

여성가장의 자아존중감 향상을 위한 집단프로그램 효과 연구

The Effectiveness of the Group Program for Improving Matriarch's Self-Esteem

한경대학교 아동가족복지학 전공

교 수 최 덕 경*

천안대학교 기독교복지학 전공

조 교 수 강 기 정

천안시 건강가정지원센터

가정교육 팀장 정 은 미**

Dept. of Child & Family Welfare, Hankyong Univ.

Professor : Choi, Deok-Kyung

Dept. of Christian Social Welfare, Cheonan Univ.

Assistant Professor : Kang, Ki-Jung

Cheonan-Si Healthy Family-Support Centers

Family-education team-manager : Jeong, Eun-Mee

〈 목 차 〉

I. 서론

II. 이론적 배경

III. 연구방법

IV. 결과분석

V. 결론 및 제언

참고문헌

〈Abstract〉

The objective of this research is to improved self-esteem of matriarch, and it focused on the verification of its effect by implementing a group program. The followings are the results.

First of all, the matriarchs who participated in the program experienced an increase in their self-esteem, compared to the level before the program.

Secondly, as each session passed, the cohesion of the group members became stronger, and both interest and participation in the program increased.

Thirdly, in terms of the individual changes of the group members, they all deviated

* 주저자 : 최덕경

** 연결저자 : 정은미 (mokja23@hanmail.net)

from the past condition of being overly cautious around each other, and started to display the formation of harmonious personal relationships, showing appreciation and encouragement towards each other.

Key Words : 여성가장(Matriarch), 집단프로그램(Group Program), 자아존중감(Self-esteem)

I. 서론

우리 사회의 급속한 변화는 다양한 가족 형태의 등장을 이끌어내고 있다. 그 중 사회의 관심이 증가되고 있는 가족의 형태가 여성가장 가족이며, 특히 여성가장 세대의 경우, 자녀양육의 문제와 함께 경제적, 심리사회적 문제 등으로 가족복지적 개입을 필요로 하는 경우가 많아서 더욱 주목되고 있다. 높은 결혼연령, 독신생활자의 증가와 함께 이혼, 별거, 각종 산업재해 및 사고 등으로 인한 배우자의 상실 건수도 증가하여 이러한 여러 요인들에 의해 여성가장 세대는 꾸준히 증가하고 있는 추세이다. 즉 전체 가구 중 한부모 가구가 차지하는 비율은 1985년 8.9%, 1990년 7.8%, 1995년 8.6%, 2000년 인구센서스 결과 9.4%로 증가하고 있으며, 이 중 80%가 여성가장 가족으로 나타났다(강기정 외, 2003).

여성가장들은 자녀양육과 함께 가족의 생계를 책임져야 하는 상황 가운데 놓여있기 때문에 이들이 낮은 자아존중감으로 인해 원만한 대인관계 형성이나 사회생활 적응에 어려움을 겪게 되면 이는 곧 가정해체라는 가정적 위기로 이어진다. 따라서 이들의 자아존중감을 높여주기 위한 심리·정서적 서비스의 제공이 무엇보다 필요한 상황이다. 또한 이와 더불어서 노동시장에서 상대적으로 저임금의 불안정한 직업을 가지고 있는 기혼 취업여성(여성가장)이 가족을 부양할 경우 절대적인 소득의 부족에 따라 빈곤으로 인한 교육문제, 의료비

문제, 주거문제 등을 경험할 가능성이 높기(옥선화 외, 2002) 때문에 이들이 안정된 직업과 수입을 통해 경제적으로 자립할 수 있도록 돕기 위한 다각적인 사회적, 정책적 뒷받침이 모색되어야 한다. 뿐만 아니라 여성가장의 대부분은 역할과다로 인한 긴장과 스트레스를 겪고 있으며, 이 위에 남편 상실에 대한 소외감, 비애감으로 인해 타인에 대한 불분명한 분노감이나 적대감과 같은 심리적 문제를 갖게 되기도 한다.

빈곤 여성가장들의 심리·사회적인 문제는 이들의 효과적인 자활 및 빈곤탈피에 부정적 영향을 미치며(김은선, 2005), 자아존중감 같은 심리적 자원이 취업에 영향을 미친다는 연구 결과(진미정, 2003; 심은희, 2002; 정기선, 2000)를 통해서도 알 수 있듯이, 이들의 이러한 심리사회적 특성은 사회생활 적응에 있어서의 하나의 장벽으로 작용하기 때문에 이들의 낮은 자아존중감을 향상시키고 이와 함께 원만한 인간관계를 형성토록 도움으로써 사회적응력을 높이는 것은 이들의 자립에 있어서 매우 중요한 관건이 된다.

특히 여성가장의 증가는 빈곤의 여성화라는 사회적 문제를 야기하고 있으며(윤홍식, 2004), 여성가장 가구의 87%가량이 경제적 어려움에 처해있고(김영란, 1998), 여성가장 가구의 절반에 가까운 43.7%가 장기적인 빈곤상태에 있는 것으로 나타났다(금재호, 2001). 이는 여성인력 개발센터 등에서 직업훈련을 받고 있는 여성가장들의 직업훈련 후 취업성공률이 일반 여

성들에 비해 떨어지는 것을 보아서도 알 수 있으며, 따라서 이들의 성공적 사회적응과 자립을 위해서는 무엇보다 자아존중감을 증진시킴으로써 심리사회적 요인인 자신감 결여, 대인관계에 있어서의 심리적 위축 등의 문제를 해결하는 것이 우선 과제를 보여준다.

지금까지의 여성가장을 대상으로 한 국내 선행연구들은 주로 여성가장세대의 생활실태(옥선화 외, 2003; 옥선화 외, 2001; 조미희, 1999, 김경희, 1998), 빈곤문제(옥선화 외, 2003; 옥선화 외, 2002; 옥선화 외, 2001, 한국여성개발원, 1998), 자조집단 형성(조성혜, 1997), 교육 및 상담프로그램 개발(김득성, 2001; 김경신, 1999, 2003; 유영주·오윤자, 1990), 정책적 문제(장혜경 외, 2001; 김태현 외, 2000; 최연실, 1999), 가족관계 적응(옥선화 외, 2004; 한국여성개발원, 2002) 등을 다루는데 그치고 있어서 여성가장이 겪고 있는 보다 심리적이고도 정서적인 문제를 해결하고 심리적 자원을 개발하기 위한 근본적 대책 마련에 접근하지 못하고 있는 것으로 보인다.

반면 외국의 여성가장 관련 연구에서는 여성가장가족의 문제에 대한 개입 및 실천적 접근법을 제시하는 연구(Umberson, Wortman & Kessler, 1992; Johnson, 1986; Bankoff, 1983; Mclanahan, Wedmeyer & Adelberg, 1981; Vachon, Lyall, Psycho, Rogers, Freeman-Letofsky & Freeman, 1980)들이 1980년대부터 진행되기 시작하였으며, 최근에는 여성가장들의 심리·사회적 요인뿐 아니라 인구학적 요인까지 고려한 프로그램의 제공이 취업과 고용유지에 효과적이라는 연구(Danziger et al, 1999)가 진행되었다. 이로써 여성가장의 자아존중감 증진 등과 같은 심리적 자원을 개발하기 위한 전문적 임상사회사업 측면의 치료 프로그램을 통하여

이들이 처한 위기상황을 보다 더 효과적으로 극복할 수 있다는 사회적 지지의 효과성 입증 등으로 실천적 접근에 주력하고 있는 것으로 나타났다.

따라서 본 연구에서는 여성가장을 위한 복지지원체계로서의 직접적이고 실제적인 접근 방안 모색으로, 직업훈련(전통음식 전문가 과정)¹⁾과 병행하여 집단프로그램을 실시함으로써 여성가장들의 자아존중감과 사회적응에 대한 자신감을 증진시키고자 한다. 집단프로그램은 여성가장이 자신감을 가지고 당당한 사회의 한 일원으로 통합될 수 있도록 하기 위하여 자아존중감 향상과 대인관계 증진을 목표로 진행되었으며, 그 가족들이 가족해체의 위기에서 벗어나 여성가장 세대라는 새로운 생활양식에도 건강하게 잘 적응해 나갈 수 있도록 돕는데 연구의 목적이 있다. 이와 같은 연구의 목적과 관련하여 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 집단프로그램에 참여한 여성가장의 자아존중감에 변화가 있는가?

연구문제 2. 회기별 집단 활동 과정의 양상은 어떻게 나타나는가?

연구문제 3. 집단프로그램 종결단계에서 프로그램 목표와 관련한 여성가장의 개인별 변화는 어떻게 나타나는가?

II. 이론적 배경

1. 여성가장에 대한 이해

‘가장’(家長)이라는 단어의 국어사전적 의미인 ‘집안의 어른’, ‘남편’에서 볼 수 있듯이 남성 중심적 사회구조를 가지고 있는 우리사회에서는 ‘가장’이라는 용어 앞에 굳이 ‘남성’이

1) 이 훈련은 C시 여성인력개발센터에서 2003년 9월15일부터 12월 12일까지 총 64일 256시간에 걸쳐 실시된 ‘전통음식 전문가 과정’으로 여성가장들의 자립을 돕기 위한 직업훈련 프로그램이다.

