

노년기 부부관계향상 프로그램 개발 및 효과성에 관한 연구

A Study on the Effectiveness and Composition of a Marriage Enrichment Program of a Couple of Old Age

문경대학 사회복지과

전임강사 권 오 균*

동작노인종합복지관

사회복지사 강 금 희

Dept. Social Welfare, Munkyeong College

Full-Time Lecturer : Kwon, Oh-Gyun

DongJak Elderly Welfare Center

Social Worker : Kang, Kum-Hee

<Abstract>

The purpose of this research to improve old age for marriage and the effect the development of the program is to validate. This program of eight to 60 years old elderly couple in 2008 was 8 in the 10 weeks. To verify the effectiveness of the program prior to the inspection of post-verification.

According to the results of analysis, old age in conjugal relations, the area between the pre-post meaningful communication efficiency, the couple agreed, and the couple satisfaction, couple came to feel affection, and expression did not show a meaningful difference. The study on the future social welfare and family welfare-related practices and more effective old age, researchers developed a program to improve the couple relationship is important to emphasize is this.

▲주요어(Key Words) : 노년기(old age), 부부관계향상 프로그램(improvement of marital relationship program)

I. 서 론

우리나라는 출산률의 급감과 평균수명의 증가로 인해 인구 고령화가 급속히 진행되고 있다. 출산률의 경우 1970년에는 4.53명, 1980년에는 2.82명, 1990년에는 1.57명, 2008년에는 1.19명으로 급감하고 있으며(통계청, 2009), 평균수명의 경우 1960년에는 52.4세, 1970년에는 62.2세, 1980년에는 65.9세, 1990년에는 71.4세, 2000년에는 76.0세, 2005년에는 78.5세, 2006년에는 79.1세로 꾸준히 증가하고 있는 것으로 나타났다

(고령자통계, 2008). 우리나라의 인구고령화는 노인인구의 절대적 및 상대적 비율의 증가를 의미하는데, 노인인구는 1980년 145만명, 1990년 219만명, 2000년 339만명, 2010년 535만명, 2026년 1021만명으로 증가하였고, 노인인구 비율은 1980년 3.8%, 1990년 5.1%, 2000년 7.2%, 2010년 11.0%, 2026년 20.8%으로 증가될 것으로 전망되고 있다(고령자통계, 2008). 이 같은 노인인구의 급속한 증가와 더불어 다양한 노인문제가 발생하고 있는데, 의료 및 건강기술의 발전, 생산체계의 변화 및 생산기술의 발전, 교육의 대중화, 도시화와 같은 요인들로 인하여 긴 여가시간, 가정 및 사회에서의 역할 상실, 수입절감, 건강의 약화, 부양 및 보호문제, 사회적 및 심리적 고립과 소외로

* 주저자 · 교신저자 : 권오균 (E-mail : 9413006@hanmail.net)

대별되는 한국사회의 노인문제가 초래되고 있다(최성재 · 장인협, 2002). 이러한 노인문제들은 향후 더욱 다양화되고 구체화될 전망이다, 이제 노인문제는 한 개인의 문제를 넘어 사회적 차원의 문제로 대두되고 있다. 한편, 산업화 및 인구의 고령화, 핵가족화에 따른 가족구조 및 가족가치관의 변화는 사회 · 문화 전반에 영향을 미쳐 전통적인 가족부양(Family Caregiving)의 형태에 많은 변화를 초래했다. 실제로 장남부부가 노부모와 함께 동거하던 기존의 형태에서 이제는 노인 단독 또는 노부부만 생활하는 노인가가 급증하고 있는 실정이다. 1998년도와 2004년 전국 노인생활실태 및 복지욕구조사에 의하면, 노인독신가구의 경우 20.1%에서 24.6%로 증가하였고, 노인부부가구의 경우 21.6%에서 26.6%로 증가한 반면, 자녀동거가구는 53.2%에서 43.5%로 크게 감소하였다(한국보건사회연구원, 2004). 이러한 현상은 점차로 자녀와의 동거율은 감소하고 핵가족형 노인인구가 점차 증가하고 있다는 것을 의미한다. 최근에는 퇴직 후의 삶의 양식에 대한 노인들의 의식도 많이 변화하고 있어 자녀가 결혼하더라도 동거하기보다는 별거자립형을 희망하는 중 · 노년기 부부가 점차 증가하고 있다. 노인 부부들은 평균 수명이 연장되고 조기은퇴 등의 사회적 변화에 따라 부부가 함께 보내는 시간이 증가하게 된다. 노년기 전에는 서로 다른 경험을 하면서 인생을 살아왔으나 노년을 맞아 함께 지낼 수밖에 없는 상황에 놓이게 되고, 따라서 새로운 부부관계를 모색하고 노년기 부부생활에 적응하는 것이 필요하게 되었다. 자녀가 출가하고 생산적 활동에서 물러난 노년기는 그 이전의 역할 등과 달리 부부관계가 중요시되는 시기이다(전영숙 · 양희택, 2009). 우리 사회에서 노년기의 연장, 노부부만이 거주하는 1세대 가구의 증가, 노인의 자녀와의 별거 희망 증가, 노인의 재혼에 대한 관심도 증가 등은 노년기 부부관계에 대한 관심이 증가하고 있다는 것을 보고하고 있다(홍달아가 · 이남주, 2005). 특히 결혼 해체의 경향과 더불어 나타나는 황혼이혼의 증가나 톱크족(Two Only No Kids)의 출현 등은 노년기 부부관계에 대한 다양한 사회적 관심을 집중시키고 있다. 황혼이혼의 건수를 살펴보면, 남성의 경우 1997년 869건, 2000년 1,354건, 2005년 2,612건, 2007년 3,622건이며, 여성의 경우 1997년 245건, 2000년 430건, 2005년 922건, 2007년 1,427건으로 꾸준히 증가하고 있는 것으로 나타났다(고령자통계, 2008). 황혼이혼은 여자노인에게 경제적 빈곤과 정서적 부양의 결여 등의 부정적 영향을 미치며, 남자노인에게 외로움의 문제를 초래하게 된다. 즉, 황혼이혼은 노후생활에 부정적인 결과를 초래하는 위기상황이라 할 수 있다. 이러한 황혼 이혼을 하는 부부 뿐만 아니라 이혼하지 않은 부부 가운데서도 노년기에 들어와서 심각한 문제를 겪는 부부들이 늘어나고 있다. 이제는 노인들도 과거의 제도적인 부부관계의 틀에서 벗어나고자 하는 욕구가 많고 결혼 관계에서는 부부간의 친밀감과 만족감을 추구하는 경향이 높아지고 있다. 또한 부부 사이의 기대가 충족되지 않을

