

부모기 전이기의 예비부모교육 프로그램 모형 개발: 부모되는 길라잡이*

Pre-Parent Education Program Model for Couples in Transition to parenthood*

서울대학교 아동가족학과
시간강사 고 선 주
서울대학교 아동가족학과
시간강사 조 은 숙
서울대학교 아동가족학과
교 수 옥 선 화

Dept. of child development & family studies
Lecturer : Koh, SeonJu

Dept. of child development & family studies
Lecturer : Cho, Eunsuk

Dept. of child development & family studies
prof. : Ok, Sunwha

● 목 차 ●

- | | |
|---------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 요약 및 제언 |
| II. 프로그램의 구성 | 참고문헌 |
| III. 프로그램의 평가 | |

<Abstract>

The propose of this study was to develop the new pre-parent education program for couples in transition to parenthood. This program was consisted three process, total eight sessions. The first process(the basic process) has two sessions. This process was designed to understand the whole parenthood, and to cope the role strain in early parenting period. The second process has three sessions, designed to enrich the marital relationship before the baby was born. And the Third process(parent-child process)has three sessions, too. Especially in last sessions, parent can exercise infant caring, and adapt fetus to their family member.

* 본 연구는 1998년도 서울대학교 생활과학대학 부설 생활과학연구소의 일부 연구비 지원으로 수행되었음.

I. 서 론

1. 프로그램의 필요성

부모기 전이는 개인과 가족체계에 있어서 결혼 후 맞이하게 되는 가장 큰 변화라고 볼 수 있다. 이 시기는 부모 입장에서뿐만 아니라 자녀의 관점에서 살펴보아도 결정적인 시기로서 수정부터 생후 1년까지는 인간발달에 있어서 가장 중요한 과정의 하나이다. 따라서 부모기 전이는 부모와 자녀 입장에서 모두 매우 중요한 시기임을 알 수 있다.

이러한 부모기에 대하여 기존의 가족생활교육에서도 그 중요성을 인정한 바 있다. Acrus(1987)가 생애과정에 따라 가족생활교육 개념들을 제시한 바에 의하면 각 생애단계에서 부모됨의 내용이 나타나 있다. 즉, 아동기에서는 부모됨의 보상을, 사춘기에서는 자녀양육 실재를, 그리고 성인기에서는 출산과 부모됨을 위한 준비를 하도록 하여 각 발달단계에 맞는 부모기 교육 내용을 제시하고 있다. 또한 Harriman(1986)도 새롭게 부상하고 있는 가족생활교육의 개념으로서 응답자들이 중요성을 높게 인정한 것이 부모됨이라고 하여 부모기에 대한 교육이 가족생활교육 분야에서 중요하게 다뤄져야 함을 주장하고 있다.

그러나 실제로 시행중인 가족생활교육 프로그램들은 실제 부모 역할을 하는 부모 교육에 치중되어 있고 부모기 전이 시기에 처한 사람들을 위한 특별한 프로그램은 부족하다고 볼 수 있다. 특히 국내의 경우는 일부 분유회사나 산부인과 병원등을 중심으로 하여 산모교실등의 이름으로 출산을 위한 보조 프로그램 중심으로 운영되고 있는 실정이다. 그러나 위에서 지적한 바와 같이 부모기 전이는 갑작스런 변화이기 때문에 이에 잘 적응하기 위해서는 사전 교육이 필요하다고 보이며 이러한 교육은 단지 건강한 아이를 출산하기 위한 출산 보조 프로그램의 차원에서 다루어져서는 안될 것이다. 따라서 부모기 전이 시기에 처한 예비부모를 위한 교육 프로그램의 개발이 시급히 요구된다고 볼 수 있다. 부모됨에 관한 교육이 부족한 상황에서 이들을 대상으로 가

족생활교육을 실시하는 것은 구체적인 지역사회와의 연계와 공헌이라는 점에서 가정학의 사회적 기능 수행이라는 의미를 부여할 수 있을 것으로 본다.

2. 프로그램의 대상

예비부모교육 프로그램의 대상자는 첫 자녀를 임신중인 부부가 된다. 흔히 1차적인 자녀양육의 책임은 어머니에게 있다고 여기고 사람들의 인식 또한 여기에서 크게 벗어나지 않는 것으로 보인다. 그러나 실제로 부모가 되는 것은 어머니에게 국한된 경험은 아니다. 생물학적으로 아버지에게 책임이 있는 것은 물론이고 사회적으로도 아버지의 역할은 대단히 강조되고 있으며 또 아버지 개인의 인성 성장이라는 측면에서도 부모로서의 경험은 필수적이라고 볼 수 있다. 또한 과거의 부부관계에 비하여 부부역할의 공유라는 측면이 강조되고 있고 여성들의 취업률 또한 증가하고 있으므로 실제적으로도 아버지의 참여가 두드러지게 요구되는 부분인 것이다. 따라서 아버지의 부모 역할 참여는 부정적일 경험이라는 유인력 이외에도 모성 변화로 인한 파급효과가 작용하고 있다고 볼 수 있다. 따라서 예비부모교육을 실시함에 있어서는 부부를 그 대상으로 하여야 할 것이다.

또한 우선적인 예비부모교육의 대상은 첫자녀를 임신중인 부모가 될 것이다. 기존의 자녀가 있는 사람은 이미 부모기 전이가 이루어진 사람이라고 볼 수 있으며 자녀를 가지지 않은 사람들은 아직은 관심이 있지만 자신들의 문제라고 여기지 않을 수 있기 때문이다. 따라서 여기에서는 예비부모교육 프로그램의 실시 대상을 첫자녀를 임신중인 부부로 제한하였다.

3. 프로그램의 관점

예비부모 교육 프로그램의 내용을 언급하기에 앞서 여기에서 개발된 프로그램의 기반은 부모됨에 대한 전통적 가치를 중심으로하여 변화된 가치를 수용하였다는 점을 밝히고자 한다. 한국의 전통사회

에서 며느리의 역할에는 남아의 출산과 양육 및 자녀의 출산 양육이 포함되어 있었다(유안진, 1990: 533). 즉 며느리에게 무엇보다 중요한 의무는 자녀를 출산하는 것이라고 볼 수 있다. 따라서 이들은 부모됨의 과정을 보다 자연스러운 전이로서 받아들일 수 있게 된다. 그러나 서구에서의 부모됨의 가치는 우리와 약간의 차이가 있는 것으로 보인다. 서구에서의 부모기 전이 연구는 LeMaster(1957)로부터 시작되었다고 볼 수 있는데 이 연구 이후 상당기간 동안 자녀를 부부관계에 대한 침입이라고 보는 가정이 지배적이었다. 물론 그 후로 부모됨이 위기라기 보다는 중요한 전이점이라는데 합의하고 이에 따르는 변화를 보는데 주력하고 있으나 실제 대부분의 부모기 전이에 관한 연구(Belsky & Rovine, 1990; Butler, 1987; Cowan & Cowan, 1988)들이 부부관계를 중심으로 관심을 기울이고 있다는 것은 이러한 가정에서 크게 벗어나지 않았다는 의미이기도 하다.

이러한 부모됨을 보는 차이는 자녀관에도 연결되어 나타나는 것으로 보인다. 즉, 전통적으로 우리나라 부모는 자신들의 삶의 연장으로 자녀들의 삶을 받아들이면서 강한 소유관계를 구축하였기 때문에 아동중심적 사회이기 보다는 부모 중심적 사회라고 볼 수 있다(옥선화, 1996: 27). 이러한 자녀관은 자녀와 부모가 분리되지 않은 상태로 가족을 형성하고 이를 통해 획득한 부모의 지위가 긍정적인 효과를 주는 사회였기 때문에 가능한 것으로 여겨진다. 이에 반하여 자녀의 존재가 부부관계와는 별도로 독립적인 인성으로 인정하는 사회에서는 아동의 독자적인 권리라고 하는 것이 우리 사회보다 더 인정될 수 밖에 없다고 본다. 따라서 전통사회가 부모 입장에서 주도권을 쥐 부모 중심의 사회라면 서구의 사회는 부모와 자녀의 지위가 대등한 부부중심의 사회라고 여겨지는 것이다.

물론 사회가 변화하면서 가족에 대한 사람들의 가치관 역시 변화하였다. 특히 여성의 지위가 상승하면서 우리 사회도 점차 부부관계 중심으로 변화하고 있고 특히 젊은 세대에 있어서는 그러한 현상이 더 두드러진 것으로 보인다. 또한 자녀에 대한

가치도 자녀의 독립성을 강조하는 방향으로 변화하고 있다. 그러나 아직도 가족주의 가치 등에 있어서는 부계가족의 기본구조가 변화되지 않고 그대로 지속되고 있다고 한다(옥선화, 1996: 13). 즉, 기존의 전통가치와 서구의 변화된 가치가 혼재되어 있는 상황이라고 볼 수 있을 것이다.

