

P.E.T.와 현실요법을 접목한 부모교육 프로그램이 부모의 의사소통기술과 양육태도에 미치는 영향

김현자*

요약

본 연구의 목적은 부모역할훈련(P.E.T.)과 현실요법의 상담이론을 접목하여 설계한 부모교육프로그램이 부모양육 태도와 의사소통에 어떠한 변화를 가져오는가를 살펴보고자 하였다. 구체적으로 본 연구는 G시에 속한 D 문화센터에서 부모교육 프로그램에 참가한 부모 18명을 대상으로 12주에 걸쳐 주 1회 3시간씩 총 36시간 동안 부모교육 프로그램을 실시하였다. 부모교육 프로그램에 참가한 부모의 의사소통과 양육태도에 대한 변화와 효과를 알아보기 위해 이 문화센터에서 같은 시간에 독서모임을 시작한 부모 18명을 대상으로 통제집단을 설정하였고 사전 사후 검사를 실시하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다. 부모교육을 받은 실험집단의 부모들은 통제집단에 비하여 의사소통 기술은 부모교육을 받고 난 후 유의미하게 향상되었다. 양육태도에 대한 결과를 보면 통제집단에 비하여 통제적 양육태도와 모순불일치 양육태도는 유의미하게 감소하였으며 반대로 애정적 양육태도는 유의미하게 향상되었다.

. 본 연구는 실험집단이 매우 소수인 관계로 일반화 하기는 어려우나 P.E.T의 의사소통기술과 현실요법적인 상담기법을 접목한 부모교육의 중요성과 필요성에 대한 또 하나의 근거를 제공함으로써 부모 자녀간의 관계를 유지하고 개선해 나아가기 위하여 앞으로 다양한 부모교육프로그램이 제공되기를 기대하며 부모교육이 앞으로 복지관 등 다양한 곳에서 좀 더 보편적으로 확산되기를 기대한다.

주제어 : 부모교육, 부모양육태도, 부모역할훈련, 의사소통, 현실요법

논문제출일 : 2007. 10. 05.

최종심사일 : 2007. 12. 03.

* 영남대학교 미술치료 박사과정 수료

Corresponding Author : Kim, Hyon-Ja, Dept. of YoungNam University, 214-1, Dae-dong, kungsan-si, Korea, 712-749. E-mail : khyonny@hanmail.net

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

부모역할은 누구든지 손쉽게 해낼 수 있는 일로 생각하기 쉽다. 그 동안 우리사회에서 부모역할은 소홀하게 취급되어 왔다. 최근에는 부모교육과 역할의 중요성과 필요성에 대하여 차츰 인식되어지고 있다. 우리사회의 미래가 우리 자녀들에게 달려있다면 미래를 여는 열쇠는 일차적으로 부모나 교사들에게 주어져있다는 인식이 확산되면서 부모역할을 위한 교육이 많은 지지를 받으며 일반화 되어가고 있다.(이복순, 2004).

Tomas Gordon(1970)은 이해받고 사랑받는 아이는 바람직한 학생이 되고 책임감 있고 독립적인 성인으로 성장한다고 하였다. 자녀들에게 부모는 최초로 접하는 교육자이며, 자녀들이 부모와의 관계에서 체험하게 되는 교육적 정서적 관계는 자녀의 장래에 커다란 영향을 미치게 된다.(윤희영, 2006). 그러므로 부모는 풍부하고 적절한 양육 환경을 제공할 수 있는 부모교육이 절실히 필요하다. 부모교육의 필요성에 관하여 김인자(2000)는 어린 유아들에게 활용할 수 있는 여러 가지 원리와 기법, 사전 연습과 가정에서의 실천, 평가와 경험나누기 등의 부모교육 프로그램이 구성되어, 부모들에게 지속적인 참여수업이 이루어 질 수 있어야 한다고 하였다. 또한 부모교육은 자녀 양육태도에 대한 소양을 키우고 이를 바탕으로 자녀와의 상호작용에서 나타나는 변화에 대해 부모자신이 효율성을 인식하는 것이 중요하다고 하였다.

그러나 많은 부모들이 자녀를 잘 키워 보겠다는 강한 욕구를 지녔음에도 불구하고 대부분의 부모들은 자녀와의 대화과정에서 적절한 지식과 대화 기술의 부족으로 인하여 어떠한 문제에 접하면 해결방법을 찾지 못하고 초반의 의사소통에서부터 갈등과 문제를 일으키게 된다. 이 때문에 자녀와의 관계가 악화되는 경우가 많다. 부모와 자녀간의 바람직한 관계야말로 자녀의 성장과 발달을 돕는데 필수적이며 부모의 역할에 대한 교육이야말로 현대 사회에서 빼놓을 수 없는 중요한 과제라 하겠다. 부모의 양육태도는 다양하지만 자녀를 효율적으로 양육하는 과정에서 무엇보다도 중요한 것은 자녀와의 효율적인 의사소통이라 하였다.(연미희 · 김진숙, 2002)

둘째로 현대의 많은 부모들은 보호자의 역할 뿐 아니라 상담자 역할도 동시에 하여야 한다고 한다.(김인자, 2000) 현실요법에서 W.Glasser(1965)에 의하면 사람은 자신의 욕구를 충족시키기 위하여 어떤 행동을 선택하는데 그것은 나름대로 그 순간 최선의 선택이라는 것이다 의사소통기

술과 함께 좀 더 나은 최선의 선택을 할 수 있도록 상담자로서의 부모교육을 실시한다면 양육태도에 매우 긍정적인 영향을 미칠 것이다. 따라서 부모교육을 통하여 의사소통의 기술을 잘 활용하고 부모자신의 욕구를 충족시키면서 자녀의 욕구를 방해하지 않고 관계를 맺을 수 있는 현실요법의 선택이론을 접목한 부모교육 프로그램이 필요하다 하겠다. 이를 위하여 본 연구자는 T. Gorden(1970)의 부모역할 훈련 지침서를 중심으로 의사소통 기술 등 부모교육 프로그램을 기초로 하고 W. Glasser(1998)의 현실요법의 이론적 배경인 선택이론을 적용하여 W.D.E.P. 상담기법과 구체적인 계획을 세워 활동하기 등을 접목하여 부모교육 프로그램을 구성하였다. 이 프로그램의 효과성을 검증하고자 G시에 있는 문화센터에서 부모교육을 실시하고 의사소통기술과 양육태도에 영향을 미치는지를 알아보려고 하였다.

2. 연구문제

1) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모의 양육태도에 영향을 미치는가?

- (1) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모의 애정적 태도에 영향을 미치는가?
- (2) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모의 통제적 태도에 영향을 미치는가?
- (3) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모의 모순-불일치 태도에 영향을 미치는가?
- (4) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모의 억제적 태도에 영향을 미치는가?

2) 실험집단의 부모교육이 통제집단에 비하여 부모-자녀의 의사소통 수준에 영향을 미치는가?

II. 이론적 배경

1. 부모역할과 부모교육의 필요성

부모역할이란 자녀를 관리, 육아하고 부모 자녀간의 대화를 비롯한 자녀지도에 포함되는 모든 반응활동, 기술을 총 망라한 것으로 규정하고 있다(이복순, 2004 재인용).

인간은 생물학적 개체로 태어나 부모와 최초로 상호 작용을 시작하여 부모로부터 사랑과 권위를 경험하고 행동을 모방하며, 자녀교육에 대한 부모들이 가진 가치관, 태도 및 행동은 부모와 자녀간의 인간관계 및 상호작용 패턴 형성에 핵심요인으로 작용하고 그들의 가치관을 내면화하기 때문에 부모는 자녀의 사회화에 결정적인 역할을 하게 된다.

