

조부모를 위한 황혼육아 프로그램 효과

Effects of a Twilight Childcare Programs for Grandparents

김혜진¹, 제남주², 박미라^{3*}

Hyejin Kim¹, Nam-ju Je², Meera Park^{3*}

〈Abstract〉

This study aimed to investigate the effects of a twilight childcare programs for grandparents. The study used a non-equivalent control group and pretest-posttest design. It was conducted from September 1 to November 30, 2023 at senior centers in apartment complex in K city. It analyzed 45 (22 in the experimental group and 23 in the control group.) For data analysis, descriptive statistics, test of homogeneity in pretest, independent t-tests, and repeated measures ANOVA were used. In parenting confidence, the interaction between group and time showed a significant difference ($F=30.54, p<.001$). In Parenting Stress, the interaction between group and time showed a significant difference ($F=10.68, p<.001$), For Family Relationships, there was no significant difference in the interaction between group and time. A significant difference was found for life satisfaction ($F=3.37, p=.047$). This program is effective in increasing parenting confidence and life satisfaction, and reducing parenting stress.

Keywords : Family Relationships, Life Satisfaction, Parenting Confidence, Parenting Stress, Twilight Childcare

1 창신대학교 간호학과 조교수

2 창신대학교 간호학과 부교수

3* 창신대학교 간호학과 부교수
E-mail: minerva32@cs.ac.kr

1 Assistant Professor, Department of nursing, Changshin University, Changwon

2 Associate Professor, Department of nursing, Changshin University, Changwon

3* Corresponding Author: Associate Professor, Department of Nursing, Changshin University, Changwon

1. 서론

1.1 연구의 필요성

한국의 연간 합계출산율은 2021년 0.81명으로 4년 연속 1명을 밑돌고 있으며, 전 세계적으로도 저출산 현상은 장기화되고 있다[1]. 저출산의 장기화는 일-가정 양립곤란, 자녀양육비용 부담, 주거비용 부담 등이 지속되고 있기 때문에 발생하는 것으로 분석되고 있다[2]. 일-가정 양립과 저출산 문제 해결방안의 일환으로 국가에서는 시설중심의 보육정책과 아이돌보미와 같은 공식적인 개별양육정책을 병행하여 실시하고 있으나, 유해미 등[3]의 연구에 의하면 자녀의 육아를 할 때 조부모 및 친인척의 도움(63.6%)을 받는 경우가 가장 많았고 그 외에는 아이돌보미(5.0%), 가정보육사 또는 베이비시터(5.4%)인 것으로 나타나, 현실에서는 비공식적인 양육지원체인 조부모의 손자녀 양육 방식을 많이 활용하고 있는 것으로 나타났다[4].

과거에 비해 기대수명의 증가로 고령자들이 조부모가 될 가능성이 많아졌고, 신생아 때부터 시작된 황혼육아는 장기간 지속성을 띠게 되었다[2]. 선행연구에 따르면, 조부모는 손자녀 양육을 계기로 자녀와의 관계에 긍정적 변화와 부정적인 경험을 함께 하게 된다[5,6]. 손자녀 양육을 위해 함께 혹은 가까이 살게 되고, 양육을 통해 자녀와의 상호작용 빈도가 늘고, 손자녀 양육방법과 관련하여 자녀와 의견을 교환하게 하면서, 성인 자녀는 부모로부터 양육 지원을 위해 부모에게 협력적이고, 친밀한 관계를 유지하려 노력하며, 부모와 높은 친밀감을 느끼는 것으로 나타났다[7]. 그러나 조부모의 손자녀 양육은 체력적, 시간적 부담으로 이어져 성인 자녀와의 관계에 부정적인 영향을 미치기도 하며, 양육방법에 대한 의견 차이로 인해

성인 자녀와 심각한 갈등을 겪기도 한다[8]. 황혼육아를 하는 조부모의 경우 생애 발달과업에 맞지 않는 늦은 시기의 손자녀 양육 때문에 다양한 신체적, 정신적 건강문제가 발생할 수 있다[9]. 또한 조부모들은 많은 시간을 아이를 돌보느라 개인운동이나 여가시간을 충분히 갖지 못해 체력이 저하되기도 하며 아이를 안는 등의 같은 자세의 반복으로 노화가 이루어진 신체부위에 무리를 가하게 되어 기존의 질병을 악화시키기도 한다[10]. 그리고 양육에 대한 스트레스는 어느 가정에서나 보편적으로 경험하고 있는 문제이지만, 손자녀를 양육하는 조부모의 경우는 양육시기가 아닌 중노년기에 양육을 재경험함에 따라 일반 부모보다 양육스트레스가 높고, 본인과의 다른 육아방법으로 인해 양육자신감도 저하되며 자녀와 갈등을 겪은 경우도 발생할 수 있다[11]. 이처럼 손자녀 양육은 조부모와 성인 자녀와의 관계에 긍정적, 부정적 관계변화를 겪게 하므로 황혼육아가 조부모에게 미치는 영향을 재확인할 필요가 있다.