이러한 상황에서 부모됨에 대한 가치도 이러한 영향이 혼재되어 있을 것으로 추측된다. 따라서 자녀의 종속성을 주장하거나 지나친 개별성으로 부부관계의 침입이라는 입장을 견지하는 것은 어느 것도 적절하지 않다고 여겨진다. 즉, 부모됨의 수용이란 측면에서는 아직은 자녀를 통해 완전한 가족을 이루려는 경향과 더불어 자녀로서의 개별적 가치를 존중하는 모습이 나타나고 있다고 보인다.

그리하여 이 프로그램에서도 전통적인 가치를 중심으로 변화된 가치를 수용하는 입장을 취하였다. 즉, 자녀의 개별성을 존중하되, 부모됨에 대한 전이는 당연한 과정으로 받아들이도록 한다. 따라서 부모됨을 부부관계 중심으로 살피는 것은 적합하지 않다고 보았다. 즉, 자녀로 인한 부부관계의 변화에 주목하여 부부관계가 손상되지 않도록 하는 것도 중요하겠지만 그보다는 부모됨으로 인하여 원하던 진정한 가족을 이루었다는 관점을 수용하는 것이다.

따라서 이 프로그램에서는 자녀로 인한 부부관계의 변화에 집착하지 않고 오히려 자녀를 기다리고 있다고 가정하고 어떻게 자녀를 준비된 상태에서 맞을 것인가에 중점을 두었다. 이러한 입장에서 전통적인 태교의 개념을 수용한 것이다. 여기에 말하는 태교란 태아에 대한 교육으로서 이는 단순한 영재를 위한 태중 교육의 의미가 아니다. 부모로서의 준비를 의미하는 과정으로 간주하는 것이다. 이러한 배경에 기반하여 예비부모들은 이 프로그램을 통해서 자녀의 탄생을 긍정적으로 수용하고 이를 준비할 수 있게 될 것이다.

4. 프로그램의 목적과 내용

이 프로그램의 목적은 부모기 전이시기에 있는 가족의 적응을 증진시키는 것이다. 이를 위하여 서

서히 자녀의 존재를 받아들이고 준비함으로써 적응해 가는 과정을 거치도록 하였다.

예비부모의 가족 적응력 증진의 구체적인 목표로는 첫째, 부모들이 이제 경험하게 될 부모기란 무엇인지를 이해하게 한다. 두번째로 자녀가 탄생하기 전에 가족의 토대가 되는 부부관계를 강화한다. 세번째로는 이렇게 마련된 토대위에서 자녀의 존재를 수용하고 실제적인 준비를 한다이다. 따라서 이러한 3가지 구체적 목표를 이룰 수 있는 3과정을 준비하였다. 즉, 부모기와 관련 이론을 토대로 한 기초과정과 부모 역할을 수행하게 되는 부부를 중심으로한 부부의 준비과정, 그리고 마지막으로 자녀를 받아들이고 양육하기 위한 부모과정의 3과정이다. 또한 마지막 단계에는 실제적인 자녀양육 훈련 과정을 포함함으로써 이들이 실제적인 기술을 습득할 수 있도록 배려하였다. 전 과정을 간단하게 표현하자면 다음의 <그림 1>과 같다. 이러한 총 8단계의 프로그램을 거침으로 해서 부부는 부모노릇에 대한 가치 확립과 교육을 통한 정보의 습득 그리고 훈련을 통

<그림 1> 예비부모교육 프로그램 모형

기초 과정	
1단계: 부모기에 대한 이해	SESSION 1: 부모가 된다는 것은?
2단계: 부모 역할 이론	SESSION 2: 부모노릇은 정말 힘들고도 즐겁네요.

부부관계 강화과정	
3단계: 부부관계의 안정성	SESSION 3: 아가야, 엄마, 아빠는 이렇게 서로 사랑한다.
4단계: 임신중의 변화	SESSION 4: 아기의 임신과 출산
5단계: 재정계획 세우기	SESSION 5: 부모가 되려면 경제적인 준비는 어떻게 하나요?

부모 자녀 과정

6단계: 태교	SESSION 6: 나 좀 보아 주세요.
7단계: 성역할태도	SESSION 7: 우리 아기는 어떤 남자와 여자가 될까요?
8단계: 자녀양육 실습	SESSION 8: 아기는 이렇게 돌봐야 한대요.

한 기술습득이라는 본 프로그램의 최종 목표를 달성할 수 있을 것으로 기대한다.

5. 프로그램의 실시

여기에서 구성된 예비부모교육 프로그램은 매주 토요일 오후를 이용하여 한 주에 한단계씩 실시할 계획이다. 따라서 본 프로그램을 종료하기까지 총 8주가 소요되며 각 단계는 매번 2시간을 기준으로 하여 실시할 예정이다.

II. 프로그램의 구성

1. 기초과정

기초과정은 전반적인 부모기에 대한 이해와 부모 역할에 관련된 이론 중심의 단계로 구성되어 있다. 이러한 과정을 통하여 예비부모들은 자신들이 경험하게 될 부모노릇이 어떠한 것인가에 대한 총체적인 이해를 돕고자 하였다.

1) 부모기에 대한 이해

자녀의 임신으로 시작되는 부모기는 부부에게 있어 생물학적인 의미와 심리적인 의미에서 모두 매우 중요한 시기라고 볼 수 있다. 이는 자녀의 탄생으로 인하여 부모가 되는 것이지만 부모 입장에서는 개인의 성장과 발달기회를 갖게 되는 커다란 인생의 전환점이 된다는 뜻이다.

그러나 이러한 부모기가 아직 부모가 되지 않은 이들에게는 막연한 상상이자 미지의 세계일 수 있을 것이다. 따라서 여기에서는 부모기에 대하여 여러 학자들이 논의한 바를 소개함으로써 예비부모들의 부모기 자체에 대한 이해를 돕고자 한다. 부모기에 대해서 개인의 발달이라는 측면에서 부모기가 미치는 영향(Newman & Newman, 1988), 부모 역할과 다른 역할의 차이점(Rossi, 1986), 그리고 부모 역할에 대한 사회적 태도라는 3가지 측면(LaRossa, 1986)에서 살펴봄으로써 부모기가 무엇인가를 규정하고자 한다.

또한 이 단계에서 가장 중요한 것은 이러한 학자들의 논의를 통한 이해 이외에 이 프로그램에 참석하게 된 사람들이 프로그램 참여의 동기지움이라고 볼 수 있다. 특히 가장 첫 번째 만남이라는 점을 상기한다면 이 단계에서는 특히 자녀가 자신의 인생에서 어떤 의미이어야 하는지, 이러한 프로그램에 참석하는 것이 어떤 의미를 갖는지 등에 대하여 본격적인 프로그램의 실시에 앞서 짚어줌으로써 전반적인 이해와 앞으로의 참석을 연결지을 수 있을 것

으로 본다.

2) 부모역할 이론

여기에서는 역할의 증가라는 점에 초점을 두고 지금까지 알려진 역할이론을 통해 부모기 전이를 이해하도록 구성하였다. 따라서 역할긴장이론과 역할축적이론을 살펴보고 역할긴장에 따른 대처방안을 살핌으로서 부모역할로 인한 결과를 예측하고 준비하고자 한다.

역할긴장이론은 기본적으로 역할의 증가가 한정된 시간과 자원에 대한 경쟁을 불러와 긴장감을 불러일으킨다고 보는 것이다. 따라서 이를 부모 역할에 연관지어 적용해 보자면 부모가 됨으로 해서 나타날 수 있는 역할긴장을 준비하고 이에 대처하는 방식에 대한 정보를 제공하여 미리 준비하는 것이 도움이 될 수 있을 것이다.

이러한 역할긴장에 대한 대처행동은 연구에 따라 다양하게 정의되어 사용되고 있으나 여기에서는 조은숙의 연구(1997)와 Ventura와 Boss의 연구(1983, 가정관리연구회역, 1991서 재인용)을 토대로 하여

SESSION 1. 부모기에 대한 이해: 부모가 된다는 것은?

