

성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램

A family life education program for caregiving families

경희대학교 아동·주거학과

강사 홍숙자

중앙대학교 가정교육학과

조교수 이형실

성신여자대학교 가정관리학과

강사 전길양

Dept. of Housing, child & Family Studies, Kyung Hee Univ.

Lecturer : Sook Ja Hong

Dept. of Home Economics Education, Chung-Ang Univ.

Assistant Prof. : Hyong Sil Lee

Dept. of Home Management, Sungshin Women's Univ.

Lecturer : Gil Yang Jun

〈목 차〉

- I. 서론
 - II. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램 개발의 배경
 - III. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램의 구성
 - IV. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램의 실시
 - V. 프로그램의 평가
 - VI. 결론 및 제언
- 참고문헌

〈Abstract〉

A family life education program for caregiving families has been developed in order to help mitigate burden of those who provide caregiving for their older parents and to meet the needs of both caregiving families and parents. The program has been applied to a small group of people who have at least one living older parent. The effectiveness of the program has been evaluated by taking one pre-test and two post-tests. The test results suggest that the program has been effective in improving

participants' knowledge on aging process, locus of self control, and relationships with parents.

I. 서론

가족은 전통적으로 노인들이 선호하는 지원체제로서 노인의 사회적, 심리적 신체적 욕구충족에 기여해 왔다. 특히 한국사회에 있어서, 가족은 노인의 생활의 질과 만족도에 가장 큰 영향을 미친다고 할 수 있으며 노인에게 경제적, 정서적 및 신체 서비스 지원을 제공하는 중요한 원천이 되어왔다.

우리사회는 지난 몇십년 동안 사회, 경제, 문화 등 전반에 걸쳐서 의미있는 변화를 경험해 왔다. 즉, 산업화에 따른 도시집중과 핵가족화, 평균수명의 연장과 출산율의 저하로 인한 인구구조의 변화, 기혼여성의 취업율 증가 및 가족생활가치관의 변모 등 사회전반에 걸쳐 급격한 변화를 겪고 있다(김태현, 1994, 전길양 1993).

이러한 변화의 과정에서 종래의 유교적 효의식과 가족가치에 의해서 이루어지던 가족의 노인부양의식과 행동은 변화하고 있으며 노부모 부양체계의 변화 또한 불가피해지고 있다. 장남과의 동거를 당연시 여겼던 과거와는 달리 노인 단독 혹은 노부부만이 사는 가구가 증가하고 있고 노인들 역시 자녀와의 동거보다는 노부부만의 별거를 원하는 경향이 점차 높아지고 있다(김태현, 1981, 한국노인문제연구소, 1992).¹⁾ 그리고 자녀의 부모부양책임도 장남 위주의 사고에서 벗어나고 있는 경향이다(한국의 사회지표, 1992).²⁾ 이는 노인부양이 더이상 전통적인 가족부양의 기능만으로 충족될 수 없음을 뜻한다.

그러나 공적 부양체계가 미흡한 우리나라에서는 대부분의 노인들이 아직도 자녀에게 의존하고 있다(이가옥, 1989). 또한 대다수의 사람들이(87.3%) 가족에게 노부모를 부양할 책임이 있다고 생각하고 있

어서(한국의 사회지표, 1994), 여전히 가족은 부모 노후의 주 부양자로서 그 중요성이 계속 강조될 것으로 기대된다.

이는 노인들이 활용할 수 있는 정부 주도의 재정적, 사회적 부양정책이 부족한 우리사회에서 그 어느 나라보다도 자녀세대에게 과중한 노부모 부양책임이 요구될 수 있음을 뜻한다. 이로 인해 가족의 노인부양이 현실적으로 어려워질 때 노부모를 부양하는 자녀세대는 심각한 부양갈등과 심리적 부담에 직면할 수 있다(홍숙자, 1995, 송현애, 1993).

따라서 노인부양가족이 부양상황에서 직면하는 부양스트레스나 부담감을 감소시키고 노인에게 보다 나은 부양을 제공할 수 있도록 실제적인 도움이 주어져야 할 것이다. 즉, 노인부양가족이 노부모의 모든 문제나 욕구를 사적으로 해결하고 충족시키기에는 한계가 있으므로 가족문제의 발생을 예방하고 갈등을 해결할 수 있는 능력을 갖추기 위해서는 일련의 정보와 지식 및 기술들이 제공될 필요가 있다고 하겠다.

그러나 현재 우리사회에서 노인부양가족에게 실제적인 도움을 제공해 주고 예방적 지지를 제공하는 교육프로그램의 필요성과 개발에 대한 관심은 높지만(옥선화, 이형실, 이춘희, 1994, 김태현, 전길양, 1995), 프로그램의 개발과 실시는 아직 매우 부족한 실정이다. 노인을 위한 교육의 활성화와 더불어 노인에게 대한 그리고 노부모 부양자에 대한 교육프로그램의 활성화는 부양가족의 다면적 기능화를 위해서 매우 필요한 일이라 하겠다.

본 연구의 구체적인 연구내용을 보면, 첫째, 노인 부양문제와 부양자 교육의 필요성을 고찰하고 우리나라 노부모 부양가족의 요구가 고려된 실험적 노인

1) 노년인구의 가족별거율을 보면, 1981년 19.8%에서 1992년에는 53.6%로 증가하였다

2) 노부모 부양책임태도를 보면, 1979년에 장남이 30.6%로 가장 많았으나 1991년에는 아들, 딸 모두가 46.2%로 가장 많이 나타나고 있다.

부양 교육프로그램을 구성한다. 둘째, 구성된 프로그램으로 대상자를 모집하여 교육을 실시하고, 실시과정에서 파악되는 문제점과 개선점 및 프로그램의 효과를 검증 평가하여 성인자녀를 위한 노인 부양 교육프로그램을 개발한다.

II. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램 개발의 배경

1. 노인부양문제와 부양자 교육의 필요성

오랫동안 우리사회는 노부모 부양을 가족의 의무 수행으로 여겨왔다. 많은 연구들은 아직도 성인자녀에게 있어서 노부모에 대한 강한 효의식이 존재하고 있고(옥선화, 1989, 서병숙, 1989), 노부모도 여전히 성인자녀나 가족에게 부양을 기대하고 있음(성규탁, 1990, 최정혜, 1992)을 밝히고 있다.