경우 갈등이 증폭되고 나아가 결혼관계가 깨어지는 현상으로 이어진다고 볼 수 있다. 즉, 부부관계에 있어서 어떠한 해결도 하지 못한 채 세월이 지나면서 노년기를 맞이하고 결국에는 불행한 노년기를 보내게 되는 일이 늘어나고 있다(정미경 · 김주후, 2008). 그동안 학계와 현장 실무자들 사이에서 노년기 부부관계와 관련된 문제 및 관심이 제기되면서, 일부 연구들이 진행되고 있는 상태이다. 노년기 부부관계와 관련된 연구들을 살펴보면, 부부관계가 노인의 삶의 질(이혜자 · 김윤정, 2004; 안경숙, 2005), 주관적 안녕감(임주영 · 전귀연, 2004), 결혼만족 및 적응에 미치는 영향(김태현 · 전길양, 1997; 모선희, 1997; 이신숙, 1998; 서병숙 · 김수현, 2000; 임신영 · 김태현, 2002; 김혜선, 2007) 성생활에 미치는 영향(김윤정 · 서선영, 2005), 성생활에 대한 사례 연구(강지현 · 박부진, 2003) 등의 연구가 제한적으로 이루어졌다. 또한, 부부관계향상 프로그램 관련 연구들을 살펴보면, 대부분 프로그램 개발과 효과검증(정미경 · 김주후, 2008; 전영숙 · 양희택, 2009; 공성숙, 2005; 방현주 · 이기숙, 2002; 유은희 · 김득성, 2005; 오윤자 · 유영주, 1994; 최혜경 등, 1994; 김순옥, 2001; 이성희, 2002; 김수현 · 최혜경, 2007; 이정미 · 김정옥, 2006; 이선미, 2003; 김오남 등, 2008)에 대한 연구가 이루어졌으나, 노년기 부부를 대상으로 한 연구는 매우 부족한 실정이다. 최근 황혼이혼의 증가와 더불어 노인 부부관계에 대한 사회적 관심이 고조되는 상황에서 노년기 부부관계 향상 프로그램을 개발하고 효과성을 검증하는 것은 매우 의미 있는 연구라고 생각된다. 따라서, 본 연구에서는 노년기 부부들이 향후 행복한 부부관계를 형성함으로써 성공적인 노후 삶을 누릴 수 있도록 하기 위한 프로그램을 개발, 실시하고 이에 대한 효과를 검증하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 노년기 부부관계

최근에 우리나라 노인의 평균 수명 증가와 남녀 노인의 수명 차이 감소, 핵가족화와 그로 인한 노인 단독세대 증가 등 사회구조적인 변화로 인하여 부부관계의 중요성은 한층 더 부각되고 있다(김윤정 · 서선영, 2005). 부부관계는 가족내 인간관계의 중심으로 가장 가까우면서 지속적으로 상호작용을 요하는 관계이다(김태현 · 전길양, 1998). 가족주기 상 노년기가 점차 연장되면서 예전보다 노부부들이 함께 보내는 시간이 길어졌기 때문에 노년기는 그 어느 시기보다도 부부관계가 중요시되는 시기이다. 이는 노년기의 배우자는 인생의 동반자일 뿐만 아니라 신체적 및 정신적 장애가 발생하였을때에 최우선의 가족 부양자로 중요한 역할을 수행하게 된다(임주영 · 전귀연, 2004).

일반적으로 노년기 부부는 은퇴 후 함께 지내는 시간이 증가하게 되므로, 결혼 한 이후로 부부가 겪어본 적이 없는 과업이나 활동들을 경험하게 된다. 즉, 서로 상호작용이 많아져 서로에게 관심을 갖게 되고 친밀감을 증대시킬 수 있지만 부부가 함께하는 시간이 길어지면서 긴장과 갈등이 발생할 수 있다(임선영 · 김태현, 2002). 특히 오늘날의 노년세대는 급격한 사회변동에 따른 다양한 변화를 경험하고 있으며 이러한 과정에서 신체적 쇠퇴, 역할 상실, 심리적 위축과 같은 스트레스를 경험하게 된다. 노년기의 급격한 변화와 전환에 따른 스트레스 상황은 부부관계에도 상당한 부담을 주는 것으로 나타나고 있다.

노년기 부부간의 갈등은 결혼생활에 잠재해 있던 어려움을 표출하는 기회가 되어 이제까지 서로 이해하지 못했던 점을 발견할 수 있는 기회가 되기도 하지만, 그러나 갈등을 효과적으로 해결하지 못하면 평소에 쌓여진 불만들이 누적되어 관계가 멀어질 수도 있다. 특히 노년기에는 경제능력의 상실에 따른 경제상황의 변화와 조정의 필요성이 부각되는 동시에 ‘역할 전환’에 대한 적응문제가 수반된다. 이러한 역할 전환에 적응하지 못하면 노년기 부부관계에 갈등을 초래하게 된다. 노부부간의 갈등은 해소되어야 노후에 안정감과 행복감을 가질 수 있다. 노년기 부부관계에서도 서로 인격을 존중하고, 상대방의 개성과 취미, 기분 등을 이해하는 태도가 무엇보다 중요하다.