진행과정	내 용
목표	1. 프로그램에 대한 소개와 규칙을 정한다. 2. 참석자들의 라포를 형성한다. 3. 부모기에 대한 이해를 돕는다.
준비물	펜과 종이
강의내용 10분 20분	1. 프로그램에 대한 전반적인 내용과 규칙을 소개하고 동의를 얻는다. 2. 부모가 된다는 것이 어떤 의미인지를 강의를 통해 이해를 돕는다. 일반적인 부모들에 대한 기대 부모됨의 동기 부모의 역할의 특성 부모기에 대한 사회적 태도
활동 및 실습 30분 20분 20분 20분	1. 라포형성을 위하여 각 부부가 자신들의 특성을 표현하고 프로그램 중에 부를 수 있는 명칭(동물, 식물, 사물)을 정하고 이를 설명하게 한다. 2. 모든 참석자들의 나눔을 위한 동작게임(뜨거운 감자 주고 받기, 공던지기 등). 3. 자신들의 부모들을 회상하여 가장 고마웠을때와 섭섭했을때를 이야기하기. 4. 자녀가 자기 인생에서 갖는 의미를 부부가 각기 설명하고 느낌 나누기.
과제 및 종결 10분	종결 부모란 어떤 존재인가에 대하여 논의하기

부모기 전이 상황에 맞게 수정하여 적용하였다. 첫째, 다중역할관리행동으로서 이는 우선순위설정·계획하기·직장일과 가족일의 구획화·정해진 시간내에 일하기·열심히 일하기 등 같이 동일한 시간과 에너지를 투입하여 최대의 역할수행을 꾀하고자 하는 관리행동이다. 둘째, 역할감소 및 표준조절행동으로 가족이나 직장에서 더 이상의 역할수행을 거절하거나, 적절한 선에서 역할의 표준을 조절하여 역할을 줄이는 행동이다. 그러나 부모 역할의 경우에 역할 거절은 있을 수 없으므로 부모 역할과 다른 역할의 경쟁시 어디에 우선순위를 둘 것인가를 결정하고, 우선순위를 점하지 않은 역할에 대한 표준을 낮추는 방식으로 역할긴장에 대처해야 할 것이다. 세 번째는 부부체게강화 행동이다. 네 번째는 사회적 지원이다. 이 사회적 지원 행동은 다시 두가지 차원에서 분류해볼 수 있다. 하나는 가족내부에서 물질 자원 관리의 측면에서 자발적으로 이루어지는 사회적 지원으로서 일종의 가사노동의 사회화 행동이라고 볼 수 있다. 즉, 우선적인 부담이 요구되는 부모역할에 따른 가사노동 이외에 다른 가사노동을 사회화 하는 방법이다. 또한 자녀양육에 따른 가사노동 역시 사회화 될 수 있는 영역은 재화와 서비스를 구매함으로써 역할과중을 줄이는 방법을 말한다. 또 하나는 가족으로 주어지는 사회적 지원을 활용하는 것이다. 다섯번째는 긍정적 관점유지 행동으로 새롭게 주어진 부모역할에 대하여 자녀가 주는 만족감과 자녀의 가치를 긍정적으로 평가하는 것으로 대처하는 방식이다.

이처럼 역할긴장에 대한 대처행동을 통하여 새롭게 부과된 부모 역할과 기존의 다른 역할과의 긴장이 생길 수 있다는 것을 교육을 통하여 미리 알려 줌으로써 부모들이 그러한 역할긴장에 준비하게 하는 효과를 기대할 수 있을 것이다. 또한 실제 역할긴장이 생길 경우 그에 대한 대처행동을 교육함으로써 부모역할과 기존역할과의 긴장을 다루는 방법을 습득하게 할 수 있을 것으로 기대한다.

이에 반하여 역할축적이론에서는 자아란 개인이 가지고 실행하는 사회적 지위로 구성되므로 사회적 정체감의 세트라고 개념화되며 다중정체물입으로부

터 도출된 존재감은 오히려 불안과 절망을 줄여준다(Thoits, 1986; Thoits, 1983). 물론 이같은 견해가 앞서 말한 다중역할에서 오는 긴장이나 그로 인한 부정적 측면을 무시하는 것은 아니지만 기본적으로 다중역할로 인한 이익이 이로 인한 과중이나 갈등에서 오는 긴장보다 더 크다고 보는 것이다(Sieber, 1974; Thoits, 1983; Verbrubbe, 1983).

부모기 전이기에 있는 부부에게 이러한 전망을 적용하자면 부모 역할의 전이로 인하여 이들이 얻는 이익이 그로 인한 비용을 초과한다고 보는 관점이다. 즉, 자녀와의 상호작용에서 보여주는 자녀에 대한 절대적인 권리는 오직 부모만이 누릴 수 있는 권리이며 부모가 됨으로써 다른 사회적 관계망도 넓어지고 성인이 되었다는 인정을 받을 수 있다. 또한 부모 역할의 경험으로 인하여 다른 역할도 잘 수행할 수 있는 자원을 갖게 되는 것이고 여성의 경우는 시가 가족들과의 관계가 원만해지는 효과도 따를 수 있다. 그리고 무엇보다 다른 어떤 경험보다도 부모됨의 경험이 개인 인성의 성장을 꾀할 수 있어 부모기 전이로 인한 비용보다 이익이 더 상당하다고 볼 수 있다.

따라서 이러한 역할전망을 예비부모교육에 적용하자면, 부모가 됨으로써 어떠한 변화가 있을 수 있고 그러한 경험이 개인에게 어떤 도움을 줄 수 있는가를 교육하는 것이 효과적일 것이다. 또한, 역할의 추가로 인한 여러가지 이익을 교육대상자들이 적극적으로 찾게 하는 방법을 취한다면 실제 전이가 이루어지고 난 후에 자신이 가진 이익을 더 활용하게 할 수 있을 것이다.

2. 부부관계 강화과정

이 과정은 기존의 부부관계를 강화하는 과정으로 구성되어 있다. 그러나 부부관계 강화과정이라 하여 자녀를 제외한 부부관계에만 초점을 두는 것은 아니고 자녀를 맞이하기 위한 준비를 부부의 입장에서 하자는 것이다. 즉, 자녀가 탄생하기 전에 기존의 부부관계를 공고히 하고 임신중 부부의 할일과 앞으로 늘어나는 재정 요구에 대한 계획을 부부가 미

SESSION 2. 부모역할이론: 부모노릇은 정말 힘들고도 즐겁네요

진행과정	내용
목표	1. 부모 역할의 추가로 인하여 경험하게 될 수 있는 역할긴장을 이해한다. 2. 부모역할로 인해 누리게 될 즐거움과 만족에 대해 이해한다. 3. 역할갈등이 발생시 이에 대처할 수 있는 대처방안을 습득한다.
준비물	종이와 펜, 역할 파이표를 그릴 수 있는 원, 역할긴장과 대처에 관한 질문지
강의 30분	1. 역할긴장에 대한 이해와 대처방안 2. 부모역할이 갖는 만족감과 우리나라의 상황에 대한 이해 3. 부모의 의무와 권리, 아동의 의미와 권리.
활동 및 실습 20분	1. 현재의 시간계획표를 구성하게 한다. 만약 어린아이가 있다면? 이라는 가정하에 시간표를 다시 작성하게 한다.
20분	2. 역할의 파이 그리기 : 현재의 역할 파이와 부모 역할 추가시 원하는 역할의 파이를 그린후 부부가 먼저 논의한 후 느낌 나누기
10분	3. 1, 2 실습후 이를 연관지어 어려움을 예상해보고 부부가 논의하기.
20분	4. 역할긴장과 대처방식에 대한 설문지 자신의 역할갈등과 대처방안, 그리고 각 대처방안의 효율성에 대해 발표하기 부부가 서로의 발표에 대한 느낌 나누기
10분	4. 자녀가 있다면 이런점이 좋을 것 같아요. 발표하기
과제 및 종결 10분	종결 1. 부모역할이 어렵지만 큰 만족감이 있다는 것 강조하기

리 세움으로써 준비하는 것이다.

1) 부부관계의 안정성

부부는 가족생활의 중심이 되는 관계라고 볼 수 있다. 부모자녀 관계가 부부관계 보다 우선되는 전통 사회와는 달리 현대의 핵가족은 부부간의 사랑이 그 가족의 안정성을 좌우하는 중요한 요인이 된다고 볼 수 있다. 따라서 결혼을 한 가족의 시작으로 간주할 때 그 결혼을 이루는 부부간의 관계가 안정적이라는 것은 이후에 가족원으로 구성되는 자녀에게 있어 매우 안정적인 가정환경을 제공할 수 있는 중요한 요인이 되는 것이다.

이러한 부부관계의 중요성은 특히 부모기 전이 시기에 있어 더 중요하다고 볼 수 있다. 부모기로의 전이과정에서 보면, 첫자녀의 출생으로 인하여 총체적인 부부관계는 변화하지만 그와 더불어서 개별적인 부부관계는 안정적인 측면이 나타난다. Belsky, Spanier와 Rovine(1983)의 연구를 보면, 측정기간동

안 상대방에 대한 평가가 계속 유지되어 불만을 보고한 부부는 계속 부모가 되어서도 불만을 느끼는 것으로 밝혀졌으며 Wallace와 Gotlib (1990)도 임신 기간중의 낮은 결혼적응이 자녀출산으로 인하여 좋아지거나 하는 것이 아니라 높은 점수를 보인 부부가 출산 후에도 계속 높은 점수를 보인다고 하였다. 국내의 경우도 예외는 아니어서 임신기의 결혼적응이 출산이후의 결혼적응이 영향을 미치며 전이로 인한 결혼적응의 감소는 임신기 결혼적응이 낮았던 집단이 더 큰 것으로 나타났다(고선주·옥선화, 1993b). 따라서 부모기 전이에 따른 부부관계의 안정성을 지지한다고 볼 수 있을 것이다.

그러므로, 부부관계의 안정성이라는 측면에서 아직은 부부관계가 중심이라고 볼 수 있는 임신중의 부부들을 상대로 한 예비부모교육 프로그램에서 이들 부부의 관계를 공고히 할 수 있는 부분이 포함되어야 할 것이다. 그래야만이 안정된 기반 위에서 자녀를 맞이할 수 있을 것이다.