육아방법에 대한 교육은 주로 보건소나 산과병원 등에서 시행되는 경우가 많으나, 주 교육대상은 산모나 남편이며 황혼육아를 담당하는 조부모를 대상으로 한 경우는 거의 없는 실정이다. 양육방법에 대한 교육자료 역시 산모나 남편을 대상으로 그림과 동영상 등의 자료가 제공되는 경우는 있었으나, 조부모를 대상으로 실습을 겸비하여 쉽게 이해할 수 있는 자료로 제공되는 경우는 거의 없다. 조부모가 이해하기 쉽도록 모형을 활용하여 교육한다면 좀 더 실질적이고 직관적인 교육이 가능하며, 대상자의 요구에 적합한 행동기술을 강화할 수 있을 것이라 생각된다. 이에 본 연구에서는 황혼육아를 담당하는 조부모를 대상으로 인체모형과 동영상 등을 이용한 황혼육아 프로그램을 개발하여 적용한 후 그 효과를 검증하고자 한다.

1.2 연구목적

연구목적은 황혼육아를 경험한 조부모를 대상으로 황혼육아 프로그램을 개발하여 적용한 후 그 효과를 검증하기 위함이다.

1.3 연구가설

- 가설 1. 황혼육아 프로그램에 참여한 실험군(이하 실험군)과 참여하지 않은 대조군(이하 대조군)은 시간이 경과함에 따라 양육자신감 변화양상에 차이가 있을 것이다.
- 가설 2. 실험군과 대조군은 시간이 경과함에 따라 양육스트레스 변화양상에 차이가 있을 것이다.
- 가설 3. 실험군과 대조군은 시간이 경과함에 따라 가족관계 변화양상에 차이가 있을 것이다.
- 가설 4. 실험군과 대조군은 시간이 경과함에 따라 삶 만족도 변화양상에 차이가 있을 것이다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 K시에 거주하는 조부모를 위한 황혼육아 프로그램의 효과검정을 위한 비동등성 대조군 전후설계 연구(Non-equivalent control group pretest-posttest design)이다.

2.2 연구대상

본 연구는 K시에 거주하는 만 60세 이상의 조

부모 중 황혼육아를 경험한 자를 대상으로 아파트 경로당에서 진행되었다. K시 소재 500가구 이상 아파트 관리사무소의 협조를 얻어 각 아파트 입구 게시판에 대상자 모집공고문을 게시 후 자발적인 참여를 유도하여 대상자를 모집하였다. 연구자에게 개별 연락을 준 대상자들을 같은 아파트 단지에 거주하는 경우 같은 군으로 묶어 실험군과 대조군에 배정하였다.

구체적인 대상자 선정기준은 (1) K시에 거주하는 만 60세 이상인 자, (2) 만 5세 이하의 영유아를 돌보고 있는 자, (3) 연구의 목적과 방법을 설명 듣고 연구 참여에 자발적으로 동의한 자였으며 제외기준은 연구 참여 중 또는 완료 후 동의를 철회한 자로 하였다.

표본크기는 조부모를 대상으로 한 프로그램의 효과를 분석한 선행연구가 없어 노인대상자의 프로그램 효과를 분석한 선행연구[12,13]를 바탕으로 하여 G-power 프로그램을 이용하여 반복측정 분산분석 시 필요한 최소한의 표본수를 중간효과 크기 $f=0.25$, 유의수준(α)= $.05$, 검정력($1-\beta$)= $.90$, 집단 수 2개, 반복측정 횟수 3번으로 적용하여 산정하였다. 최소한의 표본 수는 44명이었으나 탈락율 10%를 고려하여 총 50명(실험군 25명, 대조군 25명)을 모집하였고, 중간 탈락이 발생하여 실험군 총 22명, 대조군 총 23명의 자료가 분석에 사용되었다.