라는 수식어를 붙일 필요가 없는 부자연스러운 것으로 받아들인다. 반면, 이혼이나 사별, 별거, 독신 등의 이유로 가족의 부양자로서의 역할을 담당하고 있는 '여성'에 대해서는 '여성+가장'이라는 용어로 지칭함으로써, 우리사회의 남성 편향적 이데올로기를 나타내고 있다. 이는 남성인 남편이 담당해야 하는 가정의 역할을 여성(혹은 부인)이 담당한다는 점에서 비규범적이라거나 비정상적이라는 의미를(옥선화 외, 2002) 함축적으로 드러내고 있는 것이다.

즉, 가족을 부양하는 가정의 역할은 남성이 담당하고 여성은 가정 내에서 가사노동 및 자녀양육을 담당하는 것이 규범적이라는 고정관념과 남녀차별적인 사회구조 등은 실질적으로 가족의 생계를 책임지고 있는 여성가장에게 더욱 심각한 경제적, 심리사회적 스트레스가 중요인(이재선, 옥선화, 2001)이 되고 있으며, 그로 인해 복합적인 문제에 처할 가능성이 높아 사회복지의 일차적 관심 대상이 되고 있다(조홍식 외, 2003). 이들이 직면하게 되는 다양하고도 복잡한 문제들 가운데 대표적인 것들은, 가족의 생계를 책임져야 함에서 오는 경제적인 문제, 역할과다에서 오는 긴장과 스트레스 등과 같은 심리적이고도 정서적인 문제, 자녀양육의 문제, 여성가장에 대한 우리 사회의 편견으로 인한 낙인감의 문제 등을 들 수 있다.

여성가장이 겪는 경제적 문제는 배우자의 상실로 인한 소득의 감소를 들 수 있으며, 안정되고 충분한 보수를 받을 수 있는 직장 확보에도 어려움을 당하고 있는 것으로 나타났다. 특별히 요즘과 같은 불황의 시기에는 취업에 더욱 어려움을 겪을 수밖에 없는 취약집단으로 분류되고 있으며, 저임금의 시간제 노동에 종사하는 경우가 많아서 교육비나 의료비 등의 필수 생계비조차도 마련하기 어려운 것으로 드러나 문제의 심각성을 말해준다(김경

희, 1998).

또한 여성가장의 정서적 문제는 미래에 대한 불안과 고독, 우울, 절망감, 소외감 등으로 집약할 수 있다. 여성가장은 가사와 자녀양육뿐 아니라, 가족의 생계를 책임져야 할 부양자로서의 역할까지 병행하게 됨으로써 역할과다로 인한 스트레스와 긴장상태를 경험하게 되며 남편과의 이별로 인한 상실감과 소외감은 주변 사람들과의 인간관계를 어렵게 하여 무기력한 상태에 이를 수도 있다. 이와는 반대로 과잉행동을 하거나 타인에 대한 불분명한 분노감이나 적대감을 표출하기도 한다(김인숙 외, 2002). Burden(1980)에 의하면 특별히 저소득이면서 이혼으로 인한 여성가장은 우울에 가장 취약한 집단으로 분류된다.

자녀양육의 문제 있어서는 자녀들을 양육하는 방식에 대한 의논 상대의 부재와 경제활동으로 인해 자녀들과 충분히 시간을 보낼 수 없는 데서 오는 죄책감으로 어려움을 겪기 때문에 감정적으로 흐르기가 쉽고 일관성을 기대하기 어렵다. 또한 여성가장의 자녀들은 부(父)의 결손으로 인한 감독권 및 동일시 대상의 상실 그리고 사회적 통념과 편견에서 오는 압박감과 열등감에 시달리는 것으로 나타났다(조홍식 외, 2003). 여성가장 세대가 된 원인이 부(父)의 사망에 의한 것인지 아니면 이혼에 의한 것인지에 따라 자녀에게 미치는 영향이 다르며 일반적으로 사망에 의한 모자가정의 자녀보다는 이혼이나 별거에 의한 모자가정의 자녀들이 정서적 불안이나 열등감이 심하다(최선애, 1984).

Amato와 Keith(1991)에 의하면 여성가장 세대의 자녀들이 성역할 발달, 일반적인 성격이나 정서발달 그리고 인지능력 발달이 일반가정의 자녀에 비해 느리고 비행이나 자살과 같은 문제행동을 하는 자녀들이 많은 것으로 나타났다. 특별히 빈곤 여성가장의 경우, 자녀에

대해서 동전의 양면과 같은 양가적인 감정을 가지고 있는 것으로 드러났는데, 이는 자녀를 한편으로는 ‘의지’나 ‘기둥’, ‘희망’, ‘위로’라는 의미로 받아들이면서도 다른 한편으로는 빨리 끝내고 싶은 숙제나 귀찮은 존재, 부담스러운 존재로 여기고 있다(옥선화, 성미애, 2004)는 것에서 드러난다. 따라서 여성가장의 취업을 장려하고, 여성가장의 정신건강 증진과 자녀세대에게도 유익한 효과가 있기 위해서는 여성가장뿐 아니라 그 자녀를 대상으로 공공 보육 사업, 방과후 프로그램, 공부방 지원등이 정책적으로 뒷받침 되어야 한다(진미정, 2003).

뿐만 아니라, 일반적으로 우리 사회는 여성에 대한 관념에 있어서 여성은 남성의 보호를 받아야 정상적이라는 인식이 확산되어 있으며, 그 결과 남편이 없는 여성가장들에 대한 사회적 편견은 이들 여성을 함부로 대하고 그 가치를 격하시키는 행동을 유발한다(김인숙 외, 2002). 이러한 사회적 편견은 여성가장들을 더욱 심리적으로 위축되게 만들며, 자신에 대한 부정적 정체감을 갖게 함으로써 사회생활이나 가정생활 전반에 걸쳐 어려움을 겪게 한다.

여성가장이 겪는 이와 같은 다양한 문제들 가운데서도 경제적인 문제는 여성가장 세대 전체의 생존과 직결되어 있는 문제라고 할 수 있으며, 안정적으로 경제적 자립이 이루어지지 못할 경우 가족해체의 위기를 맞을 수밖에 없기 때문에 무엇보다 시급히 해결되어야 할 과제이다. 특별히 여성가장 세대는 남성세대주 가족에 비하여 빈곤해질 취약점을 더 많이 가지고 있으며, 전 세계적으로 모자가족은 양(兩)부모 가족에 비하여 경제적으로 취약한 것이 일반적인 현상이다(양인순, 2003). 그러므로 집단프로그램을 통하여 자아존중감을 높여줌으로써 여성가장이 겪고 있는 심리사회적인 정서상의 문제를 해결하고, 이와 병행하여 전문적 직업능력을 갖추도록 훈련함으로써 상실

되었던 자신감을 회복시켜 스스로 자립의 기틀을 마련해 나갈 수 있도록 돕는 것이 필요하다.

2. 여성가장의 자아존중감 향상을 위한 집단프로그램

자아존중감은 자기 자신에 대해 갖고 있는 개인적 가치감이나 긍정적 평가로서, 자아개념을 구성하는 하위요인이다(김태련·장휘숙, 1994). William James(1890)가 나 자신의 능력을 평가하는 것으로 한 개인에 대한 가치감은 가정된 잠재력에 실제 얻게 되는 성취의 비율로 결정된다고 하며 최초로 자아존중감(Self-esteem)이라는 용어를 사용하기 시작하였으며, Mussen 등(1984)은 ‘자신의 지각된 성격 또는 특질에 대한 스스로의 평가, 자신의 속성이나 국면에 대한 자기 평가의 총합’이라고 정의하였다.

Watkin(1978)은 ‘개인의 자기 스스로에 대한 평가로써 일상의 대화나 성격 면에 있어서 개인의 사회적 행동과 역할을 결정하는 중심적 특성’이라고 정의하였으며, Coopersmith(1967)는 자기 자신에 의해서 만들어가는 평가적 차원이 자아존중감이라고 보고 긍정적이거나 부정적인 태도로 표현되며 자신의 능력, 중요성, 성공, 가치 등에 대하여 스스로 어느 정도 믿고 있는지를 나타낸다고 하였다. 즉 자신에 대해 갖는 태도 속에 나타나는 자기 자신에 대한 가치의 판단을 자아존중감이라고 정의한 것이다. 그 외에도 Cottle(1965)은 긍정적인 면과 부정적인 면을 가진 한 차원 위에 놓여있는 가치감에 대한 개인적 판단으로 정의하였다.

대체로 유사한 듯 하면서도 약간의 차이점을 보이는 이러한 여러 학자들의 정의를 종합해 볼 때, 자아존중감은 자기 자신의 가치에 대한 긍정적 평가와 관련이 있으며, 자신감의 정도와도 밀접한 연관을 가지고 있어서 자아

존중감이 높은 경우에는 긍정적 사고방식을 갖게 되며 자신의 약점도 스스로없이 인정하고 수용할 수 있으나, 낮은 경우에는, 부정적이고 소심하며 열등감과 함께 방어적이고 회피적이 된다는 것을 알 수 있다.

