

# 소시오드라마가 특수교육대상 학생 어머니의 양육스트레스, 우울, 부모효능감에 미치는 효과

한 종 숙<sup>1)</sup> · 안 정 원<sup>2)</sup>

## 서 론

### 연구의 필요성

특수교육대상 학생은 2008년 71,484명에서 2015년 88,067명으로 매년 증가하다가 2016년 87,950명으로 다소 감소하였으나, 일반학교에서 통합교육을 받는 특수교육대상자가 증가함에 따라 교육기회의 확대와 지원 서비스가 강화되고 있는 추세이다(Ministry of education, 2015). 최근에는 교육대상인 학생뿐만 아니라 그들에게 중요한 영향을 미치는 부모에게 지원을 제공하는 것으로 변화되고 있다(Bailey, 2001). 장애자녀를 둔 부모는 장애가 회복가능한 질병과는 달리 영구손상과 사회적 편견 등으로 인해 비장애자녀의 부모와 비교하여 사회·심리적 부담감과 자녀양육에 대한 스트레스를 경험한다(Chung & Cho, 2013). 특히 우리나라의 가족문화에서 장애자녀를 전적으로 돌보는 역할과 의무는 가족구성원 중 어머니에게 부과되어 높은 양육스트레스를 나타내며, 자녀에게 부정적인 영향을 미치게 된다(Chung & Cho, 2013).

양육스트레스는 부모 역할을 수행하면서 일상적으로 지각하는 스트레스로 부모의 양육행동에 영향을 미치는 주요 요인이다(Abidin, 1990). 장애자녀의 어머니 대상의 선행연구에서 정서장애자녀를 둔 어머니의 양육스트레스가 일반자녀 어머니에 비해 높았으며(Seo, Chang, Jung, & Chei, 2003), 양육스트레스가 높을수록 통제나 거부와 같은 부정적인 양육행동을 나타내었다(Lee, 2013). 장애자녀와 어머니와의 관계는 상호

순환적이어서 어머니의 양육스트레스는 자녀의 교육과 성장에 부정적 영향을 미치게 될 뿐만 아니라, 어머니의 우울을 야기하는 예측요인이다(Cho & Ryu, 2015).

어머니의 우울은 자녀의 문제행동에 직·간접적으로 부정적인 영향을 미치며(Kim, 2014), 비장애자녀의 어머니에 비해 장애자녀 어머니는 부담감으로 인한 불안과 우울 등의 정서적 갈등을 경험한다(Shin & Lee, 2015). 우울한 어머니는 에너지 저하, 무기력, 죄책감 등의 부정적인 정서로 인해 자녀의 문제행동을 더욱 강화시키고 이로 인해 자녀를 더욱 강압적이고 비효율적으로 양육하게 되는 부모-자녀간 부정적인 상호작용의 악순환이 반복된다(Kim, 2014). 장애자녀 어머니의 우울은 스스로 극복하기 어려우므로 우울감소를 위한 중재 프로그램의 개입이 필요하다(Cho & Ryu, 2015). 선행연구에서 장애자녀 어머니의 우울감소에 미술치료가 효과적이었으며 미술이라는 매체가 개인의 욕구를 탐색하고 감정을 표현하게 함으로써 효과를 나타낸 것으로 분석하였다(Lee, 2016; Shin & Lee, 2015). 장애아 어머니에 대한 사이코드라마 경험에 관한 연구(Sung, 2012)에서는 감정정화와 욕구충족이 사이코드라마 치유경험으로 도출되었다. 이러한 연구결과는 감정을 표현하게 하는 중재프로그램이 우울감소에 효과적임을 시사한다.

부모효능감은 부모로서의 역할에 대해 부모 자신이 유능하고 효과적이라고 인식하는 정도로, 높은 부모효능감은 양육스트레스 및 우울을 경감할 수 있는 중요한 요소이다(Shin & Chung, 1998). Kim(2016)은 양육스트레스와 우울과의 관계에

주요어 : 소시오드라마, 스트레스, 우울, 자기효능감, 특수교육

1) 중앙대학교 적십자간호대학 부교수

2) 중앙대학교 적십자간호대학 조교수(교신저자 E-mail: kylieahn@naver.com)

투고일: 2017년 7월 13일 수정일: 2017년 7월 28일 게재확정일: 2017년 7월 31일

서 부모효능감이 매개효과가 있음을 확인하였고, 양육스트레스와 우울을 감소시키기 위한 방안으로 부모효능감의 증진을 제시하였다. Myung(1999)은 소시오드라마와 미술치료를 접목한 집단정신치료 프로그램을 적용하여 양육스트레스가 감소되고 부모효능감이 증진되었다고 보고하였다.

소시오드라마는 집단의 공통적인 문제에 초점을 두고 집단의 갈등과 이슈를 다루는 행위화기법(Kang, 2010)으로 창조적인 역할연기를 통해 정서적 카타르시스를 경험하여 자기이해와 통찰을 가져오는 효과적인 중재방법으로 활용되고 있다(Park, 2014; Yang, 2005). Jeon(2003)은 문제행동 청소년을 위한 개입전략으로 소시오드라마가 우울, 불안 감소 및 자아존중감 향상에 효과적임을 검증하였으며, Chin(2009)은 다문화 가정주부의 적응을 위해 소시오드라마의 유용성을 제시하였다. 사이코드라마가 개인적 상황을 다루는 것과는 달리 소시오드라마는 집단자체가 주인공이 되어 집단의 상황을 만들고 문제를 해결하는 집단 학습과정으로 교육시설, 비행청소년 시설, 교도소 등 다양한 현장에서 활용되어 그 효과가 입증되고 있다(Lee, Kim, & Lee, 2010). 그러나 특수교육대상 학생 어머니를 대상으로 소시오드라마를 적용한 연구는 전무한 실정이다.