이렇듯 자녀에 대한 부모의 역할이 무척 중요함에도 불구하고 실제로 많은 부모들은 결혼하여 아이를 출산함으로써 저절로 부모가 되는 것으로 생각하고, 부모 되는 역할의 필요성을 인식하지 못한 채 부모가 되며, 그들의 부모가 그랬듯이 시행착오를 통해서 부모역할을 배워간다.

Tomas Gordon.(1976)에 의하면 부모역할에 대한 준비와 부모가 지닌 교육관에 따라 자녀들에게 기대하는 바는 달라지며, 부모의 기대감이 달라짐에 따라 자녀들의 자아발달은 달라진다고 하였다. 그러므로 부모교육은 자녀들을 올바르게 지도하기 위해서는 반드시 거쳐야 할 부모들의 의무라고 하여도 과언이 아닐 것이다. 부모교육은 자녀를 가진 부모들에게도 매우 중요하지만 앞으로 부모가 될 예비부부들도 부모교육은 필수적이라 할 수 있다. 자녀의 인성 차이는 부모의 양육태도가 각기 다르기 때문이며, 자녀들의 모든 행동은 유아기에 어떻게 키워졌느냐 하는 부모 양육방법의 결과에서 비롯된다. 인간다운 삶을 영위하기 위하여 부모교육과 훈련의 필요성이 절실 할 뿐만 아니라 부모교육을 통해 나타나는 실제 효과는 비단 자녀들이나 부모에게만 있는 것이 아니다. 이러한 효과는 기본적으로 자녀들을 통하여 나타나는 효과와 부모님을 통하여 나타나는 효과 및 대상 자녀들의 형제자매에게 나타나는 수직적 파급효과를 들 수 있다. 그리고 이러한 파급효과는 자녀들의 주변에 있는 친구, 이웃, 지역사회에 까지 수평적 파급효과를 기대할 수 있으므로 부모교육의 참여는 결국 가족은 물론 사회와 국가에까지 큰 이익을 주는 것이라고 할 수 있다.

이복순(2004)은 “부모교육이 세 가지 영역에서 부모들에게 효과적이다.”라고 주장하고 있다. 첫째 부모와 자녀간의 유대관계를 돈독히 하도록 돕는다. 둘째 자녀가 독립할 수 있도록 자녀들

의 기본자질들을 길러 줄 수 있다. 셋째 예방 활동과정에서 부모가 할 수 있는 역할을 수행하여 자녀의 자각을 일깨우고 위험으로부터 지켜줄 수 있다고 하였다.

오늘날의 부모들은 부모교육을 통하여 자녀들이 인생에서 다가오는 도전에 용감하게 대처할 수 있도록 하며 좋은 인간관계를 맺도록 도움을 줄 수 있다. 그러므로 부모들이 교육에 기꺼이 참여할 수 있는 방법의 모색과 함께 부모교육을 효율적으로 할 수 있는 프로그램의 개발이 절실하다고 하겠다.

2. 부모역할 훈련(P.E.T.: Parent Effectiveness Training)

1970년대 이후 미국이나 유럽을 중심으로 개발된 적극적인 부모참여 프로그램을 우리나라에 적용하고자 하는 시도가 증가하였다. 이러한 프로그램의 대표적인 예로서는 P.E.T(Parent Effectiveness Training; 김인자역, 1992), A.P.T(Active Parenting Today; 홍경자역, 1995), STEP(Systematic Training for Effective Parenting), 그리고 Adler의 이론을 기초로 한 SPT(Smile Parent Training) 등이 있다(문성혜, 2002; 장운원, 2000).

또한 한국에서 개발된 부모교육 프로그램으로는 한국청소년상담원에서 개발된 자녀의 힘을 북돋우는 부모교육(Empowering Parent Training : ETP, 1993)과 한국지역사회 교육협의회가 개발한 부모에게 약이 되는 대화기법 프로그램 등이 있다(연미희·김진숙 2002). 그러나 이러한 프로그램이 대부분이 번역한 그대로 적용되기 때문에 프로그램의 목표, 내용, 실시방법 등이 어려운 부분이 많아 우리나라 부모들에게 적절하게 활용할 수 있는 프로그램이 미흡한 실정이다(문성혜, 2002; 장운원, 2000).

본 연구에서 실시하고자 하는 효과적인 부모역할훈련(P.E.T.)은 여러 가지 이론을 두루 접목시킨 것으로서 특정한 이론을 모태로 하고 있지는 않다. 일부는 1950년대 초 Rogers(1951)가 창안한 인간 중심 치료 기법에 근거하고 있으며, 이것은 상담자가 내담자에게 무조건적 수용과 이해를 배움으로서 내담자 스스로가 감정을 정리하고 문제 해결의 책임자로 나서고 상담자는 배후에서 이것을 도와준다는 이론이다. 또한 Dewey(1949)가 제안한 문제 해결을 위한 과학적 절차와 단계, 회의 진행 방식에도 영향을 받았고, Ivey(1968)의 의사소통기법, Carkhuff(1969)의 조력 기술 등으로부터도 영향을 받았다.(Gorden, 1970)

대다수 프로그램들이 자녀를 초점으로 하여 자녀의 행동을 변화시키려 노력하는 것과는 달리

Gordon(1970)은 부모가 먼저 변화함으로 자녀의 행동을 자연스럽게 고치려는 이론을 중심으로 부모역할훈련(P.E.T.)이 부모들에게 모호하고 추상적인 충고보다는 실생활에서 자녀들을 구체적으로 어떻게 대해야 하는지 자녀들을 대하는 세부적인 기술과 효율적인 방법을 제공했다는 점을 들 수 있다. 따라서 명확하고 효율적인 의사소통과 원만한 이해관계 증진을 목적으로 함과 동시에, 부모와 자녀가 상호 협력 관계를 유지할 수 있는 의사소통기술, 자녀와의 가치대립을 해결하는 기술 방법을 단계적으로 제시하고 있는 효율적인 부모역할훈련(P.E.T.)을 통하여 양육태도와 의사소통에서 좀 더 효율적인 부모의 역할을 할 수 있도록 돕고자 하였다.

3. 현실요법

1965년에 미국의 정신과 의사였던 William Glasser는 개인의 존엄성과 잠재 가능성에 대한 믿음을 도입하고 개인이 스스로의 삶의 방향을 선택할 수 있다는 사실을 삶의 지혜로 받아들였다. 현실요법은 내담자의 현재 행동에 초점을 두고, 그 행동이 내담자가 원하는 것을 얻을 수 있는지를 살피는 상담방법이다. 이 치료법은 우리들의 행동, 특히 활동과 사고를 효과적이든 아니든, 선택하는 책임이 우리에게 있다는 것을 강조한다.

선택이론에서 W. Glasser(1986)는 “인간은 자신의 욕구를 충족하기 위하여 행동을 선택한다.”고 하였다. 인간의 기본욕구에는 생존의 욕구, 사랑 소속의 욕구, 성취의 욕구, 자유의 욕구, 그리고 즐거움의 욕구, 이렇게 다섯 가지 기본욕구로 나눌 수가 있는데 그 중 하나 혹은 그 이상의 욕구를 충족시키기 위해 행동한다는 것이다. 우리가 책임지는 행동을 효과적으로 선택하는 것을 배운다면, 즉 실질적인 면에서 우리의 욕구를 충족시키는 한편 다른 사람들의 욕구를 방해하지 않으면서, 행복하고 건강하게 느낄 수 있는 욕구 충족 행동을 찾아야 한다는 것이다. 동시에 그 방법이 다른 사람들의 욕구도 충족된다면, 우리들은 행복하고 건강하게 우리들의 삶을 영위한다는 사고에 근거하고 있다. 즉 우리가 할 수 있는 일은 스스로 선택하여 행동하는 것이며, 우리는 다섯 가지 욕구를 충족시키기 위해 행동한다는 것이다.