그러나 노인부양에 대한 전통적인 기대나 당위성, 또한 실제적인 부양의존 상태에도 불구하고 자녀세대의 노부모 부양의식은 약화되고 있다(홍숙자, 1995). 그리고 가족내에서 주부양자 역할을 담당해 온 성인자녀의 부양상황 또한 인구구조나 가족구조의 변화로 인하여 달라지고 있다. 즉, 현재의 성인자녀는 평균수명의 증가나 부양자녀수의 감소 등으로 과거 부양자보다 더 오랜 기간동안 부양을 제공하여야 하며(Brody, 1985) 많은 부양자들이 중간세대로서 다중역할이나 책임감의 증가로 인한 어려움에 직면하고 있다 (Scharlach, 1987, Lang, et. al, 1983).

노인을 부양하는 일 자체는 가족들이 경험하는 보편적 스트레스가 되거나 긴장을 야기하는 원인이 되고 있으며(George, et. al, 1986, Motenko, 1989, 이영자, 1991), 스트레스나 부담은 대안적 부양자나 지원이 유용하지 않을 때 더욱 가중될 수 있다(Couper, 1987).

이러한 부양긴장이나 부담은 애착이나 친밀감(Cicirelli, 1983, 송현애, 1986)과 같은 세대간 관계의 질을 낮게 하는 요인으로 작용한다. 결국, 부양부담은 가족관계의 질을 낮게 할 수 있으며(Seelbach, 1978, Baruch, et.al, 1983), 가족의 역동성에 부정적

영향을 미칠 수 있다. 즉, 가족원은 서로 영향을 주고 받으므로 가족체계에서 부정적 노부모-성인자녀 관계의 인지는 전체 가족의 역동성에도 영향을 미치게 된다.

이런 맥락에서 부양자들이 자신이 처한 부양상황을 이해하고 자신의 가치를 인정하며 아울러 가족내에서의 스트레스와 지원의 근원을 확인하여 가족전체의 변화를 가져오도록 부양자를 돕는 것은 가족의 역동성을 향상시킬 수 있을 것이다. 또한 부양자 각각의 가족이 다른 가족과 유사한 문제를 갖고 있음을 인식시켜 자신의 가족내 상호작용을 객관적으로 볼 수 있도록 하는 것은 부양관계의 향상에 도움을 주고 부양부담을 완화시킬 수 있을 것이다.

따라서 본 연구에서는 가족의 부양 상황과 노인 및 노년기 이해에 대한 교육을 통하여 부양가족의 능력을 향상 시키고 현재 행해지는 가족 부양의 부담이나 어려움을 최소화 시키는 방안을 구상해 보았다.

2. 노부모 부양자 교육요구

노부모 부양가족을 위한 프로그램을 실시함에 있어서 부양자들의 현재상황 및 직접적인 요구도를 파악하는 일은 매우 중요한 일이다. 즉, 부양자들의 교육요구를 아는 것은 프로그램의 효율적인 진행에 도움을 줄 수 있다.

노인부양자 374명을 대상으로 노부모 부양가족을 위한 가족생활교육 요구도를 살펴본 결과(옥선화 외, 1994)를 보면 다음과 같다.

노인부양가족의 교육 필요성에 대한 인식 정도를 보면, 전체 부양가족의 84%정도가 교육이 필요하다고 느끼고 있었다. 그리고 부양자들은 자신이 노인 부양에 대한 지식과 정보를 알고 있다고 인지한 수준보다는 이에 대한 지식과 정보가 필요하다고 느끼고 있어 부양지식 및 정보에 대한 필요성의 지각을 높게 나타냈다. 영역별로 보면, 자신의 노후계획, 노인의 성격특성과 심리적인 문제, 노인과 원만한 관계 유지에 대한 영역 등에서 지식과 정보를 알고 있다고 인지한 수준이 높았다. 그러나 노인복지 프로

그럼, 노령연금과 의료제도 및 관계법 등 노인 부양을 위해 실제적인 서비스와 지원을 이용하는데 도움을 받을 수 있는 영역에 대해서는 잘 알지 못하고 있었다. 교육실시 방법으로는 강의와 토론형태를 주로 원하였고(46.9%), 실시시간은 여성부양자의 경우 주 중 낮 시간을, 남성부양자는 주말을 선호하는 것으로 나타났다.

한편 이 연구에 따르면, 노부모 부양자들은 노부모의 성격 문제, 건강 문제, 부양의 심리적 부담으로 인해 많은 어려움을 느끼고 있었다. 그리고 노부모와의 친밀감이나 정서적 강화가 노인 부양의 어려움을 감소시키는데 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타난다.

따라서 노부모 부양가족을 위한 교육은 노년기의 신체적, 심리적, 사회적 변화 과정에 대한 이해를 포함시킬 필요가 있다. 또한 노인의 건강, 경제, 여가 생활과 직접적으로 관련되는 실제적인 서비스에 대한 정보도 제공할 필요가 있다. 그리고 부양 역할을 담당하는 자녀세대는 노화 과정에 직면한 중년세대이거나 다중 역할을 담당할 경우가 많으므로 주부양자 자신의 노화 과정의 대처나 부양역할의 공유 등이 노부모 부양자 교육에서 함께 제시될 필요가 있을 것이다.

Ⅲ. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램의 구성

1. 프로그램의 목표

본 성인자녀를 위한 노인부양 교육 프로그램의 목적은 교육의 측면에서 부양가족의 능력을 강화하여 현재 담당하고 있는 가족부양의 부담이나 어려움을 감소시키고 궁극적으로 노부모 부양가족의 생활의 질이 향상되도록 돕는데 있다.

즉 부양자가 노년기 변화 및 노인심리나 특성을 이해함으로써 부양에 대한 현실적 이해가 가능하게 되고, 또한 가족관계나 유대감에 대한 이해로써 자기통제력을 증진시킬때, 자신의 부양태도를 보다 긍정적인 것으로 변화시킬 수 있다. 일단 부양태도나

인식이 긍정적인 것이 되면, 이는 관계의 질에 영향을 미쳐 점차 세대간의 질적 관계가 향상될 수 있다.

