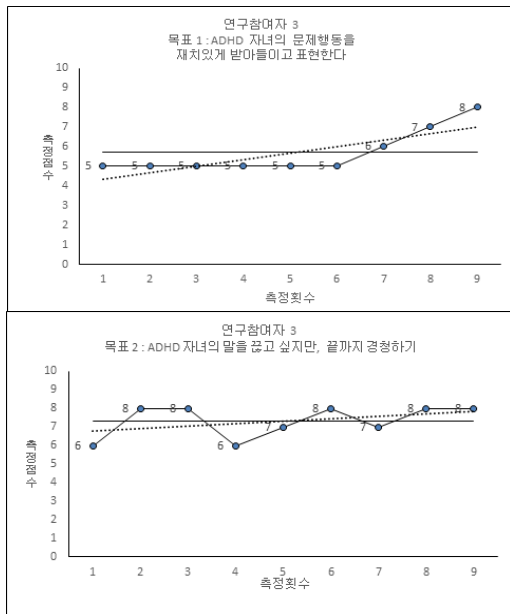


그림 3. 연구참여자 3의 측정결과 그래프

1.4 연구참여자 4

연구참여자 4는 이혼, 경제적인 어려움, 원인 모를 통증, 자녀의 학교 부적응 등에 대한 여러 가지 상황으로 인해 마음의 여유가 없으며, 우울증 치료를 받고 있다고 하였다. 그리고 남편은 이혼한 상태이기는 하지만, 남편이 지방으로 일을 하러 내려가는 경우를 제외하고 자녀를 위해 동거하는 상태라고 하였다. 이러한 여러 가지 요건들로 인해 연구참여자 4는 화가 자주 치밀어 오르고, 자녀의 산만한 행동에 소리를 지르며 강하게 통제한다고 하였다. 또한 그러한 강력한 통제만이 자녀의 문제행동을 멈출 수 있게 되지만, 자녀의 문제행동은 되풀이되기만 한다고 하였다. 이러한 연구참여자 4

의 첫 번째 목표는 'ADHD 자녀의 이야기를 끊고 싶지만 끝까지 경청하기'로 총 10차례 측정을 하였다. [그림 4] 연구참여자 4의 측정결과 그래프에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정점수 2점에서 마지막 측정점수 6점, 평균점수 4.8점, 추세지수는 0.44씩 증가하였다.

두 번째 목표는 'ADHD 자녀의 화가 나는 행동에 소리 지르지 않고 낮은 목소리로 말하기'이다. [그림 4]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정 점수 1점에서 마지막 측정 점수 7점, 평균점수 4.3점으로 추세지수 0.67씩 증가하였다. 그러나 그래프에서 나타내는 바와 같이 첫 번째 목표의 아홉 번째 측정시기와, 두 번째 목표의 일곱 번째, 여덟 번째 측정 시기에는 점수가 점차 하향하는 모습을 보였다. 이 시기는 연구참여자 4의 남편이 일자리가 없어 온종일 집안에 있으면서 연구참여자 4의 살림에 대해 간섭이 많아 지쳐있는 상태라고 하였는데 이러한 남편에 대한 불만이 목표점수의 하향에 영향을 미친 것으로 추측해 볼 수 있겠다.

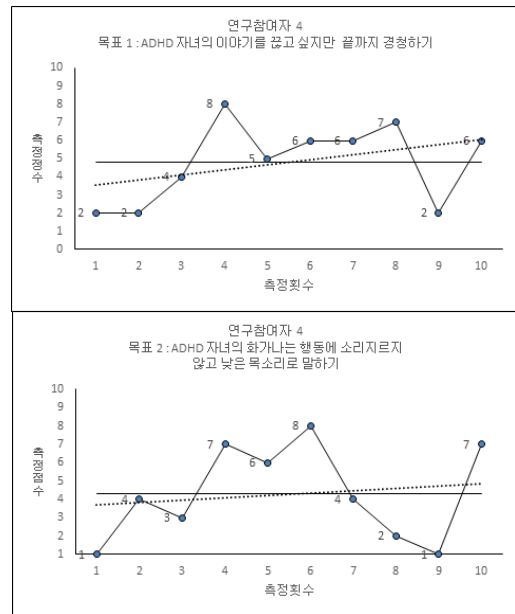


그림 4. 연구참여자 4의 측정결과 그래프

1.5 연구참여자 5

연구참여자 5는 ADHD 자녀와 연년생 남동생이 잘 지내다가도 서로 잘 다루고, 둘 다 고집이 세서 다루기가 힘들다고 하였다. 또한 ADHD 자녀의 체격이 또래

보다 크고, 힘이 센 편으로 동생과 다투는 모습을 보면 상대적으로 힘이 약한 동생이 다칠까봐 자꾸 편애를 하게 된다고 하였다. 이에 동생을 경쟁자로만 생각하고 엄마를 차지하고 싶어 하는 ADHD 자녀의 마음을 헤아려 더욱 애정표현에 신경 쓰기를 원하였다. 또한 그동안 자녀가 원하는 것을 부모의 입장에서 미리 결정하였는데, 그것이 ADHD 자녀가 쉽게 좌절하고, 낮은 자존감을 나타내는 것이 아닌가 생각된다며 자녀가 원하는 것을 타협해서 해결하는 것을 목표로 하였다.

첫 번째 목표인 'ADHD 자녀를 께안고 토닥거리며 애정표현 하기'는 [그림 5]에서 나타내는 바와 같이 총 11차례 측정을 하였다. 첫 회 측정 3점에서 마지막 11회 측정시기에 8점으로 평균 6.5점을 나타냈고, 추세지수 0.50씩 증가하였다. 이는 측정점수의 증감이 있었으나 자녀에 대한 애정표현의 변화가 큰 폭으로 증가되었음을 보여준다. 두 번째 목표는 'ADHD 자녀가 원하는 것을 타협해서 해결하기'로 총 11차례 측정을 하였다. [그림 5]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정 5점에서 마지막 측정 8점으로 평균 7점을 나타냈고 측정시마다 점수가 0.30씩 증가하였다.