현실요법에서 상담자는 지지적인 환경을 만들어야 하며, 그 안에서 내담자들이 삶을 변화하도록 해야 한다. 상담자는 친절하며 내담자의 이야기를 경청해야 한다. 내담자의 상황에 압도당하지 않고 내담자의 욕구를 충족시키기 위한 보다 효과적인 방법을 모색해내는데 도움을 줄 수 있는 사람으로 내담자에게 보이는 것이 중요하다. 현실요법에서 행동변화를 이끄는 구체적인 상담

절차는 WANT탐색, DOING탐색, EVALUATION, PLAN짜기의 순서로 이끌어 나간다. 계획하기 단계에서는 활동하기에 초점을 두고 Plan을 세우도록 하며 실현가능한 것을 선택하도록 하여야 한다고 하였다.

이러한 이론을 바탕으로 하여 부모교육을 받은 부모가 자녀에게 상담자의 역할을 할 수 있도록 부모교육프로그램을 계획하여 양육에 도움을 주고자 하였다.

4. 부모 양육태도

양육태도란 부모가 자녀를 양육하는 데 있어서 자녀에 대한 어떤 생각과 감정을 가지고 가르치는 행위 모두를 말한다(공병진, 1992). 또한 양육태도를 부모 또는 양육자가 자녀나 아동을 교육함에 있어서 나타나는 모든 태도와 행동이라고 정의하였다(함정숙, 1981). 최근 많은 심리학자들은 인간의 성장 발달에 있어서 유아기 경험의 중요성과, 유아기의 경험 중에서도 가정 내에서의 경험과 부모와의 관계 경험의 중요성을 제시 하고 있다. 유아는 출생 후 가정에서 대부분의 시간을 보내게 되므로 이 시기에 유아는 가정환경으로부터 가장 큰 영향을 받게 되며, 가정환경 중에서도 가장 중요한 요소는 부모로부터 받는 영향이다. 왜냐하면 부모는 유아에게 있어 최초의 경험대상이며 사회의 일원으로서 성장하도록 하는데 중요한 역할 담당자이기 때문이다. 또한 부모의 양육태도가 아동의 정서적 및 사회성 발달에 중요한 요인으로 작용됨을 알 수 있으며 아동기뿐 아니라 청년기에도 부모와의 관계는 지속되므로 부모의 양육태도는 청년기의 성격유형과 적응에도 영향을 미칠 것으로 보인다.

양육태도는 여러 가지 환경적 요인들이 복합적으로 작용하여 결정되므로 여러 학자에 따라 다양하게 정의되고 서로 다른 유형으로 구분되고 있다.

Schaefer(1959)는 신생아기부터 초기 청년기에 이르는 동안의 아동의 발달과 정상적인 부모의 양육태도를 30여 년 동안 해온 종적 연구에서 부모의 양육태도를 애정-적대 축과 자율-통제 두 차원으로 분류하고 그 두 축을 기초로 하여 애정적-자율적 태도, 애정적-통제적 태도, 거부적-자율적 태도, 거부적-통제적 태도로 나눈 후 자녀양육에 관련된 각종 태도 변인들 간의 상관관계를 고려하여 가설적 모형을 제시하였으며 이러한 분류는 많은 학자들의 지지를 받았다(이원영, 1983, 재인용). 이외영(2002)은 Schaefer의 모형을 근거로 한 이원영(1983)의 이론과 오기선(1968)이 분류한 양육태도 이론을 적용하여 부모양육태도를 애정적 태도, 통제적 태도, 모순 불일치 태

도도, 익애적 태도로 분류하였다.

5. 부모-자녀 간의 의사소통

유정희(2005)는 의사소통이란 인간의 감정, 느낌, 태도, 생각 등의 메시지를 언어적, 비언어적 수단을 통하여 상호간에 영향을 주는 매개체로서 대인관계의 순환적인 과정 및 행동이라고 정의하였다. 의사소통은 모든 언어적(verbal language)의사소통과 비언어적 의사소통(non-verbal language)을 포함한다. 의사소통을 이야기할 때 우리는 언어적 의사소통만을 생각하기 쉽다. 그러나 우리가 이야기하지 않을 때에도 침묵에 의해 의사소통 할 수 있기 때문에 비언어적 의사소통은 대인관계에서 중요한 역할을 한다. 앉아 있는 자세, 머리를 기울이는 방식, 얼굴표정, 타인과의 물리적 거리 등을 사용하여 우리는 타인과 의사소통을 한다.

Gordon(1975)은 부모-자녀 간에 효과적인 의사소통이 이루어지지 못하고 갈등이 생기는 것은 대부분의 부모들이 장애적인 언어 표현을 많이 하고 과거 답습식 자녀 양육 방법과 성인 중심적 인간관으로 자녀를 대하기 때문이라고 하였다. 따라서 부모-자녀 상호간 의사소통에 공통적인 이해가 이루어지도록 하려면 부모가 자녀를 독립적인 인격체로 존중하면서 개방적이고 지지적인 의사소통을 하도록 노력을 해야 한다고 하였다.

과거에는 가족에 있어서 의사소통에 대한 필요성이 중대한 의미를 갖지 못하였으나 사회가 점차 복잡해지고 급변하는 현대에 들어와서는 가족 구성원의 안정을 위한 가정의 기능이 강조되고 있으며 이를 위한 의사소통의 기능이 더욱 강조되고 있다. 부모-자녀간의 상호이해를 통한 적응을 위하여 무엇보다도 중요한 것은 의사소통이라고 생각한다. 왜냐하면 의사소통은 상호간에 문제를 파악하여 해결할 수 있게 하는 의사결정의 가능성뿐만 아니라 상호간의 친밀감을 증가시키는 등이 심리적 정서적 상태에 대한 영향력도 가지고 있어서 부모자녀간의 갈등을 최소화 할 수 있기 때문이다.

6. 선행연구의 고찰

1) 부모교육과 양육태도에 대한 선행연구

부모역할 프로그램과 양육태도에 관련한 연구를 살펴보면 Gordon은 PET 프로그램에 참여한 부모들이 부모역할에 자신감을 갖게 되고, 자아존중감이 향상되었으며, 자녀를 수용하게 되고, 자녀를 신뢰하게 되고, 독재적 태도 및 행동이 감소되었으며, 전체적인 부모의 태도 및 자녀양육 행동이 긍정적으로 향상되었다고 하였다(김인자, 1992, 재인용). Watkins(1990)의 연구는 학교의 공동체 활동 영역에서 흑인집단에 대한 인식을 변화시키고자 시도되었다. 연구결과 프로그램에 참가했던 22명의 결과는 아동들에 대한 부모들의 태도가 개선되었음이 보고되었다. 연구결과들은 부모의 애정적-자율적 태도가 유아의 사회화에 긍정적인 영향을 미치는 권할만한 바람직한 양육태도임을 뒷받침한다. 한국의 연구논문으로 류지후(1996)는 효율적인 부모역할훈련(P.E.T.)은 어머니의 양육태도를 보다 수용적이고 민주적인 방향으로 변화시키고 어머니들이 자녀의 행동을 긍정적으로 지각하도록 하는 데 효과가 있다고 하였다. 이혜란(1997)은 효율적인 부모역할훈련(P.E.T.)으로 인해 자녀가 지각하는 어머니의 양육행동이 긍정적이었다고 하였다. . 김정원(1998)은 총체적 부모교육 프로그램 실시 후 프로그램 참여 후 평가대상의 양육태도와 양육행동이 긍정적인 효과를 미친다고 보고하였다. 여혜련(2003)은 부모양육태도에 있어서의 효율적이 부모역할훈련(P.E.T.)을 한 실험집단은 효율적인 부모역할훈련을 하지 않은 통제집단의 어머니들 보다 애정적 양육태도에서 높은 점수를 보였으며 모순불일치 양육태도와 익애적 양육태도에서는 통제집단 보다 훨씬 낮은 점수를 보였다. 강명희(2003)가정통신을 활용한 부모역할훈련의 실시결과 부모의 양육태도에 있어 긍정적인 변화가 있었음을 보고하고 있다.