2.3 자료수집 및 방법

자료수집은 2023년 9월1일부터 11월30일까지 진행되었다. 연구 시작 전 연구 참여에 동의한 대상자들에게 동의서 작성 후 대상자들의 일반적 특성, 양육자신감, 양육스트레스, 가족관계, 삶 만족도에 대한 사전조사를 실시하였다. 사전 조사 후 6주 동안 중재 제공 후 1차 사후조사를 실시하였고,

중재 종료 4주 후 2차 사후조사를 실시하였다.


중재에 참여할 때마다 소정의 사례품을 제공하였으며, 설문조사 시마다 추가 사례품을 제공하였다. 대조군에게도 역시 설문조사 시마다 사례품을 제공하였으며, 2차 사후조사 후 황혼육아 프로그램의 내용을 소책자로 만들어 배부하였다.

2.4 조부모를 위한 황혼육아 프로그램

본 황혼육아 프로그램은 6주차, 12주제로 구성되었다. 1회 교육에 2가지 주제를 각 30분간씩

배정하여 총 12회기로 구성되었다. 각 교육은 이론과 실기/체험으로 구성하였으며 이론은 강의와 토의, 동영상 시청 등의 방법을 사용하였고 실기/체험은 영유아마네킹 모형을 활용하였다. 프로그램 개발 이후 소아과 전문의 1인과 아동간호학 교수 2인의 검토를 받았고 3명의 조부모를 대상으로 예비조사를 통해 완성되었다. 1주차는 주제 1-오리엔테이션, 주제 2-황혼육아교육의 필요성과 목적, 2주차는 1-육아에 대한 이해, 주제 2-부모 역할의 실제, 3주차는 1-영유아 응급처치법, 주제 2-어르신을 위한 마사지법, 4주차는 1- ‘힐링~

Table 1. A twilight childcare program

주	섹션	주제	시간 (분)	방법	관련 변수
1	1	오리엔테이션 - 프로그램 및 자기소개	30	강의	가족관계 삶의 만족도
	2	황혼육아교육의 필요성과 목적 - 황혼육아란? 조손가족	30	 강의 동영상	양육자신감 가족관계 삶 만족도
2	3	육아에 대한 이해 - 돌봄 지식과 기술, 아는 것이 힘	30	강의	양육자신감 가족관계
	4	부모역할의 실제 -애착	30	강의	양육자신감 가족관계
3	5	영유아응급처치 -영유아심폐소생술, 이물질제거	30	강의/실기	양육자신감
	6	어르신을 위한 마사지 - 어깨, 등, 팔, 다리, 발	30	강의/체험	양육스트레스
4	7	힐링~황혼육아!! 행복 찾기' - 편지쓰기	30	체험	가족관계
	8	'할빠·할마' 황혼육아 -손잡이TV '친절한경애씨'	30	유튜브 동영상 시청	양육자신감 삶 만족도
5	9	영유아응급상황 대처법1 -발열, 기침, 구토, 설사, 복통, 경련	30	강의/실기	양육자신감
	10	영유아응급상황 대처법2 -두드러기, 화상, 넘어지거나 떨어짐, 코피 등	30	강의/실기	양육자신감
6	11	레크레이션1 -건강박수 8가지웃음치료	30	강의/체험	양육스트레스
	12	레크레이션2 - 노인을 위한 운동과스트레칭	30	강의/체험	양육스트레스

황혼육아! 행복 찾기’, 주제 2-‘할빠·할마’ 황혼육아, 5주차는 1-영유아 응급상황 대처법1, 주제 2-영유아 응급상황 대처법2, 6주차는 1-레크레이션(1), 주제 2-레크레이션(2)로 구성되었다(Table 1).

2.5 윤리적 고려

본 연구는 C대학교 기관생명윤리위원회의 승인(CSIRB-2022023)을 받고 진행하였다. 연구 시작 전 연구 설명문을 통해 연구의 목적과 절차, 연구 참여 도중 언제라도 연구 참여를 철회할 수 있음에 대해 충분히 설명하였고, 동의를 구한 후 동의서를 작성한 후 연구를 진행하였다. 수집된 설문지는 개별화된 ID번호를 부여하여 본 연구자가 잠금장치가 있는 장소에 따로 보관하였으며 오직 연구목적으로만 사용하였고, 비밀과 익명성을 보장하였다.