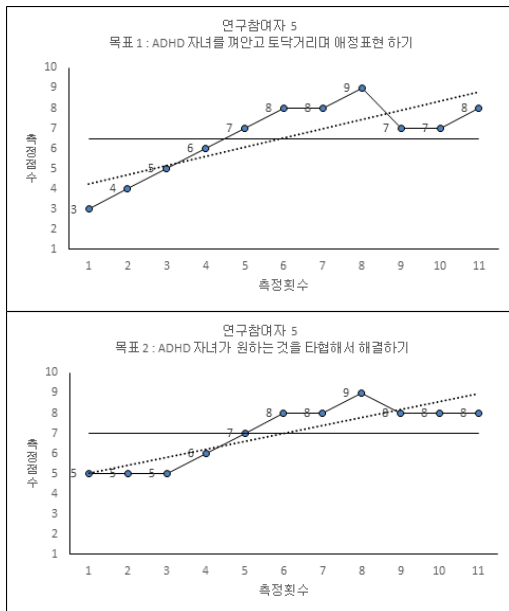


그림 5. 연구참여자 5의 측정결과 그래프

1.6 연구참여자 6

연구참여자 6의 남편은 희귀병에 걸려 경제적인 돈벌이를 하지 못하는 상태인데다 하루 온종일 남편과 함께 지내며 시중을 들어야 한다는 것이 매우 짜증스럽다고 하였다. 이러한 짜증스런 상황과 더불어 자신의 강박적인 성향으로 인해 자녀의 '음식 흘리기', '씻지 않기', '만들기 후 어지럽혀 놓기', '그림그리기 도구 정리 안하기' 등의 행동을 볼 때 자꾸 화가 나고, 같은 잔소리를 여러 차례 해도 고쳐지지 않는 것에 불쑥 불쑥 소리를 치게 된다고 하였다. 이에 연구참여자 6이 설정한 첫 번째 목표는 'ADHD 자녀의 화가 나는 행동에 소리를 지르고 싶지만 참고 낮은 목소리로 말하기'이다. 총 11회기의 측정을 한 결과 [그림 6]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정 4점에서 마지막 측정시기에 9점, 평균점수 6.5점, 추세지수 0.56씩 큰 폭으로 증가하였다. 그래프의 기울기를 살펴보면, 측정점수의 증감이 반복되다가 측정시기 후반부에 비교적 안정적인 높은 점수를 나타내고 있다. 두 번째 목표는 'ADHD 자녀의 실수를 이해하기'로 [그림 6]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정 3점에서 마지막 측정시기에 9점을 나타냈고, 평균점수 6.3점, 측정시마다 점수가 0.55씩 큰 폭으로 증가하는 결과를 나타냈다. 그러나 다섯 번째 측정시기에 7점이었던 점수가 갑자기 4점으로 하락하였다. 같은 시기에 목표 1의 점수가 큰 폭의 하강은 아니지만 2점 하향한 시기에도 맞물린다. 평소 연구참여자 6은 자녀의 '친구에게 퍼주기'의 행동에 대한 불만이 많았는데, 측정 점수가 낮아진 시기에 자녀가 용돈을 타서 간식과 스티커 등을 '잔뜩'사서는 자기는(자녀)는 안 먹고, 안 갖고, 친구들만 모두 나눠준 행동에 대해 화가 났고, 경제적으로 여유가 없는 가족의 형편에도 불만스러웠다고 하였다. 다시 점수의 오름세를 보이기 시작한 시기부터 마지막 측정시기의 연구참여자 6은 프로그램에 참여하면서 다른 구성원들의 고민에 대해서 자신의 경험을 비추어 이야기 하며 더욱 적극적인 모습으로 참여하였다.

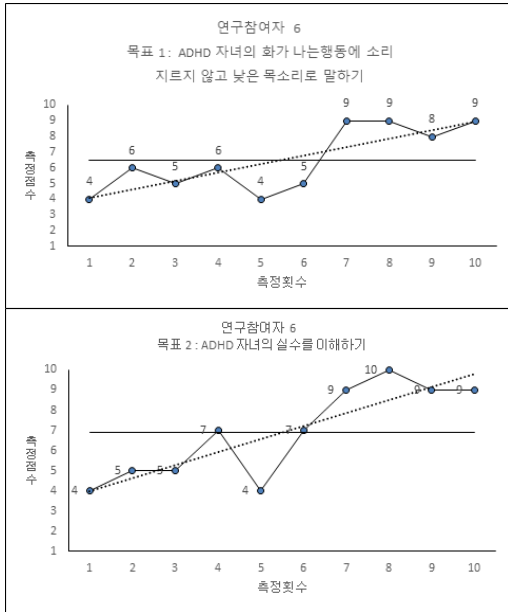


그림 6. 연구참여자 6의 측정결과 그래프

1.7 연구참여자 7

연구참여자 7은 ADHD 자녀 이외에 미취학 아들 둘을 양육하고 있다. 가정에서는 ADHD 자녀가 초등학교 3학년이면 두 동생에 비하여 다 컸다고 생각하여 안아주고 다독거리며 애정을 표현하는 일이 별로 기억에 나지 않는다고 하였다. 또한 ADHD 자녀의 문제행동에 대해 욕박지르고 혼내는 일이 여러 차례 있었다고 하였다. 이러한 면담에 따라 연구참여자 7이 세운 첫 번째 목표는 ‘ADHD 자녀를 껴안고 토닥거리며 애정표현 하기’로서 총 12차례 측정하였다. [그림 7]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정점수 5점, 마지막 측정시기에 7점, 평균점수 6.5점을 나타냈고 추세지수 0.18씩 소폭으로 증가하였다.

두 번째 목표는 ‘ADHD 자녀에게 용기 주는 말하기’이며 총 12차례 측정을 하였다. [그림 7]에서 나타내는 바와 같이 첫 회 측정 4점에서 마지막 측정시기에 5점, 평균 4.8점을 나타냈고 추세지수 0.09씩 소폭으로 증가하였다. 그러나 그래프의 기울기를 살펴볼 때 목표 1과 목표 2의 하락이 두 번째 측정시기에 나타났고, 목표 2의 경우는 세 번째 측정에서도 점수가 하락하였다. 연구참여자 7은 프로그램을 통하여 자신이 ADHD 자

녀에 대한 애정표현과 격려가 적었다는 것을 깨닫고 나름대로 노력하고 있지만 자녀가 미운행동을 할 때마다 마음속으로는 참고 잘 해야지 하면서도 동생들보다 말을 안 들을 때면 괜히 얄미운 생각이 들곤 한다고 하였다. 이렇듯 연구참여자 7의 평소 프로그램을 참가하면서 표현하는 것들을 관찰·적용했을 때 했을 때 연구참여자 7의 목표측정의 증가와 하락에 대한 요인을 찾아볼 수 있겠다.