SESSION 3. 부부관계의 안정성: 아가야, 엄마, 아빠는 이렇게 서로 사랑한다

진행과정	내용
목표	1. 부부간의 사랑의 의미와 서로간에 사랑의 표현방식에서 차이가 있음을 이해 하기 2. 서로에 대한 기대를 이해하기 3. 부부관계에서의 호혜성을 이해하기.
준비물	크레파스, 종이, 스티커, 펜
강의 30분	1. 부부관계에서 사랑의 갖는 의미와 자녀에게 미치는 영향에 대한 이해. 2. Sternberg의 사랑의 삼각형 - 삼각형의 3요소. - 자신과 타인의 삼각형, 표현과 인식의 삼각형 - 사랑의 종류
활동 및 실습 40분	1. 각자 원하는 우리 부부의 사랑의 삼각형 요소 정하기 - 서로가 정한 삼각형의 3요소를 비교하고 논의하기. 모두가 차례대로 발표한 후 느낌 나누기. - 차이가 나는 부분을 조정하여 3요소를 정하기. - 각 요소의 색깔을 지정하여 삼각형의 그림을 완성하기 - 완성된 삼각형을 서로 보여주고 느낌 나누기 2. 일상적 배려 기법 - 배우자가 자신에게 해주었으면 하고 바라는 항목 나열하기 (단 구체적인 것이어야 하고 긍정적인 것이며 일상적으로 해줄 수 있을 만큼 작은 것이며 최근의 갈등과 무관한 일이어야 한다는 기준을 만족할 것) - 서로가 합의해서 5가지씩 정하고 서로가 원하는 내용의 차트 만들기
과제 및 종결 10분	과제 1. 일상적 배려기법 차트를 집에 가져가서 냉장고에 붙이기 - 원하는 항목이 나올때마다 스티커로 붙이기 종결 좋은 부모가 되기 위해서는 좋은 부부가 먼저 되어야 한다는 것을 강조하기

2) 임신중의 변화

우리나라에서 체계적인 예비부모 교육을 실시하고 있는 곳은 없으나 산부인과 병원이나 분유회사 등에서 임신부를 대상으로 하여 '육아교실'이나 '산모교실' 등의 이름으로 일회성의 산발적인 교육은 꾸준히 실시되고 있다고 볼 수 있다. 따라서 부모기 전이를 앞둔 부모들을 대상으로 한 체계적인 교육 프로그램을 구성하기 위하여 이러한 기존의 교육 내용을 검토해 보는 것이 프로그램 구성에 도움을 줄 수 있으리라 본다. 비록 이러한 교육 내용이 체계적이고 이론적인 배경이 없다고 해도 환자 와 소비자에 대한 서비스적 차원에서 구성된 것으로 임신부들의 실질적인 관심사를 반영하고 있다고 볼 수 있다. 따라서 이러한 강좌를 예비부모교육에

흡수하여 구성하고자 하였다. 이를 위하여 산발적인 프로그램들을 수집, 분석한 결과가 다음의 <표 1>에 제시되어 있다.

위의 <표 1>에 나타난 결과를 보면 모든 병원에서 제공되는 교육내용은 주로 임신과 출산 과정에 집중되어 있어 주로 출산을 돕는 프로그램으로 활용되고 있음을 알 수 있다. 부모기 전이를 앞둔 예비부모를 위한 교육프로그램에서 이러한 병원들의 제공 프로그램에서 중 가장 빈도가 높은 임신과정의 변화와 출산 그리고 산전산후 관리와 모유수유에 관한 내용을 참고하고자 하였다. 이같은 임신과 출산 과정은 신체가 변화하는 경험을 하고 출산이라는 고통을 겪게 되는 당사자와 그 모습을 가장 가까이서 지켜보게 되는 남편들에게 부모로서의 전

<표 1> 산부인과 병원의 임신부를 위한 교육 내용 분석

	임신 과정	산전 관리	자연 분만	라마즈 분만	산후 관리	모유 수유	신생아 관리	산전·산후 체조	피임	이유식	비 고
카톨릭 의대 강남 성모병원	○		○		○	○				○	월 1회
카톨릭 의대 성바오로 병원		○	○	○					○	○	월 2회 등록비 20,000
건국대 부설 민중병원						○					월1회(불규칙)
삼성의료원	○	○	○	○		○	○				주1회(4주)
삼성제일병원				○							주1회
서울대학교병원	○	○	○			○					월2회
순천향대 부속병원	○		○		○	○	○	○			주1회(6주)
아산재단 금강병원			○				○				주1회(주) 90,000(부부교육)
위생병원		○		○	○	○		○			주1회
이대 부속 동대문병원	○		○	○	○	○	○		○		주1회(4주)
이대 부속 목동 병원			○	○	○	○		○			주1회(주) 88,000(부부)
인제대 상계 백병원		일정한 프로그램 없이 그날의 강사에 따라 다르게 운영한다.									주2회
중앙병원		○	○			○					주1회(4주)
차병원	○		○				○				주1회(라마즈 분만 교실 별도 운영)
경희 분당 차병원	○	○	○	○		○					주1회(이외에 유방 암과 한방 내용)
연세 신촌 세브란스 병원		일정한 프로그램 없이 매일 다르게 운용된다.									주1회

이외에 N, M 분유회사에서 비규칙적으로 제공되는 프로그램의 경우 기형아 예방에 관한 내용을 제외하고는 병원에서 제공되는 프로그램과 별다른 차별성이 없어 따로 제시하지 않는다.

이를 가장 절실하게 느끼게 할 수 있는 계기가 될 것이다. 아마도 모든 부부들의 관심이 집중된다고 볼 수 있을 것이다. 따라서 여기에서의 교육프로그램에서도 이같은 임신과 출산과 연관된 교육 내용 수용하되 이러한 내용을 통하여 부인의 임신과 출산을 부부가 우리의 과정으로서 받아들여지게 되며 부부관계에 미치는 전반적인 변화를 서로의 입장에서 이해하고 수용하게끔 하고자 하였다.

3) 재정계획 세우기

출산과 지속적인 자녀양육으로 인한 지출의 지속적인 증가와 가족구성원의 추가에 따른 일인당 주거 공간의 감소, 쾌적한 양육환경 추구에 따른 주거비가 상승 등의 이유로 인하여 첫 자녀의 출산은 재정적인 문제를 야기할 가능성이 크다. 또한 만약 부인이 임신이나 출산등으로 직업을 중단하게 되는 경우에는 가계소득의 감소가 더해지면서 부모가 됨으로써 심각한 재정적인 위기에 봉착하게 되기도

SESSION 4. 임신중의 변화: 아기의 임신과 출산

진행과정	내 용
목표	<ol style="list-style-type: none"> 1. 임신중에 일어나는 모체의 변화를 이해한다. 2. 태아의 발달을 이해한다. 3. 1, 2를 통하여 자녀에 대한 사랑을 키운다. 4. 남편으로서 어려운 시기에 있는 부인을 지원 할 수 있도록 한다.
준비물	태아 발달에 관한 슬라이드물, 임신중의 성체위에 관한 슬라이드물, 종이와 펜, 카드.
강의	<ol style="list-style-type: none"> 1. 임신중 태아의 발달 2. 모체의 변화(태아의 성장에 따른 변화) 3. 분만법 <ul style="list-style-type: none"> - 자연분만 - 인공분만 4. 임신중의 성관계(의미, 주의해야할 시기, 체위) 5. 임신과 출산에 따른 부부관계의 변화
활동 및 실습	<ol style="list-style-type: none"> 1. 부인이 임신중 가장 어려웠던 점 말하기 남편의 칭취 소감 나누기 2. 태아 발달에 대한 슬라이드 시청 후 느낌 나누기 3. 남편으로서 부인에게 어떻게 해주었으면 좋을까 발표하기
과제 및 종결	<p>과제</p> <p>부인의 임신과 출산에 관련하여 부부가 서로에게 받고 싶은 선물 (금전적이지 않은 것)을 카드에 적어 선물하기</p> <p>종결</p> <p>여성의 어려움과 생명의 신비로움에 대하여 언급.</p>

한다.

따라서 부모기 전이시기의 재정계획이 중요한데 특히 이 과정에서 중요한 기능은 우선순위와 시간배열을 결정하고, 여기에 자원배치를 결정하는 것이다(김외숙등, 1992). 물론 모든 가족이 동일한 재정계획을 가지고 실행할 필요는 없으며 각자의 소득에 맞는 적절한 지출수준 또한 다르리라고 예상된다.