즉 스스로에 대해 자아존중감이 높다고 평가하는 사람은 자신의 모든 생활을 가치 있고 보람되다고 생각하면서 활동하기 때문에 진취적이고 발전적이며 원만한 사회생활을 영위할 수 있지만, 그렇지 못한 경우에는 자신을 무가치하고 쓸모없는 존재로 인식하기 때문에 스스로를 확대하고 경멸함으로써 불안하고 소극적인 생활태도를 갖게 된다(Rosenberg M. & Leonard I., 1978).

독립적인 생활태도로 살아가고 있는 여성가장들이 여성가장이라는 현재의 상황을 긍정적으로 정의하려고 노력하는 것을 삶의 대처 전략으로 삼는다(옥선화, 성미애, 2004)는 사실을 통해서도 알 수 있듯이 여성가장들이 심리적으로 자신이 처해있는 상황을 어떻게 인식하고 있는가 하는 것은 자립에 있어서 매우 중요한 요인이 된다. 그러므로 여성가장들의 자아존중감을 향상시킴으로써 스스로에 대해 가지고 있는 개인적 가치감이나 긍정적 평가를 확대시키고 자신의 현실적 상황들을 긍정적인 시각으로 바라볼 수 있도록 돕는다면, 보다 더 효과적으로 사회생활에 적응해 나갈 수 있을 것으로 기대할 수 있다. 즉, 심리적 자원으로써의 자아존중감은 스트레스 사건에 대한 의미부여를 통하여 실질적인 대처능력, 대처행위 등에 영향을 미치기 때문에 심리적 결과에 있어서 차별성을 초래한다(VanderZee, Buunk & Sanderman, 1997; Sheeran et al., 1995)는 측면에서나 만성적인 우울증상과 낮은 자아존중감은 근로행위와 소득에 영향을 미친다(Kunz & Kalil, 1999)는 측면에서도 그 중요성이 부각될 수밖에 없다.

따라서 여성가장의 중요한 심리적 자원인 자아존중감을 향상시킴으로 여성가장의 성공적인 자립과 사회적응을 이룰 수 있도록 돕는 것은 현재 사회문제로 부상하고 있는 빈곤의 여성화에 대한 사회적 대책 마련 차원에서도 매우 필요한 사안이라고 할 수 있다. 그러므로 본 연구에서는 여성가장의 사회적응을 위한 교육프로그램의 긍정적인 효과를 검증한 연구(김경신, 2003; 문현숙, 김득성, 2002; 성정현, 2002)들과 여성가장의 자아존중감 및 사회성 증진 교육을 통한 재사회화의 가능성을 검증한 선행 연구(김경신, 1999; 조성혜, 1997; Booth & Amato, 1991)들을 토대로 집단프로그램을 개발, 여성가장의 자아존중감 향상을 도모하고자 실시하였다.

여성가장은 이혼이나 사별, 별거, 유기 등의 이유로 인해 배우자를 상실한 것에 대하여 일종의 자책감, 죄의식 등을 가지고 있기 때문에 이로 인하여 자신의 존재가치에 대한 의식이 매우 낮은 것으로 나타났다. 이는 여성가장이 스스로의 삶에 대해 적극적이고 자기 발전적인 자신감을 갖지 못하고 매사에 소극적이며 위축된 모습을 보일 수밖에 없는 요인으로 작용한다.

따라서 본 연구는 여성가장들이 전문적 직업훈련과정 가운데 이와 병행하여 자아존중감과 대인관계 기술을 향상시키기 위한 집단프로그램에 참여토록 함으로써 보다 더 큰 자신감을 가지고 효과적으로 사회생활에 적응해 나갈 수 있도록 돕기 위한 방안으로 진행되었다.

III. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 집단프로그램을 실험적 처치로 하여, 이 프로그램에 참여하는 실험집단과 참

여하지 않는 통제집단 간의 자아존중감을 비교하기 위한 검사를 실시하였으며, 통제집단 사전사후검사설계(pretest-post test control troup design)를 채택하였고 그 모형은 다음의 <표 1>과 같다.

<표 1> 실험설계모형

	사전		사후
실험집단	o1	X	o2
통제집단	o3		o4

X : 집단프로그램 실시

o1 : 실험집단 사전검사 o2 : 실험집단 사후검사
o3 : 통제집단 사전검사 o4 : 통제집단 사후검사

2. 연구대상 및 측정도구

본 연구 프로그램의 실험집단은 C시 여성인력개발센터의 전통음식 전문가 과정에서 직업훈련을 받고 있는 A그룹 12명을 대상으로 구성하였으며, 통제집단은 동 센터 사무자동화 과정에 참여하고 있는 B그룹 10명을 대상으로 조사하였다. A그룹과 B그룹을 실험집단과 통제집단으로 선정한 이유는 두 과정 참여자들 모두 동일하게 이혼이나 사별, 별거, 배우자의 장애로 인해 여성가장의 역할을 하고 있는 대상자들로 여성가장이라는 물리적 환경이 비슷하기 때문이다. 구체적인 연구대상자의 인적사항은 <표 2>와 같으며 대부분 30-40대로 절반 이상이 이혼으로 여성가장이 된 것으로 나타났다.

검사도구는 Hudson(1982)에 의해 개발된 자기존중지표(ISE)를 중심으로 남세진·최성재(1988)에 의해 제시된 '사회사업가를 위한 임상측정 패키지'(Clinical Measurement Package for Social Woker)를 사용하여 재구성하였다. 설문지는 5분 척도로 되어 있어 '전혀 그렇지 않다'인 경우 1점, '항상 그렇다'인 경우 5점을 주어 점수화 하는데 역점수 문항을 합산한 것을 포함하여 총점수가 높을수록 일반화된 자

아존중감이 높은 것으로 간주한다.

검사도구는 총 25문항이며, 구체적인 문항의 예를 들면 '나는 더 많은 자신감을 필요로 하는 것 같다', '친구들은 나를 매우 높게 평가하는 것 같다', '다른 사람들에게 어리석게 보일까 두렵다' 등 이다.

또한 집단 과정 안에서의 개인별 변화와 회기별 변화를 살펴보기 위하여 집단과정을 상세히 기술한 자료와 집단원에 대한 행동관찰 기록 자료를 이용하였다.

<표 2> 연구 대상자의 인적사항

집단 성원	연 령	학력	여성가장이 된 이유					
			이 혼	사 별	미 혼	별 거	배우자 의 장애	
실험 집 단 성 원	A	42	대졸	○				
	B	45	중졸				○	
	C	41	고졸	○				
	D	38	고졸	○				
	E	42	고졸		○			
	F	48	고졸		○			
	G	46	고졸				○	
	H	35	고졸	○				
	I	44	고졸	○				
	J	43	고졸		○			
	K	36	고졸				○	
	L	42	고졸					○
통 제 집 단 성 원	M	27	고졸	○				
	N	33	대졸				○	
	O	30	고졸	○				
	P	40	고졸	○				
	Q	32	고졸					○
	R	31	고졸	○				
	S	35	고졸	○				
	T	58	고졸	○				
	U	36	고졸	○				
	V	36	고졸				○	

<표 3> 집단프로그램 내용

단 계	회 기	프로그램명	프로그램 내용	준비물
I 도 입	1	Orientation 및 나는 이런 사람!	<p>◎ 일시 : 2003년 10월 21일(화) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 프로그램 소개를 통해서 여성가장들로 하여금 프로그램의 목표와 내용을 이해하고 준비된 마음으로 참여할 수 있도록 한다. 2) 별칭 짓기를 통해서 자신을 개방하고 타인의 모습에 대한 이해를 높임으로써 친밀감을 형성한다. 3) 주제가 함께 부르기를 통해서 집단 응집력을 높이고 즐겁게 참여할 수 있도록 유도한다. <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 진행자 및 프로그램 소개 <ul style="list-style-type: none"> · 집단프로그램에 대한 목적과 내용을 소개한다. · 진행자를 소개하고 인사를 나눔으로써 어색함과 거리감을 해소하도록 한다. 2) 주위집중력을 위한 순발력 테스트 3) 별칭 짓기 <ul style="list-style-type: none"> · 색지와 색연필 등을 나누어 주고 자신이 원하는 별칭을 예쁘게 써넣을 수 있도록 한다. 완성된 후 자신의 별칭을 소개하고 그러한 별칭을 지은 이유를 발표하도록 한다. 4) 주제가 정하기, 배우기 : “당신은 사랑받기 위해 태어난 사람” 5) 느낌 나누기 : 회기를 마치면서 느낀 점을 나눈다. 6) 다음 회기의 만남을 기약하고 주제가를 부르며 마친다. <p>◎ 활동의 기대효과</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 긴장감을 풀고 프로그램에 자발적으로 참여하도록 한다. 2) 성원들간의 이해와 친밀감을 증진시킨다. 	명찰/ 필기도구/ 색지/ 색연필/ 클리어 파일
I 도 입	2	나? 좋아!	<p>◎ 일시 : 2003년 10월 23일(목) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 자기 자신의 장점·강점을 돌아봄으로써, 자신이 잘 할 수 있는 것이 무엇인가를 생각해보도록 하고 매사에 자신감을 가질 수 있도록 한다. 2) 자신의 단점보다는 장점을 개발할 수 있도록 격려함으로써 할 수 있다는 자신감과 자아존중감을 향상시킨다. <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 목썩빠 - 순발력 테스트 2) 별칭 기억하기 <ul style="list-style-type: none"> · “당신은 누구십니까?”라고 하면 대상자는 “나~는 ○○○”로 화답하고 다 함께 “그 별칭 아름답구나” 함으로써 참가자 전원의 별칭을 다시 한 	명찰/ 색지/ 색연필/ 볼펜/ 카세트/ 음악 테이프