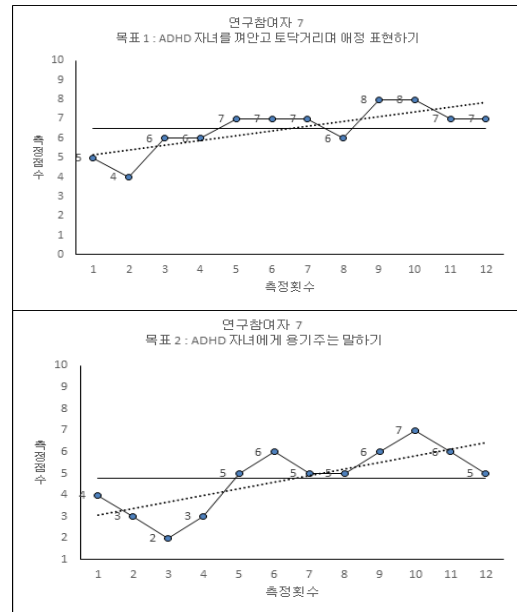


그림 7. 연구참여자 7의 측정결과 그래프

이상 실험집단 7명을 대상으로 개인별 평가를 실시하여 측정점수의 증가와 하락의 경과를 거치면서 연구참여자의 개인별 목표점수 변화과정을 알 수 있었다. 다음은 전체 참여자의 목표측정에 대한 추세선 분석결과를 종합하여 추세점수 증가량을 정리하고자 한다. 연구참여자 1의 추세지수는 목표 1은 0.43, 목표 2는 0.57씩 증가하였다. 연구참여자 2의 추세지수는 목표 1과 2 모두 0.38씩 증가하였고, 연구참여자 3의 추세지수는 목표 1은 0.38, 목표 2는 0.25, 연구참여자 4의 추세지수는 목표 1은 0.44, 목표 2는 0.67씩 증가하였다. 연구참여자 6의 추세지수는 목표 1은 0.56, 목표 2는 0.55씩 증가하였고, 마지막 연구참여자 6의 추세지수는 목표 1은 0.18, 목표 2는 0.09씩 증가하였다. 총 7

명 중 가장 큰 폭으로 추세지수가 증가한 연구참여자는 네 번째와 여섯 번째 참여자이고, 가장 소폭으로 증가한 연구참여자는 마지막 일곱 번째 참여자이다. 세 참가자들의 프로그램 참여에 대한 태도와 특성이 추세지수 증가폭과 관련이 있는지 살펴보았다.

우선 추세지수가 가장 큰 폭으로 상승한 연구참여자와 4와 6 두 참여자 중 연구참여자 4는 프로그램 참여에 대한 필요성은 인지하고 있었으나, 여러 부모들과 함께 참여하는 것에 대한 부담감을 가지고 있었다. 또한 초반 프로그램 참여에 대한 태도도 적극적이지 않아, 주로 자신의 차례가 오면 다음으로 미루거나 생략하고 주로 다른 연구참여자를 지켜보는 일이 많았다. 그러나 회기가 여러 차례 진행될수록 연구참여자 4는 자신의 의견을 자발적으로 표현하고, 크게 소리 내어 웃으며 다른 참여자들의 의견에 적극적으로 동감하고 소통하는 일이 많아졌다. 프로그램 종결이 다가올 때에는, 집단 구성원들이 한 달에 한 번은 모여 서로의 어려운 이야기를 나누었으면 좋겠으며, 이 프로그램을 통해서 자신이 많이 밝아졌다고 소감을 밝혔다. 이러한 소감과 연구자의 관찰결과 연구참여자 4는 ADHD 자녀를 키우면서 느끼는 어려움을 동감하고 나눌 수 있는 공통요소를 가진 집단에 대한 애정이 생겨남에 따라 프로그램의 참여 동기가 강화되었고, 개인별 측정 결과에 영향을 미쳤을 것으로 분석되었다.

연구참여자 6은 프로그램이 종결된 후 연구자의 개인 SMS 메시지를 통하여 개인적인 소감과 감사의 메시지를 전해왔다. 자신은 처음 프로그램에 참가 할 때 일반적인 부모교육을 여러 번 받은바 있어 '프로그램에 참가 하더라도 다 똑같은 내용이겠지' 라는 생각으로 별 기대가 없었다고 하였다. 그러나 자신이 세웠던 목표를 실천하는 과정에서 자신의 자녀에 대한 행동이 변하니, 자녀도 변하고, 늘 항상 붙어 있는 게 지긋 지긋하다고 느꼈던 남편에게도 다정하게 대해 지더라는 내용이었다. 또한 프로그램 참여과정에서 연구참여자 6은 예전에는 ADHD 자녀의 만들기, 그림그리기 후 정리하지 않는 모습과, 이상한 목소리로 책 내용과 다른 내용으로 책 읽기를 하는 자녀가 예뻐 보이지 않았는데, 이제는 프로그램을 통해서 아이를 바라보는 시선이 달라져 이제는 자녀가 집안에 웃음을 주는 창의력 있는 아이다

운 아이로도 보인다고 하였다. 실제로 프로그램 참여에 있어서도 매번 솔직하게 자신의 경험과 생각을 표현하였고 그러한 적극적인 참여의 태도는 다른 연구참여자에게 활기를 불어넣어 주었다. 따라서 본 연구참여자의 적극적인 프로그램의 참여와 프로그램을 수용하는 긍정적인 태도가 개인별 평가결과에 영향을 주었을 것으로 추측해 볼 수 있다.

가장 소폭으로 상승한 연구참여자 7의 목표는 외현적인 표현이 크게 요구되는 것이었다. 그러나 연구참여자 7의 내성적인 성격상 자신이 목표로 하는 애정의 표현 행동이나 말로 자녀를 응원하는데 어려움이 있었던 것으로 관찰되었다. 또한 다른 연구참여자는 한 번 이상 집단교육 및 프로그램에 참여한 경험이 있었으나 연구참여자 7은 이러한 집단 프로그램에 참여하여 무엇인가를 배우고, 활동하는 것이 처음이라고 하였다. 이러한 연구참여자의 여러 가지 생소한 환경과 개인적인 성향이 측정점수에 영향을 끼쳤을 것으로 보인다.

2. 연구참여자들의 회기별 집단 반응내용 분석

2.1 1회기 집단 반응내용 분석

1 회기에서는 가족의 역경을 긍정적인 방향으로 바라 볼 수 있는 목표를 가지고 진행하였다. 첫 회기인 만큼 가족탄력성 프로그램의 전반적인 내용과 목적을 이해하고, 연구자와 참여자 간, 참여자와 참여자 간의 친밀감 형성에 중점을 두고자 하였다. 본 프로그램의 목적을 수행하기 위해 각 가족이 가지고 있는 어려운 경험들을 이야기 나누고 지금까지의 역경들이 각 가족에게 어떤 영향을 끼쳤는가를 살펴보았다. 그리고, 각 가족이 경험한 어려움을 어떻게 해결할 수 있을 것인지에 대한 집단의 논의를 거쳐 각 참여자 가족의 목표를 설정하였다. 연구참여자들은 1회기 프로그램 참가 후 '참여하는 분들이 서로 같은 고민을 하는 모임이라 마음이 편하고 다음 회기가 기다려지네요', '서로 소통할 수 있어 좋았습니다. 오늘 배운 내용을 더 잘 기억해서 일상에서 실천하겠다고 생각했어요', '참여자들과 더 많이 아이들의 행동이나, 어려움, 해결방법에 대해 이야기 나누고 싶어요', '공통의 특성을 가진 사람들과 함께 알게 되어 덜 외롭고, 가족의 탄력성이라는 것을 알게 되어 좋았어요', '같은 고민을 하는 엄마들이 있다는 것에 더 힘을

인네요.’ 라고 표현하였다. 이러한 소감을 통해 연구참여자들은 비슷한 성향의 자녀를 두고 있는 부모로서 1회기 만남을 통해 연구참여자들은 서로 소통하고 공감할 수 있는 대상들을 만난 것에 대한 반가움과, 앞으로의 프로그램에 대한 기대감을 갖게 되었음을 알 수 있었다.