특수교육대상 학생 어머니가 공통적으로 갖고 있는 사회-심리적 문제를 함께 나누고 행위화해 봄으로써 자녀양육에 대한 스트레스가 감소하고 정서적 카타르시스 및 부모역할 수행에 대한 자신감이 획득될 것으로 기대한다.

이에 본 연구에서는 특수교육대상 학생 어머니에게 소시오드라마를 적용하여 양육스트레스, 우울 및 부모효능감에 미치는 효과를 확인하고자 한다.

### 연구 목적

본 연구는 특수교육대상 학생 어머니에게 소시오드라마를 적용하여 양육스트레스, 우울 및 부모효능감에 미치는 효과를 파악하는데 있으며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 첫째, 소시오드라마가 특수교육대상 학생 어머니의 양육스트레스에 미치는 효과를 확인한다.

- 둘째, 소시오드라마가 특수교육대상 학생 어머니의 우울에 미치는 효과를 확인한다.
- 셋째, 소시오드라마가 특수교육대상 학생 어머니의 부모효능감에 미치는 효과를 확인한다.

## 연구 방법

### 연구 설계

본 연구는 특수교육대상 학생 어머니를 대상으로 소시오드라마를 실시한 후 소시오드라마의 효과를 양적으로 측정하고, 양적 효과를 설명해 줄 수 있는 소시오드라마 참여 경험을 질적으로 측정하는 혼합 연구 설계이다(Figure 1).

### 연구대상 및 표집방법

양적 자료 수집 대상은 K도 Y교육청 특수교육지원센터와 Wee 센터의 지원을 받아 일반학교에서 통합교육을 받고 있는 특수교육대상 학생의 어머니를 대상으로 참가자 모집 공고를 이용하여 참여자를 모집하고, 서면으로 참가신청서를 제출한 어머니를 연구 대상으로 선정하였다.

대상자 수는 G\*Power 3.1 프로그램을 이용하여 Wilcoxon-Mann-Whitney test에 필요한 최소 표본수를 산출하였으며, 본 연구에서 우울 측정에 사용하는 도구를 이용하여 심리극 중재효과를 평가한 선행연구 결과(Park & Son, 2007)를 이용하여 효과크기를 산출하였다. 실험군의 사전 우울 점수 33.43±8.81 점과 사후 우울 점수 0.21±7.72점을 입력하여 효과크기 1.60을 산출하였고, 유의수준 α=.05, 검정력 .90에서 one tailed two groups t-test에 적합한 대상자 수를 산출한 결과 실험군과 대조군 각 8명씩 총 16명이 산출되었다. 중도탈락자를 고려하여 실험군 12명을 모집하였으나, 4명이 개인사정으로 중도 탈락하여 최종 분석에 사용된 대상자는 8명, 대조군은 18명으로 총 26명이었다. 질적 자료 수집 대상은 실험군 8명을 대상으로 하였다.

|               | Pre-test  | Treatment  | Post-test   |
|---------------|---|--|---|
| • Exp.(n=8)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• General characteristics</li> <li>• Parenting stress</li> <li>• Depression</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociodrama<br/>150 minutes/session<br/>1 session/week for 6 weeks</li> <li>• Focus group interview</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parenting stress</li> <li>• Depression</li> <li>• Parenting self-efficacy</li> </ul> |
| • Cont.(n=18) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parenting self-efficacy</li> </ul>   | -  |   |

Exp. = Experimental group. Cont. = Control group

<Figure 1> Research design

## 연구 도구

### ● 양육스트레스

양육스트레스는 Abidin(1990)이 개발한 Parenting Stress Index(PSI) Short Form을 Seo(1992)가 번안한 도구로 측정하였다. 이 도구는 부모의 역할수행의 고통(12문항), 부모-자녀간 역기능적 상호작용(12문항), 아동의 행동특성(12문항) 총 36문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점의 5점 척도로 점수의 범위는 36점에서 180점까지이며, 점수가 높을수록 양육스트레스 수준이 높다는 것을 의미한다. 선행연구(Kim, 2016)에서 도구의 신뢰도로 Cronbach’s alpha값은 .99였고, 본 연구에서는 .95였다.

### ● 우울

우울은 Radloff(1977)이 개발한 Center for Epidemiological Studies-Depression(CES-D)를 Chon과 Rhee(1992)가 번안한 한국판 CES-D로 측정하였다. 이 도구는 우울감정(12문항), 대인관계우울(4문항), 긍정정서(4문항)에 대한 총 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 ‘거의 드물게’ 0점에서 ‘대부분’ 3점까지의 4점 척도로, 점수의 범위는 0점에서 80점까지이며, 점수가 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다. Chon과 Rhee(1992)의 연구에서 도구의 신뢰도로 Cronbach’s alpha값은 .89였고, 본 연구에서는 .96이었다.

### ● 부모효능감

부모효능감은 Gibaud-Wallston과 Wandersman(1978)이 개발한 Parenting Sense of Competence(PSOC)를 Shin과 Chung(1998)이 번안·수정한 도구로 측정하였다. 이 도구는 부모로서의 효능감(9문항), 부모로서의 불안과 좌절감(4문항), 부모 역할에 대한 관심과 흥미(3문항)로 총 16문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대하여 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 5점까지의 5점 척도로 점수의 범위는 16점에서 80점까지이며, 점수가 높을수록 부모효능감이 높음을 의미한다. 선행연구(Hong, 2009)에서 도구의 신뢰도로 Cronbach’s alpha값은 .92이었고, 본 연구에서는 .86이었다.

## 자료 수집

### ● 양적 연구

양적 자료 수집은 2016년 5월 22일부터 6월 29일까지였다. 실험군은 Y교육청 특수교육지원센터와 Wee 센터에 소시오드라마 참가신청서를 제출하였고 연구 참여에 구두 동의 후, 동의서에 서명하였다. 대조군은 실험군의 자녀와 다른 지역에 있는 학교에 다니는 자로 Wee 센터 직원이 편의 추출하였고,

연구에 대한 설명 후 연구 참여에 대한 동의서에 서명하였다.