이상의 대략적인 개요에 따라 부모기 전이 교육 프로그램에서의 재정관리는 대체로 단기적인 대처와 장기적인 대처 두가지의 접근방식을 따르게 될 것이다. 즉, 단기적인 재정계획이란 임신과 출산에 따른 지출의 증가에 대한 계획이다. 만약 부인이 직업을 그만둔다면 그로 인해 파생되는 효과는 어떠한지, 퇴직금이 있다면 어떻게 준비해야 하는지 그리고 출산에 따른 자금계획을 세워놓았는지 등을 점검하게 하는 것이다. 그러나 부모가 된다는 것은 자녀의 출산으로 끝나는 것이 아니라 출산이후부터

평생 지속되는 지출의 증가를 뜻한다. 따라서 장기적으로 자녀양육에 대한 준비가 요구되는 바이다. 이에 대하여 김외숙 등(1992)이 지적한 바와 같이 자녀와 교육 그리고 주거라는 3 측면이 부모됨과 직접적인 연관이 있을 것이다. 첫째, 자녀측면은 자녀출산과 터울 그리고 자녀에 관련된 경제적 비용에 관한 여러 차원이라고 말할 수 있다. 이를 염두에 두고 자녀의 수와 터울을 조정하는 것이 필요할 것으로 본다. 둘째는 교육으로서 자녀를 대학교육까지 마치는데 드는 비용을 계획하는 것이다. 이는 물론 공교육비뿐 아니라 사교육비 역시 준비해야 함을 뜻한다. 셋째는 주거지이다. 여기에서 주거하고 하면 주택의 형태와 주택이 위치한 지역사회나 도시 등에 다 관련되는 것이다(김외숙 등, 1992: 346-350). 또한 부인이 자녀출산 후에도 계속 직업을 유지할 계획이라면 대리양육자가 누구인가를 고려해야 하며 주거지 선정에 있어서 대리양육자와의 지리적

SESSION5. 재정계획 세우기: 부모가 되려면 경제적인 준비는 어떻게 해야 하나요?

진행과정	내 용
목표	1. 출산에 따른 재정요구 이해하기 2. 자녀양육에 대한 재정 요구 이해하기 3. 전반적인 재정계획에 대한 계획 세우기
준비물	가계부, 종이, 펜, 출산준비물 상품별 가격표, 계산기
강의 30분	1. 가계부 사용방법-가계부 사용의 장점 2. 자녀 출산에 대한 자금 소요 내용. 병원비, 출산준비물, 산후 간병인 비용, 산후 간병인에 대한 안내. 3. 자녀양육 예상소요.
활동 및 실습 20분	1. 지금까지의 가계부 점검하기. - 가계부 써보기.
20분	2. 출산에 소요되는 액수 계산하고 조달 방법 의논하기 - 출산준비물의 모의쇼핑 - 출산 방법과 병실, 병원에 따른 출산비용, 출산준비물을 준비방법. - 산후 간병인에 대한 결정, 산후조리장소 등을 부부가 의논하여 결정.
20분	3. 자녀양육에 관한 장기적인 계획 세우기 - 출산 터울과 자녀의 수 결정하기 - 주거 계획 세우기 - 교육비 계획 세우기
과제 및 종결 10분	과제 자녀의 발달단계별로 경제적으로 꼭 해주고 싶은 것 정해오기 종결 부모가 된다는 것은 경제적으로도 많은 준비가 있어야 한다는 것으로 마무리.

거리를 고려하지 않을 수 없을 것이다. 따라서 만약 대리양육자와의 지리적 근접성을 확보하기 위해 주거지를 옮기거나 하는 경우 그에 따른 추가된 비용을 어떻게 감당할 것인가 역시 고려되어야 할 사항이다.

실제 교육 프로그램에서는 이상의 장·단기적 차원에서 재정계획을 앞서의 순서에 맞추어 세운후 이를 어떻게 실행할 것인가를 부모가 되는 부부들 스스로가 상의하여 계획을 세우고 세부실행방안을 결정하도록 돕는 것이 적용될 것이다. 이를 위한 구체적인 프로그램의 실시내용은 다음과 같다.

3. 부모 자녀 과정

세번째 과정인 부모 자녀 과정에서는 이제 본격적으로 부모로서 자녀를 어떻게 키워야 할 것인가를 준비하는데 주안점을 두었다. 이를 위해서 우선

태교의 개념을 이용하여 아직 직접적으로 눈에 보이거나 만져지지 않는 태아를 한 가족원으로 받아들일게끔 하는 단계로 구성하였으며 그런 연후에 구체적인 성역할태도를 다룸으로써 어떤 부모가 되어야 할 것인가를 준비하게 하였다. 마지막으로 신생아 중심의 구체적인 자녀양육 기술을 습득하도록 하여 자녀의 탄생을 실제로 대비할 수 있게 하였다.

1) 태교

태교란 임신부가 태중 아기를 위해서 수행해야 할 주의사항의 개념이며 보다 적극적으로는 '교육적 노력'이란 개념(유안진, 1990: 151)으로 수용하고 실천하였다는 점에서 예비부모교육 프로그램 역시 광의의 태교라고 볼 수 있는 것이다.

이러한 태교를 다루는 과정을 예비 부모교육 프로그램에 독립된 단계로서 포함한 것은 이 과정을

SESSION 6. 태교: 나 좀 보아 주세요.

진행과정	내 용
목표	1. 전통태교가 가지는 현대적 의미를 이해한다. 2. 태아를 한 가족원으로 받아들이게 한다.
준비물 강의 30분	퀴즈판, 편지지, 펜, 음악 페이프, 아기 응답지 1. 태교란 무엇인가 2. 모성태교와 부성태교의 실천 3. 현대적 의미의 태교 마음을 넉넉하게 갖기, 아기에 대한 사랑 키우기, 신나게 일하기.
활동 및 실습 30분	1. 아기에 대한 편지쓰기(배경음악: 한동준 '너를 사랑해') - 부부가 서로 편지를교환하고 상대방의 편지를 낭독후 느낌 나누기
10분	2. 아기와 함께 하고 싶은 일 정하기
20분	3. 부부가 서로에 대한 좋아하는 사람과 좋아하는 음악, 좋아하는 음식등에 대한 퀴즈 풀이 - 점수 매기기와 느낌 나누기
20분	서로를 기쁘게 하는 일을 하는 것이 현대적 의미의 태교가 될 수 있다. 4. 내가 아기라면 ... 엄마(아빠)가 이럴때 ... 난 기분이 좋아요. 엄마(아빠)가 이럴때 ... 난 기분이 나빠요.
과제 및 종결 10분	과제 1. 부부가 매일 잠들기 전과 아침에 아기에게 인사하기 종결 태아도 이미 한 가족원이라는 것을 인식하게 하기

통해서 태아를 가족원으로 받아들일 수 있다고 여겼기 때문이다. 즉, 태아를 임신하고 있는 모체는 태동의 과정을 통하여 비로소 태아의 움직임을 느낄 수 있으나 출산 전까지는 아직은 모체의 일부로서 간주되기 쉽다. 그러나 태아로서는 일생에서 가장 중요한 발달 단계를 거치고 있는 것으로 독립적인 생명체로서 존재하는 것이다. 따라서 이 단계에서는 태교의 개념을 빌어서 부모들이 자녀에 대해 더 생각하게 하고 자녀에게 도움이 될 것을 행하고 생각하게 함으로써 자연스럽게 한 가족원으로 배려하게끔 하였다. 즉, 부부만이 존재하는 것이 아니라 어머니 뱃속에 있는 아기를 우리의 한 가족으로 받아들이는 과정을 태교라는 부분을 통해서 이루어가고자 한다.

2) 성역할태도

예비부모교육 프로그램에서 성역할태도를 논의하는 것은 두 가지의 관점에서 비롯된 것이다. 하나는

부부관계에서 남편의 성역할태도가 미치는 영향에 근거하여 부부의 성역할태도를 논의하는 것이고 또 다른 하나는 자녀를 어떤 아이로 키워야 하는가의 관점에서 자녀의 성역할 고정관념에 영향을 미칠 수 있는 요인을 알고자 하는 것이다.

성역할태도에 관한 연구들은 대체로 남편의 성역할태도와 부부의 결혼만족도가 일관된 결과를 가져온다고 보아 남편이 근대적인 태도를 지닐수록 부부의 만족도가 높다고 보고 있으며(대한가정학회, 1990) 부모기 전이후에서도 이러한 결과는 지지되지만 부부의 성역할태도의 일치는 중요하지 않은 것으로 밝혀진 바 있다(고선주, 1997).

따라서 여기에서는 부모기 전이후의 결혼적응에 부부의 성역할태도가 영향을 미친다는 연구결과(고선주, 1997)에 근거하여 부모기 전이를 돕는 프로그램의 일부로서 부부의 성역할태도를 근대적인 방향으로 모색할 수 있는 길을 제시하고자 한다. 물론, 단기적인 교육으로 부인이나 남편이 지니고 있는

성역할태도를 완전히 변화시킬 수는 없지만, 교육과정을 거치는 것이 그렇지 않은 것보다는 근대적인 성역할태도에 대한 방향 모색이라는 점에서 의의를 찾을 수 있을 것이다.