2.2 2회기 집단 반응내용 분석

2회기에서는 가족의 잠재적인 가족원의 강점을 인식하고 격려하여 ADHD 자녀와의 의미 있고 희망적인 가족을 만들어가도록 진행하였다. 연구참여자들은 프로그램 참가 후 ‘다른 가족의 이야기를 들으면서 많은 부분이 공감이 갔고, 가족에 대해 다시 한번 생각해보았습니다’, ‘프로그램에서 배운 게임을 아이들과 함께 할 수 있을 것 같네요’, ‘아이들과 많이 못 놀아 줬는데, 오늘은 배운 걸 써먹어야겠어요’, ‘아무리 사소한 것이라도 가족의 장점을 한 번 더 발견하자 생각했어요’ 라고 표현하였다. 이를 통해 연구참여자들은 다른 참여자 가족 이야기를 통해 비슷한 경험에 대한 공감과 더불어 자신의 가족을 반추하였다. 이와 함께 생각지 못했던 가족원의 장점에 눈을 돌리게 되고, 가족놀이와 가족시간이 가족의 활기를 불어넣고, 응집력을 강화할 수 있다는 새삼스런 깨달음과 실천을 위한 다짐을 해 본다.

2.3 3회기 집단 반응내용 분석

3 회기에서는 가족이 융통성 있는 규칙과 역할을 통해 유연하고 안정적인 가족으로 기능해 갈 수 있다는 점을 중점적으로 진행하였다. 연구참여자들은 프로그램 참가 후 ‘우리 가족에게 맞는 규칙이 무엇인지 생각해 보게 되었고, 집에서 같이 상의해 봐야겠다고 생각했습니다’, ‘가족규칙을 생각해보면서 많은 교훈이 되었어요’, ‘가족끼리 약속한 규칙을 지키면서도, 너무 강제적이지 말아야겠다고 생각했어요’, ‘규칙을 안 지킬 때 단호하지만, 융통성 있게 해야겠구나 생각했어요’, ‘늘 정해진 패턴으로 살아가는 가정 안에서도 규칙이 있다는 것을 알게 되었습니다’, ‘가족의 규칙에 대해서 몰랐던 것들을 알게 되어서 좋았습니다’ 라고 표현하였다. 연구참여자들은 가족에게는 명시적인 가족의 규칙뿐만 아니라 암묵적이지만 강한 가족의 규칙이 내재하게 됨으로

써 가족의 분위기를 좌지우지 할 수 있음을 깨달았다. 규칙은 단호하고 엄격해야 한다는 통상적인 개념을 깨고, 유연하면서도 상황에 알맞은 규칙을 적용해야 한다는 것과, 강제적인 규칙에 대한 문제점을 인식하게 되었다.

2.4 4회기 집단 반응내용 분석

4 회기에서는 가족이 연합하여 친밀하고 단란한 가족을 만들어가는 내용을 진행하였다. 연구참여자들은 프로그램 참가 후 ‘가족원들과 좀 더 친밀해지기 위해 더 많이 노력해야겠다고 생각했어요’, ‘아이와 친해지는 행동을 해야겠다고 생각했어요’, ‘가족 간에도 친밀한 행동이 얼마나 중요한지 오늘 새삼 알았습니다’, ‘다른 참여자들이 각자의 친밀한 행동에 대하여 이야기 할 때 내가 몰랐던 걸 배웠어요’, ‘가족과 더 많이 친밀해지려면 대화를 많이 해야되겠다고 느꼈습니다’라고 표현하였다. 연구참여자들은 가족은 원래 친한 관계이기 때문에 특별한 친밀한 행동을 취하지 않아도 서로 알고 있다고 생각했다. 그러나 프로그램을 통해서 가족의 구성원들과의 친밀함의 표현이 가족애와 가족의 응집력을 강화할 수 있음을 깨닫고 구체적인 언어적 · 비언어적 표현방법에 귀를 기울이며, 앞으로 소소하지만 깊고 애정이 묻어나는 표현을 할 것을 다짐해 본다.

2.5 5회기 집단 반응내용 분석

5 회기에서는 가족의 내·외부 자원을 발견하고 활용할 수 내용을 중점적으로 진행하였다. 연구참여자들은 프로그램 참여 후 ‘친구나 친척, 가족에게 도움을 요청하고, 감사의 표현을 하는 것에 익숙하지 않았는데 오늘 꼭 집에 가서 애들에게 도움도 요청하고, 감사의 표현도 해야겠습니다’, ‘저희 가족이 도움을 받을 수 있는 기관을 알게 되어 좋아요’, ‘주변에 필요한 것들(자원)을 함께 이야기하면서 우리 가족에게 필요한 사항을 찾아 보게 되어 좋습니다’, ‘활용할 수 있는 자원들을 알게 되고, 정보를 공유할 수 있어서 좋았습니다’ 라고 표현하였다. 연구참여자들은 각자 지금까지 사용해 왔던 가족 및 주변 환경자원에 대한 정보를 나눔으로서 서로에게 유익한 시간이 되었음을 나타냈다. 이와 함께 원가족 뿐만 아니라, 지금까지 도움을 받았고, 앞으로도 도움을

요청할 수 있을 친인척, 담임교사, 상담교사, 이웃들을 떠올리며 고립된 가족이 아님을 깨닫는다. 게다가 ADHD 아동과 잘 지내기 위해 적절한 도움을 받을만한 정보를 탐색하게 되고, 그에 따른 바람직한 요청의 방법, 감사의 표현 방법에 대해 강한 관심을 보이며 혼자가 아니라는 희망을 갖게 되었다.