사전조사는 실험처치 전에 시행되었고, 6회기의 소시오드라마를 진행한 후에 사후조사를 실시하였다. 대조군은 실험군의 사전조사가 끝난 직후에 사전조사를 실시하였고, 별도의 중재 없이 6주 후에 사후조사를 실시하였다.

### ● 질적 연구

질적 자료 수집은 포커스 그룹 면담과 회기별 소감문을 작성으로 이루어졌다. 수집된 자료는 포커스 그룹 면담 내용의 녹취록을 필사한 필사본, 현장노트와 각 회기별 소감문이었다.

포커스 그룹 면담은 소시오드라마 1회기 시행 전과 6회기 시행 후 각각 1시간 동안 진행하였으며, 주요 질문은 “소시오드라마를 참가하게 된 동기는?”, “자녀를 키우면서 어려웠던 점은?”, “소시오드라마를 참여하면서 마음에 남는 장면과 그 이유는?”, “소시오드라마 참여 전과 후의 경험에서의 변화는?”이었다. 각 회기별 소감문은 “오늘 프로그램 중 마음에 남는 장면과 이유”, “프로그램 중 나와 관련해서 든 생각이나 느낌”, “프로그램이 끝난 지금의 느낌”으로 구성하였고 매 회기가 끝난 후 작성하도록 했다.

## 중재 : 소시오드라마

소시오드라마(sociodrama, 사회극)는 집단치료로, 자신의 문제 상황을 언어적 표현하기 보다는 자발적인 행동으로 표현하는 즉흥극으로 사이코드라마의 한 형태이다(Kim, 2006; Park, 2014). 사이코드라마가 주제의 초점을 개인의 문제에 맞춘다면 소시오드라마는 집단의 문제, 공유된 주제가 중심이 된다. 소시오드라마는 집단 참가자들의 관심사를 직접 행위를 통해 표현해봄으로써 자신 및 타인에 대한 이해 증진과 역할훈련을 통해 실제적인 행동변화를 가져오며 사생활의 노출이 덜하기 때문에 역할집단이 보다 용이하다(Lee, et al., 2010).

본 연구에 적용한 소시오드라마는 문헌고찰(Ko & Cheon, 2009)을 토대로 본 연구자가 구성하였고, 한국사이코드라마·소시오드라마 학회 공인 사이코·소시오드라마 전문가 2인으로부터 프로그램 구성에 대한 피드백을 받아 수정·보완하였다. 소시오드라마의 진행과정은 준비 단계(warming up), 실연 단계(enactment), 나누기 단계(sharing)를 통해 참여자들의 공유된 중심 주제를 정하여 상황을 설정하고 실연해서 자발적으로 역할을 맡아 행위를 통해 감정을 표현하고 문제를 해결해 나갈 수 있도록 하였으며, 나누기 단계를 통해 서로의 감정을 나눌 수 있도록 하였다. 드라마 진행은 정해진 대본 없이 참여자간의 자발적인 상호작용에 의해 즉흥적으로 이루어 질 수 있도록 하였다.

실험처치는 매주 1회, 매회 150분(준비 20분, 실연 100분,

나누기 30분)으로 총 6회 실시하였다. 진행자는 한국사이코드라마·소시오드라마학회 회원으로 약 500여 시간의 전문교육을 받았으며, S시 청소년 수련관에서 청소년 교화 프로그램으로 소시오드라마를 7년간 실연한 경험이 있는 연구자 1인이 진행하였다. 진행 장소는 Y교육청 소강당에서 매주 월요일 오전 9시 30분에서 12시까지였다.

1회기에는 집단원 상호간에 친밀감과 신뢰감 형성에 중점을 두었고, 2회기는 자신 내면의 욕구 파악, 3회기에서 4회기는 자신의 욕구와 감정을 탐색하고 감정을 표출하도록 하였다. 5회기는 가족의 의미와 존재가치에 대한 재인식을 할 수 있도록 하였으며, 6회기는 “내 인생의 주인공”, “장�물 돌파”, “마술사 기법”등을 활용하여 자신감을 회복하고 역할연기를 통해 변화를 확인할 수 있도록 하였다. 6회기를 모두 수료한 참여자들에게 수료증을 수여하고 축하식을 가졌다. 각 회기의 진행방법과 내용은 다음과 같다(Table 1).

**윤리적 고려**

본 연구는 연구자가 소속된 기관의 생명윤리위원회(IRB No. 041078-201604-HRSB-092-01)로부터 승인을 받았다. 대상자 선정기준에 부합되는 대상자들에게 연구목적을 설명하고 연구 참여 전, 중, 후 언제라도 연구 참여 철회가 가능하고, 철회 시 어떠한 불이익이 없음을 설명하였다. 수집된 자료는 연구

목적으로만 사용되며 연구 참여자의 자료는 무기명으로 처리됨을 설명하였다. 자발적으로 동의한 경우 대상으로 선정하였으며, 자료수집에 무기명 서면 동의를 구한 후, 설문지를 배부하여 자료를 수집하였다. 각 설문지에는 연구목적과 배경 등에 대한 설명을 제시하고, 자발적 참여와 자발적 중단 등에 대한 설명이 첨부된 연구 참여 동의서와 함께 배부하여 조사를 실시하였다. 설문작성에 걸리는 시간은 약 5~8분이 소요되었으며, 설문이 끝난 후 연구 참여에 대한 보상으로 소정의 선물을 제공하였다. 대조군에게는 사후조사가 끝난 이후 원하는 자에 한하여 소시오드라마를 제공하기로 공지하였다. 실험 처치를 받는 실험군에게는 프로그램 진행 중 알게 된 모든 정보에 대해 비밀보장에 대한 약속을 하도록 하였다. 또한 자발적으로 동의하는 경우에 한하여 실험처치 전과 후에 각 1회씩 포커스 그룹 면담을 실시 할 것이며 비밀보장과 익명성, 연구참여 및 중단의 자발성, 예상되는 면담 횟수와 면담 소요 시간, 면담 중 언제든지 철회가 가능하며, 수집된 자료는 연구목적으로만 사용되고 연구 종료 후에는 폐기된다는 사실 등을 설명하고 면담 참여 동의서를 받았다. 면담 내용은 참여자 전원의 동의를 얻어 녹음하였으며 면담 내용에 대한 비밀을 지키기 위해 모든 자료는 컴퓨터에 파일의 번호를 사용하였다.