		<p>번 기억해 본다.</p> <p>3) 나의 장점·강점 적어보기</p> <ul style="list-style-type: none"> · 종이에 손을 그려서 각 손가락에 장점을 적어본다. · 완성 후 돌아가면서 내용을 발표하고 발표 내용에 대해 왜 그렇게 생각하는지를 묻는다. · 참가자들이 서로의 발표되는 장점에 대해서 긍정적 반응으로 칭찬함으로써 자아존중감을 향상시킨다. · 내가 생각하는 '나'와 남이 인식하는 '나' 사이에는 차이가 있을 수 있음을 깨닫게 하고 스스로는 생각지 못하는 장점에 대해 서로의 격려에 의해 인지할 수 있도록 돕는다. <p>4) 피드백</p> <ul style="list-style-type: none"> · 오늘 진행된 프로그램을 통해 느낀 점을 나눈다. <p>5) 다음 회기의 만남을 기약하면서 주제를 부르며 종료.</p> <p>◎ 활동의 기대효과</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 스스로에 대한 자긍심과 자신감을 회복하도록 한다. 2) 스스로에 대한 장점을 개발하여 자아존중감을 향상시킨다. 	
<p>II 중 간 단 계 -1</p>	<p>3 희망을 찾을 거야!</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 10월 28일(화) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 가족화를 통해서 살다보면 어려움과 위기도 있지만, 그것을 극복했을 때 새로운 희망이 피어난다는 것을 인식하게 한다. 2) 겪어온 어려움에 대해 털어놓고 이야기함으로써 가슴에 응어리져 있던 감정들을 풀어내어 해소할 수 있도록 한다. 3) 이루고 싶은 소망에 대해 나눔으로써 현실에 대한 긍정적 인식이 이루어지도록 하고, 스스로의 삶을 기쁘게 수용할 수 있도록 한다. <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 참여자들의 별칭 기억하기 <ul style="list-style-type: none"> · 'I'm ground 자기별칭 대기'로 노래하면서 손동작과 함께 자기별칭 대기 · 돌아가면서 다시 한 번 서로의 별칭을 기억하고 프로그램을 진행하기 위한 분위기를 조성한다. 2) 가족화 그리기(가족이 지금 무언가 하고 있는 일을 중심으로) <ul style="list-style-type: none"> · 가족의 그림을 그려본다. · 완성 후 자신의 그림에 대해 발표한다. · 자신의 가족에 대한 이야기를 통하여 자신의 삶을 좀 더 구체적으로 표현할 수 있도록 한다. · 자신들이 겪은 위기에 대해 이야기 해 보고, 위기를 어떻게 극복할 것인가에 대해서도 이야기 해 본다. 4) 지금 내게 소원을 들어주는 마술지팡이가 있다면... <ul style="list-style-type: none"> · 가장 먼저 이루고 싶은 소원은 무엇인가를 발표 · 참여자들이 현재 느끼고 있는 욕구와 위기, 희망사항은 무엇인가를 살펴보고 새로운 꿈과 희망이 존재하기 때문에 세상은 살만한 가치가 있음을 나눈다. 	<p>명찰/ 색지/ 색연필/ 볼펜/ MBTI 성격유형 검사지/ 카세트/ 음악 테이프</p>

		<p>5) MBTI 검사 6) 피드백 · 오늘 진행된 프로그램에 대해 서로의 느낀 점을 나눈다. 7) 다음 만남을 기약하면서 주제를 다같이 부르며 종료.</p> <p>◎ 활동의 기대효과 1) 현실에 대한 긍정적 인식을 통하여 삶에 희망이 있음을 깨닫게 한다. 2) 감정적 카타르시스를 통해 심리적 억압으로부터 벗어날 수 있도록 한다.</p>	
<p>중 간 단 계 -2</p>	<p>너도 나도 지구인!</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 10월 30일(목) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표 1) 지난 회기 실시했던 성격유형검사 결과를 통하여 자신만의 고유한 특성들을 이해하고 긍정적인 자아상을 갖도록 한다. 2) 자기 자신에 대한 이해를 바탕으로 타인을 수용토록 함으로써 원만한 인간관계가 이루어지도록 한다.</p> <p>◎ 활동 및 실시방법 1) 노래 배우기로 긴장풀기 - '사람이 꽃보다 아름다워' 2) 성격을 통한 '나와 타인의 이해' · 이전 회기에 진행되었던 MBTI 성격유형검사 결과를 놓고 성격을 통한 '나와 타인 이해'의 시간을 갖는다. · 나의 성격유형을 발표하면서 내가 생각하는 나의 성격과 일치하는지 생각해 보고, 남들이 생각하는 나의 성격과도 일치하는지를 알아본다. · 차이가 있다면 왜 그런지를 나누어보고, 또한 다른 사람과 나의 차이점은 무엇이고 그 차이를 극복할 수 있는 지혜로운 방안은 무엇인지에 대해 발표하도록 한다. 3) 피드백 · 오늘 진행된 프로그램에 대한 느낌을 나눈다. 4) 다음 회기의 만남을 기약하면서 주제를 다같이 부르며 종료.</p> <p>◎ 활동의 기대효과 1) 자신에 대한 긍정적 자아개념을 회복하도록 한다. 2) 타인에 대한 이해도를 높인다.</p>	<p>명찰/ 카세트/ 음악 테이프</p>
<p>5</p>	<p>난 할 수 있어!</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 11월 04일(화) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표 1) 부정적이고 소극적인 가치관의 폐해를 인식토록 한다. 2) 현실에 대한 좌절감, 소외감을 극복하고 보다 발전적이고 바람직한 자아상을 정립함으로써 자아존중감 향상을 도모한다. 3) 필요한 법률상식을 습득케 함으로써 법률적 해결이 필요한 생활 부분에 도움이 되도록 한다.</p> <p>◎ 활동 및 실시방법 1) '이 순간의 행복'이라는 시를 읽고 삶의 따뜻함에 대해 잠시 이야기</p>	<p>명찰/ 카세트/ 음악 테이프</p>

		<p>나눈다.</p> <p>2) 여성 변호사 - '바람직한 자아상 정립을 통한 자립의 삶'</p> <ul style="list-style-type: none"> · 여성가장에게 필요한 법률상식에 대한 질의와 응답의 시간을 갖는다. · 변호사의 '바람직한 자아상 정립의 중요성'에 대한 특강을 통하여 얼마든지 할 수 있다는 자신감과 스스로에 대한 긍정적 자기수용이야말로 위기를 극복하는데 필요한 요소임을 깨닫게 한다. <p>3) 느낌 나누기 : 특강을 듣고 난 후의 느낌을 서로 나눈다.</p> <p>4) 다음의 만남을 기약하면서 주제를 다같이 부르며 종료.</p> <p>◎ 활동의 기대효과</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 부정적, 소극적 가치관에서 벗어나도록 한다. 2) 발전적 자아상을 정립하여 자아존중감이 향상되도록 한다. 	
<p>중 간 단 계 3</p>	<p>6 열린 마음, 따뜻한 대화</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 11월 06일(목) / 12:00-13:30</p> <p>◎ 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 열린 마음으로 타인에 대한 불신감을 해소하고 신뢰와 이해를 바탕으로 한 인간관계 형성을 도모한다. 2) 상대방을 이해하고자 하는 마음과 이야기를 들어주는 인내와 친절이 가장 좋은 의사소통 방법임을 인식하게 한다. 3) 기쁨은 나누면 배가 되고, 슬픔은 나누면 반이 된다는 사실을 경험하게 한다. <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 인사하고 '만남' 부르기로 프로그램 시작. 2) I message와 You message의 이해 I message를 통한 적절한 자기노출은 인간관계를 여는 열쇠가 됨에 대해 이야기 한다. <ul style="list-style-type: none"> · 들썩 짝을 짓는다. · 시선 나누기 / 마음 나누기 / 체온 나누기 · 상대방을 이해하고자 하는 마음과 그의 이야기를 들어주는 인내가 가장 좋은 의사소통 방법이며, 상대방에게 이야기 할 때는 I message로 해야 함에 대해 이야기 한다. 3) 느낌 나누기 : 오늘 프로그램에 대한 느낌을 발표. 4) 다음의 만남을 기약하면서 주제를 다같이 부르며 종료. <p>◎ 활동의 기대효과</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 인간에 대한 신뢰감을 갖게 한다. 2) I Message 전달법을 습득하여 원만한 인간관계를 형성토록 한다. 	<p>명찰/ 카세트/ 음악 테이프</p>
<p>7</p>	<p>공정의 힘!</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 11월 11일(화) / 12:00-13:30</p> <p>◎ 목표</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 살다보면 누구나 위기를 만나지만 극복하고자 하는 의지만 있다면 충분히 극복될 수 있다는 긍정적이고 적극적인 가치관을 갖게 한다. 2) 창업과 관련된 정보와 지식들을 습득함으로써 자립하고자 하는 의지를 	<p>명찰/ 볼펜/ 색지/ 카세트/ 음악 테이프</p>