그리고 현실요법과 양육태도에 관한 논문은 매우 적는데 김영순(1999)은 현실요법 부모집단상담 프로그램을 개발하여 그 효과를 검증하였고 전정금(2002)은 현실요법 집단 상담이 부모의 양육태도에 영향을 미치고 있음을 발표하였다.

그러나 연미희(1994)는 PET 프로그램이 어머니의 양육태도 및 의사소통기술에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 사전, 사후검사를 한 결과, PET가 어머니의 양육태도를 변화시키는 데는 효과가 없었다고 하였다. 그리고 이혜란(1997)은 유치원에 자녀를 보내고 있는 어머니를 대상으로 PET를 통해 어머니의 의사소통 유형, 양육태도 그리고 자녀의 문제행동이 변화했는지를 알아본 결과, PET가 어머니의 양육태도와 자녀의 문제행동에는 유의한 변화를 가져오지는 못했다는 연

구결과를 발표하기도 하였다.

그러나 이상의 선행연구들을 종합해보면 부모의 양육태도는 자녀의 인성과 행동발달에 지대한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 따라서 부모교육을 통하여 바람직한 양육태도에 관한 지식과 기술을 익혀서 적극적이고 효과적인 부모역할을 수행할 필요가 있는 부모교육의 효과에 대한 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

2) 부모교육과 의사소통에 대한 선행연구

부모교육 프로그램과 의사소통에 대한 연구들을 살펴보면, Gordon(1975)은 자녀에게 문제가 발생하였을 때 나-전달법을 사용한 개인지향형의 의사소통 방법을 사용함으로써 부모-자녀 간의 관계가 개방적이고 효율적인 관계를 유지할 수 있다고 하였고, 여혜련(2003)의 연구에서 언어통제유형에 있어서도 효율적인 부모역할훈련을 한 실험집단은 효율적인 부모역할훈련(P.E.T.)을 하지 않은 통제집단의 어머니들보다 개인 지향적 언어통제의 점수가 높은 반면 명령 지향적 언어통제유형과 지위 지향적 언어통제유형 점수는 훨씬 낮아져 긍정적인 결과를 나타냈다.

윤혜영(2005)의 연구에서 부모역할훈련의 실시하기 이전과 이후의 의사소통의 차이를 알아보았다. 그 결과, P.E.T. 부모교육에 참가한 후 부모의 의사소통은 반영적 경청 기술 및 나-전달법이 증진되었다. 또한, 부모역할훈련은 프로그램 실시 후 통제집단에 비해 실험집단 어머니의 의사소통 및 심리적 자세가 향상되었다. 김계순(2007)는 자녀의 행동에 대해 칭찬이나 긍정적 강화보다 일관되게 부정적인 반응만을 보인다면 자녀는 자연스럽게 부저절감과 열등감을 가지게 되고, 또 자녀의 이야기를 들어주지 않는 것이 지속될 경우 자녀는 자되어 비행과도 연결 된다고 발표하였다. 이들 연구를 종합하여 볼 때 부모역할 프로그램은 어머니의 의사소통기술에 긍정적인 영향을 미칠 것으로 기대된다. 위에서 살펴 본 연구 문헌들의 결과를 정리하여 보면, 부모역할훈련이 부모들에게 중요한 변화를 유발시키는 프로그램이며, P.E.T.에서 배운 기술들을 차후에 자녀들에게 긍정적인 효과를 나타낸다는 사실을 알 수 있다. 그러나 대부분의 연구가 설문지를 이용한 어머니의 자기보고식 조사로 진행되었으며, 어머니의 행동을 관찰함으로써 실제로 의사소통기술이 향상되었는지를 알아본 연구는 드물다. 비록 Dibrek(1979)의 연구에서 질문지와 실험실 관찰을 병행하여 조사한 결과, 어머니의 공감기술이 일관성 있게 향상된 것으로 보고되었지만 이를 통해 태도와 행동 간의 관련성이 있다는 통찰력은 가질 수 있으나 단정적으로 결론을 내리기는 어렵다.

이처럼 부모-자녀간의 대화의 중요성을 여러 측면에서 검증하고 있는 실정이며, 따라서 부모 교육을 통해서 부모-자녀 간에 민주적인 대화방식으로 자유롭게 대화를 주고받을 수 있는 지식과 부모역할을 익힐 수 있는 다양한 부모교육프로그램 개발과 연구가 필요하다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자들은 경기도 G시에 거주하는 부모님 중 어머니 18명을 대상으로 실험집단과 통제집단을 구분하였다. 통제집단은 G시 같은 D 문화센터의 같은 시간에 독서모임에서 활동하고 있는 부모님 18명을 대상으로 하였으며 설문지 회수율은 100%이다.

실험집단은 G시 D 문화센터에서 부모교육 프로그램을 진행하는 12주 동안 실시하였다. 끝까지 함께하지 못한 2명을 제외한 18명을 실험집단의 대상으로 연구를 하였다. 연구대상 어머니들의 연령분포, 학력, 각 가정의 배경 변인에 대한 일반적 특성을 살펴보면 <표 1>과 같다. 일반적 특성을 실험집단과 통제집단으로 나누어 보면 부모교육을 받은 경험을 가진 분은 각 2명과 3명 이었다. 연령은 두 집단 모두 31-40세가 15명과 13명으로 대부분 이었다. 학력은 고졸과 대졸 학력이 94.3%와 94.4%로 비슷한 분포를 이루고 있었다. 자녀의 수는 두 집단 모두 3명이하이며 1명이하인 경우가 4명(22.2%)과 5명(27.7%) 이었고 2명의 자녀인 경우가 12명(66.7%)과 10명(55.6%)이고 3명 이상의 자녀를 둔 부모가 2명(11.1%)과 3명(16.7%)으로 비슷하였다. 또한 두 집단 모두 대부분이 83.3%와 72.2%로 유아이거나 초등학교에 다니고 있었다.

<표 1> 대상자들의 일반적 특성

구분	실험집단(18)			통제집단(18)	
	내용	인원(명)	백분율(%)	인원(명)	백분율(%)
부모교육을 받은 경험	유	2	11.1	3	16.6
	무	16	88.9	15	83.3
대상자 연령	30세 이하	1	5.6	2	11.1
	31~40세	15	83.3	13	72.2
	41세 이상	2	11.1	3	16.6
대상자 학력	고졸	8	44.4	7	38.8
	대졸	9	49.9	10	55.6
	대학원	1	5.6	1	5.6
자녀의 수	1명 이하	4	22.2	5	27.7
	2명	12	66.7	10	55.6
	3명 이상	2	11.1	3	16.6
첫째 자녀의 연령	7세 미만	5	27.7	3	16.6
	7~10세	10	55.6	10	55.6
	11세 이상	3	16.6	5	27.7

2. 측정도구

1) 부모 양육태도 척도

부모의 양육태도의 측정도구는 이원영(1983)이 번안한 Schaefer(1959)의 MBRI(Maternal Behavior Research Instrument)와 오기선(1968)의 부모용 부모자녀 관계 진단 검사지를 참고하여 제작한 김영숙(1989)이 제작한 부모용 질문지를 사용하였다.