**자료 분석 방법**

<Table 1> Sociodrama program

| Weeks | Session no. | Themes                 | Goals  | Program  |
|-------|-------------|------------------------|--|--|
| 1     | 1           | Opening mind           | To motivate participation and build intimacy and trust among group members | Program orientation<br>Understanding of sociodrama using sociometry<br>Talking about individual motivation for participation and what an individual needs help with<br>Warming up<br>Theatre of situations |
| 2     | 2           | My wishes              | To explore desires   | Warming up<br>Enactment of sociodrama: setting themes within the group and performing a play<br>Sharing feelings and evaluation  |
| 3     | 3           | Conflicted with myself | To express emotions  | Warming up<br>Enactment of sociodrama<br>Sharing feelings and evaluation   |
| 4     | 4           | Boiling heart          | To express a gush of emotions and purification (of emotions)               | Warming up<br>Enactment of sociodrama<br>Sharing feelings and evaluation   |
| 5     | 5           | Family photo           | To recognize the meaning of family and its existence value                 | Warming up<br>Enactment of sociodrama<br>Sharing feelings and evaluation   |
| 6     | 6           | Lead actor in my life  | To express confidence and see changes                                      | Warming up<br>Enactment of sociodrama<br>Sharing feelings and evaluation   |

### ● 양적 자료 분석

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 23.0을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 분석하였다. 실험군과 대조군 간 사전 동질성 검정은 Chi-square test, Fisher's exact test, t-test를 이용하여 분석하였다. 실험군과 대조군의 사전-사후 점수의 변화에 대한 차이 검정은 Mann-Whitney U검증 방법을 이용하여 분석하였다.

### ● 질적 자료 분석

본 연구에 참여한 연구자들은 모두 질적 연구자들로서 지속적으로 워크숍과 세미나를 통해 질적 연구 능력을 숙련해온 간호학 전공 교수이다. 필사한 자료와 회기 소감문은 질적 자료의 분석 절차에 따라 내용분석방법(Downe-Wamboldt, 1992)을 이용하여 분석하였다. 본 연구가 진행되는 동안 연구자들은 반복적으로 수집된 자료를 읽으면서 전체적으로 이해하고, 주요 개념을 본문에 표시하며 단어를 단위로 읽고 단어를 코드화 하였다. 코드 간에 공통점이 있는 경우 하위범주로 묶고 그 의미와 특성의 유사성과 차이점에 따라 범주로 구성하였다. 질적 연구 경험이 있는 연구자 간에 분석결과를 비교하여 주제를 도출하였다. 분석된 결과는 질적 연구 전문가 2인에게 타당성 검토를 받았다.

## 연구 결과

### 대상자의 일반적 특성 및 동질성 검정

실험군과 대조군간의 일반적 특성에 대한 동질성을 검정한 결과, 유의한 차이가 없어 두 집단이 동질한 것으로 나타났다 (Table 2).

대상자는 총 24명으로, 평균연령은 실험군 41.88±4.39세, 대조군 41.06±5.29세였으며, 종교가 없는 대상자는 실험군 5명(62.5%), 대조군 12명(66.7%)이었다. 학력은 전문대학 졸업이상이 실험군 6명(75.0%), 대조군 10명(55.6%)이었으며, 가정의 수입정도는 평균이상이 실험군 6명(75.0%), 대조군 15명(83.4%)이었다. 결혼만족도는 실험군 4명(50.0%), 대조군 13명(72.2%)이 만족한다고 응답했다. 장애자녀의 성별은 실험군은 남자 5명(62.5%), 대조군은 여자 14명(77.8%)이었으며, 평균연령은 실험군 10.13±3.52세, 대조군 10.58±3.95세였다.

소시오드라마를 실시하기 전 실험군과 대조군의 종속변수에 대한 동질성 검정 결과, 양육스트레스, 우울, 부모효능감, 모두 유의한 차이가 없어 두 집단이 모두 동질한 것으로 나타났다 (Table 3).

<Table 2> Homogeneity test of general characteristics

(N=26)