2.6 6회기 집단 반응내용 분석

6 회기에서는 가족이 명료하고 효과적인 의사소통을 할 수 있도록 하는 내용으로 진행하였다. 프로그램을 통해 연구참여자들은 '제가 어떠한 상황에서 어떻게 행동 했었구나를 생각해보게 되었고, 다음에 어떠한 상황이 생겨나면 배운 대로 소통해야지 라고 생각하게 되었습니다', '효과적인 의사소통을 위해서 많이 노력해야겠고, 특히 가족에게 명령조 말고 해주세요 라고 표현해 봐야겠어요', '가족과는 무조건 편하게 말하고 대했는데, 어쩌면 예의 없는 방법 이었던것 같아서 조금 부끄럽네요', '평상시 나의 입장에서만 이야기했지 그 상황에서 일어난 영향이나 느낌 이런건 생각지 못했었어요. 앞으로는 I 메시지 전달규칙으로 표현해야겠습니다', '가족 간의 소통과 대화법을 잘 배우게 되었어요. 작은 차이의 어감이지만 상대방을 기분 나쁘게도, 좋게도 할 수 있다는 것을 깨닫게 되면서 진심으로 상대방의 입장을 생각 못 했던 것은 아니었나 반성하게 되었어요', '대화법을 통해 아이와 어떻게 말을 해야 하는지를 알게 되었습니다', '가족의 대화방법의 장단점을 생각해 보게 되었어요. 무의식 중 모르게 할 수 있는 말들도 알게 되었구요. 과거에 쓰던 좋지 않은 말을 바꾸도록 더 많이 노력 해야겠구나 생각했고, 서로간의 진심어린 대화가 꼭 필요하단 걸 알게 되었습니다' 라고 표현하였다. 이를 통해 대부분의 연구참여자들은 대화의 방법과 말의 중요성을 되돌아보았음을 알 수 있다. 효과적인 의사소통을 위해 자신의 습관적인 소통의 방법 예를 들어 ADHD 아동에게 일방적인 '지시하기', '명령하기' 등과 같은 표현을 통해 상대방이 받았을 언짢음과 특히 자녀의 입장에서는 어떻게 느껴지는가를 알게 되었다. 연구참여자들은 가족이기 때문에 그리고 부모이기 때문에 나이 어린 자녀들에게 짧고 간단한 단어와 어조로 효율적인 소통을 위해 구사해 왔으나 이것이 자녀와 부모

간에 감정을 손상 시킬 수 있는 요소가 될 수도 있음을 깨닫고, 무의식중 상처를 주게 되었던 가족원과의 소통 방법을 되짚어보게 된다.

2.7 7회기 집단 반응내용 분석

7 회기에서는 가족이 솔직하고 따뜻하게 감정을 표현할 수 있는 내용으로 진행하였다. 프로그램을 통해 '자녀의 감정을 읽어주고 공감해 주도록 더 노력해야겠다고 생각했어요', '감정코칭 이란걸 배우면서 자녀의 마음을 이해 하는게 부족 했었구나를 깨달았습니다', '감정표현의 중요성을 알게 되었고, 제 감정을 먼저 잘 다스려야겠구나를 생각했어요. 배운 대로 천천히 생각하며 실천해 봐야겠습니다', '아이가 잘못했을 때 욕박지르고 소리치고 때렸는데 아이의 감정은 생각하지 않았던 것 같아요. 내 감정이나 아이의 감정이 얼마나 소중한지 이렇게까지는 몰랐어요. 오늘 교육을 통해 내가 먼저 달라져야겠다는 생각이 들었습니다', '감정표현을 역할극 할 때, 평상시 잘 안하던 거라 많이 쑥스러웠어요. 그리고 지금까지 제가 아이들과 가족에게 마음만 있었지 표현을 잘 못하고 있었구나를 알게 되었어요' 라고 표현하였다. 이러한 소감을 통해 연구참여자들은 가족원의 감정을 반영해본 경험이 적었음을 알 수 있다. 가족원, 특히 ADHD 아동 자녀의 현재 감정을 읽어주고 이해하게 되면 자녀에게 요구하는 방식과 내용을 조절할 수 있게 되고, 이것은 결국 부모 자녀와의 갈등의 폭을 좁힐 수 있는 매개가 될 수 있음을 깨닫는다. 또한 연구참여자들은 감정코칭 교육과 시연을 통해 생소하지만 충분히 적용 가능할 것이라는 믿음을 나타내며, 앞으로 가족원들의 내면에 있는 감정을 있는 그대로 수용하고 나의 감정반응에도 귀를 기울일 것을 다짐한다.

2.8 8회기 집단 반응내용 분석

8 회기에서는 앞으로도 발생할 수 있는 가족의 어려움을 가족원과 협력하여 해결하는 방법과 함께 지금까지 프로그램 내용을 총정리하는 시간을 가졌다. 연구참여자들은 프로그램을 종결하면서 다음과 같은 소감을 표현했다. '프로그램에 참여하여, 양육하면서 생각하지 못했던 것을 생각하고, 표현하지 못했던 것을 알게 되었습니다. 가족의 변화된 행동에서 내가 그동안 잘못했

던 것을 반성하게 되었습니다. 생활 속에서 사소한 말 한마디, 표현 하나가 얼마나 중요한지 다시 한번 생각 하였고, 앞으로 더욱 노력하고자 합니다', '프로그램을 참여하면서 자녀와의 대화도 많아지고 친밀도도 높아진 것 같아요. 자녀를 대할 때의 나의 잘못된 방법을 고치면서 사이도 좋아졌어요', '프로그램을 참여한 어머니 들과 처음에는 어색했지만 점점 친해지면서 공통된 마음을 나누는 게 너무 좋았습니다. 배운 것 잘 활용해서 우리가족 행복만 가득하기를 바라면서 잘 이어 가겠습니다', '먼저 가족탄력성 프로그램에 참여할 수 있게 해주셔서 감사드립니다. 그동안 상담과 부모교육 참여를 통해 아이도 저도 건강해졌다고 생각했는데 아이는 아니었나 봅니다', '프로그램을 참여하면서 아이와 저, 그리고 가족을 더 이해 할 수 있었고, 매일 매일 안아주고 아이와 가족의 이야기를 집중하여 들으며 가족이 더 친밀해질 수 있었습니다', '늘 억울해하던 아이가 동생들에게 양보하고 엄마에게 먼저 사랑한다고 표현하는 모습을 보며 늘 아이의 문제행동만 바라보며 야단쳤던 저의 모습을 반성합니다. 또한 아이가 건강하고 밝게 잘 성장할 것이라고 믿습니다. 나의 작은 변화, 조금의 관심이 아이와 가족에게는 엄청난 영향을 주는 것 같습니다', '가족탄력성 프로그램이 마중물 역할을 해주셨으니 우리 아이가 문제가 아니라 이 나라에 꼭 필요한 인물로 성장하도록 돕겠습니다. 더욱더 가족을 사랑하게 해 준 가족탄력성 프로그램 파이팅입니다', '처음에는 가족탄력성 프로그램에 대해 잘 모르는 게 많아 불안하고 그랬는데 지금은 너무 좋습니다. 가족과 소통을 한다는 게 힘들고 고통스러웠지만 지금은 그렇지 않습니다. 추억도 만들고, 가족이 좀 돈독해지고, 프로그램 덕분에 스트레스가 좀 해소된 기분이에요', 'ADHD 아동의 부모들이 모여서 함께 공유하는 시간이 되어 좋았습니다. 서로 공통점이 있어 이해하는 시간이 되었고 아이들마다 특징, 성향이 다름을 인정하는 계기가 되었습니다', '지금 상황에서 나의 주변, 가족들을 한 번 더 돌아보고 생각해 보는 시간이 주어져 앞으로 가족의 문제를 해결하는 방법과 가족을 이해하는 소통방법을 더 사용해 보도록 하겠습니다. 이 모임이 서로를 응원하는 지지모임으로 이어지게 되어 참 좋습니다', '처음 참여할 때 큰 기대를 하지 않았으나, 프로그램의 횟수가 늘