이러한 목적을 위한 구체적인 목표는 다음과 같다.

- (1) 노화와 생리적인 변화를 이해시켜 노인뿐 아니라 부양자 자신의 노화에도 적용할 수 있게 한다.
- (2) 노인의 질병과 영양을 알게 하고 바른 생활습관 및 식습관을 가지게 한다.
- (3) 노인의 정신건강에 대한 지식을 통해 기질성 및 기능성 정신장애의 상황에 따른 대처방안을 알게 한다.
- (4) 은퇴기의 문제점을 알게 한다.
- (5) 노인의 성격특성과 심리적 요구를 이해시킨다.
- (6) 중년기의 성격특성이나 발달과정 및 특수 상황을 이해시켜 자신의 발달과정에 적용할 수 있게 한다.
- (7) 부양자 자신 혹은 노부모를 위하여 경제적인 노후 계획을 세우게 한다.
- (8) 자신의 가족에게 적합한 노부모 부양의 역할분담 방안을 강구하게 한다.
- (9) 시모와 아들 및 시모와 며느리의 역동적 관계를 알게 한다.
- (10) 관계를 이해하고 관계 증진을 위한 구체적인 지식을 습득 적용하게 한다.
- (11) 긍정적인 생의 철학과 가치관을 가지고 문제해결의 자기 통제력을 강화시킬 수 있게 한다.
- (12) 건강하고 유대감있는 가족의 자질을 이해시키고 그 실제적인 기술을 습득케 한다.

2. 프로그램의 교육내용

교육내용은 다수의 대상에게 노인부양에 대한 정보나 지식을 제공하는 데에 초점을 맞추었다. 물론 전반적인 지식이나 정보의 제공보다는 보다 심각한 문제들에 역점을 두어 중점적으로 그 필요사항을 교육하고 기술을 습득하게 하거나 훈련시킬 수 있도록, 국부적이지만 대신 심도있는 내용선택이 효율적일 것이다.

그러나 앞서의 요구조사 결과에서 전반적으로 부양자의 부양지식과 정보에 대한 인식수준이 낮고 상대적으로 필요성 수준이 전영역에 걸쳐 높게 나타난 점을 주목하여, 일단 본 교육내용에서는 요구조사 결과에 언급된 내용들 가운데 기본적으로 ‘노인을 아는 지식’에 해당하는 사항에 초점을 맞추어 전체 6회 모임의 교육내용을 구상하였다.

각 모임에서 다루게 될 교육내용의 주제는 다음과 같다.

- (1) 첫번째 만남 : 노부모와 노화
- (2) 두번째 만남 : 노부모의 마음읽기(노인의 성격특성과 심리)
- (3) 세번째 만남 : 며느리 역할과 중년(여성부양자의 역할과 심리)
- (4) 네번째 만남 : 남편의 역할과 심리이해(남성부양자의 역할과 심리)
- (5) 다섯번째 만남 : 인간관계와 자기성장
- (6) 여섯번째 만남 : 건강한 가족(가족 친밀감과 결속력)

3. 실시방법

1) 대상과 집단규모

노부모 부양문제는 부양자와 피부양자 쌍방간의 문제로서 부모세대나 자녀세대 모두가 교육의 대상이 될 수 있으며 또한 노인세대의 노인 배우자 부양의 경우도 있겠으나 본 연구에서는 일단 노부모를 부양하고 있는 성인자녀만을 교육대상으로 하였다. 그러나 강의 후반부나 종료시에는 ‘노부모 초청의 날’을 두어 노부모를 위한 강의와 만남의 시간을 별도로 마련하고 며느리나 젊은 세대의 이해 및 가족화목과 유대감 증진의 기회를 가지게 하였다.

또한 자녀세대의 부양능력이 떨어지고 노인세대의 자활능력이 없는 우리나라의 현 실정에서 노부모와 동거 혹은 별거에 관계없이 노인부양은 부담스러운 상황이다. 따라서 양가 부모 중 한분이라도 생존해 계시는 성인자녀는 누구나 본 프로그램의 교육 대상이 될 수 있다. 실제 부양의 주 담당자가 주로 여성인 것으로 나타나지만 노부모 이해나 부양상황에 대

처하는 부부협력이나 부양역할의 공유를 위해서 가능하다면 부양자 부부를 교육 대상으로 삼는 것이 효과적일 것이다.

본 프로그램에서는 참가 신청자가 거의 여성 부양자들임에 착안하여 강의 도중 ‘남편 초청의 날’을 마련하였다. 이로써 남편의 심리나 역할 이해 등에 대한 강의와 토론의 시간을 계획하여 노인부양가족으로서 부양자 부부 모두를 교육대상으로 하여 효율성을 증대시키고자 하였다.

교육집단 규모는 본 프로그램의 특성상 지식과 정보의 제공을 강조하여 대규모 강의식 형태가 바람직하다. 만일 참여자들 간의 보다 원활한 상호작용에서 경험의 나눔이나 상호지지와 격려를 기대하거나 구체적인 특정기술을 습득할 기능을 강조한다면 소규모 혹은 중간규모의 집단이 효율적이다.

본 프로그램에서는 지식 정보의 제공과 계몽에 초점을 맞추되 참여자들 간의 상호지지와 격려 기능도 함께 고려하여 50명 이하의 중간 규모의 집단을 선정,모집하였다.

2) 교육형태 및 실시시간과 기간

교육은 요구도 조사에서 다수가 원했던 강의와 토론의 형태로 진행하고 지식을 기초로 한 경험의 나눔, 부양부담을 함께 가진 집단으로서의 체험이나 사례소개, 그룹대화와 토의 등으로 연결되게 한다.

실시시간은 여성부양자의 경우 평일 낮시간이나 저녁시간, 남성부양자의 경우 주말 오후나 저녁시간이 가능한 것으로 보고되고 있다. 주 1회 모임이 일반적인 예이나 대상자가 시간이 가능한 전업주부인 여성 부양자의 경우 평일 연속적인 모임을 가질 수 있다. 2시간 30분 정도의 시간소요에서 강의 내용에 따라 30분내외의 융통성을 고려할 수도 있다. 실시시간은 교육내용과 1회 소요시간을 고려하여 총 5-6회의 모임으로 하고 교회 등 프로그램 실시기관의 특색에 따라 실시 횟수를 늘릴 수 있다.