3. 연구도구

구조화된 설문지를 사용하였다. 도구는 대상자의 일반적 특성 8문항, 양육자신감 23문항, 양육스트레스 24문항, 가족관계 15문항, 삶 만족도 14문항으로 구성되었다.

3.1 대상자의 제 특성

성별, 연령, 종교, 최종학력, 소득수준, 주관적 건강상태, 만성질환 유무, 배우자 유무의 총 8문항으로 구성되었다.

3.2 양육자신감

양육자신감은 Pharis[14]의 self confidence scale 13문항을 토대로 오현주[15]가 23문항으로

수정·보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 도구는 수유관리, 트림시키기, 목욕시키기, 아기상태 파악 등으로 구성되어 있다. ‘아주 자신있다’ 1점에서 ‘아주 자신없다’ 4점의 4점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 양육자신감이 높음을 의미한다. 오현주[15]의 연구에서 신뢰도 Cronbach’s α 는 .94이었고, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .96이었다.

3.3 양육스트레스

양육스트레스는 김기현과 강희경[16]이 개발한 양육스트레스 척도를 장인숙[17]이 24문항으로 수정·보완한 도구로 측정하였다. 도구는 자녀 양육으로 인한 일상적 스트레스와 부모역할에 대한 부담감 및 스트레스에 대한 내용으로 구성되어 있다. ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점의 Likert 척도로 점수가 높을수록 양육스트레스가 높음을 의미한다. 장인숙[17]의 연구에서 신뢰도 Cronbach’s α 는 .88이었고, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .95이었다.

3.4 가족관계

가족관계는 양옥경과 김연수[18]가 개발한 15문항의 축약형 가족관계척도로 측정하였다. 도구는 정서친밀영역과 수용존중영역으로 구성되어 있다. ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘항상 그렇다’ 5점의 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 가족관계가 좋은 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 신뢰도 Cronbach’s α 는 .93이었고, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .95였다.

3.5 삶 만족도

삶 만족도는 Neugarten 등[19]이 개발한 노인의

삶의 만족도 척도(Life-satisfaction index -Z)를 이창은[20]이 수정·보완한 총 14문항의 도구로 측정하였다. 도구는 자아존중감, 자아성취감, 노화에 대한 태도, 현실만족감 등의 내용으로 구성되어 있다. ‘그렇다’ 1점에서 ‘아니다’ 3점으로 3점 Likert 척도로 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. 이창은[20]의 연구에서 신뢰도 Cronbach’s α 는 .81이었고, 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .85였다.

4. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 기술통계로 분석하였다. 연구변수의 정규성 검증은 Shapiro-Wilk’s

로, 실험군과 대조군의 일반적 특성에 대한 동질성 검증은 χ^2 -test, Fisher’s exact test, Independent t-test로 분석하였다. 프로그램의 효과 검증을 위해 Repeated Measure ANOVA를 시행하였다. 각 측정도구의 신뢰도는 Cronbach’s α 값으로 분석하였다.

5. 연구결과

5.1 대상자의 제 특성에 대한 동질성 검증

대상자들은 모두 여성이었으며 그 외 일반적인 특성은 두 집단 간에 유의한 차이가 없어 동질한 것으로 나타났다(Table 2).

Table 2. Homogeneity test of general characteristics (N=45)

Characteristics	Categories	Sum (n=45)	Exp. (n=22)	Cont. (n=23)	χ^2/t	p
		M±SD or n(%)	M±SD or n(%)	M±SD or n(%)		
Age(yr)		63.80±3.57	63.82±3.72	63.78±3.49	0.03	.974
Religion	Christian	6(13.3)	4(18.2)	2(8.7)	0.15	.700
	Buddhism	13(28.9)	4(18.2)	9(39.1)		
	Catholic	12(26.7)	6(27.3)	6(26.1)		
	etc	14(31.1)	8(36.4)	6(26.1)		
Educational level	High school graduation	33(73.3)	14(63.6)	19(82.6)	0.94	.338
	University graduation	11(24.4)	8(36.4)	3(13.0)		
	More than graduate graduation	1(2.2)	-	1(4.3)		
Subjective income level	High	2(4.4)	-	2(8.7)	0.46	.500
	Middle	37(82.2)	21(95.5)	16(69.6)		
	Low	6(13.3)	1(4.5)	5(21.7)		
Subjective health status	Good	14(31.1)	7(31.8)	7(31.8)	0.00	.957
	Commonly	27(60.0)	13(59.1)	14(60.9)		
	Bad	4(8.9)	2(9.1)	2(9.1)		
Have chronic disease	Yes	18(40.0)	8(36.4)	10(43.5)	0.48	.636
	No	27(60.0)	14(63.6)	13(56.5)		
With spouse	Yes	36(80.0)	18(81.8)	18(78.3)	-0.29	.772
	No	9(20.0)	4(18.2)	5(21.7)		