2. 부부관계향상 프로그램

부부관계향상 프로그램(Marriage Enrichment Program)은 부부들로 하여금 결혼생활에서의 자기발전과 인격적 성장 그리고 이러한 변화와 성장 가능성에 근거를 두고 부부관계의 질을 향상시키고자 하는데 그 목적을 둔다(Warner, 1981). 과거에는 주로 부부관계의 문제점 파악 및 개선과 치료에 초점을 두던 것을 최근에는 보다 예방적이고 부부 개개인의 성장잠재력 측면에 주안점을 두고 진행되고 있다. 이 프로그램들은 대부분

부부관계의 질, 상황변화에 따른 대처능력 그리고 가족발달 등에 따른 적응능력 등을 향상시키는 것을 목표로 하고 있다(Miller et al., 1975).

서구에서는 부부관계 향상을 위해 다양한 프로그램들이 개발 및 실시되어 왔다. 그 중 대표적인 프로그램들로는 Miller 등(1976)이 개발한 미네소타 부부의사소통 프로그램(Minnesota Couple Cpmminication Program: M CCP), Rappaport(1976)의 부부관계 수정 프로그램(Conjugal Relationship Modification Program: CRMP), Guemey(1977)의 부부관계증진 프로그램(Relationship Enhancement: RE), Stanley 등(1999)이 개발한 결혼문제 예방 및 결혼생활향상 프로그램(Prevention and Relationship Enhancement Program: PREP) 등이 있다. 이러한 프로그램들은 공통적으로 개인의 잠재력에 대한 인식 및 개발, 의사소통 기술, 친밀성 증진, 행동수정 기술, 성적인 만족 증진 등을 기본으로 하고 있다.

국내에서 부부관계향상 프로그램을 대상과 교육내용별로 분류하여 살펴보면 다음과 같다. 대상별로는 노년기 부부(이선미, 2003; 김홍란 · 김윤정, 2004; 박성희, 2006; 정미경 · 김주후, 2008; 전영숙 · 양희택, 2009), 중년기 부부(송정아, 1996; 김영자, 1998; 이경희 · 옥선화, 1999; 이주미, 2001; 최규련, 2002)와 신혼부부 프로그램(최혜경 등, 1994; 유은희 · 정현숙, 1995; 최윤화, 2000; 박현주 · 이기숙, 2002; 김희진, 2005; 유은희 · 김득성, 2005), 예비부부(박미성 · 김득성, 1997; 권정혜 · 채규만, 2000), 맞벌이부부 대상 프로그램(조은숙 등, 1998; 이정미 · 김정옥, 2006)과 일반적인 부부교육 프로그램(오윤자 · 유영주, 1994; 김경신 · 박은주, 1996; 이상숙 · 유영주, 1998; 정현숙, 2000; 김순옥, 2001; 이성희, 2002; 최규련, 2002), 결혼이민자 대상 프로그램(이은주, 2007; 김오남 등, 2008) 등으로 나누어 볼 수 있다.

교육내용별로는 노년기 부부를 대상으로 한 부부교육 프로그램에서는 정신 및 신체 건강, 은퇴적응, 노후의 경제생활,

<표 1> 프로그램 구성

회기	교육영역	프로그램명	세부활동
1	오리엔테이션	· 우리함께 차차차	· 레크레이션 · 프로그램 설명
2		· 나와 너를 찾아가는 여행	· 성격유형(에니어그램) 검사
3	자아인식과 배우자에 대한 이해증진	· 몸으로 말해요!	· 감정표현
4		· 이해를 넘어 수용으로	· 수용/이해(roll play, free hug)
5		· 부부대화	· 부부 의사소통 특강
6	부부 의사소통 기술 향상 및 친밀감 형성	· 그대없이 못살아!	· 부부문화체험(명성황후 관람)
7		· 추억여행	· 신혼 때 즐겨먹던 음식 만들기
8		· 자조모임	· 프로그램 실시 이후 느낌 공유
9	배우자 이해 증진/결혼생활 대처능력 향상	· 사랑의 미래설계	· 부부사랑 언약식(부부편지 교환)
10		· 부부캠프	· 부부캠프

인생회고, 유언/재산상속, 대화하기, 부부싸움풀기, 우리는 하나, 행복한 노년, 성적 적응, 여가시간 관리, 부부여가설계 등을 내용으로 하였다. 신혼기 부부를 대상으로 한 부부교육 프로그램에서는 부부간의 사랑, 부부간 지각의 차이와 문제해결방식 차이 인식, 의사소통, 결혼관과 부부의 역할, 성 등을 다루었다. 예비부부를 대상으로 한 부부교육 내용으로는 결혼에 대한 기대, 서로에 대한 이해, 역할기대, 의사소통, 갈등해결, 성, 재정관리 등을 내용으로 하였다. 맞벌이 가족 대상 부부교육 내용은 역할긴장의 원인이해, 가족체계의 강화전략, 가사/육아 분담 전략, 시간관리전략, 역할줄이기 전략, 바람직한 직업관/가족관정립 등을 다루었다. 중년을 대상으로 한 부부교육 프로그램 내용은 노후의 경제적 안정, 늙어가는 배우자와의 새로운 관계 맺기, 노화에 대한 심리적 준비라는 주제로 중노년기의 전반적인 교육과 서로에 대한 이해, 듣기 기술과 말하기 기술, 갈등 해결, 관계 재정립 등을 내용으로 다루었다. 일반적인 부부교육 프로그램 내용은 부부관계 이해하기, 배우자 마음공감, 건설적 감정표현 인정해주기, 갈등해결 기술, 의사소통, 친밀성 훈련, 칭찬·격려 받아들이기, 자아인식, 성역할, 결혼관, 부모 자녀관계 관계 등 대화상대의 이해와 대화개선의 필요성 인식, 대화를 통한 마음 검토 및 조정, 효율적으로 말하기, 적극적으로 듣기, 바람직한 대화법, 행복을 위한 욕구 다루기, 결혼생활과 질적인 세계, 좋은 상황 내 것으로 만들기, 건강한 감정적 상호작용, 바람직한 문제해결 등을 내용으로 하였다. 결혼이민자 부부교육 프로그램 내용은 친밀감 형성하기, 다문화가족의 이해, 행복한 결혼생활을 위한 자세, 한국문화와 아내나라의 문화 이해, 성숙한 의사소통과 장애요인, 말하기와 듣기, 부부갈등의 원인, 갈등해결방법, 결혼이민자 자녀의 어려움, 자신감을 주고 사랑을 표현하는 방법으로 구성하였다.