본 프로그램에서는 홍숙자(1995)가 소규모 집단 평가에서 수정 제안한대로 1회 3시간 소요, 총 6회의 모임을 계획하였다. 이 중 처음 2시간 20분은 강의 및 작업으로, 나머지 40분은 강의 주제에 따른 구

체적인 문제점을 가지고 5~6명으로 편성된 조별 토론을 하게 하였다. 또한 참가 신청자가 여성부양자만인 경우를 고려하여 주1회 평일 낮시간이나 평일 연속적인 모임을 선택하였다.

4. 평가방법

프로그램의 평가는 프로그램의 목적에 맞고 세부적인 목표를 모두 포괄하며 지속적인 프로그램의 수정 보완을 위한 자료로 활용할 수 있는 평가 디자인이어야 한다(김혜석, 1990). 교육전과 교육후에 사전 사후검사를 실시하거나 특히 실험집단과 통제집단을 설정하여 사전 사후검사를 실시하여 프로그램의 효과를 객관적으로 평가할 수 있다. 또한 교육중의 집단토의 결과나 교육대상자의 자기 보고식 평가, 그리고 교육종료시 프로그램 내용과 실시에 대한 전반적인 종합 평가를 시행할 수 있다.

본 프로그램의 실시에서는 사전 검사 후 교육 종료시와 교육종료 1-2개월후 2차에 걸친 사후검사를 실시하여 교육의 효과성을 진단해보고 아울러 교육중의 토의나 상호지지, 자기보고식 평가 및 전반적인 소감이나 건의사항들을 평가방안으로 활용하였다.

IV. 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램의 실시

1. 본 교육 프로그램의 특징 및 실시방법

본 프로그램은 젊은 세대에게 가족관계의 변화나 노화 과정에 관한 이해의 폭을 넓히고 노인의 필요와 욕구를 이해시킬 수 있는, 이른바 노인을 아는 지식 획득의 기회를 제공하기 위하여 최근 홍숙자(1995)가 개발한 노부모부양가족 교육프로그램을 기초로 하여 구성되었다. 본 프로그램은 실시 대상이나 집단규모에 변화를 주고 교육내용과 실시시간을 수정보완하였다. 또한 강의 도중에 '남편 초청의 날'과 강의 후반부에 '노부모 초청의 날'을 마련하여 교육의 효율성 증대와 유대감 증진의 기회를 가지도록 계획하였다.

본 프로그램은 기독교 단체인 한 문화센터의 주문으로 시행되었고 다수의 참가자를 효과적으로 모집하기 위해서 실제 노인부양자들에게 익숙한 '고부간의 갈등 세미나'로 제목을 바꾸어 실시하였다.

참가자는 노부모가 한분이라도 생존해 계시는 성인자녀 32명 이었으며, 1995년 1월 17일 부터 2월 28일까지 매회 3시간씩 6회에 걸쳐 실시하였다. 첫 모임 등록자는 29명이었고 도중에 3명이 추가 등록하였으며 매번 모임에 평균 24명이 참가하였다. 참가자는 노인의 며느리 23명(72%), 아들 1명(3%), 기타 8명(25%)으로 구성되어 있으며 딸인 경우 11명(34%), 며느리이면서 딸인 경우 11명(34%)이었다. 대상자 대부분이 여성부양자들이었다.

2. 성인자녀를 위한 노인부양 교육 프로그램

첫번째 모임

주제: 노부모와 노화

목표: (1) 집단 구성원 간의 유대감 형성하기

(2) 노화나 생리적 변화를 이해하고 적응하기

(3) 노인의 질병과 영양을 알고 바른 식(생활)습관 기르기

시간: 강의와 작업 <2시간 10분> 조별 토론과 발표 <40분> 휴식 <10분>

강의 및 활동내용:

(1) 작업 (만남과 소개)

① 프로그램 오리엔테이션 및 자기소개와 참석 동기 발표

② 질문지 응답 작성

(2) 강의와 토의

① 노화와 생리적 변화

- 생물학적 노화과정 강의

- 자신의 노화에 관한 질문과 응답

- 노화사실 수용과 적응에 대한 토의 정리

② 노인의 질병과 영양 및 식(생활)습관

- 성인병, 골다공증, 노인수면, 노인의 성(性)에 관한 강의

- 바른 식(생활)습관에 대한 토의 정리

- 노인 질병 및 식생활에 관한 질문과 응답

<<간식과휴식10분>>

(3) 조별 토론과 발표

- ① 각 가정의 식단 메뉴 점검 소개하기 (특히 노인식단 메뉴의 영양과 조리법소개)
- ② 노화에 대비하는 자신의 식(생활)습관의 구체적인 개선점 알기

준비물과 기타 사항:

- (1) 질문지와 교재 배부
- (2) 메모지, 필기구, 이름표, 간식

두번째 모임

주제: 노부모의 마음 읽기

- 목표: (1) 노인의 정신건강과 대처 방법 알기
(2) 은퇴기의 문제점 알기

- (3) 노인의 성격특성과 심리적 욕구 이해하기

시간: 강의와 토의<2시간> 조별 토론과 발표<40분>
만남과 인사 및 휴식<각10분>

강의 및 활동내용:

- (1) 만남과 인사
- (2) 강의와 토의

- ① 노인의 정신 건강
 - 노인의 정신건강.강의
 - 노인 치매, 우울증, 건강염려증, 과대망상증에 관한 질문이나 경험담, 사례소개
 - 경험이나 사례 소개에 대한 지지와 격려 및 대처 방안 모색
- ② 노인의 역할과 심리
 - 노인의 감각과 지각 강의
 - 시각, 청각, 촉각, 후각, 미각의 특성에 따른 생활에서의 적용과 지혜 나누기
 - 은퇴기의 문제점 강의
 - 三苦(四苦)에 대한 토의
 - 노인의 성격과 심리적 욕구 강의