본 연구에 사용 계획인 측정도구에서는 부모의 양육태도 검사요인을 애정적 태도, 통제적 태도, 익애적 태도, 모순불일치 태도의 4개 변인으로 분류 하였으며, 애정적 태도 10문항, 통제적 태도 8문항, 익애적 태도 10문항, 모순불일치 태도 9문항으로 총 37문항으로 구성되어 있다.

문항별 반응 양식은 Likert식 5점 척도로 되어 있으며, 본 연구를 통해 밝혀진 어머니의 양육태도에 대한 척도의 신뢰도(Cronbach α)는 다음과 같다. 사전검사에서는 애정적: .87, 통제적: .70, 모순불일치: .74, 익애적: .86이며, 사후 검사에서는 애정: .87, 통제적: .80, 익애적: .85이었다. 어머니의 양육태도 측정을 위한 하위요인별 문항 번호는 <표 2>과 같다.

<표 2> 부모 양육태도 측정을 위한 하위요인별 문항번호

하위요인	문항번호
애정적 태도	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
통제적 태도	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18
모순 불일치 태도	19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28
익애적 태도	29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37

2) 부모-자녀 의사소통 검사

본 척도는 Bienvenu가 개발한 부모-자녀 의사소통 척도(Parent-Adolescent communication Inventory Form A와 Form B)를 김지영(1990)이 발안한 것이다. 이 검사는 4점 Likert 척도의 40문항으로 구성되어 있다. 이 검사의 재검사 신뢰도는 .96이고 반분신뢰도와 내적 합치도는 각각 .85, .87이다. 각 문항에 대한 채점은 정적인 26개 문항에 대하여는 “거의 항상 그렇다”에 4점을 주었고 그 외의 14개 문항에는 “거의 그렇지 않다”에 4점을 주므로 정적 및 부적 방향으로 채점하였다. 따라서 개인이 얻은 점수가 높을수록 부모-자녀 간에 지각하는 의사소통의 정도가 높다고 할 수 있다.

3. 실시 절차

실험집단은 2007년 6월 4일~8월 27일까지 매주 월요일 12주 동안 주 3시간씩 부모교육 프로그램을 실시하였다. 부모교육은 본 연구자에 의해 구성된 다음과 같은 프로그램을 기초로 하여 실시되었다. 부모교육 프로그램의 효과 검정을 위한 실험집단과 통제집단에 대한 부모 양육태도

와 부모-자녀 의사소통 설문지를 사용하여 각 각 검사를 실시하였다. 부모교육은 실험집단만 실시하였다. 즉, 연구 절차는 사전 검사, 부모교육 프로그램 실시, 사후 검사의 순으로 진행되었다.

4. 부모교육 프로그램 구성

부모역할 훈련 전문강사이면서 현실요법 슈퍼 바이저인 본 연구자는 부모교육 프로그램을 크게 두 종류로 나누어 의사소통기술과 상담기법을 습득할 수 있도록 하는데 역점을 두었다. 그리하여 1회기에서 8회기 동안 24시간은 T.Gorden의 부모역할 훈련 (P.E.T.: Parents Effective ness Training)에 따라 진행하였고 9회기부터 12회기까지는 현실요법의 선택이론을 기초로 한 상담기법 프로그램을 구성하여 의사소통과 양육태도에 긍정적인 영향을 미칠 수 있도록 다음 <표 3>와 같이 구성하였다.

<표 3> 부모교육의 배경과 회기별 주제와 관련 목표

배경	회기	주제 및 내용	목표
	1	오리엔테이션과 WANT점검: 목표설정하기	교육의 필요성, 아동 발달단계이해 부모의 WANT점검
P E T 과 정	2-4	의사소통기술 : 도움을 주는 대화기술	걸림돌과 반영적의 차이 이해 공감적 대화기술 익히기
	5-6	의사소통기술 : 도움을 청하는 기술	나-전달기법 익히기 다양한 나-전달 습득하기 의사소통기술
	7-8	의사소통기술 : 갈등상황에 대처하는 기술	욕구갈등과 가치갈등의 차이 이해 갈등을 줄이기 위한 대화기법 습득
R T 과 정	9	상담기법 : 욕구와 선택이론	욕구강도이해 현실요법의 선택이론
	10-11	상담기법 : WDEP 질문기법	선택이론에 의한 상담기법 이해와 적용
	12	상담기법 : 실현가능한 계획하기 마무리	선택이론에 의한 상담기법 이해와 적용 실현 가능한 계획세우기

<표 4> 구체적인 부모교육 프로그램 내용

진행 과정	주제	내용	목표
1주	설문지검사 강사 및 참가자소개 부모 교육 필요성 목표 설정하기	가정에서 자녀와의 관계에 효과적으로 대처하기 어려웠던 경험과 앞으로 대처하기 어려우리라고 예상되는 점을 토대로 가족과의 관계에서 이루고 싶은 목표를 설정한다.	부모 교육 필요성 아동발달단계 WANT 점검
2주	문제소유 가리기 의사소통의 걸림돌	목표를 달성하기 위하여 부모가 수용하는 영역과 수용하지 못하는 영역으로 나누어 검토하게 하고 부모의 수용에 대한 이해를 돕는다. (수용/비수용) 의사소통의 12가지 걸림돌이 있음을 인식 한다	의사소통의 걸림 돌 이해하기
3주	도움을 주는 대화기술	걸림돌 경험 나누기. 상대방의 문제일 때 도움을 주는 기술들(소극적인 경청)	공감적인 대화기술 익히기
4주	반영적 경청	경험 나누기 반영적 경청 이론적 배경을 이해하고 실습하기 반영적 경청의 조건과 실수 사례	공감적인 대화기술 익히기
5주	나-전달법 이해	경험 나누기. 반영적 경청과 나-전달법을 활용하여 부모-자녀간의 문제들을 해결해 나가도록 한다. 대화는 쌍방의 의사소통이기 때문에 나의 감정에만 충실해서 나-전달법만 보낼 수 없으므로 나-전달법을 보내면서도 상대가 문제를 소유한 것을 확인하면 즉각적으로 반영적 경청을 해야 함을 배우고 연습을 해본다.	나-전달의 대화 기술 익히기
6주	나-전달의 종류 환경을 재구성하기	경험 나누기. 직면적 나-전달 외에 긍정적 나-전달과 예방적인 나-전달 등을 이해하고 연습 한다. 물리적인 환경을 재구성하여 자녀의 수용할 수 없는 행동을 방지하거나 최소화하기 위한 몇 가지 방법을 제안한다.	나-전달의 대화 기술 익히기 환경 재구성
7주	제3의 방법	경험 나누기. 부모-자녀 사이의 욕구갈등이 생겼을 때는 반영적 경청이나 나-전달법으로 해결이 가능하지 않을 때가 있다. 이러한 경우 일어나는 다양한 기법(제1의 방법과 제2의 방법)들에 대한 경험을 다룬다. 그 경험을 바탕으로 좀 더 나은 제3의 방법이 있음을 알린다.	욕구갈등을 해소 하는 방법 배우기
8주	가치충돌 줄이기	경험 나누기. 가치관이 서로 갈등을 일으킬 때 줄여 나갈 수 있는 여러 가지 방법을 배운다	가치충돌 줄이기