III. 연구방법

1. 프로그램 개발과정

프로그램을 개발하기 위해 노년기 부부관계의 특성을 살펴보고, 부부관계향상 프로그램들에 대한 분석을 실시하였다. 또한, 노년기 부부관계만을 대상으로 하는 교육 프로그램이 개발되지 않은 현 상황에서 다양한 자료를 얻기 위해 노년기는 아니지만 일반 부부를 대상으로 하는 부부관계향상 프로그램을 분석에 포함하였다. 부부관계에 대한 연구들을 살펴보면, 부부간의 차이나 의사소통훈련, 부부갈등해결 등이 대부분의 프로그램에 포함되어 있다. 이를 통해 의사소통이나 갈등해결 방법 등의 상호작용을 위한 틀은 관계의 발달과 성장을 위해 필수적인 주제임을 알 수 있다.

본 프로그램의 진행에 앞서 배우자가 있는 노인 113명을

대상으로 사전조사를 실시하였다. 그 결과를 살펴보면, 남자노인이 70명(90%)이었고, 평균연령은 71세였다. 평균결혼기간은 43.18년이었고, 전체 노인의 약 60%가 하루 1시간 이하의 대화를 하고 있었다. 프로그램에 참여의사가 있다고 응답한 노인이 전체의 52%를 차지하는 것으로 나타났다. 남자노인이 여자노인보다 부부관계향상 프로그램에 참여의사가 더 높은 것으로 나타났고, 연령별로는 60대 후반에서 70대 초반의 노인이 참여의사가 높게 나타났다. 또한, 노인들은 강의식 교육적 프로그램보다는 레크리에이션이 가미된 프로그램을 선호하는 것으로 나타났다. 가장 중요한 것은 노인부부가 흥미를 가지고 집단에 참여하고자 하는 의지라 생각되어 강의식 교육과 레크리에이션이 가미된 여가교육형 프로그램들을 접목하여 프로그램을 구성하게 되었다.

2. 교육내용

교육은 총 10회기로 진행되었다. 교육내용을 살펴보면, 가장 먼저 자아인식과 배우자에 대한 이해증진이라는 목표로 나와 너를 찾아가는 여행이라는 프로그램으로 성격유형 검사를 하며, 몸으로 말해요라는 프로그램으로 감정표현 활동을 하고, 이해를 넘어 수용이라는 프로그램으로 roll play, free hug를 진행하도록 되어 있다. 부부 의사소통 기술 향상 및 친밀감 형성이라는 목표로 부부대화라는 프로그램으로 부부 의사소통 특강을 하며, 그대없이 못살아라는 프로그램으로 부부문화체험을 하고, 추억여행이라는 프로그램으로 신혼 때 즐겨먹던 음식 만들기를 진행하도록 되어 있다. 배우자 이해 증진 및 결혼생활 대처능력 향상을 목표로 자조모임 프로그램으로 프로그램 실시 이후 느낌을 공유하는 시간을 갖으며, 사랑의 미래설계라는 프로그램으로 부부사랑 언약식을 하고, 부부캠프 프로그램을 진행하도록 되어 있다.

3. 진행방법

대상자를 모집하기 위하여 각 동사무소, 언론매체, 그리고 주변인들에게 프로그램을 홍보하였고, 신청서를 작성한 60세 이상 노부부를 대상으로 면접을 실시하였고, 이 중에서 최종적으로 5쌍을 선정하여 진행하였으나, 건강상의 이유로 4쌍만을 대상으로 진행하게 되었다. ‘애니타임 투게더’라는 제목으로 진행된 프로그램은 10주간 계속되었다. 한 회기는 1시간 30분 정도 소요되었다. 노년기의 신체적 특성을 고려해 각 회기가 끝나면 휴식 및 간식시간을 제공하여 신체의 피로를 최소화하였고, 강의내용을 정리한 소책자를 배부하였다.

각 회기는 강사의 강의와 참여자들의 직접적인 활동을 병행하여 진행하였다. 참여자들은 자신의 사례를 이야기하거나 느낌을 이야기하기도 하였고, 레크리에이션이 가미된 프로그램

<표 2> 프로그램 참여자

부 부	성 명	연 령	생년월일	학 력	종 교	전직/경제력
1	이○○	75	33.07.23	대 졸	개신교	개인사업
	남○○	74	35.02.28	중 졸	개신교	주 부
2	고○○	75	33.10.14	대 졸	불 교	군인/중기사업
	최○○	71	38.06.07	고 졸	불 교	주 부
3	정○○	75	34.03.28	대 졸	개신교	공무원
	강○○	70	39.04.05	고 졸	개신교	주 부
4	신○○	72	37.01.01	대 졸	천주교	교사/사업
	김○○	72	37.03.03	중 졸	천주교	주 부

을 많이 구성하였다. 예를 들어, 성격유형 검사, 부부 의사소통 특강, 부부문화체험 등은 이론적이고 교육적인 내용들이 중심이었지만, 감정표현, free hug, 신혼 때 즐겨먹던 음식 만들기, 부부사랑 언약식, 부부캐프 등은 직접적인 활동을 하도록 하는 레크레이션 형식으로 많이 이루어졌다.

3. 연구대상 및 측정도구

1) 연구대상

본 연구의 대상자는 서울에 소재한 D 복지관을 이용하는 60세 이상 노인 부부 중 프로그램 참여를 신청한 부부에 대한 면접을 통해 최종적으로 선발된 5쌍이 시작하였으나, 1쌍은 건강상의 이유로 불참하여 총 4쌍의 부부가 참여하였다.