<< 간식과 휴식 10분 >>

(3) 조별 토론과 발표

- ① 노인 심리에 대한 무지로 인하여 겪었던 생활경험이나 에피소드 소개발표
- ② 노인 심리에 반응하는 지혜 나눔과 그에 대한 지지와 격려

준비물:

- (1)치매노인 가족모임에 대한 정보물
- (2) 메모지, 필기구, 이름표, 간식

세번째 모임

주제: 며느리 역할과 중년 (여성 부양자의 역할과 심리)

- 목표: (1) 중년기의 특성을 이해 수용하고 적응하기
(2) 부양자 자신과 노부모를 위한 경제적인 노후 계획세우기
(3) 부양의 역할분담 방안 강구하기

시간: 강의와 작업<2시간> 조별 토론과 발표 <40분>
만남과 인사 및 휴식<각10분>

강의 및 활동내용:

- (1) 만남과 인사
- (2) 강의와 토의
 - ① 중년기 변화와 특성
 - 중년기의 양면성, 역할, 폐경과 갱년, 빈둥우리(혼잡한 동우리) 강의
 - 자신의 갱년기 경험 나누기
 - 갱년기 경험에 대한 서로간 지지와 격려 및 정보제공
 - ② 중년기 적응과 역할
 - 중년기 부부관계, 부부성, 부부역할, 인생관 등에 관한 강의
 - 노부모와의 관계 적응과 갈등해소 방안 강의
 - 노부모부양 역할분담에 대한 토의와 정리
- (3) 작업 (자신의 Life-Line 그리기)
 - 중년기의 위기감과 자아정체감 강의
 - 자신이 보는 주관적 자신의 Life-Line 그리기

<< 간식과 휴식 10분 >>

(4) 조별 토론과 발표

- ① 중년기 위기감에 대한 예방 및 대응방안 논의
- ② 남편의 직장이전이나 조기(정년)퇴직 시의 현명한 아내의 역할에 대한 토의와 나눔

준비물과 과제:

- (1) 구상된 부양 역할분담 안을 가족과 토의하고 실

친 해보기

(2) 칠판, 메모지, 필기구, 이름표, 간식

네번째 모임

〈남편 초청의 날〉

주제: 남편의 역할과 심리이해 (남성부양자의 역할과 심리)

목표: 시어머니와 남편 및 시어머니와 며느리의 역동적 관계를 알고 남편의 역할과 심리 이해하기

시간: 강의 <2시간> 남편과 아내의 만남의 시간 <40분> 만남과 인사 및 휴식 <각10분>

강의 및 활동내용:

(1) 만남과 인사

(2) 강의

① 시어머니와 남편의 역동적 관계

-가부장제도와 여성의 위상 및 귀남(貴男)신드롬 강의

-고부갈등에 임하는 남편의 유형강의

② 시어머니와 며느리의 역동적 관계

-고부의 동질적(이질적) 입장 강의

-시어머니가 바라는 아들(남편)의 태도와 아내가 원하는 남편의 역할 강의

③ 노부모 부양 역할 분담 및 역할 공유

-강의 및 토의

〈〈 간식과 휴식 10분 〉〉

(3) 남편과 아내의 만남의 시간 (미리 편지를 쓰게 하여 읽게 해도 좋음)

① 남편의 아내 이해

-고부관계에서 부당한 남편의 태도(혹은 감사한 점) 표출하기

-고부갈등 중재자로서의 남편의 역할 토의 제시

② 아내의 남편 이해

-시부모 부양에 대한 아내에게 바라는 남편의 마음 전하기

③ 결단하기

-서로의 희망사항에 부합하는 아내상과 남편상 찾기

-노부모부양 역할분담 및 공유하기

준비물:

(1) 남편과 아내 만남의 장소를 위한 좌석배치, 이동마이크 시설

(2) (편지지), 메모지, 필기구, 이름표(남편용 추가)

다섯번째 모임

주제: 인간관계와 자기 성장

목표: (1) 인간관계를 이해하고 관계증진을 위하여 구체적인 지식을 습득하고 적용하기

(2) 문제해결을 위한 자기 통제력을 강화하기

시간: 강의와 작업 <2시간> 조별 토론과 발표 <40분> 만남과 인사 및 휴식 <각10분>

강의 및 활동내용:

(1) 만남과 인사

(2) 강의와 토의

① 관계의 이해

-상대와 자신의 욕구, 성향 및 원하는 바의 파악

-모든 관계에서의 자기자신의 수정과 동화(accommodation)의 필요성 강의

② 대인 관계를 맺는 유형

-각 유형의 소개

-각 유형에 대한 적용사례 나누기

-Sydney Harris의 '승자와 패자'를 위의 유형으로 적용해보기

③ 관계의 주도권

-관계의 주도권 행사 강의

-자신의 주도권 성향 파악하기

-나의 가족관계 내에서의 지혜로운 적용에 대한 경험담 발표

④ 인생 각본 (Life Script)

-자신의 인생각본 파악하기

(3) 작업 ('마음의 창'그리기)

-자신의 열려진 마음의 창 크기 확인과 수용 및 반성

〈〈 간식과 휴식 10분〉〉

(4) 조별 토론과 발표

-본 모임에서 다룬 내용 중 1~2가지 topic을 정

하여 자신의 상황에 적용해보고 결단하기

준비물:

- (1) Jo-hari의 마음의 창 프린트물 배부
- (2) 메모지, 필기구, 이름표, 간식

여섯번째 모임

〈노부모 초청의 날〉

주제: 건강한 가족(가족 친밀감과 결속력)

목표: 건강하고 유대감있는 가족의 자질을 이해하고 그 실제적인 기술을 습득하기

시간: 강의와 작업 <2시간> 두세대 만남의 시간 및 강의 종결 <1시간>

강의 및 활동내용:

A. <성인자녀 모임>

(1) 강의와 토의

- ① 건강한 가족 (Strong Family)
 - 건강한 가족의 자질(요소) 강의
 - 가족 갈등 해결 방법 강의와 토의
 - 효율적인 의사소통법 강의
 - Otto의 SBT(Strength Bombardment Technique) 소개

(2) 작업

- ① 의사소통법 연습
- ② 갈등 해결법 연습
- ③ SBT 연습
 - 현재 갈등 상황하의 가족원(ex. 시부모, 남편, 자녀)의 장점목록만들기
 - 시부/모(친정부/모)에게 편지쓰기