진행 과정	주제	내용	목표
9주	욕구와 양육 태도 와 선택이론 이해하기	욕구와 욕구강도의 이해를 통하여 자녀와의 관계에서 일어나는 다양한 역동에 관한 이해를 돕도록 한다. 현실요법의 선택이론을 이해하도록 돕는다	욕구 이해 선택이론 이해
10주	현실요법과 질문기법	대화기법을 많이 사용하고 경험하게 하였다면 현실요법의 상담기법은 부모가 자녀와의 관계와 의사소통을 향상시킬 수 있는 질문기법이며 이를 통하여 좀 더 나은 부모-자녀의 관계로 향상 될 수 있음을 이해하도록 돕는다.	상담기법 이해 질문기법 연습
11주	W.D.E.P.질문법	현실요법의 상담기법인 질문기법에 관하여 배우고 WANT 질문, DOING질문, 평가질문, 그리고 계획하기 질문법을 실습한다.	W.D.E.P.질문법 익히기
12주	W.D.E.P 역할훈련 설문지 검사	12주간 수업을 총 정리 하는 시간을 갖고 앞으로 자녀와의 관계를 더욱 더 향상시킬 수 있는 방법들에 관하여 서로의 계획들을 함께 이야기 나눈다.	W.D.E.P 훈련 실현가능한 계획 마무리

5. 자료처리

본 연구는 SPSSWIN(12.0)/PC+ 통계분석 패키지를 이용하여 분석하였으며 양육태도의 분석과 부모-자녀 간의 의사소통의 변화를 분석하기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전-사후검사 자료를 요인별로 평균, 표준편차를 구하고, 이들 평균점수는 t검정으로 비교하였다. 그리고 변화에 대한 상관관계도 알아보았다.

IV. 연구결과

1. 부모교육이 부모의 양육태도에 미치는 영향

1) 두 집단 간의 양육태도 동질성 검증

연구결과를 분석하기에 앞서 실험집단과 통제집단의 동질성을 검정하기 위해 독립표본 t-검증을 이용하여 사전검사를 분석하였다. 그 결과, 실험집단과 통제집단은 4가지 유형에서 유의한 차이는 없었다. 따라서 실험집단과 통제집단의 동질성이 검정되었다. 사전검사에서 부모의 양육태도에 대한 평균과 표준편차는 <표 5>와 같다.

<표 5> 부모의 양육태도에 대한 사전검사 점수의 차이 검증

척도명	실험집단(N=18)		통제집단(N=18)		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
부모양육						
애정적	35.05	5.35	36.67	5.43	-1.61	.376
통제적	26.33	4.01	23.83	6.20	2.53	.160
모순불일치적	28.33	5.34	25.61	6.52	2.72	.179
익애적	23.27	4.34	24.78	5.98	0.49	.395

2) 사전-사후 양육태도 변화 분석

실험집단의 양육태도의 변화를 살펴보기 위해서 실시한 4개 하위요인별 양육태도의 사전 및 사후검사 점수를 t-검증을 이용하여 비교 분석하였는데 <표 6>에 제시된 바와 같다.

<표 6> 집단별 애정적 양육태도 사전 사후 검사 비교

애정적 양육태도	사전검사		사후검사		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
실험집단	35.05	5.35	41.83	4.72	-4.03	.000
통제집단	36.67	5.43	42.22	5.09	-3.165	.003

위의 <표 6>을 보면 부모교육 프로그램 참가 후 자녀에 대한 애정적 양육태도가 평균 35.05에서 41.83로 증가한 것으로 나타났다. t 검증결과($t=-4.03$) 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. ($p<.001$). 독서모임도 양육태도에 유의미한 효과가 있음을 알 수 있었다. 즉, 부모교육과 독서모임 모두 애정적인 양육태도를 긍정적으로 변화시키는데 효과가 있음을 의미한다. 그러나 실험집단이 통제집단에 비하여 더 큰 변화를 보이고 있음을 알 수 있었다. 그러므로 독서모임보다는 본 연구자가 구성한 부모교육 프로그램이 애정적 양육태도가 더 향상 된 것으로 보여진다.

그리고 통제적 양육태도에 대한 분석은 <표 7>과 같이 나타났다. 부모교육 프로그램 참가 후 자녀에 대한 통제적 양육태도가 평균 26.33에서 21.94로 감소한 것으로 나타났고 $t=2.87$ 로 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. ($p<.01$). 그러나 독서모임은 통제적 양육태도가 유의미하지 않게 나타나고 있었다. 즉, 부모교육을 실시한 집단은 자녀의 통제가 감소한 반면 독서지도는 유의미한 변화가 나타나지 않았음을 나타내고 있었다. 이는 본 연구자가 실시한 부모교육 프로그램을 통하여 부모는 자녀에게 통제를 유의미하게 줄이면서 애정적인 관계를 향상시킬 수 있었다는 것을 나타내고 있다.

<표 7> 집단별 통제적 양육태도 사전 사후 검사 비교

통제적 양육태도	사전검사		사후검사		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
실험집단	26.33	4.01	21.94	5.10	2.87	.007
통제집단	23.83	6.20	22.33	5.19	.787	.437

<표 8> 모순불일치적 양육태도 사전 사후 검사 비교

모순불일치적 양육태도	사전검사		사후검사		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
실험집단	28.33	5.34	23.89	4.34	2.56	.015
통제집단	25.61	6.52	23.78	5.10	1.048	.302

<표 8>은 부모교육 프로그램 참가 후 자녀에 대한 모순불일치적 양육태도가 평균 28.33에서 23.89로 감소한 것으로 나타났고 $t=2.56$ 으로 통계적으로 유의미한 차이를 보였다($p<.05$). 그러나 독서모임은 모순불일치적 양육태도가 유의미한 변화를 나타내지 않았다. 즉, 본 연구자가 실시한 부모교육을 통해 모순된 양육태도를 줄였음을 나타내고 있다. 이 결과는 PET의 의사소통기술과 현실요법의 상담기법을 통하여 자신의 욕구를 충족시킬 수 있는 선택이론의 개념을 통하여 모순 불일치적 양육태도를 줄이고 있음을 나타내고 있다.

<표 9> 익애적 양육태도 사전 사후 검사 비교

익애적 양육태도	사전검사		사후검사		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
실험집단	23.28	4.34	23.61	4.91	.216	.836
통제집단	24.78	5.98	24.67	6.81	.052	.959

<표 9>에서 부모교육 프로그램 참가 후 자녀에 대한 익애적 양육태도가 평균 23.28에서 23.61로 증가하였으나 유의미하지 않았다 ($p>.05$) 통제집단도 유의미한 변화가 나타나지 않았다.

즉, 부모교육 프로그램이 자녀에 대한 익애적 양육태도를 변화시키지는 않았다고 할 수 있다. 이는 부모교육과 관계없이 대부분의 부모가 자녀에 대하여 익애적인 양육을 하고 있음을 의미한다고 할 수 있을 것이다.

2. 부모교육이 부모-자녀간의 의사소통에 미치는 영향

1) 집단 간 의사소통에 대한 동질성 비교

실험집단과 통제집단이 서로 다르지 않은 집단인지를 확인하기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전검사 점수의 차이를 검정하였다. 실험집단과 통제집단의 동질성을 확인하기 위한 변인들의 사전검사 점수의 t-검정 결과는 <표 10>과 같다.

<표 10> 부모-자녀간의 의사소통에 대한 사전검사 점수의 차이 검증

척도명	실험집단(N=18)		통제집단(N=18)		t	유의율
	평균	표준편차	평균	표준편차		
의사소통기술	128.28	13.13	119.85	13.63	-7.55	.123

실험집단과 통제집단의 프로그램 실시 이전의 의사소통 기술의 t-검정 결과 두 집단 간에는 유의미한 차이가 나타나지 않은바 동일한 집단임을 확인할 수 있다.

2) 사전 사후 의사소통기술 변화에 대한 결과분석

<표 11>은 실험집단과 통제집단의 사전 사후 의사소통기술에 대한 설문지 분석 자료이다.