프로그램은 총 10회기로 진행되었고, 2008년 8월 둘째 주부터 10주간 프로그램을 진행하였다. 프로그램 대상자 총 인원은 8명이었다.

2) 측정도구

(1) 의사소통 효율성

Olsen 등(1983)에 의해 개발된(Enriching and Nurturing Relationship Issues, Communication and Happiness: ENRICH) 목록 중 의사소통 척도를 사용하였다. 이 척도는 부부간 의사소통이 원활하게 이루어지는 부부와 그렇지 않은 부부를 구분해 낼 수 있는 척도이다. 도구는 총 29문항으로 구성되어 있고, 22개의 부정적 문항과 7개의 긍정적 문항으로 되어 있다. 점수가 높을수록 부부가 효율적인 의사소통을 하고 있음을 의미한다. 총점의 범위는 29~145점이다. 본 도구 개발 당시 Cronbach's alpha = .86이고, 본 연구에서 Cronbach's alpha = .84으로 나타났다.

(2) 부부 적응도

Spanier(1976)의 부부적응 측정도구(Dyadic Adjustment Scale: DAS)를 사용하였다. 이 척도는 결혼 또는 동거중인 커플이 인식하는 관계의 질을 사정하기 위해 설계된 것으로, 부부만족, 부부일체감, 부부합의, 애정표현의 네 가지 양상을

측정한다. 도구는 총 32문항으로 구성되어 있고, 총점은 0~151점의 범위를 가진다. 점수가 높을수록 부부관계가 더 좋다는 것을 의미한다. 본 도구 개발당시 Cronbach's alpha = .96이고, 하위 척도는 .73~.94로 보고되고 있다. 본 연구에서 Cronbach's alpha = .89이고, 하위 척도는 .72~.91으로 나타났다.

4. 자료수집방법

본 프로그램을 실시한 서울시 소재의 노인종합복지관을 이용하는 노인부부 4쌍이 프로그램 시작에 앞서 오리엔테이션을 실시하는 가운데 사전설문지를 측정하였고, 모든 프로그램이 종료된 이후 사후설문지를 작성하도록 하였다.

5. 분석방법

부부관계 향상 프로그램의 효과를 측정하기 위하여 의사소통 효율성, 부부합의도, 부부만족도, 부부일체감, 애정표현 정도를 사전·사후로 측정하여 분석하였다. 사례수가 적어 등분산성을 확보할 수 없었기 때문에 비모수 통계를 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 조사대상의 인구사회학적 특성

프로그램에 참가한 노인부부는 4쌍으로 총 8명이었으며 연구대상자의 일반적 특성은 <표 3>과 같다. 참여자의 연령을 살펴보면, 남자노인의 경우 75~79세가 3명, 70~74세가 1명이고, 여자노인의 경우 70~74세가 4명으로 나타났다. 교육수준을 살펴보면, 남성노인의 경우 대졸이상이 4명, 여자노인의 경우 고졸이 3명, 중졸이 1명으로 나타났다. 건강상태를 살펴보면, 남성노인의 경우 건강하다가 3명, 보통이다가 1명이고, 여성노인의 경우 건강하다가 2명, 매우건강하다와 보통이다가 각각 1명으로 나타났다. 경제상태를 살펴보면, 남성노인의 경우 '중'이

3명, ‘상’이 1명이고, 여성노인의 경우 ‘중’이 3명, ‘상’이 1명으로 나타났다. 결혼기간을 살펴보면, 평균 47.43년인 것으로 나타났다.

2. 프로그램 참가 부부관계에 대한 사전사후 변화

10회에 걸친 프로그램 실시 후 사후조사를 바탕으로 프로그램 전과 후에 어떠한 변화가 있었는지를 파악하기 위해 Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test를 실시하였다. 의사소통 효율성, 부부합의도, 부부만족도, 부부일체감, 애정표현도의 사전사후 검사간 변화에 대한 결과는 <표 4>와 같다. 부부관계에 대한 사전사후 유의미한 차이를 보인 영역은 의사소통 효율성, 부부합의도, 부부만족도, 부부일체감으로 나타났으며 애정표현도는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

의사소통 효율성에 대한 집단의 평균은 39.571이었으나 프로그램 후 46.500으로 증가하였으며 유의미한 차이를 보였다. 이번 프로그램을 통해서 의사소통의 효율성이 높아졌다고 할 수 있다.

부부합의도에 대한 집단의 평균은 50.625이었으나 프로그램 참여 후 54.714로 증가하였으며 유의미한 차이를 보였다. 노인 부부의 부부합의도는 프로그램 실시 전 모든 영역에서 가장 높게 나타났으며, 이번 프로그램을 통해서 부부합의도가 더욱 높아졌다고 할 수 있다.

부부만족도에 대한 집단의 평균은 36.143이었으나 프로그램 참여 후 36.750으로 증가하였으며 유의미한 차이를 보였다. 이번 프로그램을 통해서 부부만족도가 높아졌다고 할 수 있다.

부부일체감에 대한 집단의 평균은 19.375이었으나 프로그램 참여 후 21.286으로 증가하였으며 유의미한 차이를 보였다. 이번 프로그램을 통해서 부부의 일체감이 높아졌다고 할 수 있다.

애정표현도에 대한 집단의 평균은 9.143이었으나 프로그램 참여 후 8.125로 감소하였으며 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 노인 부부의 애정표현도는 프로그램 실시 전 모든 영역에서 가장 낮게 나타났고, 이번 프로그램을 통한 변화가 없었다고 할 수 있다.