어갈수록 조금 더 가족과 가까워지고 있다고 느꼈습니다. 더 노력해가며 이제 엄마로서 조금 더 성숙해져가는 느낌을 받았으며, 또한 내 아이를 생각하며 그래도 얼마나 다행이고 감사한지를 느끼게 되었습니다. 가장 중요한건 우리가 말로만 가족이잖아 라는 말을 자주 하곤 했는데 서운함이나 불만을 씻고 교육을 통해 나부터 노력하자 라는 생각을 다시금 하고 실천하며 깨닫는 시간이 되었습니다. 그리고 내 자녀가 그래도 이만한게 어디인가 감사하다는 생각안에서 미안함과 고마움, 가족의 따뜻함을 더 알게 되었습니다. 조금 개성이 강한 우리 ADHD 아이들이 바른 인성을 갖추고 편견 없는 세상에서 살아갈 수 있기를 바라게 되었습니다', 'ADHD란 병이 왜 우리 아이에게 생겼나 처음에는 인정도 하기 싫고 그런 아이가 밋고 힘들었는데 그제 내 아이의 잘못이 아니었고 그렇게 되려고 된 게 아니라고 생각해 보니 아이한테 미안한 생각이 들었습니다', '이번 프로그램을 통해서 ADHD가 결코 나쁜게 아니구나 를 알게되었습니다. 부모랑 아이랑 상호관계라든지 친밀감이라든지 말 한마디가 얼마나 중요한지 이 교육을 통해 알게 되었습니다. 아이의 감정은 생각하지도 못하고 내 감정만 생각해서 따뜻하게 안아준 적이 없었던 것 같아 아이한테 많이 미안하고, 가족에게 죄송한 마음이 들었어요. 이번 프로그램과 교육이 저에게 얼마나 크고 필요한 교육인지를 깨닫게 되었습니다. 이제는 아이와 가족과 더 많은 대화를 통해 가족과 아이의 감정을 이해하고 더 많이 안아주고 마음을 헤아려줘야겠다는 생각을 했습니다. 소중한 프로그램 감사합니다'.

연구참여자들은 같은 주제의 프로그램에 참여하면서도 공통된 느낌과 함께 각 가족의 상황에 따라 다양한 느낌을 전달하였다. 공통된 반응으로는 지금까지 ADHD 자녀에 대한 깊은 이해가 부족하여, ADHD 자녀의 입장과 감정을 헤아리지 못한 일방적 소통을 해왔다는 자기성찰, 그리고 가족의 소중함을 다시 한번 깨닫게 되었다는 점이다. 각 가족의 다양한 반응으로는 가족애와 응집력을 위한 친밀감 표현의 중요성, 가족원의 감정을 고려한 의사소통 방법, 공통된 문제를 나누고 정보를 교환할 수 있는 모임의 감사함, ADHD 자녀와 함께 살아갈 가족의 힘이 모든 가족에게 있다는 것에 대한 희망이었다.

IV. 논의

선행연구 및 선행 프로그램을 검토한 결과 국내 주의력결핍 과잉행동장애(ADHD) 진단을 받은 아동을 둔 가족을 위한 프로그램이 매우 제한적이었다. 게다가 ADHD 진단을 받은 아동을 둔 가족의 어려움을 극복하고 적응해 가는데 도움을 줄 만한 가족탄력성 프로그램은 아직 마련되지 않아 이에 대한 문제의식을 가지게 되었다. 프로그램을 개발하기 전 ADHD 자녀를 둔 어머니들의 욕구조사를 위해 지역사회복지관의 협조를 구하여 대상자를 모집하였다. 그 과정에서 자녀의 ADHD가 의심되는 군은 제외하고, 실제 ADHD 진단을 받은 어머니로만 선별하여 면담을 실시하였다. 면담 결과 ADHD 자녀를 둔 부모들은 다음과 같은 고충을 호소하였다. ADHD 자녀를 양육하면서 발생하는 가족원과의 갈등, ADHD 자녀의 상담 및 치료를 위해 발생하는 비용에 대한 부담과 시간의 제약, 정신건강의학과에서 처방받은 약물에 대한 부작용과 지속적인 복용 여부의 고민, ADHD 자녀뿐만 아니라 부모 또한 우울증과 같은 심리적 갈등으로 부모 자신도 정신적, 신체적으로 지쳤다고 하였다. 이어서 ADHD 자녀를 둔 가족을 위한 프로그램이 마련된다면 어떠한 내용이 포함되기를 원하는가를 질문하였다. 어머니들의 공통적인 답변은 ADHD 아동과 원활하게 소통할 수 있는 구체적인 방법, 이해하기 쉬운 ADHD에 대한 정보, 지역사회에서 도움을 받을 만한 자원이나 기관, ADHD 자녀를 두고 있는 다른 부모들과의 소통이었다. 덧붙여 의료 및 치료기관과는 상대적으로 심리적, 경제적 부담이 낮은 지역사회복지관에서의 운영을 바란다고 하였다. 예비 프로그램을 개발하는데 ADHD 자녀를 둔 어머니들의 욕구조사를 실시하고, 그 결과를 프로그램 내용에 적극 반영, 프로그램의 방향성을 설정했다는 것에 본 연구의 의의가 있다고 하겠다.