또한 부모기 전이 교육프로그램에서 성역할태도를 논하는 것은 비단 부모에게만 해당하는 것은 아닐 것이다. 이는 장차 가족의 일원이 될 자녀에게 어떤 태도를 견지하게끔 자녀를 양육하는가의 문제와 연관이 될 수 있다. 따라서 성역할태도에 관한 교육 내용은 가정 생활을 이끌어 가는 평등한 동반자라는 입장과 더불어 또 하나의 인간을 성장시켜야 하는 부모의 입장에서 그들의 아들과 딸을 어떻게 키우는 것이 변화하는 사회에서 적응력을 높이고 장차 자녀에 끼칠 영향을 고려해야 할 것이다.

자녀교육에 있어서는 가정 내에서의 부모의 성역할태도도 중요하지만 이에 못지 않은 영향력을 발휘하는 것이 학교 교육이라고 볼 수 있다. 그런데 현재 우리나라의 학교 교육은 성역할 편견제거를 위한 항목이 들어있음에도 불구하고 실제 교과과정에서는 여전히 성역할 고정관념이 지배적인 것으로

나타나고 있다(한국여성개발원, 1993).

따라서 이런 사회에서 평등한 태도를 지닌 자녀로 키우는 것은 쉽지 않은 일이라고 볼 수 있다. 특히 부모의 성역할태도가 근대적인 가정의 여아라면 기존의 성역할 고정관념을 무의식적으로 강조하는 교육과정에 반발할 가능성도 더 클 것이다. 이러한 교육 현실을 굳이 부모기 전이를 앞둔 예비부모 교육 프로그램에서 지적하는 목적은 앞으로 부모들이 어떠한 태도를 견지해야 할 것인가를 자녀가 태어나기 전에 미리 준비하게 하는 데에 있다. 앞서 지적한 바대로 공교육의 교과과정이 성역할 고정관념을 강조하는 교육에 있는 것이 아님에도 불구하고 실제 교육내용은 그렇게 구성되어 있다는 것을 부모들이 자각할 필요가 있는 것이다. 그래야만이 앞으로 자녀가 태어났을때 준비된 상태에서 그들의 자녀를 한 사회의 아들과 딸로서 그리고 남성과 여성으로 양육할 수 있을 것으로 본다.

3) 자녀양육 실습

자녀를 받아들이는 마지막 단계로서 자녀양육 실

SESSION 7. 성역할태도: 우리 아기는 어떤 남자와 여자가 될까요?

진행과정	내 용
목표	성역할에 대한 고정관념을 없애도록 한다. 자녀를 어떤 남성과 여성으로 키울 것인가에 대한 태도를 확립하도록 한다.
준비물	슬라이드, 종이와 펜
강의 30분	1. 남성다움과 여성다움의 의미. 2. 교과서와 대중매체에 나타나 성역할 고정관념, 성의 상품화에 대한 이해. 3. 남편의 성역할태도가 부인에게 미치는 영향.
활동및 실습 20분	1. 나의 아이가 딸이라면? 나의 아이가 아들이라면? 어떤 아들, 딸로 키우고 싶은가에 대하여 발표하고 느낌 나누기. 자녀의 배우자에 대해서도 동일한 실시. 이를 위한 자신의 준비는 어떠한가 평가하기 나의 딸(아들)은 ... 이런 사람이면 좋겠어요. 나의 며느리(사위)는 ... 이런 사람이면 좋겠어요.
30분	2. 부모가 바라는 자녀의 성을 이야기하기. 특정 성을 바라는 이유를 이야기하고 서로가 느낀 점에 대하여 느낌 나누기
30분	3. 교과서나 대중매체에서 다루는 성역할에 대한 슬라이드 상영과 그에 대한 느낌 나누기
과제 및 종결	과제 1. 광고 시청후 소감 적어오기
10분	종결 사회가 어떻게 남성과 여성을 만들어가고 있는가에 대하여 논의

〈표 2〉 부부의 자녀양육 분야의 참여도와 피로도³⁾

영역	부부	참여도	신체적 피로도	피로도지수 (신체적 피로도 / 참여도)
1. 밤에 아기를 들보러 일어난다.	부인	4.38	3.52	0.80
	남편	2.46	3.05	1.24
2. 함께 놀아주거나 칭얼댔 때 얼러준다.	부인	3.88	2.92	0.75
	남편	3.05	2.47	0.81
3. 아기의 옷이나 기저귀를 세탁한다.	부인	4.37	2.67	0.61
	남편	1.96	2.41	1.23
4. 아기를 목욕시킨다.	부인	4.11	2.38	0.58
	남편	2.60	2.15	0.83
5. 아기에게 우유(이유식, 밥)을 먹인다.	부인	4.00	2.24	0.56
	남편	2.81	2.13	0.76
6. 아기가 아플 때 병원에 데려가거나 돌보아준다.	부인	4.21	2.42	0.57
	남편	2.77	2.05	0.74

습에 관한 단계를 구성하기에 앞서 부모들이 이러한 양육에서 느끼는 어려움이 어떠한가를 알아보고자 하였다. 첫 자녀가 생후 1년이 지나지 않은 284쌍, 586명을 대상으로 이들이 행하고 있는 각 자녀양육의 참여 정도와 그러한 자녀양육 행동이 얼마나 힘들다고 느끼는지를 묻은 신체적 긴장감의 내용을 구체적으로 살펴보자면 다음과 같다. 이러한 측면을 평가하기 위하여 고선주의 연구(1996)에서 분석된 자료를 이용하였다. 즉, 참여도¹⁾란 자녀양육 참여 척도로 조사된 것이며 피로도란 이러한 참여에 대하여 어느 정도나 피곤함을 느끼는 가를 5점 리커트 척도로 평가한 것이다²⁾.

위의 〈표 2〉를 참여도와 신체적 피로도 그리고 피로도를 참여도 점수로 나누어 본 피로도 지수³⁾를 각기 살펴보자면 부모기 전이를 돕는 프로그램에서 실제 교육해야 할 내용을 추출하는데 도움이 될 것이다.

먼저 참여도의 경우 모든 영역에서 부부간의 참여도는 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 차이는 통계적으로 검증해 보아도 $p < .001$ 수준에서 유의미하다.

두 번째로 이들이 이러한 자녀양육 영역을 실천함에 있어서 어느 정도의 신체적인 피로도를 느끼는가 하는 질문에서는 모든 대답이 '약간 피곤하

다'인 3점과 '거의 피곤하지 않다'인 2점 중심으로 분포되어 있음을 알 수 있다. 그러나 흥미로운 것은 이러한 응답에서 부부간의 뚜렷한 차이가 발견되지 않는다는 것이다. 물론, 점수상으로는 모든 영역에

1) 참여도란 〈표 2〉에 제시된 각 내용에 대하여 부부 각기 어느 정도나 참여하는가를 5점 리커트 척도로 측정하는 것이다. 부부 각기 자신의 참여도를 각자 평가하게 하였으며 '항상 내가 한다' 5점, '거의 내가 한다' 4점, '가끔 내가 한다' 3점, '거의 내가 하지 않는다' 2점, '전혀 내가 하지 않는다' 1점으로 평가하였다. 따라서 표에 제시된 점수는 각자 자신의 참여만을 평가하도록 한 것으로 점수가 높을수록 자신의 참여가 높다는 뜻이지 배우자의 참여가 반영된 것은 아니다.

2) '늘 피곤하다' 5점, '자주 피곤하다' 4점, '약간 피곤하다' 3점, '거의 피곤하지 않다' 2점, '하나도 피곤하지 않다' 1점으로 구성되어 있다.

3) 본 자료는 고선주의 박사학위논문 '부부취업가족의 부모기 전이후 결혼적응'을 위해 수집된 자료중에서 발췌하여 추후분석한 자료이다.

4) 피로도 지수란 자신이 참여한 것에 비하여 어느 정도의 피로를 느끼는 가 하는 것으로 동일 내용으로 측정된 신체적 피로도 지수를 참여도를 나눈 값이다. 피로도 지수에서 1이 넘는 것은 참여한 것에 비하여 피로도를 더 많이 느낀다는 의미이며 1이 넘지 않는 것은 참여한 것에 비하여 피로도를 적게 느낀다는 의미이다. 물론 여기에서의 점수가 어떤 절대적인 의미가 있는 숫자라고는 볼 수 없으나 부부의 피로도와 참여도의 관계를 분석하는데는 하나의 지표가 될 수 있을 것이다.

서 부인들이 더 신체적인 피로도를 느끼는 것으로 나타나고 있다. 그러나 이 차이는 앞서 참여도의 차이에 비하면 미미하게 보인다. 이러한 차이를 좀 더 명확하게 분석하기 위하여 편이상 연구자가 피로도 지수라는 것을 개발하여 적용하여 보았다. 이러한 피로도 지수를 살펴보면 흥미로운 것은 모든 영역에서 남편의 피로도 지수가 부인보다 훨씬 높게 나타나고 있다는 사실이다. 즉, 앞서 참여도는 남편이 약하고 피곤하다고 느끼는 정도 또한 부인 보다 약하지만 참여도에 비하여 신체적 피로를 느끼는 정도인 자녀양육 피로도 지수 정도는 남편의 경우에 훨씬 더 심각한 것을 알 수 있다. 특히, 부인의 경우에는 1이 넘는 영역이 하나도 없는데 비하여 남편의 경우에는 '아기의 옷이나 기저귀를 세탁한다'와 '밤에 아기를 돌보러 일어난다'의 영역이 피로도 지수가 1이 넘게 나타나고 있다. 그러나 이 외에도

모든 영역에서의 차이가 남편의 피로도가 부인보다 훨씬 높게 나타나고 있다.