부부관계에 대한 사전사후 결과를 종합해보면, 전반적으로 사전 사후 점수에 변화가 일어났으며, 노인 부부의 관계가

<표 3> 연구대상의 인구사회학적 특성

변 수	구 분	빈도(%)	
		남 자	여 자
연 령	70~74세	1(12.5)	4(50.0)
	75~79세	3(37.5)	0(0.0)
학 령	중 졸	0(0.0)	1(12.5)
	고 졸	0(0.0)	3(37.5)
	대졸 이상	4(50.0)	0(0.0)
건강상태	매우 건강	0(0.0)	1(12.5)
	건 강	3(37.5)	2(25.0)
	보 통	1(12.5)	1(12.5)
경제상태	상	1(12.5)	1(12.5)
	중	3(37.5)	3(37.5)

<표 4> 부부관계에 대한 사전사후 변화

변 수	집 단	평 균	표준편차	Z값
효율성	사 전	39.571	6.82	-2.366*
	사 후	46.500	16.29	
부부합의도	사 전	50.625	12.09	-2.375*
	사 후	54.714	4.60	
부부만족도	사 전	36.143	4.37	-2.201*
	사 후	36.750	6.18	
부부일체감	사 전	19.375	5.06	-2.023*
	사 후	21.286	4.15	
애정표현도	사 전	9.143	1.21	-.272
	사 후	8.125	1.55	

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

<표 5> 프로그램에 대한 평가

항 목	평 균	표준편차	최 소	최 대
강사만족도	4.89	.30	4.00	5.00
내용만족도	4.72	.45	4.00	5.00
장소만족도	4.51	.80	2.00	5.00
시간만족도	4.42	.82	3.00	5.00

향상되었다는 것을 볼 수 있다. 즉 부부관계향상 프로그램을 통해서 의사소통 효율성이 높아짐으로써 개방적이고 원활한 의사소통을 하기 위해 노력하며, 부부간에 합의도가 높아짐으로써 서로 원만한 관계를 유지하기 위해 노력하며, 부부만족도가 높아짐으로써 결혼생활에 긍정적인 인식을 갖게 되었고, 부부일체감이 높아짐으로써 서로가 하나라는 인식을 통해 상대방을 더욱 이해하고 배려하는 마음을 갖게 되었다고 해석할 수 있다.

3. 프로그램 전반에 대한 평가

1) 소감을 통한 평가

○ 최○○(여, 70세) : “난 사실 떡볶이는 처음 만들어 보는 거야 그런데 부부가 같이 하니 참 재밌고 좋더라고. 며칠 전에 우리 딸이 집에 와서 한번 만들어줘 봤더니 딸도 참 좋아하고. 부부관계 향상 프로그램 하고 우리집 양반이 참 많이 달라졌어요. 군인 출신이라 무뎌둬하고 이랬거든. 그런데 요즘은 집에서 ‘사랑해’ 표현을 한다 니깐. 젊어서도 못 들었던 소리인데 참 행복해요 다 복지관 덕분이야.”

○ 이○○(남, 75세) : “노인이 되면 부부가 할일이 없거든. 그런데 젊어서 일만하던 남편이 집에서만 놀고 집에서 애 키우고 살림만 하던 부인은 밖으로만 돈만 벌여. 아 그런데 복지관에서 이렇게 두 내외간이 같이 놀게 해주는 프로그램이 있으니 얼마나 좋아. 그러니깐 남들이 손가락질을 하건 뭐라건 간에 둘이 꼭 붙어 다녀. 당당하게... 같이 밥도 먹고 수업도 같이 듣고 아 얼마나 좋아. 이제 애들도 다 자기 앞가림하고.. 키워준 손자는 이제 옆에도 안온다. 그러면 내외간밖에 더 있나? 꼭 붙어 다녀야지.”

○ 정○○(남, 74세) : “내가 복지관에서 했던 역대 프로그램 중에 최고였어. 이렇게 세심하게 노인을 배려하고 감동을 주는 프로그램은 처음이야. 자기 속 이야기도 진솔하게 할 수 있었고... 복지관 선생님들이 정말 고생 많았어. 외부에서 지원금도 받아와서 우릴 이렇게 해주고. 참 고생 많았어요.”

소감을 통한 프로그램 평가를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 부부가 함께 할 수 있는 프로그램이라서 좋았다고 하였다. 실제로 부부가 함께 할 수 있는 프로그램이 많이 부족한 상황에서 본 프로그램은 그 자체로서 의미가 있었다고 할 수 있다. 둘째, 부부간에 오랜기간 함께 살아왔지만, 실제로 서로 함께 공유하는 것이 부족하였는것

이 본 프로그램이 긍정적 역할을 한 것으로 보인다. 셋째, 프로그램을 통해서 남편이 달라졌다고 하였다. 군 출신의 남편이 평소에는 말도 없고 무뎌둬하였지만, 프로그램을 한 이후에 애정표현도 하게 되었다고 하였다. 이것은 본 프로그램이 부부간 의사소통과 애정표현 등을 향상시킴에 긍정적 역할을 한 것으로 보인다. 넷째, 프로그램을 통해서 부부가 항상 함께 다닌다고 하였다. 이것은 본 프로그램이 부부간 일체감이나 만족도를 향상시키는데 긍정적 역할을 한 것으로 보인다.

2) 만족도를 통한 평가

전체적인 프로그램 평가를 위해서 종결 시 프로그램 전반에 대한 평가를 실시하였다. 그 결과는 <표 5>와 같다. 프로그램 내용에 대한 5점 척도의 평가를 보면 대부분 4.0 이상으로 높은 점수를 보이고 있다. 특히 강사만족도가 4.89로 가장 높은 점수를 보이고 있으며, 내용만족도가 4.72, 장소만족도가 4.51, 시간만족도가 4.42 순으로 나타났다. 이러한 결과는 노년기 부부관계향상에 도움이 되었다고 볼 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 기존 부부관계향상 프로그램들이 대부분 예비부부, 신혼초기, 중년기 부부를 중심으로 이루어진 점에 진일보하여 노년기 부부의 관계향상이 필요하다는 전제하에 개발된 노년기 부부관계향상 프로그램의 효과를 검증하고자 이루어졌다.