<표 11> 의사소통기술에 대한 집단 간 사전-사후 평균 및 표준편차

집단	사전검사		사후검사		t	유의도
	평균	표준편차	평균	표준편차		
실험집단	128.28	13.13	147.8889	14.41	-4.268	.000
통제집단	119.85	13.63	130.55	11.49	-3.55	.064

PET와 현실요법적인 상담기법을 접목한 부모교육 프로그램 참여 후, 실험집단의 의사소통기

술을 측정한 결과 실험집단은 유의미하게 향상 되었고($t = -427, p < .001$) 통제집단은 유의미하지 않음을 알 수 있었다. 이는 부모교육 프로그램이 의사소통 기술 향상에 도움이 되었음을 나타내고 있다.

위의 분석결과에서 본 연구자가 실시한 의사소통의 기술과 상담기법을 도입한 부모교육 프로그램은 자녀와의 관계를 향상시킬 수 있는 효율적인 양육태도와 의사소통기술을 습득하는 데 매우 효과적이라고 할 수 있다.

V. 결론 및 제언

부모들이 자녀들과의 갈등을 원만하게 해결할 수 있는 다양한 부모교육이 절실히 필요하다. 원만한 부모자녀의 관계를 위하여 의사소통의 기술은 매우 중요하다고 하였다.(Goeden,1975) 또한 소수의 자녀를 둔 현실에서는 부모가 상담자로서의 역할도 필요한 실정이다.(김인자,2000) 따라서 본 연구자는 의사소통의 기술과 상담기법을 습득 할 수 있는 부모교육 프로그램을 구성하여 부모의 양육태도와 부모-자녀간의 의사소통에 어떠한 영향을 미치는가를 알아보았다. 본 연구에서는 다음과 같은 연구결과를 얻었다.

첫째, 부모 양육태도에 있어서의 부모교육을 한 실험집단은 부모교육을 하지 않은 통제집단의 부모들에 비하여 통제적, 모순불일치 양육태도는 유의미한 감소를 나타내었고, 애정적 양육태도는 두 집단 모두가 유의미한 긍정적인 변화를 가져왔다. 그리고 두 집단 모두 익애적인 양육태도는 변화가 유의미하지 않았다. 이는 자녀를 사랑하는 익애적인 마음은 언제나 변함이 없음을 나타내고 있었다. 본 연구자가 실시한 부모교육 실험집단과 독서모임을 통해 공부하는 통제집단의 부모들 모두, 애정적인 양육태도의 향상에는 도움이 되었음을 알 수 있었다. 그러나 통제적인 양육태도와 모순불일치적인 양육태도에서는 통제집단은 변화가 유의미하지 않았으나 실험집단은 크게 유의미하게 향상되었다는 것은 의사소통의 기술 뿐 만 아니라 현실요법적인 상담기법을 습득함으로써 내적통제 능력이 증가하였고 사고와 행동이 일치하는 양육태도가 증가하였음을 나타내고 있다.

이 결과는 PET 프로그램에 참여한 부모들이 부모역할에 자신감을 갖게 되고, 자녀를 수용하

게 되고, 자녀를 신뢰하게 되고, 독재적 태도 및 행동이 감소되었으며, 전체적인 부모의 태도 및 자녀양육 행동이 긍정적으로 향상되었다고 는 Gorden(김인자, 1992, 재인용)의 연구결과와 일치하며 효율적인 부모역할훈련(P.E.T.)은 어머니의 양육태도를 보다 수용적이고 민주적인 방향으로 변화시키고 어머니들이 자녀의 행동을 긍정적으로 지각하도록 하는 데 효과가 있다고 한 류지후(1996) 등의 연구결과와도 일치하고 있다(이혜란, 1997; 김정원, 1998; 강명희, 2003; 여혜련, 2003) 또한 현실요법 부모집단상담 프로그램이 양육태도에 긍정적인 변화를 나타내었다는 김영순(1999)과 전정금(2002)의 연구 결과와도 일치하고 있다.

둘째, 부모교육을 받은 부모들은 부모-자녀간의 의사소통이 유의미하게 증진된 것으로 나타난 본 연구결과는 자녀에게 문제가 발생하였을 때 나-전달법을 사용한 개인지행형의 의사소통 방법을 사용함으로 부모-자녀 간의 관계가 개방적이고 효율적인 관계를 유지할 수 있다고 한 Gorden(1975)의 선행연구를 비롯하여 PET 부모교육 후 명령 지향적 언어통제유형과 지위 지향적 언어통제유형 점수는 훨씬 낮아져 의사소통기술이 향상되었다는 여혜련(2003) 등의 연구결과와도 일치하고 있다(윤혜영, 2005; 김계순, 2007)

또한 전정금(2002)은 현실요법 부모 집단상담 프로그램을 통하여 의사소통기술이 향상되었다는 연구결과와도 일치하고 있다.

의사소통 기술은 상호 간에 문제를 파악하여 해결할 수 있게 하는 의사결정의 가능성 뿐 만 아니라 상호간의 친밀감을 증가시키는 등 심리적 정서적 상태에 대한 영향력도 가지고 있어서 부모-자녀간의 갈등을 최소화 할 수 있기 때문에 의사소통기술의 향상은 부모-자녀관계를 원만하게 이끌어 갈 뿐만 아니라 효율적인 부모역할을 수행하는데 도움이 되었다고 할 수 있다.

셋째 일반적인 부모교육은 대화기법을 주로 교육하였으나 본 연구자는 상담기법의 도입으로 상담자로서의 부모역할을 습득할 수 있도록 하여 양육태도와 의사소통기술에 대한 이해를 높일 수 있었다

결론적으로 본 연구자가 실시한 PET와 현실요법을 접목한 부모교육은 부모의 양육태도가 긍정적으로 변화되었고, 부모-자녀간의 의사소통이 향상되었으며, 부모-자녀 간의 유대관계가 향상되었다. 따라서 본 연구자가 실시한 부모교육 프로그램은 부모의 양육태도와 의사소통 기술을 향상시켜 가족의 관계를 친밀하게 도모할 수 있다는 결론을 얻었다.

본 연구는 연구자가 직접 연구에 참여하여 연구결과에 영향을 미칠 수 있는 제한 점이 있었다. 그 밖에 연구의 제한점을 살펴보면,

첫째, 각 집단별 피험자 수가 적기 때문에 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다.

둘째, 피험자에 대한 개개인의 가치관, 욕구, 직업, 학력 등을 고려하지 않고 연구가 실시되었으므로 연구결과에 차이가 있을 수 있다.

셋째, 통제집단에 대하여 환경에 대한 영향을 확실하게 통제할 수 없는 한계와 실험집단과의 동질성을 확신하기에는 무리가 있어 보인다.

넷째, 12주간의 부모교육 프로그램을 실시하였으나 추후교육이 이루어지지 않아 변화에 지속적인 변화에 한계가 있을 것으로 사료된다.

그럼에도 불구하고 본 연구결과를 통해 부모교육은 부모들이 적극적인 양육태도와 효율적인 의사소통기법을 익히고 가정에서 적용함으로써 부모-자녀의 관계가 향상 되었다는 결론을 내릴 수 있겠다. 더 나아가 미래의 자녀들에게 민주시민으로서의 자질을 더욱 키워줄 수 있는 부모역할이 이루어지기 위하여 가정과 학교차원에서 지속적이고 실제적인 부모교육이 이루어져야 할 것으로 보고 다음과 같이 몇 가지 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구에서 사용된 부모양육태도 검사, 부모-자녀간의 의사소통에 관한 검사는 실제 상황에서의 관찰이 아닌 설문지로 이루어진 자기 보고식 검사이므로 보고자의 편견을 배제하기 어려운 점이 있다. 따라서 자기 보고식 방법 외에 관찰법, 자녀들의 응답 등 객관적 자료수집에 의한 다양한 방법을 병행해야 할 것이다.