		<p>갖게 한다.</p> <p>3) 사회생활에 있어서 인간관계의 중요성을 일깨운다.</p> <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <p>1) 자립을 위한 창업 특강</p> <ul style="list-style-type: none"> · 살면서 겪게 되는 위기 가운데 위험을 보는 사람과 기회를 보는 사람의 차이점을 주제로 특강. 창업하는데 있어서 무엇보다 가장 필요한 것은 원만한 인간관계 능력이며, 긍정적이고 적극적인 생각임을 강조. <p>2) 느낌 나누기 : 특강과 프로그램에 대한 느낌을 발표.</p> <p>3) 다음의 만남을 기약하면서 주제를 다같이 부르며 종료.</p> <p>◎ 활동의 기대효과</p> <p>1) 위기를 극복하고자하는 적극적 가치관을 갖게 한다.</p> <p>2) 자립의지를 증진시켜 사회에 잘 적응해 나가도록 한다.</p>	
<p>III 종 결</p>	<p>8 뉴 스타트!</p>	<p>◎ 일시 : 2003년 11월 13일(목) / 12:00~13:30</p> <p>◎ 목표</p> <p>1) 지금까지의 소극적이고 부정적이던 삶의 모습을 정리한다.</p> <p>2) 비록 아픔과 고통이 있더라도 사랑하는 가족과 친구들이 곁에 있기에 삶이 가치 있음을 인식할 수 있도록 한다.</p> <p>3) 앞으로의 삶에 대해 희망을 가지고 새롭게 설계하도록 한다.</p> <p>◎ 활동 및 실시방법</p> <p>1) 사랑을 나눠요 - 스트레칭, 서로의 등을 안마해주기</p> <p>2) 만일, 내가 100일밖에 살 수 없다면...</p> <ul style="list-style-type: none"> · 참여자들이 눈을 감게 하고 “앞으로 100일 밖에 살 수 없다면 어떻게 할 것인가?”를 생각하게 한다. · 시한부 인생 각본을 짜보고 사랑하는 가족과 친구들에게 남길 유언장을 작성하도록 하고, 가족과 친구들의 소중함에 대해 다시 한 번 생각해보도록 한다. · 참여자들이 자신의 시한부 인생 각본과 유언장을 발표하게 한다. · 지금까지 자신이 살아온 모습을 돌이켜 보는 기회를 제공함으로써 앞으로의 삶을 보다 발전적이고 새로운 각오로 설계해 볼 수 있는 계기를 갖게 한다. <p>3) 프로그램에 대한 전체 피드백</p> <ul style="list-style-type: none"> · 전체 프로그램에 대한 느낀 점 - 좋았던 점 · 아쉬웠던 점에 대해 이야기 한다. · 양 옆의 사람을 서로 앉아주며 사랑을 고백하게 한다. · 서로를 축복하고 위로하는 시간을 갖는다. <p>4) 애찬을 함께 나누고 주제가 부르며 프로그램을 종료한다.</p> <p>◎ 활동의 기대효과</p> <p>1) 삶에 대한 부정적 인식과 소극적 태도를 정리하도록 한다.</p> <p>2) 스스로의 삶을 소중히 여기고 희망으로 내일을 설계하도록 한다.</p>	<p>명찰/ 볼펜/ 색지/ 카세트/ 음악 테이프</p>

3. 연구절차

1) 연구절차 및 분석방법

연구를 위한 프로그램 실시는 2003년 10월 15일부터 11월 13일까지 1회의 사전면접과 90분씩 8회의 집단프로그램으로 주 2회, 정오 12시부터 오후 1시30분까지 진행되었으며, 추후 모임은 2004년 2월 21일에 있었다. 프로그램 실시 장소는 C시 여성인력개발센터 내 전통음식연구반 강의실이었으며, 프로그램 진행은 3명의 연구자가 함께 하였다.

연구에 대한 분석은 집단의 전 과정에 대한 녹취록 자료와 연구자들이 매회기 관찰한 집단원들의 개인별, 회기별 변화에 대한 행동관찰기록 자료를 활용하였다.

2) 프로그램 운영의 실제

여성가장들에게 실시된 프로그램은 자아존중감 향상을 위한 집단프로그램으로 선행연구(강기정, 이무영, 김영희, 2002; 조성혜, 1997)들을 바탕으로 구성하였다. 전체 프로그램의 목표는 여성가장의 자아존중감 증진이며, 궁극적으로는 이를 통해 여성가장들이 사회생활에 잘 적응하고 경제적·정서적으로 자립할 수 있도록 하는데 있다. 프로그램 초기단계에는 친밀감 형성을 위한 프로그램으로 구성하였고, 중간단계에는 자아존중감 증진을 위한 자기이해와 타인이해, 원만한 인간관계를 위한 의사소통 기술 등을 향상시키는 프로그램으로, 종결단계에는 집단프로그램 참여로 습득한 내용을 통하여 자신감을 가지고 새롭게 출발할 수 있도록 돕는 프로그램으로 구성하였다. 구체적인 집단프로그램 내용은 <표 3>과 같으며, 대상자들이 집단프로그램 참여와 병행하여 C시 여성인력개발센터에서 실시하는 전통음식 전문가 과정에서 직업훈련을 받음으로써 직업능력에 대한 자신감을 증진토록 하였다.

4. 분석방법

자료분석 방법은 실험집단과 통제집단의 동질성을 검증하기 위해 쌍표본 t-검증(Paired-Samples t-test)을 사용하였으며, 실험집단에서 프로그램의 실시 전과 후에 나타난 변화는 집단별

평균 점수와 개인별 평균점수를 통해 살펴 보았다. 또한 집단 과정 안에서의 개인별 변화와 회기별 변화는 집단과정을 상세히 기술한 자료와 3인의 연구자가 매회기 관찰한 집단원에 대한 행동관찰기록 자료를 분석하였다.

IV. 결과분석

1. 실험집단과 통제집단의 사전점수의 동질성 검증

연구에 들어가기에 앞서서 실험집단과 통제집단의 척도 점수에서 유의미한 차이점이 있는지를 쌍표본 t검증을 통해 분석하였다. <표 4>에서 자아존중감 척도점수를 보면 실험집단의 평균이 2.88이고 통제집단의 평균이 2.82로 나타나 그 차이가 통계적으로 유의미하지 않아서 실험집단과 통제집단은 동질적 집단임을 보여준다.

2. 자아존중감 향상 효과분석

집단프로그램이 여성가장의 자아존중감 향상에 미치는 영향을 살펴보기 위해 실험집단의 사전·사후점수와 통제집단의 사전·사후

<표 4> 실험집단과 통제집단의 사전검사점수 비교

척도	실험집단		통제집단		t값
	평균	표준편차	평균	표준편차	
자아존중감	2.88	.20	2.82	.44	1.55

검사 결과를 비교하였다. <표 5>을 보면 실험 집단의 경우, 사전검사 점수의 평균이 2.88, 사후검사의 평균이 3.07로 나타났다. 이를 통하여 집단프로그램이 여성가장의 자아존중감 향상에 긍정적 영향을 미쳤다는 것을 알 수 있다.

<표 5> 실험집단과 통제집단의 자아존중감 사전·사후검사 점수비교

집단	사전		사후		t값
	평균	표준편차	평균	표준편차	
실험 집단 (n=12)	2.88	.20	3.07	.19	-3.19*
통제 집단 (n=10)	2.82	.44	2.84	.46	-.43

*p>.05

실험집단 성원들은 모두 집단프로그램 참여와 병행하여 천안여성인력개발센터 내에서 2003년 9월 15일부터 12월 12일까지 하루 4시간씩 총 64일, 256시간 동안 실시된 '전통음식 전문가 과정'에 참여, 수료하였기에 직업적인 능력이 향상된 것으로 평가한다.

3. 회기별 집단과정 양상

회기별 집단과정에 있어서 초기 양상은 매우 거부적이고 갈등적이며 소극적이었으나 회기를 더해 갈수록 성원들간의 친밀도가 높아졌고 그에 따라 적극적인 참여가 이루어졌다. 중간단계에 들어서면서 더욱 활발한 집단역동이 일어났으며 성원들 서로 간에 지지하고 위로하며 때로는 의지하는 모습까지 보여주었다. 종결단계에서는 각자 변화된 모습으로 새롭게 인생을 출발하고자 하는 강한 욕구를 드러냈다. <표 6>는 회기별 집단과정 양상에 대해 간략히 서술한 내용이다.