본 프로그램을 개발하기 위해 노인 부부 관련문헌연구를 통해 노인 부부관계의 특성과 욕구, 부부관계향상 프로그램에 대한 내용을 분석하였으며, 실무자 심층 인터뷰와 사전조사 등을 실시하였다. 개발된 프로그램에 대해 관련기관의 전문가 회의와 실무자 간담회 등을 거쳐 프로그램을 최종 수정하였다. 그 후 개발된 프로그램으로 노년기 부부를 대상으로 부부관계향상 프로그램을 실시한 후 의사소통 효율성, 부부합의도, 부부

만족도, 부부일체감, 애정표현 의 변화정도를 살펴보았다. 프로그램의 효과를 평가하기 위해서 단일집단 전-후 시험 디자인(one-group pretest-posttest design)을 사용하였다.

연구 결과, 프로그램에 참여한 집단은 의사소통 효율성, 부부 합의도, 부부만족도, 부부일체감에서 유의미한 향상을 보였지만, 애정표현에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 개방적인 의사소통을 위한 노력, 결혼생활에 긍정적인 인식, 부부가 하나라는 인식적인 측면에 변화가 크게 나타났다고 볼 수 있지만, 겉으로 드러나는 애정 표현이나 행동적인 측면에서는 변화가 크게 나타나지 않은 것으로 해석된다. 차후 프로그램 실시에서는 부부의 서로에 대한 애정 표현 및 행동이 향상될 수 있도록 프로그램 내용을 수정 및 변화하는 노력이 필요하다고 하겠다.

노년기 부부관계 향상 프로그램에 대한 필요성은 실천현장 종사자와 연구자들로부터 제기되고 있다. 그러나, 실제 이들을 위한 프로그램은 개발 및 진행되지 않고 있었으며,

실천 현장에서 어떤 내용과 방법으로 진행해야 할지에 대한 자료가 미흡한 상황이었다. 따라서, 현장 실무자와 연구자들은 향후 본 연구의 결과를 토대로 더욱 발전된 프로그램으로 더 많은 효과를 거둘 수 있기를 기대한다.

본 연구가 갖는 실천적 함의와 제언을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구대상은 경제적 상태나 건강상태가 열악하며, 사회에서 주변인에 속하는 특성을 가지고 있고 부부교육이나 결혼교육에 대한 경험이 거의 전무한 상황이었다. 따라서, 본 프로그램은 배우자에 대한 이해를 증진하고, 부부 의사소통 기술을 향상시키며, 배우자에 대한 이해를 높이고, 결혼생활 대처 능력을 향상시키는데 기여하였다.

지금까지의 프로그램들은 주로 예비부부, 신혼기, 중년기 부부에게만 초점을 두어왔는데 여기서는 노년기에 초점을 둔 프로그램을 실행하였다는 점에서 의미가 있다. 프로그램이 진행되는 상황에서 노인 부부들은 부부관계향상 프로그램이 더욱 다양화되고 활성화되기를 기대하는 의견이 많았다. 이를 계기로 노년기 부부를 위한 다양한 프로그램이 제공되어야 하겠으며 현재 노년기 부부를 대상으로 서비스를 제공하는 기관들을 중심으로 부부관계향상 프로그램이 활성화될 수 있도록 해야 한다. 향후 연구대상의 범위를 확대하여 노인부부와 자녀, 노인부부와 손자녀 등을 대상으로 한 프로그램을 실시하고, 가족이 함께 참여할 수 있는 가족통합적인 프로그램을 운영할 것을 제안한다. 이를 통해 가족간 대화와 서로에 대한 이해와 배려의 증진을 통해서 가족 전체의 행복에 기여할 것이다. 또한 세부적으로 연령, 교육수준, 경제상태 등을 고려하여 프로그램을 개발하고 효과를 검증하는 것이 필요하다.

둘째, 본 연구의 프로그램 운영은 강의, 발표, 토론활동, 상담 활동 뿐만 아니라 레크레이션, 캠프활동, 문화체험 등이 포함된 여가교육형 프로그램을 통해 진행되었다. 따라서, 자신의 문제

에 대한 소개 및 공유, 집단의 고민과 문제의 공유, 결혼과 부부관계에 대한 새로운 지식과 기술 습득을 다양하고 흥미로운 레크레이션 활동들과 함께 함으로써 동기부여와 흥미를 유발할 수 있었다. 또한, 프로그램이 10회기를 거치는 동안 집단원간의 친밀감과 파트너십이 형성되었다. 한편, 집단이 운영되는 기간이 약 2개월 정도였는데, 만약 그 이상 기간이 길어질 경우 지속적인 참여도가 떨어질 가능성이 있는데, 이에 대비하여 프로그램에 대한 중요성을 충분히 설명하고, 프로그램 내용을 다양하게 확대하고, 동기부여와 흥미를 줄 수 있도록 양질의 프로그램을 제공한다면 그러한 문제는 해결될 수 있을 것이다.

셋째, 프로그램의 평가가 모든 영역에서 높게 나타났다. 프로그램 참여 집단은 지루한 내용이나 장시간 프로그램에 집중하기 힘든 대상들로, 이론적 내용의 전달과 함께 관심과 흥미를 유발할 수 있는 활동들(문화체험, 언약식, 캠프, 음식 만들기 등)을 중심으로 진행되었고, 이러한 방식이 참여자들의 호응도를 높였다고 볼 수 있다. 향후 프로그램 개발과 진행에서 대상자의 특성과 욕구를 고려하여, 이론중심보다는 재미와 흥미가 유발될 수 있는 활동 위주의 프로그램으로 운영한다면 효과성이 더욱 높아질 것이다.

넷째, 노인 부부의 교육에 대한 참여동기가 처음에는 높지 않았으나, 프로그램이 점차 진행되는 동안 점점 변화되었다. 특히, 노인 부부 중 남성노인들은 여성노인들에 비해서 가부장적인 사회에서 오랜 기간 결혼생활을 통해 갖게된 가치관과 행동방식 등으로 인해 참여동기가 더욱 낮았으나, 지속적인 동기부여와 프로그램이 진행되면서, 점차 적극적인 모습과 관심이 증대되어 가는 것을 볼 수 있었다. 현재 노년기 부부관계 향상 프로그램이 일부 복지관에서 제한적으로 실시되고 있는 상황에서 사회복지 및 가족복지 관련 기관에 대한 획기적인 지원과 활성화 방안이 필요하다.