B. <노부모 모임>

(1) 작업 (노부모 자신의 소개와 자녀자랑)

- ① 자기소개
- ② 지금까지 살아 온 이야기(Life Story), 자녀 이야기 하기
- ③ 자녀의 자랑꺼리 생각해보거나 기록하기
- ④ 자녀들에게 하고 싶은 말(젊은이에게 하는 충고나 불평) 적어보기

(2) 강의

- 젊은 세대(부양자녀) 이해
- 며느리가 말하는 고부간의 갈등원인

C. <두세대 만남의 시간>

(1) 작업

- ① 나의 부모 자랑 (부모님의 장점목록이나 편지 읽기)
- ② 나의 자식 자랑과 불평(아들, 며느리, 딸, 사위의 자랑과 불평 발표)
- ③ Skin-Ship (초청 부모님을 참가자 전원이 돌아가며 인사하고 덕담을 나눔)

(2) 강의종결(프로그램에 대한 전반적인 종합평가 시행)

- ① 사후 검사 질문지와 평가지 완성
- ② 강의참가 평가와 소감 발표

준비물과 기타 사항:

- (1) 사후검사 질문지와 평가지 배부
- (2) 장점목록 메모지, 편지지, 필기구, 이름표, 간식
- (3) 부모 자녀 만남의 장소를 위한 좌석 배치, 이동 마이크 시설

V. 프로그램의 평가

1. 평가방법

노부모부양에 필요한 지식 및 정보 수준, 자기통제력, 부양인식 및 태도, 그리고 노부모와의 관계를 측정함으로써 본 교육프로그램의 효과를 평가하였다. 사전, 사후검사는 프로그램을 실시하기 전과 마지막 모임 후에 질문지를 사용하여 실시하였고, 또한 추후검사는 프로그램 실시를 종료한 지 한달 후에 우편으로 실시하였다.

1) 평가대상

평가 대상자는 본 교육프로그램에 참여한 성인자녀였다. 실제 부양부담과 고부간 갈등이외의 이유때문에 참여한 사람과 부실 기재된 자료를 제외한 후 평가분석에 포함된 대상자는 사전검사시 22명, 사후검사시 15명, 그리고 추후검사시 12명이었다. 대상자는 전부 여성이었으며, 평균연령이 약 39세(SD=8.2)이고 전문대졸 이상의 교육수준을 갖는 것으로 나타났다.

2) 평가도구

(1) 부양지식 및 정보 수준

노부모 부양에 필요한 지식 및 정보수준 척도는 두 가지를 사용하였다. 그 하나는 옥선화 외(1994)의 요구도 조사에서 사용되었던 10개 문항을 참조하여 8개 문항의 부양지식 및 정보인식 척도로 재구성하여 사용하였다. 이는 각 영역에 대한 지식 및 정보 수준의 인식을 측정하는 것으로, 1점(전혀 모른다)부터 5점(매우 잘안다)까지의 응답범주를 갖는다.

또 다른 척도는 노화사실인지(Facts on Aging Quiz) 척도로 신뢰도와 타당도가 입증된 FAQ(Palmore, 1977)와 FAQ 개정판(Miller & Dodder, 1980)에서 한국실정에 맞지 않는 문항들과 표현이 애매한 문항들을 제외시켜 윤진 외(1982)가 만든 '경산노화사실인지' 척도에 포함된 13문항을 사용하였다. 응답은 그렇다, 모르겠다, 아니다로 구분하고 이로써 노화사실에 대한 정답점수를 파악한다.

(2) 부양인식 및 태도

부양인식 및 태도를 파악하기 위해 사용된 척도는 송현애(1993)와 이신숙(1994)의 척도를 참고로 하여 연구자들이 작성하였다. 이는 총 10개 문항이며 요인분석 결과 부양에 대한 인식, 노부모부양에 대한 부담, 부양이 미치는 영향에 대한 태도의 세 요인으로 구성되어 있다. 요인별로 본 척도의 신뢰도는 각각 $\alpha = .63, .77, .55$ 였다. '매우 그렇다'에서 '전혀 그렇지 않다'에 이르는 5점 리커트형 척도로서 점수가 높을수록 긍정적인 부양인식 및 태도를 나타낸다.

(3) 자기통제력

자기통제력 수준을 측정하기 위하여 본 연구에서는 송현애(1993)의 자기통제력 척도를 사용하였다. 이는 4개 문항으로 구성되었으며, '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 4점 리커트형 척도로 점수가 높을수록 자기통제력이 높음을 나타내며 척도의 신뢰도는 $\alpha = .69$ 였다.

(4) 노부모와의 관계

노부모와의 관계를 측정하기 위하여 송현애(1993)의 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 5개 문항으로 구성되었으며, 4점 리커트형 척도로 점수가 높을수록 노부모와의 관계가 친밀함을 나타낸다. Cronbach α 로 본 신뢰도는 .87이었다.

2. 프로그램의 평가분석 결과

본 프로그램에의 참여가, 노부모 부양에 필요한 지식 및 정보 수준과 부양자 자신의 자기통제력 수준을 높이고 나아가 노부모 부양에 대한 부양자의 태도나 인식 변화와 노부모와의 관계 향상을 가져왔는가를 알아보고자 사전, 사후, 그리고 추후 검사 점수를 비교하였다. t-검증을 사용하여 분석한 결과는 <표 1>에 제시된 바와 같다.

먼저, 프로그램 실시 전과 후의 평균점수간 차이를 검증한 결과를 보면 부양지식 및 정보인식과 노화사실인지에서만 유의한 차이를 보였다. 반면에 부양인식 및 태도, 자기통제력, 노부모와의 관계에서는 교육전후의 차이가 없는 것으로 나타났다. 하위 영역별 사전검사와 사후검사에서 노화사실인지는 신체생리적, 심리적, 가족사회적 측면의 전 영역에서 교육전과 후의 점수에 유의한 차이를 보였다.

전반적으로 사후검사와 추후검사간 점수 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 부양지식 및 정보 수준의 향상으로 나타난 교육의 효과가 교육실시 한달 후에도 지속되는 것으로 볼 수 있다.