<표 6> 회기별 집단과정 양상

회기	집단과정 양상
1	· 경계와 거부감 : 서로에 대한 경계의 모습과 자신을 개방해야 한다는 사실에 거부감 표시하는 성원들. 새로운 경험에 대한 호기심을 보이는 성원도 있음.
2	· 불신과 갈등적 분위기 : 아직은 불신과 갈등적 분위기. 돌발적인 언어적 공격과 조소로 힘들어 하는 성원들. 상처를 주고받기 쉬운 상황 속에서도 프로그램에 열의를 가지고 참여하는 성원들이 생겨남.
3	· 느슨해진 긴장과 경계 풀기 : 개인적인 모습들이 드러나게 됨에 따라 거부감 표시하는 성원들. 자신의 감정이 노출되는 것을 불편해 하지만, 위로를 건네는 성원들에 의해 이전과 달리 호의적인. 점차 서로에 대한 긴장과 경계를 푸는 상황으로 변화.
4	· 공감과 이해 : 성격유형검사 결과에 대해 흥미롭다는 반응. 각 성격유형의 특성에 대한 설명에 경청하며 그러한 특성들을 이해함으로써 나 자신을 이해하고 타인을 이해할 때 보다 원만한 인간관계를 이룰 수 있다는 말에 강한 공감.
5	· 수용과 자신감 : 여성 변호사의 바람직한 자아상 정립의 중요성에 대한 특강. 지금까지 자기 스스로를 수용하고 인정하지 못했던 것을 반성. 앞으로는 자신들도 무엇이든 할 수 있겠다는 자신감 표시. 두렵게만 생각했던 미래의 삶에 대한 기대감 표현.
6	· 이해와 위로, 공감적 분위기 : 원만한 인간관계 형성을 위한 I Message 의사소통법 습득. 가장 기뻐던 일과 슬펐던 일을 함께 나누며 성원들 간에 매우 친밀한 모습. 이해와 위로, 공감적 분위기로 서로 간에 심리적 지지와 지원을 주고받음.
7	· 기대감과 위기극복의 의지 : 위기 가운데 위협을 보는 사람과 기회를 보는 사람의 차이점을 주제로 긍정적이고 적극적인 가치관을 갖게 하기 위한 창업특강. 미래에 대한 기대감과 위기 극복에의 의지를 보임.
8	· 통곡 속의 새 출발 다짐 : 마지막 회기로 새로운 출발을 다짐하고 지금까지의 위태로웠던 삶의 모습을 정리한다는 의미에서 유언장 작성. 통곡하는 성원들. 숙연한 분위기 가운데 종결을 아쉬워함. 프로그램을 통해서 자신을 되돌아 볼 수 있는 계기를 갖게 되어 좋았다는 반응.

4. 개인별 변화

<표 7>의 실험집단 개인별 변화는 참여자의 반응이나 태도를 구체적으로 기록한 개인별

관찰기록을 바탕으로 기술하였다. 개인별 변화 그램 종결단계 및 사후에 있어서의 변화된 모습은 사전 및 프로그램 초기단계의 모습과 프로그램을 비교하여 기술하였다.

<표 7> 실험집단 개인별 변화

집단원	사전	프로그램 초기단계	프로그램 종결단계	사후
A	<ul style="list-style-type: none"> 대인 기피적 태도 : 남편에 대한 배신감과 이혼으로 인한 충격에서 벗어나지 못하고 대인기피적인 태도와 생각을 표현. 자조적이면서도 자존심을 잃지 않으려 안간힘. 	<ul style="list-style-type: none"> 부정적이고 냉소적인 반응 : 단아하면서도 조금은 차가워 보이는 태도를 유지. 다른 성원들이나 프로그램에 대해서도 부정적이고 냉소적인 반응. 	<ul style="list-style-type: none"> 적극적 참여 : 끝까지 빠짐없이 참여. 모든 발표에 적극적으로 임함. 첫인상이 차가워서 다가가기 조심스럽다는 다른 성원들의 평가에도 불구하고 간식을 일일이 챙기는 등 자상하고 따뜻한 일면을 보여줌. 	<p>창업준비중</p>
B	<ul style="list-style-type: none"> 좌절감과 소극적 태도 : 생활에 지친 모습 역력. 삶에 대한 좌절감과 소극적 태도를 표현. 자신의 사생활이 드러나는 것에 거부감 표시. 	<ul style="list-style-type: none"> 비관적이고 부정적 인식 : 스스로에 대해 드러내는 것을 매우 꺼림. 자신이 처한 환경에 대해 비관하면서 부정적으로 인식. 그럼에도 불구하고 프로그램의 내용과 진행과정에 대해 강한 호기심을 나타냄. 	<ul style="list-style-type: none"> 초연함과 수용적 의지 : 아무에게도 털어놓지 못했던 아픔과 괴로움을 객관적으로 바라볼 줄 아는 초연함 생김. 현재 자신이 처해 있는 환경과 상황을 있는 그대로 수용하려는 의지를 보임. 	<p>다른 교육과정 참여중</p>
C	<ul style="list-style-type: none"> 위장과 회피 : 친절하고 상냥한 웃음 뒤로 철저히 자신을 위장. 타인에 대한 탐색과 경계, 의도적인 회피. 	<ul style="list-style-type: none"> 내면의 슬픔 : 밝고 쾌활한 성격으로 누구하고나 잘 어울리는 등 편안한 모습. 그러다가도 심리적 어려움으로 종종 내면에 감추어둔 슬픔을 드러냄. 	<ul style="list-style-type: none"> 성숙함 : 자신만 어려운 상황 가운데 처해 있는 것이 아님을 이해하고 다른 성원들을 의지하는 모습. 밝은 모습으로 자신을 꾸미기 보다는 자신의 어려움을 함께 나눌 줄 아는 성숙함을 보임. 	<p>취업준비중</p>
D	<ul style="list-style-type: none"> 소극적 태도 : 자신의 어려운 상황을 누군가와 함께 나누는 것에 대해 거부감 표시. 프로그램 참여에 대해서도 소극적 태도를 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> 이중적 모습 : 따뜻한 성격으로 즐겁고 행복한 표정을 지으면서도 때때로 내면에서 올라오는 슬픔을 주체하지 못함. 그러한 이중적 모습이 드러나는 것에 강한 거부감을 표시. 	<ul style="list-style-type: none"> not yet : 프로그램 종결까지도 자신을 드러내는 것에 익숙해지지 않은 모습을 보임. 있는 그대로 수용하고 인정하는 것을 어려워 함. 그럼에도 프로그램을 통해 자신을 돌아볼 수 있어서 좋았다는 긍정적 진술. 	<p>취업준비중</p>
E	<ul style="list-style-type: none"> 좌절감 : 소망은 오로지 자녀들이 건강하고 빠르게 자라가는 것. 주어진 인생이나 열심히 살아보려고 노력은 하겠지만 이미 아무 기대할 것이 없는 것 같다는 말로 좌절감을 표현. 	<ul style="list-style-type: none"> 상처와 아픔 : 본인에게 주어진 일에 최선을 다하고 굳은 의지로 어려운 환경을 극복하고자 함. 그러면서도 상처로 인해 아파하고 힘들어하는 모습을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> 벽 허물기 : 아직까지 자신의 아픔에 대해 함께 나누는 것을 어색해 함. 그러나 다른 성원들의 아픔을 이해하고 공감하면서 자신의 내면에 쌓아두었던 굳건한 벽이 많이 허물어졌음을 고백. 	<p>창업(음식점)</p>
F	<ul style="list-style-type: none"> 회피 : 자신은 하고 있는 일 때문에 참석이 어렵다고 강조. 프로그램에 참석하는 것을 회피하고 싶어 함. 	<ul style="list-style-type: none"> 경계와 위축된 모습 : 프로그램에 대해 흥미롭게 생각하면서도 경계가 심함. 자주 긴장의 끈을 놓지 못하고 위축된 모습. 	<ul style="list-style-type: none"> 아쉬움 : 하고 있는 일과 관련해서 프로그램에 자주 결석. 이 부분에 대해 스스로도 매우 아쉬워하였으며 그래도 프로그램 초기와는 달리 긴장된 모습이 많이 사라짐. 	<p>취업중</p>