이와 더불어 본 프로그램으로 확장 시키기 위한 노력으로 개발된 예비 프로그램으로 그치지 않고, 실제 현장에서 프로그램을 적용했다는 것과 그 결과를 집단뿐만 아니라 연구참여자 개별적으로 측정하였다는 것, 추후 본 프로그램을 개발하는데 기초자료로 사용될 수 있다는 것에 의미가 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 ADHD 아동 가족을 위한 가족탄력성 본 프로그램을 개발하기 위한 예비연구로 Walsh의 가족탄력성 이론을 토대로 예비 프로그램을 구성하고 운영하였다. 단일체계연구 설계로 연구참여자 개인별 목표를 설정하고 측정된 개인별 평가에 대한 결과를 요약하면 다음과 같다. 프로그램에 참가한 7명의 연구참여자가 각자 개인이 프로그램을 통해서 성취하고자 하는 목표 2가지씩을 설정하였다. 7명의 연구참여자가 설정한 목표를 축약해 보면 ADHD 자녀에 대한 애정표현과 격려, 경청, ADHD 자녀의 문제행동에 대한 부모의 정서 조절과 부드러운 태도로의 대안 제시 그리고 재치 있는 반응, 자녀와 타협해서 문제 해결하기, ADHD 자녀의 특성과 감정을 이해하여 수용하기이다. 설정한 목표는 1점에서 10점까지 연구참여자가 측정할 수 있는 개별화된 측정도구를 재구조화하여 측정 가능하도록 하였다. 측정기간과 방법은 프로그램이 시작된 직후부터 종료 후 4주 후까지 연구참여자가 직접 기입 하는 방식으로 하였다. 측정 횟수는 개인마다 다소 차이가 있어 가장 적게는 8번에서 가장 많게는 12번의 측정을 하였다.

측정결과 연구참여자의 측정점수가 측정 시기마다 상승 및 하락하는 불안정한 상태를 보이기도 하지만 결과적으로 모든 연구참여자의 측정점수와 추세지수가 다소 상승하였다. 이는 프로그램을 통해서 연구참여자가 목표했던 바와 같이 ADHD 자녀의 특성과 감정을 이해하고 자녀의 이야기에 더욱 귀를 기울이며 ADHD 자녀의 문제행동에 대해서 감정적인 즉각적 반응을 낮추려고 노력하는 과정 중에 나타난 현상이라고 볼 수 있다. 또한 부모의 감정 상태를 확인하여 대안 및 협력적인 문제해결을 위해 노력하며, 더 많은 애정표현과 자녀를 격려하는 태도로서 더욱 친밀하고 안정적인 가정을 이루는데 작은 도움이 되었다고 해석할 수 있다. 그러나 이러한 긍정적인 개인별 평가결과를 모두 신뢰하기에는 다음과 같은 한계를 가진다. 첫째, 본 연구에서는 프로그램의 시작과 함께 개별목표를 설정하고 점수를 측정하여 연구참여자의 표적행동에 대한 기초선 단계를 측정하지 않았다. 그러므로 기초선 단계 측정점수와 프로그램 개입단계 측정점수의 비교를 통해 개입

의 효과를 평가하지 못한 한계를 가지고 있다. 둘째, 연구참여자 한 명을 제외한 6명의 연구참여자는 본 연구의 프로그램 참여 이전에 부모교육 및 상담을 받은 경험이 있었다. 따라서 이러한 개인별 목표점수의 상승은 본 프로그램 개입 이외에 성숙과 같은 요인이 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수 없다. 셋째, 연구참여자의 프로그램에 참여에 대한 사회적 바람직성에 기인한 측정점수를 기재했을 가능성이 있다. 이와 같이 여러 가지 개인별 평가결과에 대한 한계를 가짐에도 불구하고, 연구참여자의 목표에 다가가기 위한 변화과정을 살펴볼 수 있었다.

다음으로, 프로그램 참여에 대한 연구참여자들의 회기별 집단 반응내용 분석을 축약한 결과는 다음과 같다. 1 회기에서는 ADHD 진단을 받은 자녀를 둔 공통된 어려움에 처해 있는 어머니들이 함께 프로그램에 참여한다는 것에 대한 공감대 형성과 소통할 수 있다는 것에 대한 만족도를 나타냈다. 2 회기에서는 가족원의 장점에 관심을 갖고, 가족의 응집력을 강화할 수 있는 가족시간에 대한 관심을 나타냈다. 3 회기에서는 규칙은 단호하고 엄격해야 한다는 통상적인 개념을 깨고, 유연하게 상황에 알맞은 규칙을 적용해야 한다는 것과, 강제적인 규칙에 대한 문제점을 인식하였다. 4 회기에서는 가족과 친밀한 관계를 형성하고 유지할 수 있는 방법에 대해 모색하고 실천하고자 하는 다짐들을 알 수 있었다. 5 회기에서는 가족 내·외부의 자원을 찾아 이용할 수 있는 방법과 도처한 자원에 대한 정보를 공유할 수 있는 것에 대한 만족감을 나타냈다. 6 회기에서는 가족원과의 평상시 의사소통 방법을 되돌아보고, 명확하면서도 가족원의 입장을 헤아리고 소통할 수 있는 방법을 모색하고자 하는 의지를 보였다. 7 회기에서는 과거의 가족원에 대한 입장을 깊이 헤아리지 못하고 감정표현을 한 것에 대한 아쉬움과 함께 솔직하면서도 따뜻한 감정표현에 대한 중요성을 인식하였다. 8 회기 마지막 회기에서는 ADHD 자녀에 대한 깊은 이해가 부족하여, ADHD 자녀의 입장과 감정을 헤아리지 못한 일방적 소통을 해왔다는 자기성찰, 가족의 소중함, 가족애와 응집력을 위한 친밀감 표현의 중요성, 가족원의 감정을 고려한 의사소통 방법, 공통된 문제를 나누고 정보를 교환할 수 있는 모임의 감사함, ADHD 자녀와 함

께 살아갈 가족의 힘이 모든 가족에게 있다는 것에 대한 희망을 나타냈다.

개발초기에는 ADHD 자녀를 둔 양 부모 모두가 참여할 수 있는 프로그램을 개발하고자 하였다. 그러나 아버지들의 비협조, 아버지들의 부재, 시간의 제약 등 여러 가지 아버지가 참여할 수 없는 한계로 인해 마지막 회기를 제외하고 어머니를 중심으로 프로그램을 진행하였다. 그에 따른 보완책으로 가족원 모두가 공유할 수 있는 과제를 내어주고 수행여부를 확인하는데 주의를 기울였지만 어머니의 정서상태나 기타 스트레스 요인이 가족탄력성 프로그램의 시행과정과 목표 평가에 영향을 미쳤을 것임을 간과할 수는 없다. 따라서 향후 예비 프로그램을 바탕으로 본 프로그램을 구성할 때는 사전에 어머니의 개별적인 요인을 통제할 필요가 있으며 ADHD 아동의 병리적 특성을 더욱 반영한 확장된 프로그램을 구성하여 가족구성원 및 부모가 ADHD 아동의 행동에 적절하게 대응할 수 있도록 하기 위한 프로그램 보완과정이 요구된다.

* 본 연구는 이은희(2020) 가톨릭대학교 박사학위논문 일부분을 수정·보완한 것임.