따라서 이러한 결과로부터 교육 프로그램에 적용할 수 있는 시사점을 정리해 보았다.

첫째, 가장 중요한 것으로서 각 영역에서 구체적인 참여도를 높이기 이전에 왜 남편들이 자녀양육 역할을 수행해야 하는가에 대한 논의가 이루어져야 할 것이다. 특히 저조하게 나타난 세탁영역의 경우에 아마도 전통적으로 남성의 역할이 아니라는 의식으로 인한 결과로 볼 수 있다. 그러므로 우선 자녀를 양육한다는 것에 대한 실제적인 행동에 어떠한 것이 있는지 그리고 그러한 역할을 어떻게 해 나가야 하는지에 대하여 예비 부모들간의 합의가 먼저 이루어져야 할 것이다. 그런 이후에야 각 영역에 대한 접근이 가능하리라고 본다. 특히 밤에 아기를 돌보는 영역의 경우에 여기에서 분석된 대상이 부

SESSION 8. 자녀양육실습: 아기는 이렇게 돌봐야 한 대요.

진행과정	내용
목표	실습을 통하여 실제 양육 기술을 터득한다.
준비물	신생아의 발달을 보여주는 차트, 예방 접종 차트 인형, 욕조, 기저귀(종이 기저귀, 천기저귀), 우유병, 배내옷, 베이비 파우더, 예방접종표
강의 40분	1. 자녀양육에서 부참여의 의미 2. 신생아의 일반적인 특성과 관리의 유의점 3. 유아의 발달에 대한 강의 4. 모유 수유의 장단점과 모유수유를 위한 준비 5. 예방접종
활동 및 실습 20분	1. 신생아 목욕시키기 욕조와 인형을 이용한 목욕 실습 온도를 맞추후 목가누기와 배꼽치리에 주의하도록 한다.
20분	2. 신생아의 수유 신생아 안기, 모유 먹이기, 우유병 관리(우유소독-전자렌지 이용법, 증기법, 열탕법 소개) 분유조제법과 수유법(인형을 이용한 수유실습)
20분	3. 기저귀 사용법 종이기저귀(팬티형, 패드형) 사용법, 기저귀 카바 사용법 천기저귀 접는 방법(사각접기, 삼각 접기)
과제 및 종결 20분	실습한 자녀양육 실습중 가장 어려웠던 점과 전체적인 소감 나누기 질의 응답

부취업가족이었음에도 불구하고 참여도에서 차이가 크게 나타나고 있다. 아기가 아플 때 누가 책임을 지는가의 문제 역시 마찬가지이다. 이러한 영역에의 참여는 의식의 변화없이 수행되지 않는 것이다. 자신의 자녀를 키우는 것은 공동의 책임이라는 공감함을 이루는 경우에만이 가능하리라고 본다. 따라서 예비부모교육 프로그램 참여등을 통하여 자녀양육역할의 수행에 대해 생각할 수 있는 기회를 제공한다면 이에 따른 부부간의 합의를 더 원활히 도출해 낼 수 있을 것이다.

둘째, 실제 수행 기술에 관한 영역의 경우 정보제공과 실습을 통한 경험의 획득으로 참여도를 증진할 수 있으리라고 본다. 즉, 세탁이나 목욕, 수유의 경우 정보제공과 실습을 통하여 접근할 수 있다. 신생아를 다루는데는 각별한 주의가 필요하며 이것은 부인이라고 해서 예외는 아니다. 단지 남성들의 경우 평소애 부인들보다 더 그러한 양육 정보나 기술에 차단되어 있으므로 해서 참여하고 싶어도 참여하지 못할 수 있으므로 교육을 통하여 이들이 실제 자녀가 태어났을 때 훌륭한 처치를 할 수 있는 훈련이 필요하다고 볼 수 있다. 이러한 논의를 기반으로 하여 실제 프로그램을 구성한것이 SESSION 8이다.

III. 프로그램의 평가

예비부모교육 프로그램은 약 10쌍, 20명 내외의 사람들을 상대로 하여 실시될 계획이므로 이들을 대상으로 프로그램의 평가를 계획하였다. 이 프로그램의 평가를 위해서는 두 가지 방법을 도입할 계획이다. 즉, 프로그램의 효과를 분석하기 위하여 교육받은 대상을 중심으로한 사전검사, 사후검사의 차이를 통한 효과분석과 교육받지 않은 통제집단과의 비교를 통한 효과분석의 두 가지 방법을 병행할 예정이다.

이를 위하여 먼저, 프로그램이 실시되기 이전인 등록시에 질문지를 통한 검사와, 모든 단계가 종료한지 한 달 후의 사후검사 질문지를 통한 비교방식을 계획하였다. 또한 통제집단과의 비교를 위해서는 등록한 이들과 사회 인구학적 성격이 유사한 통제

집단을 임의로 선정하여 동일한 내용의 질문지를 작성하게 하는 평가를 실시할 예정이다.

또한, 예비부모교육을 받은 집단의 경우는 질문지를 통한 평가방법 이외에 각 과정과 단계별로 교육대상자들이 느끼는 평가를 추가하여 피드백을 받을 예정이다. 그렇게 함으로써 각 단계를 보완할 수 있는 자료로 활용할 수 있을 것이다.

이 프로그램의 효과 분석을 위한 척도는 주로 부모로서의 정서적 긴장감 척도(고선주, 1996)를 중심으로 하여 부모로서의 준비 상황에 대하여 얼마만한 부담을 느끼는 가를 측정할 것이다. 또한 부모의 유능감 척도(Mcbride, 1989)를 중심으로 한 준비성 척도를 개발하여 효과분석에 사용할 것이다.

VI. 요약 및 제언

자동차 하나를 운전하기 위해서도 일정한 시험을 쳐야 하고 그 능력을 입증할 수 있는 국가 기관의 공인을 받아야 한다. 하물려 신의 창조물에 필적할 수 있는 인간을 생성해 내고 그를 양육하는데 있어서 그 보다 훨씬 더 많은 노력과 준비가 필요하다는 것은 새삼 언급할 필요가 없을 것이다. 그럼에도 불구하고 아무도 부모가 되기 위한 자격이나 준비를 논하지 않는다. 국내의 한 연구(고선주·옥선화, 1993a)에 의하면, 조사 대상자의 70% 이상이 결혼한 지 1년 이내에 임신을 함으로써 부모됨에 대한 충분한 준비가 이루어지 못하고 있음을 암시하고 있다. 그러나 부모됨이라는 것은 부모뿐 아니라 자녀에게 있어서도 매우 중요한 시기가 되는 것으로 갑작스런 변화의 시기이기에 이에 대한 교육과 준비는 더욱 필요하다고 볼 수 있다.

따라서 이 프로그램에서는 예비부모들의 부모기에 대한 적응력을 증진하기 위한 목적으로 한 예비부모교육 프로그램을 구성하고자 하였다. 프로그램의 구성은 기초과정과 부부관계 강화과정, 부모 자녀 과정의 3과정을 통해서 이루어졌으며 각 과정마다 구체적인 단계를 통하여 예비 부모들이 부모기를 이해하고 부부관계를 강화하는 토대위에 자녀를 수용하고 받아들임으로써 부모기에 적응할 수 있도록

록 하였다.

또한 이러한 모든 단계의 구성은 관련 이론이나 선행 연구에 대한 고찰을 근거로 함으로써 타당성을 확보하도록 하였다. 이러한 구성방식은 이 예비부모교육 프로그램이 갖는 독자성이라고도 볼 수 있을 것이다. 이처럼 프로그램을 구성한 이유는 예비부모교육의 효율성을 높이기 위해서이다. 즉 하나의 단계가 독자적인 프로그램으로 작용할 수 있도록 함으로써 대중 강의를 통한 방식으로 교육을 하거나 하는 경우에 충분히 활용할 수 있도록 하였다. 예비부모들을 교육할 수 있는 장은 우리 주위에서 다양하게 마련될 수 있을 것이다. 그것은 대중매체를 통한 방식일수도 있고 강연을 통할 수도 있을 것이다. 따라서 각 상황에 적절하도록 프로그램을 변형할 수 있어야 할 것이다. 또한 여기에서 구성된 프로그램은 소수의 집단을 대상으로 한 경우를 위주로 단계를 구성하였으나 교육 방식에 따라 대규모의 청중을 대상으로 할 경우는 활동이 배제된 강의 중심의 교육도 가능하리라 본다. 프로그램의 단계 역시 실시자의 편의에 따라 줄일수 있을 것이다. 앞에서 제시한 바와 같이 3과정으로 구성되는 것이 아니라 대상과 장소에 따라 한 과정만 집중적으로 다루는 방식도 가능하리라고 본다. 따라서 이 프로그램은 반드시 8단계로 실시되기 보다는 한단계나 하나의 과정만 가지고도 나름대로 수요자의 특성에 맞는 교육이 이루어질수 있도록 응용할 수 있을 것이다.