사전검사와 프로그램 실시 후 한달 만에 측정된 추후검사간 평균점수의 차이를 보면, 역시 부양지식 및 정보인식과 노화사실인지에서 유의한 차이가 나타났다. 또한 자기통제력, 노부모와의 관계에서 유의한 차이가 나타나 추후검사의 점수가 더 높았다. 즉 사전검사와 사후검사 비교에서는 유의한 차이가 나타나지 않았으나, 교육프로그램 실시 전에 비해 교육을 받은 지 한 달 후에 노부모와의 관계와 자기통제력이 향상된 것으로 나타났다.

이 결과를 통해서, 부양지식이나 정보 측면으로 본 교육의 효과는 즉각 나타날 수 있지만, 관계나 자신

〈표 1〉 교육집단의 사전, 사후, 추후 검사 점수비교

		M(SD)				
척도	하위영역	사전검사	사후검사	추후검사	t(사전,사후)	t(사전,추후)
부양지식 및 정보인식		24.5(3.1)	31.0(3.2)	28.8(2.1)	-5.58***	-4.09***
노화사실인지	전체	8.2(2.0)	10.7(1.8)	10.0(1.7)	-3.72**	-2.66*
	신체생리적	3.3(.7)	4.3(.9)	4.2(.7)	-3.48**	-3.22**
	심리적	3.0(1.1)	4.0(1.0)	3.8(.8)	-2.70*	-2.12
	가족사회적	1.7(.6)	2.4(.6)	2.0(.7)	-3.17**	-1.16
부양인식 및 태도	전체	31.4(5.4)	33.4(4.0)	34.7(4.2)	-1.20	-1.83
	부양의식	9.2(2.2)	8.5(2.9)	8.7(2.5)	.77	.52
	부양부담	12.1(4.0)	13.0(3.4)	14.4(3.0)	-.68	-1.71
	부양의 영향	10.8(2.2)	11.8(2.4)	11.5(1.3)	-1.34	-1.07
자기 통제력		10.5(2.2)	11.8(2.6)	12.3(1.8)	-1.59	-2.30*
노부모와의 관계		13.0(3.1)	13.2(3.6)	15.4(2.5)	-.15	-2.23*

* P<.05, ** P<.01, *** P<.001

의 변화 측면에서의 교육효과는 교육 실시 후 즉시 나타나는 것이 아니라 서서히 변화되는 것으로 볼 수 있다.

3. 총괄평가

프로그램 진행상의 문제점이나 교육과정의 개선점, 제안점 등에 대한 교육대상자의 총괄적인 평가를 개방형 질문으로 실시하였다.

대부분의 참여자가 본 프로그램을 긍정적으로 평가하였으며, 본 프로그램이 매우 유익하고 교육참여로부터 많은 도움을 얻었다고 응답하였다. 구체적으로 보면, 노인의 심리나 태도 이해, 자신의 이해에 도움이 되었으며, 또한 긍정적으로 노부모를 수용하게 되었고 노부모를 부양하는데 대한 부담이 감소했다고 응답하였다. 그리고 노부모와의 관계를 적극적으로 개선하는 것과 더불어 자신의 자녀와도 좋은 관계를 유지하도록 노력하겠다는 의지를 나타내기도 하였다.

그러나 프로그램 실시 중에 습득한 지식이나 기술을 실생활에 적용하기가 어렵고, 부양자녀뿐 아니라 노부모도 교육의 대상이 되어야 진정한 변화가 이루어

어진다는 언급도 있었다.

프로그램의 개선점으로는 워크샵 또는 토론을 효과적으로 활용하고 그 시간을 연장하여야 하며, 프로그램의 내용이 더욱 다양화되어야 한다는 것이 지적되었다.

Ⅵ. 결론 및 제언

급변하는 현대사회에서 노인부양가족이 노부모의 모든 문제나 욕구를 사적으로 해결하고 충족시키기에는 한계가 있다. 그러므로 가족문제의 발생을 예방하고 갈등을 해결할 수 있는 능력을 갖추기 위해서는 일련의 정보와 지식 및 기술들이 제공될 필요가 있다고 하겠다. 즉, 노인부양가족이 부양상황에서 직면하는 부양스트레스나 부담감을 감소시키고 노인에게 보다 나은 부양을 제공할 수 있도록 실제적인 도움이 주어져야 할 것이다.

따라서 본 연구의 목적은 노부모 부양가족의 어려움과 요구에 적합한 교육 프로그램을 개발하여 실시하고 그 효과를 평가하는데 있다. 먼저 노인부양문제 고찰과 교육프로그램에 대한 요구조사를 바탕으로 하여 성인자녀를 위한 노인부양 교육프로그램을

개발하였다. 그리고 노부모를 부양하고 있는 성인자녀를 대상으로 교육프로그램을 실시하고, 또한 실시 후에는 본 교육프로그램의 효과를 평가 분석하였다.

본 교육프로그램의 효과를 평가척도를 사용하여 분석한 결과, 사전, 사후검사 비교에서는 부양지식 및 정보 수준에서 차이를 보였다. 그리고 사전, 추후검사 비교에서는 부양지식 및 정보 수준과 자기통제력, 노부모와의 관계에서 차이가 나타났다. 반면 부양 인식 및 태도에 있어서는 교육 실시 후 별 변화가 없는 것으로 나타났으나, 개방형 질문에 대한 응답을 통해서 교육 참여자들은 본 교육프로그램이 많은 도움이 되었다고 긍정적인 평가를 하였다.

본 연구에서 본 바와 같이, 객관적인 척도로 평가했을 때 그 결과 차이가 크게 나타나지 않은 이유를 몇가지 살펴볼 수 있다.

첫째, 본 연구에서 사용한 척도들이 정교화되지 못한 점을 들 수 있다.

둘째, 교육집단의 대상자 특성이 매우 다양하다는 점이다. 즉, 대상자들은 노부모 부양 상황도 다르며, 교육실시 전의 부양에 대한 지식이나 정보 또는 인식과 태도도 달랐음을 고려해 볼 수 있다.