G	<ul style="list-style-type: none"> · 내적 갈등 : 별거 중인 남편과의 문제 때문에 의도적으로 가까운 사람들과의 만남은 피하게 된다고 함. 편안해 보이는 외면과 달리 내면으로는 갈등이 많음을 나타냄. 	<ul style="list-style-type: none"> · 적극적 참여 : 솔직, 담백한 성격으로 프로그램에 적극적인 관심을 가지고 참여. 다른 성원들과 달리 처음부터 친밀하고 편안하게 행동. 집단역동에 기여. 	<ul style="list-style-type: none"> · 긍정적 해석 : 자신의 상황에 대한 긍정적 진술. 더 나은 미래를 설계하고자 하는 강한 의지를 보임. 	취업중
H	<ul style="list-style-type: none"> · 비참한 처지 : 뗏목하고 자랑스러운 엄마가 되고 싶어 함. 비참한 처지 때문에 부모·형제자매들과도 거리를 두고 생활한다고 함. 	<ul style="list-style-type: none"> · 자기비하 : 다른 성원들과 원만한 관계를 유지하고 있는 것처럼 보이지만 실상은 일정한 거리를 유지. 자신의 상처가 드러나는 것을 거부. 자기비하가 심함. 	<ul style="list-style-type: none"> · 여유 : 친밀한 관계를 유지하는 성원들이 생겨남. 자신의 상처뿐 아니라 다른 성원들의 아픔을 볼 수 있는 여유를 갖게 됨. 남들보다 조금은 더 마음에 상처를 가지고 생활하는 모든 성원들과 자신이 많은 시간 행복이라는 단어와 함께 했으면 좋겠다고 고백. 	다른교육과정참여중
I	<ul style="list-style-type: none"> · 분노 : 아픔을 잊고 열심히 살아보려고 하는데 현실적으로 장벽이 너무 많음에 대해 분노를 표현. 긍정적으로 생각해 보려고 노력은 하는데 힘들 때가 많음을 나타냄. 	<ul style="list-style-type: none"> · 침묵과 어색함 : 차분한 성격답게 프로그램에 진지한 태도로 임함. 여러 사람 앞에서 이야기 하는 것을 어색해하여 침묵하려 함. 회기가 지날수록 진솔하게 자신을 표현해 감. 	<ul style="list-style-type: none"> · 감사 : 삶의 진지한 일면을 보여주었으며 현실에 만족하고 감사하면서 최선을 다하려는 강한 욕구를 표현. 성원들과의 사귀를 소중하게 간직하고 싶어 함. 따뜻하고 다감한 성격으로 성원들의 호감을 삼. 	취업중
J	<ul style="list-style-type: none"> · 표현력 부족 : 지나쳐 보일만큼 말이 없고 수줍으며 표현력 부족. 자신은 성격적으로 사람들과 잘 어울리지 못한다고 함. 프로그램 참여에 주저하는 모습. 	<ul style="list-style-type: none"> · 조용한 웃음 : 너무나 조용하고 소극적인 모습으로 웃고만 있음. 자기 진솔도 비하적 표현이 많아 자신의 성격에 문제가 많다고 함. 스스로를 수용하지 못하는 모습. 	<ul style="list-style-type: none"> · 격려와 지지 : 어렵게 자신의 문제점을 드러냄에 따라 성원들의 위로와 지지와 격려가 계속됨. 많이 고무된 모습. 사회성이 부족하다는 말과 달리 다른 성원들과 친밀해진 모습을 볼 수 있음. 	취업준비중
K	<ul style="list-style-type: none"> · 부정적 자아개념 : 쾌활해 보이나 자신은 잘하는 것이 집안 살림과 자녀양육이라는 말로 부정적 자아개념에 힘들어하고 있음을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> · 강한 욕구 : 아이처럼 천진하고 사랑스러운 성격. 프로그램에 깊은 관심을 기울임. 참여에 조심스러워 하면서도 적극적인 모습을 보임. 자신의 상처를 치유 받고 싶어 하는 강한 욕구를 드러냄. 	<ul style="list-style-type: none"> · 용기와 자신감 : 프로그램을 통해 자신도 할 수 있다는 용기도 자신감도 생겼음을 진술. 지금까지 스스로를 못나고 어리석은 사람으로 생각해 사람들 앞에 나서길 두려워했지만 지금은 누구 앞에서든 당당할 수 있다고 고백. 스스로를 존중하고 긍정적으로 수용하는 태도를 보임. 	취업중
L	<ul style="list-style-type: none"> · 의구심 : 프로그램에 대한 호기심과 함께 우려 섞인 의구심을 나타냄. 외병 중인 남편으로 인한 생활상의 곤란에 대해 분노감을 표현. 	<ul style="list-style-type: none"> · 강한 거부 : 개인적인 모습이 드러나는 것에 대해 매우 경계. 강한 거부의 모습. 다른 한편으로는 자신의 어려움을 토로함으로써 다른 성원들로부터 이해받고 싶어 하는 이중적인 면을 보임. 	<ul style="list-style-type: none"> · 편안해진 모습 : 가슴 속의 응어리진 이야기를 하는 것이 자연스럽게 됨. 편안해진 모습을 보임. 자신의 아픔을 함께 공유하고 있다는 동질감에서인지 일부 성원들과 매우 밀착된 관계를 유지. 	창업중(분식점)

V. 결론 및 제언

본 연구는 최근 급증하는 우리사회의 여러

사회적 요인에 따라 함께 증가하고 있는 여성 가장들의 자아존중감을 높여줌으로써 자신감을 가지고 사회에 적응하며 자립할 수 있는

능력을 향상시키기 위하여 집단프로그램으로 실시되었다. 또한 본 프로그램은 C시 여성인력개발센터 내의 '전통음식 전문가 과정'이라는 직업훈련과 병행하여 실시되었으며 그 효과성을 검증하였다. 특별히 여성인력개발센터와 이 프로그램을 함께 기획하게 된 것은 직업훈련을 받은 여성가장들이 직업적 능력 향상에도 불구하고 사회에 적응하지 못하고, 취업에 실패하는 일들이 많음에 따라 무엇보다 먼저 여성가장들이 자신감을 가지고 사회에 적응하도록 하는 것이 필요하다는 인식이 일치하였기 때문이다. 따라서 집단프로그램을 통해서 여성가장들의 자아존중감을 향상시키고 그 위에 직업훈련을 통하여 직업적 능력까지 갖추어 스스로 무슨 일이든 할 수 있고 극복할 수 있다는 자신감을 가지고 사회의 한 구성원으로 통합될 수 있도록 돕기 위한 목적으로 프로그램이 진행되었다.

이에 본 연구는 여성가장들의 타인이해와 의사소통 기술 습득, 자기이해를 통한 자아존중감 향상을 도모하고 이 위에 전문적 직업훈련을 병행하여 직업능력을 향상시킴으로써 자신감을 가지고 적극적이고 진취적인 의지로 자립할 수 있도록 실질적인 도움을 주었으며 이의 토대 마련을 위한 기초 자료를 제공하였다는 데 의의를 두고 있다.

본 연구에서 설정한 연구문제에 따른 분석결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 프로그램에 참여한 여성가장의 자아존중감과 직업능력은 통제집단에 비해 높아졌다. 이는 그동안 불안한 미래에 대한 두려움, 자신에 대한 좌절감 등으로 인해 현실을 있는 그대로 받아들이기 보다는 부정하며 회피하고 싶어 했던 심리사회적 어려움을 집단프로그램에 참여하면서 해소하였으며, 전문적 직업훈련(전통음식 전문가 과정)을 통하여 직업능력을 갖추게 됨으로써 자신감을 회복했기 때문으로

판단된다.

둘째, 회기별 집단성원간의 양상은 회기가 지날수록 응집력이 강화되었고, 프로그램에 대한 관심과 참여도가 배양되었다. 이는 프로그램의 내용이 집단성원들의 관심을 불러일으키기에 적절하였고, 기존에 이와 같은 서비스를 받아본 경험이 없기 때문에 집단성원들의 참여 동기가 증진되었기 때문인 것으로 해석된다.

셋째, 집단성원의 개인별 변화는 전반적으로 자신과 타인에 대한 이해와 수용도가 증진되었으며 이를 통하여 스스로에 대한 부정적 자아인식이 줄어들었다. 또한 서로 격려하고 지지하는 집단 역동 속에서, 원만한 대인관계에 자신감을 가짐으로써 삶에 대한 긍정적 기대감을 회복하였다. 즉, 초기의 집단성원 대부분은 인간관계에 대한 두려움과 불안, 삶에 대한 좌절감과 절망감을 토로 하였는데 그러한 심리사회적 어려움을 본 집단프로그램을 통하여 극복할 수 있었다.

이와 같은 연구결과와 논의를 토대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 여성가장들은 지금까지 겪어온 인생의 난관들에 의해 심리적 좌절과 고통이 너무나 크기 때문에 삶에 자신감을 갖지 못하고 이에 따라 대인관계나 사회적응에 어려움을 겪고 있다. 그러므로 이것이 여성가장들이 자립하는 데에 가장 큰 장애가 되고 있음을 알 수 있다. 따라서 본 프로그램과 같이 이들의 자아존중감을 높여줌으로써 심리적 자원을 개발하여 자신감을 가지고 자신들에게 당면한 어려운 문제들을 극복해 나갈 수 있도록 도와주는 프로그램이 지속적으로 시행되어야 한다. 따라서 우선적으로 각 지역의 여성인력개발센터나 여성회관 등에서 여성가장들을 대상으로 직업훈련을 실시할 경우, 건강가정지원센터와 같이 다양한 가정의 건강성 증진을 위하여 상담, 교육, 문화 프로그램을 실시하는 기관들과

연계하여 심리적 지지와 지원을 위한 집단프로그램이 병행 실시될 수 있도록 보다 적극적인 재정적, 정책적 지원이 있어야 한다.