둘째, 프로그램의 효과가 부모님의 참여만으로 자녀에게 미치는 영향은 한계가 있으므로, 모든 가족이 참여 할 수 있는 장도 마련하여 가족 구성원간의 변인도 고려한 역동적인 연구 분석이 있어야 할 것이다.

셋째, 프로그램이 종료된 후 추가적인 모임을 통해 자신을 재점검하는 시간을 가지며 장기간 추후 검사를 실시한다면 더욱 확실하게 효율적인 부모교육 효과의 지속성을 점검해 볼 수 있을 것이다.

넷째, 부모교육과 상담을 병행하는 부모교육 프로그램이 다양하게 개발되고 연구되어야 할 것이다.

다섯째, 예비부모를 비롯하여 모든 부모가 지속적으로 교육에 참여할 수 있도록 하기 위하여 경제적인 문제나 육아문제 등이 복지 정책적으로 뒷받침되어야 한다.

참 고 문 헌

- 공병진(1992). 부모효율성 훈련이 어머니의 양육태도에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학 석사학위논문.
- 김경희(2007). 아동생활지도. 서울: 창지사.
- 김계순(2007). 부모-자녀 간 의사소통이 청소년의 문제행동에 미치는 영향. 수원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성자(2003). 유치원 부모교육 프로그램이 어머니의 자녀양육태도 변화에 미치는 효과. 가톨릭대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김연정(2004). 현실요법 집단 상담이 부모-자녀 간 의사소통에 미치는 효과. 서울교육 대학원 석사학위논문.
- 김영숙(2000). 어머니의 양육태도와 유아의 자기 효능감과의 관계. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영순(1999). 현실요법 집단상담 프로그램 개발과 그 효과. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
- 김인자(2000). 사람의 마음을 여는 기술 8가지. 서울: 사람과 사람.
- 김재연(1992). 부모역할 훈련에서의 자아개념 및 태도변화에 관한 연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김진숙(1993). 예술심리치료의 이론과 실제, 서울: 교육과학사.
- 김혜영(2000). 부모의 양육태도와 유아의 기질이 유아의 문제행동 및 적응에 미치는 영향. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문성혜(2002). 부모-자녀 관계증진을 위한 학교기반 부모교육 프로그램의 개발. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박재희(1997). 십대의 적극적 부모역할 훈련이 비행청소년 가족의 의사소통과 가족기능에 미치는 영향. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 박정자(1998). 적극적 부모역할(APT)훈련이 어머니의 자아존중감과 자녀와의 의사소통에 미치는 영향. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 송성자(2001). 한국문화와 가족치료. 서울: 법문사.
- 안유자(2000). 적극적 부모역할훈련이 부모의 양육태도와 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향. 충남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 연미희·김진숙(2002). 부모교육 이론과 실제. 서울: 동문사.
- 오기선(1965). 어버이와 자녀관계 진단검사 요강. 서울 코리아 테스트센터.
- 오세덕(1995). 부모역할훈련 프로그램과 부모의 자기이해 프로그램의 효과 비교. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 유정희(2005). MBTI 성장프로그램이 어머니의 양육태도와 의사소통에 미치는 영향. 한림대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 윤주영(2000). 현실요법을 바탕으로 한 부모교육프로그램이 내외통제성 증대 및 적극적인 스트레스

- 대처방식에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤혜영(2006). P.E.T. 프로그램이 어머니와 자녀간의 의사소통 증진에 미치는 효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이복순(2004). 자기존중감 및 의사소통중심 적극적 부모역할훈련 프로그램의 효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이영분(1982)) 어머니교육을 통한 부모자녀간의 갈등적 관계개선에 관한 실험연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이외영.(2002). 부모의 양육태도가 유아의 사회적 능력에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이원영(1983). 어머니의 자녀교육관과 양육태도와 유아발달과의 관련성 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이혜란(1997). P.E.T.가 어머니의 부모역할에 대한 인식에 미치는 영향, 연세대학교 대학원 박사학위논문
- 장윤원(2000). 중년기 어머니의 양육 스트레스와 위기감. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 전정금(2002). 현실요법 부모집단 상담이 자녀양육태도와 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향. 한남대학교 지역개발대학원 석사학위논문.
- 함미영(2005). 초등학교 아동이 지각한 부모양육태도와 아동의 우울과의 관계. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 함정숙(1981) 부모의 양육태도에 대한 아동의 지각과 정의적 및 인지적 특성과의 관계. 충북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍경자(1992) 현대의 적극적인 부모역할 훈련. 광주: 한국심리교육 출판부.
- 최경희(1993) 소집단 부모교육 프로그램이 부모의 의사소통과 부모에 대한 자녀의 지각에 미치는 효과. 울산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최미경(1990) 부모교육에 따른 부모의 자녀교육관에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- Becker, W.C(1971). *Consequences of diffrent kinds of parental discipline*. In M.L. Hoffmnan & L.W. Hoffmann(eds), Russell Sage Foundation.
- Dewey, J, & Bentley, A(1949). *Knowing and Known*. Boston, MA: Beacon Press.
- Schaefer(1959) Development of materrial a behavior Reserch instrument. *The Journal of Genetic Psychology*, 95(83-104).
- T. Gordon,(1970). *P.E.T.: Parent Effectiveness Training*. New York: Per H.Wyden.
- T. Gordon & Judith G.S.(1976). *P.E.T. in Action*. New York: Wyden Books. 부모역할 배워지는 것인가. 김인자 역(1998). 서울: 한국심리상담 연구소.
- Glasser, W.(1965). *Reality therapy: A new Approach to psychiatry for practical Action*. New York: Harper. 홍경자 역(1990). 현실요법.
- _____(1985). *Control therapy*. New York: Harper Row Publishers. 당신의 삶은 누가 통제하는가? 김인자 역(1999) 서울: 한국심리상담 연구소.

- _____(1998). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. New York: Harper Row, 156-174.
- _____(2000). *Reality Therapy in action*. New York: Harper Collins.
- Wubbolding, R. E.(1986). Using reality. Harper Row, Publishers Inc, 73-88.
- ____박애선 역(2004). 21세기와 현실요법. 서울: 시그마프레스.

Abstract

The effect of parents education with P.E.T. and Reality Therapy on the changes in parent's attitude of upbringing and communication between parents and children

Kim, Hyon-Ja *

The purpose of this research is to examine the effect of parents education with P.E.T. and Reality Therapy, the changes in parents attitudes of upbringing and communications based on the importance and necessity of parents effectiveness. More specifically, this research was to analyze how the communications with their children were changed after parents took the parent education training and how the diverse methods to guide children were changed and was to examine the effectiveness of the upbringing attitude of parents and communications with children and the extent that parents perceive this effectiveness.

This research executed a parent education program with 18 parents that participated in the parent education program in D culture center of G city for 36 hours in total, 3 hours per day for 12 weeks and pre-tests and post-tests were performed to examine the changes in the upbringing attitudes of the parents that had participated in the parents education program and the methods of communications with their children.

The result of this research is as follows. Through the efficient parents education, statistical upbringing attitudes and inconsistent upbringing attitudes were decreased and on the other hand, affective upbringing attitudes were increased. Also, the communication skills of the parents were enhanced after taking the parents education and the parents brought in quite positive changes in the relations with their children and the ties between family members were revealed to have been enhanced. Therefore, parent education can be considered to be a parent role program that is efficient to enhance smooth relations with children and it can be utilized as the guidelines to maintain and improve the relations between parents and children by providing the basis to interpret all situations that parents would face in daily life.

Key Words : parent education, parent's attitude of upbringing, P.E.T.(Parents Effectiveness Training), Reality Therapy

* Candidate for the ph. D. of Yongnam University