그러나 이 예비부모교육 프로그램은 실시되지 않은 한계가 있다. 따라서 좀 더 완벽한 프로그램의 구성을 위해서는 반드시 실제 대상자들에게 예비부모교육 프로그램을 실시 한 후에 그들의 평가를 토대로 한 수정과 보완 작업이 요구된다고 본다. 또한 연구자의 통찰에 의해 구성된 프로그램의 내용이기 때문에 실시에서 어려운 점은 발견될 수 있을 것이다. 그러나 문제점이 있다면 보완하는 과정을 거쳐서 더욱 효과적인 예비부모교육 프로그램을 만들 수 있을 것으로 기대한다.

다음은 이 프로그램을 토대로 하여 앞으로의 예비부모교육 프로그램 구성에 있어서 보완할 점은

언급하고자 한다.

앞으로는 예비부모교육 프로그램에서 소식지 형식(News Letter)을 도입하는 것이 적절한 방법이 될 수 있으리라 여긴다. Riley 등(1991)은 Cudaback 등이 제안(1985)한 소식지 형식을 따라 생후 12개월 이하의 유아를 둔 부모에게 이러한 형식의 부모교육을 실시하여 효과를 입증한 바 있다. 이러한 교육형태의 가장 큰 장점은 특정한 대상에게 연관성이 높은 정보를 제공할 수 있다는 점으로 생후 12개월 이하의 유아 부모가 그 한 예라고 볼 수 있다. 그런데 임신기 부부 역시 각 임신 개월 수에 따라 태아의 발달과 모체에 미치는 영향이 다르다. 따라서 독특한 이들만의 관심을 갖게 되므로 한달에 한 번씩 임신 개월수에 적절한 소식지 형식으로 교육을 받는 것이 효과적일 것이다.

둘째, 여기에서 계획된 프로그램들은 모의 취업여부에 대하여는 특별한 관심을 기울이지 않아 별도의 프로그램을 구성하지 않았다. 단지 재정계획을 세우는데 있어 고려할 점으로만 간주하였다. 그러나 동일한 부모기 전이라고 하여도 모가 취업한 경우와 그렇지 않은 경우에 있어서는 전혀 다른 결과를 가져오게 될 것이다. 또한 취업을 계속하는 경우와 출산으로 취업을 중단하거나 휴직하는 경우에도 다른 과정을 거쳐 다른 부모기 전이를 맞이하게 된다고 볼 수 있으므로 이를 고려하여야 할 것이다.

셋째, 예비부모교육 프로그램 대상의 확산문제이다. 여기에서 구성된 예비부모교육 프로그램은 첫 자녀를 임신중인 부부를 대상으로 하여 구성된 것이다. 그러나 부모됨의 준비를 첫 자녀를 임신한 후부터 시작하는 것은 다소 늦은 감이 없지 않다. 그러므로 앞으로는 이 보다 앞선 시기인 신혼기 부부를 대상으로 하는 프로그램, 그리고 학생들을 대상으로 한 교과과정에서의 교육 내용을 위한 내용등이 보완되어야 할 것이다. 또한 신혼기 부부를 대상으로 한 프로그램등에서 예비부모교육만으로 완전한 하나의 프로그램을 구성하기 보다는 예비부부교육이나 부부관계 강화프로그램 등의 한 단계로 편입되어 가는 방식으로 구성할 수 있는 융통성이 요구된다.

실제적인 실시라는 문제와 앞으로도 보완할 점이 있는 교육 프로그램이지만, 부모기 전이를 앞둔 부부를 대상으로 한 예비부모교육 프로그램을 구성함으로써 이들의 적응력을 향상시킬 수 있는 구체적인 프로그램을 마련하였다는데 본 프로그램의 의의가 있을 것이다. 또한 각 단계의 독자성을 살렸다는 점에서 앞으로 실행에서의 운영의 묘가 기대되는 바이다. 이 프로그램을 통하여 사람들이 결혼후 가장 먼저 접하게 되는 어려운 과정인 부모기 전이에 잘 적응하게 되고 자녀를 잘 성장시킬 수 있는 건강한 가정을 이루는데 도움이 되기를 바라는 바이다.

■ 참고문헌

- 1) 고선주·옥선화(1993a). 부모기 전이에 관한 연구 I: 첫 자녀 임신기 부부의 결혼적응, *대한가정학회지*, 31(2), 55-67.
- 2) 고선주·옥선화(1993b). 부모기 전이에 관한 연구 II: 부모기 전이에 따른 부부 결혼적응의 변화, *대한가정학회지*, 31(3), 127-141.
- 3) 고선주·옥선화(1996). 부부취업가족의 부모기 전이후 결혼적응에 대한 이중 ABCX모델의 적용, *한국가족관계학회지*, 창간호, 131-157.
- 4) 고선주(1997). 취업부부의 부모기 전이후 부모로서의 긴장감, 성역할태도와 지배감, *대한가정학회지*, 35(5), 17-32.
- 5) 김외숙·이기영·최은숙(1992). 가족자원관리 한국방송통신대학출판부 *대한가정학회*(1990). 가정학 연구의 최신정보Ⅲ. 아동학·가족학. 교문사.
- 6) 루스 디컨, 프란실 하이버어 저, 가정관리학연구회역(1991). *가족자원관리*. 한울아카데미
- 7) 옥선화(1996). 가족생활의 변화. 이기영·이은영·옥선화·백희영·홍형욱공저. 광복후 가정생활의 변천, (pp1-39). 서울대학교 출판부.
- 8) 유안진(1990). *한국 전통사회의 유아교육*. 서울대학교 출판부.
- 9) 조은숙(1997). 비전문직 취업모의 역할긴장에 대한 대처행동정도과 지각된 대처효율성 및 관련 변수. 서울대학교 박사학위논문.
- 10) 한국여성개발원. 1993. 초·중등학교 교육과정에 나타난 남녀 역할연구. 한국여성개발원 93연구보고서 200-4.
- 11) Arcus, M.(1987). A framework for life-span family life education, *Family Relations*, 36, 5-10.
- 12) Belsky, J., Spanier, G., B. & Rovine, M.(1983). Stability and change in marriage across the transition to parenthood, *Journal of marriage and the Family*, 45, 67-577.
- 13) Belsky, J., & Rovine, M.(1990). Patterns of marital change across the transition to parenthood: pregnancy to three years postpartum, *Journal of Marriage and the Family*, 52, 5-19.
- 14) Butler, M., H.(1987). Effect of the transition to parenthood on the marital subsystem of the family, *Family Perspective*, 21(2), 147-162.
- 15) Cowan, P. C., & Cowan, P. A.(1988). Who does what when partners become parents: Indicators for men, women, and marriage, *Marriage and the Family Review*, 12, 105-131.
- 16) Cudaback, D., Darden, C., Nelson, P., O'Brien, S., Pinsky, D., & Wiggins, E.(1985). Becoming successful parents: Can age-paced newsletters help? *Family Relations*, 34, 271-275.
- 17) Harriman, L. C.(1986). Teaching traditional vs. emerging concepts in family life education, *Family Relations*, 35, 581-586.
- 18) LaRossa, R.(1986). Fatherhood and social change, *Family Relations*, 37, 451-457.
- 19) LeMasters, E. E.(1957). Parenthood as crisis, *Marriage and Family Living*, 19, 352-355.
- 20) McBride, B. A.(1989). Stress and father's parental competence: Implications for family life and parent educators, *Family Relations*, 38, 385-389.
- 21) Newman, P. R., & Newman, B. M.(1988). Parenthood and adult development, *Marriage and Family Review*, 12, 313-337.
- 22) Riley, D., Meinhardt, G., Nelson, C., Salisbury, J. M., & Winnett T.(1991). How effective are age-

- paced newsletters for new parents? A replication and extension of earlier studies. *Family Relations*, 40, 247-253.
- 23) Rossi, A. S.(1986). Transition to parenthood in family. In A. S. Skolnick, & J. H. Skolnick, *Family in Transition(fifth ed)*, (pp. 418-428). Boston: Little, Brown and Company.
- 24) Sieber, S. D.(1974). Toward a theory of role accumulation. *American Sociological Review*, 39, 567-578.
- 25) Thoits, P. A.(1986). Multiple identities: Examining gender and marital status differences in distress. *American Sociological Review*, 51, 259-272.
- 26) Thoits, P. A.(1983). Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American Sociological Review*, 48, 174-187.
- 27) Verbrugge, L.(1983). Multiple roles and physical health of women and men. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 16-30.
- 28) Wallace, P. M., & Gotlib, I. H.(1990). Marital adjustment during the transition to parenthood: Stability and predictors of change. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 21-29.