셋째, 본 연구에서 본 측면 중 특히 부양 인식 및 태도에서는 노부모 부양 의식이나 역할 분담에 있어 합리적인 사고를 하기 보다는 우리 사회문화적 관습이나 특성에서 크게 벗어나지 못하는 경향을 볼 수 있다. 즉 노부모 부양을 가족 차원을 떠나 사회나 국가에 책임으로 이양하거나 자녀가 부양역할을 다른 사람과 공유하고 분담하는 것에 대하여 적극적이지 못하고 주저하거나 유보적인 태도를 보이고 있다.

본 연구에서는 노부모를 부양하고 있는 성인자녀만을 포함하였다. 그 중에서도 여성부양자만이 평가 분석에 포함되었다. 따라서 본 연구의 결과를 일반화시키는 데에 한계가 있다. 실제적인 부양자가 주로 여성이라 할지라도 연구의 대상이 노부모 부양을 담당하고 있는 부부 부양자가 아닌 여성 부양자 뿐이었다는 점과 또한 교육의 효과를 피부양자인 노부모를 통해서 측정하지 못했다는 점을 들 수 있다.

본 교육프로그램에서 남편 초청이나 노부모 초청의 기회를 만들어 교육의 효율성과 가족간 관계 향

상을 도모했으나, 시부모와 심한 갈등을 겪고 있는 일부 참여자들은 본 교육프로그램의 실생활에의 적용이 힘들다고 참여소감을 밝히고 있다.

고부관계에서 열등한 입장에 처해 있으면서 아울러 남편의 정서적인 지지가 부족하다고 느끼는 어머니의 경우, 본 교육을 실생활에 적용시키는 것이 현실적으로 어렵다. 이는 노부모와 성인자녀 모두를 대상으로 하는 쌍방 교육의 필요성을 시사하고 있는 바이지만 심하게 갈등을 겪고 있는 노부모와 자녀가 교육에 함께 참여하는 것 역시 현실적으로 매우 어려운 일이다. 따라서 심각한 가족갈등을 겪는 부양자를 위한 가족상담 및 치료가 실시되어야 하겠고, 또한 이들을 대상으로 하는 차별화된 후속 교육프로그램의 개발이 필요하다.

앞으로 지속적인 연구를 통해 제한점이 수정되고 보완되어 본 교육 프로그램이 노부모를 부양하는 가족을 돕고 부담을 덜어줄 수 있는 교육 프로그램으로 활용되기를 기대한다. 아울러 프로그램의 형태나 접근방법에 대한 효과성을 비교해 볼 수 있도록 다양한 프로그램의 개발이 필요하다.

【참 고 문 헌】

- 1) 김혜석(1990). 결혼준비 성인교육 프로그램 개발 연구. 이대 대학원 박사학위 논문.
- 2) 김태현(1981). 한국에 있어서의 노인부양에 관한 연구. 고대 대학원 박사학위 논문.
- 3) 김태현(1994). 노년학 서울:교문사.
- 4) 김태현, 전길양(19952). 치매노인 가족부양자를 위한 프로그램 개발에 관한 기초 연구. 한국가족학 연구회, 3월 월례회.
- 5) 서병숙(1989). 노후적응에 관한 연구. 동국대 대학원 박사학위 논문.
- 6) 성규탁(1990). 한국 노인의 가족 중심적 상호 부조망. 한국노년학(제10호), 163-181.
- 7) 송현애(1993). 어머니의 시부모 부양스트레스에 관한 연구. 동국대 대학원 박사학위논문.
- 8) 옥선화(1989). 현대 한국인의 가족주의 가치관에 대한 연구. 서울대 대학원 박사학위논문.

- 9) 옥선화, 이형실, 이춘희(1994). 노인부양가족을 위한 가족생활교육 프로그램 개발에 대한 기초연구: 부양자 요구를 중심으로 대한가정학회지. 32(2), 61-77.
- 10) 윤진, 조석미(1982). 경산노화사실인지 척도 구성의 연구. 한국노년학 2:1-12.
- 11) 이가옥(1989). 가족구조의 변화와 노인부양문제 노인복지정책의 방향설정을 위한 세미나, 한국인구보건연구원, 3-46.
- 12) 이신숙(1994). 기혼 여성의 부양스트레스에 관한 연구-노모와의 유대를 중심으로-. 한양대 대학원 박사학위 논문.
- 13) 이영자(1991). 노인부양자 유형에 따른 스트레스 인지와 대처 방안에 관한 연구. 성신여대 대학원 석사학위 논문.
- 14) 전길양(1993). 노모와 성인딸간의 상호작용과 부양기대감. 성신여대 대학원 박사학위논문.
- 15) 최정혜(1992). 노부모가 지각하는 성인자녀와의 결속도 및 갈등에 관한 연구. 성신여대대학원 박사학위 논문.
- 16) 한국노인문제연구소(1992). 한국노인의 생활실태 및 의식구조 조사 결과-제1차 중간 보고. 한국의 사회지표, 1992,1994, 경제기획원
- 17) 홍숙자(1995). 노부모 부양가족 교육 프로그램 개발 한국가정관리학회지, 13(1), 47-57.
- 18) Baruch, G. & Barnett, R.(1983). Adult daughters' relationships with theirmothers. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 602-606.
- 19) Brody, E.(1985). Parent care as a normative family stress. *The Gerontologist*, 25, 19-29.
- 20) Cicirelli, V.G.,(1983). Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents: A path model. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 815-825.
- 21) Couper, D. et. al (1987). Family dynamics for caregivers : An educational model *Family Relations*, 36, 181-186.
- 22) George, L.K, & Gwyther, L.P.(1986). Caregiver well-being: A multidimensional examination of family caregivers of demented adults. *The Gerontologist*, 26, 253-259.
- 23) Lang, A, et. al (1983). Characteristics of middle-aged daughters and help to thier elderly mothers." *Journal of Marriage and the Family*, Vol.45, 193-202.
- 24) Motenko, A.K.(1989). The frustrations, gratifications, and well-being of dementiacaregivers. *The Gerontologist*, 29(2), 166-172.
- 25) Scharlach, A.(1987). Role strain in mother-daughter relationship in later life. *The Gerontologist*, Vol. 27, 627-631.
- 26) Seelbach, W.C.(1977). Gender differences in expectations for filial responsibility. *The Gerontologist*, 17, 421-425.