Cont.=control group; Exp.=experimental group; M=mean; SD=standard deviation

5.2 연구 변수에 대한 동질성 검증

양육자신감, 양육스트레스, 가족관계, 삶 만족도에 대한 사전 동질성 검정 결과, 모든 변수에서 실험군과 대조군 간에 통계적으로 유의한 차이가 없어 두 집단은 동질한 것으로 나타났다(Table 3).

5.3 황혼육아 프로그램의 효과 검증

가설 검정에 앞서 Shapiro-Wilk's test로 종속 변수에 대한 정규성 검정을 하였으며, 양육자신감, 양육스트레스, 가족관계, 삶 만족도 모두 정규분포

를 따르는 것으로 확인되었다.

가설에 대한 검증은 Table 4와 같다.

가설 1. 황혼육아 프로그램에 참여한 실험군(이하 실험군)과 참여하지 않은 대조군(이하 대조군)은 시간 경과에 따라 양육자신감의 변화양상에 차이가 있을 것이다.

두 군의 양육자신감 변화양상의 차이를 검정하기 위해 반복측정분산분석을 실시한 결과, 시간에 따른 집단 간의 변화양상의 차이는 통계적으로 유의하였다($F=30.54, p<.001$. 집단($F=12.32, p=.001$)과 시간의 변화양상($F=45.38, p<.001$)의 차이가 있었다. 즉, 가설 1은 지지되었다.

Table 3. Homogeneity test of variables (N=45)

Variables	Exp.(n=18)	Cont.(n=18)	t	p
	M±SD	M±SD		
Parenting Confidence	2.98±0.44	3.03±0.41	-0.33	.740
Parenting Stress	3.13±0.80	3.18±0.61	-0.24	.813
Family Relationships	3.20±0.55	3.43±0.68	-1.22	.230
Life satisfaction	2.20±0.29	2.21±0.37	-0.13	.896

Table 4. Parenting confidence, parenting stress, family relationships and life satisfaction according to application of a twilight childcare program (N=45)

Variables	Group	Pre	Post 1	Post 2	Source	F	p
		M±SD	M±SD	M±SD			
Parenting Confidence	Exp.(n=18)	2.98±0.44	3.77±0.34	3.53±0.37	G	12.32	.001
	Cont.(n=18)	3.03±0.41	3.08±0.33	3.16±0.35	T	45.38	<.001
					G*T	30.54	<.001
Parenting Stress	Exp.(n=18)	3.13±0.80	2.44±0.51	2.74±0.70	G	5.36	.025
	Cont.(n=18)	3.18±0.61	3.12±0.51	3.13±0.44	T	15.05	<.001
					G*T	10.68	<.001
Family Relationships	Exp.(n=18)	3.20±0.55	3.30±0.66	3.17±0.52	G	1.86	.180
	Cont.(n=18)	3.43±0.68	3.42±0.62	3.50±0.59	T	0.25	.781
					G*T	1.22	.302
Life satisfaction	Exp.(n=18)	2.20±0.29	1.73±0.27	1.84±0.30	G	25.84	<.001
	Cont.(n=18)	2.21±0.37	2.10±0.25	2.11±0.26	T	10.62	<.001
					G*T	3.73	.047

Cont.=control group; Exp.=experimental group; M=mean; SD=standard deviation

가설 2. 실험군과 대조군은 시간경과에 따라 양육스트레스의 변화양상에 차이가 있을 것이다.

두 군의 양육스트레스 변화양상의 차이를 검정하기 위해 반복측정분산분석을 실시한 결과, 시간에 따른 집단 간의 변화양상의 차이는 통계적으로 유의하였다($F=10.68, p<.001$). 집단($F=5.38, p=.025$)과 시간의 변화양상($F=15.05, p<.001$)의 차이가 있었다. 즉, 가설 2은 지지되었다.

가설 3. 실험군과 대조군은 시간 경과에 따라 가족관계의 변화양상에 차이가 있을 것이다.