| Characteristics       | Categories              | Exp.(n=8)       | Cont.(n=18)     | $\chi^2$ or t | $p$  |
|-----------------------|-------------------------|-----------------|-----------------|---------------|------|
|                       |                         | n(%) or Mean±SD | n(%) or Mean±SD |               |      |
| Age                   |                         | 41.88±4.39      | 41.06±5.29      | 0.38          | .709 |
| Religion              | Yes                     | 3(37.5)         | 6(33.3)         | 0.04          | .837 |
|                       | No                      | 5(62.5)         | 12(66.7)        |               |      |
| Level of education    | ≤Highschool             | 2(25.0)         | 8(44.4)         | 1.79*         | .467 |
|                       | College                 | 5(62.5)         | 6(33.3)         |               |      |
|                       | University              | 1(12.5)         | 4(22.3)         |               |      |
| Income of household   | High                    | 0( 0.0)         | 1( 5.6)         | 0.86*         | .723 |
|                       | Average                 | 6(75.0)         | 14(77.8)        |               |      |
|                       | Low                     | 2(25.0)         | 3(16.6)         |               |      |
| Marriage satisfaction | Satisfied               | 4(50.0)         | 13(72.2)        | 1.21          | .272 |
|                       | Not satisfied           | 4(50.0)         | 5(27.8)         |               |      |
| Gender of child       | Male                    | 5(62.5)         | 4(22.2)         | 3.97          | .078 |
|                       | Female                  | 3(37.5)         | 14(77.8)        |               |      |
| Age of child          |                         | 10.13±3.52      | 10.58±3.95      | 2.27          | .834 |
|                       | 7-10                    | 6(75.0)         | 11(61.1)        |               |      |
|                       | 11-13                   | 1(12.5)         | 2(11.1)         |               |      |
|                       | 14-16                   | 0( 0.0)         | 3(16.7)         |               |      |
|                       | 17-19                   | 1(12.5)         | 2(11.1)         |               |      |
| Disability of child   | Autistic                | 3(37.5)         | 5(27.8)         | 7.42*         | .082 |
|                       | Intellectual disability | 1(12.5)         | 9(50.0)         |               |      |
|                       | Emotion · Behavior      | 4(50.0)         | 2(11.1)         |               |      |
|                       | Physical disability     | 0( 0.0)         | 2(11.1)         |               |      |

Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

\* Fisher's exact test

### 양육스트레스

양육스트레스는 실험군의 경우 소시오드라마 실시 전 101.88±20.62점에서 실시 후 92.88±15.71점으로 9.00±9.20점 감소하였으며, 대조군은 100.44±25.21점에서 100.94±25.70점으로 0.50±8.93점 증가하였다. 두 군간 차이는 대조군에 비해 실험군의 양육스트레스가 유의하게 감소하였다( $Z=-2.34, p=.019$ ) (Table 4).

### 우울

우울은 실험군의 경우 소시오드라마를 실시 전 23.00±14.31점에서 소시오드라마 실시 후 10.63±8.83점으로 12.38±7.52점 감소하였으며, 대조군은 20.50±14.37점에서 20.33±12.87점으로 0.17±4.99점 감소하였다. 두 군간 차이는 대조군에 비해 실험군의 우울 점수가 유의하게 감소하였다( $Z=-3.46, p=.001$ ) (Table 4).

### 부모효능감

부모효능감은 실험군의 경우 소시오드라마 적용 전 48.50±3.55점에서 소시오드라마 적용 후 55.25±3.50점으로 6.75±2.60점 증가하였고, 대조군은 49.44±9.19에서 51.17±8.50점으로 1.72±6.07점 증가하였다. 두 집단 간 부모효능감 정도는 대조군에 비해 실험군의 부모효능감 정도가 유의하게 증가하였다( $Z=-2.82, p=.003$ ) (Table 4).

### 소시오드라마 참여 경험

소시오드라마에 참여한 실험군 중 포커스 그룹 면담에 동의한 8명의 질적 자료를 분석한 결과 총 168개의 의미 있는 진술문이 추출되었다. 개방코딩을 통해 9개의 하위범주로 통합되었으며, 의미와 특성에 따라 4개의 범주와 2개의 주제가 도출되었다. 연구결과를 주제인 ‘변화’, ‘치유와 도전’에 따라 범주를 중심으로 서술하면 다음과 같다.

#### ● 변화

##### 가. 양육태도의 변화

양육태도의 변화는 ‘재경험을 통한 자녀수용’, ‘자녀역할 경험과 자녀이해’의 두 하위범주가 있다. 참여자들이 소시오드라마에 참여하게 된 동기는 아이의 마음을 이해하고 실생활에 도움이 되기 위해서 그리고, 자신의 단점을 고쳐서 아이들을 잘 돌보고 행복한 가정을 이루기 위해서라고 하였다. 회기가 진행됨에 따라 역할연기(장애자녀, 어머니 역할, 같은 반 학부모)를 통해 그 동안 억눌러왔던 상황에 대한 감정을 재현해 봄으로써 자녀를 이해하고 자녀의 문제행동을 편안하게 받아들여지게 되었다.

*저런 이상한 아이와는 놀지 말라는 다른 엄마의 소리를 들었을 때 아무 말 못하고 속으로만 삭혔는데 역할연기를 통해 하고 싶었던 말을 쏟아내니까 마음이 편안해 졌어요. 집에 가서 아이를 보는 순간 아이의 마음이 이해되면서 아이를 대할 때 편안해졌어요.*

<Table 3> Homogeneity test of dependent variables

(N=26)

| Variables               | Exp.(n=8)    | Cont.(n=18)  | Z     | p    |
|-------------------------|--------------|--------------|-------|------|
|                         | Mean±SD      | Mean±SD      |       |      |
| Parenting stress        | 101.88±20.62 | 100.44±25.21 | -.056 | .956 |
| Depression              | 23.00±14.31  | 20.50±14.37  | -.334 | .739 |
| Parenting self-efficacy | 48.50± 3.55  | 49.44± 9.19  | -.419 | .675 |

Exp. = Experimental group; Cont. = Control group.