【참 고 문 헌】

- 공성숙(2005). 부부관계증진 집단 프로그램이 부부의 결혼 만족도, 긍정적 감정, 갈등조정방식, 의사소통 악화요인에 미치는 효과. *대한간호학회지*, 35(6), 991-1003.
- 권정혜·채규만(2000). 부부적용 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 19(2), 207-218.
- 김경신·박은주(1996). 효율적인 부부 의사소통 교육프로그램 개발을 위한 기초연구. *가정과학연구*, 6, 111-122.
- 김수현·최혜경(2007). 부부교육 프로그램 평가도구 개발을 위한 개념적 틀. *한국가족관계학회지*, 12(1), 191-236.
- 김순옥(2001). 부부 의사소통 교육프로그램 개발. *한국가족관계학회지*, 6(1), 137-157.

- 김오남 · 김정신 · 이정화(2008). 결혼이민자 부부관계향상 프로그램 효과성에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, **26(1)**, 69-84.
- 김태현 · 전길양(1997). 노년기 부부의 상호간 지지와 역할공유 및 결혼적응에 관한 연구. *한국노년학*, **17(2)**, 167-182.
- 김홍란 · 김윤정(2004). 노년기 부부의 성적 적응교육 프로그램. *한국가족관계학회지*, **9(2)**, 43-69.
- 김희진(2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발에 관한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, **17(4)**, 877-906.
- 박성희(2006). 노년기부부의 관계향상을 위한 교육프로그램에 참가한 노년기부부의 학습과정에 대한 질적연구. *노인복지연구*, **31**, 161-179.
- 방현주 · 이기숙(2002). 부부관계 향상 프로그램을 통한 결혼 초기 부부의 의사소통 능력 증진에 관한 연구. *대한가정학회*, **40(11)**, 39-54.
- 송정아(1996). 중년기 부부관계 향상 프로그램 개발. *한국가정관리학회지*, **14(1)**, 113-130.
- 오윤자 · 유영주(1994). 부부관계 향상 프로그램 개발 연구. *한국가정관리학회지*, **12(2)**, 205-218.
- 유은희 · 김득성(2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램의 효과검증. *한국가정관리학회지*, **23(1)**, 1-18.
- 이경희 · 옥선화(1999). 자기인식 향상을 통한 부부친밀감 증진 프로그램 시안. *대한가정학회지*, **37(8)**, 29-42.
- 이선미(2003). 노년기 부부관계 향상을 위한 가족생활교육 프로그램 개발 및 평가. *한국노년학*, **23(1)**, 93-112.
- 이성희(2002). 부부관계강화 프로그램의 개발과 효과 검증. *한국가정관리학회지*, **20(6)**, 11-24.
- 이은주(2007). 결혼이민여성 부부집단 프로그램의 개발과 평가에 관한 이론적 연구-필리핀 여성 부부를 중심으로. *가족과 문화*, **19(1)**, 29-60.
- 이정미 · 김정옥(2006). 부부관계향상을 위한 교육프로그램 개발과 효과검증. *한국가족관계학회지*, **11(1)**, 103-132.
- 이창숙 · 유영주(1998). 부부갈등 해결 교육프로그램 개발 연구. *한국가족관계학회지*, **3(1)**, 1-25.
- 전영숙 · 양희택(2009). 노인 부부의 공통 여가 인식 제고를 위한 교육 프로그램 개발과 효과성 연구. *노인복지연구*, **43**, 287-302.
- 정미경 · 김주후(2008). 노년기 부부관계향상을 위한 집단 프로그램 적용 사례연구. *한국노년학*, **28(3)**, 603-618.
- 정현숙(2000). 부부관계 교육 프로그램의 교육내용 안(案). *한국가정관리학회지*, **18(1)**, 17-29.
- 최규련(2002). 농촌 부부평등 교육 프로그램 개발 및 효과검증. *한국가정관리학회지*, **20(3)**, 73-85.
- 최운화(2002). 부부관계증진 프로그램이 부부의 의사소통과 결혼 만족도에 미치는 효과. *한국아동교육학회*, **9(2)**, 13-25.
- 최혜경 · 노치영 · 박의순(1994). 결혼초기 부부를 위한 부부 교육프로그램 구성. *한국가정관리학회지*, **12(1)**, 171-180.
- 홍달아기 · 이남주(2005). 결혼만족도와 노년기 부부교육요구에 관한 연구. *한국생활과학회지*, **14(6)**, 883-898.
- Stanley, S. M., Blumberg, S. L., & Markman, H. J.,(1999). Helping Couples Fight for Their Marriages: The PREP Approach. In R. Berger & M. Hannah, (Eds), *Handbook of preventive approach in couple therapy*. N.Y.: Brunner/Mazel.
- Fischer, J. & Corcoran, K. (1994). *Measures for Clinical Practice*, N.Y.: The Free Press. Vol 1.
- Guernsey, G. B., (1979). *Relationship Enhancement*. San Francisco: Jossey-Bbass.
- Miller, S., Nunnally, E., & Wackman, D. B., (1975). *Alive and aware Minneapolis: Interpersonal Communication Program, Inc.*
- Olson, D. H., Russel, C. S., & Sprenkle, D. H., (1983). Circumplex Model of marital and family system: IV Theoretical update. *Family Process*, **22**, 69-83.
- Rappaport, A. F.,(1976). *Conjugal Relationship Enhancement Program*: In D. Olson(Ed). *Treating Relationship*. Lake mills, Iowa: Graphic Publishing.
- Warner, M. D., (1981). *Comparison of a Religious Marriage Enrichment Program with an Established Communication Training Enrichment Program*. Doctoral dissertation. Purdue University.

접수일 : 2009년 07월 15일
 심사일 : 2009년 07월 21일
 심사완료일 : 2009년 10월 07일