두 군의 가족관계 변화양상의 차이를 검정하기 위해 반복측정분산분석을 실시한 결과, 시간에 따른 집단 간의 변화양상의 차이는 통계적으로 유의하지 않아 가설 3은 기각되었다.

가설 4. 실험군과 대조군은 시간경과에 따라 삶의 만족도의 변화양상에 차이가 있을 것이다.

두 군의 삶의 만족도 변화양상의 차이를 검정하기 위해 반복측정분산분석을 실시한 결과, 시간에 따른 집단 간의 변화양상의 차이는 통계적으로 유의하였다($F=3.37, p=.047$). 집단($F=25.84, p<.001$)과 시간의 변화양상($F=10.62, p<.001$)의 차이가 있었다. 즉, 가설 4는 지지되었다.

6. 논의

본 연구는 조부모를 대상으로 황혼육아 프로그램을 개발하고 그 효과를 검정하기 위해 시행되었다.

첫째 실험군과 대조군의 양육자신감과 양육스트레스는 시간에 따른 집단 간의 변화양상에 차이가 있었다. 조부모를 대상으로 한 육아프로그램의 효과를 분석한 연구가 거의 없어 직접적인 비교는 어려우나, 양육에 대한 교육을 제공하였을 때 양육자신감이 높아지고, 양육스트레스가 감소한다는 선행 연구결과[21-22]와 유사하다. Sink[23]는 자

신의 양육에 대한 준비가 부족하다고 느낄 때 양육스트레스는 높아지므로 양육과 관련된 정보와 기술을 제공하면 양육스트레스를 감소시킬 수 있다고 하였다. 본 연구는 양육에 대한 이론적 지식과 실기, 체험 등이 포함된 프로그램을 제공하였으므로 본인들이 자신의 방법을 연습하고 프로그램 진행자에게 확인 받으면서 미흡한 점을 보완함으로써 수행이 대조군에 비해 더 빨리 능숙해진다. 박미라와 박경민[24]의 연구와 같이, 프로그램이 진행되면서 양육자신감과 양육스트레스가 점점 감소한 것으로 보여진다. 조부모의 황혼양육과 관련된 자신감 향상과 스트레스 감소를 위해 그들이 아는 방법을 리마인드 할 수 있는 프로그램을 제공한다면 도움이 될 것이라 생각된다.

둘째, 두 군의 가족관계는 시간에 따른 집단 간의 변화양상에 차이가 없었다. 선행연구에 따르면 한국에서의 손자녀 양육을 통해 성인 자녀와의 관계가 좋아지기도 하고[25], 양육과 가사 일에 대한 이중부담으로 인해 신체적으로 힘들고 개인 생활에 제약이 있으며, 양육 방법에 따른 가족 간의 갈등을 경험하기도 한다고[26] 하여 연구결과가 상이하였다. 본 연구의 시간에 따른 집단 간의 변화양상에 차이가 없는 결과는 전해정 등[27]이 보고한 바와 같이 돌봄을 통해 얻는 이로운만큼이나 건강쇠퇴와 가족갈등 같은 부정적 요소가 상쇄되면서 변화양상에 차이가 없는 것으로 생각되며, 이러한 요소의 영향으로 교육제공과 무관하게 가족관계의 차이가 없었을 것으로 생각된다.

셋째, 두 군의 삶의 만족도는 시간에 따른 집단 간의 변화양상에 차이가 있었다. 교육을 받은 군이 받지 않은 군보다 중재 직후 삶의 만족도가 많이 저하한 것으로 보였다. 현재 손자녀 양육을 하는 조부모들은 본인의 자녀를 본인이 키웠고 손자녀까지 키우는 세대이다. 이윤진 등[28]의 연구에 의하면 조부모들은 양육의 어려움을 알고 한 아이를 키우는 것이 얼마나 책임을 요하는 어려운 일

인 것을 알고 있지만 자식의 부탁으로 어쩔 수 없이 수락한 경우가 훨씬 더 많았다. 육아를 할 때 양육자로서의 역할수행이 어렵고 여러 가지 일의 양립으로 부정적 심리상황이 지속될 수 있고[29] 자녀와의 양육방식의 차이를 줄여보고자 손자녀 양육프로그램에 참여하였으나 본인이 알고 있는 방법과 배운 방법이 사뭇 달라 이를 실천하는데 어려움을 느끼기 때문으로 유추된다[28]. 육아를 하는 조부모의 부정적 심리를 돕는 프로그램 내용 구성이 필요하다고 생각된다.