<Table 4> Effect of sociodrama between groups

(N=26)

| Variables               | Groups | Pre-test     | Post-test    | Difference  | Z     | p    |
|-------------------------|--------|--------------|--------------|-------------|-------|------|
|                         |        | Mean±SD      | Mean±SD      | Mean±SD     |       |      |
| Parenting stress        | Exp.   | 101.88±20.62 | 92.88±15.71  | -9.00±9.20  | -2.34 | .019 |
|                         | Cont.  | 100.44±25.21 | 100.94±25.70 | 0.50±8.93   |       |      |
| Depression              | Exp.   | 23.00±14.31  | 10.63± 8.83  | -12.38±7.52 | -3.46 | .001 |
|                         | Cont.  | 20.50±14.37  | 20.33±12.87  | -0.17±4.99  |       |      |
| Parenting self-efficacy | Exp.   | 48.50± 3.55  | 55.25± 3.50  | 6.75±2.60   | -2.82 | .003 |
|                         | Cont.  | 49.44± 9.19  | 51.17± 8.50  | 1.72±6.07   |       |      |

Exp. = Experimental group. Cont. = Control group

아이가 되어 연기를 해보니까 아이의 마음이 이해가 되면서 화가 덜 났어요 같은 행동을 하더라도 전에는 아이를 끌고 가야만 된다는 생각에 강압적으로 대했는데 아이의 마음이 이해되니까 아이를 풀어주려고 노력하게 돼요.

#### 나. 자아확장

자아확장은 두 하위범주인 ‘자기탐색과 이해’, ‘문제 통찰과 수용’으로 참여자들은 자신의 삶을 재현하면서, 또는 다른 참여자들과 역할을 하면서 자신의 긍정적인 모습을 새롭게 발견하거나 반성을 하면서 자신을 탐색하는 시간이 되었다. 아이로 인해 발생하는 문제 상황을 객관화시켜볼 수 있는 기회가 되었으며 타인의 시선을 회피하고 있는 자신의 모습에서 자신이 바로 서겠다는 다짐을 하였다.

역할을 하면서 열심히 살고 있는 나를 새롭게 발견했어요 제 스스로 칭찬해 주고 싶어요 제 안에 있던 행복보따리가 터치가 되면서 행복의 향기가 퍼졌어요 이젠 타인의 시선으로부터 벗어나 훌훌 털어버리고 자유로워진 느낌이 들어요.

다른 사람들의 시선을 의식하고 있는 나 자신을 통찰하게 되었어요 내가 바뀌어야겠다는 생각이 들면서 엄마로서의 마음을 다잡게 되었어요.

#### ● 치유와 도전

##### 가. 감정의 정화

감정의 정화는 ‘감정의 분출과 환기’, ‘상호작용과 욕구충족’, ‘공감과 지지’의 세 하위범주로 참여자들은 안전한 공간에서 마음껏 자신의 감정을 표출하고 같은 문제를 갖고 있는 참여자들과 상호작용하면서 공감대를 형성하였고 서로에게 위로와 지지가 되었다. 소시오드라마의 속성인 유희성이 확장되면서 축제의 한마당이 되어 즐겁고 행복한 시간이 되었음을 표현하였다.

내 아이가 해코지를 안했는데도 불구하고 뒷담화를 하거나 조심시키라고 할 때 아무 말도 못하고 내 아이만 단속했는데 오늘 역할극을 하면서 그 엄마들을 향해 소리치고 욕도 해보니까 마음이 후련해지고 상쾌해요.

위밍업을 하면서 손을 잡고 안마도 해주니까 접촉하는 느낌이 너무 좋았어요 한바탕 놀고 났더니 재미있고 마음이 따뜻해지면서 행복했어요.

모두가 한마음이 되어 아픔을 공유하니까 서로 교류가 되는 것 같고 나만 힘든 것이 아니라는 것을 알게 되면서 위로

와 격려가 되었어요.

#### 나. 삶에 대한 새로운 인식과 희망

삶에 대한 새로운 인식과 희망은 ‘자신감 회복’, ‘실생활에 적용’의 두 하위범주로 억눌렸던 감정을 표출하고 정서적 카타르시스를 경험하고 나서는 현재를 충분히 이겨낼 수 있는 자신감, 미래에 대한 희망이 생기면서 앞으로 살아갈 자신이 생긴다고 하였다. 의식적으로 실생활에 적용해 보기도 하며 새로운 마음으로 살아갈 용기가 생기며 미래에 대한 희망을 표현하였다.

소시오드라마를 끝내고 가면서 행복하다는 마음이 들어요 미래에 대한 긍정적인 힘이 생기면서 희망적인 생각도 들고 열심히 살아야겠다는 생각이 들고... 나도 할 수 있다는 자신감이 생겨요.

나도 현실을 충분히 이겨낼 수 있는 힘이 생겨요 마음도 맑아지고 대인관계에도 자신감이 생기면서 새롭게 살아보자고 다짐도 해봐요.

의식적으로 실생활에 적용해보려고 노력해요 다른 프로그램과는 다르게 몸으로 움직이고 나니까 실생활에 적용이 더 잘되는 것 같아요 다른 사람들이 하는 걸 보면서 연습도 되고 나도 모르게 녹아들어가 생활에 도움이 돼요.

## 논 의

본 연구는 특수교육대상 학생의 어머니를 대상으로 소시오드라마를 적용한 후 그 효과를 양육스트레스, 우울, 부모효능감으로 평가하였다.

소시오드라마 적용 후 실험군의 양육스트레스 점수가 유의하게 감소하였다. 이는 본 연구의 질적 자료 분석 결과, 소시오드라마라는 안전한 공간에서 현실에서 표현하지 못했던 생각이나 감정을 표출함으로써 감정정화가 일어나고 이로 인한 치유의 경험을 통해 양육스트레스가 감소된 것으로 판단된다. 장애아녀를 양육 및 교육시키는 과정에서 발생하는 다양한 스트레스는 자녀뿐만 아니라 어머니의 심리적·정서적 욕구충족에도 부정적인 영향을 미친다(Chung & Cho, 2013). 소시오드라마를 적용하여 양육스트레스를 파악한 연구가 없어서 직접적인 비교는 어렵지만, 장애아 어머니를 대상으로 사이코드라마를 적용한 질적 연구(Sung, 2012)에서 주인공을 경험함으로써 마음이 가벼워지고 후련함을 경험했다고 보고하여 본 연구결과를 뒷받침했다. 또한 Yang(2005)은 소시오드라마가 스트레스에 적극적이고 능동적인 대처방식의 활용을 촉진한다

고 하였는데 이는 본 연구결과에서 소시오드라마 적용 후 타인의 시선으로부터 자유로워지며 실생활에 적용하려는 참여자들의 경험과 맥락이 같았다.