참 고 문 헌

- [1] 전순득, *장애아동 어머니의 심리적 안녕감이 양육행동에 미치는 영향 : 자아존중감의 매개효과를 중심으로*, 가톨릭관동대학교, 박사학위논문, 2017.
- [2] 임자성, *주의력결핍 과잉행동장애 아동의 정서지능 향상 프로그램의 효과: 정서적 양육기술 부모교육 병합 치료 효과를 중심으로*, 성신여자대학교, 박사학위논문, 2011.
- [3] 권준수, 김재진, 남궁기, 박원명, 신민섭, 유범희, 윤진남, 이상익, 이승환, 이영식, 이현정, 임효택, 정신질환의 진단 및 통계 편람 5판, 서울:학지사, 2015.
- [4] R. A. Barkley, *Executive function deficits in students with ADHD*, Paper presented at the annual Disability Symposium, University of Pennsylvania, Philadelphia, 2011.
- [5] R. C. Kessler, S. Heeringa, M. D. Lakoma, M. Petukhova, A. E. Rupp, M. Schoenbaum, P. S.

- Wang, and A. M. Zaslavsky, "Individual and societal effects of mental disorders on earnings in the United States: Results from the national comorbidity survey replication," *American Journal of Psychiatry*, Vol.165, No.6, pp.703-711, 2008.
- [6] <https://www.nhis.or.kr/nhis/together/wbhaea01600m01.do?mode=view&articleNo=130962&article.offset=0&articleLimit=10&srSearchVal=ADHD>.
- [7] A. Ghanizaden, "Educating and counseling of parents of children with attention-deficit hyperactivity disorder," *Patient Education and Counseling*, Vol.68, No.1, pp.23-28, 2007.
- [8] S. V. D. Oord, S. M. Bögels, and D. jnenburg, "The Effectiveness of Mindfulness Training for Children with ADHD and Mindful Parenting for their Parents," *Journal of Child and Family Studies*, Vol.21, No.1, pp.139-147, 2012.
- [9] K. R. Larson, *Parenting That Builds School Confidence and Creates Resilience for Elementary Aged Students with ADHD*, The Degree of Master of Arts in Adlerian Counseling and Psychotherapy-School Counseling, 2016.
- [10] F. Walsh, *Strengthening Family Resilience*, New York: Guilford Press, 1998.
- [11] D. R. Hawley, "Clinical Implications of Family Resilience," *The American Journal of Family Therapy*, Vol.28, No.2, pp.101-116, 2000.
- [12] J. M. Patterson, "Understanding family resilience," *Journal of Clinical Psychology*, Vol.58, No.3, pp.233-246, 2002.
- [13] 김용석, 손동균, "임상실천 평가를 위한 단일체계설계의 적용," *한국사회복지학*, 제60권, 제2호, pp.175-209, 2008.
- [14] 김소희, 박미현, "재난피해가족의 레질리언스 강화를 위한 사회복지실천 개입전략 탐색," *사회과학연구*, 제38권, 제3호, pp.101-122, 2012.
- [15] 양옥경, 김연수, "탄력적 부모되기 프로그램 개발연구," *한국가족복지학*, 제14호, pp.225-261, 2004.
- [16] 양옥경, 김연수, 권자영, "탄력적 부모되기 프로그램의 효과성 연구," *한국사회복지학*, 제58권, 제1호, pp.143-173, 2006.
- [17] 최정숙, "입양가족의 가족 레질리언스 강화 프로그램 개발을 위한 탐색적 연구: 예비입양부모를 중심으로," *한국사회복지학*, 제20권, pp.361-397, 2007.
- [18] 최정숙, "결혼초기부부의 가족레질리언스 강화 프로그램 개발연구," *한국사회복지학*, 제23권, pp.103-152, 2008.
- [19] 최정숙, "중년기부부를 대상으로 하는 가족레질리언스 강화 프로그램 개발연구," *한국사회복지학*, 제27권, pp.175-208, 2009.
- [20] 이인수, "가족탄력성 증진을 위한 가족심리교육프로그램의 개발과 효과: 정신장애 자녀를 둔 가족을 중심으로," *한국가족관계학회지*, 제9권, 제2호, pp.221-239, 2004.
- [21] 임희수, 한금선, "만성조현병 환자 가족의 극복력 증진 프로그램의 개발 및 효과," *대한간호학회지*, 제43권, 제1호, pp.133-142, 2013.
- [22] 김연수, "다문화가족을 대상으로 한 탄력적 부모되기 프로그램 적용 연구," *한국가족복지학*, 제24권, pp.189-222, 2008.
- [23] 김연수, "가족탄력성 접근을 활용한 여성결혼이민자 대상 부부관계향상 프로그램 개발 및 효과," *한국가족관계학회지*, 제14권, 제4호, pp.59-90, 2010.
- [24] 김고은, "장애아동 아버지의 가족탄력성 증진 프로그램 효과성 연구," *사회복지연구*, 제42권, 제2호, pp.443-465, 2011.
- [25] 최정숙, 전명의, 양혜원, 김희수, "이혼가족의 가족레질리언스 강화를 위한 가족캠프 프로그램 개발 연구," *가족과 가족치료*, 제23권, 제1호, pp.23-53, 2015.
- [26] 석혜경, 최정숙, "치매노인 가족을 위한 가족레질리언스 강화 프로그램 개발 연구," *가족과 가족치료*, 제23권, 제3호, pp.499-523, 2015.
- [27] 방미란, 김옥수, "치매노인 주 부양자에게 적용한 가족탄력성 강화프로그램의 효과," *한국성인 간호 학회지*, 제28권, 제1호, pp.71-82, 2016.
- [28] 김은정, "한부모의 가족탄력성 증진 프로그램 개발 및 효과성 연구," *한국가족관계학회지*, 제17권, 제4호, pp.137-159, 2013.
- [29] 김정은, "저소득 가족의 통합적 가족탄력성 증진 프로그램 효과성 연구 - 교육복지우선지원사업 중학교를 중심으로," *열린부모교육연구*, 제8권, 제4호, pp.199-214, 2016.
- [30] 양무희, 윤경자, "암환자와 그 가족의 가족레질리언스 강화 프로그램 개발과 효과성 검증," *대한가정학회지*, 제50권, 제1호, pp.121-139, 2012.
- [31] I. D. Yalom, 최해림, 장성숙, *집단정신치료의 이론과 실제*, 하나의학사, 2001.
- [32] 김기덕, 김용석, 이정희, 전종설, 정익중, *사회조사론*, 서울:박영story, 2016.

저 자 소 개

이 은 희(Eun-Hee Lee)

정회원



- 2000년 8월 : 대전대학교 사회복지학과(행정학사)
- 2004년 8월 : 가톨릭대학교 일반대학원 사회복지학과(문학석사)
- 2020년 2월 : 가톨릭대학교 일반대학원 사회복지학과(문학박사)
- 2021년 3월 ~ 현재 : 가톨릭관동

대학교 중독재활학과 교수

〈관심분야〉 : 정신건강 사회복지, 중독재활, 정신건강상담