7. 결론 및 제언

본 연구는 조부모를 대상으로 황혼육아 프로그램을 개발하여 효과를 검증하였다. 연구결과 황혼육아 프로그램은 양육자신감과 삶 만족도를 높이고 양육스트레스를 낮추는데 효과가 있는 것으로 확인되었다. 이에 본 연구 결과를 활용한다면 육아에 참여하는 조부모에게 도움을 줄 수 있는 프로그램 개발의 기초자료를 제공할 수 있을 것이라 기대한다.

후속연구를 위해 몇가지 제언을 하고자 한다. 첫째는 조부모에 맞는 다양한 부모교육 프로그램 개발이 필요하다. 프로그램개발 시 집단구성원들의 특성을 고려해 프로그램의 내용, 방법, 운영시간 등의 여러 부분을 심도 있게 검토해야 한다. 예를 들어, 조부모의 경우 이론적 지식보다 그들이 이해하기 쉽게 동영상, 그림 등의 자료를 이용하며 텍스트 위주의 자료는 지양한다. 시력 등을 고려하여 자료의 크기는 크게 한다. 둘째는 자조 집단 프로그램 개발과 제공을 통해 지속적인 만남을 가운데 서로 어려움을 함께 격려하고 지지할 수 있는 지원프로그램이 필요하다. 셋째는 본 연구의 내용으로 프로그램에서 사용될 전문적인 기

술들이 체계적으로 훈련되어야 하며 함께 수행하는 프로그램 진행과 관련된 인력자원들의 사명감과 자질을 위해 교육이 필요하다.

사 사

This work was supported by Changshin University Research Fund of 2022-076.

참고문헌

- [1] Statistics Korea. 'Population trends for March 2023,' 2023. https://kostat.go.kr/board.es?mid=a10301010000&bid=204&tag=&act=view&list_no=425689&ref_bid=203,204,205,206,207,210,211,11109,11113,11814,213,215,214,11860,11695,216,218,219,220,10820,11815
- [2] Y.J. Yoon. "Grandparents' twilight parenting, to search for the actual situation and support plan," a child-rearing policy Brief, Korea Institute of Child Care and Education. vol.42, pp.1-4. (2015.12.10.) <https://repo.kicce.re.kr/handle/2019.oak/4045>
- [3] H.M. Yoo, Y.J. Bae, & M.J. Kim. "Status and improvement measures of childcare support for children of dual income families," Korea Institute of Child Care and Education. (2014.12.31.) <https://repo.kicce.re.kr/handle/2019.oak/881>
- [4] H.J. Yoo, S. Hong, J.H. Kim, S. Lee, C. Tong, & H.R. Lee. "A Study on child-rearing support policies in accordance with employed women's occupation and employment type," Korean Women's Development Institute. (2015) <https://www.kwdi.re.kr/publications/reportView.do?p=74&idx=114670>
- [5] I.A. Connidis. "Family ties and aging. LA: Pine Forge Press," (2010).