소시오드라마 적용 후 우울 점수가 유의하게 감소하였다. 이는 문제행동을 보이는 청소년을 대상으로 소시오드라마를 실시 한 후 우울 점수가 감소하였다는 Jeon(2003)의 결과와 유사하다. 소시오드라마는 집단전체가 주인공이 되어 자신들의 이야기를 주제로 역할을 맡아 표현하는데 본 연구에서 소시오드라마 회기가 진행됨에 따라 대상자들은 역할연기를 통해 장애자녀로 인한 아픔을 공감하고 서로에게 위로와 지지가 되면서 치유가 되었음을 표현하였다. Ko와 Cheon(2009)은 가정폭력 피해여성의 우울 감소에 사이코드라마가 효과적이었으며 치료요인으로 집단원의 조언, 자기이해, 집단원과 동일시 등을 제시하여 본 연구결과를 지지하였다. 장애자녀 어머니의 우울은 양육태도에 부정적인 영향을 미치며 자녀에게 적대적인 행동을 유발하므로 심리치료의 조기개입이 필요하다(Shin & Lee, 2015). 따라서 장애가 있는 유아의 어머니를 대상으로 소시오드라마의 적용을 제언한다.

소시오드라마 적용 후 부모효능감은 유의하게 증가하였다. 이는 소시오드라마를 적용하여 부모효능감을 분석한 연구가 없어 직접적인 비교가 어려우나, Myung(1999)의 연구에서 소시오드라마와 미술치료를 통합한 집단정신치료 프로그램 적용 후 유아 어머니의 부모효능감이 증가했다는 결과와 부분적으로 유사했다. 문화적응 어려움을 겪는 중국유학생을 대상으로 소시오드라마를 적용한 질적 연구(Park, 2014)에서 긍정적인 한국 문화의 이해와 인식의 변화가 소시오드라마 경험의 본질로 도출되어 본 연구의 질적 자료 분석 결과와 부분적으로 유사하다. 본 연구에서 소시오드라마 경험의 주제는 변화, 치유와 도전으로 소시오드라마라는 무대에서 역할을 통한 체험은 자신과 타인을 이해하고 삶에 대한 새로운 인식과 미래에 대한 희망을 경험하였다. 선행연구에서 부모효능감의 증가가 양육스트레스와 우울을 감소시킬 수 있으며(Kim, 2016), 긍정적 경험과 긍정적 정서에 초점을 맞춘 프로그램에서 부모효능감이 증가되었다는 결과(So & Son, 2013)는 본 연구결과를 지지한다.

본 연구의 의의는 특수교육대상 학생 어머니에게 소시오드라마를 제공함으로써 간호사가 교육자, 상담자, 자원인으로서 기능하여 간호사의 역할확대에 기여한 점과 소시오드라마의 효과를 검증하여 실무적용의 근거를 마련한 점이다. 간호교육 현장에서 장애학생과 부모에 대한 간호대학생의 이해를 증진시키고 나아가 간호중재 기법으로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점은 특수교육대상 학생의 장애유형에 따른 영향력 차이를 배제하지 못한 점, 연구에 참여한 실험군의 수가 적어 결과를 일반화하기에 한계가 있다는 점과 장기적인

효과를 제시하지 못한 점이다.

## 결론 및 제언

본 연구는 특수교육대상 학생의 어머니에게 소시오드라마를 실시한 후 그 효과를 혼합연구방법을 통해 확인하였다. 연구 결과, 양적 연구에서 소시오드라마는 특수교육대상 학생 어머니의 양육스트레스와 우울 감소 및 부모효능감을 증진시키는데 유의한 효과를 나타냈다. 또한 소시오드라마 참여 경험에 대한 질적 연구에서 변화, 치유와 도전을 경험하는 것으로 나타나 양적 연구 결과를 지지하였다. 이에 따라 특수교육대상 학생 어머니의 부모효능감을 증진시키는 중재전략으로 소시오드라마를 활용할 것을 권장한다.

추후 연구를 위한 제언으로 특수교육대상 학생 어머니를 대상으로 소시오드라마의 효과를 장기간 추적하는 종적 연구를 시도할 것을 제언하며 대상자수를 확대하여 소시오드라마를 적용한 반복연구가 필요하다.

## References

- Abidin, R. R. (1990). *Parenting stress index short form: Test manual*. Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press.
- Bailey, D. B. (2001). Evaluating parent involvement and family support in early intervention and preschool programs. *Journal Early Intervention, 24*(1), 1-14.
- Chin, H. J. (2009). A study on the utility of sociodrama for helping multi-cultural housewife's adoption in Korea. *Korean Journal of Psychodrama, 12*(1), 11-22.
- Cho, I. S., & Ryu, H. S. (2015). Factors affecting depression in mothers of children with disabilities. *Child Health Nursing Research, 21*(1), 64-54.
- Chon, K. K., & Rhee, M. K. (1992). Preliminary development of Korean version of CES-D. *Korean Journal of Clinical Psychology, 11*(1), 65-76.
- Chung, Y. S., & Cho, Y. S (2013). Parent counseling for disabled children. *Journal of the Rights of Children with Disability, 4*(2), 47-61.
- Downe-Wamboldt, B. D. (1992). Content analysis: method, applications, and issues. *Health care for women international, 13*(3), 313-321.
- Gibaud-Wallston, J., & Wandersman, L. P. (1978). Development and utility of the parental sense of competence scale. *American Psychology, 95*(2), 107-113.
- Hong, M. O. (2009). *Effect of horticultural therapy based upon empowerment model on the improvement of self esteem and parent efficacy of disable children's mother*. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul.
- Jeon, S. Y. (2003). *A study on the group developmental processing and therapeutic factors of sociodrama for adolescent's problem behavior*. Unpublished doctoral