둘째, 이들은 인간관계에서 갖게 된 상처로 인해 주위 사람들과 관계 맺기를 어려워하고 두려워하는 경향들이 있기 때문에 서로의 어려움을 나누고 격려해 줄 수 있는 자조집단의 형성이 필요한 상황이다. 이러한 모임을 통해서 그간의 아픔을 치유하고 대인관계나 사회적 활동에 자신감을 가질 수 있도록 함으로써 자립의 기틀을 마련해 나가는데 도움이 되도록 해야 한다.

셋째, 급변하는 사회적 환경 속에서 여성가장이 자립함으로써 가족을 부양할 수 있도록 하기 위해서는 사회에서 요구하는 직업적 지식과 기술을 갖추어야 하지만, 현실은 그렇지 못한 상황이다. 따라서 이들의 자립을 돕기 위한 사회, 국가적 관심과 다각적 지원이 필요하다. 무엇보다 심리적 자원을 개발하기 위한 집단프로그램과 병행하여 실제적인 직업기술훈련이나 창업훈련이 함께 이루어져야 하며, 이와 더불어 직장 알선, 창업자금 지원 등과 같이 적극적인 서비스가 통합적으로 제공되어야 한다.

【참 고 문 헌】

- 1) 강기정, 이무영, 김영희(2002). “한부모가족의 복지 지원체계로서의 가상공동체 활용에 관한 기초연구”. 대한가정학회지 40(10), 141-159.
- 2) _____, 외 5인(2003). 기독교 사회복지의 이해. 천안대학교 출판부, 129.
- 3) 금재호(2001). 여성노동시장의 현상과 과제, 한국노동연구원.
- 4) 김경신(1999). “농촌지역 편부모가족을 위한 가족생활교육프로그램 개발”. 대한가정학회지 37(3), 127-142.
- 5) _____, (2003). “한부모가족을 위한 교육 및 상담 활성화 방안 및 효율적 정보전달 체계 연구”. 대한가정학회지 41(7), 73-89.
- 6) 김경희(1998). “저소득 실직여성가장의 생활, 의식, 욕구실태 보고”. 저소득 실직여성가장의 여성복지 강화방안. 한국여성단체연합, 15-16.
- 7) 김영란(1998). “빈곤의 여성화, 사회복지, 세계화”, 여성과 사회 9, 64-79.
- 8) 김은선(2005). “빈곤여성가구의 심리·사회적 요인이 자활에 미치는 영향”, 가톨릭대학교 대학원 사회복지학과 사회복지학 전공 문학석사학위 논문.
- 9) 김인숙 외(2001). 여성복지론. 서울 : 나남출판.
- 10) 김태련·장휘숙(1994). 발달심리학, 서울 : 박영사.
- 11) 남세진·최성재(1988). 사회복지조사 방법론, 서울: 서울대학교 출판부.
- 12) 문현숙, 김득성(2002). “이혼 후 적응을 위한 장기 교육프로그램의 모형개발”, 대한가정학회지 40(6), 197-211.
- 13) 성정현(2002). “이혼 후 적응을 위한 집단프로그램의 개발”, 한국가족복지학, 9, 31-53.
- 14) 심은희(2002). “빈곤 여성가장의 심리적 특성이 자활에 미치는 영향”, 전북대학교 대학원 사회복지학 석사학위 논문.
- 15) 정기선(2000). “경제 위기가 정신건강에 미치는 영향”, 한국사회학 제34집, 389-416.
- 16) 정진철(1999). “고등학교 교사들의 직업기초능력에 대한 인식”, 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 17) 정철영 외(1998). “직업기초능력에 관한 국민공통 기본교육과정 분석”, 한국직업능력개발원.
- 18) 조미희(1999). “편부모 가족의 실태와 복지향상 방안에 관한 연구”. 단국대학교 행정

- 대학원 석사학위 논문.
- 19) 조성혜(1997). “집단프로그램을 통한 모자 가족의 자조집단 형성에 관한 연구”. 부산대학교 대학원 박사학위 논문.
 - 20) 조정문·장상희(2002). 가족사회학, 서울 : 아카넷.
 - 21) 조성혜(1997). “집단 프로그램을 통한 모자 가족의 자조집단 형성에 관한 연구”. 부산대학교 대학원 행정학 박사학위 논문.
 - 22) 조홍식 외(2003). 가족복지학. 서울 : 학지사, 212-222.
 - 23) 진미정(2003). “저소득층 여성의 취업과 우울 증세간의 인과관계 연구: 미국의 New Chance Demonstration Study 참여자를 대상으로”, 대한가정학회지 41(7), 170, 182.
 - 24) 양인순(2003). “모자복지서비스 실천성과에 영향을 미치는 요인에 관한 연구”, 서울여자대학교 대학원 박사학위 논문.
 - 25) 옥선화 외(2001). “경제위기 이후의 빈곤 여성가장의 생활실태 조사”, 대한가정학회지 39(2), 2-6.
 - 26) _____, 성미애, 배희분, 이재립(2002). “빈곤 여성가장의 대처 전략에 관한 질적 연구”. 대한가정학회지 40(6), 224-225.
 - 27) _____(2003). “빈곤 여성가장의 삶의 과정에 관한 질적 연구”, 대한가정학회지 41(2), 66-68.
 - 28) _____·성미애(2004). 빈곤 여성가장의 삶, 도서출판 하우, 126-133.
 - 29) 윤홍식(2004). “결혼해체를 경험한 여성의 소득수준 및 빈곤실태와 공·사적소득이전의 역할”, 한국사회복지학 56(2), 6.
 - 30) 이무근 외(1997). “직업능력인증제 도입을 위한 정책 연구”, 교육부.
 - 31) 이재립·옥선화(2001). “저소득층 여성가장의 가족생활사건, 사회적 지원, 자녀의 지원과 생활만족도”, 대한가정학회지 39(5), 50-51.
 - 32) 한국여성개발원(1984). “편부모가족의 지원 방안에 관한 연구”.
 - 33) _____(1998). “저소득 모자가정의 자립방안 연구”.
 - 34) 국민일보. 2004. 01. 28.
 - 35) Amato, P. R. and Keith, B.(1991). “Parental divorce and the Well-being of Children : A Meta Analysis”. Psychological Bulletin 110-121..
 - 36) Bankoff, E. A.(1983). “Social Support and Adaptation to Widowhood”, Journal of Marriage and the Family Vol. 45(4).
 - 37) Burden, D.(1980). “Women as Single Parents : Alternative Services for a Neglected Population” Gottlieb, N. (ed.), Alternative Social Services for Women, New York: Columbia University Press.
 - 38) Coopersmith, S.(1967). The Antecedents of Self-Esteem. San Francisco: W. H. Freeman and Co.(1981, Reprint Edition).
 - 39) Danziger S. et al(1999). Barriers to the Employment of Welfare Recipients, University of Michigan.
 - 40) Hudson, W. W.(1977). Clinical Measurement Package for Social Workers, The Clinical Measurement Package : A Field Manuel, Homewood, IL : Dorsey.
 - 41) Johnson, B. H.(1986). “Single Mothers Following Separation and Divorce : Making It on Your Own”, Family Relations, Vol. 35.
 - 42) Kunz & Kail(1999). “Self-Efficiency and Welfare use”, Social Work Research, Vol. 24, No. 2.
 - 43) Mclanahan, S. S., Wedmeyer, N. V. & Adelberg, T.(1981). “Network Structure, Social Support, and Psychological Well-Being in The Single-Parent Family”, Journal of Marriage and The Family, Vol. 43(3).

- 44) Rosenberg, M. & Leonard I. Pearlin(1978). Social Class and Self-Esteem among Children and Adults. *American Journal of Sociology*, 84.
- 45) Sheeran, P., D. Abrams & S. Orbell(1995). "Unemployment, Self-esteem and Depression: A Social Comparison Theory Approach". *Basin and Applied Social Psychology*, 17(1 & 2), 65-82.
- 46) Umberson, D. C., Wortman, B. & Kessler, R. C.,(1992). "Widowhood and Depression : Explaining Long-Term Gender Difference in Vulnerability", *Journal of Health and Social Behavior*, Vol. 33(1)
- 47) Vachon, M. L. S., Lyall, W. A. L., Psycho, D., Rogers, J., Freeman-Letofsky, K. & Freeman S. J. J.(1980). "A Controlled Study of Self-Help Intervention for Widows", *American Journal of Psychiatry*, Vol. 137.
- 48) VanderZee, K. I., B. P. Buunk & R. Sanderman (1997). "Social Support, Locus of Control and Psychological Well-being", *Journal of Applied Social Psychology* 27(20).
- 49) Watkin, D.(1978). The development and evaluation of self-esteem Measuring instruments, *Journal of Personality Assessment*, 42.

(2005년 10월 15일 접수, 2005년 11월 26일 채택)