- [6] J.A. Weber. & D. Waldrop. "Grandparents raising grandchildren: Families in transition," *Journal of Gerontological Social Work*, vol.33, no.2, pp.27-4, (2000).
- [7] H.J. Choi. "The impact of types of grandparent caregiving on the inter-generational relationship between grandparents and adult children," *Journal of the Korea Gerontological Society*, vol. 24, no.3, pp.31-49. (2004)
- [8] H.J. Choi. "Comparison of grandmothers' subjective health status, depression, quality of life and conflict with their children depending on whether raising grandchildren or not." *Korean Parent Child Health J* vol.20 no.2, pp.80-87, (2017). http://click.ndsl.kr/servlet/LinkingDetailView?cn=JAKO201708160568023&dbt=JAKO&org_code=O486&site_code=SS1486&service_code=01
- [9] X. Lin & S. Kim. "The economic, physical, psychological status and life satisfaction of elderly consumers according to whether they care for their grandchildren," *Consumer Policy and Education Review*, vol.15, no.1, pp.53-79. (2019). <https://doi.org/10.15790/cope.2019.15.1.053>
- [10] H.O. Park. "Characteristics of grand -parents and the level of physical health and depression according to the continuous form of raising grand- children," *Academic Conference of Korean Society of Gerontological Social Welfare*, pp.487-490, (2017).
- [11] M.Y. Lee. "Mediation effects of social networks on parenting stress of grandparent as a caregiver family," *Doctoral dissertation*, Daegu University. (2008).
- [12] N.Y. Choi. "Effects of Empowerment education program on happiness, interpersonal competence and confidence of elderly people," *APJCRI*. vol.8, no.4, pp.85-94, (2022). <https://doi.org/10.47116/apjcri.2022.04.08>.
- [13] H. Park & J.Y. Kim. "A case study on the application of a chair-based ballet (CBB) program for elderly," *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, vol.20, no.23, pp.53-75. (2020). <https://doi.org/10.22251/jlcci.2020.20.23.53>
- [14] M. E. Pharis, "Age and sex difference in expectations for infants and the parenting among couples in a first pregnancy and among University students," *Doctoral dissertation*, The University of Texas at Austin, (1978)
- [15] H.J. Oh. "Mothers's perception of their normal of high-risk newborn and confidence in newborn case during the early postpartum period," *Master's thesis*, Ewha women University, (2000).
- [16] K.H. Kim, & H.K. Kang. "Development of the Parenting Stress Scale," *Human Ecology Research*, vol.35 no.5, pp. 141-150. (1997).
- [17] I.S. Jang. "A study on the effect that guilt in foster care, separation anxiety and fostering stress influence the fostering attitudes," *Master's thesis*, Hanyang University, (2001).
- [18] O.K. Yang, & Y.S. Kim. "Construction and Validity of Family Relations Scale-Brief Form," *Journal of family relations*, vol.12, no.2, pp.103-129, (2007).
- [19] B.L. Neugarten, R.J. Havighurst, & S.S. Tobin. "The measurement of life satisfaction," *Journal of gerontology*. vol.16, no.2, pp.134-143, (1961).
- [20] C.E. Lee. "A study on the relationship between perception of sex life and life satisfaction in elderly," *Master's thesis*, Hanyang University, (1999).
- [21] H.S. Choi, & Y.H. Shin. "Effects on maternal attachment, parenting stress, and maternal confidence of systematic information for mothers of premature Infants," *Child Health Nursing Research*, vol.19, no.3, pp.207-215, (2013). <http://dx.doi.org/10.4094/chnr.2013.19.3.207>
- [22] H.K. Kwon. & M.K. Kwon, "Effect of discharge education program for mothers of premature infants on maternal role confidence and parenting stress," *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, vol.13, no.1, pp.58-65, (2007).
- [23] K.K. Sink. "Seeking newborn information as a resource for maternal support," *Journal of Perinatal Education*. vol.18, no.3, pp.30-38. 2009. <http://dx.doi.org/10.1624/105812409X461207>.

- [24] M. Park, & K. Park. "Effects of a Reinforcement Program for Postpartum Care Behavioral Skills of Couples with Their First Baby," *Korean Academy of Nursing*, vol.49 no.2, pp.137-148, (219). <https://doi.org/10.4040/jkan.2019.49.2.137>
- [25] K.D. Choi. & T. An. "Impacts of grandchildren caregiving on the health of grandparents: an instrumental variable approach," *The Korean Journal of Health Economics and Policy*, vol.22, no.3, pp.99-128, (2016).
- [26] Y.A. Lee. & E.R. Bang. "A comparative analysis of qualitative research on experience of grandchild rearing between grandfamily and custodial grandparents in Korean Journal since 2000," *Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues*, vol.24, no.3, pp.491~518. (2018). <http://dx.doi.org/10.20406/kjcs.2018.8.24.3.491>
- [27] H. Jun, K. Cho, M.K. Park, S.H. Han, & J.I. Wassel. "Longitudinal study of the effect of the transition to a grandparenting role on depression and life-satisfaction," *Journal of the Korea Gerontological Society*, vol.33, no.3. pp.515-536, (2013).
- [28] Y.J. Lee, M.K. Kwon, S.J. Kim. "A Study of Grandparents Raising Young Grandchildren and Support System," *Korea Institute of Child Care and Education*. (2015). <https://repo.kicce.re.kr/handle/2019.oak/783>
- [29] S.E. Na. "Men's care involvement and the construction of equal parenting between genders: focusing on the experience of parental leave." *Feminism Study*. vol.14, no.2, pp.71-112, (2014).

(접수: 2024.01.10. 수정: 2024.01.22. 게재확장: 2024.01.29.)