- dissertation, Hanyang University, Seoul.
- Kang, M. O. (2010). Effects of sociodrama on AIDS-related knowledge, prejudice, attitude to AIDS care, discrimination and nursing intention toward AIDS among nursing students in a local area. *Korean Journal of Psychodrama*, 13(2), 1-20.
- Kim, H. J. (2014). *Effortful control of child as a moderator of the relationship between maternal depressive and child's behavioral problem*. Unpublished master's thesis, Seoul Women's University, Seoul.
- Kim, J. S. (2016). *A study on parenting stress, depression, and parenting efficacy of mothers of children with disabilities*. Unpublished master's thesis, Korea University, Seoul.
- Kim, T. H. (2006). *The effects of sociodrama for self-esteem and emotionally maladjusted behaviors of abused children*. Unpublished master's thesis, Seoul Women's University, Seoul.
- Ko, W. J., & Cheon, S. M. (2009). A study on effect of a psychodrama program for the female victims of family violence. *The Korea Journal of Counseling*, 10(1), 251-270.
- Lee, E. J. (2016). *A case study of art therapy concerning the depression, parenting stress and family conflicts of mothers who have children with intellectual disabilities*. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- Lee, E. A., Kim, Y. K., & Lee, W. K. (2010). The effects of sociodrama on inpatients with schizophrenia. *Journal of Neuropsychiatric Association*, 49(5), 453-160.
- Lee, J. H. (2013). *The effects of parenting stress on parenting behavior among mothers of children with ADHD : focusing on the mediating effects of parenting self-efficacy and social support*. Unpublished master's thesis, Seoul National University, Seoul.
- Ministry of education. (2015). *Annual report on special education*. Sejong : Department of special education, Ministry of education.
- Myung, S. Y. (1999). *A case study of family perceptions, parenting efficacy and parenting stress changes in mothers through group-psychotherapy oriented group art therapy and group psychodrama*. Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul.
- Park, H., & Son, C. (2007). The effects of cognitive therapy and psychodrama for depressed group. *The Korean Journal of Health Psychology*, 12(2), 411-437.
- Park, W. J. (2014). *Sociodrama experience among Chinese students having hardship of acculturation and adaptation to Korean University*. Unpublished doctoral dissertation, Soongsil University, Seoul.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement*, 1(3), 385-401.
- Seo, H. Y. (1992). *A Study on adaptation and social support of mothers with disabled children*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Seo, M. J., Chang, E. J., Jung C. H., & Chei S. Y. (2003). The study of the parenting stress, depression, and parenting efficacy on the mother of attention deficit hyperactivity disorder children. *Korean Journal of Woman Psychology*, 8(1), 69-81.
- Shin, H. B., & Lee, K. M. (2015). A study on the effect of group art therapy program on anxiety and depression of mothers of children with disability. *Korean Journal of Art Therapy*, 22(1), 127-157.
- Shin, S. J., & Chung, M. J. (1998). Effect of stress, social support and efficacy on mothers' parenting behaviors. *Korean Journal of Child Studies*, 19(1), 27-42.
- So, S. Y., & Son, C. N. (2013). Effect of positive-psychotherapy on depression, parenting efficacy, and parenting stress in mothers of children with developmental disabilities. *The Korean Journal of Stress Research*, 21(2), 95-107.
- Sung, E. O. (2012). The study of experience for mothers of disabled children by psychodrama. *Korean Journal of Psychodrama*, 15(1), 81-93.
- Yang, J. H. (2005). *A study on the development of sociodrama program for school life adjustment and creative personality and it's effect*. Unpublished doctoral dissertation, Hongik University, Seoul.

## Effects of sociodrama on parenting stress, depression, and parenting self-efficacy in mothers of adolescents receiving special education

Han, Jong-Sook<sup>1)</sup> · Ahn, Jung-Won<sup>2)</sup>

1) Associate Professor, Red Cross College of Nursing, Chung-Ang University,

2) Assistant Professor, Red Cross College of Nursing, Chung-Ang University

**Purpose:** This study aimed to evaluate the effects of sociodrama on mothers of adolescents receiving special education at school. **Methods:** The participants were 30 mothers of adolescents with autism and intellectual, physical, emotional, and behavioral disability (experimental group=8, control group=16, 4 excluded). Sociodrama was conducted over 6 weeks (6 sessions). Data were collected using a mixed method. A constructed questionnaire on parenting stress, depression, and parenting self-efficacy was distributed before and after the intervention. A focus group interview was conducted subsequently. Data were collected from May to June 2016 and analyzed using Wilcoxon-Mann-Whitney test and a content analysis. **Results:** The intervention group showed significant changes in parenting stress ( $Z=-2.34$ ,  $p=.019$ ), depression ( $Z=-3.46$ ,  $p=.001$ ), and parenting self-efficacy ( $Z=-2.82$ ,  $p=.029$ ) compared with the control group. Results of the qualitative analysis exhibited two themes, namely “changes” and “healing and challenges,” which were divided into 4 categories and 9 sub-categories. **Conclusion:** Sociodrama was effective in reducing the level of parenting stress and depression, and increased the level of parenting self-efficacy in participants. Sociodrama can be recommended as an intervention program for parents raising adolescents receiving special education.

**Key words :** Sociodrama, Stress, Depression, Self efficacy, Special education

• Address reprint requests to : Ahn, Jung-Won

Red Cross College of Nursing, Chung-Ang University, University

84 Heukseok-ro, Dongjak-gu, Seoul 06974, Korea

Tel: 82-2-820-6852 Fax: 82-2-824-7961 E-mail: kylieahn@naver.com